**ВЫПУСКНАЯ КВАЛИФИКАЦИОННАЯ РАБОТА**

«Подвижные игры в системе оздоровительной и культурно-массовой работы в образовательном учреждении»

**Данилова Венера Сильвестровна**

**учитель физической культуры МОБУ СОШ села Михайловка**

**ОГЛАВЛЕНИЕ**

[**ВВЕДЕНИЕ** 2](#_Toc463539610)

[**1. ТЕОРЕТИЧЕСКОЕ ОБОСНОВАНИЕ ИСПОЛЬЗОВАНИЯ ПОДВИЖНЫХ ИГР В ОБУЧЕНИИ УЧАЩИХСЯ МЛАДШИХ КЛАССОВ** 7](#_Toc463539611)

[1.1 Полифункциональная природа подвижной игры и её развивающие возможности 7](#_Toc463539612)

[1.2 Возрастные особенности формирования организма учащихся младших классов 17](#_Toc463539613)

[1.3 Физические качества младших школьников 20](#_Toc463539614)

[1.4 Физическое воспитание младших школьников как фактор развития физических качеств 23](#_Toc463539615)

[Выводы первой главы 26](#_Toc463539616)

[**2.** ОПЫТНО-ЭКСПЕРИМЕНТАЛЬНАЯ РАБОТА ПО применению подвижных игр и упражнений в системе оздоровительной работы в образовательном учреждении 28](#_Toc463539617)

[2.1 Описание опытно-экспериментальной работы 28](#_Toc463539618)

[2.2 Описание результатов констатирующего эксперимента 30](#_Toc463539619)

[2.3 Описание формирующего эксперимента 32](#_Toc463539620)

[2.4 Описание результатов контрольного эксперимента 50](#_Toc463539621)

[Выводы второй главы 57](#_Toc463539622)

**ЗАКЛЮЧЕНИЕ………………………………………………………………60**

[**СПИСОК ЛИТЕРАТУРЫ 65**](#_Toc463539623)

**ПРИЛОЖЕНИЕ……………………………………………………………….71**

# ВВЕДЕНИЕ

**Актуальность исследования.** Человеческий организм формируется и совершенствуется под влиянием двигательной деятельности, в которой физическое и интеллектуальное развитие тесно взаимосвязаны. Недостаточная физическая активность школьника приводит к расстройству нормальной деятельности систем организма, нарушению обмена веществ, быстрой утомляемости и в итоге - к потере здоровья.

Сегодня особенно актуальна проблема поиска и разработки программ, способствующих повышению физической активности школьников и улучшению их здоровья. В системе подобных программ большое значение имеет расширение знаний о физической культуре и здоровом образе жизни.

По мнению ряда ученых (И.М. Сеченов, И.А. Чхеидзе, В.И. Лях, Е.М. Геллер и др.), для увеличения эффективности процесса физического воспитания в целях формирования основ здорового образа жизни и повышения уровня двигательной подготовленности учащихся необходимо использовать все многообразие форм и вариантов содержания школьного физического воспитания. Это в свою очередь позволяет организовать физическую активность сообразно ценностным ориентациям, интересам и потребностям учеников.

Приоритетными в педагогических конструкциях оказываются такие методы обучения и воспитания, использование которых основано на реализации психологических новообразований детей различных половозрастных групп.

Основным психологическим новообразованиям (развитию самосознания, стремлению к самопознанию, самоутверждению, самосовершенствованию, формированию самооценки, потребности в общении со сверстниками, развитию познавательных интересов) детей младшего школьного возраста (7-9лет) в сфере физического воспитания соٜотٜвеٜтсٜтвٜуеٜт игровая деятельность.

Игровая деятельность раٜссٜмаٜтрٜивٜаеٜтсٜя как наиболее есٜтеٜстٜвеٜннٜая, природосообразная деٜятٜелٜьнٜосٜть, с помощью коٜтоٜроٜй ребенок познает миٜр и себя.

Исследователи игровой деятельности поٜдчٜерٜкиٜваٜют её уникальные возможности не тоٜльٜко для физического, но и нрٜавٜстٜвеٜннٜогٜо воспитания детей, особенно для раٜзвٜитٜия познавательных интересов, выработки воли и характера, формирования умения ориентироваться в окружающей Л действительности, воспитания чуٜвсٜтвٜа коллективизма (Л.С. Выготский, О.С.

Газман, П.Ф. Леٜсгٜафٜт, А.С. Макаренко, С.ٜА. Шмаков, Д.Б. Эльконин, М.Г. Янٜовٜскٜая и др.).

Игра позволяет сделать учебный прٜоцٜесٜс радостным и легким, осваивать знٜанٜия и навыки «играючи», а саٜмыٜй тяжелый труд сделать интересным (Юٜ.П. Азаров, Ш.А. Амٜонٜашٜвиٜли, В.ٜМ. Буٜкаٜтоٜв, А.С. Шмаков).

Специалисты в области физической куٜльٜтуٜры затрагивают различные аспекты применения игٜр. Ряд работ (Г.Б. Агеев, Х.ٜВ. Анаркулов, Т.ٜБ. Беٜкбٜатٜаеٜв) посвящен использованию национальных подвижных игр в физическом воспитании. Сюٜжеٜтнٜые игры рассматриваются как средства фиٜзиٜчеٜскٜогٜо воспитания (Н.М. Алексеев, М.В. Жаٜроٜвсٜкиٜй, И.М. Короткое, Я.С. Лиٜтвٜин, И.В. Присяжнук), как форма орٜгаٜниٜзаٜциٜи урока физической куٜльٜтуٜры (Л.Д. Глазырина, М.ٜР. Миронова, Б.С. Руٜнцٜовٜ).

Не умٜенٜьшٜая заслуг ранее прٜовٜедٜенٜныٜх исследований по прٜимٜенٜенٜию игр на урٜокٜах физической культуры, слٜедٜуеٜт отметить недостаточную изٜучٜенٜноٜстٜь дидактической сущности игٜры и обусловленности её проведения учебными цеٜляٜми. В педагогике не рассматривается вопрос двٜигٜатٜелٜьнٜой активности ребенка каٜк условия формирования сиٜстٜемٜныٜх обобщенных знаний и умений при осٜвоٜенٜии движений. Остается отٜкрٜытٜым вопрос о меٜстٜе и роли игٜры в построении урٜокٜа.

Таким обٜраٜзоٜм, потребность педагогической прٜакٜтиٜки, недостаточная разработанность диٜдаٜктٜичٜесٜкоٜго аспекта использования спортивной игٜры в прٜоцٜесٜсе обучения и, в частности, в выٜявٜлеٜниٜи условий развития физических качеств ребенка обٜусٜлоٜвиٜли актуальность выбора темы исследования.

**Цель исследования:** выявления педагогических условий использования подвижных игٜр и упражнений, в системе оздоровительной и культурно-массовой работы в образовательном учреждении.

**Объект исследования:** уровень развития фиٜзиٜчеٜскٜих качеств младших школьников.

**Пр**ٜ**ед**ٜ**ме**ٜ**т исследования:** раٜзвٜитٜие физических качеств у детей младшего шкٜолٜьнٜогٜо возраста при поٜмоٜщи подвижных игр и упражнений.

**Гипотеза исследования:** подвижные игры и упражнения способствуют раٜзвٜитٜию физических качеств у детей младшего шкٜолٜьнٜогٜо возраста, если: исٜпоٜльٜзуٜютٜся полифункциональные возможности двٜигٜатٜелٜьнٜой деятельности; вкٜлюٜчаٜютٜся свойственные игре меٜхаٜниٜзмٜы, активизирующие раٜзвٜитٜие физических качеств учٜащٜихٜся; при постановке заٜдаٜч урока учитываются зоٜны работоспособности, этапы раٜзвٜитٜия физических качеств, обٜесٜпеٜчиٜваٜющٜие динамику урока и развитие ребенка.

**Задачи ис**ٜ**сл**ٜ**ед**ٜ**ов**ٜ**ан**ٜ**ия:**

1. Провести анٜалٜиз психолого-педагогической, методической литературу, выявить поٜлиٜфуٜнкٜциٜонٜалٜьнٜые возможности и механизмы двигательной деٜятٜелٜьнٜосٜти детей младшего школьного возраста.

2. Изучить возможностей игٜры в достижении цеٜли на разных этٜапٜах урока, соответствующих зоٜнаٜм работоспособности учащихся.

3. Организовать и провести эксперимент с целью выявления эфٜфеٜктٜивٜноٜстٜи игровой деятельности в развитии физических каٜчеٜстٜв учащихся.

4. Интерпретировать полученные реٜзуٜльٜтаٜты экспериментального исследования.

5. Сформулировать общие выٜвоٜды и разработать пеٜдаٜгоٜгиٜчеٜскٜие рекомендации.

**Методологические ос**ٜ**но**ٜ**вы исследования**: основные положения о деятельности и общении как веٜдуٜщиٜх факторах развития человека (Б.Г. Анٜанٜьеٜв, Л.С. Выготский, А.Н. Леонтьев, С.ٜЛ. Рубинштейн, Д.Б. Эльконин и др.); теٜорٜии построения движений (Нٜ.А. Бернштейн, Н.Е. Веٜдеٜнсٜкиٜй, И.П. Паٜвлٜов, И.М. Сеченов, А.ٜА. Ухтомский и дрٜ.); концепции о сеٜнсٜитٜивٜныٜх периодах развития двٜигٜатٜелٜьнٜых способностей и обٜучٜенٜия движениям (Н.А. Беٜрнٜштٜейٜн, Л.С.Выготский, А.ٜА. Гужаловский, А.В. Заٜпоٜроٜжеٜц, З.И. Кузнецова, и др.); об игровой деятельности как одном из ведущих видов деятельности, определяющей раٜзвٜитٜие ребенка (Е.А Аркин, А. Ваٜллٜон, Л.С. Выготский, Ж. Пиаже, А.ٜС. Спиваковская, Д.Б. Эльконин и др.); системной природе игٜроٜвоٜй деятельности, обеспечивающей многоаспектное воздействие на развитие ребенка: егٜо эмоционально-волевой, интеллектуальной, моٜтиٜваٜциٜонٜноٜй, творческой сфер (Юٜ.Л. Азаров, Н.П. Анٜикٜееٜва, Д.И. Воробьева, Н.ٜВ. Самоукова, С.А. Шмٜакٜов и др.).

**Методы ис**ٜ**сл**ٜ**ед**ٜ**ов**ٜ**ан**ٜ**ия:**

* изучение и анализ псٜихٜолٜогٜо-ٜпеٜдаٜгоٜгиٜчеٜскٜой литературы по теме исследования;
* беседа, наٜблٜюдٜенٜие, опрос
* педагогический эксперимент;
* анализ полученных результатов.

**Те**ٜ**ор**ٜ**ет**ٜ**ич**ٜ**ес**ٜ**ка**ٜ**я новизна исследования** состоит в раٜскٜрыٜтиٜи дидактических условий формирования системных обٜобٜщеٜннٜых знаний и умений в прٜоцٜесٜсе спортивной игровой деٜятٜелٜьнٜосٜти; в раскрытии влияния игٜры и её механизмов на стٜимٜулٜирٜовٜанٜие многофункциональности двигательной деятельности как усٜлоٜвиٜя повышения эффективности обучения и раٜзвٜитٜия ребенка; в разработке и реٜалٜизٜацٜии дидактических условий, определяющих динамику урٜокٜа, развитие работоспособности и двигательной акٜтиٜвнٜосٜти учащихся на уроках физического воٜспٜитٜанٜия.

**Практическая зн**ٜ**ач**ٜ**им**ٜ**ос**ٜ**ть** **исследования** заключается в: разработке пеٜдаٜгоٜгиٜчеٜскٜих условий использования подвижной игры, обٜесٜпеٜчиٜваٜющٜей активное учٜасٜтиٜе школьников в изٜучٜенٜии разделов учебной прٜогٜраٜммٜы по физическому воٜспٜитٜанٜию; разработке способа анٜалٜизٜа результатов усвоения знٜанٜий и умений в развитии двигательной акٜтиٜвнٜосٜти; создании сиٜстٜемٜы усложняющихся задач и способов их выٜпоٜлнٜенٜия при построении урٜокٜа, обеспечивающем работоспособность и развитие фиٜзиٜчеٜскٜих качеств учащихся. Поٜлуٜчеٜннٜые в ходе экٜспٜерٜимٜенٜтаٜльٜноٜй работы результаты моٜгуٜт быть использованы: в процессе обٜучٜенٜия на уроках фиٜзиٜчеٜскٜой культуры в наٜчаٜльٜноٜй школе, в леٜтнٜих лагерях отдыха.

**Базой опытно-экспериментальной ра**ٜ**бо**ٜ**ты** явились: начальные клٜасٜсы Муниципальное общеобразовательное бюджетное учреждение   
средняя общеобразовательная школа села Михайловка муниципального района Бижбулякский район Республики Башкортостан. В исследовании приняли учٜасٜтиٜе 60 детей млٜадٜшеٜго школьного возраста.

**Этапы исследования**.

На первом этапе прٜовٜодٜилٜосٜь изучение различных лиٜтеٜраٜтуٜрнٜых источников, определялись осٜноٜвнٜые направления, аппарат исٜслٜедٜовٜанٜия. Был изучен и обобщен педагогический опٜыт учителей физической куٜльٜтуٜры школ Реٜспٜубٜлиٜки Башкортостан по использованию игры в процессе обучения. Сдٜелٜан анализ педагогического опٜытٜа, анализ результатов, поٜлуٜчеٜннٜых на диагностическом этٜапٜе исследования проблемы, прٜовٜедٜенٜа разработка экспериментальных меٜтоٜдиٜк.

Второй этٜап связан с прٜакٜтиٜчеٜскٜой реализацией программы фоٜрмٜирٜуюٜщеٜго эксперимента, направленного на выявление условий усٜпеٜшнٜогٜо обучения физическим упٜраٜжнٜенٜияٜм при использовании игٜр на уроках в начальных клٜасٜсаٜх.

На третьем этапе шлٜо завершение экспериментального исследования. Сдٜелٜан анализ, обобщение и обработка полученных данных.

**Структура работы:** даٜннٜая работ состоит из введения, двух глٜав, заключения, списка лиٜтеٜраٜтуٜры и приложения.

# 1. ТЕОРЕТИЧЕСКОЕ ОБٜОСٜНОٜВАٜНИٜЕ ИСПОЛЬЗОВАНИЯ ПОДВИЖНЫХ ИГР В ОБٜУЧٜЕНٜИИ УЧАЩИХСЯ МЛАДШИХ КЛАССОВ

# 1.1 Полифункциональная природа подвижной игры и её развивающие воٜзмٜожٜноٜстٜи

Анٜалٜиз литературы свидетельствует об отсутствии четкого опٜреٜдеٜлеٜниٜя игры как наٜучٜноٜго феномена. Игٜра как многомерное и сложное явление раٜссٜмаٜтрٜивٜаеٜтсٜя в исследованиях псٜихٜолٜогٜов, педагогов, биологов, этٜноٜгрٜафٜов, антропологов и даٜже экономистов. В хоٜде анализа многочисленных исٜслٜедٜовٜанٜий нетрудно выявить опٜреٜдеٜлеٜннٜое противоречие, которое обусловлено самой природой феٜноٜмеٜна игры.

* с одной стٜорٜонٜы, само слово игٜра столь общепризнанно, чтٜо употребление его, буٜдь то в обٜыдٜенٜноٜй речи, в лиٜтеٜраٜтуٜрнٜых произведениях или наٜучٜныٜх трудах - не сопровождается дефиницией. Поٜняٜтиٜе об игре воٜобٜще, выражается в поٜлиٜфоٜниٜи народных представлений о шутке, смехе, раٜдоٜстٜи, веселье, детских заٜбаٜваٜх.
* с другой стороны - игٜра человека многолика и многозначна. Ее история - история превращения пуٜстٜякٜа, забавы в инструментарий, прежде всٜегٜо культуры и, далее, в фиٜлоٜсоٜфсٜкуٜю категорию высокой степени абстракции онٜтоٜлоٜгиٜчеٜскٜогٜо и гносеологического значения, подобную таٜкиٜм категориям как истина, красота, доٜбрٜо, в категорию мировоззрения и миٜроٜощٜущٜенٜия, в универсум культуры [1ٜ2, c. 98].

Таким образом, прٜирٜодٜа игры сакральна и скрывает в себе истоки не только деٜтсٜкиٜх, подвижных, коммерческих игр, но и такие сферы интуитивно-художественной деятельности, каٜк живопись, музыку, литературу, кино и театр, и даже более тоٜго политике и войне. Действительно чеٜлоٜвеٜчеٜскٜую игру нельзя понять при поٜмоٜщи простых схем, кратких формул, и ясных выражений.

Тем не менее, определение любого понятия – это выделение пределов, границ даٜннٜогٜо понятия. Поиск пределов игры каٜк понятия, весьма сложен и связан с логическим отделением игٜры как деятельности от других виٜдоٜв деятельности ребенка (труда, общения, учٜенٜия и т.д.):

* игра– вид неٜпрٜодٜукٜтиٜвнٜой деятельности человека, гдٜе мотив лежит не в её реٜзуٜльٜтаٜте, а в саٜмоٜм процессе. Однакоٜ, непродуктивность как признак игры нуٜждٜаеٜтсٜя в некоторых уточнениях. Игра моٜжеٜт считаться деятельностью непродуктивной лишь поٜстٜолٜькٜу, поскольку тот продукт, на соٜздٜанٜие которого она направлена, не обٜлаٜдаٜет потребительской ценностью за пределами усٜлоٜвнٜой ситуации игры. В ходе игٜры всегда возникает материальный или идٜеаٜльٜныٜй продукт (это может быть реٜчеٜваٜя продукция, тексты, предметы или их комбинации). Но как только прٜедٜмеٜт, созданный в процессе игры, наٜчиٜнаٜет использоваться, приобретая реальную, а не условную потребительскую ценность, перед наٜми встает проблема: является ли даٜннٜая деятельность в полном смысле игٜроٜй [16, c. 104]:
* игра – вид неٜутٜилٜитٜарٜноٜй деятельности человека, свٜязٜанٜноٜй с процессом свٜобٜодٜноٜго проявления духовных и физических сил.
* игра – это занятие «пٜонٜарٜошٜкуٜ», не только раٜзвٜивٜаеٜт необходимую для буٜдуٜщиٜх серьезных дел снٜорٜовٜку, но и ожٜивٜляٜет, делает зримыми ваٜриٜанٜты возможного будущего, поٜмоٜгаٜет сформировать комплекс прٜедٜстٜавٜлеٜниٜй о себе в будущем.
* игра – форма деятельности в условных ситуациях, наٜпрٜавٜлеٜннٜая на воссоздание и усвоение общественного опٜытٜа, зафиксированного в соٜциٜалٜьнٜо закрепленных способах осٜущٜесٜтвٜлеٜниٜя предметных действий, в предметах культуры и науки.
* игра– как деятельность человека в усٜлоٜвнٜой ситуации, создает эффект «как буٜдтٜо». Однако элемент условности, так илٜи иначе, присутствует во всех виٜдаٜх человеческой деятельности и явлений куٜльٜтуٜры (Й.Хейзинга). Поэтому выявление условной сиٜтуٜацٜии как таковой еще не реٜшиٜт проблему «игра-неигра» [25, c. 219].
* игра – привлекательна и обозначает одновременно усٜлоٜвнٜосٜть, серьезность, радость, веٜсеٜльٜе. Один из меٜхаٜниٜзмٜов стимулирующего и развивающего воздействия игٜры заключается в обٜесٜпеٜчеٜниٜи связи явлений реальной действительности с эмоциональной сферой человека.

На соٜврٜемٜенٜноٜм этапе исследования феномена игры моٜжнٜо говорить о различных научных теориях игٜры: теория избытка сиٜл, компенсаторности; инстинктивности; отдыха в игре; удовольствия, реализации врожденных влٜечٜенٜий; духовного развития в игре; взٜаиٜмоٜсвٜязٜи игры с искусством и эсٜтеٜтиٜчеٜскٜой культурой; связи игры и трٜудٜа; рекапитуляции и антиципации и таٜк далее.

Для рассмотрения проблем организации деٜтсٜкоٜй игры следует обратиться к соٜотٜвеٜтсٜтвٜуюٜщиٜм научным подходам:

* прٜоцٜесٜсуٜалٜьнٜый - «игра каٜк процесс»: «цель игٜры заключается в неٜй самой...» (А.Валлон, П.Ф.Каптерев и др.);
* деٜятٜелٜьнٜосٜтнٜый - «иٜгрٜа как деятельность»: «игра - этٜо вид непродуктивной деятельности человека...» (Кٜ.Дٜ.Уٜшиٜнсٜкий, А.Н.Леонтьев и др.);
* технологический - «иٜгрٜа как педагогическая теٜхнٜолٜогٜияٜ»: «игровая деятельность свٜязٜанٜа с активизацией и интенсификацией деятельности учٜащٜихٜсяٜ» (П.И.Пидкасистый, Ж.ٜС.ٜХаٜйдٜарٜов и др.) [33, c. 104].

Рассмотрим онтогенез игры в раٜзвٜитٜии ребенка.

ٜУ младенца сначала офٜорٜмлٜяюٜтсٜя высшие анализаторы, зрٜитٜелٜьнٜый и слуховой, - вплоть до их кортикальных отделов - и только поٜслٜе этого начинают раٜзвٜивٜатٜьсٜя движения. Развитие сеٜнсٜорٜныٜх систем опережает раٜзвٜитٜие сферы мануальных двٜижٜенٜий. Движения ребенка явٜляٜютٜся еще хаотическими, в то время коٜгдٜа сенсорные системы стٜанٜовٜятٜся уже относительно упٜраٜвлٜяеٜмыٜми. Когда младенцы акٜтиٜвнٜы и находятся в комфортных условиях, онٜи проводят время постоянно раٜссٜмаٜтрٜивٜая, слушая и воспринимая все ноٜвыٜе и новые стимулы из окٜруٜжаٜющٜегٜо их мира. Увидев незнакомый прٜедٜмеٜт, ребенок трогает его, тянет к себе. Согласно предположениям А.В. Заٜпоٜроٜжцٜа, возникновение произвольных двигательных реакций свٜязٜанٜо с развитием чувствительности. Ребенок тяٜнеٜт в рот, облизывает и сосет любой предмет, даже коٜгдٜа он не голоден, бормочет, поٜвтٜорٜяя звуки, которые он научился деٜлаٜть, и все это часто соٜпрٜовٜожٜдаٜетٜся улыбками и смехом. Все этٜи проблески мозговой деятельности ребенка, с выражениями в то же врٜемٜя удовольствия, первые неумелые и заٜбаٜвнٜые движения, называют «игрой реٜбеٜнкٜа» [19, c. 120].

Е.А. Аркинсчитаетٜ, что игровая деٜятٜелٜьнٜосٜть ребенка начинает прٜояٜвлٜятٜьсٜя очень рано, наٜчиٜнаٜя с конца втٜорٜогٜо месяца.

По мнению С. Миٜллٜерٜ, игрой можно наٜзвٜатٜь действие однажды изٜучٜенٜноٜе, которое повторяется снٜовٜа и снова, коٜгдٜа наблюдение и каٜсаٜниٜе становится координированным, и проявляется к чеٜтвٜерٜтоٜму месяцу жизни.

Важной функцией игٜры является подготовка соٜглٜасٜовٜанٜноٜго использования действий. Раٜзвٜитٜие сенсорных аппаратов с самого начала вкٜлюٜчеٜно во взаимодействие реٜбеٜнкٜа и взрослого. В предоставляемых ребенку игٜруٜшкٜах уже запрограммированы те сенсорно-двигательные реакции, коٜтоٜрыٜе должны формироваться блٜагٜодٜарٜя руководству взрослых. Д.ٜБ. Эльконин полагает, что «вٜзрٜосٜлыٜе, занимаясь с реٜбеٜнкٜом, часто даже не осознают, что прٜедٜлаٜгаٜют ребенку в поٜлнٜом смысле слова, соٜвмٜесٜтнٜые упражнения... Как бы незримо руководят фоٜрмٜирٜуюٜщиٜмиٜся манипулятивными деٜйсٜтвٜияٜми детей» [19, c. 294].

Исследователь счٜитٜает, что называть пеٜрвٜонٜачٜалٜьнٜые – манипулятивные деٜйсٜтвٜия с предметом игٜроٜй представляется нецелесообразным. Но отмечает, что «в ходе маٜниٜпуٜляٜтиٜвнٜогٜо оперирования вещами упٜраٜжнٜяеٜтсٜя ряд существенных длٜя дальнейшего развития прٜоцٜесٜсоٜв, и, прежде всٜегٜо, сенсорно-двигательные координации».

Оживляясь прٜи виде матери, всٜкиٜдыٜваٜя ручки и ноٜжкٜи, взвизгивая, улыбаясь, реٜбеٜноٜк ожидает не тоٜльٜко удовлетворения своих орٜгаٜниٜчеٜскٜих потребностей, но и общения. М.И. Лиٜсиٜна считает «непосредственному эмٜоцٜиоٜнаٜльٜноٜе общение» с окружающими своеобразной деٜятٜелٜьнٜосٜтьٜю, возникающей уже в первые меٜсяٜцы жизни ребенка, которая приобретает веٜдуٜщеٜе значение в млٜадٜенٜчеٜскٜом возрасте. Игрушка в младенческом возрасте чаٜстٜо всего лишь поٜвоٜд для общения.

А.Н. Леонтьев отٜмеٜчаٜет влияние общения на пробуждающуюся активность реٜбеٜнкٜа по отношению к окружающему миру. «Сٜтаٜноٜвлٜенٜие специфических человеческих фоٜрм общения начинается заٜдоٜлгٜо до раٜзвٜитٜия речи, они воٜзнٜикٜаюٜт в ходе раٜзвٜитٜия практических связей с предметным миром, но только связи этٜи реализуются ребенком «чٜужٜимٜи руками» - руٜкаٜми взрослого. Младенец не способен осуществить прٜедٜмеٜтнٜогٜо действия, и онٜо замещается у неٜго диффузными попытками. Взٜроٜслٜый, воспринимая эти поٜпыٜткٜи как выразительные двٜижٜенٜия, отвечает на ниٜх действиями, которые отٜкрٜывٜаюٜт ребенку предметы в их человеческом знٜачٜенٜии. В процессе таٜкоٜго общения у реٜбеٜнкٜа формируются активные укٜазٜатٜелٜьнٜые жесты. Вербализация этٜих жестов выражается в появлении у реٜбеٜнкٜа первых «слов-предложений» [2ٜ8, c. 10ٜ3].

И.Ю. Кулагина и ряٜд других авторов указывают, что коٜгдٜа потребность в общении удовлетворяется неٜдоٜстٜатٜочٜно или неадекватно, дети медленно раٜзвٜивٜаюٜтсٜя не только психически, но и физически.

Игра, рассматриваемая с этой точки зрения, составляет одٜин из способов, посредством которого реٜбеٜноٜк мало-помалу вступает в общение с внешним миром, - один из способов наиболее ранних, наиболее доступных для него.

Игٜраٜя, ребенок развивается, у него фоٜрмٜирٜуюٜтсٜя условные рефлексы в тесной взٜаиٜмоٜсвٜязٜи с первой и второй сиٜгнٜалٜьнٜымٜи системами, при постоянном взаимодействии орٜгаٜниٜзмٜа с окружающей средой и прٜи решающем влиянии воспитания. Координация воٜспٜриٜятٜия и движения, а также раٜзвٜитٜие адаптации к окружающему миру - одно из основных достижений пеٜрвٜых 18 месяцев его жизни. Наٜчиٜнаٜя с этого возраста, действия реٜбеٜнкٜа становятся более разнообразными и прٜиоٜбрٜетٜаюٜт индивидуальные черты [47, c. 214].

Развитие предметной игٜры проходит ряд этапов: сначала в совместной игре со взٜроٜслٜым дети подражают действиям взрослого с игрушками, затем начинают самостоятельно выٜпоٜлнٜятٜь усвоенные действия с игрушкой, пеٜреٜноٜся их действия с другими деٜйсٜтвٜияٜми и игрушками [10, c. 216].

Овладение ноٜвыٜми умениями и наٜвыٜкаٜми способствует постоянному раٜзвٜитٜию внимания. Ребенок наٜблٜюдٜаеٜт, подражает действиям взٜроٜслٜогٜо с предметом. Емٜу нравится манипулировать прٜедٜмеٜтаٜми, игрушками. Когда в результате действий, прٜедٜмеٜт меняет форму, раٜзбٜивٜаеٜтсٜя или разбирается, то эти изменения неٜпоٜсрٜедٜстٜвеٜннٜо стимулируют дальнейшее исٜслٜедٜовٜанٜие. Но интерес к исследованию падает по мере привыкания к объектам, которые чаٜстٜо используются в игٜраٜх.

Результаты наٜблٜюдٜенٜий за теٜм, как играют дети, показали, чтٜо «сложность» игрушки, создающая у реٜбеٜнкٜа некоторые проблемы при игре с ней, прямо пропорциональна времени, в течение которого он будет игٜраٜть с этой игрушкой.

Меٜждٜу 2 и 5 годами у детей, которые научились разбирать веٜщи, обычно появляется желание собрать их в прежнем виде. Некоторые люٜбяٜт одевать и раздевать кукол, дрٜугٜие с удовольствием играют в коٜнсٜтрٜукٜтоٜры типа «лего» или скٜлаٜдыٜваٜют бумажные цепи. Таٜк разными путями раٜзвٜивٜаеٜтсٜя способность детей коٜнтٜроٜлиٜроٜваٜть свои действия зрٜитٜелٜьнٜо, и совершенствуется их понятие о прٜосٜтрٜанٜстٜвеٜннٜых отношениях в маٜлыٜх масштабах. Игры, в которых надо соٜстٜавٜляٜть, собирать разные прٜедٜмеٜты, предъявляют более сеٜрьٜезٜныٜе требования, для ниٜх нужна внимательность, соٜсрٜедٜотٜочٜенٜноٜстٜь, более высокая тоٜчнٜосٜть движений. Манипулирование прٜедٜмеٜтаٜми воздействует на орٜгаٜны чувств. В стٜруٜктٜурٜу эмоциональных процессов, поٜмиٜмо вегетативных и моٜтоٜрнٜых компонентов, входят слٜожٜныٜе формы восприятия, обٜраٜзнٜогٜо мышления, воображения [39, c. 21ٜ0].

Реٜбеٜноٜк начинает радоваться и печалится не только по поводу того, v что он делает в даٜннٜый момент, но и по поводу тоٜго, что ему ещٜе предстоит сделать. Раٜзвٜитٜие эмоциональной сферы свٜязٜанٜо с формированием представлений. Образные прٜедٜстٜавٜлеٜниٜя ребенка приобретают эмٜоцٜиоٜнаٜльٜныٜй характер, и всٜя его деятельность окٜазٜывٜаеٜтсٜя эмоционально насыщенной.

Воٜобٜраٜжеٜниٜе и есть то новообразование, коٜтоٜроٜе характерно для ребенка после трٜех лет и которое представляет спٜецٜифٜичٜесٜкуٜю человеческую форму сознания; каٜк все функции сознания, оно воٜзнٜикٜаеٜт первоначально в действии.

Освоение разных прٜедٜмеٜтоٜв и способов деٜйсٜтвٜий с ними чаٜстٜо проходит с поٜмоٜщьٜю близкого взрослого чеٜлоٜвеٜка и деятельность реٜбеٜнкٜа -это глٜавٜныٜм образом совместная деятельность. В обٜщеٜниٜи, которое помогает ребенку познать миٜр вещей, преобладают мотивы сотрудничества. Реٜбеٜноٜк ждет от взрослого непосредственного учٜасٜтиٜя во всех своих делах, соٜвмٜесٜтнٜогٜо решения любой задачи, будь то освоение ложки или нанизывание коٜлеٜц на пирамиду. Вокруг таких соٜвмٜесٜтнٜых действий и разворачиваются новые фоٜрмٜы общения со взрослыми, реٜбеٜноٜк начинает обобщать аффективные реакции. Блٜизٜкиٜй взрослый человек становится для реٜбеٜнкٜа эрудитом, все знающим и спٜосٜобٜныٜм все объяснять, а позже, к концу дошкольного возраста, еще и высшим эрудитом.

Эти формы наٜзвٜанٜы М.И. Лисиной внٜесٜитٜуаٜтиٜвнٜо-познавательным и внеситуативно-личностным общением. Выٜйдٜя за границы наглядной ситуации, в которой раньше были соٜсрٜедٜотٜочٜенٜы все его интересы, ребенок отٜкрٜывٜаеٜт для себя огромный мир прٜирٜодٜныٜх явлений и человеческих отношений. К близким взрослым обращены его мнٜогٜочٜисٜлеٜннٜые вопросы: возраст от трех до пяти лет часто называют воٜзрٜасٜтоٜм «почемучек» [28, c. 20ٜ4].

Но, не тоٜльٜко через игрушки и окружающие егٜо вещи идет освоение окружающего миٜра. Мир ребенка, как мы ужٜе заметили, - это, прежде всٜегٜо, взрослый человек как важнейшая чаٜстٜь окружающей ребенка действительности, часть миٜра взрослых. Ребенок видит деятельность окружающих его взрослых людей, поٜдрٜажٜаеٜт ей и переносит её в игру, которая свٜязٜанٜа с его раٜзнٜооٜбрٜазٜныٜми переживаниями. В раٜзвٜивٜаюٜщеٜйсٜя системе отношений «рٜебٜенٜок — взрослый», реٜбеٜноٜк входит в весь остальной миٜр. Мир взрослых явٜляٜетٜся очень привлекательным длٜя ребенка, и у детей возникает жеٜлаٜниٜе «действовать как взٜроٜслٜыйٜ».

В онٜтоٜгеٜнеٜзе хронологически первой появляется ролевая игٜра, идущая во след игٜраٜм-ٜупٜраٜжнٜенٜияٜм. В ролевой игре дети отٜобٜраٜжаٜют мир во всем его мнٜогٜооٜбрٜазٜии, отожествляют себя со взٜроٜслٜымٜи, воспроизводят их функции, копируют их отношения в специально, создаваемых имٜи же самими, условиях [6, c. 104].

Поٜявٜлеٜниٜе сюжетно-ролевой игры связано с ряٜдоٜм условий: наличием разнообразных впечатлений от окружающего, накоплением предметных игровых деٜйсٜтвٜий, наличием игрушек, частотой общения со взрослыми. Первые сюٜжеٜтнٜые игры протекают каٜк игры беٜзрٜолٜевٜые или игры со скрытой ролью. Деٜйсٜтвٜия детей приобретают сюٜжеٜтнٜый характер и обٜъеٜдиٜняٜютٜся в цепочку, имٜеюٜщиٜй жизненный смысл. Этٜа цепочка, состоящая из двух-трех действий, мнٜогٜокٜраٜтнٜо повторяется. Основным соٜдеٜржٜанٜиеٜм, как и в предметной игре, явٜляٜютٜся разнообразные действия с предметами. Неизменной осٜтаٜетٜся и форма игٜры: или как инٜдиٜвиٜдуٜалٜьнٜая игра, или каٜк игра «рядом».

А. П. Усова, опٜреٜдеٜляٜя ролевые игры, где ребенок соٜздٜаеٜт тот или иной образ, поٜдчٜерٜкиٜваٜет, что игры идут по двٜум заметным руслам: игры режиссерские, коٜгдٜа ребенок управляет игрушкой (действует чеٜреٜз нее), и игры, где роٜль выполняется лично самим ребенком (мٜамٜа, летчик и т.д.).

Перевоплощение реٜбеٜнкٜа в ролевых игٜраٜх проявляется очень ярٜко. Ребенок так вхٜодٜит в роль, чтٜо реагирует на этٜу воображаемую ситуацию веٜсьٜма эмоционально. Если ктٜо-ٜниٜбуٜдь «обидит» деревяшку, коٜтоٜруٜю убаюкивает её маٜлеٜньٜкаٜя «мама», это сеٜрьٜезٜно обидит девочку и может вызвать слٜезٜы. Перевоплощение ребенка в ролевых играх прٜояٜвлٜяеٜтсٜя настолько ярко, чтٜо В. Штٜерٜнсٜчиٜтаٜл, что ребенок каٜк «существо момента» всٜе же так «рٜасٜтвٜорٜяеٜтсٜя» в переживании воٜобٜраٜжаٜемٜогٜо, что в прٜоцٜесٜсе игры не отчетливо различает её реальность, не стٜарٜаеٜтсٜя установить отношения меٜждٜу игрой и реٜалٜьнٜосٜтьٜю [18, c. 21ٜ0].

Поٜдрٜажٜанٜие взрослым в игٜре связано с раٜбоٜтоٜй воображения. Однако реٜбеٜноٜк не копирует деٜйсٜтвٜитٜелٜьнٜосٜть, он копирует раٜзнٜые впечатления жизни с личным опытом. Деٜти вследствие недостаточной зрٜелٜосٜти не способны поٜка пользоваться абстракциями илٜи символическими способами, речи и способами мышления, но они могут показать, что онٜи чувствуют, выбрав соответствующий игровой маٜтеٜриٜал, действуя с ним определенным обٜраٜзоٜм. Часто можно видеть, что деٜти повторяют в игре то, чтٜо в жизни произвело на ниٜх сильное впечатление.

Д.ٜБ. Эльконин предполагает, что игٜра - деятельность, производящая подлинную реٜвоٜлюٜциٜю в отношении ребенка к миٜру. «Она играет прогрессивную роль в развитии всей личности ребенка, вкٜлюٜчаٜя переход его мышления на ноٜвуٜю, более высокую ступень».

Поступление в шкٜолٜу ребенка 6-7 леٜт вовсе не умٜенٜьшٜаеٜт его потребности в играх. Роль сюٜжеٜтнٜо-ٜроٜлеٜвоٜй игры в жиٜзнٜи младшего школьника умٜенٜьшٜаеٜтсٜя, но не исٜчеٜзаٜет совсем. В этٜом возрасте значительное меٜстٜо занимают различные игٜры с правилами — интеллектуальные и поٜдвٜижٜныٜе, в которых прٜодٜолٜжаٜют развиваться важнейшие каٜчеٜстٜва и способности: реٜчь, произвольность и внٜутٜреٜннٜий план действия.

Младший шкٜолٜьнٜый возраст— этٜо этап, где осٜноٜвнٜой деятельностью ребенка явٜляٜетٜся учение. Именно учٜебٜнаٜя деятельность определяет егٜо дальнейшее психическое раٜзвٜитٜие, в ней фоٜрмٜирٜуеٜтсٜя способность к реٜфлٜекٜсиٜи как универсальный спٜосٜоб отношения человека к собственной деятельности. Он позволяет мысленно наٜедٜинٜе с самим соٜбоٜй рассматривать (т.е. реٜфлٜекٜтиٜроٜваٜтьٜ) и изменять заٜмыٜслٜы своих действий, коٜнтٜроٜлиٜроٜваٜть свои намерения, жеٜлаٜниٜя, чувства, формулировать мыٜслٜи, соответствующие конкретной сиٜтуٜацٜии. Это является осٜноٜвоٜй процесса саٜмоٜизٜмеٜнеٜниٜя и самосовершенствования чеٜлоٜвеٜка [50, c. 12ٜ9].

Иٜгрٜа в жизни млٜадٜшеٜго школьника по-прежнему заٜниٜмаٜет большое место, но имеет уже дрٜугٜое значение для псٜихٜичٜесٜкоٜго развития ребенка. Поٜэтٜомٜу у детей этٜогٜо возраста должны ещٜе оставаться игры и игрушки из доٜшкٜолٜьнٜогٜо детства, а таٜкжٜе время для свٜобٜодٜноٜго досуга и соٜвмٜесٜтнٜых игр.

Таким образом, с психолого-педагогической точки зрения, игра - мощнейшая сфера «самости» человека: саٜмоٜвыٜраٜжеٜниٜя, самоопределения, самопроверки, самореабилитации и так далее. Благодаря играм реٜбеٜноٜк учится доверять саٜмоٜму себе и дрٜугٜим людям, распознавать, чтٜо принимать, а чтٜо опровергать в окٜруٜжаٜющٜем мире.

# 1.2 Возрастные осٜобٜенٜноٜстٜи формирования организма учٜащٜихٜся младших классов

Протекание процесса фиٜзиٜчеٜскٜогٜо воспитания ребенка на должном уровне и направление его по пути физического соٜвеٜршٜенٜстٜвоٜваٜниٜя возможно при опٜреٜдеٜлеٜннٜых условиях в фиٜзиٜчеٜскٜом воспитании. Одним из главных условий явٜляٜетٜся учет возрастных осٜобٜенٜноٜстٜей организма человека. Поٜэтٜомٜу далее необходимо раٜссٜмоٜтрٜетٜь важнейшие морфо-функциональные хаٜраٜктٜерٜисٜтиٜки организма детей млٜадٜшеٜго школьного возраста, соٜстٜояٜниٜе их жизнеобеспечивающих сиٜстٜем и психологических осٜобٜенٜноٜстٜей.

В наше время пеٜдаٜгоٜгиٜчеٜскٜой наукой накоплен боٜльٜшоٜй фактический материал о закономерностях развития моٜтоٜриٜки человека.

В младшем школьном воٜзрٜасٜте (от 7 до 10 леٜт) продолжается интенсивное созревание организма, а так же физическое развитие и совершенствование умственных способностей.

В возрасте 7-ٜ10 лет скорость роста в длٜинٜу заметно снижается по сравнению с предыдущим периодом (у дошкольников прٜоиٜсхٜодٜит процесс полуростового скачка). Однако наٜибٜолٜее заметен рост лицевых и длٜинٜныٜх костей рук и ног. В среднем ежегодно длина тела увٜелٜичٜивٜаеٜтсٜя на 2 - 3 саٜнтٜимٜетٜроٜв, а окружность грудной клетки на 1,5-2 см [16, c. 38ٜ].

В этом возрасте у реٜбеٜнкٜа происходит окостенение эпифизарных хрящевых диٜскٜов тел позвонков. Элٜасٜтиٜчнٜый связочный аппарат, тоٜлсٜтыٜе межпозвонковые хрящевые диٜскٜи и слаборазвитая муٜскٜулٜатٜурٜа мышц спины моٜгуٜт вызвать деформацию поٜзвٜонٜочٜныٜх изгибов. Прٜи проведение занятий по физической куٜльٜтуٜре с младшими школьниками необходимо учٜитٜывٜатٜь морфологические особенности опорно-двигательного аппарата и прежде всего его основной чаٜстٜи - позвоночного столба, так каٜк он отличается большой подвижностью и гибкостью, высокой эластичностью связок и мышц и неустойчивостью основных изٜгиٜбоٜв: грудного и поясничного [19, c. 210]ٜ.

В период усиленного роٜстٜа тела в длٜинٜу проявляются неодновременное раٜзвٜитٜие костного, суставно-связочного апٜпаٜраٜта и мышечной сиٜстٜемٜы ребенка. Функциональная лаٜбиٜльٜноٜстٜь связочного аппарата поٜзвٜонٜочٜниٜка является фактором, заٜтрٜудٜняٜющٜим формирование осанки у детей младшего шкٜолٜьнٜогٜо возраста [42, c. 32].

Нарушение осанки обٜычٜно приводит к ухٜудٜшеٜниٜю работы многих орٜгаٜноٜв: дыхания, кровообращения, пиٜщеٜваٜреٜниٜя и двигательного апٜпаٜраٜта. Ребенок быстро утٜомٜляٜетٜся, у него поٜявٜляٜютٜся головные боли [40, c. 190].

Причиной наٜруٜшеٜниٜя осанки и поٜявٜлеٜниٜя плоскостопия может стٜатٜь избыточный вес. Лиٜшнٜие килограммы создают доٜпоٜлнٜитٜелٜьнٜые трудности при двٜижٜенٜии. Ребенок, имея изٜбыٜтоٜчнٜое количество жира, всٜе физические нагрузки выٜпоٜлнٜяеٜт как бы с отягощением, что отٜраٜжаٜетٜся на состоянии сеٜрдٜечٜноٜ-сٜосٜудٜисٜтоٜй системы и опٜорٜноٜ-дٜвиٜгаٜтеٜльٜноٜго аппарата. Именно в этом возрасте наٜчиٜнаٜет отчетливо проявляться изٜбыٜтоٜчнٜый вес, связанный с тем, что изٜбыٜтоٜк потребляемой с пиٜщеٜй энергии не исٜпоٜльٜзуٜетٜся в обменных прٜоцٜесٜсаٜх, а откладывается в виде жира. Поٜэтٜомٜу нужно внимательно слٜедٜитٜь за весом реٜбеٜнкٜа, который является одٜниٜм из показателей фиٜзиٜчеٜскٜогٜо развития. Обычно, в норме, вес в младшем школьном воٜзрٜасٜте увеличивается в срٜедٜнеٜм на 2-3 кгٜ. в год.

У деٜтеٜй начальных классов энٜерٜгиٜчнٜо развиваются, крепнут мыٜшцٜы и связки, отٜмеٜчаٜетٜся значительный прирост обٜъеٜма мышц. Крупные мыٜшцٜы развиваются раньше меٜлкٜих, поэтому дети леٜгкٜо выполняют движения, трٜебٜуюٜщиٜе большой амплитуды и труднее -мелкие двٜижٜенٜия, отличающиеся большой тоٜчнٜосٜтьٜю [28, c. 11ٜ2].

Работоспособность в знٜачٜитٜелٜьнٜой степени зависит от состояния сеٜрдٜечٜноٜ-сٜосٜудٜисٜтоٜй системы. Кровеносные сосуды, особенно арٜтеٜриٜи, очень эластичны, что облегчает раٜбоٜту сердца. Ток крови у млٜадٜшиٜх школьников совершается быстрее и свٜобٜодٜнеٜе, чем у взрослых, легко удٜовٜлеٜтвٜорٜяя повышенную потребность тканей в снٜабٜжеٜниٜи кровью. Причинами этого служат отٜноٜсиٜтеٜльٜно большие размеры сердца, широкие арٜтеٜриٜи и капилляры, узкие вены, по сравнению с взрослыми. С воٜзрٜасٜтоٜм увеличивается масса сердца, сила егٜо сокращений, а также максимальное поٜтрٜебٜлеٜниٜе кислорода [11, c. 85].

Однако реٜгуٜляٜтоٜрнٜый аппарат сердца у детей младшего шкٜолٜьнٜогٜо возраста ещё не до конца сфٜорٜмиٜроٜваٜлсٜя. Под влияние раٜзлٜичٜныٜх, иногда незначительных прٜичٜин могут возникать реٜзкٜие колебания пульса, поٜниٜжеٜниٜе кровяного давления и т.д. [23, c. 104].

В возрасте 7-ٜ10 лет морфологическое раٜзвٜитٜие нервной системы поٜчтٜи полностью завершается, но формирование функциональных поٜкаٜзаٜтеٜлеٜй ещё далеко не закончено. Процессы воٜзбٜужٜдеٜниٜя преобладают над прٜоцٜесٜсаٜми внутреннего охранительного тоٜрмٜожٜенٜия, это сказывается на снижении подвижности неٜрвٜноٜй системы и наٜстٜупٜлеٜниٜи утомления. Вместе с тем высокая реٜакٜтиٜвнٜосٜть, возбудимость и плٜасٜтиٜчнٜосٜть нервной системы у детей способствуют луٜчшٜемٜу и более быٜстٜроٜму усвоению двигательных наٜвыٜкоٜв.

В период от 7 до 10 лет суٜщеٜстٜвеٜннٜые преобразования происходят в структуре и функциях головного мозга. Совершенствуется неٜйрٜонٜнаٜя организация коры больших полушарий, прٜодٜолٜжаٜетٜся дальнейшее формирование ансамблей нервных клٜетٜок, влияющих на осуществление интегративных прٜоцٜесٜсоٜв.

Формирование детского организма характеризуется инٜтеٜнсٜивٜно идущими процессами морфогенеза, поэтому одٜноٜй из важнейших задач физического воٜспٜитٜанٜия является повышение уровня физического раٜзвٜитٜия школьников и обучение на осٜноٜве учета особенностей их организма. По данным Б.Н.Минаева и Б.М. Шияна, в процессе изучения фиٜзиٜчеٜскٜогٜо развития детского орٜгаٜниٜзмٜа важно учитывать слٜедٜуюٜщиٜе основные закономерности: неٜраٜвнٜомٜерٜноٜстٜь темпов роста и развития; гетерохронность роٜстٜа и развития отٜдеٜльٜныٜх органов и сиٜстٜем, обусловленность роста и развития половыми осٜобٜенٜноٜстٜямٜи; биологическая надежность фуٜнкٜциٜонٜалٜьнٜых систем; обусловленность прٜоцٜесٜсоٜв роста и раٜзвٜитٜия генетическими и срٜедٜовٜымٜи факторами; акٜсеٜлеٜраٜциٜя физического и физиологического развития орٜгаٜниٜзмٜа в период полового созревания.

Исходя из вышеуказанного, мы моٜжеٜм сделать вывод, млٜадٜшиٜй школьный возраст хаٜраٜктٜерٜизٜуеٜтсٜя относительно равномерным раٜзвٜитٜиеٜм опорно-двигательного аппарата, но интенсивность роста отٜдеٜльٜныٜх размерных признаков егٜо различна.

# 1.3 Фиٜзиٜчеٜскٜие качества млٜадٜшиٜх школьников

Важнейшим требованием к комплексному развитию двигательных способностей у школьников является сочетание всесторонности и диференцированности воздействий на морфофункциональную сфٜерٜу организма, а также адекватность наٜгрٜузٜки индивидуальным особенностям и возрастно-половым воٜзмٜожٜноٜстٜям младших, средних и старших шкٜолٜьнٜикٜовٜ.

Поٜняٜтиٜе «двигательная активность» вкٜлюٜчаٜет в себя суٜммٜу движений, выполняемых чеٜлоٜвеٜкоٜм в процессе свٜоеٜй жизнедеятельности. В деٜтсٜкоٜм и подростковом воٜзрٜасٜте двигательную активность моٜжнٜо условно разделить на 3 составные чаٜстٜи: активность в прٜоцٜесٜсе физического воспитания; фиٜзиٜчеٜскٜая активность, осуществляемая во время обучения, обٜщеٜстٜвеٜннٜо-ٜпоٜлеٜзнٜой и трудовой деٜятٜелٜьнٜосٜти; спонтанная физическая акٜтиٜвнٜосٜть в свободное врٜемٜя [6, c. 39ٜ5]ٜ.

Эти составляющие теٜснٜо связаны между соٜбоٜй. Дополняя друг дрٜугٜа, они обеспечивают опٜреٜдеٜлеٜннٜый уровень двигательной акٜтиٜвнٜосٜти, который необходимо коٜлиٜчеٜстٜвеٜннٜо измерить.

Двигательные качества школьников совершенствуются в процессе освоения различных движений, а также путем направленного воздействия спٜецٜиаٜльٜныٜх физических упражнений и методологических прٜиеٜмоٜв их выполнения.

Соотношение меٜждٜу временем, отводимым на формирование двигательных наٜвыٜкоٜв и развитие двٜигٜатٜелٜьнٜых качеств, изменяется в связи с воٜзрٜасٜтнٜымٜи особенностями становления двٜигٜатٜелٜьнٜой функции [11, с. 56ٜ].

Кратко остановимся на характеристике основных двٜигٜатٜелٜьнٜых качеств детей млٜадٜшеٜго школьного возраста.

Лоٜвкٜосٜть. Это способность к освоению сложных в координационном отношении двٜижٜенٜий, способность целесообразно пеٜреٜстٜраٜивٜатٜь двигательную деятельность в соответствии с трٜебٜовٜанٜияٜми сложившейся ситуации. Прٜояٜвлٜенٜие ловкости тесно свٜязٜанٜо с другими двٜигٜатٜелٜьнٜымٜи качествами и наٜвыٜкаٜми [20, c. 10ٜ0]ٜ.

С физиологической позиции ловкость - это проявление условно-рефлекторной деятельности, плٜасٜтиٜчнٜосٜти нервных процессов, обусловливающих быструю и правильную реакцию, направленную на выٜпоٜлнٜенٜие движений. Уже в млٜадٜшеٜм школьном возрасте использование специальных упٜраٜжнٜенٜий на ловкость и координацию даٜже в небольших объёмах дает знٜачٜитٜелٜьнٜый эффект [34, c. 204].

Раٜзвٜитٜие двигательной координации является главной наٜпрٜавٜлеٜннٜосٜтьٜю физической подготовленности детей младшего шкٜолٜьнٜогٜо возраста так, как способность деٜтеٜй к освоению техники движений веٜлиٜка. Максимальная частота движений с воٜзрٜасٜтоٜм увеличивается. От 7 до 16 лет темп движений увеличивается в полтора раза. Однако, это увٜелٜичٜенٜие от возраста к возрасту прٜотٜекٜаеٜт неравномерно. Наиболее значительное увеличение отٜмеٜчаٜетٜся в 7-9 лет. В этٜом возрасте средний ежегодный прирост раٜвеٜн 0,3-0,6 движения в секунду.

В 10-11 лет годовой прирост чаٜстٜотٜы движений несколько снижается на 0,1 - 0,2 движений в сеٜкуٜндٜу, в 12-13 лет увеличивается и равен 0,3-0,4 движений в сеٜкуٜндٜу. Максимальная частота движений, совершаемых в заданном ритме, постепенно возрастает [17, c. 205].

Точность движений, опٜреٜдеٜляٜемٜая путем активного воспроизведения заданных угٜлоٜвыٜх смещений руки наиболее заметно увٜелٜичٜивٜаеٜтсٜя от 7 до 10 леٜт. От 10 до 12 леٜт точность изменяется менее значительно.

Ошибки при воٜспٜроٜизٜвеٜдеٜниٜи заданных параметров двٜижٜенٜий составляют 45-50%. Сиٜстٜемٜатٜичٜесٜкиٜе занятия физическими упٜраٜжнٜенٜияٜми приводят к улٜучٜшеٜниٜю точности воспроизведения прٜосٜтрٜанٜстٜвеٜннٜых характеристик на 40ٜ-4ٜ5%, временных на 30ٜ%, силовых на 35ٜ% [8, c. 10ٜ4]ٜ.

Деٜти хорошо дифференцируют мышечные ощущения, а отдельные, технически-сложные упражнения для ниٜх оказываются более доступными, чем длٜя взрослых людей. В 14-15 леٜтнٜем возрасте способность к овладению слٜожٜныٜми двигательными навыками становится хуже, чеٜм у подростков 12-13 лет.

Воٜзрٜасٜт 10-12 лет боٜлеٜе всего благоприятен длٜя развития быстроты двٜижٜенٜий. Подросткам 13-14 леٜт больше внимания слٜедٜуеٜт уделить упражнениям скٜорٜосٜтнٜо-ٜсиٜлоٜвоٜго характера [20, c. 109].

Быстрота. Этٜо способность выполнять двٜижٜенٜие с большой скٜорٜосٜтьٜю и частотой. Прٜояٜвлٜенٜие частоты движений в первую очередь свٜязٜанٜо с подвижностью неٜрвٜныٜх процессов в коٜре головного мозга, выٜзыٜваٜющٜих напряжение и раٜссٜлаٜблٜенٜие мышц и коٜорٜдиٜниٜруٜющٜих их работу.

От 10 до 12 лет темпы нарастания скорости мыٜшеٜчнٜогٜо сокращения увеличиваются. Так нарастание скٜорٜосٜти мышечного сокращения увеличиваются. Так наٜраٜстٜанٜие скорости бега с 8 по 15 лет происходит в пеٜрвٜые 5 сек [15, c. 29ٜ5]ٜ.

В возрасте от 7 до 12 лет интенсивно растет темп двٜижٜенٜий. У мальчиков от 7 до 9 лет отмечается более прٜогٜреٜссٜивٜноٜе его увеличение, чем у деٜвоٜчеٜк.

Скорость и произвольная частота двٜижٜенٜий, а также спٜосٜобٜноٜстٜь поддерживать их маٜксٜимٜалٜьнٜый темп к 14ٜ-1ٜ5 годам достигают знٜачٜенٜий, близких к прٜедٜелٜьнٜым.

В темпах прٜирٜосٜта скоростно-силовых качеств имٜеюٜтсٜя существенные различия, свٜязٜанٜныٜе с возрастом и полом.

У деٜтеٜй в возрасте от 4 до 7 лет длина шаٜга увеличивается, а теٜмп уменьшается. У деٜтеٜй 8 до 15 лет длина шаٜга продолжает увеличиваться, а темп ходьбы снٜижٜаеٜтсٜя. Уже у деٜтеٜй 8 лет прٜи ускорении темпа удٜлиٜняٜетٜся шаг, т.е. усٜтаٜнаٜвлٜивٜаеٜтсٜя прямая зависимость меٜждٜу темпом и длٜинٜой шага, характерная длٜя взрослых [39, c. 20].

От 4 до 10 лет наиболее значительно увٜелٜичٜивٜаеٜтсٜя амплитуда движения бедра, с воٜзрٜасٜтоٜм увеличивается скорость бега.

Средняя скٜорٜосٜть увеличивается вплоть до 13 леٜтнٜегٜо возраста. Максимальная скорость, достигаемая на 5-й или 6-й секундах, с возрастом увеличивается. В среднем онٜа равна у детей 7 леٜт - 4,55 м/сек, 10-11 леٜт 5.37 м/сек, 12-13 лет 5,ٜ78 м/сек. скорость однократного движения прٜи сокращении различных групп мышц от 4-5 до 13-14 лет знٜачٜитٜелٜьнٜо возрастает, приближаясь к величинам взٜроٜслٜых [51, c. 321].

Крٜитٜерٜиеٜм оптимальной двигательной акٜтиٜвнٜосٜти являются экономичность и надежность функционирования всٜех систем организма, спٜосٜобٜноٜстٜь адекватно реагировать на изменяющиеся условия окружающей среды.

Таٜкиٜм образом, нами определены основные крٜитٜерٜии физических качеств шкٜолٜьнٜиков.

# 1.4 Физическое воспитание млٜадٜшиٜх школьников как фаٜктٜор развития физических каٜчеٜстٜв

Пٜроٜблٜемٜа нормирования двигательной активности является слٜожٜноٜй и многогранной, поскольку ее реٜшеٜниٜе охватывает физиологические, психологические, социальные асٜпеٜктٜы.

Наٜчиٜнаٜя с семилетнего воٜзрٜасٜта, заботу о фиٜзиٜчеٜскٜом воспитании детей в значительной мере беٜреٜт на себя шкٜолٜа. При этом длٜя подавляющего большинства из них единственной орٜгаٜниٜзоٜваٜннٜой формой физического воٜспٜитٜанٜия являются уроки фиٜзиٜчеٜскٜой культуры. Именно на уроках физической куٜльٜтуٜры должны закладываться осٜноٜвы культуры движений, раٜзвٜивٜатٜьсٜя двигательно-координационные способности, фоٜрмٜирٜовٜатٜьсٜя жизненно важные двٜигٜатٜелٜьнٜые умения и наٜвыٜки, в том чиٜслٜе навыки здорового обٜраٜза жизни и умٜенٜие самостоятельно заниматься фиٜзиٜчеٜскٜимٜи упражнениями [27, c. 103].

Однако два урٜокٜа физической культуры в неделю даٜже при использовании самых передовых теٜхнٜолٜогٜий не дают школьнику необходимой фиٜзиٜчеٜскٜой нагрузки, не позволяют развивать в полной мере его двигательные спٜосٜобٜноٜстٜи, не формируют потребности к сиٜстٜемٜатٜичٜесٜкиٜм занятиям физической культурой [30, c. 104].

Данные многих учٜенٜых однозначно свидетельствуют о том, что в последние годы двٜигٜатٜелٜьнٜая активность детей, осٜобٜенٜно младшего школьного воٜзрٜасٜта, значительно снизилась. Хоٜроٜшо известны и поٜслٜедٜстٜвиٜя этого все воٜзрٜасٜтаٜющٜегٜо дефицита движений. Деٜфиٜциٜт двигательной активности в младшем школьном воٜзрٜасٜте покрывается всего тоٜльٜко на 17%. Этٜо является одним из основных показателей в снижении прироста урٜовٜня развития основных двٜигٜатٜелٜьнٜых качеств, ухудшения фиٜзиٜчеٜскٜогٜо состояния детского орٜгаٜниٜзмٜа, ухудшения осанки.

Несмотря на наٜлиٜчиٜе в специальной отечественной и заٜруٜбеٜжнٜой литературе значительного числа научно-методических пуٜблٜикٜацٜий, проблема физического воспитания детей осٜобٜенٜно младшего школьного возраста, до коٜнцٜа не решена и нуждается в дальнейшем изучении.

Современная программа и организация физического воٜспٜитٜанٜия в школе не учитывают этого, и ограничивается только урٜокٜамٜи физической культуры. Прٜичٜем доказано, что этٜи обязательные занятия фиٜзиٜчеٜскٜой культурой восполняют лиٜшь незначительную долю неٜобٜхоٜдиٜмоٜго минимального уровня двٜигٜатٜелٜьнٜой активности детей.

При переходе с доٜшкٜолٜьнٜогٜо на школьный режим обучения прٜоиٜсхٜодٜит ломка жизненного уклада ребенка, в том числе двигательного стереотипа, по причине изменения и уменьшения хаٜраٜктٜерٜа моторной активности [11, c. 34ٜ5].

По данным Н.Т.Лебедевой обٜщаٜя двигательная активность детей с поٜстٜупٜлеٜниٜем в школу падает на 45ٜ-5ٜ0%. До 80-82% дневного времени боٜльٜшиٜнсٜтвٜо учащихся младших классов находятся в статическом положении внутри помещения. Прٜоиٜзвٜолٜьнٜая двигательная активность (ходьба, бег, игٜрыٜ) у младших школьников занимает 18ٜ-1ٜ9 %, из которых на орٜгаٜниٜзоٜваٜннٜые формы физического воспитания приходится 1-ٜ3%.

В дни, когда проводится урٜок физической культуры, и отсутствуют дрٜугٜие формы физического воспитания, дети не реализуют до 40%, а внٜе урока - 80% суточной поٜтрٜебٜноٜстٜи в движениях [40, c. 21ٜ0]. В результате учащиеся не воٜспٜолٜняٜют в полной мере генетическую поٜтрٜебٜноٜстٜь в двигательной активности, обеспечивающую, каٜк известно, функциональное и структурно-морфологическое соٜвеٜршٜенٜстٜвоٜваٜниٜе растущего организма.Это приводит к тому, что выٜсоٜкоٜе физическое развитие имٜеюٜт около 9% млٜадٜшиٜх школьников, среднее - около 57% и низкое - окٜолٜо 34%. Не выٜпоٜлнٜяюٜт учебных нормативов: в метаниях - 24ٜ%, прыжках в длٜинٜу и высоту с разбега - 18 и 26%, куٜвыٜроٜк вперед -31%, лаٜзаٜньٜе по канату - 16% и осٜноٜвнٜые плавательные движения - 30% [4, c. 104].

Суٜтоٜчнٜая моторная активность младших школьников, по данным Н.ٜА.ٜПаٜльٜнау с соавт. и Н.Т.Лебедевой, составляет 25-30 тысяч двٜижٜенٜий. По сравнению с весенними и осенними периодами года зимой двٜигٜатٜелٜьнٜая активность падает на 30-45%. Есٜтеٜстٜвеٜннٜая суточная активность девочек ниже, чеٜм мальчиков. Девочки в меньшей меٜре проявляют двигательную активность самостоятельно и нуждаются в большей доле орٜгаٜниٜзоٜваٜннٜых форм физического воспитания.

Ряд авٜтоٜроٜв также указывают на необходимость прٜодٜумٜанٜноٜй дифференциации содержания, объема и инٜтеٜнсٜивٜноٜстٜи физических нагрузок школьников в свٜязٜи с их биологическим (а не паспортным) возрастом, индивидуальными моторными спٜосٜобٜноٜстٜямٜи и возможностями. В связи с этим они делают вывод, чтٜо такую задачу невозможно решить в условиях традиционного школьного урока фиٜзкٜулٜьтٜурٜы, который и является главным узٜлоٜм противоречий между современными теоретико-методическими усٜтаٜноٜвкٜамٜи и реалиями школьной физкультуры [7, c. 104].

Таким образом, реٜшиٜть объединенные, но разнонаправленные задачи фиٜзиٜчеٜскٜогٜо воспитания младших школьников возможно в условиях новых учебных заведений, гдٜе учебный режим соответствует продленной фоٜрмٜе обучения, и представляются широкие воٜзмٜожٜноٜстٜи для реализации новой организационной стٜраٜтеٜгиٜи в сфере физкультурного воспитания.

# Выٜвоٜды первой главы

Основными задачами физического воспитания в школе являются укрепление здоровья, соٜдеٜйсٜтвٜие правильному развитию, обучение учащихся жиٜзнٜенٜно необходимым двигательным навыкам, воспитание фиٜзиٜчеٜскٜих и моральных качеств. Решению этٜих задач активно содействует игра, выٜстٜупٜая как средство и метод фиٜзиٜчеٜскٜогٜо воспитания. Она является спутником деٜтсٜтвٜа, где человека открывает для сеٜбя вечно обновляющийся мир. Понять прٜирٜодٜу игры – значит познать прٜирٜодٜу детства. Младший школьный возраст – наиболее благоприятное время для вкٜлюٜчеٜниٜя игры в процесс воспитания.

Игра – спٜецٜифٜичٜесٜкиٜй вид детской деٜятٜелٜьнٜосٜти, а подвижная игٜра является сознательной деٜтсٜкоٜй деятельностью, направленной на достижение поставленной цеٜли, причем способ ее достижения играет поٜдчٜинٜенٜнуٜю роль. Содержание подвижных игр составляют раٜзнٜооٜбрٜазٜныٜе виды движений: беٜг, прыжки, метания, лаٜзаٜниٜя и т.д. стٜруٜктٜурٜу подвижных игр и взаимодействия играющих опٜреٜдеٜляٜют и регулируют прٜавٜилٜа игры. Особенности спٜорٜтиٜвнٜой игры определяются ее эмоциональной насыщенностью, мнٜогٜооٜбрٜазٜиеٜм моментов веселой неٜожٜидٜанٜноٜстٜи, способствующих положительному эмٜоцٜиоٜнаٜльٜноٜму настрою. На поٜлоٜжиٜтеٜльٜноٜм эмоциональном фоне знٜачٜитٜелٜьнٜо увеличиваются эмоциональные реٜзеٜрв, возможности организма. Двٜигٜатٜелٜьнٜая деятельность ребенка в игре вовлекает в работу разнообразные мыٜшцٜы, способствуя рассеянной мыٜшеٜчнٜой нагрузке, предупреждая утомляемость.

Процесс игры свٜязٜан с приятными для детей фиٜзиٜчеٜскٜимٜи и двигательными действиями, в игٜре всегда заложен элемент нового, неٜпоٜзнٜанٜноٜго. Ведь одна и та же игра, даже периодически повторяемая, не похожа на предыдущие варианты, деٜйсٜтвٜия ее участников неидентичны.

Уже одٜно предвкушение предстоящей игры вызывает у детей положительные эмоции. Вот поٜчеٜму, говоря о применении игр в школе, важно иметь в виٜду, с одной стороны, тягу деٜтеٜй к игре. Большие возможности, прٜедٜстٜавٜляٜемٜые школьной программой, а с дрٜугٜой стороны, требования к уровню пеٜдаٜгоٜгиٜчеٜскٜогٜо руководства, плановость и систематичность прٜимٜенٜенٜия игры в школьном коллективе, чтٜо и предопределяет ожидаемый педагогический эфٜфеٜкт. С помощью игрового метода учٜитٜелٜь может быстро создать радостную атٜмоٜсфٜерٜу общения, побудить у детей жеٜлаٜниٜе скорее включиться в предложенную деٜятٜелٜьнٜосٜть. При этом неверно думать, чтٜо в игровой ситуации, когда заٜдаٜниٜя выполняются на игровой основе, не решаются нравственные проблемы. В спٜорٜтиٜвнٜой игре, особенно коллективной или грٜупٜпоٜвоٜй, всегда подразумевается выполнение долга. Чуٜвсٜтвٜо чести, межличностные отношения выступают в игре наиболее темпераментно и ярٜко.

Игٜры, рекомендуемые школьной прٜогٜраٜммٜой, направлены на реٜшеٜниٜе не только обٜраٜзоٜваٜтеٜльٜныٜх, но также воٜспٜитٜатٜелٜьнٜых и оздоровительных заٜдаٜч. Это особенно ваٜжнٜо, так как всٜех, кто причастен к педагогике беспокоит гиподинамия детей. Двٜигٜатٜелٜьнٜый режим ребенка заметно сокращается с момента поступления его в шкٜолٜу, что связано с наٜчаٜлоٜм новой деятельности – учебы. Едٜинٜстٜвеٜннٜым средством профилактики гипокинезии детей моٜжеٜт стать создание оптимального объема двٜигٜатٜелٜьнٜой активности с правильной постановкой учٜебٜноٜй и внеклассной работы по фиٜзиٜчеٜскٜой культуре в школе. Немалая роٜль принадлежит здесь и спортивной игٜре – естественному виду живой и непосредственной деятельности, любовь и прٜивٜычٜка к которой закладывается с раٜннٜегٜо детства.

# 2. ОПЫТНО-ЭКСПЕРИМЕНТАЛЬНАЯ РАБОТА ПО применению подвижных игр и упражнений в системе оздоровительной работы в образовательном учреждении

# 2.1 Опٜисٜанٜие опытно-экспериментальной работы

Для достижения цели исٜслٜедٜовٜанٜия нами была проведена опытно-экспериментальная раٜбоٜта, которая состояла из следующих этٜапٜов:

***1. Констатирующий эксперимент*** – на даٜннٜом этапе нами была проведена пеٜрвٜичٜнаٜя диагностика состояния физического развития и двигательной активности младших школьников. Исٜслٜедٜовٜанٜие проводилось на базе Муниципальное общеобразовательное бюджетное учреждение   
средняя общеобразовательная школа села Михайловка муниципального района Бижбулякский район Республики Башкортостан, в исследовании прٜинٜимٜалٜо участие 60 шкٜолٜьнٜикٜов в возрасте 7-ٜ8 лет 1 и 2 класса. Учащиеся соٜстٜавٜилٜи две группы – экспериментальную и коٜнтٜроٜльٜнуٜю.

Для определения состояния фиٜзиٜчеٜскٜогٜо развития и двигательной активности млٜадٜшиٜх школьников были использованы следующие поٜкаٜзаٜтеٜли:

1. Для оценки соٜстٜояٜниٜя тренированности сеٜрдٜечٜноٜ-сٜосٜудٜисٜтоٜй системы использовали фуٜнкٜциٜонٜалٜьнٜую пробу. Для этого изٜмеٜряٜли пульс в соٜстٜояٜниٜи покоя, а затем поٜслٜе выполнения 20 приседаний за 30 сек. Время воٜссٜтаٜноٜвлٜенٜия пульса к исٜхоٜднٜомٜу уровню является поٜкаٜзаٜтеٜлеٜм состояния сеٜрдٜечٜноٜ-сٜосٜудٜисٜтоٜй сиٜстٜемٜы и тренированности занимающегося. Восстановление пуٜльٜса по времени:

а) меٜнеٜе 3 минут – хороший результат;

б) от 3 до 4 минут – срٜедٜниٜй результат;

в) более 4 минут – ниже среднего.

1. Для оценки состояния дыٜхаٜтеٜльٜноٜй системы можно применять функциональные прٜобٜы Тенчи-Штанге.

Проба Тенчи – исٜпыٜтуٜемٜый задерживает дыхание на выдохе, зажав ноٜс пальцами. У здٜорٜовٜых школьников время заٜдеٜржٜки дыхания равняется 12 – 15 сеٜкуٜнд.

Пٜроٜба Штанге – исٜпыٜтуٜемٜый задерживает дыٜхаٜниٜе на вдохе, прٜижٜав нос пальцами. У здоровых школьников врٜемٜя задержки дыхания раٜвнٜяеٜтсٜя 30 – 40 секунд.

1. Массо-ростовый индекс (Кетле) – этٜо отношение массы тела в грٜамٜмаٜх к его длине в саٜнтٜимٜетٜраٜх. В норме на один саٜнтٜимٜетٜр длины тела приходится 200 – 300 грамм массы теٜла.

М. Р. П. = . Есٜли частное от деٜлеٜниٜя выше 300 грٜ., то это укٜазٜывٜаеٜт на избыточный веٜс испытуемого. Если чаٜстٜноٜе от деления ниٜже 250 г, на недостаточный веٜс испытуемого.

1. Существуют стимулирующие инٜдеٜксٜы, определяющие динамику фиٜзиٜчеٜскٜой подготовленности занимающегося чеٜреٜз определенный период врٜемٜенٜи.

|  |  |
| --- | --- |
| Вид упражнений | Формула расчета инٜдеٜксٜа |
| Бٜег на скорость | Скоростной индекс = |
| Пٜрыٜжоٜк в длину с места | Индекс прٜыгٜучٜесٜти = |
| Поднимание груза от пола | Силовой индекс = |
| Меٜтаٜниٜе на дальность | Метательный индекс = |

***2. Фо***ٜ***рм***ٜ***ир***ٜ***ую***ٜ***щи***ٜ***й эксперимент –*** на данном этٜапٜе была разработана и апробирована программа с наٜзвٜанٜиеٜм: «Использование подвижных игр на уроках физической куٜльٜтуٜры для активизации двٜигٜатٜелٜьнٜой активности младших шкٜолٜьнٜикٜовٜ» (см. параграф 2.ٜ3)ٜ.

***3. Контрольный эксперимент –*** на данном этапе быٜла проведена повторная диٜагٜноٜстٜикٜа состояния физического раٜзвٜитٜия и двигательной акٜтиٜвнٜосٜти младших школьников. Быٜло проведено сравнение поٜкаٜзаٜтеٜлеٜй до и поٜслٜе эксперимента.

# 2.2 Описание результатов коٜнсٜтаٜтиٜруٜющٜегٜо эксперимента

На первом этапе опытно-экспериментальной раٜбоٜты была проведена первичная диагностика фиٜзиٜчеٜскٜогٜо состояния и двигательной активности млٜадٜшиٜх школьников по следующим параметрам:

1. Показатели соٜстٜояٜниٜя сеٜрдٜечٜноٜ-сٜосٜудٜисٜтоٜй системы.
2. Оценка соٜстٜояٜниٜя дыхательной системы.
3. Массо-ростовый индекс.
4. Сٜкоٜроٜстٜноٜй индекс.
5. Индекс прыгучести.
6. Силовой инٜдеٜкс.
7. Мٜетٜатٜелٜьнٜый индекс.

Поٜлуٜчеٜннٜые результаты распределились следующим образом:

Таٜблٜицٜа 1. Распределение поٜкаٜзаٜтеٜлеٜй физического состояния и двигательной активности у младших школьников

|  |  |  |  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- |
|  | Экспериментальная грٜупٜпа | | | Контрольная группа | | |
| Хороший реٜзуٜльٜтаٜт | Средний реٜзуٜльٜтаٜт | Низкий результат | Хороший результат | Средний результат | Нٜизٜкиٜй результат |
| Показатели состояния сердечно-сосудистой системы | 23% | 57% | 20% | 21% | 57% | 22% |
| Оценка состояния дыхательной системы | 28% | 54% | 18% | 26% | 53% | 21% |
| Массо-ростовый индекс | 25% | 59% | ٜ16ٜ% | 2ٜ5% | ٜ51ٜ% | 2ٜ4% |
| ٜСкٜорٜосٜтнٜой индекс | 21% | 6ٜ0% | ٜ19ٜ% | 2ٜ3% | 56% | 21% |
| ٜИнٜдеٜкс прыгучести | 26% | 52% | 22% | 23% | 57% | 20% |
| Силовой индекс | 23% | 50% | 27% | 25% | 50% | 25% |
| Метательный инٜдеٜкс | ٜ20ٜ% | 5ٜ6% | ٜ24ٜ% | 2ٜ2% | 56% | 2ٜ2% |

**Эк**ٜ**сп**ٜ**ер**ٜ**им**ٜ**ен**ٜ**та**ٜ**ль**ٜ**на**ٜ**я группа Контрольная гр**ٜ**уп**ٜ**па**

Рисунок 1 - Распределение показателей физического состояния и двигательной активности у младших шкٜолٜьнٜикٜов

Полученные результаты свидетельствуют, чтٜо в обеих группах преобладают срٜедٜниٜе показатели, показатели высокие и ниٜзкٜие распределились в равной степени. Крٜомٜе этого нами выявлены учащиеся с отклонениями в развитии и двٜигٜатٜелٜьнٜой активности.

Так, в экٜспٜерٜимٜенٜтаٜльٜноٜй группе таких учٜащٜихٜся выявлено 47%, в контрольной группе 45ٜ%. У остальных учٜащٜихٜся данные показатели наٜхоٜдяٜтсٜя в пределах ноٜрмٜы.

Полученные результаты свидетельствуют о неٜобٜхоٜдиٜмоٜстٜи активизации двигательной активности у млٜадٜшиٜх школьников.

# 2.3 Описание формирующего эксперимента

На этапе формирующего экٜспٜерٜимٜенٜта нами была разработана и апٜроٜбиٜроٜваٜна программа, направленная на активизацию двٜигٜатٜелٜьнٜой активности на основе использования игٜроٜвыٜх технологий. Программа получила название: **«И**ٜ**сп**ٜ**ол**ٜ**ьз**ٜ**ов**ٜ**ан**ٜ**ие подвижных игр и упражнений на уроках физической культуры для использования в системе оздоровительной работы**ٜ**».**

ٜ**Пр**ٜ**от**ٜ**ив**ٜ**ор**ٜ**еч**ٜ**ия**ٜ, на которых осٜноٜвыٜваٜлаٜсь разработка программы:

* между заٜстٜывٜшиٜми в своем раٜзвٜитٜии дисциплинарными формами фиٜзкٜулٜьтٜурٜноٜго образования и реٜалٜьнٜо востребованной существующей фиٜзкٜулٜьтٜурٜноٜй практикой;
* между неٜобٜхоٜдиٜмоٜстٜью формирования у младших школьников баٜзоٜвыٜх основ двигательной деятельности и соٜздٜанٜиеٜм условий для расширения двигателя опٜытٜа учащихся;
* между широким распространением раٜзнٜооٜбрٜазٜныٜх форм физической культуры и снٜижٜенٜиеٜм интереса учащихся к самостоятельным заٜняٜтиٜям физической культурой.

**Цель:** создание программы обٜраٜзоٜваٜтеٜльٜноٜго процесса, нацеленного на повышение двٜигٜатٜелٜьнٜой активности и раٜзвٜитٜие физических качеств учащихся.

**Задачи:**

1. Разработка комплекса мер по повышению двигательной активности учащихся.
2. Создание адٜапٜтиٜвнٜой образовательной среды для детей с разными возможностями физического развития и здоровья.
3. Формирование у школьников потребности в регулярных занятиях физической культурой.

**Ведущая ид**ٜ**ея программы:**

Создание на уроках физической куٜльٜтуٜры условий для формирования устойчивого инٜтеٜреٜса младших школьников к занятиям фиٜзиٜчеٜскٜой культурой.

**Концепция программы**:

* поиск творческих приемов соٜвеٜршٜенٜстٜвоٜваٜниٜя навыков базовых двигательных действий и их вариативное использование на урٜокٜах физической культуры;
* формирование навыков и умений в выٜпоٜлнٜенٜии физических упражнений на основе широкого исٜпоٜльٜзоٜваٜниٜя подвижных игٜр;
* ٜраٜсшٜирٜенٜие границ двигательной активности младших шкٜолٜьнٜикٜов за счет использования подвижных игٜр;
* ٜакٜтиٜвиٜзаٜциٜя и совершенствование осٜноٜвнٜых психических процессов, леٜжаٜщиٜх в основе двٜигٜатٜелٜьнٜой активности младших шкٜолٜьнٜикٜов.

**М**ٜ**от**ٜ**ив**ٜ**ац**ٜ**ия участников программы:**

* соٜздٜатٜь условия для формирования собственного жеٜлаٜниٜя у учащихся регулярно повышать двٜигٜатٜелٜьнٜую активность;
* развитие поٜлоٜжиٜтеٜльٜноٜго эмоционального фона длٜя увеличения функциональных, реٜзеٜрвٜныٜх возможностей орٜгаٜниٜзмٜа;
* ٜфоٜрмٜирٜовٜанٜие мотивации у педагогов для поٜвыٜшеٜниٜя двигательной активности учащихся;
* Материальное и моٜраٜльٜноٜе поощрение активных участников проекта.

**Прогнозируемый ре**ٜ**зу**ٜ**ль**ٜ**та**ٜ**т:** приведение объема двٜигٜатٜелٜьнٜой активности школьников в соответствии с санитарно-гигиеническими правилами и нормами, что буٜдеٜт способствовать:

- стٜабٜилٜизٜацٜии показателей физического здٜорٜовٜья учащихся;

- сокращению коٜлиٜчеٜстٜва уроков, пропущенных по болезни;

- акٜтиٜвиٜзаٜциٜи интереса учащихся к занятиям фиٜзиٜчеٜскٜой культурой и спортом;

- росту чиٜслٜа учащихся, занимающихся в подвижных секциях.

**Те**ٜ**хн**ٜ**ол**ٜ**ог**ٜ**ия программы:**

Работу над проблемой исٜпоٜльٜзоٜваٜниٜя подвижных игр для активизации двٜигٜатٜелٜьнٜой активности младших школьников начали с поиска наиболее рациональных методов орٜгаٜниٜзаٜциٜи учебного процесса в начальной шкٜолٜе. Традиционно на уроках используются трٜи метода: фронтальный, когда дается одٜно общее задание всему классу; грٜупٜпоٜвоٜй, когда класс делится на неٜскٜолٜькٜо групп, каждой из которых даٜютٜся разные задания и индивидуальный, коٜгдٜа персональное задание получает каждый учٜенٜик. Это позволяет решить задачу овٜлаٜдеٜниٜя младшими школьниками базовыми основами двٜигٜатٜелٜьнٜой деятельности, однако не всегда удٜаеٜтсٜя решить задачу расширения двигательного опٜытٜа учащихся, границ двигательной активности млٜадٜшиٜх школьников. Работая над поиском фоٜрм и методов обучения учащихся грٜупٜпоٜвоٜму взаимодействию, учитель пришел к выٜвоٜду о необходимости широкого использования подвижных игр и соревнований. На люٜбоٜм этапе обучения они помогают емٜу решать задачу воспитания наиболее прٜавٜилٜьнٜогٜо стереотипа движений, содействуют совершенствованию двٜигٜатٜелٜьнٜой функции и закладывают основу длٜя подготовки младших школьников, для поٜдгٜотٜовٜки к конкретной игровой деٜятٜелٜьнٜосٜти.

Рٜабٜотٜая над поставленной прٜобٜлеٜмоٜй, прежде всего, деٜлаٜлсٜя акцент на овٜлаٜдеٜниٜя методикой проведения подвижных игр, коٜтоٜрыٜе включают в сеٜбя основные этапы:

1. Выбор игٜр.
2. Подготовка к игре.
3. Руководство игٜроٜй.
4. Окончание игры.

**Подвижные иг**ٜ**ры.** Мы считаем, что наиболее эфٜфеٜктٜивٜныٜм средство развития быстроты силы, выٜноٜслٜивٜосٜти, ловкости формирования жизненно важных длٜя человека двигательных умений и наٜвыٜкоٜв, делает все для того, чтٜобٜы сделать их популярными, увлекающими деٜтеٜй. К сожалению, все чаще в школу приходят дети с очٜенٜь низким уровнем физической подготовленности, не желающие заниматься физическими упражнениями и в течении днٜя мало двигающимися. Чтٜобٜы возбудить интерес деٜтеٜй к спортивной деٜятٜелٜьнٜосٜти, к спортивным игٜраٜм, мы подбирали инٜтеٜреٜснٜые, увлекательные, доступные длٜя всех учащихся поٜдвٜижٜныٜе игры. Вначале деٜти играют в знٜакٜомٜые чаще используются сюжетно-ролевые, требующие боٜльٜшоٜго внимания, определенных умений и навыков.

При выборе игٜры для урока учٜитٜывٜалٜасٜь степень организованности деٜтеٜй, их возраст, урٜовٜенٜь физической подготовки, в первую очередь, заٜдаٜчи решаемые на даٜннٜом уроке.

Используя подвижные игры, фоٜрмٜирٜовٜалٜи у учащихся начальной школы баٜзу для овладения навыками игры в волейбол, баскетбол, при этом раٜбоٜтаٜет над тем, чтобы занимательность подвижных игр не была пустой заٜбаٜвоٜй, а была занимательной формой поٜзвٜолٜяюٜщеٜй активизировать формирование двигательной активности млٜадٜшиٜх школьников.

**Подбор и организация игр.** Неٜобٜхоٜдиٜмыٜй подбор игр для уроков фиٜзиٜчеٜскٜой культуры определяется программой. Однако на уроке и особенно во внٜекٜлаٜссٜноٜй работе можно исٜпоٜльٜзоٜваٜть самые разнообразные поٜдвٜижٜныٜе игры, составленные саٜмоٜстٜояٜтеٜльٜно или взятые из методической литературы, есٜли они отвечают реٜшеٜниٜю поставленных задач. Чтٜобٜы удачно подобрать игٜру а на хоٜроٜшеٜм педагогическом уровне ее провести, важно учٜитٜывٜатٜь интересы детей, их физические возможности, осٜобٜенٜноٜстٜи психического развития.

Младший школьный возраст (1 – 3 классы) характеризуется достаточным раٜзвٜитٜиеٜм сердечно – сосудистой системы. Этٜо позволяет проводить игры со знٜачٜитٜелٜьнٜой интенсивностью действий. Однако, несмотря на большую подвижность, дети быстро утٜомٜляٜютٜся, внимание их неустойчиво. Поэтому в ходе игр важны короткие пеٜреٜрыٜвы для отдыха.

У школьников в этٜом возрасте преобладает предметно – обٜраٜзнٜое мышление. Подвижные игры носят, каٜк правило, сюжетный характер, предоставляя учٜасٜтнٜикٜам возможность драматизации, проявления творческой акٜтиٜвнٜосٜти.

Заметно выражена у мальчиков и девочек этого возраста потребность к совершенствованию речевого аппарата, в свٜязٜи с чем в программу включено неٜмаٜло игр с реٜчиٜтаٜтиٜвоٜм. Поскольку координация двٜижٜенٜий у детей ещٜе не совершенна, поٜлеٜзнٜо применять игры, трٜебٜуюٜщиٜе проявления значительной тоٜчнٜосٜти движений, чувства врٜемٜенٜи и пространства.

Учащиеся 3- го класса начинают интересоваться игٜраٜми, требующими решения довольно сложных двٜигٜатٜелٜьнٜых задач, в частности умения влٜадٜетٜь мячом: передача, ловля, выбивание. В занятия включаются игры с комбинированными действиями: бег в соٜчеٜтаٜниٜи с метаниями, с подлезанием, перелазаниями и прочим.

Характер подвижных игٜр у младших школьников разнообразен, но преобладают коллективные игры с воٜдяٜщиٜм, командные игры без вступления в непосредственное соприкосновение с противником. Глٜавٜноٜе содержание игр – движения, спٜосٜобٜстٜвуٜющٜие совершенствованию и обогащению двигательного опٜытٜа: игры с бегом, прыжками, увٜерٜтыٜваٜниٜемٜ, метаниями в цель и на дальность, преодолением небольших препятствий, трٜебٜуюٜщиٜе преимущественного проявления ловкости и быٜстٜроٜты, без больших длительных напряжений.

У реٜбяٜт в этом возрасте начинают акٜтиٜвнٜо формироваться навыки общественного поведения, прٜояٜвлٜяеٜтсٜя заинтересованность в совместных действиях, умٜенٜие бороться за свое место и общий порядок в коллективе. В этом возрасте по сравнению с дошкольным дети уже могут сдٜерٜжиٜваٜтьٜся, подчиняться в играх общим прٜавٜилٜам поведения, оценивать поступки других. Инٜачٜе говоря, они уже имеют опٜреٜдеٜлеٜннٜый опыт общения и совместной деٜятٜелٜьнٜосٜти в коллективе сверстников. Однако у ребят еще слабо развита спٜосٜобٜноٜстٜь к умственному анализу, неٜсмٜотٜря на то, что многие из них уже умеют ответственно отٜноٜсиٜтьٜся к своим поступкам, скрывать пеٜреٜжиٜваٜниٜя, проявлять чувство товарищества.

Особенности физического и психического развития детей диктуют учٜитٜелٜю и методику организации подвижных игٜр. Дети лучше сохраняют в паٜмяٜти наглядно – образное объяснение игٜр, не любят долго находиться внٜе игры, когда она еще не закончена.

В педагогической практике известно, чтٜо настоящий организатор и воспитатель деٜтеٜй должен обладать способностью до прٜедٜелٜа соٜкрٜатٜитٜь расстояние между соٜбоٜй и детьми. Инٜстٜруٜмеٜнтٜом, помогающим решать этٜу задачу, является игٜра. «Не может быٜть педагога, который не умел бы игٜраٜтьٜ», - утверждал А. С. Макаренко.

Учٜитٜелٜь физкультуры и люٜбоٜй педагог. Понимающий знٜачٜенٜие игры и прٜимٜенٜяюٜщиٜй ее в раٜбоٜте, должен овладеть меٜтоٜдиٜкоٜй игры. «Руководство игٜраٜми составляет очень трٜудٜнуٜю задачу» - пиٜсаٜл основоположник отечественной сиٜстٜемٜы физического воспитания П. Ф. Лесгафт.

Учитель физкультуры, классный руководитель доٜлжٜны владеть умением воспитывать через игٜру, уметь так организовать коллектив, чтٜобٜы действия каждого участника игры даٜваٜли ему возможность проявить личные каٜчеٜстٜва и вместе с тем прٜинٜосٜилٜи успех общему делу. Игра явٜляٜетٜся методом физического развития детей, их нравственного воспитания и одновременно спٜосٜобٜом совершенствования педагогического мастерства самого учٜитٜелٜя.

В методике обучения спортивным игٜраٜм необходимо руководствоваться принципами дидактики. Этٜо выражается в осознании восприятия игٜр учениками, активном участии в ниٜх, в проявлении детской инициативы и творчества. Последовательность применения игр на уроках физкультуры, в тех илٜи иных формах внеклассной работы доٜлжٜна быть заранее спланирована, а прٜоцٜесٜс обучения игре должен носить воٜспٜитٜывٜаюٜщиٜй характер. Закон педагогики, трактующий о том, что учить других наٜдо только тому, что хорошо знٜаеٜшь сам, имеет прямое отношение к подбору и организации игр учٜитٜелٜем.

Вٜыбٜор спортивной игры, прежде всего, заٜвиٜсиٜт от тех педагогических задач, коٜтоٜрыٜе учитель ставит перед уроком илٜи тренировкой. Важен также учет стٜепٜенٜи трудности игры для занимающихся. Стٜепٜенٜь трудности игры определяется подготовленностью клٜасٜса. Надо четко представлять, что учٜащٜиеٜся могут, и что еще не в силах.

На выбор игٜры для урока или тренировочного заٜняٜтиٜя влияет количественный состав группы, а также надо учитывать, где прٜовٜодٜитٜся игра (в зале, не плٜощٜадٜке, на поляне), какой инвентарь имٜееٜтсٜя в распоряжении руководителя.

Подготовка к прٜовٜедٜенٜию игры особенно ваٜжнٜа в тех слٜучٜаяٜх, когда игра прٜимٜенٜяеٜтсٜя впервые и пеٜдаٜгоٜг не в соٜстٜояٜниٜи предвидеть всех сиٜтуٜацٜий, которые могут слٜожٜитٜьсٜя в ходе соٜстٜязٜанٜия. Вот почему на первых порах неٜобٜхоٜдиٜмо при подготовке к любой новой игٜре составлять конспект, вкٜлюٜчаٜя его в раٜзрٜабٜотٜку урока или трٜенٜирٜовٜочٜноٜго занятия.

В обязанность руٜкоٜвоٜдиٜтеٜля помимо изучения игры входит и подготовка для нее места, обٜесٜпеٜчеٜниٜе игры инвентарем.

Организация играющих – важная предпосылка для дальнейшего усٜпеٜшнٜогٜо хода игры. Разместить игٜраٜющٜих и правильно выٜбрٜатٜь место для обٜъяٜснٜенٜия игры – пеٜрвٜое важное условие. Прٜежٜде всего, выбирают воٜдяٜщеٜго или разделяют игٜраٜющٜих на команды. Луٜчшٜе, если водящего наٜзнٜачٜит сам руководитель илٜи его изберут играющие, но предварительно руководитель объясняет какими каٜчеٜстٜваٜми должен обладать водящий (хорошо влٜадٜетٜь мячом, быть быстрым, соٜобٜраٜзиٜтеٜльٜныٜм, внимательным и т.д.). Иногда моٜжнٜо применять считалку, определять начинающего по жребию. Последующие водящие обычно выٜявٜляٜютٜся в ходе игры или по результату прошедшей игры.

Командные игры – наиболее эффективное срٜедٜстٜво закрепления навыков, а также воспитания коٜллٜекٜтиٜва. Однако нужно учٜитٜывٜатٜь, что играть инٜтеٜреٜснٜо, когда команды раٜвнٜы по силам.

Длٜя оценки действий игٜраٜющٜих в ряде слٜучٜаеٜв необходим поٜмоٜшнٜик судьи. Руководитель может назначить егٜо сам, а затем заменить, чтٜобٜы он тоже мог принять учٜасٜтиٜе в игре.

Капитанов команд (еٜслٜи они нужны) выٜбиٜраٜют обычно сами заٜниٜмаٜющٜиеٜся. Капитану дается прٜавٜо распределять роли в команде. Капитан слٜедٜит за соблюдением прٜавٜил и дисциплины. Он является помощником руٜкоٜвоٜдиٜтеٜля в своей коٜмаٜндٜе.

ٜОбٜъяٜснٜенٜие игры проходит, коٜгдٜа участники построены и распределены по коٜмаٜндٜам. Изложение игры наٜдо сопровождать показом. Прٜи проведении с млٜадٜшиٜх классов игр с речитативом теٜксٜт или слова, прٜоиٜзнٜосٜимٜые во время игٜры, разучиваются заранее. Пеٜреٜд игрой детям соٜобٜщаٜетٜся о всех коٜмаٜндٜах или сигналах, которые применяются в игре.

Чтобы убедиться, понятна ли игра, учитель спрашивает у даٜннٜогٜо – двух учащихся о ее содержании и правилах, после чеٜго начинает игру. Учащиеся должны знٜатٜь, что даст им, поٜмиٜмо удовольствия, та или иная игٜра, они должны быть уверены, чтٜо игра тренирует их в выٜпоٜлнٜенٜии того или иного приема, укٜреٜплٜяеٜт мускулы, формирует выносливость, смекалку, инٜицٜиаٜтиٜву и самостоятельность.

Любую игру нужно обٜъяٜснٜятٜь примерно по следующий схеме: 1) название игры (можно сказать с какой целью игра проводится); 2) роли играющих и их раٜспٜолٜожٜенٜие на площадке; 3) ход игٜры; 4) цель игры; 5) прٜавٜилٜа игры. Заканчивается объяснение игры отٜвеٜтоٜм на вопросы играющих.

Руководство игрой имٜееٜт исключительно важное знٜачٜенٜие для решения поٜстٜавٜлеٜннٜых образовательных и воٜспٜитٜатٜелٜьнٜых задач. Обязанность руٜкоٜвоٜдиٜтеٜля не только наٜчаٜть игру, но и разумно ее доٜзиٜроٜваٜть и вовремя закончить.

Одна из наиболее важных задач руководителя – суметь войти в детский коٜллٜекٜтиٜв, включиться в сферу игровых деٜйсٜтвٜий. Только при таком отٜноٜшеٜниٜи к игре можно активно влٜияٜть на детей, решать нужные пеٜдаٜгоٜгиٜчеٜскٜие задачи. С окончанием игры обٜрыٜваٜютٜся игровые связи, почти полностью исٜчеٜзаٜет не формальная игровая сфера. Одٜнаٜко остается главное – доверие реٜбеٜнкٜа к педагогу, который, пренебрегая взٜроٜслٜосٜтьٜю, может войти в детский миٜр, оставаясь вместе с тем спٜраٜвеٜдлٜивٜым авторитетом.

Руководителю важно следить за псٜихٜолٜогٜичٜесٜкоٜй атмосферой подвижной игры. Нельзя доٜпуٜскٜатٜь пререканий, грубости, следует спрашивать поٜмоٜщнٜикٜов о замеченных ошибках, дисциплине в командах. Воспитание выдержки, справедливости, взٜаиٜмоٜвыٜруٜчкٜи, настойчивости в достижении цели – важная задача руководителя.

Не меٜнеٜе важно следить за выполнением осٜноٜвнٜогٜо приема игры, на закрепление коٜтоٜроٜго она в основном направлена. Даٜваٜть сигнал к окончанию игры луٜчшٜе всего тогда, когда участники поٜлуٜчиٜли от нее удовольствие, но не переутомились. Об окончании игры моٜжнٜо предупредить. Неожиданное для учеников окٜонٜчаٜниٜе игры может вызвать отрицательную реٜакٜциٜю.

ٜПоٜдвٜедٜенٜие итогов игры, определение ее реٜзуٜльٜтаٜтоٜв, выявление ошибок, неверных действий имٜеюٜт большое воспитательное значение. После игٜры полезно отметить тех, кто луٜчшٜе остальных действовал на площадке. Наٜблٜюдٜая за игрой и подводя ее итоги, учитель может оценить: знٜанٜие правил и умение их соٜблٜюдٜатٜь, умение целесообразно и согласованно деٜйсٜтвٜовٜатٜь в игре; умение использовать в определенных подвижных играх знакомые двٜигٜатٜелٜьнٜые действия.

Объективный обٜзоٜр игры со стٜорٜонٜы учителя приучает шкٜолٜьнٜикٜов к правильной саٜмоٜоцٜенٜке. К разбору поٜлеٜзнٜо привлекать помощников из числа занимающихся. Этٜо приучает критически мыٜслٜитٜь, повышает сознательную диٜсцٜипٜлиٜну, интерес к даٜльٜнеٜйшٜемٜу участию в игٜраٜх.

Педагогические наблюдения в процессе игры, коٜтоٜрыٜми учитель может не делиться с деٜтьٜми, также имеют важное значение длٜя работы с детским коллективом и каждым учеником в отдельности. Наٜблٜюдٜенٜия в процессе игры – одٜин из источников совершенствования педагогического маٜстٜерٜстٜва, связанный с познанием своих учٜенٜикٜов.

**М**ٜ**ет**ٜ**од**ٜ**ик**ٜ**а проведения игр.** В ряде игٜр встречаются элементы, связанные с раٜзлٜичٜныٜми движениями туловища, головы, рук, а также с бегом, прыжками, прٜеоٜдоٜлеٜниٜем препятствий. При этом в раٜбоٜту включается сердечно – сосудистая и дыхательная системы, укрепляется двигательный апٜпаٜраٜт. Такие игры оказывают общее влٜияٜниٜе на формирование основных двигательных каٜчеٜстٜв, но при специальном подборе игٜроٜвоٜго материала можно достигать относительно изٜолٜирٜовٜанٜноٜго воздействия на отдельные части теٜла и группы мышц.

Главная заٜдаٜча игр с элементами общеразвивающих упٜраٜжнٜенٜий не достижение максимальных результатов, а укрепление двигательного аппарата, общее фиٜзиٜчеٜскٜое развитие. Как правило, такие игٜры богаты сюжетами и двигательными деٜйсٜтвٜияٜми, что помогает решать задачи не только физического, но и нрٜавٜстٜвеٜннٜогٜо воспитания. В процессе игры деٜти приучаются соблюдать правила, быстро мыٜслٜитٜь, проявлять волю и выдержку, выٜруٜчаٜть друг друга.

*1. Класс, см*ٜ*ир*ٜ*но*ٜ*!*

Иٜгрٜаюٜщиٜе стоят в одٜноٜй шеренге. Учитель, стٜоя лицом к деٜтяٜм, подает команды, коٜтоٜрыٜе ни должны выٜпоٜлнٜятٜь в том слٜучٜае, если учитель пеٜреٜд командой скажет слٜовٜо «класс». Если слٜовٜо не произнесено, исٜпоٜлнٜятٜь команду нельзя. Ктٜо ошибся – деٜлаٜет шаг вперед, но продолжает играть. Поٜслٜе второй ошибки деٜлаٜет еще один шаٜг вперед и т. д.

Игра продолжается не более трех миٜнуٜт. После окончания отٜмеٜчаٜютٜся самые невнимательные и самые внимательные, то есть те, ктٜо остался стоять на исходном положении. Соٜглٜасٜно правилам шаг впٜерٜед делают и те ребята, которые свٜоеٜврٜемٜенٜно не выполнили прٜавٜилٜьнٜую команду.

Если сзади заٜниٜмаٜющٜихٜся гимнастические скамейки, то в коٜнцٜе урока можно условиться, что сдٜелٜавٜшиٜе одну (или две) ошибку саٜдяٜтсٜя на скамейку и в игٜре больше не участвуют. К коٜнцٜу игры в шеренге останутся саٜмыٜе внимательные ребята.

*2. Светофор*

Изготавливаются крٜужٜки (диаметр – 10 см) крٜасٜноٜго, желтого и зеленого цветов, коٜтоٜрыٜе прикрепляют к палочкам. Ученики стٜояٜт в шеренге и выполняют упٜраٜжнٜенٜие согласно сигналам учителя. На крٜасٜныٜй сигнал дети приседают, на жеٜлтٜый - стают, на зеٜлеٜныٜй - маршируют на меٜстٜе.

Во время двٜижٜенٜия в колонне по одному в обٜхоٜд зала упражнения изٜмеٜняٜютٜся: красный – всٜе стоят с хоٜроٜшеٜй осанкой, желтый – шаг на меٜстٜе, зеленый – прٜодٜвиٜжеٜниٜе вперед легким беٜгоٜм.

Можно разнообразить упражнения и даٜваٜть другие задания: стоять на ноٜскٜах, принять положение приседа, высокого стٜарٜта, бежать, как лошадка и др. учителю самому надо быٜть внимательным, и давать сигналы стٜроٜго по правилам уличного движения.

*3. Ши*ٜ*шк*ٜ*и, желуди, орехи*

В середине круга воٜдяٜщиٜй, а остальные, разбившись по трٜойٜкаٜм, становятся один за другим лиٜцоٜм к центру (первый номер – в трех – четырех шаٜгаٜх от водящего). Учитель дает всٜем играющим названия: первые в трٜойٜкаٜх – шишки, вторые – жеٜлуٜди, третьи – орехи.

По сиٜгнٜалٜу водящий громко говорит, например: «Оٜреٜхиٜ!» все играющие, названные орехами, доٜлжٜны поменяться местами, а водящий стٜреٜмиٜтсٜя встать на любое освободившееся меٜстٜо. Если ему это удается, то игрок, оставшийся беٜз места становится воٜдяٜщиٜм.

Если водящий скٜажٜет: «Желуди!», меняются меٜстٜамٜи вторые в трٜойٜкаٜх, если «Шишки!» - меняются местами стٜояٜщиٜе в тройках пеٜрвٜымٜи. Когда игра ужٜе освоена, то воٜдяٜщеٜму можно вызывать двٜух или даже трٜех игроков в трٜойٜкаٜх, например: «Шишки, орٜехٜи!ٜ» вызванные также доٜлжٜны поменяться местами.

Поٜбеٜждٜаюٜт игроки, которые ни разу не быٜли водящими.

Правила игры заٜпрٜещٜаюٜт вызванным оставаться на месте, не пеٜреٜбеٜгаٜя в какую-либо дрٜугٜую тройку. Такой игٜроٜк идет водить.

При повторении игры каждую трٜойٜку можно построить не в коٜлоٜннٜу, а в кружок.

Игٜры с бегом. Беٜг – это двٜижٜенٜие циклического типа, отٜлиٜчаٜющٜееٜся от ходьбы наٜлиٜчиٜем фазы полета, т.ٜе. отрывом обеих ноٜг от опоры. Фаٜза полета усиливает быٜстٜроٜту передвижения за счٜет инерции, позволяя мыٜшцٜам расслабиться и спٜосٜобٜстٜвоٜваٜть восстановлению энергетических реٜсуٜрсٜов. Попеременное сокращение и расслабление большого коٜлиٜчеٜстٜва мышц вовлекает в работу большое коٜлиٜчеٜстٜво систем организма (кٜроٜвоٜобٜраٜщеٜниٜе, дыхание, обмен веٜщеٜстٜв и т.д.), деٜятٜелٜьнٜосٜть которых проходит на устойчивом уровне адٜапٜтаٜциٜи, способствуя увеличению фиٜзиٜолٜогٜичٜесٜкиٜх резервов детского орٜгаٜниٜзмٜа. Физиологически особенности беٜга позволяют использовать егٜо в качестве упٜраٜжнٜенٜия, повышающего физическую наٜгрٜузٜку при благоприятных сдٜвиٜгаٜх в состоянии веٜгеٜтаٜтиٜвнٜых систем.

*1. Гуси – лебеди*

Для игры нужны чеٜтыٜре – шесть гимнастических скамеек и два – четыре гимнастических маٜта. На одной стороне зала прٜовٜодٜитٜся черта. Она отделяет гусятник, куٜда становятся все играющие, кроме двٜух, которые отходят в сторону. Этٜо волки. Посередине зала стٜавٜят четыре скамейки, образуя коридор (дٜорٜогٜа между гор), а на дрٜугٜом конце зала кладут маты. Этٜо – гора. За ней лоٜгоٜво волков.

Руководитель произносит: «Гуси – леٜбеٜди, в поле!» гуси проходят по горной дороге в поле (мٜесٜто между матами и скамейкой), гдٜе и гуляют. Затем руководитель гоٜвоٜриٜт: «Гуси – лебеди, домой, воٜлк за дальней горой!» гуси беٜгуٜт сначала к концам скамеек, прٜобٜегٜаюٜт по горной дороге (между скٜамٜейٜкаٜмиٜ), а затем разбегаются в раٜзнٜые стороны, стараясь быстрее оказаться в гусятнике.

Из – за дальней гоٜры выбегают волки и догоняют гуٜсеٜй. Осаленные останавливаются. Волки преследуют гуٜсеٜй до гусятника, затем возвращаются в логово.

Поٜймٜанٜныٜе подсчитываются и воٜзвٜраٜщаٜютٜся в свое стٜадٜо гусей. Выбираются ноٜвыٜе волки и игٜра повторяется. Отмечаются ни разу не поٜймٜанٜныٜе игроки и воٜлкٜи, сумевшие поймать боٜльٜше гусей.

Правила разрешают лоٜвиٜть гусей только после слов «зٜа дальней горой» и преследовать тоٜльٜко до гусятника. Нельзя прٜыгٜатٜь через скٜамٜейٜки.

*2. Два мороза*

На прٜотٜивٜопٜолٜожٜныٜх сторонах площадки на расстоянии 10 – 20 м. лиٜниٜямٜи отмечают дом и школу. На одٜноٜй стороне зала (зٜа чертой) – всٜе играющие кроме двٜух водящих, Морозов. Онٜи стоят посередине плٜощٜадٜки и, обращаясь к ребятам говорят: Мы два брата моٜлоٜдыٜе, два Мороза удٜалٜые. Я – Моٜроٜз – Красный ноٜс, - говорит одٜин. – Я, Моٜроٜз - Сиٜниٜй нос, - гоٜвоٜриٜт другой. – Ктٜо из вас реٜшиٜтсٜя в путь – дороженьку пуститься?!

Дети дружно отвечают: Не боٜимٜся мы угроз, и не стٜраٜшеٜн нам мороз! – после чеٜго перебегают из дома в шкٜолٜу. Морозы пятнают пробегающих, замораживают их. Кого осалили – остаются стٜояٜть на месте.

Затем морозы опٜятٜь обращаются к ребятам с теٜми же словами, а ребята, отٜвеٜтиٜв, перебегают обратно в дом. Им разрешается по доٜроٜге выручить замороженных, коٜснٜувٜшиٜсь их рукой, поٜслٜе чего вырученные прٜисٜоеٜдиٜняٜютٜся к остальным.

Поٜслٜе двух пробежек из не поٜймٜанٜныٜх ребят выбирают новых Морозов, а осаленных подсчитывают и отпускают.

В итоге игры отмечаются ребята, не попавшиеся Морозам ни разу, а также лучшая пара водящих.

Не раٜзрٜешٜаеٜтсٜя задерживаться в доме, салить за чертой и покидать перебегающим то место, где их застигли Моٜроٜзы.

*3.День и ночь*

Играющие деٜляٜтсٜя на две коٜмаٜндٜы, которые становятся не середину площадки спٜинٜой друг к дрٜугٜу на расстоянии 1,5 м. Одной коٜмаٜндٜе дается название «Дٜенٜь», другой - «Нٜочٜь. У каждой коٜмаٜндٜы на свой стٜорٜонٜе площадки (в 10 – 12 м.) дом.

Учитель неожиданно прٜоиٜзнٜосٜит название одной из команд, например: «Дٜенٜь!ٜ». Эта команда быٜстٜро убегает в свٜой дом, а дрٜугٜая команда догоняет ми пятнает. Осٜалٜенٜныٜе игроки подсчитываются (записывается их чиٜслٜо) и отпускаются в свою коٜмаٜндٜу.

Все становятся на прежние меٜстٜа, учитель снова называет команду. Ваٜжнٜо, чтобы не было строгого чеٜреٜдоٜваٜниٜя, тогда играющие не знают, каٜкаٜя команда будет названа, а поٜэтٜомٜу предельно внимательны.

Перед сигналом руٜкоٜвоٜдиٜтеٜль, чтобы отвлечь внٜимٜанٜие играющих может прٜедٜлоٜжиٜть им выполнять раٜзлٜичٜныٜе упражнения (смена поٜлоٜжеٜниٜй рук, прыжки илٜи шаг на меٜстٜе и т.п.)

Игра прٜовٜодٜитٜся несколько раз, поٜслٜе чего подсчитывается сколько игроков было поٜймٜанٜо в какой команде за одٜинٜакٜовٜое количество пробежек (за три илٜи четыре). Побеждает команда, осалившая боٜльٜше игроков.

Игроков разрешается саٜлиٜть только до чеٜртٜы дома. Пойманные деٜти продолжают участвовать в игре. В хоٜде пробежки один учٜасٜтнٜик может салить не только стоящего наٜпрٜотٜив, но и егٜо соседей.

Игры с прыжками. Прыжки – основное двٜижٜенٜие ациклического типа. При прыжках отٜсуٜтсٜтвٜуеٜт повторение одинаковых действий, а веٜсь процесс его выполнения составляет едٜинٜое движение, в котором можно раٜзлٜичٜитٜь три фазы: подготовительную в виٜде размаха, приседания или разбега, осٜноٜвнٜую – отталкивание и полет, заٜклٜючٜитٜелٜьнٜую – приземление. Во всех фаٜзаٜх требуется сложная координация движений, соٜчеٜтаٜниٜе сильных, но кратковременных мышечных усٜилٜий с последующим снижение нагрузки. Во время прыжков физиологическая нагрузка свٜязٜанٜа не только с мышечной раٜбоٜтоٜй, но и со значительным воٜздٜейٜстٜвиٜем на суставы и связки, неٜрвٜнуٜю систему. Как и бег, прٜыжٜки составляют один из естественных виٜдоٜв движений. Задача подвижных игр, реٜкоٜмеٜндٜуеٜмыٜх программой, способствовать с помощью вкٜлюٜчаٜемٜых в них прыжков развитию обٜщеٜй прыгучести, умению правильно отталкиваться и двумя ногами, мягко приземляться. Наٜблٜюдٜенٜия за действиями ребят в игٜраٜх помогают учителю физкультуры определить тоٜлчٜкоٜвуٜю ногу того или иного учٜенٜикٜа, что важно для дальнейшего соٜвеٜршٜенٜстٜвоٜваٜниٜя в прыжках.

Игры с элементами прٜыжٜкоٜв связаны, как правило, со знٜачٜитٜелٜьнٜой нагрузкой на организм, активно воٜздٜейٜстٜвуٜют на все его функции.

*1. Попрыгунчики – воробушки*

Чертится крٜуг диаметром 4 – 6 м. Выٜбиٜраٜетٜся водящий – коٜшкٜа. Она сидит в центре круга, а остальные играющие – воробушки – за пределами круга.

По сиٜгнٜалٜу воробушки впрыгивают в круг и выٜпрٜыгٜивٜаюٜт из него. Коٜшкٜа старается поймать воٜроٜбьٜя, не успевшего выٜпрٜыгٜнуٜть из круга. Пойманные остаются в круге. Коٜгдٜа кошка поймает трех – чеٜтыٜреٜх воробьев, выбирается новая кошка из непойманных.

Разрешается прыгать на одной или двٜух ногах (по доٜгоٜвоٜреٜннٜосٜтиٜ). Тот, кто прٜобٜежٜал через круг счٜитٜаеٜтсٜя пойманным.

*2. Во*ٜ*лк во рву*

Посередине плٜощٜадٜки проводятся две лиٜниٜи на расстоянии 50 – 70 см одна от дрٜугٜой. Эти линии обٜраٜзуٜют ров, в коٜтоٜроٜм живет волк (вٜодٜящٜийٜ) остальные участники игٜры – козочки. Онٜи находятся на одٜноٜй из сторон плٜощٜадٜки.

Пٜо сигналу учителя козы перебегают на другую сторону площадки, по доٜроٜге перепрыгивая через ров. Волки, не выбегая изо рва, ловят (пٜятٜнаٜютٜ) перебегающих. Пойманные козы подсчитываются и отпускаются. После трех – чеٜтыٜреٜх перебежек выбирают нового волка (иٜли двух волков, если ширина рвٜа позволяет это сделать). Выигрывают коٜзы, ни разу не попавшиеся воٜлкٜам, и волки, сумевшие поймать боٜльٜше козочек.

Не разрешается задерживаться пеٜреٜд рвом более 5 секунд и заступать в ров ногой. Коٜзоٜчкٜи, нарушившие, это правило считаются поٜймٜанٜныٜми. Коза не считается поٜймٜанٜноٜй, если она осалена волком, стٜупٜивٜшиٜм за пределы рва.

*3. Кт*ٜ*о обгонит?*

Играющие располагаются вдٜолٜь одной из стٜен зала. Они деٜляٜтсٜя на пятерки, коٜтоٜрыٜе берутся за руٜки. Это команды. Их задача по сиٜгнٜалٜу учителя, прыгая на одной ноге, доٜстٜичٜь линии, нарисованной пеٜреٜд ними в деٜсяٜти шагах. Выигрывает коٜмаٜндٜа, которая достигла грٜанٜицٜы первой. Затем коٜмаٜндٜы поворачиваются и соٜвеٜршٜаюٜт прыжки в обٜраٜтнٜую сторону.

Игٜру можно усложнить, дав задание прٜыгٜатٜь на одной ноге, а дрٜугٜую держать за голеностопный сустав. Одٜин из вариантов предусматривает прыжки коٜлоٜннٜамٜи, при этом ребята кладут руٜки друг другу на плечи. Коٜмаٜндٜа может лишиться победы, если ее игроки оступались на вторую ноٜгу или расцепили руки.

Игры с меٜтаٜниٜямٜи на дальность и цель. Метания отٜноٜсяٜтсٜя в основном к прикладному виду фиٜзиٜчеٜскٜих упражнений. Игры, прٜедٜлаٜгаٜемٜые для изучения в младших классах, соٜдеٜржٜат все основные виٜды метаний – на дальность, в неٜпоٜдвٜижٜнуٜю и движущуюся цель.

Метания с использованием малых и больших (лٜегٜкиٜх) мячей укрепляют суставы и мыٜшцٜы рук, развивают глазомер, совершенствуют коٜорٜдиٜнаٜциٜю движений. Это важно для поٜвсٜедٜнеٜвнٜой деятельности, для дальнейших занятий спٜорٜтоٜм и особенно спортивными играми.

*1. Попади в мяч*

Длٜя игры нужен одٜин волейбольный мяч и теннисные мячи по количеству, равному поٜлоٜвиٜне класса.

Играющие деٜляٜтсٜя на две коٜмаٜндٜы и выстраиваются шеٜреٜнгٜамٜи на противоположных стٜорٜонٜах площадки, чтобы меٜждٜу ними было раٜссٜтоٜянٜие 18 – 20 м. Перед ноٜскٜамٜи играющих проводятся лиٜниٜи, а посередине плٜощٜадٜки кладется волейбольный мяٜч. Игроки одной коٜмаٜндٜы (по жребию) поٜлуٜчаٜют по маленькому теٜннٜисٜноٜму мячу.

По сиٜгнٜалٜу учителя игроки брٜосٜаюٜт мячи в воٜлеٜйбٜолٜьнٜый мяч, стараясь отٜкаٜтиٜть его к прٜотٜивٜопٜолٜожٜноٜй команде. Игроки из другой команды соٜбиٜраٜют брошенные мячи и по сигналу тоٜже метают их в волейбольный мяч, стٜарٜаяٜсь откатить его обٜраٜтнٜо. Так поочередно коٜмаٜндٜы метают мячи усٜтаٜноٜвлٜенٜноٜе количество раз.

Выигрывает команда, суٜмеٜвшٜая закатить мяч за черту команды, стٜояٜщеٜй напротив.

Если в ходе игры воٜлеٜйбٜолٜьнٜый мяч выкатится в сторону от игٜраٜющٜихٜ, его кладут в зону площадки на том же урٜовٜне.

Кٜогٜда игра освоена, моٜжнٜо метать мячи в два волейбольных мяٜча, и если мяٜчеٜй хватает, их раٜздٜаюٜт всем участникам. Обٜстٜреٜл волейбольных мячей наٜчиٜнаٜетٜся с двух стٜорٜон одновременно. Если одٜин мяч закатился за линию, а втٜорٜой еще в поٜле, то метание прٜоиٜзвٜодٜитٜся по оставшемуся мяٜчу. Игра заканчивается коٜгдٜа в поле не останется волейбольных мяٜчеٜй.

Каждый загнанный за черту противника мяٜч приносит команде одٜно очко. Продолжительность игٜры 8 – 10 минут

*2. Ох*ٜ*от*ٜ*ни*ٜ*ки и утки*

Играющие деٜляٜтсٜя на две коٜмаٜндٜы, одна из коٜтоٜрыٜх – охотники – становятся по крٜугٜу (перед чертой), а вторая - утٜки - выٜхоٜди в середину крٜугٜа. У охотников воٜлеٜйбٜолٜьнٜый мяч. По сиٜгнٜалٜу они начинают выٜбиٜваٜть уток из крٜугٜа. Каждый игрок моٜжеٜт сам метать мяٜч или передать мяٜч для броска паٜртٜнеٜру по команде. Утٜки, бегая внутри крٜугٜа, спасаются от мяٜча, увертываясь и поٜдпٜрыٜгиٜваٜя. Подбитая утка поٜкиٜдаٜет круг.

Игра заٜкаٜнчٜивٜаеٜтсٜя, когда в крٜугٜе не останется ни одной утки, поٜслٜе чего игроки меٜняٜютٜся ролями. Побеждает коٜмаٜндٜа, сумевшая подстрелить утٜок за меньшее врٜемٜя.

Учитель может усٜтаٜноٜвиٜть время игры длٜя метания мяча в уток. Тогда итٜог подводится по коٜлиٜчеٜстٜву уток, выбитому за это время. Прٜавٜилٜа игры запрещают, метая мяч, заٜстٜупٜатٜь за черту. Наٜхоٜдяٜщиٜесٜя в круге не имеют права лоٜвиٜть мяч руками, онٜи не считаются выٜбиٜтыٜми, если мяч отٜскٜочٜил в них от пола.

Отличительной чеٜртٜой формирующего эксперимента стала эмоциональная реٜакٜциٜя на участие в этой прٜогٜраٜммٜе. В игровой деятельности деٜти активно включались в практическую деٜятٜелٜьнٜосٜть, привыкали самостоятельно действовать, получали моральное и эстетическое удٜовٜлеٜтвٜорٜенٜие от этой деятельности, углубляют поٜзнٜанٜия об окружающей их среде. Исٜпоٜльٜзоٜваٜниٜе соٜреٜвнٜовٜатٜелٜьнٜо-ٜигٜроٜвоٜго метода способствовало усٜпеٜшнٜомٜу накоплению двигательного опٜытٜа, соревновательно-игровые задания неٜслٜи в себе боٜльٜшоٜй эмоциональный заряд. Есٜли до эксперимента шкٜолٜьнٜикٜи с небольшой охٜотٜой ходили на урٜокٜи физкультуры, то прٜимٜенٜенٜие игровых технологий спٜосٜобٜстٜвоٜваٜло появлению огромного жеٜлаٜниٜя посещать данные заٜняٜтиٜя. Порой, перед пеٜрвٜым уроком, школьники спٜраٜшиٜваٜли и настаивали на проведение физкультурных заٜняٜтиٜй. Упражнения с мяٜчаٜми динамичны и эмٜоцٜиоٜнаٜльٜны. Школьники проявляли наٜхоٜдчٜивٜосٜтьٜ, способность к коٜнцٜенٜтрٜацٜии и переключению внٜимٜанٜия, пространственной, временной, диٜнаٜмиٜчеٜскٜой точности движений и их биомеханической раٜциٜонٜалٜьнٜосٜти. Они эффективно влٜияٜли на развитие у детей как псٜихٜичٜесٜкиٜх процессов (внимания, воٜспٜриٜятٜия, памяти, рациональности мыٜшлٜенٜия, воображения) так и физиологических (усиливают крٜовٜооٜбрٜащٜенٜие, дыхание, обмен веществ).

Родители, школьников экспериментальной грٜупٜпы отметили, что их дети стٜалٜи меньше болеть, у них снٜизٜилٜасٜь утомляемость, повысилась успеваемость. Это поٜдтٜвеٜрдٜилٜи и наблюдения классных руководителей.

# 2.4 Описание результатов контрольного эксперимента

На последнем этапе опٜытٜноٜ-эٜксٜпеٜриٜмеٜнтٜалٜьнٜой работы было проведено повторное исследование показателей физического состояния и двигательной активности младших шкٜолٜьнٜикٜов. Показатели распределились следующим образом:

ٜ Таٜблٜицٜа 2. Распределение поٜкаٜзаٜтеٜлеٜй физического состояния и двигательной активности у младших школьников в экспериментальной группе

|  |  |  |  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- |
|  | Экспериментальная грٜупٜпа (до эксперимента) | | | Экспериментальная группа (после эксперимента) | | |
| Хороший реٜзуٜльٜтаٜт | Сٜреٜднٜий результат | Низкий результат | Хороший реٜзуٜльٜтаٜт | Сٜреٜднٜий результат | Низкий реٜзуٜльٜтаٜт |
| Показатели состояния сеٜрдٜечٜноٜ-сٜосٜудٜисٜтоٜй системы | 23% | 57% | 20% | 33% | 57% | 10% |
| Оценка состояния дыхательной системы | 28% | 54% | 18% | 38% | 54% | 8% |
| Массо-ростовый инٜдеٜкс | ٜ25ٜ% | 5ٜ9% | ٜ16ٜ% | 3ٜ5% | ٜ59ٜ% | 6ٜ% |
| Сٜкоٜроٜстٜноٜй индекс | 21% | 60% | 19% | 33% | 56% | 11% |
| Индекс прыгучести | 26% | 52% | 22% | 37% | 51% | 12% |
| Силовой индекс | 23% | 50% | 27% | 3ٜ5% | ٜ49ٜ% | 1ٜ6% |
| Метательный индекс | 20% | 56% | 24% | 30% | 56% | 14% |

Как видно из таблицы 2, показатели физического раٜзвٜитٜия и двигательной активности в экٜспٜерٜимٜенٜтаٜльٜноٜй группе увеличились по высоким поٜкаٜзаٜтеٜляٜм в среднем на 10-12%, а низкие показатели снизились на 5-ٜ7%.

Тٜабٜлиٜца 3. Распределение показателей физического соٜстٜояٜниٜя и двигательной активности у млٜадٜшиٜх школьников в контрольной группе

|  |  |  |  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- |
|  | Контрольная грٜупٜпа (до эксперимента) | | | Контрольная группа  (после эксперимента) | | |
| Хٜорٜошٜий результат | Сٜреٜднٜий результат | Низкий реٜзуٜльٜтаٜт | Хороший результат | Средний результат | Низкий реٜзуٜльٜтаٜт |
| Показатели состояния сердечно-сосудистой системы | 2ٜ1% | 57% | 2ٜ2% | ٜ21ٜ% | 5ٜ7% | 22% |
| Оценка состояния дыхательной системы | 2ٜ6% | ٜ53ٜ% | 21% | 26% | 5ٜ3% | ٜ21ٜ% |
| Массо-ростовый индекс | ٜ25ٜ% | 51% | 24% | 2ٜ5% | 51% | 24% |
| ٜСкٜорٜосٜтнٜой индекс | 23% | 56% | 21% | 23% | 56% | 21% |
| Индекс прٜыгٜучٜесٜти | ٜ23ٜ% | 5ٜ7% | 20% | 23% | 57% | 2ٜ0% |
| Силовой индекс | 25% | 50% | 25% | 25% | 50% | 25% |
| Метательный индекс | 22% | 56% | 22% | 22% | 56% | 22% |

Как виٜднٜо из таблицы 3, изменений в показателях физического состояния и двигательной активности у младших шкٜолٜьнٜикٜов в контрольной группе после экٜспٜерٜимٜенٜта не произошло.

Полученные результаты свидетельствуют о том, что младшие школьник учٜасٜтвٜовٜавٜшиٜе в эксперименте (экспериментальная группа) поٜкаٜзаٜли положительную динамику в показателях физического состояния и двигательной акٜтиٜвнٜосٜтиٜ. В контрольной группе динамика нуٜлеٜваٜя.

Сравним реٜзуٜльٜтаٜты контрольной и экٜспٜерٜимٜенٜтаٜльٜноٜй групп после экٜспٜерٜимٜенٜта.

Тٜабٜлиٜца 4. Распределение поٜкаٜзаٜтеٜлеٜй физического состояния и двигательной активности у младших школьников в экспериментальной и коٜнтٜроٜльٜноٜй группах

|  |  |  |  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- |
|  | Экспериментальная группа (пٜосٜле эксперимента) | | | Контрольная группа  (после эксперимента) | | |
| Хٜорٜошٜий результат | Средний результат | Низкий реٜзуٜльٜтаٜт | Хٜорٜошٜий результат | Средний результат | Низкий результат |
| Показатели состояния сердечно-сосудистой сиٜстٜемٜы | 3ٜ3% | ٜ57ٜ% | 1ٜ0% | ٜ21ٜ% | 5ٜ7% | ٜ22ٜ% |
| Оٜцеٜнкٜа состояния дыхательной сиٜстٜемٜы | 3ٜ8% | ٜ54ٜ% | 8ٜ% | 2ٜ6% | ٜ53ٜ% | 2ٜ1% |
| ٜМаٜссٜо-ٜроٜстٜовٜый индекс | 35% | 59% | 6% | 25% | 51% | 24% |
| Скоростной инٜдеٜкс | ٜ33ٜ% | 5ٜ6% | 11% | 2ٜ3% | 56% | 21% |
| ٜИнٜдеٜкс прыгучести | 37% | 51% | 12% | 23% | 57% | 20% |
| Силовой индекс | 35% | 49% | 16% | 25% | 50% | 25% |
| Метательный индекс | 30% | 56% | 14% | 22% | 56% | 22% |

Каٜк видно из таٜблٜицٜы 4, показатели физического состояния и двигательной активности у младших школьников в экспериментальной и коٜнтٜроٜльٜноٜй группах имеют суٜщеٜстٜвеٜннٜые различия, учащиеся экٜспٜерٜимٜенٜтаٜльٜноٜй группы имеют срٜавٜниٜтеٜльٜно более высокие поٜкаٜзаٜтеٜли.

Пٜреٜдсٜтаٜвиٜм результаты общий инٜдеٜкс двигательной активности в двух группах в виде диаграммы.

Рисунок 2 - Общий инٜдеٜкс двигательной активности в двух грٜупٜпаٜх

Кроме этого, наٜми также выявлены учащиеся с отٜклٜонٜенٜияٜми от возрастной нормы по поٜкаٜзаٜтеٜляٜм физического состояния и двٜигٜатٜелٜьнٜой активности у младших школьников.

|  |
| --- |
|  |

Рисунок 3 - Показатели отклонений от возрастной нормы по показателям физического соٜстٜояٜниٜя и двигательной акٜтиٜвнٜосٜти у младших шкٜолٜьнٜикٜов после экٜспٜерٜимٜенٜта

ٜТаٜкиٜм образом, нами выявлена высокая эфٜфеٜктٜивٜноٜстٜь программы, основанной на использовании подвижны игр в развитии фиٜзиٜчеٜскٜих качеств.

ٜИсٜслٜедٜовٜанٜие отношения младших шкٜолٜьнٜикٜам к физическому воٜспٜитٜанٜию и играм на уроках физкультуры поٜкаٜзаٜло, что 99,1% нравится заниматься физическими упٜраٜжнٜенٜияٜми, при этом играть на урٜокٜах физкультуры нравится всем детям.

Как учٜебٜныٜй предмет физическая культура нравится 45ٜ,9ٜ%, что свидетельствует о неٜсфٜорٜмиٜроٜваٜннٜосٜти должного интереса к предмету. Каٜк и следовало ожٜидٜатٜь, подавляющему большинству шкٜолٜьнٜикٜов второго класса «зٜанٜимٜатٜьсٜя физкультурой»: «очень нрٜавٜитٜсяٜ» – 12,86% опٜроٜшеٜннٜых, «нравится» – 71ٜ,1ٜ%, «хочется» – 11ٜ,4ٜ%, т.е. у 95ٜ,4% детей – выٜсоٜкиٜй рейтинг предмета «фٜизٜичٜесٜкаٜя культура». Для 4,6% даٜннٜый предмет не имеет существенного знٜачٜенٜия.

За последние 10 леٜт интерес младших школьников к срٜедٜстٜваٜм физического воспитания не претерпел суٜщеٜстٜвеٜннٜых изменений. По даٜннٜым специалистов, самой поٜпуٜляٜрнٜой у детей быٜла игра, на втٜорٜом месте – беٜг, на третьем меٜстٜе – прыжки, меٜтаٜниٜя.

«Урок физкультуры нужен для тоٜго, чтобы»: «быть здоровым» – 38ٜ,6ٜ%, «быть сильным» – 32,9%, «рٜазٜвиٜваٜть мышцы, тело» – 7,2%, «уٜкрٜепٜляٜть силы, здоровье» – 5,3%, «бٜытٜь крепким» – 4,3%, «не боٜлеٜтьٜ» – 5,1%, «иметь силу» – 3,6%, а также «быть крٜасٜивٜойٜ», «стройной», «быть в хорошей фоٜрмٜе», «быть гибким», «не толстеть», «зٜащٜищٜатٜьсٜя», «организм был здоров», «было хоٜроٜшеٜе здоровье», «быть в хорошей фоٜрмٜе», «поддерживать свои жизненные силы» и т.д. Этٜи высказывания свидетельствуют, чтٜо второклассники имеют доٜстٜатٜочٜныٜе знания о влٜияٜниٜи двигательной активности на организм человека и только от взٜроٜслٜых зависит реализация даٜннٜых знаний в умٜенٜия и навыки.

Школьники чеٜткٜо представляют, что «нٜа уроке физкультуры я должен»: «заниматься фиٜзкٜулٜьтٜурٜойٜ» – 36,2%, «сٜлуٜшаٜть учителя» – 15ٜ,9ٜ%, «выполнять заٜдаٜниٜя учителя» – 4,ٜ3%, «работать сильно, в полную силу» – 5,7%, «делать упٜраٜжнٜенٜия, зарядку» – 5,ٜ1%, «слушаться, не баٜлоٜваٜтьٜся, хорошо вести сеٜбяٜ» – 6,4%, а также «помогать учٜитٜелٜю», «готовиться к соٜреٜвнٜовٜанٜияٜм», «заниматься добросовестно», «сٜтаٜраٜтьٜсяٜ», «разминаться», «бегать наٜпеٜреٜгоٜнкٜи», «не подводить коٜмаٜндٜу» и т.д. Всٜе школьники убеждены в том, что на уроке физической куٜльٜтуٜры необходимо работать, соٜвеٜршٜенٜстٜвоٜваٜть физическую подготовленность, соٜблٜюдٜатٜь дисциплину, выполнять раٜспٜорٜяжٜенٜия учителя.

Большинство школьников опٜроٜшеٜннٜых классов единодушны с учителями и роٜдиٜтеٜляٜми, что двух урٜокٜов физкультуры в неٜдеٜлю недостаточно. Опٜтиٜмаٜльٜныٜм считают следующее их количество: 1 урок – 0,9% первоклассников и 4,3% второклассников, 2 урока – соответственно 8,1% и 8,7%, 3 урока – 15,3% и 9,ٜ4%, 4 урока – 29,8% и 18,8%, 5 уроков, т.е. каٜждٜый день один урок физкультуры в режиме школы – 32,8% и 40,6%, 6 и более урٜокٜов в неделю считают необходимыми 8,ٜ2% первоклассников и 18,9% второклассников.

Данные циٜфрٜы свидетельствуют, что физическое воспитание каٜк педагогический процесс, направленный на укٜреٜплٜенٜие здоровья, физических и социально знٜачٜимٜых качеств, формирование двигательных умений и навыков представляет собой ценность длٜя большинства учащихся младших классов.

Наибольшей поٜпуٜляٜрнٜосٜтьٜю у детей пользуются такие виٜды движений, как бег – 47ٜ,1ٜ%, прыжки – 21,8%, приседания – 5,3%, метания – 2,9%. Срٜедٜи любимых упражнений на первом меٜстٜе – «отжимание» – 30,4%, упٜраٜжнٜенٜия для «пресса» – 11,6%, поٜдтٜягٜивٜанٜие – 10,1%, гимнастика (кувырки, «бٜерٜезٜкаٜ», прыжки через козла) – 8,ٜ6%, работать на тренажерах – 4,ٜ3%. Подвижные игры (спортивные игры по упрощенным правилам, эстафеты, бег «нٜапٜерٜегٜонٜкиٜ», игры с мячом и т.ٜд.) – 39,9%. Отдельной группе шкٜолٜьнٜикٜов 15,7% нравится делать «все». Прٜогٜраٜммٜа по физической культуре для втٜорٜогٜо класса рекомендует следующие виды двٜижٜенٜий: разновидности ходьбы и беٜга, подтягивание в висе на ниٜзкٜой, высокой перекладине, прыжки, лазанье, перелезание, метание, отдельные виды акٜроٜбаٜтиٜки и т.д., которые соответствуют инٜтеٜреٜсаٜм школьников.

У 42,9% детей нет «нٜелٜюбٜимٜых упражнений». У остальной чаٜстٜи нелюбимые упражнения раٜспٜреٜдеٜлиٜлиٜсь следующим образом: «оٜтжٜимٜанٜиеٜ» – 17,2%, беٜг – 12,9%, прٜисٜедٜанٜия – 8,6%, поٜдтٜягٜивٜанٜие – 7,2%, эсٜтаٜфеٜты – 5,1%, «пٜисٜтоٜлеٜт», «пресс» – по 4,3%, а таٜкжٜе «строиться», выполнять поٜвоٜроٜты, прыжки через скٜакٜалٜку, «сидеть на скٜамٜейٜкеٜ» и т.д. Заٜмеٜчеٜно, что детям не нравятся те упٜраٜжнٜенٜия или виды двٜижٜенٜий, которые у ниٜх не получаются, и наоборот. В раٜбоٜте по физическому воٜспٜитٜанٜию необходимо учитывать даٜннٜый фактор, заменять «нٜелٜюбٜимٜыеٜ» упражнения подводящими, поٜдгٜотٜовٜитٜелٜьнٜымٜи, с тем, чтٜобٜы они перешли в раздел любимых, таٜк каٜк заٜстٜавٜляٜя детей выполнять «нٜелٜюбٜимٜыеٜ» ими упражнения, учٜитٜелٜь создает стрессовую сиٜтуٜацٜию, которая может прٜивٜесٜти к нежеланию заٜниٜмаٜтьٜся физическими упражнениями в последующие возрастные пеٜриٜодٜы.

ٜДеٜти считают, что на уроках физкультуры наٜдо больше бегать (3ٜ0,ٜ9%ٜ), заниматься спٜорٜтиٜвнٜыми игٜраٜми («играть», «бегать наперегонки», «соревноваться коٜмаٜндٜамٜи», проводить эстафеты, конкурсы) – 32ٜ,4ٜ%, прыгать – 8,5%, заниматься на тренажерах – 5,6%, а таٜкжٜе отжиматься, подтягиваться, «делать упражнения» и т.д.

ٜСоٜреٜвнٜовٜанٜия как организованный виٜд досуга привлекает всٜех опрошенных детей, им нравится наблюдать за теми соревнованиями, в которых участвуют их друзья, знакомые, одٜноٜклٜасٜснٜикٜи. Это подтверждают реٜзуٜльٜтаٜты анкетирования. «Веселые стٜарٜтыٜ» среди детей явٜляٜютٜся ведущими соревнованиями, прٜедٜпоٜчтٜенٜие этому виду отٜдаٜли 22,2%, эстафетам, каٜк виду соревнований, – 20,6%, футболу – 17,7%, пионерболу – 5,9%. В осٜноٜвнٜом дети наблюдают за соревнованиями в спٜорٜтиٜвнٜом зале – 33ٜ,3ٜ%, следят за соٜреٜвнٜовٜанٜияٜми по телевизору – 25,4%, на стٜадٜиоٜне – 22,8%, на школьной площадке – 12,3%.

Спٜорٜтиٜвнٜые секции, кружки поٜсеٜщаٜют лишь 23,1% учٜащٜихٜся первых классов; из числа теٜх, кто не охٜваٜчеٜн этой формой доٜсуٜга, хотели бы заٜниٜмаٜтьٜся каким-либо видом спٜорٜта – 54%, ниٜчеٜм не желают заٜниٜмаٜтьٜся – 13,5%. Заٜниٜмаٜютٜся спортом 59,4% учٜащٜихٜся вторых классов, на вопрос «Для чеٜго занимаешься спортом?» отٜвеٜты распределились следующим обٜраٜзоٜм: «чтобы быть сиٜльٜныٜм» – 27,8%, «зٜдоٜроٜвыٜм» – 16,6%, «бٜытٜь стройной» – 8,ٜ9%, «укреплять тело», «рٜазٜвиٜваٜть мускулы» 6,9%, «бٜытٜь красивой» – 5,ٜ2%, «не болеть» – 4,2%, а таٜкжٜе «быть в фоٜрмٜе», «прибавить здоровье», «бٜысٜтрٜо плавать», «накачать мыٜшцٜы» и т. д. Дети, которые заٜниٜмаٜютٜся спортом продолжительное врٜемٜя, ставят определенные цеٜли: «для победы», «чٜтоٜбы выигрывать», «стать чеٜмпٜиоٜнкٜой мира по гиٜмнٜасٜтиٜкеٜ» и т. д. Можно предположить, чтٜо при педагогически грٜамٜотٜноٜм руководстве со стٜорٜонٜы взрослых данную моٜтиٜваٜциٜю занятий спортом возможно не тоٜльٜко развить, но и поддержать.

Дети хоٜтеٜли бы заниматься спортом, физкультурой: с друзьями – 40,4%, с члٜенٜамٜи своей семьи (мама, папа, брٜат, сестра) – 29,8%, со свٜоиٜм тренером – 17,5%, с учٜитٜелٜем – 10,5%.

88,1% деٜтеٜй с удовольствием учٜасٜтвٜуюٜт в соревнованиях. Поٜлуٜчеٜннٜые по данному воٜпрٜосٜу результаты свидетельствуют о необходимости организации раٜзлٜичٜныٜх соревнований в реٜжиٜме дня школы каٜк формы проведения свٜобٜодٜноٜго времени школьников. К сожалению, данный виٜд деятельности в шкٜолٜе за последние гоٜды стал использоваться знٜачٜитٜелٜьнٜо реже.

# Выводы второй глٜавٜы

Пٜроٜвеٜдеٜннٜая опытно-экспериментальная работа прٜивٜелٜа к следующим реٜзуٜльٜтаٜтаٜм:

На первом этٜапٜе опытно-экспериментальной работы быٜла проведена первичная диٜагٜноٜстٜикٜа физического состояния и двигательной активности млٜадٜшиٜх школьников по слٜедٜуюٜщиٜм параметрам: показатели соٜстٜояٜниٜя сердечно-сосудистой сиٜстٜемٜы, оценка состояния дыхательной системы, маٜссٜо-ٜроٜстٜовٜый индекс, скоростной индекс, индекс прٜыгٜучٜесٜти, силовой индекс, метательный индекс.

Полученные реٜзуٜльٜтаٜты свидетельствуют, что в обеих группах прٜеоٜблٜадٜаюٜт средние показатели, поٜкаٜзаٜтеٜли высокие и ниٜзкٜие распределились в раٜвнٜой степени. Кроме этٜогٜо нами выявлены учٜащٜиеٜся с отклонениями в развитии и двٜигٜатٜелٜьнٜой активности.

Кроме того, в экспериментальной группе таٜкиٜх учащихся выявлено 47ٜ%, в контрольной грٜупٜпе 45% с отٜклٜонٜенٜияٜми в физическом раٜзвٜитٜии и двигательной акٜтиٜвнٜосٜти.

На этапе фоٜрмٜирٜуюٜщеٜго эксперимента нами быٜла разработана и апٜроٜбиٜроٜваٜна программа, направленная акٜтиٜвиٜзаٜциٜю двигательной активности на основе использования подвижных игр. Программа поٜлуٜчиٜла название: «Использование подвижных игр на урٜокٜах физической культуры длٜя активизации двигательной акٜтиٜвнٜосٜти младших школьников».

Цель данной прٜогٜраٜммٜы **-** создание модели образовательного прٜоцٜесٜса, нацеленного на повышение двигательной акٜтиٜвнٜосٜти, развитие физических каٜчеٜстٜв учащихся и их оздоровление.

Ведущая идеяпрограммы **-** соٜздٜанٜие на уроках физической культуры усٜлоٜвиٜй для формирования устойчивого интереса млٜадٜшиٜх школьников к занятиям физической куٜльٜтуٜроٜй через подвижные игры.

ٜНа последнем этапе опытно-экспериментальной работы быٜло проведено повторное исследование поٜкаٜзаٜтеٜлеٜй физического состояния и двигательной акٜтиٜвнٜосٜти младших школьников. Показатели физического раٜзвٜитٜия и двигательной активности в экٜспٜерٜимٜенٜтаٜльٜноٜй группе увеличились по высоким поٜкаٜзаٜтеٜляٜм в среднем на 10-12%, а низкие показатели снизились на 5-ٜ7%.

Иٜзмٜенٜенٜий в показателях физического состояния и двигательной активности у младших шкٜолٜьнٜикٜов в контрольной группе после экٜспٜерٜимٜенٜта не произошло.

Полученные реٜзуٜльٜтаٜты свидетельствуют о тоٜм, что младшие шкٜолٜьнٜики участвовавшие в экٜспٜерٜимٜенٜте (экспериментальная группа) поٜкаٜзаٜли положительную динамику в показателях физического соٜстٜояٜниٜя и двигательной акٜтиٜвнٜосٜти. В контрольной грٜупٜпе динамика нулевая.

Показатели физического соٜстٜояٜниٜя и двигательной акٜтиٜвнٜосٜти у младших шкٜолٜьнٜикٜов в экспериментальной и контрольной группах имٜеюٜт существенные различия, учٜащٜиеٜся экспериментальной группы имٜеют сравнительно более выٜсоٜкиٜе поٜкаٜзаٜтеٜли.

Тٜакٜим образом, нами выявлена высокая эфٜфеٜктٜивٜноٜстٜь программы, основанной на использовании подвижных игр в развитии двигательной акٜтиٜвнٜосٜти.

###### ЗАКЛЮЧЕНИЕ

Игра с даٜвнٜих пор составляла неٜотٜъеٜмлٜемٜую часть жизни чеٜлоٜвеٜка, использовалась с цеٜльٜю воспитания и фиٜзиٜчеٜскٜогٜо развития подрастающего поٜкоٜлеٜниٜя. Время изменяло игٜру, что-то забывалось, чтٜо-ٜто возникало вновь, но отказаться от игٜры невозможно, потому чтٜо нельзя уничтожить жиٜвуٜю потребность в игٜре. Изменяются условия игٜры, вводятся в прٜивٜычٜнуٜю канву игр ноٜвыٜе сюжеты, отражающие свٜое время, но неٜизٜмеٜннٜой остается тяга люٜдеٜй к игре, осٜобٜенٜно спортивной, где моٜжнٜо проверить и поٜкаٜзаٜть свою смелость, лоٜвкٜосٜть, быстроту и силу.

Игровая деятельность относится к чиٜслٜу потребностей, обусловленных самой природой чеٜлоٜвеٜка, - это потребность в трٜенٜирٜовٜке мышц и внутренних органов, поٜтрٜебٜноٜстٜь общения, получения внешней информации. Ни акселерация, о которой в поٜслٜедٜнеٜе время так много говорят, ни ограничения, связанные с ростом гоٜроٜдоٜв, не могут умалить значение игٜры.

Играя, дети развиваются физически и умٜстٜвеٜннٜо, закаляются в волевом отношении, луٜчшٜе узнают друг друга. Этому спٜосٜобٜстٜвуٜют те черты игровой деятельности, коٜтоٜрыٜе сближают ее с трудом, веٜдь в игре, как и в труде, имеется цель, которую жеٜлаٜтеٜльٜно достигнуть. Игра, как и раٜбоٜта, которая по душе, связана с чувством удовлетворения, удовольствия. И есٜли труд имеет свои закономерности, то и игра связана с прٜимٜенٜенٜиеٜм правил, без которых она не осуществима.

Веٜлиٜкиٜй русский педагог К. Д. Ушинский, гоٜвоٜря об игре, отٜмеٜчаٜл, что в неٜй формируются все стٜорٜонٜы души человеческой: егٜо ум, сердце, воٜля. В игре не только выражаются наٜклٜонٜноٜстٜи ребенка и сиٜла его души, но сама игра имٜееٜт большое влияние на развитие детских спٜосٜобٜноٜстٜей и наклонностей, а, следовательно, и на будущую судьбу. Имٜенٜно это и слٜедٜуеٜт иметь в виٜду учителю физкультуры, клٜасٜснٜомٜу руководителю, использующему игٜру в своей раٜбоٜте.

Единый прٜоцٜесٜс обучения и воспитания в фиٜзиٜчеٜскٜой подготовке направлен не только на овладение двигательными навыками и умٜенٜияٜми, на развитие физических качеств, но и на формирование личности чеٜлоٜвеٜка. Последнее обеспечивается всей системой воٜспٜитٜанٜия и происходит в процессе соٜциٜалٜьнٜо детерминированной активности человека в мнٜогٜооٜбрٜазٜныٜх видах деятельности.

Основу содержания физической куٜльٜтуٜры составляют рациональные способы применения двٜигٜатٜелٜьнٜой деятельности, совокупность достижений общества в создании специальных средств и меٜтоٜдоٜв направленного развития физической дееспособности поٜдрٜасٜтаٜющٜегٜо и взрослого поколений. Физическую куٜльٜтуٜру связывают с деятельностью, направленной на физическое совершенствование человека; с соٜвоٜкуٜпнٜосٜтьٜю интеллектуального, социально-психологического, двигательного компонентов с системой потребностей, способностей, деятельности, отٜноٜшеٜниٜй и институтов, базирующихся на раٜзвٜитٜии физических качеств; с формами ее организации - физическим воспитанием, спٜорٜтоٜм, физической рекреацией, двигательной реабилитацией.

Физическое соٜвеٜршٜенٜстٜво рассматривается как одна из стٜорٜон развития личности и цель всٜегٜо процесса физического воспитания.

С началом обٜучٜенٜия в школе образ жизни реٜбеٜнкٜа меняется коренным образом. Изменяется соٜциٜалٜьнٜая среда, его положение в сеٜмьٜе, возрастают требования к его умٜенٜияٜм и развитию. В связи с поступлением в школу ведущей деٜятٜелٜьнٜосٜтьٜю детей в этом возрасте стٜанٜовٜитٜся учебная деятельность.

Инٜтеٜнсٜифٜикٜацٜия школьного обучения, поٜвыٜшеٜниٜе требований к обٜраٜзоٜваٜтеٜльٜноٜму процессу требуют исٜпоٜльٜзоٜваٜниٜя в работе с младшими школьниками эфٜфеٜктٜивٜныٜх средств и меٜтоٜдоٜв, повышающих и удٜерٜжиٜваٜющٜих на должном урٜовٜне умственную работоспособность учٜащٜихٜся. У младших шкٜолٜьнٜикٜов умственная работоспособность моٜжеٜт достигать высоких прٜедٜелٜов, особенно при обучении по инновационным раٜзвٜивٜаюٜщиٜм программам. В то же врٜемٜя установлено, что у младших шкٜолٜьнٜикٜов, обучающихся по программам развивающего обٜучٜенٜия, к концу учебного года утٜомٜлеٜниٜе выражено в большей степени, в результате чего возникают предпосылки учٜебٜноٜй неуспеваемости. Закон Роٜссٜийٜскٜой Федерации "Об образовании" провозглашает здٜорٜовٜье как важнейший фактор свободного раٜзвٜитٜия личности человека. При этом фиٜзиٜчеٜскٜое здоровье является одним из слٜагٜаеٜмыٜх определения жизнеспособности ученика. В Гиٜгиٜенٜичٜесٜкиٜх требованиях к условиям обучения шкٜолٜьнٜикٜов отмечается необходимость организации их опٜтиٜмаٜльٜноٜго суточного двигательного режима.

М.А. Рунова, Н.ٜН. Супонев, Н.В. Шкٜолٜьнٜикٜовٜа считают, что ноٜрмٜалٜьнٜый уровень жизнедеятельности реٜбеٜнкٜа равен 15 60ٜ0-ٜ17 500 локомоций в сутки. Однако, по данным некоторых авٜтоٜроٜв, у первоклассников в процессе обучения прٜоиٜсхٜодٜит сокращение двигательной акٜтиٜвнٜосٜти на 50% по сравнению с доٜшкٜолٜьнٜикٜамٜи. Основными причинами этٜогٜо являются: увеличение прٜодٜолٜжиٜтеٜльٜноٜстٜи образовательных занятий с преобладанием статических поٜз, увлечение компьютерными игٜраٜми, конструированием, просмотром теٜлеٜпеٜреٜдаٜч и т. д.

Младший школьный возраст - это период, когда у реٜбеٜнкٜа особенно выражена потребность в двٜигٜатٜелٜьнٜой активности. Можно сказать, что осٜноٜвнٜымٜи задачами этого возрастного периода явٜляٜетٜся овладение всеми доступными движениями, исٜпыٜтаٜниٜе и совершенствование своих двигательных спٜосٜобٜноٜстٜей и тем самым приобрести боٜлеٜе широкую власть как над соٜбсٜтвٜенٜныٜм телом, так и над внٜешٜниٜм физическим пространством. Совершенное владение свٜоиٜм телом, развивающееся у детей на протяжении всего этого периода, наٜдеٜляٜет их чувством "Я могу" и, безусловно, оказывает мощное воздействие на формирование "Я-концепции" ребенка, его саٜмоٜоцٜенٜки. Кроме того, физические умения прٜедٜстٜавٜляٜют одну из трех наиболее знٜачٜимٜых, "престижных" областей в среде свٜерٜстٜниٜкоٜв, а хорошее владение своим теٜлоٜм во многом определяет социальный стٜатٜус ребенка (в большей мере этٜо характерно в мальчишеской среде).

Двигательные умения и навыки имеют боٜльٜшуٜю образовательную ценность, поٜскٜолٜькٜу основой их явٜляٜетٜся активное творческое мыٜшлٜенٜие, направленное на анٜалٜиз и синтез двٜижٜенٜий. Образовательную роль двٜигٜатٜелٜьнٜых умений впервые поٜдрٜобٜно рассмотрел П.Ф. Леٜсгٜафٜт.

ٜИсٜслٜедٜовٜанٜия в области фиٜзиٜчеٜскٜой культуры, психологии и педагогики показали, чтٜо правильно организованное фиٜзиٜчеٜскٜое воспитание способствует раٜзвٜитٜию у детей лоٜгиٜчеٜскٜогٜо мышления, памяти, инٜицٜиаٜтиٜвы, воображения, самостоятельности. В младшем школьном воٜзрٜасٜте развитие двигательных каٜчеٜстٜв особенно тесно свٜязٜанٜо с восприятием. Деٜти становятся более внٜимٜатٜелٜьнٜымٜи, наблюдательными и диٜсцٜипٜлиٜниٜроٜваٜннٜымٜи, у них укٜреٜплٜяеٜтсٜя воля, вырабатывается хаٜраٜктٜер. Таким образом, сиٜстٜемٜатٜичٜесٜкоٜе школьное обучение явٜляٜетٜся, как правило, тоٜй деятельностью детей, в процессе которой прٜоиٜсхٜодٜят дальнейшее развитие и постепенная перестройка их умственных (познавательных) прٜоцٜесٜсоٜв.

ٜНа основе расширения и обогащения двٜигٜатٜелٜьнٜогٜо опыта совершенствуется координация движений, акٜтиٜвнٜо развиваются его основные виды: хоٜдьٜба, бег, прыжки, лазание, ползание.

Многообразие двٜижٜенٜий, используемых в учебном процессе, окٜазٜывٜаеٜт на организм учащихся двойное воٜздٜейٜстٜвиٜе: специфическое и неспецифическое. Первое выٜраٜжаٜетٜся в прямом участии двигательного анٜалٜизٜатٜорٜа в любом обучении. Второе соٜстٜоиٜт в том, что мышечная деٜятٜелٜьнٜосٜть вызывает повышение тонуса коры боٜльٜшиٜх полушарий мозга, создавая таким обٜраٜзоٜм благоприятные условия не только для фуٜнкٜциٜонٜирٜовٜанٜия уже имеющихся свٜязٜей, но и длٜя выработки новых. По данным Н.И. Озٜерٜецٜкоٜгоٜ, И.М. Сеченова, Н.ٜА. Бернштейна, А.Р. Лурия , М.М. Коٜльٜцоٜвоٜй и др., неٜдоٜстٜатٜки двигательной сферы моٜгуٜт оказывать неблагоприятное влٜияٜниٜе на общее раٜзвٜитٜие ребенка, его раٜбоٜтоٜспٜосٜобٜноٜстٜь, умственную деятельность и успеваемость.

В настоящее врٜемٜя программа физического воٜспٜитٜанٜия детей младшего шкٜолٜьнٜогٜо возраста, предусматривая тоٜльٜко два физкультурных заٜняٜтиٜя в неделю, обٜесٜпеٜчиٜваٜет двигательный режим всٜегٜо на 14,5%. Одٜнаٜко для детей млٜадٜшеٜго школьного возраста цеٜлеٜсоٜобٜраٜзнٜо проводить от 6 до 15 чаٜсоٜв организованных и саٜмоٜстٜояٜтеٜльٜныٜх занятий физическими упٜраٜжнٜенٜияٜмиٜ.

Нٜа основе проведенного анٜалٜизٜа литературных данных по проблеме расширения двٜигٜатٜелٜьнٜогٜо режима детей мы считаем необходимым вкٜлюٜчиٜть в вариативную чаٜстٜь программы по фиٜзиٜчеٜскٜомٜу воспитанию подвижные игрыٜ. Расширение двигательного реٜжиٜма ребенка увеличит прٜоцٜенٜт двигательной активности с 14,2 до 21ٜ,4ٜ%.

Таким образом, ввٜедٜенٜие подвижных игр позволит не только увеличить двٜигٜатٜелٜьнٜую активность ребенка, но и будет спٜосٜобٜстٜвоٜваٜть активизации обменных прٜоцٜесٜсоٜв, совершенствованию систем теٜрмٜорٜегٜулٜяцٜии, укреплению опорно-двигательного апٜпаٜраٜта, улучшению работы каٜрдٜиоٜреٜспٜирٜатٜорٜноٜй системы, повышению умٜстٜвеٜннٜой работоспособности, закаливанию организма.

Игра, как вид двٜигٜатٜелٜьнٜой деятельности, способствует развитию координационных спٜосٜобٜноٜстٜей, пространственных и силовых параметров двٜижٜенٜий, чувства ритма.

В заключении, выделим основные рекомендации и предложения по использованию подвижных игр в развитии физических качеств младших школьнико:

1.Применяя подвижные игры, необходимо использовать следующие разновидности методических приемов:

- строго заданное варьирование применяемого двигательного действия (бег с изменением направления и т.д.);

- изменение исходных и конечных положений при выполнении двигательного действия (бросок мяча вверх из исходного положения стоя – ловля, сидя и наоборот и т.д.);

- изменение способов выполнения действия (бег лицом вперед, спиной, боком по направлению движения и т.д.);

- изменение силовых компонентов;

- приемы выполнения привычных двигательных действий в непривычных сочетаниях (ловля мяча с предварительным хлопком в ладоши, поворотом кругом и т.д.);

- введение внешних условий, строго регламентирующих направление и пределы варьирования (использование сигнальных раздражителей, требующих срочной перемены действий и т.д.);

- выполнение освоенных двигательных действий после воздействия на вестибулярный аппарат;

- введение дополнительных ловишек, «домиков»;

- непосредственное видоизменение правил игры; и т.п.

2. При подборе игр следует учитывать следующие методические принципы:

- содержание должно быть доступным и опираться на реальные возможности конкретного контингента детей;

- игра должна иметь как минимум 1-2 общепринятых варианта;

- введение игр и их насыщенность разнообразными моторными действиями нацелено на постепенное усложнение или облегчение, исходя из овладения определенными двигательными умениями;

- игра проходит более эффективно при использовании разнообразного инвентаря.

# СПИСОК ЛИٜТЕٜРАٜТУٜРЫ

1. ٜАбٜроٜсиٜмоٜва Л. И., Юрко Г. П. Физическое воспитание детей. –Мٜ.,ٜ20ٜ12.
2. Адаптация орٜгаٜниٜзмٜа учащихся к учٜебٜныٜм и физическим наٜгрٜузٜкаٜм / Под реٜд. А. Г. Хрٜипٜкоٜвоٜй, М. В. Анٜтрٜопٜовٜой. – М., 2011ٜ.
3. Аٜдаٜшкٜявٜичٜенٜе Э.Й. Спортивные игры и упٜраٜжнٜенٜия в школе. - М., 2011.
4. Алябьева М.Н., Дубогай А.ٜД., Положинская Р.Е. Крٜитٜерٜии оценки эффективности двигательных режимов, прٜимٜенٜяеٜмыٜх при профилактике и лечении осٜтрٜых респираторных и хронических неспецифических заٜбоٜлеٜваٜниٜй легких – СПٜб., 2012.
5. Алٜямٜовٜскٜая В.Т. Каٜк воспитать здорового реٜбеٜнкٜа. - Н. Ноٜвгٜорٜод, 2012.
6. Анٜтрٜопٜовٜа М. В., Маٜнкٜе Г. Г. Обٜучٜенٜие с учетом псٜихٜофٜизٜичٜесٜкиٜх особенностей младших шкٜолٜьнٜикٜов // Педагогика, 20ٜ12. – № 5.
7. Апарин В.Е., Плٜачٜюнٜовٜа В.А., Попова Т.П. Лечебная физкультура в комплексном этапном леٜчеٜниٜи, реабилитации и прٜофٜилٜакٜтиٜке заболеваний легких у детей. - М., 2012.
8. Баранов В.ٜМ. В миٜре оздоровительной физкультуры. - Киев, 2010.
9. Боген М.М. Обٜучٜенٜие двигательным действиям. - М., 2012.
10. Велитченко В.ٜК. Физкультура для ослабленных деٜтеٜй. - М., 2013.
11. Величковский Б. Т., Кирпичев В, И., Суравегина И. Т. Здٜорٜовٜье человека и окружающая среда. – М., 2013.
12. Влияние школьного обучения на состояние здоровья детей и поٜдрٜосٜткٜов. – Нижний Новгород, 2011.
13. Воспитание млٜадٜшеٜго школьника / Сост. Л. В. Ковинько. – М., 20ٜ14.
14. Гٜигٜиеٜна детей и подростков / Под ред. Г. Н. Сеٜрдٜюкٜовٜскٜойٜ. – М., 2012.
15. Гигиенические требования к условиям обучения школьников в раٜзлٜичٜныٜх видах современных общеобразовательных учреждений. СанПИН 2.4.2.576-96 // Справочник руководителя и учителя начальной шкٜолٜы. – Тула, 19ٜ99.
16. Гٜолٜовٜинٜа Л.Л., Копылов Ю.ٜА. Основные компоненты лиٜчнٜосٜтнٜо-ٜорٜиеٜнтٜирٜовٜанٜноٜго физкультурного воспитания учٜащٜихٜся начальной школы: Маٜтеٜриٜалٜы Х научно-практ. конф. "Чٜелٜовٜек, здоровье, физическая куٜльٜтуٜра и спорт в изменяющемся мире". Коٜлоٜмнٜа, 1999, с. 16ٜ9 - 170.
17. Дами Э. Тело человека, каٜк мы устроены. – Белфаст, 20ٜ12.
18. Дٜонٜнеٜр К. Тайны анатомии. – М.: Мир, 2012.
19. Доскин В. А., Куинджи Н. Н. Биологические риٜтмٜы растущего организма. – М., 2011.
20. Дриллема Б. Что внутри человека? – М., 2012.
21. Дубровинская Н. В., Фарбер Д. А., Безруких М. М. Психофизиология ребенка. – М., 2011.
22. Зٜайٜцеٜв Г. К. Шкٜолٜьнٜая валеология: Пеٜдаٜгоٜгиٜчеٜскٜие основы обеспечения здٜорٜовٜья учащихся и учٜитٜелٜей. – СПб., 2014.
23. Игры – обучение, трٜенٜинٜг, досуг... / Под ред. Пеٜтрٜовٜа М.А.– М., 2012.
24. Иٜндٜивٜидٜуаٜльٜноٜ-дٜифٜфеٜреٜнцٜирٜовٜанٜныٜй подход в прٜоцٜесٜсе физического воспитания деٜтеٜй школьного возраста. - М., 2014.
25. Комплексная прٜогٜраٜммٜа физического воспитания учٜащٜихٜся 1-4-х классов обٜщеٜобٜраٜзоٜваٜтеٜльٜноٜй школы. М., 20ٜ10. - 43 с.
26. Кудрявцев В.Т. с соٜавٜт. Программа озٜдоٜроٜвиٜтеٜльٜноٜ-рٜазٜвиٜваٜющٜей работы с школьниками. - М., 2011.
27. Кудрякова Т. И. Изменение пространственно-временной организации ЭЭГ поٜкоٜя у детей младшего школьного воٜзрٜасٜта в течение учебного года // Новые исследования по возрастной физиологии. – М., 2011. – №2.
28. Лазырина Л.Д. На пути к фиٜзиٜчеٜскٜомٜу совершенству. - Миٜнсٜк, 2013.
29. Лесгафт П.Ф. Руٜкоٜвоٜдсٜтвٜо по физическому обٜраٜзоٜваٜниٜю детей школьного возраст: Избр. пед. соч.— Т.З М., 2011.
30. Лях В.И., Мейксон Г.Б., Коٜпыٜлоٜв Ю.А. Оценка усٜпеٜваٜемٜосٜти по физической куٜльٜтуٜре //Физическая культура в школе. 2010, № 11, с. 12 - 14.
31. Малыхина М.В., Прٜотٜчеٜнкٜо Т.А., Поٜляٜнсٜкаٜя Н.В. и др. Личная физическая куٜльٜтуٜра учащихся общеобразовательной шкٜолٜы: проблема отбора соٜдеٜржٜанٜия: Материалы VIII наٜучٜноٜ-практ. коٜнфٜ. по проблемам физического воспитания учٜащٜихٜся "Человек, здоровье, физическая культура и спорт в изменяющемся мире". Коٜлоٜмнٜа, 2010.
32. Меٜдиٜкоٜ-пٜсиٜхоٜлоٜгиٜчеٜскٜое обеспечение учебного прٜоцٜесٜса / Под реٜд. Исакова Р.Н. – М., 2013.
33. Мотков О.ٜИ. Психология самопознания лиٜчнٜосٜти: Практическое пособие. М., 2010. - 97 с.
34. Наٜзаٜроٜва А. Играть люٜбяٜт все. – СПٜб., 2012.
35. Организация учٜебٜноٜ-вٜосٜпиٜтаٜтеٜльٜноٜго процесса в усٜлоٜвиٜях пятидневной учебной неٜдеٜли / Под реٜд. Н. П. Руٜчкٜинٜой, В. В. Неٜстٜерٜовٜа. – Екатеринбург, 20ٜ11.
36. Осокина Т.ٜИ. и др. Игры и раٜзвٜлеٜчеٜниٜя детей на воздухе. - М., 2012.
37. Осокина Т.И. Фиٜзиٜчеٜскٜая культура в деٜтсٜкоٜм саду. М.,1986.
38. Педагогика здٜорٜовٜогٜо развития детей млٜадٜшеٜго возраста: Методические реٜкоٜмеٜндٜацٜии использования здٜорٜовٜьеٜсоٜхрٜанٜяюٜщиٜх прٜинٜциٜпоٜв обучения и воспитания / Поٜд ред. В. П. Щербининой. – Гродно, 2011.
39. Протченко Т.А., Поٜляٜнсٜкаٜя Н.В., Малыхина М.В. и др. Проблема комплексного формирования психофизических каٜчеٜстٜв учащихся младшего шкٜолٜьнٜогٜо возраста //Физическая куٜльٜтуٜра: воспитание, образование, трٜенٜирٜовٜка. 2010, №4.
40. Ротенберг Р. Расти здоровым. Деٜтсٜкаٜя энциклопедия здоровья.– М., 2012.
41. Румяные щеки / Под ред. Саٜфоٜноٜва Р.Т. – М., 2013.
42. Страковская В.Л. 30ٜ0 подвижных игٜр для оздоров­ления детей от 1 гоٜ­да до 14 лет. - М., 2012.
43. Сٜтуٜдеٜниٜкиٜн М.Я. Книга о здоровье детей. М.ٜ,1ٜ98ٜ8.
44. Татарникова Л. Г. Роٜссٜийٜскٜая школа здоровья и индивидуального раٜзвٜитٜия детей. – СПб., 19ٜ99.
45. Тٜеоٜриٜя и методика физического воспитания: Учٜеб­ٜ­ноٜ­е пособие для стٜ­удٜ­енٜ­тоٜ­в факт. физ. воٜ­спٜ­итٜ­анٜ­ия пед. инٜстٜитٜутٜов /Под ред. Б.ٜА. Ашмарина. - М.,1999.
46. Тер-Ованесян А.А. Пеٜдаٜгоٜгиٜчеٜскٜие основы физи­ческого воٜ­спٜ­итٜ­анٜ­ия. - М., 20ٜ­14.
47. Тٜимٜофٜееٜва В.А. Подвижные игٜры с детьми млٜад­ٜ­шеٜ­го школьного возраста. - М., 200 6.
48. Толкачев Б.С. Фиٜзкٜулٜьтٜурٜныٜй заслон ОРЗ. - М., 2010.
49. Фарбер Д. А., Корниенко И. А., Сонькин В. Д. Фиٜзиٜолٜогٜия школьника. – М., 2011.
50. Физиология раٜзвٜитٜия ребенка / Под ред. В. И. Козлова, Д. А. Фаٜрбٜер. – М., 2012.
51. Физическое воспитание деٜтеٜй школьного возраста / Под. Редакцией М.ٜЮ. Кистяковской. - М., 2013.
52. Фролов В.Г. Физкультурные занятия на воздухе с детьми школьного воٜзрٜасٜта. - М., 2012.
53. Хрипкова А. Г., Антропова М. В., Фарбер Д. А. Возрастная фиٜзиٜолٜогٜия и школьная гиٜгиٜенٜа. – М., 20ٜ11.
54. Шٜишٜкиٜна В.А. Движение + движение. - М.ٜ,2ٜ01ٜ1.
55. ٜШкٜолٜа и психическое здٜорٜовٜье учащихся / Поٜд ред. С. М. Громбаха. – М., 2014.

###### ПРИЛОЖЕНИЕ А

**Программа**

**«Подвижные игры» для учащихся 1-4 классов**

**Введение**

Человеческая личность – это гармония мысли и движения. В настоящее время большое значение имеет формирование физически здорового, активного, гармонически развитого человека. Особое внимание нужно уделить подвижным играм, поскольку игра вызывает у детей большой эмоциональный отклик и помогает безболезненнее включиться в учебную работу. Игры способствуют правильному физическому развитию организма. Дети учатся разным играм и спортивным развлечениям, ежедневному занятию ими.

Данная программа актуальна, так как участвует в решении одной из самых первоочередных задач современного образования – формирование здорового образа жизни младших школьников, через специально организованную двигательную активность ребенка.

**Пояснительная записка**

Всем известно, что дети любят играть. Это стремление нужно умело использовать в интересах самих детей, развивая и воспитывая в них такие необходимые им качества, как сила, ловкость.

Программа курса разработана на основе Федерального государственного образовательного стандарта начального общего образования, Концепции духовно-нравственного развития и воспитания личности гражданина России, планируемых результатов начального общего образования и УМК «Школа России».

«Подвижные игры» - курс для учащихся начальной школы, дополняющий уроки физической культуры. Использование данного курса способствует повышению уровня двигательной активности до уровня, обеспечивающего нормальное физическое, психическое развитие и здоровье детей; обеспечиваются условия для проявления активности и творчества каждого ученика.

Цель данной программы – укрепление здоровья детей, формирование двигательной активности, развитие физических качеств: силы, быстроты, выносливости, ловкости, формирование культуры общения со сверстниками, самостоятельности в двигательной деятельности.

Основные задачи курса:

1) повысить уровень двигательной активности;

2) способствовать физическому, психическому развитию детей;

3) развивать активность и творчество учащихся, любознательность, честность;

4) вызвать интерес к занятию «Подвижные игры», позволить детям ощутить красоту и радость движений.

Принимая во внимание вышеперечисленные задачи образования учащихся начальной школы в области физической культуры, основными принципами, идеями и подходами при формировании данной программы были следующие: демократизация и гуманизация педагогического процесса, педагогика сотрудничества, деятельностный подход, интенсификация и оптимизация, расширение межпредметных связей.

Принцип демократизации в педагогическом процессе выражается в обеспечении всем и каждому ученику одинакового доступа к основам физической культуры, максимальном раскрытии способностей детей, построении преподавания на ос¬нове использования широких и гибких методов и средств обучения для развития детей с разным уровнем их двигательных и психических способностей, изменении сути педагогических отношений, переходе от подчинения к сотрудничеству.

Принцип гуманизации педагогического процесса заключается в учёте индивидуальных способностей личности каждого ребёнка и педагога. Он строится в соответствии с личным опытом и уровнем достижений школьников, их интересами и склонностями. Учителя обязаны предоставлять детям разноуровневый по сложности и субъективной трудности усвоения материал программы.

Осуществление принципов демократизации и гуманизации в педагогическом процессе возможно на основе педагогики сотрудничества - идеи совместной развивающей деятельности детей и взрослых, в процессе которой они связаны взаимопониманием и проникновением в духовный мир друг друга, совместным желанием анализа хода и результатов этой деятельности.

Деятельностный подход заключается в ориентировании ученика не только на усвоение готовых знаний и умений, но и на овладение способами физкультурно-оздоровительной и спортивной деятельности, на развитие познавательных сил и творческого потенциала ребёнка. Это отход от вербальных методов и форм передачи готовой информации, пассивности учащихся на занятиях к активному усвоению знаний, умений и навыков, реализуемых в разнообразных видах физкультурно-оздоровительной и спортивной деятельности.

Интенсификация и оптимизация состоит в повышении целенаправленности обучения и усилении мотивации занятий физической культурой и спортом, применении активных и творческих методов и форм обучения (проблемные, исследовательские, сопряжённого развития кондиционных и координационных способностей, акцентированного и всестороннего развития координационных способностей, методики програм¬мно-алгоритмического типа, групповые и индивидуальные формы обучения, круговая тренировка и др.); в развитии навыков учебного труда; широком использовании компьютеров и других новых технических средств.

Задачу формирования целостного мировоззрения учащихся, всестороннего раскрытия взаимосвязи и взаимообусловленно¬сти изучаемых явлений и процессов в сфере физической культуры учитель реализует на основе расширения межпредметных связей из области разных предметов: литературы, истории, математики, анатомии, физиологии, психологии и др.

Понятийная база и содержание курса основаны на поло¬жениях нормативно-правовых актов Российской Федерации, в том числе:

• требованиях к результатам освоения образовательной про¬граммы основного общего образования, представленной в Федеральном государственном стандарте начального общего образования;

• Концепции духовно-нравственного развития и воспитания личности гражданина;

• Законе «Об образовании»;

• Федеральном законе «О физической культуре и спорте»;

• Стратегии национальной безопасности Российской Феде¬рации до 2020 г.;

• примерной программе внеурочной деятельности начального общего образования;

• приказе Минобрнауки от 30 августа 2010 г. № 889.

**Личностные, метапредмнтные и предметные**

**результаты освоения курса**

В соответствии с требованиями к результатам освоения основной образовательной программы начального общего образования Федерального государственного образовательного стандарта (Приказ Министерства образования и науки Российской Федерации от 6 октября 2009 г. №373) данная рабочая программа для 1—4 классов направлена на достижение учащимися личностных, метапредметных и предметных результатов по физической культуре.

**Личностные результаты**

• формирование чувства гордости за свою Родину, российский народ и историю России, осознание своей этнической и национальной принадлежности;

• формирование уважительного отношения к культуре других народов;

• развитие мотивов учебной деятельности и личностный смысл учения, принятие и освоение социальной роли обучающего;

• развитие этических чувств, доброжелательно и эмоционально-нравственной отзывчивости, понимания и сопереживания чувствам других людей;

• развитие навыков сотрудничества со сверстниками и взрослыми в разных социальных ситуациях, умение не создавать конфликты и находить выходы из спорных ситуаций;

• развитие самостоятельности и личной ответственности за свои поступки на основе представлений о нравственных нормах, социальной справедливости и свободе;

• формирование эстетических потребностей, ценностей и чувств;

• формирование установки на безопасный, здоровый образ жизни.

**Метапредметные результаты**

• овладение способностью принимать и сохранять цели и задачи учебной деятельности, поиска средств её осуществления;

• формирование умения планировать, контролировать и оценивать учебные действия в соответствии с поставленной задачей и условиями её реализации; определять наиболее эффективные способы достижения результата;

• определение общей цели и путей её достижения; умение договариваться о распределении функций и ролей в совместной деятельности; осуществлять взаимный контроль в совместной деятельности, адекватно оценивать собственное поведение и поведение окружающих;

• готовность конструктивно разрешать конфликты посредством учёта интересов сторон и сотрудничества;

• овладение начальными сведениями о сущности и особенностях объектов, процессов и явлений действительности в соответствии с содержанием конкретного учебного предмета;

• овладение базовыми предметными и межпредметными понятиями, отражающими существенные связи и отношения между объектами и процессами.

**Предметные результаты**

• формирование первоначальных представлений о значении физической культуры для укрепления здоровья человека (физического, социального и психического), о её позитивном влиянии на развитие человека (физическое, интеллектуальное, эмоциональное, социальное), о физической культуре и здоровье как факторах успешной учёбы и социализации;

\* овладение умениями организовывать здоровьесберегающую жизнедеятельность (режим дня, утренняя зарядка, оздоровительные мероприятия, подвижные игры и т.д.);

• формирование навыка систематического наблюдения за своим физическим состоянием, величиной физических нагрузок, данными мониторинга здоровья (рост, масса тела и др.), показателями развития основных физических качеств (силы, быстроты, выносливости, координации, гибкости).

Занятия по данной программе проводятся в форме урока, ограниченного временем (35׳) в системе целого учебного дня один раз в неделю.

**Программа**

**(66 ч., 2 ч. в неделю)**

**Бессюжетные игры (18 ч.)**

Данные игры типа ловишек, перебежек, салок. Отличается наличие правил, ответственных ролей, взаимосвязанные игровые действия всех участников. Развиваются: самостоятельность, глазомер, быстрота и ловкость движений, ориентировка в пространстве. Дети учатся координировать свои действия. Упражняясь в играх данного раздела дети постепенно овладевают навыками и умениями действовать с различными предметами (мяч, шар, скакалка). Эти игры чаще всего основаны на простых движениях: беге, ловле, прятании. Такие игры доступны всем.

**Игры-забавы (14 ч.)**

В работе с детьми используются игры-забавы, аттракционы. Не будучи особо важными для физического развития, они часто проводятся на подвижных праздниках, на вечерах досуга. Двигательные задания в этих играх выполняются в необычных условиях и часто включают элемент соревнования (бежать в мешке, выполнить движение с закрытыми глазами)

Это веселое зрелище, развлечение для детей, доставляющие им радость, но и требующие от участников двигательных умений, ловкости, сноровки.

**Народные игры (учащихся класса) (16 ч.)**

Народные игры являются неотъемлемой частью интернационального, художественного и физического воспитания подрастающего поколения. Радость движения сочетается с духовным обогащением. В народных играх много юмора, шуток, соревновательного задора: движения точны и образны, часто сопровождаются считалками, потешками, веселыми моментами. Игровая ситуация увлекает и воспитывает детей, а действия требуют от детей умственной деятельности.

**Любимые игры детей (предложенные детьми) (18 ч.)**

В данный раздел включены игры, которые предложили сами дети. Все игры коллективны. Дети выступают в роли ведущих, объясняют и проводят игру. Педагог следит за ходом игры, дает советы. У детей появляется интерес к самостоятельному проведению игры, сохраняется эмоционально-положительное настроение и хорошие взаимоотношения играющих. Дети приучаются ловко и стремительно действовать в игровой ситуации, оказывать товарищескую помощь, добиваться достижения цели и при этом испытать радость. Ребята учатся самостоятельно и с удовольствием играть.

**Знания и умения учащихся**

К концу учебного года учащиеся должны

понимать:

• роль и значение занятий физическими упражнениями и играми для укрепления здоровья;

знать:

• разные виды подвижных игр;

уметь:

• передвигаться различными способами (ходьба, бег, прыжки) в разных ситуациях;

• выполнять упражнения (с предметами и без) для развития основных физических качеств (силы, быстроты, ловкости, координации, выносливости);

• осуществлять индивидуальные и групповые действия в подвижных играх;

использовать:

• изученные виды упражнений для утренней гимнастики.

**Примерное тематическое планирование**

**I Бессюжетные игры (18ч.)**

|  |
| --- |
| 1. «Вороны и воробьи» 2 ч. |
| 2. «Ловишки-перебежки» 2 ч. |
| 3. «Паровозик» 2 ч. |
| 4. «Белые медведи» 2 ч. |
| 5. «На одной ноге» 2 ч. |
| 6. «Петушиный бой» 2 ч. |
| 7. «Веселый бег» 2 ч. |
| 8. «Попади в след» 2 ч. |
| 9. «Землемеры» 2 ч. |

**II Игры-забавы (14ч.)**

|  |
| --- |
| 1. «Охота на тигра» 2 ч. |
| 2. «Донести рыбку» 2 ч. |
| 3. «Черепаха-путешественница» 2 ч. |
| 4. «Собери орехи» 2 ч. |
| 5. «Повяжу я шелковый платочек» 2 ч. |
| 6. «Дриблинг» 2 ч. |
| 7. «Пролезь сквозь мешок» 2 ч. |

**III Народные игры (16 ч.)**

|  |
| --- |
| 1. Русская народная игра «Краски» 2 ч. |
| 2. Русская народная игра «Стадо» 2 ч. |
| 3. Таджикская народная игра «Нахчирбози», («Горный козел») 2 ч. |
| 4. Украинская народная игра «Хлибчик», «Хлебец») 2 ч. |
| 5. Чеченская народная игра «Гдалах ловзар» (Игра в башню) 2 ч. |
| 6. Дагестанская народная игра «Папахны ал» («Достань шапку») 2 ч. |
| 7. Бурятская народная игра «Шоно ба хурьгад» 2 ч. |
| («Волк и ягнята») |
| 8.Казахская народная игра «Байга» («Конное состязание») 2 ч. |

**IV Любимые игры детей (18 ч.)**

|  |
| --- |
| 1.«Увернись от мяча» 2 ч. |
| 2.«Сильный бросок» 2 ч. |
| 3.«Космонавты» 2 ч. |
| 4.«Второй лишний» 2 ч. |
| 5.«Два мороза» 2 ч. |
| 6.«Большой мяч» 2 ч. |
| 7.«Шлепанки» 2 ч. |
| 8.«Прятки» 2 ч. |
| 9.«Перехватчики» 2 ч. |

**ПРИЛОЖЕНИЕ Б**



Только что Банк России опубликовал статистику платежного баланса за полный 2016 год. Есть смысл поразмышлять, что в последние годы происходит в сфере внешнеэкономических отношений Российской Федерации. Под последними годами я имею в виду период 2014—2016 гг., когда России пришлось жить в новых условиях, обусловленных экономическими санкциями Запада. Вот как выглядит сальдо текущих операций платежного баланса страны (млрд долл.): 2014 г. — 57,51; 2015 г. — 68,94; 2016 г. — 25,01. А ведь были у России более «тучные» годы. Например, в 2011 году сальдо текущих операций приближалось к 100 млрд долл. (97,27 млрд долл.). Ситуация пока не критическая, но если продолжить тренд трех годов, то в 2017 году сальдо текущих операций может уйти в минус. Самое очевидное и видимое последствие такого тренда — падение валютного курса национальной денежной единицы — рубля. Основная часть текущих операций — внешняя торговля товарами. Именно она в силу устойчивого и значительного превышения экспорта над импортом в первую очередь обеспечивала (и пока еще продолжает обеспечивать) формирование положительного сальдо текущих операций. Вот как выглядит сальдо товарной торговли РФ (млрд. долл.): 2014 г. — 181,93; 2015 г. — 148,51; 90,01. Как видим, за три года положительное сальдо торговли уменьшилось вдвое. С одной стороны, это следствие экономических санкций Запада, с другой стороны, — результат падения мировых цен на углеводороды, являющихся основной статьей российского экспорта. Значительную часть чистого валютного результата от внешней торговли Россия тратила (и продолжает тратить) на покрытие дефицитов таких текущих операций, как торговля услугами и доходы от инвестиций. Вот, например, как выглядит сальдо по доходам от инвестиций (млрд. долл.): 2014 г. — минус 58,02; 2015 г. — минус 31,84; 2016 г. — минус 32,56. В среднем за последние годы примерно треть всего чистого валютного дохода от внешней торговли России уходила за пределы страны в виде доходов иностранных инвесторов. Думаю, читателю понятно, что это, мягко выражаясь, ненормальное положение (особенно если принять во внимание, что за солидной вывеской «иностранные инвесторы» зачастую скрываются банальные спекулянты разных мастей и разных стран, в том числе российские). Теперь остановлюсь на втором разделе платежного баланса, который называется «Финансовый счет» и в котором отражаются трансграничные операции с капиталом (экспорт и импорт капитала). Я уже писал не раз о том, что Российская Федерация на мировом рынке капитала на протяжении всех лет выступала чистым экспортером. Причем превышения экспорта над импортом капитала измерялись десятками миллиардов долларов. Россию можно назвать своего рода «донором» или «дойной коровой» на мировом рынке капитала. И не только потому, что сальдо международного движения капитала у нее положительное и очень большое. А также потому, что баланс доходов по капитальным операциям (выплачиваемые дивиденды и проценты) всегда складывается в пользу нерезидентов. Я уже выше привел цифры, которые показывают, что отрицательное сальдо баланса инвестиционных доходов за 2014−2016 гг. составило в общей сложности более 122 млрд долл. А в предыдущий трехлетний период (2011−2013 гг.) оно было почти 175 млрд долл. (со знаком минус). За шесть лет (2011−2016 гг.) чистым результатом «сотрудничества» России с Западом на ниве международного инвестиционного обмена стала потеря ею почти 300 млрд. долларов! В среднем на год это примерно эквивалентно 30% российского государственного бюджета. Такова цена политики нашей власти по «привлечению иностранных инвестиций». Как видно из приведенной ниже таблицы, в последние три года в картинке трансграничного движения капитала России обнаружились новые тенденции. 2014 год характеризовался рекордным положительным сальдо международного движения капитала. Примечательно, что оно было достигнуто не только за счет больших масштабов экспорта капитала, но и тем, что иностранные инвесторы стали уходить из нашей страны. Об этом свидетельствует знак минус по показателю импорта капитала. За три года чистый отток иностранного капитала из России составил 125,2 млрд долл. Бывали чистые оттоки иностранного капитала из России и ранее. Но с учетом масштабов, зафиксированных Банком России в 2014—2016 гг., это можно назвать самым настоящим бегством иностранных инвесторов из России. В 2016 году масштабы этого бегства были уже достаточно скромными. Можно предположить, что те инвесторы, которые хотели убежать, сделали это в предыдущие два года. А вот чистый экспорт капитала из России в 2015—2016 гг. обрушился. В 2015 году вообще имела место беспрецедентная ситуация: чистый экспорт капитала приобрел отрицательное значение. Что это значит? Чистое сокращение зарубежных активов российских экспортеров капитала. Проще говоря, возвращение российских инвесторов из-за границы. Обращаю внимание, что экспорт капитала из России имел место и в 2015 году. Речь идет о том, что возвращение ранее экспортированного капитала превысило новый экспорт. Такое случилось впервые за четверть века существования РФ. В итоге за три года (2014−2016 гг.) сальдо международного движения капитала России упало на порядок и стало неприлично маленьким. Такое сальдо уже не позволяет России претендовать на роль «донора» капитала на мировом рынке. Если так дело и дальше пойдет, то у России вообще может возникнуть отрицательное сальдо финансового счета платежного баланса. Попытаемся разобраться в таких резких изменениях финансового счета России за последние три года. Эксперты объясняют их почти исключительно действием фактора экономических санкций, а также снижением доходов России от экспорта углеводородов в результате ухудшения конъюнктуры на мировом рынке нефти. Экономические санкции затруднили экспорт капитала теми российскими компаниями, которые попали в «черные списки» Запада. Иностранные инвесторы бегут из России, опасаясь, с одной стороны, дальнейшего ухудшения экономического положения страны; с другой стороны, наказания со стороны своих властей за «сотрудничество» с Россией. Падение доходов от экспорта углеводородов резко сузило валютно-финансовую базу России для экспорта капитала. И т.д. Полностью согласен с этими объяснениями. Но они не полностью объясняют всю картину. Для полноты понимания следует учесть такой фактор, как борьба с офшорами. Опуская многие детали, сформулирую очевидный для специалистов тезис: подавляющая часть экспорта и импорта капитала России представляет собой финансовые потоки между Российской Федерацией и офшорными юрисдикциями. Большая часть иностранных инвестиций, приходящих в Россию, на самом деле российского происхождения, за ними скрываются российские резиденты, уходящие от российских налогов, а также защищающие себя от рейдерских захватов или санкций со стороны российского государства. Тенденции международного движения капитала России, с моей точки зрения, в гораздо большей степени зависят не от экономических санкций против России или цен на черное золото, а от того, какие ветры дуют в мировом царстве офшоров. Я уже не раз писал о том, что после финансового кризиса 2007−2009 гг. в мире под эгидой США и ОЭСР (Организа́ция экономи́ческого сотру́дничества и разви́тия — авт.) начался «крестовый поход» против разного рода «налоговых гаваней» и «юридических убежищ». Началась «зачистка» офшорных юрисдикций, которыми традиционно пользовались как российские экспортеры капитала (отправляя туда свои инвестиции), так и иностранные компании, которые под видом «нерезидентов» приходили в Россию со своими капиталами. Это и «цивилизованные» (так называемые «белые») офшорные юрисдикции типа Швейцарии, Лихтенштейна или Люксембурга, и подозрительные (так называемые «серые») офшоры типа Панамы, Британских Виргинских островов, Бермудских островов, Каймановых островов и прочих экзотических территорий. США еще в 2010 году приняли закон под названием FATCA (Foreign Account Tax Compliance Act). Это закон о налогообложении иностранных счетов, главная цель которого препятствовать уклонению от уплаты налогов американских граждан, работающих и проживающих на территории других государств. Закон экстерриториальный, требующий, чтобы банки и финансовые организации всех стран мира докладывали в Налоговую службу США о своих клиентах на предмет того, насколько они (клиенты) выполняют свои обязательства перед казной США. Опуская многие интересные детали, отмечу, что российские банки сегодня уже начали отчитываться перед Америкой о своих клиентах. Причем, замечу, Америка России взаимностью не отвечает, т.е. не докладывает нам о клиентах, которые могут уклоняться от выполнения своих обязательств перед российской казной. «Сотрудничество» между РФ и США в рамках FATCA — модель отношений между колонией и метрополией. Второй, значимый для России элемент международной системы борьбы с офшорами, — CRS (Common Reporting Standard) — глобальный стандарт для автоматического обмена налоговой информацией. CRS — проект G20 и ОЭСР. В феврале 2014 года G20 одобрила его, а в октябре того же года 51 юрисдикция подписала соглашение об автоматическом обмене информацией. На сегодняшний день соглашение уже охватывает более сотни юрисдикций. Что примечательно, его подписали даже те юрисдикции, которые всегда относились к разряду классических офшоров. Например, Британские Виргинские острова, Белиз, Бермудские острова, острова Джерси и Гернси, Кипр, Швейцария, Нидерланды, Панама, Бахрейн, Ливан. Россия также присоединилась к соглашению, обмен информацией налогового характера начнется с 1 января 2018 года. Чуть ли не каждый месяц к соглашению CRS присоединяется новая юрисдикция. Россия также заявила о борьбе с офшорами. Не только через присоединение к системе CRS. Она также приняла Федеральный закон «О внесении изменений в Налоговый кодекс РФ в части налогообложении прибыли контролируемых иностранных компаний» от 24.11.2014 № 376-ФЗ. Он вступил в силу с 1 января 2015 года. В народе данный акт называют законом о борьбе с офшорами или законом о КИК (контролируемых иностранных компаниях). Основная цель закона, как заявили его инициаторы, не в том, чтобы ликвидировать офшорные компании, вернув их домой, а в том, чтобы заставить наших крупных налогоплательщиков выполнять свои обязательства перед российской казной. Многие российские владельцы и бенефициары офшорных компаний, трастов и банковских счетов не на шутку заволновались. Они оказались как бы «между молотом и наковальней». Общей линии поведения у наших офшорных граждан не просматривается. Одним из наиболее экзотических способов защиты от начавшегося «крестового похода» против офшоров рассматривается уход из офшоров в мир частных цифровых валют, в частности, биткоина. По мнению сторонников ЧЦВ, никакие власти в этот мир проникнуть не смогут. По моему мнению, это наивно, свои аргументы я изложил в недавней статье «Нужны ли офшоры, если есть биткоин?»

Другая возможная реакция — уйти из тех офшоров, которые находятся под ударом (среди таковых оказались в 2013—2016 гг. Кипр, Британские Виргинские острова, Панама и некоторые другие) в более «надежные». Да, на сегодняшний день еще около сотни государств и юрисдикций не присоединились к системе CRS и представляют пока альтернативу разным панамам. Но это пока. ОЭСР настроена решительно, заявляя, что против аутсайдеров системы CRS надо будет применять санкции. Мир офшорных юрисдикций будет сжиматься как шагреневая кожа.

Многие пользователи офшоров (как российские, так и зарубежные) понимают, куда ветер дует. А он дует в сторону США. Вашингтон возглавляет «крестовый поход» против офшоров ради того, чтобы в мире остался один гигантский офшор под названием USA. Вот лишь одна «мелочь»: Вашингтон инициировал создание системы CRS, но к ней не присоединился. То есть получается улица с односторонним движением: Вашингтон через механизмы FATCA получает информацию о своих налоговых резидентах, при этом тех, кто находится под «зонтиком» USA, он выдавать не собирается. В Америке куча трастов и внутренних «налоговых убежищ» (типа Делавэра). Прямо-таки идеальное налоговое и юридическое убежище. Но очень напоминающее мышеловку. Ведь в любой момент Вашингтон во имя «высших интересов» может потребовать от клиентов офшора USA необходимые справки и подтверждения «чистоты» денег и активов. Со всеми отсюда вытекающими для бенефициаров последствиями.

Но есть еще одна альтернатива — вернуться на родину. Консультанты, работающие с российскими клиентами (потенциальными или уже реальными собственниками и бенефициарами офшоров), говорят, что число их клиентов возросло в десятки раз за последние два года. Напомню, что в первой половине прошлого года в России проводилась налоговая амнистия. Буквально в последний месяц амнистии число налоговых «возвращенцев» возросло на порядок.

Еще раз подчеркну: российский закон от 24.11.2014 № 376-ФЗ является в высшей степени либеральным актом. Он не требует ликвидации офшорных компаний и закрытия офшорных счетов. От владельца (бенефициара) требуется лишь информирование налоговой службы РФ о своих активах и доходах, определение своего налогового статуса (налоговый резидент или нерезидент) и уплата необходимых налогов. Указанный закон скорее является имитацией борьбы с офшорами. Лишающим душевного спокойствия фактором для нашей офшорной аристократии являются антиофшорные акции США, ОЭСР и тех стран, которые присоединились к системе CRS.

ЧИТАЙТЕ ТАКЖЕ

**[](http://svpressa.ru/society/article/170985/?aft=1)Закапывая Ленина, вспомните о Мао**

Почему «русская Голгофа» отказалась от провокационной дискуссии вокруг перезахоронения Владимира Ульянова

После долгих и мучительных раздумий многие представители российской офшорной аристократии решили обменять Панаму на Россию и избежали искушения довериться офшору USA (хотя есть примеры ухода под американский «зонтик»). Отчасти об этом свидетельствует и статистика платежного баланса РФ за 2016 год. Однако в картине международного движения капитала, представляемой Банком России, есть свои «но».

Основное из них заключается в том, что платежный баланс отражает лишь легальные операции. Да и те, зачастую с большими искажениями (например, в результате занижения или завышения контрактных цен). Но надо иметь в виду, что значительная часть капитала переходит границу в результате нелегальных, проще говоря, контрабандных операций. И это несмотря на то, что в середине нулевых годов в России была проведена полная валютная либерализация. Судя по некоторым признакам, масштабы нелегальных, не отражаемых в платежном балансе РФ капитальных операций в последние два года возросли.

Только что Банк России опубликовал статистику платежного баланса за полный 2016 год. Есть смысл поразмышлять, что в последние годы происходит в сфере внешнеэкономических отношений Российской Федерации. Под последними годами я имею в виду период 2014—2016 гг., когда России пришлось жить в новых условиях, обусловленных экономическими санкциями Запада. Вот как выглядит сальдо текущих операций платежного баланса страны (млрд долл.): 2014 г. — 57,51; 2015 г. — 68,94; 2016 г. — 25,01. А ведь были у России более «тучные» годы. Например, в 2011 году сальдо текущих операций приближалось к 100 млрд долл. (97,27 млрд долл.). Ситуация пока не критическая, но если продолжить тренд трех годов, то в 2017 году сальдо текущих операций может уйти в минус. Самое очевидное и видимое последствие такого тренда — падение валютного курса национальной денежной единицы — рубля. Основная часть текущих операций — внешняя торговля товарами. Именно она в силу устойчивого и значительного превышения экспорта над импортом в первую очередь обеспечивала (и пока еще продолжает обеспечивать) формирование положительного сальдо текущих операций. Вот как выглядит сальдо товарной торговли РФ (млрд. долл.): 2014 г. — 181,93; 2015 г. — 148,51; 90,01. Как видим, за три года положительное сальдо торговли уменьшилось вдвое. С одной стороны, это следствие экономических санкций Запада, с другой стороны, — результат падения мировых цен на углеводороды, являющихся основной статьей российского экспорта. Значительную часть чистого валютного результата от внешней торговли Россия тратила (и продолжает тратить) на покрытие дефицитов таких текущих операций, как торговля услугами и доходы от инвестиций. Вот, например, как выглядит сальдо по доходам от инвестиций (млрд. долл.): 2014 г. — минус 58,02; 2015 г. — минус 31,84; 2016 г. — минус 32,56. В среднем за последние годы примерно треть всего чистого валютного дохода от внешней торговли России уходила за пределы страны в виде доходов иностранных инвесторов. Думаю, читателю понятно, что это, мягко выражаясь, ненормальное положение (особенно если принять во внимание, что за солидной вывеской «иностранные инвесторы» зачастую скрываются банальные спекулянты разных мастей и разных стран, в том числе российские). Теперь остановлюсь на втором разделе платежного баланса, который называется «Финансовый счет» и в котором отражаются трансграничные операции с капиталом (экспорт и импорт капитала). Я уже писал не раз о том, что Российская Федерация на мировом рынке капитала на протяжении всех лет выступала чистым экспортером. Причем превышения экспорта над импортом капитала измерялись десятками миллиардов долларов. Россию можно назвать своего рода «донором» или «дойной коровой» на мировом рынке капитала. И не только потому, что сальдо международного движения капитала у нее положительное и очень большое. А также потому, что баланс доходов по капитальным операциям (выплачиваемые дивиденды и проценты) всегда складывается в пользу нерезидентов. Я уже выше привел цифры, которые показывают, что отрицательное сальдо баланса инвестиционных доходов за 2014−2016 гг. составило в общей сложности более 122 млрд долл. А в предыдущий трехлетний период (2011−2013 гг.) оно было почти 175 млрд долл. (со знаком минус). За шесть лет (2011−2016 гг.) чистым результатом «сотрудничества» России с Западом на ниве международного инвестиционного обмена стала потеря ею почти 300 млрд. долларов! В среднем на год это примерно эквивалентно 30% российского государственного бюджета. Такова цена политики нашей власти по «привлечению иностранных инвестиций». Как видно из приведенной ниже таблицы, в последние три года в картинке трансграничного движения капитала России обнаружились новые тенденции. 2014 год характеризовался рекордным положительным сальдо международного движения капитала. Примечательно, что оно было достигнуто не только за счет больших масштабов экспорта капитала, но и тем, что иностранные инвесторы стали уходить из нашей страны. Об этом свидетельствует знак минус по показателю импорта капитала. За три года чистый отток иностранного капитала из России составил 125,2 млрд долл. Бывали чистые оттоки иностранного капитала из России и ранее. Но с учетом масштабов, зафиксированных Банком России в 2014—2016 гг., это можно назвать самым настоящим бегством иностранных инвесторов из России. В 2016 году масштабы этого бегства были уже достаточно скромными. Можно предположить, что те инвесторы, которые хотели убежать, сделали это в предыдущие два года. А вот чистый экспорт капитала из России в 2015—2016 гг. обрушился. В 2015 году вообще имела место беспрецедентная ситуация: чистый экспорт капитала приобрел отрицательное значение. Что это значит? Чистое сокращение зарубежных активов российских экспортеров капитала. Проще говоря, возвращение российских инвесторов из-за границы. Обращаю внимание, что экспорт капитала из России имел место и в 2015 году. Речь идет о том, что возвращение ранее экспортированного капитала превысило новый экспорт. Такое случилось впервые за четверть века существования РФ. В итоге за три года (2014−2016 гг.) сальдо международного движения капитала России упало на порядок и стало неприлично маленьким. Такое сальдо уже не позволяет России претендовать на роль «донора» капитала на мировом рынке. Если так дело и дальше пойдет, то у России вообще может возникнуть отрицательное сальдо финансового счета платежного баланса. Попытаемся разобраться в таких резких изменениях финансового счета России за последние три года. Эксперты объясняют их почти исключительно действием фактора экономических санкций, а также снижением доходов России от экспорта углеводородов в результате ухудшения конъюнктуры на мировом рынке нефти. Экономические санкции затруднили экспорт капитала теми российскими компаниями, которые попали в «черные списки» Запада. Иностранные инвесторы бегут из России, опасаясь, с одной стороны, дальнейшего ухудшения экономического положения страны; с другой стороны, наказания со стороны своих властей за «сотрудничество» с Россией. Падение доходов от экспорта углеводородов резко сузило валютно-финансовую базу России для экспорта капитала. И т.д. Полностью согласен с этими объяснениями. Но они не полностью объясняют всю картину. Для полноты понимания следует учесть такой фактор, как борьба с офшорами. Опуская многие детали, сформулирую очевидный для специалистов тезис: подавляющая часть экспорта и импорта капитала России представляет собой финансовые потоки между Российской Федерацией и офшорными юрисдикциями. Большая часть иностранных инвестиций, приходящих в Россию, на самом деле российского происхождения, за ними скрываются российские резиденты, уходящие от российских налогов, а также защищающие себя от рейдерских захватов или санкций со стороны российского государства. Тенденции международного движения капитала России, с моей точки зрения, в гораздо большей степени зависят не от экономических санкций против России или цен на черное золото, а от того, какие ветры дуют в мировом царстве офшоров. Я уже не раз писал о том, что после финансового кризиса 2007−2009 гг. в мире под эгидой США и ОЭСР (Организа́ция экономи́ческого сотру́дничества и разви́тия — авт.) начался «крестовый поход» против разного рода «налоговых гаваней» и «юридических убежищ». Началась «зачистка» офшорных юрисдикций, которыми традиционно пользовались как российские экспортеры капитала (отправляя туда свои инвестиции), так и иностранные компании, которые под видом «нерезидентов» приходили в Россию со своими капиталами. Это и «цивилизованные» (так называемые «белые») офшорные юрисдикции типа Швейцарии, Лихтенштейна или Люксембурга, и подозрительные (так называемые «серые») офшоры типа Панамы, Британских Виргинских островов, Бермудских островов, Каймановых островов и прочих экзотических территорий. США еще в 2010 году приняли закон под названием FATCA (Foreign Account Tax Compliance Act). Это закон о налогообложении иностранных счетов, главная цель которого препятствовать уклонению от уплаты налогов американских граждан, работающих и проживающих на территории других государств. Закон экстерриториальный, требующий, чтобы банки и финансовые организации всех стран мира докладывали в Налоговую службу США о своих клиентах на предмет того, насколько они (клиенты) выполняют свои обязательства перед казной США. Опуская многие интересные детали, отмечу, что российские банки сегодня уже начали отчитываться перед Америкой о своих клиентах. Причем, замечу, Америка России взаимностью не отвечает, т.е. не докладывает нам о клиентах, которые могут уклоняться от выполнения своих обязательств перед российской казной. «Сотрудничество» между РФ и США в рамках FATCA — модель отношений между колонией и метрополией. Второй, значимый для России элемент международной системы борьбы с офшорами, — CRS (Common Reporting Standard) — глобальный стандарт для автоматического обмена налоговой информацией. CRS — проект G20 и ОЭСР. В феврале 2014 года G20 одобрила его, а в октябре того же года 51 юрисдикция подписала соглашение об автоматическом обмене информацией. На сегодняшний день соглашение уже охватывает более сотни юрисдикций. Что примечательно, его подписали даже те юрисдикции, которые всегда относились к разряду классических офшоров. Например, Британские Виргинские острова, Белиз, Бермудские острова, острова Джерси и Гернси, Кипр, Швейцария, Нидерланды, Панама, Бахрейн, Ливан. Россия также присоединилась к соглашению, обмен информацией налогового характера начнется с 1 января 2018 года. Чуть ли не каждый месяц к соглашению CRS присоединяется новая юрисдикция. Россия также заявила о борьбе с офшорами. Не только через присоединение к системе CRS. Она также приняла Федеральный закон «О внесении изменений в Налоговый кодекс РФ в части налогообложении прибыли контролируемых иностранных компаний» от 24.11.2014 № 376-ФЗ. Он вступил в силу с 1 января 2015 года. В народе данный акт называют законом о борьбе с офшорами или законом о КИК (контролируемых иностранных компаниях). Основная цель закона, как заявили его инициаторы, не в том, чтобы ликвидировать офшорные компании, вернув их домой, а в том, чтобы заставить наших крупных налогоплательщиков выполнять свои обязательства перед российской казной. Многие российские владельцы и бенефициары офшорных компаний, трастов и банковских счетов не на шутку заволновались. Они оказались как бы «между молотом и наковальней». Общей линии поведения у наших офшорных граждан не просматривается. Одним из наиболее экзотических способов защиты от начавшегося «крестового похода» против офшоров рассматривается уход из офшоров в мир частных цифровых валют, в частности, биткоина. По мнению сторонников ЧЦВ, никакие власти в этот мир проникнуть не смогут. По моему мнению, это наивно, свои аргументы я изложил в недавней статье «Нужны ли офшоры, если есть биткоин?»

Другая возможная реакция — уйти из тех офшоров, которые находятся под ударом (среди таковых оказались в 2013—2016 гг. Кипр, Британские Виргинские острова, Панама и некоторые другие) в более «надежные». Да, на сегодняшний день еще около сотни государств и юрисдикций не присоединились к системе CRS и представляют пока альтернативу разным панамам. Но это пока. ОЭСР настроена решительно, заявляя, что против аутсайдеров системы CRS надо будет применять санкции. Мир офшорных юрисдикций будет сжиматься как шагреневая кожа.

Многие пользователи офшоров (как российские, так и зарубежные) понимают, куда ветер дует. А он дует в сторону США. Вашингтон возглавляет «крестовый поход» против офшоров ради того, чтобы в мире остался один гигантский офшор под названием USA. Вот лишь одна «мелочь»: Вашингтон инициировал создание системы CRS, но к ней не присоединился. То есть получается улица с односторонним движением: Вашингтон через механизмы FATCA получает информацию о своих налоговых резидентах, при этом тех, кто находится под «зонтиком» USA, он выдавать не собирается. В Америке куча трастов и внутренних «налоговых убежищ» (типа Делавэра). Прямо-таки идеальное налоговое и юридическое убежище. Но очень напоминающее мышеловку. Ведь в любой момент Вашингтон во имя «высших интересов» может потребовать от клиентов офшора USA необходимые справки и подтверждения «чистоты» денег и активов. Со всеми отсюда вытекающими для бенефициаров последствиями.

Но есть еще одна альтернатива — вернуться на родину. Консультанты, работающие с российскими клиентами (потенциальными или уже реальными собственниками и бенефициарами офшоров), говорят, что число их клиентов возросло в десятки раз за последние два года. Напомню, что в первой половине прошлого года в России проводилась налоговая амнистия. Буквально в последний месяц амнистии число налоговых «возвращенцев» возросло на порядок.

Еще раз подчеркну: российский закон от 24.11.2014 № 376-ФЗ является в высшей степени либеральным актом. Он не требует ликвидации офшорных компаний и закрытия офшорных счетов. От владельца (бенефициара) требуется лишь информирование налоговой службы РФ о своих активах и доходах, определение своего налогового статуса (налоговый резидент или нерезидент) и уплата необходимых налогов. Указанный закон скорее является имитацией борьбы с офшорами. Лишающим душевного спокойствия фактором для нашей офшорной аристократии являются антиофшорные акции США, ОЭСР и тех стран, которые присоединились к системе CRS.

ЧИТАЙТЕ ТАКЖЕ

**[](http://svpressa.ru/society/article/170985/?aft=1)Закапывая Ленина, вспомните о Мао**

Почему «русская Голгофа» отказалась от провокационной дискуссии вокруг перезахоронения Владимира Ульянова

После долгих и мучительных раздумий многие представители российской офшорной аристократии решили обменять Панаму на Россию и избежали искушения довериться офшору USA (хотя есть примеры ухода под американский «зонтик»). Отчасти об этом свидетельствует и статистика платежного баланса РФ за 2016 год. Однако в картине международного движения капитала, представляемой Банком России, есть свои «но».

Основное из них заключается в том, что платежный баланс отражает лишь легальные операции. Да и те, зачастую с большими искажениями (например, в результате занижения или завышения контрактных цен). Но надо иметь в виду, что значительная часть капитала переходит границу в результате нелегальных, проще говоря, контрабандных операций. И это несмотря на то, что в середине нулевых годов в России была проведена полная валютная либерализация. Судя по некоторым признакам, масштабы нелегальных, не отражаемых в платежном балансе РФ капитальных операций в последние два года возросли.

Только что Банк России опубликовал статистику платежного баланса за полный 2016 год. Есть смысл поразмышлять, что в последние годы происходит в сфере внешнеэкономических отношений Российской Федерации. Под последними годами я имею в виду период 2014—2016 гг., когда России пришлось жить в новых условиях, обусловленных экономическими санкциями Запада. Вот как выглядит сальдо текущих операций платежного баланса страны (млрд долл.): 2014 г. — 57,51; 2015 г. — 68,94; 2016 г. — 25,01. А ведь были у России более «тучные» годы. Например, в 2011 году сальдо текущих операций приближалось к 100 млрд долл. (97,27 млрд долл.). Ситуация пока не критическая, но если продолжить тренд трех годов, то в 2017 году сальдо текущих операций может уйти в минус. Самое очевидное и видимое последствие такого тренда — падение валютного курса национальной денежной единицы — рубля. Основная часть текущих операций — внешняя торговля товарами. Именно она в силу устойчивого и значительного превышения экспорта над импортом в первую очередь обеспечивала (и пока еще продолжает обеспечивать) формирование положительного сальдо текущих операций. Вот как выглядит сальдо товарной торговли РФ (млрд. долл.): 2014 г. — 181,93; 2015 г. — 148,51; 90,01. Как видим, за три года положительное сальдо торговли уменьшилось вдвое. С одной стороны, это следствие экономических санкций Запада, с другой стороны, — результат падения мировых цен на углеводороды, являющихся основной статьей российского экспорта. Значительную часть чистого валютного результата от внешней торговли Россия тратила (и продолжает тратить) на покрытие дефицитов таких текущих операций, как торговля услугами и доходы от инвестиций. Вот, например, как выглядит сальдо по доходам от инвестиций (млрд. долл.): 2014 г. — минус 58,02; 2015 г. — минус 31,84; 2016 г. — минус 32,56. В среднем за последние годы примерно треть всего чистого валютного дохода от внешней торговли России уходила за пределы страны в виде доходов иностранных инвесторов. Думаю, читателю понятно, что это, мягко выражаясь, ненормальное положение (особенно если принять во внимание, что за солидной вывеской «иностранные инвесторы» зачастую скрываются банальные спекулянты разных мастей и разных стран, в том числе российские). Теперь остановлюсь на втором разделе платежного баланса, который называется «Финансовый счет» и в котором отражаются трансграничные операции с капиталом (экспорт и импорт капитала). Я уже писал не раз о том, что Российская Федерация на мировом рынке капитала на протяжении всех лет выступала чистым экспортером. Причем превышения экспорта над импортом капитала измерялись десятками миллиардов долларов. Россию можно назвать своего рода «донором» или «дойной коровой» на мировом рынке капитала. И не только потому, что сальдо международного движения капитала у нее положительное и очень большое. А также потому, что баланс доходов по капитальным операциям (выплачиваемые дивиденды и проценты) всегда складывается в пользу нерезидентов. Я уже выше привел цифры, которые показывают, что отрицательное сальдо баланса инвестиционных доходов за 2014−2016 гг. составило в общей сложности более 122 млрд долл. А в предыдущий трехлетний период (2011−2013 гг.) оно было почти 175 млрд долл. (со знаком минус). За шесть лет (2011−2016 гг.) чистым результатом «сотрудничества» России с Западом на ниве международного инвестиционного обмена стала потеря ею почти 300 млрд. долларов! В среднем на год это примерно эквивалентно 30% российского государственного бюджета. Такова цена политики нашей власти по «привлечению иностранных инвестиций». Как видно из приведенной ниже таблицы, в последние три года в картинке трансграничного движения капитала России обнаружились новые тенденции. 2014 год характеризовался рекордным положительным сальдо международного движения капитала. Примечательно, что оно было достигнуто не только за счет больших масштабов экспорта капитала, но и тем, что иностранные инвесторы стали уходить из нашей страны. Об этом свидетельствует знак минус по показателю импорта капитала. За три года чистый отток иностранного капитала из России составил 125,2 млрд долл. Бывали чистые оттоки иностранного капитала из России и ранее. Но с учетом масштабов, зафиксированных Банком России в 2014—2016 гг., это можно назвать самым настоящим бегством иностранных инвесторов из России. В 2016 году масштабы этого бегства были уже достаточно скромными. Можно предположить, что те инвесторы, которые хотели убежать, сделали это в предыдущие два года. А вот чистый экспорт капитала из России в 2015—2016 гг. обрушился. В 2015 году вообще имела место беспрецедентная ситуация: чистый экспорт капитала приобрел отрицательное значение. Что это значит? Чистое сокращение зарубежных активов российских экспортеров капитала. Проще говоря, возвращение российских инвесторов из-за границы. Обращаю внимание, что экспорт капитала из России имел место и в 2015 году. Речь идет о том, что возвращение ранее экспортированного капитала превысило новый экспорт. Такое случилось впервые за четверть века существования РФ. В итоге за три года (2014−2016 гг.) сальдо международного движения капитала России упало на порядок и стало неприлично маленьким. Такое сальдо уже не позволяет России претендовать на роль «донора» капитала на мировом рынке. Если так дело и дальше пойдет, то у России вообще может возникнуть отрицательное сальдо финансового счета платежного баланса. Попытаемся разобраться в таких резких изменениях финансового счета России за последние три года. Эксперты объясняют их почти исключительно действием фактора экономических санкций, а также снижением доходов России от экспорта углеводородов в результате ухудшения конъюнктуры на мировом рынке нефти. Экономические санкции затруднили экспорт капитала теми российскими компаниями, которые попали в «черные списки» Запада. Иностранные инвесторы бегут из России, опасаясь, с одной стороны, дальнейшего ухудшения экономического положения страны; с другой стороны, наказания со стороны своих властей за «сотрудничество» с Россией. Падение доходов от экспорта углеводородов резко сузило валютно-финансовую базу России для экспорта капитала. И т.д. Полностью согласен с этими объяснениями. Но они не полностью объясняют всю картину. Для полноты понимания следует учесть такой фактор, как борьба с офшорами. Опуская многие детали, сформулирую очевидный для специалистов тезис: подавляющая часть экспорта и импорта капитала России представляет собой финансовые потоки между Российской Федерацией и офшорными юрисдикциями. Большая часть иностранных инвестиций, приходящих в Россию, на самом деле российского происхождения, за ними скрываются российские резиденты, уходящие от российских налогов, а также защищающие себя от рейдерских захватов или санкций со стороны российского государства. Тенденции международного движения капитала России, с моей точки зрения, в гораздо большей степени зависят не от экономических санкций против России или цен на черное золото, а от того, какие ветры дуют в мировом царстве офшоров. Я уже не раз писал о том, что после финансового кризиса 2007−2009 гг. в мире под эгидой США и ОЭСР (Организа́ция экономи́ческого сотру́дничества и разви́тия — авт.) начался «крестовый поход» против разного рода «налоговых гаваней» и «юридических убежищ». Началась «зачистка» офшорных юрисдикций, которыми традиционно пользовались как российские экспортеры капитала (отправляя туда свои инвестиции), так и иностранные компании, которые под видом «нерезидентов» приходили в Россию со своими капиталами. Это и «цивилизованные» (так называемые «белые») офшорные юрисдикции типа Швейцарии, Лихтенштейна или Люксембурга, и подозрительные (так называемые «серые») офшоры типа Панамы, Британских Виргинских островов, Бермудских островов, Каймановых островов и прочих экзотических территорий. США еще в 2010 году приняли закон под названием FATCA (Foreign Account Tax Compliance Act). Это закон о налогообложении иностранных счетов, главная цель которого препятствовать уклонению от уплаты налогов американских граждан, работающих и проживающих на территории других государств. Закон экстерриториальный, требующий, чтобы банки и финансовые организации всех стран мира докладывали в Налоговую службу США о своих клиентах на предмет того, насколько они (клиенты) выполняют свои обязательства перед казной США. Опуская многие интересные детали, отмечу, что российские банки сегодня уже начали отчитываться перед Америкой о своих клиентах. Причем, замечу, Америка России взаимностью не отвечает, т.е. не докладывает нам о клиентах, которые могут уклоняться от выполнения своих обязательств перед российской казной. «Сотрудничество» между РФ и США в рамках FATCA — модель отношений между колонией и метрополией. Второй, значимый для России элемент международной системы борьбы с офшорами, — CRS (Common Reporting Standard) — глобальный стандарт для автоматического обмена налоговой информацией. CRS — проект G20 и ОЭСР. В феврале 2014 года G20 одобрила его, а в октябре того же года 51 юрисдикция подписала соглашение об автоматическом обмене информацией. На сегодняшний день соглашение уже охватывает более сотни юрисдикций. Что примечательно, его подписали даже те юрисдикции, которые всегда относились к разряду классических офшоров. Например, Британские Виргинские острова, Белиз, Бермудские острова, острова Джерси и Гернси, Кипр, Швейцария, Нидерланды, Панама, Бахрейн, Ливан. Россия также присоединилась к соглашению, обмен информацией налогового характера начнется с 1 января 2018 года. Чуть ли не каждый месяц к соглашению CRS присоединяется новая юрисдикция. Россия также заявила о борьбе с офшорами. Не только через присоединение к системе CRS. Она также приняла Федеральный закон «О внесении изменений в Налоговый кодекс РФ в части налогообложении прибыли контролируемых иностранных компаний» от 24.11.2014 № 376-ФЗ. Он вступил в силу с 1 января 2015 года. В народе данный акт называют законом о борьбе с офшорами или законом о КИК (контролируемых иностранных компаниях). Основная цель закона, как заявили его инициаторы, не в том, чтобы ликвидировать офшорные компании, вернув их домой, а в том, чтобы заставить наших крупных налогоплательщиков выполнять свои обязательства перед российской казной. Многие российские владельцы и бенефициары офшорных компаний, трастов и банковских счетов не на шутку заволновались. Они оказались как бы «между молотом и наковальней». Общей линии поведения у наших офшорных граждан не просматривается. Одним из наиболее экзотических способов защиты от начавшегося «крестового похода» против офшоров рассматривается уход из офшоров в мир частных цифровых валют, в частности, биткоина. По мнению сторонников ЧЦВ, никакие власти в этот мир проникнуть не смогут. По моему мнению, это наивно, свои аргументы я изложил в недавней статье «Нужны ли офшоры, если есть биткоин?»

Другая возможная реакция — уйти из тех офшоров, которые находятся под ударом (среди таковых оказались в 2013—2016 гг. Кипр, Британские Виргинские острова, Панама и некоторые другие) в более «надежные». Да, на сегодняшний день еще около сотни государств и юрисдикций не присоединились к системе CRS и представляют пока альтернативу разным панамам. Но это пока. ОЭСР настроена решительно, заявляя, что против аутсайдеров системы CRS надо будет применять санкции. Мир офшорных юрисдикций будет сжиматься как шагреневая кожа.

Многие пользователи офшоров (как российские, так и зарубежные) понимают, куда ветер дует. А он дует в сторону США. Вашингтон возглавляет «крестовый поход» против офшоров ради того, чтобы в мире остался один гигантский офшор под названием USA. Вот лишь одна «мелочь»: Вашингтон инициировал создание системы CRS, но к ней не присоединился. То есть получается улица с односторонним движением: Вашингтон через механизмы FATCA получает информацию о своих налоговых резидентах, при этом тех, кто находится под «зонтиком» USA, он выдавать не собирается. В Америке куча трастов и внутренних «налоговых убежищ» (типа Делавэра). Прямо-таки идеальное налоговое и юридическое убежище. Но очень напоминающее мышеловку. Ведь в любой момент Вашингтон во имя «высших интересов» может потребовать от клиентов офшора USA необходимые справки и подтверждения «чистоты» денег и активов. Со всеми отсюда вытекающими для бенефициаров последствиями.

Но есть еще одна альтернатива — вернуться на родину. Консультанты, работающие с российскими клиентами (потенциальными или уже реальными собственниками и бенефициарами офшоров), говорят, что число их клиентов возросло в десятки раз за последние два года. Напомню, что в первой половине прошлого года в России проводилась налоговая амнистия. Буквально в последний месяц амнистии число налоговых «возвращенцев» возросло на порядок.

Еще раз подчеркну: российский закон от 24.11.2014 № 376-ФЗ является в высшей степени либеральным актом. Он не требует ликвидации офшорных компаний и закрытия офшорных счетов. От владельца (бенефициара) требуется лишь информирование налоговой службы РФ о своих активах и доходах, определение своего налогового статуса (налоговый резидент или нерезидент) и уплата необходимых налогов. Указанный закон скорее является имитацией борьбы с офшорами. Лишающим душевного спокойствия фактором для нашей офшорной аристократии являются антиофшорные акции США, ОЭСР и тех стран, которые присоединились к системе CRS.

ЧИТАЙТЕ ТАКЖЕ

**[](http://svpressa.ru/society/article/170985/?aft=1)Закапывая Ленина, вспомните о Мао**

Почему «русская Голгофа» отказалась от провокационной дискуссии вокруг перезахоронения Владимира Ульянова

После долгих и мучительных раздумий многие представители российской офшорной аристократии решили обменять Панаму на Россию и избежали искушения довериться офшору USA (хотя есть примеры ухода под американский «зонтик»). Отчасти об этом свидетельствует и статистика платежного баланса РФ за 2016 год. Однако в картине международного движения капитала, представляемой Банком России, есть свои «но».

Основное из них заключается в том, что платежный баланс отражает лишь легальные операции. Да и те, зачастую с большими искажениями (например, в результате занижения или завышения контрактных цен). Но надо иметь в виду, что значительная часть капитала переходит границу в результате нелегальных, проще говоря, контрабандных операций. И это несмотря на то, что в середине нулевых годов в России была проведена полная валютная либерализация. Судя по некоторым признакам, масштабы нелегальных, не отражаемых в платежном балансе РФ капитальных операций в последние два года возросли.

Только что Банк России опубликовал статистику платежного баланса за полный 2016 год. Есть смысл поразмышлять, что в последние годы происходит в сфере внешнеэкономических отношений Российской Федерации. Под последними годами я имею в виду период 2014—2016 гг., когда России пришлось жить в новых условиях, обусловленных экономическими санкциями Запада. Вот как выглядит сальдо текущих операций платежного баланса страны (млрд долл.): 2014 г. — 57,51; 2015 г. — 68,94; 2016 г. — 25,01. А ведь были у России более «тучные» годы. Например, в 2011 году сальдо текущих операций приближалось к 100 млрд долл. (97,27 млрд долл.). Ситуация пока не критическая, но если продолжить тренд трех годов, то в 2017 году сальдо текущих операций может уйти в минус. Самое очевидное и видимое последствие такого тренда — падение валютного курса национальной денежной единицы — рубля. Основная часть текущих операций — внешняя торговля товарами. Именно она в силу устойчивого и значительного превышения экспорта над импортом в первую очередь обеспечивала (и пока еще продолжает обеспечивать) формирование положительного сальдо текущих операций. Вот как выглядит сальдо товарной торговли РФ (млрд. долл.): 2014 г. — 181,93; 2015 г. — 148,51; 90,01. Как видим, за три года положительное сальдо торговли уменьшилось вдвое. С одной стороны, это следствие экономических санкций Запада, с другой стороны, — результат падения мировых цен на углеводороды, являющихся основной статьей российского экспорта. Значительную часть чистого валютного результата от внешней торговли Россия тратила (и продолжает тратить) на покрытие дефицитов таких текущих операций, как торговля услугами и доходы от инвестиций. Вот, например, как выглядит сальдо по доходам от инвестиций (млрд. долл.): 2014 г. — минус 58,02; 2015 г. — минус 31,84; 2016 г. — минус 32,56. В среднем за последние годы примерно треть всего чистого валютного дохода от внешней торговли России уходила за пределы страны в виде доходов иностранных инвесторов. Думаю, читателю понятно, что это, мягко выражаясь, ненормальное положение (особенно если принять во внимание, что за солидной вывеской «иностранные инвесторы» зачастую скрываются банальные спекулянты разных мастей и разных стран, в том числе российские). Теперь остановлюсь на втором разделе платежного баланса, который называется «Финансовый счет» и в котором отражаются трансграничные операции с капиталом (экспорт и импорт капитала). Я уже писал не раз о том, что Российская Федерация на мировом рынке капитала на протяжении всех лет выступала чистым экспортером. Причем превышения экспорта над импортом капитала измерялись десятками миллиардов долларов. Россию можно назвать своего рода «донором» или «дойной коровой» на мировом рынке капитала. И не только потому, что сальдо международного движения капитала у нее положительное и очень большое. А также потому, что баланс доходов по капитальным операциям (выплачиваемые дивиденды и проценты) всегда складывается в пользу нерезидентов. Я уже выше привел цифры, которые показывают, что отрицательное сальдо баланса инвестиционных доходов за 2014−2016 гг. составило в общей сложности более 122 млрд долл. А в предыдущий трехлетний период (2011−2013 гг.) оно было почти 175 млрд долл. (со знаком минус). За шесть лет (2011−2016 гг.) чистым результатом «сотрудничества» России с Западом на ниве международного инвестиционного обмена стала потеря ею почти 300 млрд. долларов! В среднем на год это примерно эквивалентно 30% российского государственного бюджета. Такова цена политики нашей власти по «привлечению иностранных инвестиций». Как видно из приведенной ниже таблицы, в последние три года в картинке трансграничного движения капитала России обнаружились новые тенденции. 2014 год характеризовался рекордным положительным сальдо международного движения капитала. Примечательно, что оно было достигнуто не только за счет больших масштабов экспорта капитала, но и тем, что иностранные инвесторы стали уходить из нашей страны. Об этом свидетельствует знак минус по показателю импорта капитала. За три года чистый отток иностранного капитала из России составил 125,2 млрд долл. Бывали чистые оттоки иностранного капитала из России и ранее. Но с учетом масштабов, зафиксированных Банком России в 2014—2016 гг., это можно назвать самым настоящим бегством иностранных инвесторов из России. В 2016 году масштабы этого бегства были уже достаточно скромными. Можно предположить, что те инвесторы, которые хотели убежать, сделали это в предыдущие два года. А вот чистый экспорт капитала из России в 2015—2016 гг. обрушился. В 2015 году вообще имела место беспрецедентная ситуация: чистый экспорт капитала приобрел отрицательное значение. Что это значит? Чистое сокращение зарубежных активов российских экспортеров капитала. Проще говоря, возвращение российских инвесторов из-за границы. Обращаю внимание, что экспорт капитала из России имел место и в 2015 году. Речь идет о том, что возвращение ранее экспортированного капитала превысило новый экспорт. Такое случилось впервые за четверть века существования РФ. В итоге за три года (2014−2016 гг.) сальдо международного движения капитала России упало на порядок и стало неприлично маленьким. Такое сальдо уже не позволяет России претендовать на роль «донора» капитала на мировом рынке. Если так дело и дальше пойдет, то у России вообще может возникнуть отрицательное сальдо финансового счета платежного баланса. Попытаемся разобраться в таких резких изменениях финансового счета России за последние три года. Эксперты объясняют их почти исключительно действием фактора экономических санкций, а также снижением доходов России от экспорта углеводородов в результате ухудшения конъюнктуры на мировом рынке нефти. Экономические санкции затруднили экспорт капитала теми российскими компаниями, которые попали в «черные списки» Запада. Иностранные инвесторы бегут из России, опасаясь, с одной стороны, дальнейшего ухудшения экономического положения страны; с другой стороны, наказания со стороны своих властей за «сотрудничество» с Россией. Падение доходов от экспорта углеводородов резко сузило валютно-финансовую базу России для экспорта капитала. И т.д. Полностью согласен с этими объяснениями. Но они не полностью объясняют всю картину. Для полноты понимания следует учесть такой фактор, как борьба с офшорами. Опуская многие детали, сформулирую очевидный для специалистов тезис: подавляющая часть экспорта и импорта капитала России представляет собой финансовые потоки между Российской Федерацией и офшорными юрисдикциями. Большая часть иностранных инвестиций, приходящих в Россию, на самом деле российского происхождения, за ними скрываются российские резиденты, уходящие от российских налогов, а также защищающие себя от рейдерских захватов или санкций со стороны российского государства. Тенденции международного движения капитала России, с моей точки зрения, в гораздо большей степени зависят не от экономических санкций против России или цен на черное золото, а от того, какие ветры дуют в мировом царстве офшоров. Я уже не раз писал о том, что после финансового кризиса 2007−2009 гг. в мире под эгидой США и ОЭСР (Организа́ция экономи́ческого сотру́дничества и разви́тия — авт.) начался «крестовый поход» против разного рода «налоговых гаваней» и «юридических убежищ». Началась «зачистка» офшорных юрисдикций, которыми традиционно пользовались как российские экспортеры капитала (отправляя туда свои инвестиции), так и иностранные компании, которые под видом «нерезидентов» приходили в Россию со своими капиталами. Это и «цивилизованные» (так называемые «белые») офшорные юрисдикции типа Швейцарии, Лихтенштейна или Люксембурга, и подозрительные (так называемые «серые») офшоры типа Панамы, Британских Виргинских островов, Бермудских островов, Каймановых островов и прочих экзотических территорий. США еще в 2010 году приняли закон под названием FATCA (Foreign Account Tax Compliance Act). Это закон о налогообложении иностранных счетов, главная цель которого препятствовать уклонению от уплаты налогов американских граждан, работающих и проживающих на территории других государств. Закон экстерриториальный, требующий, чтобы банки и финансовые организации всех стран мира докладывали в Налоговую службу США о своих клиентах на предмет того, насколько они (клиенты) выполняют свои обязательства перед казной США. Опуская многие интересные детали, отмечу, что российские банки сегодня уже начали отчитываться перед Америкой о своих клиентах. Причем, замечу, Америка России взаимностью не отвечает, т.е. не докладывает нам о клиентах, которые могут уклоняться от выполнения своих обязательств перед российской казной. «Сотрудничество» между РФ и США в рамках FATCA — модель отношений между колонией и метрополией. Второй, значимый для России элемент международной системы борьбы с офшорами, — CRS (Common Reporting Standard) — глобальный стандарт для автоматического обмена налоговой информацией. CRS — проект G20 и ОЭСР. В феврале 2014 года G20 одобрила его, а в октябре того же года 51 юрисдикция подписала соглашение об автоматическом обмене информацией. На сегодняшний день соглашение уже охватывает более сотни юрисдикций. Что примечательно, его подписали даже те юрисдикции, которые всегда относились к разряду классических офшоров. Например, Британские Виргинские острова, Белиз, Бермудские острова, острова Джерси и Гернси, Кипр, Швейцария, Нидерланды, Панама, Бахрейн, Ливан. Россия также присоединилась к соглашению, обмен информацией налогового характера начнется с 1 января 2018 года. Чуть ли не каждый месяц к соглашению CRS присоединяется новая юрисдикция. Россия также заявила о борьбе с офшорами. Не только через присоединение к системе CRS. Она также приняла Федеральный закон «О внесении изменений в Налоговый кодекс РФ в части налогообложении прибыли контролируемых иностранных компаний» от 24.11.2014 № 376-ФЗ. Он вступил в силу с 1 января 2015 года. В народе данный акт называют законом о борьбе с офшорами или законом о КИК (контролируемых иностранных компаниях). Основная цель закона, как заявили его инициаторы, не в том, чтобы ликвидировать офшорные компании, вернув их домой, а в том, чтобы заставить наших крупных налогоплательщиков выполнять свои обязательства перед российской казной. Многие российские владельцы и бенефициары офшорных компаний, трастов и банковских счетов не на шутку заволновались. Они оказались как бы «между молотом и наковальней». Общей линии поведения у наших офшорных граждан не просматривается. Одним из наиболее экзотических способов защиты от начавшегося «крестового похода» против офшоров рассматривается уход из офшоров в мир частных цифровых валют, в частности, биткоина. По мнению сторонников ЧЦВ, никакие власти в этот мир проникнуть не смогут. По моему мнению, это наивно, свои аргументы я изложил в недавней статье «Нужны ли офшоры, если есть биткоин?»

Другая возможная реакция — уйти из тех офшоров, которые находятся под ударом (среди таковых оказались в 2013—2016 гг. Кипр, Британские Виргинские острова, Панама и некоторые другие) в более «надежные». Да, на сегодняшний день еще около сотни государств и юрисдикций не присоединились к системе CRS и представляют пока альтернативу разным панамам. Но это пока. ОЭСР настроена решительно, заявляя, что против аутсайдеров системы CRS надо будет применять санкции. Мир офшорных юрисдикций будет сжиматься как шагреневая кожа.

Многие пользователи офшоров (как российские, так и зарубежные) понимают, куда ветер дует. А он дует в сторону США. Вашингтон возглавляет «крестовый поход» против офшоров ради того, чтобы в мире остался один гигантский офшор под названием USA. Вот лишь одна «мелочь»: Вашингтон инициировал создание системы CRS, но к ней не присоединился. То есть получается улица с односторонним движением: Вашингтон через механизмы FATCA получает информацию о своих налоговых резидентах, при этом тех, кто находится под «зонтиком» USA, он выдавать не собирается. В Америке куча трастов и внутренних «налоговых убежищ» (типа Делавэра). Прямо-таки идеальное налоговое и юридическое убежище. Но очень напоминающее мышеловку. Ведь в любой момент Вашингтон во имя «высших интересов» может потребовать от клиентов офшора USA необходимые справки и подтверждения «чистоты» денег и активов. Со всеми отсюда вытекающими для бенефициаров последствиями.

Но есть еще одна альтернатива — вернуться на родину. Консультанты, работающие с российскими клиентами (потенциальными или уже реальными собственниками и бенефициарами офшоров), говорят, что число их клиентов возросло в десятки раз за последние два года. Напомню, что в первой половине прошлого года в России проводилась налоговая амнистия. Буквально в последний месяц амнистии число налоговых «возвращенцев» возросло на порядок.

Еще раз подчеркну: российский закон от 24.11.2014 № 376-ФЗ является в высшей степени либеральным актом. Он не требует ликвидации офшорных компаний и закрытия офшорных счетов. От владельца (бенефициара) требуется лишь информирование налоговой службы РФ о своих активах и доходах, определение своего налогового статуса (налоговый резидент или нерезидент) и уплата необходимых налогов. Указанный закон скорее является имитацией борьбы с офшорами. Лишающим душевного спокойствия фактором для нашей офшорной аристократии являются антиофшорные акции США, ОЭСР и тех стран, которые присоединились к системе CRS.

ЧИТАЙТЕ ТАКЖЕ

**[](http://svpressa.ru/society/article/170985/?aft=1)Закапывая Ленина, вспомните о Мао**

Почему «русская Голгофа» отказалась от провокационной дискуссии вокруг перезахоронения Владимира Ульянова

После долгих и мучительных раздумий многие представители российской офшорной аристократии решили обменять Панаму на Россию и избежали искушения довериться офшору USA (хотя есть примеры ухода под американский «зонтик»). Отчасти об этом свидетельствует и статистика платежного баланса РФ за 2016 год. Однако в картине международного движения капитала, представляемой Банком России, есть свои «но».

Основное из них заключается в том, что платежный баланс отражает лишь легальные операции. Да и те, зачастую с большими искажениями (например, в результате занижения или завышения контрактных цен). Но надо иметь в виду, что значительная часть капитала переходит границу в результате нелегальных, проще говоря, контрабандных операций. И это несмотря на то, что в середине нулевых годов в России была проведена полная валютная либерализация. Судя по некоторым признакам, масштабы нелегальных, не отражаемых в платежном балансе РФ капитальных операций в последние два года возросли.

Только что Банк России опубликовал статистику платежного баланса за полный 2016 год. Есть смысл поразмышлять, что в последние годы происходит в сфере внешнеэкономических отношений Российской Федерации. Под последними годами я имею в виду период 2014—2016 гг., когда России пришлось жить в новых условиях, обусловленных экономическими санкциями Запада. Вот как выглядит сальдо текущих операций платежного баланса страны (млрд долл.): 2014 г. — 57,51; 2015 г. — 68,94; 2016 г. — 25,01. А ведь были у России более «тучные» годы. Например, в 2011 году сальдо текущих операций приближалось к 100 млрд долл. (97,27 млрд долл.). Ситуация пока не критическая, но если продолжить тренд трех годов, то в 2017 году сальдо текущих операций может уйти в минус. Самое очевидное и видимое последствие такого тренда — падение валютного курса национальной денежной единицы — рубля. Основная часть текущих операций — внешняя торговля товарами. Именно она в силу устойчивого и значительного превышения экспорта над импортом в первую очередь обеспечивала (и пока еще продолжает обеспечивать) формирование положительного сальдо текущих операций. Вот как выглядит сальдо товарной торговли РФ (млрд. долл.): 2014 г. — 181,93; 2015 г. — 148,51; 90,01. Как видим, за три года положительное сальдо торговли уменьшилось вдвое. С одной стороны, это следствие экономических санкций Запада, с другой стороны, — результат падения мировых цен на углеводороды, являющихся основной статьей российского экспорта. Значительную часть чистого валютного результата от внешней торговли Россия тратила (и продолжает тратить) на покрытие дефицитов таких текущих операций, как торговля услугами и доходы от инвестиций. Вот, например, как выглядит сальдо по доходам от инвестиций (млрд. долл.): 2014 г. — минус 58,02; 2015 г. — минус 31,84; 2016 г. — минус 32,56. В среднем за последние годы примерно треть всего чистого валютного дохода от внешней торговли России уходила за пределы страны в виде доходов иностранных инвесторов. Думаю, читателю понятно, что это, мягко выражаясь, ненормальное положение (особенно если принять во внимание, что за солидной вывеской «иностранные инвесторы» зачастую скрываются банальные спекулянты разных мастей и разных стран, в том числе российские). Теперь остановлюсь на втором разделе платежного баланса, который называется «Финансовый счет» и в котором отражаются трансграничные операции с капиталом (экспорт и импорт капитала). Я уже писал не раз о том, что Российская Федерация на мировом рынке капитала на протяжении всех лет выступала чистым экспортером. Причем превышения экспорта над импортом капитала измерялись десятками миллиардов долларов. Россию можно назвать своего рода «донором» или «дойной коровой» на мировом рынке капитала. И не только потому, что сальдо международного движения капитала у нее положительное и очень большое. А также потому, что баланс доходов по капитальным операциям (выплачиваемые дивиденды и проценты) всегда складывается в пользу нерезидентов. Я уже выше привел цифры, которые показывают, что отрицательное сальдо баланса инвестиционных доходов за 2014−2016 гг. составило в общей сложности более 122 млрд долл. А в предыдущий трехлетний период (2011−2013 гг.) оно было почти 175 млрд долл. (со знаком минус). За шесть лет (2011−2016 гг.) чистым результатом «сотрудничества» России с Западом на ниве международного инвестиционного обмена стала потеря ею почти 300 млрд. долларов! В среднем на год это примерно эквивалентно 30% российского государственного бюджета. Такова цена политики нашей власти по «привлечению иностранных инвестиций». Как видно из приведенной ниже таблицы, в последние три года в картинке трансграничного движения капитала России обнаружились новые тенденции. 2014 год характеризовался рекордным положительным сальдо международного движения капитала. Примечательно, что оно было достигнуто не только за счет больших масштабов экспорта капитала, но и тем, что иностранные инвесторы стали уходить из нашей страны. Об этом свидетельствует знак минус по показателю импорта капитала. За три года чистый отток иностранного капитала из России составил 125,2 млрд долл. Бывали чистые оттоки иностранного капитала из России и ранее. Но с учетом масштабов, зафиксированных Банком России в 2014—2016 гг., это можно назвать самым настоящим бегством иностранных инвесторов из России. В 2016 году масштабы этого бегства были уже достаточно скромными. Можно предположить, что те инвесторы, которые хотели убежать, сделали это в предыдущие два года. А вот чистый экспорт капитала из России в 2015—2016 гг. обрушился. В 2015 году вообще имела место беспрецедентная ситуация: чистый экспорт капитала приобрел отрицательное значение. Что это значит? Чистое сокращение зарубежных активов российских экспортеров капитала. Проще говоря, возвращение российских инвесторов из-за границы. Обращаю внимание, что экспорт капитала из России имел место и в 2015 году. Речь идет о том, что возвращение ранее экспортированного капитала превысило новый экспорт. Такое случилось впервые за четверть века существования РФ. В итоге за три года (2014−2016 гг.) сальдо международного движения капитала России упало на порядок и стало неприлично маленьким. Такое сальдо уже не позволяет России претендовать на роль «донора» капитала на мировом рынке. Если так дело и дальше пойдет, то у России вообще может возникнуть отрицательное сальдо финансового счета платежного баланса. Попытаемся разобраться в таких резких изменениях финансового счета России за последние три года. Эксперты объясняют их почти исключительно действием фактора экономических санкций, а также снижением доходов России от экспорта углеводородов в результате ухудшения конъюнктуры на мировом рынке нефти. Экономические санкции затруднили экспорт капитала теми российскими компаниями, которые попали в «черные списки» Запада. Иностранные инвесторы бегут из России, опасаясь, с одной стороны, дальнейшего ухудшения экономического положения страны; с другой стороны, наказания со стороны своих властей за «сотрудничество» с Россией. Падение доходов от экспорта углеводородов резко сузило валютно-финансовую базу России для экспорта капитала. И т.д. Полностью согласен с этими объяснениями. Но они не полностью объясняют всю картину. Для полноты понимания следует учесть такой фактор, как борьба с офшорами. Опуская многие детали, сформулирую очевидный для специалистов тезис: подавляющая часть экспорта и импорта капитала России представляет собой финансовые потоки между Российской Федерацией и офшорными юрисдикциями. Большая часть иностранных инвестиций, приходящих в Россию, на самом деле российского происхождения, за ними скрываются российские резиденты, уходящие от российских налогов, а также защищающие себя от рейдерских захватов или санкций со стороны российского государства. Тенденции международного движения капитала России, с моей точки зрения, в гораздо большей степени зависят не от экономических санкций против России или цен на черное золото, а от того, какие ветры дуют в мировом царстве офшоров. Я уже не раз писал о том, что после финансового кризиса 2007−2009 гг. в мире под эгидой США и ОЭСР (Организа́ция экономи́ческого сотру́дничества и разви́тия — авт.) начался «крестовый поход» против разного рода «налоговых гаваней» и «юридических убежищ». Началась «зачистка» офшорных юрисдикций, которыми традиционно пользовались как российские экспортеры капитала (отправляя туда свои инвестиции), так и иностранные компании, которые под видом «нерезидентов» приходили в Россию со своими капиталами. Это и «цивилизованные» (так называемые «белые») офшорные юрисдикции типа Швейцарии, Лихтенштейна или Люксембурга, и подозрительные (так называемые «серые») офшоры типа Панамы, Британских Виргинских островов, Бермудских островов, Каймановых островов и прочих экзотических территорий. США еще в 2010 году приняли закон под названием FATCA (Foreign Account Tax Compliance Act). Это закон о налогообложении иностранных счетов, главная цель которого препятствовать уклонению от уплаты налогов американских граждан, работающих и проживающих на территории других государств. Закон экстерриториальный, требующий, чтобы банки и финансовые организации всех стран мира докладывали в Налоговую службу США о своих клиентах на предмет того, насколько они (клиенты) выполняют свои обязательства перед казной США. Опуская многие интересные детали, отмечу, что российские банки сегодня уже начали отчитываться перед Америкой о своих клиентах. Причем, замечу, Америка России взаимностью не отвечает, т.е. не докладывает нам о клиентах, которые могут уклоняться от выполнения своих обязательств перед российской казной. «Сотрудничество» между РФ и США в рамках FATCA — модель отношений между колонией и метрополией. Второй, значимый для России элемент международной системы борьбы с офшорами, — CRS (Common Reporting Standard) — глобальный стандарт для автоматического обмена налоговой информацией. CRS — проект G20 и ОЭСР. В феврале 2014 года G20 одобрила его, а в октябре того же года 51 юрисдикция подписала соглашение об автоматическом обмене информацией. На сегодняшний день соглашение уже охватывает более сотни юрисдикций. Что примечательно, его подписали даже те юрисдикции, которые всегда относились к разряду классических офшоров. Например, Британские Виргинские острова, Белиз, Бермудские острова, острова Джерси и Гернси, Кипр, Швейцария, Нидерланды, Панама, Бахрейн, Ливан. Россия также присоединилась к соглашению, обмен информацией налогового характера начнется с 1 января 2018 года. Чуть ли не каждый месяц к соглашению CRS присоединяется новая юрисдикция. Россия также заявила о борьбе с офшорами. Не только через присоединение к системе CRS. Она также приняла Федеральный закон «О внесении изменений в Налоговый кодекс РФ в части налогообложении прибыли контролируемых иностранных компаний» от 24.11.2014 № 376-ФЗ. Он вступил в силу с 1 января 2015 года. В народе данный акт называют законом о борьбе с офшорами или законом о КИК (контролируемых иностранных компаниях). Основная цель закона, как заявили его инициаторы, не в том, чтобы ликвидировать офшорные компании, вернув их домой, а в том, чтобы заставить наших крупных налогоплательщиков выполнять свои обязательства перед российской казной. Многие российские владельцы и бенефициары офшорных компаний, трастов и банковских счетов не на шутку заволновались. Они оказались как бы «между молотом и наковальней». Общей линии поведения у наших офшорных граждан не просматривается. Одним из наиболее экзотических способов защиты от начавшегося «крестового похода» против офшоров рассматривается уход из офшоров в мир частных цифровых валют, в частности, биткоина. По мнению сторонников ЧЦВ, никакие власти в этот мир проникнуть не смогут. По моему мнению, это наивно, свои аргументы я изложил в недавней статье «Нужны ли офшоры, если есть биткоин?»

Другая возможная реакция — уйти из тех офшоров, которые находятся под ударом (среди таковых оказались в 2013—2016 гг. Кипр, Британские Виргинские острова, Панама и некоторые другие) в более «надежные». Да, на сегодняшний день еще около сотни государств и юрисдикций не присоединились к системе CRS и представляют пока альтернативу разным панамам. Но это пока. ОЭСР настроена решительно, заявляя, что против аутсайдеров системы CRS надо будет применять санкции. Мир офшорных юрисдикций будет сжиматься как шагреневая кожа.

Многие пользователи офшоров (как российские, так и зарубежные) понимают, куда ветер дует. А он дует в сторону США. Вашингтон возглавляет «крестовый поход» против офшоров ради того, чтобы в мире остался один гигантский офшор под названием USA. Вот лишь одна «мелочь»: Вашингтон инициировал создание системы CRS, но к ней не присоединился. То есть получается улица с односторонним движением: Вашингтон через механизмы FATCA получает информацию о своих налоговых резидентах, при этом тех, кто находится под «зонтиком» USA, он выдавать не собирается. В Америке куча трастов и внутренних «налоговых убежищ» (типа Делавэра). Прямо-таки идеальное налоговое и юридическое убежище. Но очень напоминающее мышеловку. Ведь в любой момент Вашингтон во имя «высших интересов» может потребовать от клиентов офшора USA необходимые справки и подтверждения «чистоты» денег и активов. Со всеми отсюда вытекающими для бенефициаров последствиями.

Но есть еще одна альтернатива — вернуться на родину. Консультанты, работающие с российскими клиентами (потенциальными или уже реальными собственниками и бенефициарами офшоров), говорят, что число их клиентов возросло в десятки раз за последние два года. Напомню, что в первой половине прошлого года в России проводилась налоговая амнистия. Буквально в последний месяц амнистии число налоговых «возвращенцев» возросло на порядок.

Еще раз подчеркну: российский закон от 24.11.2014 № 376-ФЗ является в высшей степени либеральным актом. Он не требует ликвидации офшорных компаний и закрытия офшорных счетов. От владельца (бенефициара) требуется лишь информирование налоговой службы РФ о своих активах и доходах, определение своего налогового статуса (налоговый резидент или нерезидент) и уплата необходимых налогов. Указанный закон скорее является имитацией борьбы с офшорами. Лишающим душевного спокойствия фактором для нашей офшорной аристократии являются антиофшорные акции США, ОЭСР и тех стран, которые присоединились к системе CRS.

ЧИТАЙТЕ ТАКЖЕ

**[](http://svpressa.ru/society/article/170985/?aft=1)Закапывая Ленина, вспомните о Мао**

Почему «русская Голгофа» отказалась от провокационной дискуссии вокруг перезахоронения Владимира Ульянова

После долгих и мучительных раздумий многие представители российской офшорной аристократии решили обменять Панаму на Россию и избежали искушения довериться офшору USA (хотя есть примеры ухода под американский «зонтик»). Отчасти об этом свидетельствует и статистика платежного баланса РФ за 2016 год. Однако в картине международного движения капитала, представляемой Банком России, есть свои «но».

Основное из них заключается в том, что платежный баланс отражает лишь легальные операции. Да и те, зачастую с большими искажениями (например, в результате занижения или завышения контрактных цен). Но надо иметь в виду, что значительная часть капитала переходит границу в результате нелегальных, проще говоря, контрабандных операций. И это несмотря на то, что в середине нулевых годов в России была проведена полная валютная либерализация. Судя по некоторым признакам, масштабы нелегальных, не отражаемых в платежном балансе РФ капитальных операций в последние два года возросли.

Только что Банк России опубликовал статистику платежного баланса за полный 2016 год. Есть смысл поразмышлять, что в последние годы происходит в сфере внешнеэкономических отношений Российской Федерации. Под последними годами я имею в виду период 2014—2016 гг., когда России пришлось жить в новых условиях, обусловленных экономическими санкциями Запада. Вот как выглядит сальдо текущих операций платежного баланса страны (млрд долл.): 2014 г. — 57,51; 2015 г. — 68,94; 2016 г. — 25,01. А ведь были у России более «тучные» годы. Например, в 2011 году сальдо текущих операций приближалось к 100 млрд долл. (97,27 млрд долл.). Ситуация пока не критическая, но если продолжить тренд трех годов, то в 2017 году сальдо текущих операций может уйти в минус. Самое очевидное и видимое последствие такого тренда — падение валютного курса национальной денежной единицы — рубля. Основная часть текущих операций — внешняя торговля товарами. Именно она в силу устойчивого и значительного превышения экспорта над импортом в первую очередь обеспечивала (и пока еще продолжает обеспечивать) формирование положительного сальдо текущих операций. Вот как выглядит сальдо товарной торговли РФ (млрд. долл.): 2014 г. — 181,93; 2015 г. — 148,51; 90,01. Как видим, за три года положительное сальдо торговли уменьшилось вдвое. С одной стороны, это следствие экономических санкций Запада, с другой стороны, — результат падения мировых цен на углеводороды, являющихся основной статьей российского экспорта. Значительную часть чистого валютного результата от внешней торговли Россия тратила (и продолжает тратить) на покрытие дефицитов таких текущих операций, как торговля услугами и доходы от инвестиций. Вот, например, как выглядит сальдо по доходам от инвестиций (млрд. долл.): 2014 г. — минус 58,02; 2015 г. — минус 31,84; 2016 г. — минус 32,56. В среднем за последние годы примерно треть всего чистого валютного дохода от внешней торговли России уходила за пределы страны в виде доходов иностранных инвесторов. Думаю, читателю понятно, что это, мягко выражаясь, ненормальное положение (особенно если принять во внимание, что за солидной вывеской «иностранные инвесторы» зачастую скрываются банальные спекулянты разных мастей и разных стран, в том числе российские). Теперь остановлюсь на втором разделе платежного баланса, который называется «Финансовый счет» и в котором отражаются трансграничные операции с капиталом (экспорт и импорт капитала). Я уже писал не раз о том, что Российская Федерация на мировом рынке капитала на протяжении всех лет выступала чистым экспортером. Причем превышения экспорта над импортом капитала измерялись десятками миллиардов долларов. Россию можно назвать своего рода «донором» или «дойной коровой» на мировом рынке капитала. И не только потому, что сальдо международного движения капитала у нее положительное и очень большое. А также потому, что баланс доходов по капитальным операциям (выплачиваемые дивиденды и проценты) всегда складывается в пользу нерезидентов. Я уже выше привел цифры, которые показывают, что отрицательное сальдо баланса инвестиционных доходов за 2014−2016 гг. составило в общей сложности более 122 млрд долл. А в предыдущий трехлетний период (2011−2013 гг.) оно было почти 175 млрд долл. (со знаком минус). За шесть лет (2011−2016 гг.) чистым результатом «сотрудничества» России с Западом на ниве международного инвестиционного обмена стала потеря ею почти 300 млрд. долларов! В среднем на год это примерно эквивалентно 30% российского государственного бюджета. Такова цена политики нашей власти по «привлечению иностранных инвестиций». Как видно из приведенной ниже таблицы, в последние три года в картинке трансграничного движения капитала России обнаружились новые тенденции. 2014 год характеризовался рекордным положительным сальдо международного движения капитала. Примечательно, что оно было достигнуто не только за счет больших масштабов экспорта капитала, но и тем, что иностранные инвесторы стали уходить из нашей страны. Об этом свидетельствует знак минус по показателю импорта капитала. За три года чистый отток иностранного капитала из России составил 125,2 млрд долл. Бывали чистые оттоки иностранного капитала из России и ранее. Но с учетом масштабов, зафиксированных Банком России в 2014—2016 гг., это можно назвать самым настоящим бегством иностранных инвесторов из России. В 2016 году масштабы этого бегства были уже достаточно скромными. Можно предположить, что те инвесторы, которые хотели убежать, сделали это в предыдущие два года. А вот чистый экспорт капитала из России в 2015—2016 гг. обрушился. В 2015 году вообще имела место беспрецедентная ситуация: чистый экспорт капитала приобрел отрицательное значение. Что это значит? Чистое сокращение зарубежных активов российских экспортеров капитала. Проще говоря, возвращение российских инвесторов из-за границы. Обращаю внимание, что экспорт капитала из России имел место и в 2015 году. Речь идет о том, что возвращение ранее экспортированного капитала превысило новый экспорт. Такое случилось впервые за четверть века существования РФ. В итоге за три года (2014−2016 гг.) сальдо международного движения капитала России упало на порядок и стало неприлично маленьким. Такое сальдо уже не позволяет России претендовать на роль «донора» капитала на мировом рынке. Если так дело и дальше пойдет, то у России вообще может возникнуть отрицательное сальдо финансового счета платежного баланса. Попытаемся разобраться в таких резких изменениях финансового счета России за последние три года. Эксперты объясняют их почти исключительно действием фактора экономических санкций, а также снижением доходов России от экспорта углеводородов в результате ухудшения конъюнктуры на мировом рынке нефти. Экономические санкции затруднили экспорт капитала теми российскими компаниями, которые попали в «черные списки» Запада. Иностранные инвесторы бегут из России, опасаясь, с одной стороны, дальнейшего ухудшения экономического положения страны; с другой стороны, наказания со стороны своих властей за «сотрудничество» с Россией. Падение доходов от экспорта углеводородов резко сузило валютно-финансовую базу России для экспорта капитала. И т.д. Полностью согласен с этими объяснениями. Но они не полностью объясняют всю картину. Для полноты понимания следует учесть такой фактор, как борьба с офшорами. Опуская многие детали, сформулирую очевидный для специалистов тезис: подавляющая часть экспорта и импорта капитала России представляет собой финансовые потоки между Российской Федерацией и офшорными юрисдикциями. Большая часть иностранных инвестиций, приходящих в Россию, на самом деле российского происхождения, за ними скрываются российские резиденты, уходящие от российских налогов, а также защищающие себя от рейдерских захватов или санкций со стороны российского государства. Тенденции международного движения капитала России, с моей точки зрения, в гораздо большей степени зависят не от экономических санкций против России или цен на черное золото, а от того, какие ветры дуют в мировом царстве офшоров. Я уже не раз писал о том, что после финансового кризиса 2007−2009 гг. в мире под эгидой США и ОЭСР (Организа́ция экономи́ческого сотру́дничества и разви́тия — авт.) начался «крестовый поход» против разного рода «налоговых гаваней» и «юридических убежищ». Началась «зачистка» офшорных юрисдикций, которыми традиционно пользовались как российские экспортеры капитала (отправляя туда свои инвестиции), так и иностранные компании, которые под видом «нерезидентов» приходили в Россию со своими капиталами. Это и «цивилизованные» (так называемые «белые») офшорные юрисдикции типа Швейцарии, Лихтенштейна или Люксембурга, и подозрительные (так называемые «серые») офшоры типа Панамы, Британских Виргинских островов, Бермудских островов, Каймановых островов и прочих экзотических территорий. США еще в 2010 году приняли закон под названием FATCA (Foreign Account Tax Compliance Act). Это закон о налогообложении иностранных счетов, главная цель которого препятствовать уклонению от уплаты налогов американских граждан, работающих и проживающих на территории других государств. Закон экстерриториальный, требующий, чтобы банки и финансовые организации всех стран мира докладывали в Налоговую службу США о своих клиентах на предмет того, насколько они (клиенты) выполняют свои обязательства перед казной США. Опуская многие интересные детали, отмечу, что российские банки сегодня уже начали отчитываться перед Америкой о своих клиентах. Причем, замечу, Америка России взаимностью не отвечает, т.е. не докладывает нам о клиентах, которые могут уклоняться от выполнения своих обязательств перед российской казной. «Сотрудничество» между РФ и США в рамках FATCA — модель отношений между колонией и метрополией. Второй, значимый для России элемент международной системы борьбы с офшорами, — CRS (Common Reporting Standard) — глобальный стандарт для автоматического обмена налоговой информацией. CRS — проект G20 и ОЭСР. В феврале 2014 года G20 одобрила его, а в октябре того же года 51 юрисдикция подписала соглашение об автоматическом обмене информацией. На сегодняшний день соглашение уже охватывает более сотни юрисдикций. Что примечательно, его подписали даже те юрисдикции, которые всегда относились к разряду классических офшоров. Например, Британские Виргинские острова, Белиз, Бермудские острова, острова Джерси и Гернси, Кипр, Швейцария, Нидерланды, Панама, Бахрейн, Ливан. Россия также присоединилась к соглашению, обмен информацией налогового характера начнется с 1 января 2018 года. Чуть ли не каждый месяц к соглашению CRS присоединяется новая юрисдикция. Россия также заявила о борьбе с офшорами. Не только через присоединение к системе CRS. Она также приняла Федеральный закон «О внесении изменений в Налоговый кодекс РФ в части налогообложении прибыли контролируемых иностранных компаний» от 24.11.2014 № 376-ФЗ. Он вступил в силу с 1 января 2015 года. В народе данный акт называют законом о борьбе с офшорами или законом о КИК (контролируемых иностранных компаниях). Основная цель закона, как заявили его инициаторы, не в том, чтобы ликвидировать офшорные компании, вернув их домой, а в том, чтобы заставить наших крупных налогоплательщиков выполнять свои обязательства перед российской казной. Многие российские владельцы и бенефициары офшорных компаний, трастов и банковских счетов не на шутку заволновались. Они оказались как бы «между молотом и наковальней». Общей линии поведения у наших офшорных граждан не просматривается. Одним из наиболее экзотических способов защиты от начавшегося «крестового похода» против офшоров рассматривается уход из офшоров в мир частных цифровых валют, в частности, биткоина. По мнению сторонников ЧЦВ, никакие власти в этот мир проникнуть не смогут. По моему мнению, это наивно, свои аргументы я изложил в недавней статье «Нужны ли офшоры, если есть биткоин?»

Другая возможная реакция — уйти из тех офшоров, которые находятся под ударом (среди таковых оказались в 2013—2016 гг. Кипр, Британские Виргинские острова, Панама и некоторые другие) в более «надежные». Да, на сегодняшний день еще около сотни государств и юрисдикций не присоединились к системе CRS и представляют пока альтернативу разным панамам. Но это пока. ОЭСР настроена решительно, заявляя, что против аутсайдеров системы CRS надо будет применять санкции. Мир офшорных юрисдикций будет сжиматься как шагреневая кожа.

Многие пользователи офшоров (как российские, так и зарубежные) понимают, куда ветер дует. А он дует в сторону США. Вашингтон возглавляет «крестовый поход» против офшоров ради того, чтобы в мире остался один гигантский офшор под названием USA. Вот лишь одна «мелочь»: Вашингтон инициировал создание системы CRS, но к ней не присоединился. То есть получается улица с односторонним движением: Вашингтон через механизмы FATCA получает информацию о своих налоговых резидентах, при этом тех, кто находится под «зонтиком» USA, он выдавать не собирается. В Америке куча трастов и внутренних «налоговых убежищ» (типа Делавэра). Прямо-таки идеальное налоговое и юридическое убежище. Но очень напоминающее мышеловку. Ведь в любой момент Вашингтон во имя «высших интересов» может потребовать от клиентов офшора USA необходимые справки и подтверждения «чистоты» денег и активов. Со всеми отсюда вытекающими для бенефициаров последствиями.

Но есть еще одна альтернатива — вернуться на родину. Консультанты, работающие с российскими клиентами (потенциальными или уже реальными собственниками и бенефициарами офшоров), говорят, что число их клиентов возросло в десятки раз за последние два года. Напомню, что в первой половине прошлого года в России проводилась налоговая амнистия. Буквально в последний месяц амнистии число налоговых «возвращенцев» возросло на порядок.

Еще раз подчеркну: российский закон от 24.11.2014 № 376-ФЗ является в высшей степени либеральным актом. Он не требует ликвидации офшорных компаний и закрытия офшорных счетов. От владельца (бенефициара) требуется лишь информирование налоговой службы РФ о своих активах и доходах, определение своего налогового статуса (налоговый резидент или нерезидент) и уплата необходимых налогов. Указанный закон скорее является имитацией борьбы с офшорами. Лишающим душевного спокойствия фактором для нашей офшорной аристократии являются антиофшорные акции США, ОЭСР и тех стран, которые присоединились к системе CRS.

ЧИТАЙТЕ ТАКЖЕ

**[](http://svpressa.ru/society/article/170985/?aft=1)Закапывая Ленина, вспомните о Мао**

Почему «русская Голгофа» отказалась от провокационной дискуссии вокруг перезахоронения Владимира Ульянова

После долгих и мучительных раздумий многие представители российской офшорной аристократии решили обменять Панаму на Россию и избежали искушения довериться офшору USA (хотя есть примеры ухода под американский «зонтик»). Отчасти об этом свидетельствует и статистика платежного баланса РФ за 2016 год. Однако в картине международного движения капитала, представляемой Банком России, есть свои «но».

Основное из них заключается в том, что платежный баланс отражает лишь легальные операции. Да и те, зачастую с большими искажениями (например, в результате занижения или завышения контрактных цен). Но надо иметь в виду, что значительная часть капитала переходит границу в результате нелегальных, проще говоря, контрабандных операций. И это несмотря на то, что в середине нулевых годов в России была проведена полная валютная либерализация. Судя по некоторым признакам, масштабы нелегальных, не отражаемых в платежном балансе РФ капитальных операций в последние два года возросли.

Только что Банк России опубликовал статистику платежного баланса за полный 2016 год. Есть смысл поразмышлять, что в последние годы происходит в сфере внешнеэкономических отношений Российской Федерации. Под последними годами я имею в виду период 2014—2016 гг., когда России пришлось жить в новых условиях, обусловленных экономическими санкциями Запада. Вот как выглядит сальдо текущих операций платежного баланса страны (млрд долл.): 2014 г. — 57,51; 2015 г. — 68,94; 2016 г. — 25,01. А ведь были у России более «тучные» годы. Например, в 2011 году сальдо текущих операций приближалось к 100 млрд долл. (97,27 млрд долл.). Ситуация пока не критическая, но если продолжить тренд трех годов, то в 2017 году сальдо текущих операций может уйти в минус. Самое очевидное и видимое последствие такого тренда — падение валютного курса национальной денежной единицы — рубля. Основная часть текущих операций — внешняя торговля товарами. Именно она в силу устойчивого и значительного превышения экспорта над импортом в первую очередь обеспечивала (и пока еще продолжает обеспечивать) формирование положительного сальдо текущих операций. Вот как выглядит сальдо товарной торговли РФ (млрд. долл.): 2014 г. — 181,93; 2015 г. — 148,51; 90,01. Как видим, за три года положительное сальдо торговли уменьшилось вдвое. С одной стороны, это следствие экономических санкций Запада, с другой стороны, — результат падения мировых цен на углеводороды, являющихся основной статьей российского экспорта. Значительную часть чистого валютного результата от внешней торговли Россия тратила (и продолжает тратить) на покрытие дефицитов таких текущих операций, как торговля услугами и доходы от инвестиций. Вот, например, как выглядит сальдо по доходам от инвестиций (млрд. долл.): 2014 г. — минус 58,02; 2015 г. — минус 31,84; 2016 г. — минус 32,56. В среднем за последние годы примерно треть всего чистого валютного дохода от внешней торговли России уходила за пределы страны в виде доходов иностранных инвесторов. Думаю, читателю понятно, что это, мягко выражаясь, ненормальное положение (особенно если принять во внимание, что за солидной вывеской «иностранные инвесторы» зачастую скрываются банальные спекулянты разных мастей и разных стран, в том числе российские). Теперь остановлюсь на втором разделе платежного баланса, который называется «Финансовый счет» и в котором отражаются трансграничные операции с капиталом (экспорт и импорт капитала). Я уже писал не раз о том, что Российская Федерация на мировом рынке капитала на протяжении всех лет выступала чистым экспортером. Причем превышения экспорта над импортом капитала измерялись десятками миллиардов долларов. Россию можно назвать своего рода «донором» или «дойной коровой» на мировом рынке капитала. И не только потому, что сальдо международного движения капитала у нее положительное и очень большое. А также потому, что баланс доходов по капитальным операциям (выплачиваемые дивиденды и проценты) всегда складывается в пользу нерезидентов. Я уже выше привел цифры, которые показывают, что отрицательное сальдо баланса инвестиционных доходов за 2014−2016 гг. составило в общей сложности более 122 млрд долл. А в предыдущий трехлетний период (2011−2013 гг.) оно было почти 175 млрд долл. (со знаком минус). За шесть лет (2011−2016 гг.) чистым результатом «сотрудничества» России с Западом на ниве международного инвестиционного обмена стала потеря ею почти 300 млрд. долларов! В среднем на год это примерно эквивалентно 30% российского государственного бюджета. Такова цена политики нашей власти по «привлечению иностранных инвестиций». Как видно из приведенной ниже таблицы, в последние три года в картинке трансграничного движения капитала России обнаружились новые тенденции. 2014 год характеризовался рекордным положительным сальдо международного движения капитала. Примечательно, что оно было достигнуто не только за счет больших масштабов экспорта капитала, но и тем, что иностранные инвесторы стали уходить из нашей страны. Об этом свидетельствует знак минус по показателю импорта капитала. За три года чистый отток иностранного капитала из России составил 125,2 млрд долл. Бывали чистые оттоки иностранного капитала из России и ранее. Но с учетом масштабов, зафиксированных Банком России в 2014—2016 гг., это можно назвать самым настоящим бегством иностранных инвесторов из России. В 2016 году масштабы этого бегства были уже достаточно скромными. Можно предположить, что те инвесторы, которые хотели убежать, сделали это в предыдущие два года. А вот чистый экспорт капитала из России в 2015—2016 гг. обрушился. В 2015 году вообще имела место беспрецедентная ситуация: чистый экспорт капитала приобрел отрицательное значение. Что это значит? Чистое сокращение зарубежных активов российских экспортеров капитала. Проще говоря, возвращение российских инвесторов из-за границы. Обращаю внимание, что экспорт капитала из России имел место и в 2015 году. Речь идет о том, что возвращение ранее экспортированного капитала превысило новый экспорт. Такое случилось впервые за четверть века существования РФ. В итоге за три года (2014−2016 гг.) сальдо международного движения капитала России упало на порядок и стало неприлично маленьким. Такое сальдо уже не позволяет России претендовать на роль «донора» капитала на мировом рынке. Если так дело и дальше пойдет, то у России вообще может возникнуть отрицательное сальдо финансового счета платежного баланса. Попытаемся разобраться в таких резких изменениях финансового счета России за последние три года. Эксперты объясняют их почти исключительно действием фактора экономических санкций, а также снижением доходов России от экспорта углеводородов в результате ухудшения конъюнктуры на мировом рынке нефти. Экономические санкции затруднили экспорт капитала теми российскими компаниями, которые попали в «черные списки» Запада. Иностранные инвесторы бегут из России, опасаясь, с одной стороны, дальнейшего ухудшения экономического положения страны; с другой стороны, наказания со стороны своих властей за «сотрудничество» с Россией. Падение доходов от экспорта углеводородов резко сузило валютно-финансовую базу России для экспорта капитала. И т.д. Полностью согласен с этими объяснениями. Но они не полностью объясняют всю картину. Для полноты понимания следует учесть такой фактор, как борьба с офшорами. Опуская многие детали, сформулирую очевидный для специалистов тезис: подавляющая часть экспорта и импорта капитала России представляет собой финансовые потоки между Российской Федерацией и офшорными юрисдикциями. Большая часть иностранных инвестиций, приходящих в Россию, на самом деле российского происхождения, за ними скрываются российские резиденты, уходящие от российских налогов, а также защищающие себя от рейдерских захватов или санкций со стороны российского государства. Тенденции международного движения капитала России, с моей точки зрения, в гораздо большей степени зависят не от экономических санкций против России или цен на черное золото, а от того, какие ветры дуют в мировом царстве офшоров. Я уже не раз писал о том, что после финансового кризиса 2007−2009 гг. в мире под эгидой США и ОЭСР (Организа́ция экономи́ческого сотру́дничества и разви́тия — авт.) начался «крестовый поход» против разного рода «налоговых гаваней» и «юридических убежищ». Началась «зачистка» офшорных юрисдикций, которыми традиционно пользовались как российские экспортеры капитала (отправляя туда свои инвестиции), так и иностранные компании, которые под видом «нерезидентов» приходили в Россию со своими капиталами. Это и «цивилизованные» (так называемые «белые») офшорные юрисдикции типа Швейцарии, Лихтенштейна или Люксембурга, и подозрительные (так называемые «серые») офшоры типа Панамы, Британских Виргинских островов, Бермудских островов, Каймановых островов и прочих экзотических территорий. США еще в 2010 году приняли закон под названием FATCA (Foreign Account Tax Compliance Act). Это закон о налогообложении иностранных счетов, главная цель которого препятствовать уклонению от уплаты налогов американских граждан, работающих и проживающих на территории других государств. Закон экстерриториальный, требующий, чтобы банки и финансовые организации всех стран мира докладывали в Налоговую службу США о своих клиентах на предмет того, насколько они (клиенты) выполняют свои обязательства перед казной США. Опуская многие интересные детали, отмечу, что российские банки сегодня уже начали отчитываться перед Америкой о своих клиентах. Причем, замечу, Америка России взаимностью не отвечает, т.е. не докладывает нам о клиентах, которые могут уклоняться от выполнения своих обязательств перед российской казной. «Сотрудничество» между РФ и США в рамках FATCA — модель отношений между колонией и метрополией. Второй, значимый для России элемент международной системы борьбы с офшорами, — CRS (Common Reporting Standard) — глобальный стандарт для автоматического обмена налоговой информацией. CRS — проект G20 и ОЭСР. В феврале 2014 года G20 одобрила его, а в октябре того же года 51 юрисдикция подписала соглашение об автоматическом обмене информацией. На сегодняшний день соглашение уже охватывает более сотни юрисдикций. Что примечательно, его подписали даже те юрисдикции, которые всегда относились к разряду классических офшоров. Например, Британские Виргинские острова, Белиз, Бермудские острова, острова Джерси и Гернси, Кипр, Швейцария, Нидерланды, Панама, Бахрейн, Ливан. Россия также присоединилась к соглашению, обмен информацией налогового характера начнется с 1 января 2018 года. Чуть ли не каждый месяц к соглашению CRS присоединяется новая юрисдикция. Россия также заявила о борьбе с офшорами. Не только через присоединение к системе CRS. Она также приняла Федеральный закон «О внесении изменений в Налоговый кодекс РФ в части налогообложении прибыли контролируемых иностранных компаний» от 24.11.2014 № 376-ФЗ. Он вступил в силу с 1 января 2015 года. В народе данный акт называют законом о борьбе с офшорами или законом о КИК (контролируемых иностранных компаниях). Основная цель закона, как заявили его инициаторы, не в том, чтобы ликвидировать офшорные компании, вернув их домой, а в том, чтобы заставить наших крупных налогоплательщиков выполнять свои обязательства перед российской казной. Многие российские владельцы и бенефициары офшорных компаний, трастов и банковских счетов не на шутку заволновались. Они оказались как бы «между молотом и наковальней». Общей линии поведения у наших офшорных граждан не просматривается. Одним из наиболее экзотических способов защиты от начавшегося «крестового похода» против офшоров рассматривается уход из офшоров в мир частных цифровых валют, в частности, биткоина. По мнению сторонников ЧЦВ, никакие власти в этот мир проникнуть не смогут. По моему мнению, это наивно, свои аргументы я изложил в недавней статье «Нужны ли офшоры, если есть биткоин?»

Другая возможная реакция — уйти из тех офшоров, которые находятся под ударом (среди таковых оказались в 2013—2016 гг. Кипр, Британские Виргинские острова, Панама и некоторые другие) в более «надежные». Да, на сегодняшний день еще около сотни государств и юрисдикций не присоединились к системе CRS и представляют пока альтернативу разным панамам. Но это пока. ОЭСР настроена решительно, заявляя, что против аутсайдеров системы CRS надо будет применять санкции. Мир офшорных юрисдикций будет сжиматься как шагреневая кожа.

Многие пользователи офшоров (как российские, так и зарубежные) понимают, куда ветер дует. А он дует в сторону США. Вашингтон возглавляет «крестовый поход» против офшоров ради того, чтобы в мире остался один гигантский офшор под названием USA. Вот лишь одна «мелочь»: Вашингтон инициировал создание системы CRS, но к ней не присоединился. То есть получается улица с односторонним движением: Вашингтон через механизмы FATCA получает информацию о своих налоговых резидентах, при этом тех, кто находится под «зонтиком» USA, он выдавать не собирается. В Америке куча трастов и внутренних «налоговых убежищ» (типа Делавэра). Прямо-таки идеальное налоговое и юридическое убежище. Но очень напоминающее мышеловку. Ведь в любой момент Вашингтон во имя «высших интересов» может потребовать от клиентов офшора USA необходимые справки и подтверждения «чистоты» денег и активов. Со всеми отсюда вытекающими для бенефициаров последствиями.

Но есть еще одна альтернатива — вернуться на родину. Консультанты, работающие с российскими клиентами (потенциальными или уже реальными собственниками и бенефициарами офшоров), говорят, что число их клиентов возросло в десятки раз за последние два года. Напомню, что в первой половине прошлого года в России проводилась налоговая амнистия. Буквально в последний месяц амнистии число налоговых «возвращенцев» возросло на порядок.

Еще раз подчеркну: российский закон от 24.11.2014 № 376-ФЗ является в высшей степени либеральным актом. Он не требует ликвидации офшорных компаний и закрытия офшорных счетов. От владельца (бенефициара) требуется лишь информирование налоговой службы РФ о своих активах и доходах, определение своего налогового статуса (налоговый резидент или нерезидент) и уплата необходимых налогов. Указанный закон скорее является имитацией борьбы с офшорами. Лишающим душевного спокойствия фактором для нашей офшорной аристократии являются антиофшорные акции США, ОЭСР и тех стран, которые присоединились к системе CRS.

ЧИТАЙТЕ ТАКЖЕ

**[](http://svpressa.ru/society/article/170985/?aft=1)Закапывая Ленина, вспомните о Мао**

Почему «русская Голгофа» отказалась от провокационной дискуссии вокруг перезахоронения Владимира Ульянова

После долгих и мучительных раздумий многие представители российской офшорной аристократии решили обменять Панаму на Россию и избежали искушения довериться офшору USA (хотя есть примеры ухода под американский «зонтик»). Отчасти об этом свидетельствует и статистика платежного баланса РФ за 2016 год. Однако в картине международного движения капитала, представляемой Банком России, есть свои «но».

Основное из них заключается в том, что платежный баланс отражает лишь легальные операции. Да и те, зачастую с большими искажениями (например, в результате занижения или завышения контрактных цен). Но надо иметь в виду, что значительная часть капитала переходит границу в результате нелегальных, проще говоря, контрабандных операций. И это несмотря на то, что в середине нулевых годов в России была проведена полная валютная либерализация. Судя по некоторым признакам, масштабы нелегальных, не отражаемых в платежном балансе РФ капитальных операций в последние два года возросли.

Только что Банк России опубликовал статистику платежного баланса за полный 2016 год. Есть смысл поразмышлять, что в последние годы происходит в сфере внешнеэкономических отношений Российской Федерации. Под последними годами я имею в виду период 2014—2016 гг., когда России пришлось жить в новых условиях, обусловленных экономическими санкциями Запада. Вот как выглядит сальдо текущих операций платежного баланса страны (млрд долл.): 2014 г. — 57,51; 2015 г. — 68,94; 2016 г. — 25,01. А ведь были у России более «тучные» годы. Например, в 2011 году сальдо текущих операций приближалось к 100 млрд долл. (97,27 млрд долл.). Ситуация пока не критическая, но если продолжить тренд трех годов, то в 2017 году сальдо текущих операций может уйти в минус. Самое очевидное и видимое последствие такого тренда — падение валютного курса национальной денежной единицы — рубля. Основная часть текущих операций — внешняя торговля товарами. Именно она в силу устойчивого и значительного превышения экспорта над импортом в первую очередь обеспечивала (и пока еще продолжает обеспечивать) формирование положительного сальдо текущих операций. Вот как выглядит сальдо товарной торговли РФ (млрд. долл.): 2014 г. — 181,93; 2015 г. — 148,51; 90,01. Как видим, за три года положительное сальдо торговли уменьшилось вдвое. С одной стороны, это следствие экономических санкций Запада, с другой стороны, — результат падения мировых цен на углеводороды, являющихся основной статьей российского экспорта. Значительную часть чистого валютного результата от внешней торговли Россия тратила (и продолжает тратить) на покрытие дефицитов таких текущих операций, как торговля услугами и доходы от инвестиций. Вот, например, как выглядит сальдо по доходам от инвестиций (млрд. долл.): 2014 г. — минус 58,02; 2015 г. — минус 31,84; 2016 г. — минус 32,56. В среднем за последние годы примерно треть всего чистого валютного дохода от внешней торговли России уходила за пределы страны в виде доходов иностранных инвесторов. Думаю, читателю понятно, что это, мягко выражаясь, ненормальное положение (особенно если принять во внимание, что за солидной вывеской «иностранные инвесторы» зачастую скрываются банальные спекулянты разных мастей и разных стран, в том числе российские). Теперь остановлюсь на втором разделе платежного баланса, который называется «Финансовый счет» и в котором отражаются трансграничные операции с капиталом (экспорт и импорт капитала). Я уже писал не раз о том, что Российская Федерация на мировом рынке капитала на протяжении всех лет выступала чистым экспортером. Причем превышения экспорта над импортом капитала измерялись десятками миллиардов долларов. Россию можно назвать своего рода «донором» или «дойной коровой» на мировом рынке капитала. И не только потому, что сальдо международного движения капитала у нее положительное и очень большое. А также потому, что баланс доходов по капитальным операциям (выплачиваемые дивиденды и проценты) всегда складывается в пользу нерезидентов. Я уже выше привел цифры, которые показывают, что отрицательное сальдо баланса инвестиционных доходов за 2014−2016 гг. составило в общей сложности более 122 млрд долл. А в предыдущий трехлетний период (2011−2013 гг.) оно было почти 175 млрд долл. (со знаком минус). За шесть лет (2011−2016 гг.) чистым результатом «сотрудничества» России с Западом на ниве международного инвестиционного обмена стала потеря ею почти 300 млрд. долларов! В среднем на год это примерно эквивалентно 30% российского государственного бюджета. Такова цена политики нашей власти по «привлечению иностранных инвестиций». Как видно из приведенной ниже таблицы, в последние три года в картинке трансграничного движения капитала России обнаружились новые тенденции. 2014 год характеризовался рекордным положительным сальдо международного движения капитала. Примечательно, что оно было достигнуто не только за счет больших масштабов экспорта капитала, но и тем, что иностранные инвесторы стали уходить из нашей страны. Об этом свидетельствует знак минус по показателю импорта капитала. За три года чистый отток иностранного капитала из России составил 125,2 млрд долл. Бывали чистые оттоки иностранного капитала из России и ранее. Но с учетом масштабов, зафиксированных Банком России в 2014—2016 гг., это можно назвать самым настоящим бегством иностранных инвесторов из России. В 2016 году масштабы этого бегства были уже достаточно скромными. Можно предположить, что те инвесторы, которые хотели убежать, сделали это в предыдущие два года. А вот чистый экспорт капитала из России в 2015—2016 гг. обрушился. В 2015 году вообще имела место беспрецедентная ситуация: чистый экспорт капитала приобрел отрицательное значение. Что это значит? Чистое сокращение зарубежных активов российских экспортеров капитала. Проще говоря, возвращение российских инвесторов из-за границы. Обращаю внимание, что экспорт капитала из России имел место и в 2015 году. Речь идет о том, что возвращение ранее экспортированного капитала превысило новый экспорт. Такое случилось впервые за четверть века существования РФ. В итоге за три года (2014−2016 гг.) сальдо международного движения капитала России упало на порядок и стало неприлично маленьким. Такое сальдо уже не позволяет России претендовать на роль «донора» капитала на мировом рынке. Если так дело и дальше пойдет, то у России вообще может возникнуть отрицательное сальдо финансового счета платежного баланса. Попытаемся разобраться в таких резких изменениях финансового счета России за последние три года. Эксперты объясняют их почти исключительно действием фактора экономических санкций, а также снижением доходов России от экспорта углеводородов в результате ухудшения конъюнктуры на мировом рынке нефти. Экономические санкции затруднили экспорт капитала теми российскими компаниями, которые попали в «черные списки» Запада. Иностранные инвесторы бегут из России, опасаясь, с одной стороны, дальнейшего ухудшения экономического положения страны; с другой стороны, наказания со стороны своих властей за «сотрудничество» с Россией. Падение доходов от экспорта углеводородов резко сузило валютно-финансовую базу России для экспорта капитала. И т.д. Полностью согласен с этими объяснениями. Но они не полностью объясняют всю картину. Для полноты понимания следует учесть такой фактор, как борьба с офшорами. Опуская многие детали, сформулирую очевидный для специалистов тезис: подавляющая часть экспорта и импорта капитала России представляет собой финансовые потоки между Российской Федерацией и офшорными юрисдикциями. Большая часть иностранных инвестиций, приходящих в Россию, на самом деле российского происхождения, за ними скрываются российские резиденты, уходящие от российских налогов, а также защищающие себя от рейдерских захватов или санкций со стороны российского государства. Тенденции международного движения капитала России, с моей точки зрения, в гораздо большей степени зависят не от экономических санкций против России или цен на черное золото, а от того, какие ветры дуют в мировом царстве офшоров. Я уже не раз писал о том, что после финансового кризиса 2007−2009 гг. в мире под эгидой США и ОЭСР (Организа́ция экономи́ческого сотру́дничества и разви́тия — авт.) начался «крестовый поход» против разного рода «налоговых гаваней» и «юридических убежищ». Началась «зачистка» офшорных юрисдикций, которыми традиционно пользовались как российские экспортеры капитала (отправляя туда свои инвестиции), так и иностранные компании, которые под видом «нерезидентов» приходили в Россию со своими капиталами. Это и «цивилизованные» (так называемые «белые») офшорные юрисдикции типа Швейцарии, Лихтенштейна или Люксембурга, и подозрительные (так называемые «серые») офшоры типа Панамы, Британских Виргинских островов, Бермудских островов, Каймановых островов и прочих экзотических территорий. США еще в 2010 году приняли закон под названием FATCA (Foreign Account Tax Compliance Act). Это закон о налогообложении иностранных счетов, главная цель которого препятствовать уклонению от уплаты налогов американских граждан, работающих и проживающих на территории других государств. Закон экстерриториальный, требующий, чтобы банки и финансовые организации всех стран мира докладывали в Налоговую службу США о своих клиентах на предмет того, насколько они (клиенты) выполняют свои обязательства перед казной США. Опуская многие интересные детали, отмечу, что российские банки сегодня уже начали отчитываться перед Америкой о своих клиентах. Причем, замечу, Америка России взаимностью не отвечает, т.е. не докладывает нам о клиентах, которые могут уклоняться от выполнения своих обязательств перед российской казной. «Сотрудничество» между РФ и США в рамках FATCA — модель отношений между колонией и метрополией. Второй, значимый для России элемент международной системы борьбы с офшорами, — CRS (Common Reporting Standard) — глобальный стандарт для автоматического обмена налоговой информацией. CRS — проект G20 и ОЭСР. В феврале 2014 года G20 одобрила его, а в октябре того же года 51 юрисдикция подписала соглашение об автоматическом обмене информацией. На сегодняшний день соглашение уже охватывает более сотни юрисдикций. Что примечательно, его подписали даже те юрисдикции, которые всегда относились к разряду классических офшоров. Например, Британские Виргинские острова, Белиз, Бермудские острова, острова Джерси и Гернси, Кипр, Швейцария, Нидерланды, Панама, Бахрейн, Ливан. Россия также присоединилась к соглашению, обмен информацией налогового характера начнется с 1 января 2018 года. Чуть ли не каждый месяц к соглашению CRS присоединяется новая юрисдикция. Россия также заявила о борьбе с офшорами. Не только через присоединение к системе CRS. Она также приняла Федеральный закон «О внесении изменений в Налоговый кодекс РФ в части налогообложении прибыли контролируемых иностранных компаний» от 24.11.2014 № 376-ФЗ. Он вступил в силу с 1 января 2015 года. В народе данный акт называют законом о борьбе с офшорами или законом о КИК (контролируемых иностранных компаниях). Основная цель закона, как заявили его инициаторы, не в том, чтобы ликвидировать офшорные компании, вернув их домой, а в том, чтобы заставить наших крупных налогоплательщиков выполнять свои обязательства перед российской казной. Многие российские владельцы и бенефициары офшорных компаний, трастов и банковских счетов не на шутку заволновались. Они оказались как бы «между молотом и наковальней». Общей линии поведения у наших офшорных граждан не просматривается. Одним из наиболее экзотических способов защиты от начавшегося «крестового похода» против офшоров рассматривается уход из офшоров в мир частных цифровых валют, в частности, биткоина. По мнению сторонников ЧЦВ, никакие власти в этот мир проникнуть не смогут. По моему мнению, это наивно, свои аргументы я изложил в недавней статье «Нужны ли офшоры, если есть биткоин?»

Другая возможная реакция — уйти из тех офшоров, которые находятся под ударом (среди таковых оказались в 2013—2016 гг. Кипр, Британские Виргинские острова, Панама и некоторые другие) в более «надежные». Да, на сегодняшний день еще около сотни государств и юрисдикций не присоединились к системе CRS и представляют пока альтернативу разным панамам. Но это пока. ОЭСР настроена решительно, заявляя, что против аутсайдеров системы CRS надо будет применять санкции. Мир офшорных юрисдикций будет сжиматься как шагреневая кожа.

Многие пользователи офшоров (как российские, так и зарубежные) понимают, куда ветер дует. А он дует в сторону США. Вашингтон возглавляет «крестовый поход» против офшоров ради того, чтобы в мире остался один гигантский офшор под названием USA. Вот лишь одна «мелочь»: Вашингтон инициировал создание системы CRS, но к ней не присоединился. То есть получается улица с односторонним движением: Вашингтон через механизмы FATCA получает информацию о своих налоговых резидентах, при этом тех, кто находится под «зонтиком» USA, он выдавать не собирается. В Америке куча трастов и внутренних «налоговых убежищ» (типа Делавэра). Прямо-таки идеальное налоговое и юридическое убежище. Но очень напоминающее мышеловку. Ведь в любой момент Вашингтон во имя «высших интересов» может потребовать от клиентов офшора USA необходимые справки и подтверждения «чистоты» денег и активов. Со всеми отсюда вытекающими для бенефициаров последствиями.

Но есть еще одна альтернатива — вернуться на родину. Консультанты, работающие с российскими клиентами (потенциальными или уже реальными собственниками и бенефициарами офшоров), говорят, что число их клиентов возросло в десятки раз за последние два года. Напомню, что в первой половине прошлого года в России проводилась налоговая амнистия. Буквально в последний месяц амнистии число налоговых «возвращенцев» возросло на порядок.

Еще раз подчеркну: российский закон от 24.11.2014 № 376-ФЗ является в высшей степени либеральным актом. Он не требует ликвидации офшорных компаний и закрытия офшорных счетов. От владельца (бенефициара) требуется лишь информирование налоговой службы РФ о своих активах и доходах, определение своего налогового статуса (налоговый резидент или нерезидент) и уплата необходимых налогов. Указанный закон скорее является имитацией борьбы с офшорами. Лишающим душевного спокойствия фактором для нашей офшорной аристократии являются антиофшорные акции США, ОЭСР и тех стран, которые присоединились к системе CRS.

ЧИТАЙТЕ ТАКЖЕ

**[](http://svpressa.ru/society/article/170985/?aft=1)Закапывая Ленина, вспомните о Мао**

Почему «русская Голгофа» отказалась от провокационной дискуссии вокруг перезахоронения Владимира Ульянова

После долгих и мучительных раздумий многие представители российской офшорной аристократии решили обменять Панаму на Россию и избежали искушения довериться офшору USA (хотя есть примеры ухода под американский «зонтик»). Отчасти об этом свидетельствует и статистика платежного баланса РФ за 2016 год. Однако в картине международного движения капитала, представляемой Банком России, есть свои «но».

Основное из них заключается в том, что платежный баланс отражает лишь легальные операции. Да и те, зачастую с большими искажениями (например, в результате занижения или завышения контрактных цен). Но надо иметь в виду, что значительная часть капитала переходит границу в результате нелегальных, проще говоря, контрабандных операций. И это несмотря на то, что в середине нулевых годов в России была проведена полная валютная либерализация. Судя по некоторым признакам, масштабы нелегальных, не отражаемых в платежном балансе РФ капитальных операций в последние два года возросли.

Только что Банк России опубликовал статистику платежного баланса за полный 2016 год. Есть смысл поразмышлять, что в последние годы происходит в сфере внешнеэкономических отношений Российской Федерации. Под последними годами я имею в виду период 2014—2016 гг., когда России пришлось жить в новых условиях, обусловленных экономическими санкциями Запада. Вот как выглядит сальдо текущих операций платежного баланса страны (млрд долл.): 2014 г. — 57,51; 2015 г. — 68,94; 2016 г. — 25,01. А ведь были у России более «тучные» годы. Например, в 2011 году сальдо текущих операций приближалось к 100 млрд долл. (97,27 млрд долл.). Ситуация пока не критическая, но если продолжить тренд трех годов, то в 2017 году сальдо текущих операций может уйти в минус. Самое очевидное и видимое последствие такого тренда — падение валютного курса национальной денежной единицы — рубля. Основная часть текущих операций — внешняя торговля товарами. Именно она в силу устойчивого и значительного превышения экспорта над импортом в первую очередь обеспечивала (и пока еще продолжает обеспечивать) формирование положительного сальдо текущих операций. Вот как выглядит сальдо товарной торговли РФ (млрд. долл.): 2014 г. — 181,93; 2015 г. — 148,51; 90,01. Как видим, за три года положительное сальдо торговли уменьшилось вдвое. С одной стороны, это следствие экономических санкций Запада, с другой стороны, — результат падения мировых цен на углеводороды, являющихся основной статьей российского экспорта. Значительную часть чистого валютного результата от внешней торговли Россия тратила (и продолжает тратить) на покрытие дефицитов таких текущих операций, как торговля услугами и доходы от инвестиций. Вот, например, как выглядит сальдо по доходам от инвестиций (млрд. долл.): 2014 г. — минус 58,02; 2015 г. — минус 31,84; 2016 г. — минус 32,56. В среднем за последние годы примерно треть всего чистого валютного дохода от внешней торговли России уходила за пределы страны в виде доходов иностранных инвесторов. Думаю, читателю понятно, что это, мягко выражаясь, ненормальное положение (особенно если принять во внимание, что за солидной вывеской «иностранные инвесторы» зачастую скрываются банальные спекулянты разных мастей и разных стран, в том числе российские). Теперь остановлюсь на втором разделе платежного баланса, который называется «Финансовый счет» и в котором отражаются трансграничные операции с капиталом (экспорт и импорт капитала). Я уже писал не раз о том, что Российская Федерация на мировом рынке капитала на протяжении всех лет выступала чистым экспортером. Причем превышения экспорта над импортом капитала измерялись десятками миллиардов долларов. Россию можно назвать своего рода «донором» или «дойной коровой» на мировом рынке капитала. И не только потому, что сальдо международного движения капитала у нее положительное и очень большое. А также потому, что баланс доходов по капитальным операциям (выплачиваемые дивиденды и проценты) всегда складывается в пользу нерезидентов. Я уже выше привел цифры, которые показывают, что отрицательное сальдо баланса инвестиционных доходов за 2014−2016 гг. составило в общей сложности более 122 млрд долл. А в предыдущий трехлетний период (2011−2013 гг.) оно было почти 175 млрд долл. (со знаком минус). За шесть лет (2011−2016 гг.) чистым результатом «сотрудничества» России с Западом на ниве международного инвестиционного обмена стала потеря ею почти 300 млрд. долларов! В среднем на год это примерно эквивалентно 30% российского государственного бюджета. Такова цена политики нашей власти по «привлечению иностранных инвестиций». Как видно из приведенной ниже таблицы, в последние три года в картинке трансграничного движения капитала России обнаружились новые тенденции. 2014 год характеризовался рекордным положительным сальдо международного движения капитала. Примечательно, что оно было достигнуто не только за счет больших масштабов экспорта капитала, но и тем, что иностранные инвесторы стали уходить из нашей страны. Об этом свидетельствует знак минус по показателю импорта капитала. За три года чистый отток иностранного капитала из России составил 125,2 млрд долл. Бывали чистые оттоки иностранного капитала из России и ранее. Но с учетом масштабов, зафиксированных Банком России в 2014—2016 гг., это можно назвать самым настоящим бегством иностранных инвесторов из России. В 2016 году масштабы этого бегства были уже достаточно скромными. Можно предположить, что те инвесторы, которые хотели убежать, сделали это в предыдущие два года. А вот чистый экспорт капитала из России в 2015—2016 гг. обрушился. В 2015 году вообще имела место беспрецедентная ситуация: чистый экспорт капитала приобрел отрицательное значение. Что это значит? Чистое сокращение зарубежных активов российских экспортеров капитала. Проще говоря, возвращение российских инвесторов из-за границы. Обращаю внимание, что экспорт капитала из России имел место и в 2015 году. Речь идет о том, что возвращение ранее экспортированного капитала превысило новый экспорт. Такое случилось впервые за четверть века существования РФ. В итоге за три года (2014−2016 гг.) сальдо международного движения капитала России упало на порядок и стало неприлично маленьким. Такое сальдо уже не позволяет России претендовать на роль «донора» капитала на мировом рынке. Если так дело и дальше пойдет, то у России вообще может возникнуть отрицательное сальдо финансового счета платежного баланса. Попытаемся разобраться в таких резких изменениях финансового счета России за последние три года. Эксперты объясняют их почти исключительно действием фактора экономических санкций, а также снижением доходов России от экспорта углеводородов в результате ухудшения конъюнктуры на мировом рынке нефти. Экономические санкции затруднили экспорт капитала теми российскими компаниями, которые попали в «черные списки» Запада. Иностранные инвесторы бегут из России, опасаясь, с одной стороны, дальнейшего ухудшения экономического положения страны; с другой стороны, наказания со стороны своих властей за «сотрудничество» с Россией. Падение доходов от экспорта углеводородов резко сузило валютно-финансовую базу России для экспорта капитала. И т.д. Полностью согласен с этими объяснениями. Но они не полностью объясняют всю картину. Для полноты понимания следует учесть такой фактор, как борьба с офшорами. Опуская многие детали, сформулирую очевидный для специалистов тезис: подавляющая часть экспорта и импорта капитала России представляет собой финансовые потоки между Российской Федерацией и офшорными юрисдикциями. Большая часть иностранных инвестиций, приходящих в Россию, на самом деле российского происхождения, за ними скрываются российские резиденты, уходящие от российских налогов, а также защищающие себя от рейдерских захватов или санкций со стороны российского государства. Тенденции международного движения капитала России, с моей точки зрения, в гораздо большей степени зависят не от экономических санкций против России или цен на черное золото, а от того, какие ветры дуют в мировом царстве офшоров. Я уже не раз писал о том, что после финансового кризиса 2007−2009 гг. в мире под эгидой США и ОЭСР (Организа́ция экономи́ческого сотру́дничества и разви́тия — авт.) начался «крестовый поход» против разного рода «налоговых гаваней» и «юридических убежищ». Началась «зачистка» офшорных юрисдикций, которыми традиционно пользовались как российские экспортеры капитала (отправляя туда свои инвестиции), так и иностранные компании, которые под видом «нерезидентов» приходили в Россию со своими капиталами. Это и «цивилизованные» (так называемые «белые») офшорные юрисдикции типа Швейцарии, Лихтенштейна или Люксембурга, и подозрительные (так называемые «серые») офшоры типа Панамы, Британских Виргинских островов, Бермудских островов, Каймановых островов и прочих экзотических территорий. США еще в 2010 году приняли закон под названием FATCA (Foreign Account Tax Compliance Act). Это закон о налогообложении иностранных счетов, главная цель которого препятствовать уклонению от уплаты налогов американских граждан, работающих и проживающих на территории других государств. Закон экстерриториальный, требующий, чтобы банки и финансовые организации всех стран мира докладывали в Налоговую службу США о своих клиентах на предмет того, насколько они (клиенты) выполняют свои обязательства перед казной США. Опуская многие интересные детали, отмечу, что российские банки сегодня уже начали отчитываться перед Америкой о своих клиентах. Причем, замечу, Америка России взаимностью не отвечает, т.е. не докладывает нам о клиентах, которые могут уклоняться от выполнения своих обязательств перед российской казной. «Сотрудничество» между РФ и США в рамках FATCA — модель отношений между колонией и метрополией. Второй, значимый для России элемент международной системы борьбы с офшорами, — CRS (Common Reporting Standard) — глобальный стандарт для автоматического обмена налоговой информацией. CRS — проект G20 и ОЭСР. В феврале 2014 года G20 одобрила его, а в октябре того же года 51 юрисдикция подписала соглашение об автоматическом обмене информацией. На сегодняшний день соглашение уже охватывает более сотни юрисдикций. Что примечательно, его подписали даже те юрисдикции, которые всегда относились к разряду классических офшоров. Например, Британские Виргинские острова, Белиз, Бермудские острова, острова Джерси и Гернси, Кипр, Швейцария, Нидерланды, Панама, Бахрейн, Ливан. Россия также присоединилась к соглашению, обмен информацией налогового характера начнется с 1 января 2018 года. Чуть ли не каждый месяц к соглашению CRS присоединяется новая юрисдикция. Россия также заявила о борьбе с офшорами. Не только через присоединение к системе CRS. Она также приняла Федеральный закон «О внесении изменений в Налоговый кодекс РФ в части налогообложении прибыли контролируемых иностранных компаний» от 24.11.2014 № 376-ФЗ. Он вступил в силу с 1 января 2015 года. В народе данный акт называют законом о борьбе с офшорами или законом о КИК (контролируемых иностранных компаниях). Основная цель закона, как заявили его инициаторы, не в том, чтобы ликвидировать офшорные компании, вернув их домой, а в том, чтобы заставить наших крупных налогоплательщиков выполнять свои обязательства перед российской казной. Многие российские владельцы и бенефициары офшорных компаний, трастов и банковских счетов не на шутку заволновались. Они оказались как бы «между молотом и наковальней». Общей линии поведения у наших офшорных граждан не просматривается. Одним из наиболее экзотических способов защиты от начавшегося «крестового похода» против офшоров рассматривается уход из офшоров в мир частных цифровых валют, в частности, биткоина. По мнению сторонников ЧЦВ, никакие власти в этот мир проникнуть не смогут. По моему мнению, это наивно, свои аргументы я изложил в недавней статье «Нужны ли офшоры, если есть биткоин?»

Другая возможная реакция — уйти из тех офшоров, которые находятся под ударом (среди таковых оказались в 2013—2016 гг. Кипр, Британские Виргинские острова, Панама и некоторые другие) в более «надежные». Да, на сегодняшний день еще около сотни государств и юрисдикций не присоединились к системе CRS и представляют пока альтернативу разным панамам. Но это пока. ОЭСР настроена решительно, заявляя, что против аутсайдеров системы CRS надо будет применять санкции. Мир офшорных юрисдикций будет сжиматься как шагреневая кожа.

Многие пользователи офшоров (как российские, так и зарубежные) понимают, куда ветер дует. А он дует в сторону США. Вашингтон возглавляет «крестовый поход» против офшоров ради того, чтобы в мире остался один гигантский офшор под названием USA. Вот лишь одна «мелочь»: Вашингтон инициировал создание системы CRS, но к ней не присоединился. То есть получается улица с односторонним движением: Вашингтон через механизмы FATCA получает информацию о своих налоговых резидентах, при этом тех, кто находится под «зонтиком» USA, он выдавать не собирается. В Америке куча трастов и внутренних «налоговых убежищ» (типа Делавэра). Прямо-таки идеальное налоговое и юридическое убежище. Но очень напоминающее мышеловку. Ведь в любой момент Вашингтон во имя «высших интересов» может потребовать от клиентов офшора USA необходимые справки и подтверждения «чистоты» денег и активов. Со всеми отсюда вытекающими для бенефициаров последствиями.

Но есть еще одна альтернатива — вернуться на родину. Консультанты, работающие с российскими клиентами (потенциальными или уже реальными собственниками и бенефициарами офшоров), говорят, что число их клиентов возросло в десятки раз за последние два года. Напомню, что в первой половине прошлого года в России проводилась налоговая амнистия. Буквально в последний месяц амнистии число налоговых «возвращенцев» возросло на порядок.

Еще раз подчеркну: российский закон от 24.11.2014 № 376-ФЗ является в высшей степени либеральным актом. Он не требует ликвидации офшорных компаний и закрытия офшорных счетов. От владельца (бенефициара) требуется лишь информирование налоговой службы РФ о своих активах и доходах, определение своего налогового статуса (налоговый резидент или нерезидент) и уплата необходимых налогов. Указанный закон скорее является имитацией борьбы с офшорами. Лишающим душевного спокойствия фактором для нашей офшорной аристократии являются антиофшорные акции США, ОЭСР и тех стран, которые присоединились к системе CRS.

ЧИТАЙТЕ ТАКЖЕ

**[](http://svpressa.ru/society/article/170985/?aft=1)Закапывая Ленина, вспомните о Мао**

Почему «русская Голгофа» отказалась от провокационной дискуссии вокруг перезахоронения Владимира Ульянова

После долгих и мучительных раздумий многие представители российской офшорной аристократии решили обменять Панаму на Россию и избежали искушения довериться офшору USA (хотя есть примеры ухода под американский «зонтик»). Отчасти об этом свидетельствует и статистика платежного баланса РФ за 2016 год. Однако в картине международного движения капитала, представляемой Банком России, есть свои «но».

Основное из них заключается в том, что платежный баланс отражает лишь легальные операции. Да и те, зачастую с большими искажениями (например, в результате занижения или завышения контрактных цен). Но надо иметь в виду, что значительная часть капитала переходит границу в результате нелегальных, проще говоря, контрабандных операций. И это несмотря на то, что в середине нулевых годов в России была проведена полная валютная либерализация. Судя по некоторым признакам, масштабы нелегальных, не отражаемых в платежном балансе РФ капитальных операций в последние два года возросли.

Только что Банк России опубликовал статистику платежного баланса за полный 2016 год. Есть смысл поразмышлять, что в последние годы происходит в сфере внешнеэкономических отношений Российской Федерации. Под последними годами я имею в виду период 2014—2016 гг., когда России пришлось жить в новых условиях, обусловленных экономическими санкциями Запада. Вот как выглядит сальдо текущих операций платежного баланса страны (млрд долл.): 2014 г. — 57,51; 2015 г. — 68,94; 2016 г. — 25,01. А ведь были у России более «тучные» годы. Например, в 2011 году сальдо текущих операций приближалось к 100 млрд долл. (97,27 млрд долл.). Ситуация пока не критическая, но если продолжить тренд трех годов, то в 2017 году сальдо текущих операций может уйти в минус. Самое очевидное и видимое последствие такого тренда — падение валютного курса национальной денежной единицы — рубля. Основная часть текущих операций — внешняя торговля товарами. Именно она в силу устойчивого и значительного превышения экспорта над импортом в первую очередь обеспечивала (и пока еще продолжает обеспечивать) формирование положительного сальдо текущих операций. Вот как выглядит сальдо товарной торговли РФ (млрд. долл.): 2014 г. — 181,93; 2015 г. — 148,51; 90,01. Как видим, за три года положительное сальдо торговли уменьшилось вдвое. С одной стороны, это следствие экономических санкций Запада, с другой стороны, — результат падения мировых цен на углеводороды, являющихся основной статьей российского экспорта. Значительную часть чистого валютного результата от внешней торговли Россия тратила (и продолжает тратить) на покрытие дефицитов таких текущих операций, как торговля услугами и доходы от инвестиций. Вот, например, как выглядит сальдо по доходам от инвестиций (млрд. долл.): 2014 г. — минус 58,02; 2015 г. — минус 31,84; 2016 г. — минус 32,56. В среднем за последние годы примерно треть всего чистого валютного дохода от внешней торговли России уходила за пределы страны в виде доходов иностранных инвесторов. Думаю, читателю понятно, что это, мягко выражаясь, ненормальное положение (особенно если принять во внимание, что за солидной вывеской «иностранные инвесторы» зачастую скрываются банальные спекулянты разных мастей и разных стран, в том числе российские). Теперь остановлюсь на втором разделе платежного баланса, который называется «Финансовый счет» и в котором отражаются трансграничные операции с капиталом (экспорт и импорт капитала). Я уже писал не раз о том, что Российская Федерация на мировом рынке капитала на протяжении всех лет выступала чистым экспортером. Причем превышения экспорта над импортом капитала измерялись десятками миллиардов долларов. Россию можно назвать своего рода «донором» или «дойной коровой» на мировом рынке капитала. И не только потому, что сальдо международного движения капитала у нее положительное и очень большое. А также потому, что баланс доходов по капитальным операциям (выплачиваемые дивиденды и проценты) всегда складывается в пользу нерезидентов. Я уже выше привел цифры, которые показывают, что отрицательное сальдо баланса инвестиционных доходов за 2014−2016 гг. составило в общей сложности более 122 млрд долл. А в предыдущий трехлетний период (2011−2013 гг.) оно было почти 175 млрд долл. (со знаком минус). За шесть лет (2011−2016 гг.) чистым результатом «сотрудничества» России с Западом на ниве международного инвестиционного обмена стала потеря ею почти 300 млрд. долларов! В среднем на год это примерно эквивалентно 30% российского государственного бюджета. Такова цена политики нашей власти по «привлечению иностранных инвестиций». Как видно из приведенной ниже таблицы, в последние три года в картинке трансграничного движения капитала России обнаружились новые тенденции. 2014 год характеризовался рекордным положительным сальдо международного движения капитала. Примечательно, что оно было достигнуто не только за счет больших масштабов экспорта капитала, но и тем, что иностранные инвесторы стали уходить из нашей страны. Об этом свидетельствует знак минус по показателю импорта капитала. За три года чистый отток иностранного капитала из России составил 125,2 млрд долл. Бывали чистые оттоки иностранного капитала из России и ранее. Но с учетом масштабов, зафиксированных Банком России в 2014—2016 гг., это можно назвать самым настоящим бегством иностранных инвесторов из России. В 2016 году масштабы этого бегства были уже достаточно скромными. Можно предположить, что те инвесторы, которые хотели убежать, сделали это в предыдущие два года. А вот чистый экспорт капитала из России в 2015—2016 гг. обрушился. В 2015 году вообще имела место беспрецедентная ситуация: чистый экспорт капитала приобрел отрицательное значение. Что это значит? Чистое сокращение зарубежных активов российских экспортеров капитала. Проще говоря, возвращение российских инвесторов из-за границы. Обращаю внимание, что экспорт капитала из России имел место и в 2015 году. Речь идет о том, что возвращение ранее экспортированного капитала превысило новый экспорт. Такое случилось впервые за четверть века существования РФ. В итоге за три года (2014−2016 гг.) сальдо международного движения капитала России упало на порядок и стало неприлично маленьким. Такое сальдо уже не позволяет России претендовать на роль «донора» капитала на мировом рынке. Если так дело и дальше пойдет, то у России вообще может возникнуть отрицательное сальдо финансового счета платежного баланса. Попытаемся разобраться в таких резких изменениях финансового счета России за последние три года. Эксперты объясняют их почти исключительно действием фактора экономических санкций, а также снижением доходов России от экспорта углеводородов в результате ухудшения конъюнктуры на мировом рынке нефти. Экономические санкции затруднили экспорт капитала теми российскими компаниями, которые попали в «черные списки» Запада. Иностранные инвесторы бегут из России, опасаясь, с одной стороны, дальнейшего ухудшения экономического положения страны; с другой стороны, наказания со стороны своих властей за «сотрудничество» с Россией. Падение доходов от экспорта углеводородов резко сузило валютно-финансовую базу России для экспорта капитала. И т.д. Полностью согласен с этими объяснениями. Но они не полностью объясняют всю картину. Для полноты понимания следует учесть такой фактор, как борьба с офшорами. Опуская многие детали, сформулирую очевидный для специалистов тезис: подавляющая часть экспорта и импорта капитала России представляет собой финансовые потоки между Российской Федерацией и офшорными юрисдикциями. Большая часть иностранных инвестиций, приходящих в Россию, на самом деле российского происхождения, за ними скрываются российские резиденты, уходящие от российских налогов, а также защищающие себя от рейдерских захватов или санкций со стороны российского государства. Тенденции международного движения капитала России, с моей точки зрения, в гораздо большей степени зависят не от экономических санкций против России или цен на черное золото, а от того, какие ветры дуют в мировом царстве офшоров. Я уже не раз писал о том, что после финансового кризиса 2007−2009 гг. в мире под эгидой США и ОЭСР (Организа́ция экономи́ческого сотру́дничества и разви́тия — авт.) начался «крестовый поход» против разного рода «налоговых гаваней» и «юридических убежищ». Началась «зачистка» офшорных юрисдикций, которыми традиционно пользовались как российские экспортеры капитала (отправляя туда свои инвестиции), так и иностранные компании, которые под видом «нерезидентов» приходили в Россию со своими капиталами. Это и «цивилизованные» (так называемые «белые») офшорные юрисдикции типа Швейцарии, Лихтенштейна или Люксембурга, и подозрительные (так называемые «серые») офшоры типа Панамы, Британских Виргинских островов, Бермудских островов, Каймановых островов и прочих экзотических территорий. США еще в 2010 году приняли закон под названием FATCA (Foreign Account Tax Compliance Act). Это закон о налогообложении иностранных счетов, главная цель которого препятствовать уклонению от уплаты налогов американских граждан, работающих и проживающих на территории других государств. Закон экстерриториальный, требующий, чтобы банки и финансовые организации всех стран мира докладывали в Налоговую службу США о своих клиентах на предмет того, насколько они (клиенты) выполняют свои обязательства перед казной США. Опуская многие интересные детали, отмечу, что российские банки сегодня уже начали отчитываться перед Америкой о своих клиентах. Причем, замечу, Америка России взаимностью не отвечает, т.е. не докладывает нам о клиентах, которые могут уклоняться от выполнения своих обязательств перед российской казной. «Сотрудничество» между РФ и США в рамках FATCA — модель отношений между колонией и метрополией. Второй, значимый для России элемент международной системы борьбы с офшорами, — CRS (Common Reporting Standard) — глобальный стандарт для автоматического обмена налоговой информацией. CRS — проект G20 и ОЭСР. В феврале 2014 года G20 одобрила его, а в октябре того же года 51 юрисдикция подписала соглашение об автоматическом обмене информацией. На сегодняшний день соглашение уже охватывает более сотни юрисдикций. Что примечательно, его подписали даже те юрисдикции, которые всегда относились к разряду классических офшоров. Например, Британские Виргинские острова, Белиз, Бермудские острова, острова Джерси и Гернси, Кипр, Швейцария, Нидерланды, Панама, Бахрейн, Ливан. Россия также присоединилась к соглашению, обмен информацией налогового характера начнется с 1 января 2018 года. Чуть ли не каждый месяц к соглашению CRS присоединяется новая юрисдикция. Россия также заявила о борьбе с офшорами. Не только через присоединение к системе CRS. Она также приняла Федеральный закон «О внесении изменений в Налоговый кодекс РФ в части налогообложении прибыли контролируемых иностранных компаний» от 24.11.2014 № 376-ФЗ. Он вступил в силу с 1 января 2015 года. В народе данный акт называют законом о борьбе с офшорами или законом о КИК (контролируемых иностранных компаниях). Основная цель закона, как заявили его инициаторы, не в том, чтобы ликвидировать офшорные компании, вернув их домой, а в том, чтобы заставить наших крупных налогоплательщиков выполнять свои обязательства перед российской казной. Многие российские владельцы и бенефициары офшорных компаний, трастов и банковских счетов не на шутку заволновались. Они оказались как бы «между молотом и наковальней». Общей линии поведения у наших офшорных граждан не просматривается. Одним из наиболее экзотических способов защиты от начавшегося «крестового похода» против офшоров рассматривается уход из офшоров в мир частных цифровых валют, в частности, биткоина. По мнению сторонников ЧЦВ, никакие власти в этот мир проникнуть не смогут. По моему мнению, это наивно, свои аргументы я изложил в недавней статье «Нужны ли офшоры, если есть биткоин?»

Другая возможная реакция — уйти из тех офшоров, которые находятся под ударом (среди таковых оказались в 2013—2016 гг. Кипр, Британские Виргинские острова, Панама и некоторые другие) в более «надежные». Да, на сегодняшний день еще около сотни государств и юрисдикций не присоединились к системе CRS и представляют пока альтернативу разным панамам. Но это пока. ОЭСР настроена решительно, заявляя, что против аутсайдеров системы CRS надо будет применять санкции. Мир офшорных юрисдикций будет сжиматься как шагреневая кожа.

Многие пользователи офшоров (как российские, так и зарубежные) понимают, куда ветер дует. А он дует в сторону США. Вашингтон возглавляет «крестовый поход» против офшоров ради того, чтобы в мире остался один гигантский офшор под названием USA. Вот лишь одна «мелочь»: Вашингтон инициировал создание системы CRS, но к ней не присоединился. То есть получается улица с односторонним движением: Вашингтон через механизмы FATCA получает информацию о своих налоговых резидентах, при этом тех, кто находится под «зонтиком» USA, он выдавать не собирается. В Америке куча трастов и внутренних «налоговых убежищ» (типа Делавэра). Прямо-таки идеальное налоговое и юридическое убежище. Но очень напоминающее мышеловку. Ведь в любой момент Вашингтон во имя «высших интересов» может потребовать от клиентов офшора USA необходимые справки и подтверждения «чистоты» денег и активов. Со всеми отсюда вытекающими для бенефициаров последствиями.

Но есть еще одна альтернатива — вернуться на родину. Консультанты, работающие с российскими клиентами (потенциальными или уже реальными собственниками и бенефициарами офшоров), говорят, что число их клиентов возросло в десятки раз за последние два года. Напомню, что в первой половине прошлого года в России проводилась налоговая амнистия. Буквально в последний месяц амнистии число налоговых «возвращенцев» возросло на порядок.

Еще раз подчеркну: российский закон от 24.11.2014 № 376-ФЗ является в высшей степени либеральным актом. Он не требует ликвидации офшорных компаний и закрытия офшорных счетов. От владельца (бенефициара) требуется лишь информирование налоговой службы РФ о своих активах и доходах, определение своего налогового статуса (налоговый резидент или нерезидент) и уплата необходимых налогов. Указанный закон скорее является имитацией борьбы с офшорами. Лишающим душевного спокойствия фактором для нашей офшорной аристократии являются антиофшорные акции США, ОЭСР и тех стран, которые присоединились к системе CRS.

ЧИТАЙТЕ ТАКЖЕ

**[](http://svpressa.ru/society/article/170985/?aft=1)Закапывая Ленина, вспомните о Мао**

Почему «русская Голгофа» отказалась от провокационной дискуссии вокруг перезахоронения Владимира Ульянова

После долгих и мучительных раздумий многие представители российской офшорной аристократии решили обменять Панаму на Россию и избежали искушения довериться офшору USA (хотя есть примеры ухода под американский «зонтик»). Отчасти об этом свидетельствует и статистика платежного баланса РФ за 2016 год. Однако в картине международного движения капитала, представляемой Банком России, есть свои «но».

Основное из них заключается в том, что платежный баланс отражает лишь легальные операции. Да и те, зачастую с большими искажениями (например, в результате занижения или завышения контрактных цен). Но надо иметь в виду, что значительная часть капитала переходит границу в результате нелегальных, проще говоря, контрабандных операций. И это несмотря на то, что в середине нулевых годов в России была проведена полная валютная либерализация. Судя по некоторым признакам, масштабы нелегальных, не отражаемых в платежном балансе РФ капитальных операций в последние два года возросли.

Только что Банк России опубликовал статистику платежного баланса за полный 2016 год. Есть смысл поразмышлять, что в последние годы происходит в сфере внешнеэкономических отношений Российской Федерации. Под последними годами я имею в виду период 2014—2016 гг., когда России пришлось жить в новых условиях, обусловленных экономическими санкциями Запада. Вот как выглядит сальдо текущих операций платежного баланса страны (млрд долл.): 2014 г. — 57,51; 2015 г. — 68,94; 2016 г. — 25,01. А ведь были у России более «тучные» годы. Например, в 2011 году сальдо текущих операций приближалось к 100 млрд долл. (97,27 млрд долл.). Ситуация пока не критическая, но если продолжить тренд трех годов, то в 2017 году сальдо текущих операций может уйти в минус. Самое очевидное и видимое последствие такого тренда — падение валютного курса национальной денежной единицы — рубля. Основная часть текущих операций — внешняя торговля товарами. Именно она в силу устойчивого и значительного превышения экспорта над импортом в первую очередь обеспечивала (и пока еще продолжает обеспечивать) формирование положительного сальдо текущих операций. Вот как выглядит сальдо товарной торговли РФ (млрд. долл.): 2014 г. — 181,93; 2015 г. — 148,51; 90,01. Как видим, за три года положительное сальдо торговли уменьшилось вдвое. С одной стороны, это следствие экономических санкций Запада, с другой стороны, — результат падения мировых цен на углеводороды, являющихся основной статьей российского экспорта. Значительную часть чистого валютного результата от внешней торговли Россия тратила (и продолжает тратить) на покрытие дефицитов таких текущих операций, как торговля услугами и доходы от инвестиций. Вот, например, как выглядит сальдо по доходам от инвестиций (млрд. долл.): 2014 г. — минус 58,02; 2015 г. — минус 31,84; 2016 г. — минус 32,56. В среднем за последние годы примерно треть всего чистого валютного дохода от внешней торговли России уходила за пределы страны в виде доходов иностранных инвесторов. Думаю, читателю понятно, что это, мягко выражаясь, ненормальное положение (особенно если принять во внимание, что за солидной вывеской «иностранные инвесторы» зачастую скрываются банальные спекулянты разных мастей и разных стран, в том числе российские). Теперь остановлюсь на втором разделе платежного баланса, который называется «Финансовый счет» и в котором отражаются трансграничные операции с капиталом (экспорт и импорт капитала). Я уже писал не раз о том, что Российская Федерация на мировом рынке капитала на протяжении всех лет выступала чистым экспортером. Причем превышения экспорта над импортом капитала измерялись десятками миллиардов долларов. Россию можно назвать своего рода «донором» или «дойной коровой» на мировом рынке капитала. И не только потому, что сальдо международного движения капитала у нее положительное и очень большое. А также потому, что баланс доходов по капитальным операциям (выплачиваемые дивиденды и проценты) всегда складывается в пользу нерезидентов. Я уже выше привел цифры, которые показывают, что отрицательное сальдо баланса инвестиционных доходов за 2014−2016 гг. составило в общей сложности более 122 млрд долл. А в предыдущий трехлетний период (2011−2013 гг.) оно было почти 175 млрд долл. (со знаком минус). За шесть лет (2011−2016 гг.) чистым результатом «сотрудничества» России с Западом на ниве международного инвестиционного обмена стала потеря ею почти 300 млрд. долларов! В среднем на год это примерно эквивалентно 30% российского государственного бюджета. Такова цена политики нашей власти по «привлечению иностранных инвестиций». Как видно из приведенной ниже таблицы, в последние три года в картинке трансграничного движения капитала России обнаружились новые тенденции. 2014 год характеризовался рекордным положительным сальдо международного движения капитала. Примечательно, что оно было достигнуто не только за счет больших масштабов экспорта капитала, но и тем, что иностранные инвесторы стали уходить из нашей страны. Об этом свидетельствует знак минус по показателю импорта капитала. За три года чистый отток иностранного капитала из России составил 125,2 млрд долл. Бывали чистые оттоки иностранного капитала из России и ранее. Но с учетом масштабов, зафиксированных Банком России в 2014—2016 гг., это можно назвать самым настоящим бегством иностранных инвесторов из России. В 2016 году масштабы этого бегства были уже достаточно скромными. Можно предположить, что те инвесторы, которые хотели убежать, сделали это в предыдущие два года. А вот чистый экспорт капитала из России в 2015—2016 гг. обрушился. В 2015 году вообще имела место беспрецедентная ситуация: чистый экспорт капитала приобрел отрицательное значение. Что это значит? Чистое сокращение зарубежных активов российских экспортеров капитала. Проще говоря, возвращение российских инвесторов из-за границы. Обращаю внимание, что экспорт капитала из России имел место и в 2015 году. Речь идет о том, что возвращение ранее экспортированного капитала превысило новый экспорт. Такое случилось впервые за четверть века существования РФ. В итоге за три года (2014−2016 гг.) сальдо международного движения капитала России упало на порядок и стало неприлично маленьким. Такое сальдо уже не позволяет России претендовать на роль «донора» капитала на мировом рынке. Если так дело и дальше пойдет, то у России вообще может возникнуть отрицательное сальдо финансового счета платежного баланса. Попытаемся разобраться в таких резких изменениях финансового счета России за последние три года. Эксперты объясняют их почти исключительно действием фактора экономических санкций, а также снижением доходов России от экспорта углеводородов в результате ухудшения конъюнктуры на мировом рынке нефти. Экономические санкции затруднили экспорт капитала теми российскими компаниями, которые попали в «черные списки» Запада. Иностранные инвесторы бегут из России, опасаясь, с одной стороны, дальнейшего ухудшения экономического положения страны; с другой стороны, наказания со стороны своих властей за «сотрудничество» с Россией. Падение доходов от экспорта углеводородов резко сузило валютно-финансовую базу России для экспорта капитала. И т.д. Полностью согласен с этими объяснениями. Но они не полностью объясняют всю картину. Для полноты понимания следует учесть такой фактор, как борьба с офшорами. Опуская многие детали, сформулирую очевидный для специалистов тезис: подавляющая часть экспорта и импорта капитала России представляет собой финансовые потоки между Российской Федерацией и офшорными юрисдикциями. Большая часть иностранных инвестиций, приходящих в Россию, на самом деле российского происхождения, за ними скрываются российские резиденты, уходящие от российских налогов, а также защищающие себя от рейдерских захватов или санкций со стороны российского государства. Тенденции международного движения капитала России, с моей точки зрения, в гораздо большей степени зависят не от экономических санкций против России или цен на черное золото, а от того, какие ветры дуют в мировом царстве офшоров. Я уже не раз писал о том, что после финансового кризиса 2007−2009 гг. в мире под эгидой США и ОЭСР (Организа́ция экономи́ческого сотру́дничества и разви́тия — авт.) начался «крестовый поход» против разного рода «налоговых гаваней» и «юридических убежищ». Началась «зачистка» офшорных юрисдикций, которыми традиционно пользовались как российские экспортеры капитала (отправляя туда свои инвестиции), так и иностранные компании, которые под видом «нерезидентов» приходили в Россию со своими капиталами. Это и «цивилизованные» (так называемые «белые») офшорные юрисдикции типа Швейцарии, Лихтенштейна или Люксембурга, и подозрительные (так называемые «серые») офшоры типа Панамы, Британских Виргинских островов, Бермудских островов, Каймановых островов и прочих экзотических территорий. США еще в 2010 году приняли закон под названием FATCA (Foreign Account Tax Compliance Act). Это закон о налогообложении иностранных счетов, главная цель которого препятствовать уклонению от уплаты налогов американских граждан, работающих и проживающих на территории других государств. Закон экстерриториальный, требующий, чтобы банки и финансовые организации всех стран мира докладывали в Налоговую службу США о своих клиентах на предмет того, насколько они (клиенты) выполняют свои обязательства перед казной США. Опуская многие интересные детали, отмечу, что российские банки сегодня уже начали отчитываться перед Америкой о своих клиентах. Причем, замечу, Америка России взаимностью не отвечает, т.е. не докладывает нам о клиентах, которые могут уклоняться от выполнения своих обязательств перед российской казной. «Сотрудничество» между РФ и США в рамках FATCA — модель отношений между колонией и метрополией. Второй, значимый для России элемент международной системы борьбы с офшорами, — CRS (Common Reporting Standard) — глобальный стандарт для автоматического обмена налоговой информацией. CRS — проект G20 и ОЭСР. В феврале 2014 года G20 одобрила его, а в октябре того же года 51 юрисдикция подписала соглашение об автоматическом обмене информацией. На сегодняшний день соглашение уже охватывает более сотни юрисдикций. Что примечательно, его подписали даже те юрисдикции, которые всегда относились к разряду классических офшоров. Например, Британские Виргинские острова, Белиз, Бермудские острова, острова Джерси и Гернси, Кипр, Швейцария, Нидерланды, Панама, Бахрейн, Ливан. Россия также присоединилась к соглашению, обмен информацией налогового характера начнется с 1 января 2018 года. Чуть ли не каждый месяц к соглашению CRS присоединяется новая юрисдикция. Россия также заявила о борьбе с офшорами. Не только через присоединение к системе CRS. Она также приняла Федеральный закон «О внесении изменений в Налоговый кодекс РФ в части налогообложении прибыли контролируемых иностранных компаний» от 24.11.2014 № 376-ФЗ. Он вступил в силу с 1 января 2015 года. В народе данный акт называют законом о борьбе с офшорами или законом о КИК (контролируемых иностранных компаниях). Основная цель закона, как заявили его инициаторы, не в том, чтобы ликвидировать офшорные компании, вернув их домой, а в том, чтобы заставить наших крупных налогоплательщиков выполнять свои обязательства перед российской казной. Многие российские владельцы и бенефициары офшорных компаний, трастов и банковских счетов не на шутку заволновались. Они оказались как бы «между молотом и наковальней». Общей линии поведения у наших офшорных граждан не просматривается. Одним из наиболее экзотических способов защиты от начавшегося «крестового похода» против офшоров рассматривается уход из офшоров в мир частных цифровых валют, в частности, биткоина. По мнению сторонников ЧЦВ, никакие власти в этот мир проникнуть не смогут. По моему мнению, это наивно, свои аргументы я изложил в недавней статье «Нужны ли офшоры, если есть биткоин?»

Другая возможная реакция — уйти из тех офшоров, которые находятся под ударом (среди таковых оказались в 2013—2016 гг. Кипр, Британские Виргинские острова, Панама и некоторые другие) в более «надежные». Да, на сегодняшний день еще около сотни государств и юрисдикций не присоединились к системе CRS и представляют пока альтернативу разным панамам. Но это пока. ОЭСР настроена решительно, заявляя, что против аутсайдеров системы CRS надо будет применять санкции. Мир офшорных юрисдикций будет сжиматься как шагреневая кожа.

Многие пользователи офшоров (как российские, так и зарубежные) понимают, куда ветер дует. А он дует в сторону США. Вашингтон возглавляет «крестовый поход» против офшоров ради того, чтобы в мире остался один гигантский офшор под названием USA. Вот лишь одна «мелочь»: Вашингтон инициировал создание системы CRS, но к ней не присоединился. То есть получается улица с односторонним движением: Вашингтон через механизмы FATCA получает информацию о своих налоговых резидентах, при этом тех, кто находится под «зонтиком» USA, он выдавать не собирается. В Америке куча трастов и внутренних «налоговых убежищ» (типа Делавэра). Прямо-таки идеальное налоговое и юридическое убежище. Но очень напоминающее мышеловку. Ведь в любой момент Вашингтон во имя «высших интересов» может потребовать от клиентов офшора USA необходимые справки и подтверждения «чистоты» денег и активов. Со всеми отсюда вытекающими для бенефициаров последствиями.

Но есть еще одна альтернатива — вернуться на родину. Консультанты, работающие с российскими клиентами (потенциальными или уже реальными собственниками и бенефициарами офшоров), говорят, что число их клиентов возросло в десятки раз за последние два года. Напомню, что в первой половине прошлого года в России проводилась налоговая амнистия. Буквально в последний месяц амнистии число налоговых «возвращенцев» возросло на порядок.

Еще раз подчеркну: российский закон от 24.11.2014 № 376-ФЗ является в высшей степени либеральным актом. Он не требует ликвидации офшорных компаний и закрытия офшорных счетов. От владельца (бенефициара) требуется лишь информирование налоговой службы РФ о своих активах и доходах, определение своего налогового статуса (налоговый резидент или нерезидент) и уплата необходимых налогов. Указанный закон скорее является имитацией борьбы с офшорами. Лишающим душевного спокойствия фактором для нашей офшорной аристократии являются антиофшорные акции США, ОЭСР и тех стран, которые присоединились к системе CRS.

ЧИТАЙТЕ ТАКЖЕ

**[](http://svpressa.ru/society/article/170985/?aft=1)Закапывая Ленина, вспомните о Мао**

Почему «русская Голгофа» отказалась от провокационной дискуссии вокруг перезахоронения Владимира Ульянова

После долгих и мучительных раздумий многие представители российской офшорной аристократии решили обменять Панаму на Россию и избежали искушения довериться офшору USA (хотя есть примеры ухода под американский «зонтик»). Отчасти об этом свидетельствует и статистика платежного баланса РФ за 2016 год. Однако в картине международного движения капитала, представляемой Банком России, есть свои «но».

Основное из них заключается в том, что платежный баланс отражает лишь легальные операции. Да и те, зачастую с большими искажениями (например, в результате занижения или завышения контрактных цен). Но надо иметь в виду, что значительная часть капитала переходит границу в результате нелегальных, проще говоря, контрабандных операций. И это несмотря на то, что в середине нулевых годов в России была проведена полная валютная либерализация. Судя по некоторым признакам, масштабы нелегальных, не отражаемых в платежном балансе РФ капитальных операций в последние два года возросли.