

На основании анализа научной литературы по проблемам гендерного подхода в образовании и эффективности физического воспитания школьников мы пришли к выводу, что организация образовательного процесса по физической культуре с учетом половых особенностей детей позволит повысить эффективность обучения и воспитания, оптимизировать психофизическое развитие каждого занимающегося с учетом его интересов и возможностей, привить желание вести здоровый образ жизни и заниматься физическими упражнениями на протяжении всей жизни.

#### Список литературы

1. *Апанасенко Г.Л.* Физическое развитие детей и подростков / Г.Л. Апанасенко – Киев, 1985. 213 с.
2. *Матвеев Л.П.* Теория и методика физической культуры / Л.П. Матвеев – М.: Физкультура и спорт, 1991. 543 с.
3. *Новиков А.Д.* Возрастные особенности развития физических качеств / А.Д. Новиков – М., 1976. 309 с.

### ПЕДАГОГИЧЕСКАЯ ФИЛОСОФИЯ

**Винникова Т. В.**

Муниципальное автономное дошкольное образовательное учреждение «Детский сад № 1», г. Стерлитамак, Республика Башкортостан, Россия

Движение – это естественный спутник жизни ребенка, источник радостных эмоций, обладающий великой воспитательной силой. Главной ценностью для человека является его здоровье. Причем эта ценность выступает на двух уровнях: личном и общественном. Дошкольный возраст в развитии ребенка – это период, когда закладывается фундамент его здоровья, физического развития и культуры движений. От того, как организовано воспитание и обучение ребёнка, какие условия созданы для его взросления, для развития его физических и духовных сил, зависит развитие и здоровье в последующие годы жизни. То, что упущено в

детстве, трудно наверстать. Это обязывает работников дошкольных учреждений углубленно работать над проблемами физического развития детей. Сохранение и укрепление здоровья дошкольников – одна из актуальнейших проблем нашего времени.

Проработав несколько лет воспитателем, я поняла, что самое главное в работе с детьми – это их здоровье, а здоровье начинается с физкультуры, зарядки, закаливания. Так я начала свою деятельность в качестве инструктора физической культуры. Ежедневно, приходя в спортивный зал, проводя зарядку, занятия, я размышляю: «Чему я хочу научить детей?». Прыгать, бегать, играть – это конечно важно, но, самое главное, научить детей вести такой образ жизни, чтобы был «здоровый ум в здоровом теле».

Работать с детьми – огромное счастье. Общение с ними доставляет мне удовольствие и радость от окрыляющего чувства – я нужна им, а они нужны мне. Пожалуй, в этом заключается моя педагогическая философия.

В своей работе с детьми использую различные формы, способствующие развитию физических качеств личности ребенка. Для достижения целей физического развития старших дошкольников особое внимание уделяю игровым видам спорта. В частности, элементам игры в баскетбол. Обучение навыкам в баскетбол практикую на основе использования интерактивной образовательной среды, что является неотъемлемой составляющей качества данной образовательной услуги. Мною разработана программа кружка по обучению детей дошкольного возраста игре в баскетбол «Школа мяча». Программа рассчитана на обучение дошкольников от 6 -7 лет. Цель программы «Школа мяча» (обучение детей элементам игры в баскетбол): освоение техники игры в баскетбол, способствование совершенствованию деятельности основных физиологических систем организма (нервной, сердечнососудистой, дыхательной), улучшению физического развития, физической подготовленности детей.

Количество занятий – 1 занятие в неделю, 4 занятия в месяц, 36 занятий в учебный год (с сентября по май).

В программу включены комплексные тренировочные занятия по баскетболу. Тренировка условно разделена на три основные части: вводную, основную, заключительную, каждая из которых обеспечивает индивидуально-дифференцированный подход к детям и решает образовательные, оздоровительные, воспитательные задачи. В разминке дети выполняют упражнения на укрепление мышц рук, туловища, ног. В основной части разучиваются характерные движения, выполняемые без мяча (стойка, остановка, повороты, прыжки), а также с мячом в руках без передачи его партнеру. Также детям даются специальные упражнения на закрепление навыков владения мячом:

- передача мяча двумя руками от груди и одной рукой от плеча;
- ловля двумя руками на уровне груди;
- ведение мяча правой рукой по прямой с изменением направления при противодействии другого игрока;
- броски мяча в корзину двумя руками от груди и одной рукой от плеча.

Действия детей с мячом усложняются за счет введения дополнительных заданий, а также более сложных способов выполнения. Важным стимулирующим фактором к занятиям спортом у детей является чувство гордости за свои достижения.

Таким образом, посредством включения игровых видов спорта в образовательную программу на этапе завершения дошкольного образования у детей развивается потребность к занятиям физической культурой, спорта и здоровому образу жизни. Ребенок учится контролировать свои движения и управлять ими, способен к волевым усилиям в разных видах деятельности, что соответствует целевым ориентирам

В нашем городе ежегодно проводятся городские соревнования «Олимпийская неделя» среди воспитанников ДООУ. Дети участвуют каждый год в городских соревнованиях по разным видам спорта (шашки, легкая атлетика, баскетбол). В 2015 году на базе детского сада №56 проходили соревнования по баскетболу среди МАДОУ №1,32,56,58,78,79. МАДОУ «Детский сад №1» занял первое место по баскетболу.

В 2016г. прошли соревнования по баскетболу на базе МАДОУ Детского сада №1. В них принимали участие воспитанники детских садов №1,32,56,58,78,79. Наши воспитанники заняли второе призовое место.

Изложенные выше заключения, отражены в общих принципах системы физического воспитания (принцип всестороннего развития личности, принцип оздоровительной направленности, принцип прикладности).

В системе образования и воспитания имеют место общепедагогические принципы, отражающие основные закономерности обучения (принципы дидактики). Они преломляются в физическом воспитании в виде общеметодических принципов и содержат в себе ряд универсальных правил методики, без которых невозможно на высоком качественном уровне решать задачи обучения и воспитания.

Кроме этих принципов в практике физического воспитания имеют место специфические принципы, «очерчивающие ряд специфических закономерностей физического воспитания, и вытекающие из них правила его системного построения».

В системе физического воспитания используются в качестве руководящих положений как общесоциальные и общепедагогические, так и общеметодические и специфические принципы.

## **АДАПТАЦИЯ И УТОМЛЕНИЕ СТУДЕНТОВ ПЕРВОГО КУРСА**

**Воробьева Ю. А., Сарапульцева Л. А.**

Федеральное государственное автономное образовательное учреждение высшего образования «Российский государственный профессионально-педагогический университет», г. Екатеринбург, Россия

Одной из важнейших предпосылок успешной учебной деятельности первокурсников является их своевременная адаптация к условиям обучения в вузе, рассматриваемая как начальный этап включения их в профессиональное сообщество. Первый курс может стать точкой опоры для студента, а может