

На третьем этапе проведены исследования физических качеств у студентов. Сделан сравнительный анализ, обобщение и выводы.

В педагогическом эксперименте приняли участие студенты – юноши, в количестве 20 человек, входящие в состав отделения общей физической подготовки. Студенты занимались физической культурой два раза в неделю. В процессе занятий преимущественно применялся игровой метод (футбол), с элементами состязательности.

Результаты исследования показали, что использование игрового метода на занятиях физической культурой способствуют развитию и закреплению у студентов навыков самостоятельной работы, умению мыслить, управлять коллективом, принимать решения и организовывать их выполнение. Сравнительный анализ физической подготовленности в начале и в конце учебного года показал, что игра позволяет развить физические качества: быстроту, общую выносливость, прыжковую выносливость и прыгучесть, силовую выносливость мышц брюшного пресса, улучшить работоспособность сердечнососудистой и дыхательной системы, что в свою очередь положительно отражается на состоянии здоровья студентов.

Новикова Т.А.

МБДОУ – детский сад № 351 «Крепыш»,
г. Екатеринбург, Россия

ОЗДОРОВЛЕНИЕ ДЕТЕЙ ДОШКОЛЬНОГО ВОЗРАСТА

Аннотация. В статье отписывается способы сохранения и укрепления здоровья детей дошкольного возраста. Данная деятельность стала Федеральной площадкой при Уро РАН.

Ключевые слова: ребенок, здоровье, взаимодействие радость.

Novikova T. A.

MBDOU – DETSKIJJ sad n 351 "Fortress",
Ekaterinburg, Russia

IMPROVEMENT OF CHILDREN OF PRESCHOOL AGE

Abstract. The article evading ways of preservation and strengthening of health of children of preschool age. This activity became a Federal area of the UB RAS.

Keywords: child, health, the interaction of joy.

Сохранение здоровья детей всегда было приоритетной задачей государства. С одной стороны, с дошкольного возраста необходимо начинать оздоровление будущего гражданина страны. С другой стороны, что

может дать детский сад в то время, когда он сам находится в условиях выживания? Отсутствие необходимых специалистов, выведение из штатного расписания медицинских работников, систематическая нехватка материальных средств на оздоровление детей, ограниченная сумма выделенных средств на питание, недостаток у педагога времени заниматься детьми из-за большого потока документов (администрации - педагогами), необходимость родителю зарабатывать деньги (не уделять время взаимодействию с детским садом), недостаток помещений для оздоровления – эти и еще многие причины не позволяют комплексно и эффективно осуществлять оздоровление детей дошкольного возраста. Согласно новым нормативным документам, детский сад обязан воспитать свободного, уверенного в себе человека, с активной жизненной позицией, стремящегося творчески подходить к решению различных жизненных ситуаций, имеющего свое мнение и умеющего его отстаивать. И, прежде всего, ребенок должен быть здоровым.

Процесс развития и достижения выше перечисленных целевых ориентиров невозможен без участия взрослых: родителей и педагогов, которым предоставлена роль «поддержки положительного, доброжелательного отношения детей к друг другу, их взаимодействия в воспитании детей, охране и укреплении их здоровья», что детям дает возможность «положительной самооценки, уверенность в собственных возможностях и способностях». [2]

Детский сад выступает в роли созидателя здоровья всех субъектов образовательного процесса. Экологовалеологический подход к оздоровлению детей дошкольного возраста предполагает деятельность и деятельностный подход к оздоровлению дошкольников.

Задачи экологовалеологической деятельности:

1. Охрана и укрепление физического и психического здоровья детей, в том числе и их эмоционального благополучия через: формирование осознанной потребности в физическом здоровье, понимание сущности здорового образа жизни; формирование экологовалеологической культуры личности, понимающей, что человек-часть природы, часть общества;

2. Обеспечение равных возможностей полноценного развития каждого ребенка в период дошкольного детства через: формирование системы умений и навыков взаимодействия ребенка с природой; закладку основ бережного и созидательного отношения к природе, к своему здоровью;

3. Создание благоприятных условий развития детей в соответствии с их возрастными индивидуальными особенностями, развития творческого потенциала каждого ребенка как субъекта отношений с самим собой, другими детьми, взрослыми и миром через: формирование экологовалеологической развивающей предметно – пространственной среды; вы-

полнение Санитарно-эпидемиологических требований; повышение экологическо-валеологической компетентности всех субъектов ДООУ;

4. Объединение обучения и воспитания в целостный образовательный процесс на основе духовно-нравственных и социокультурных ценностей, а также принятых в обществе правил и норм поведения в интересах человека, семьи, общества через: непосредственно образовательную деятельность, образовательную деятельность, осуществляемую в режимных моментах; самостоятельную деятельность детей; совместную деятельность с семьей.

5. Формирование социокультурной среды, соответствующей возрастным, индивидуальным, психологическим и физиологическим особенностям детей через организацию просветительской работы по формированию культуры природопользования, ЗОЖ у всех субъектов образовательного процесса.

7. Обеспечение психолого-педагогической поддержки семьи и повышение компетентности родителей в вопросах развития и образования, охраны и укрепления здоровья детей через: достижение интегральных характеристик развития личности ребенка как целевых ориентиров дошкольного образования [1].

Задачи, поставленные в данном направлении, выполнять нетрудно. Самое главное - наличие сплоченного, устойчивого коллектива, как единой команды. Задача, поставленная перед каждым сотрудником, проходит через общую цель – здоровье ребенка. Все специалисты и педагоги применяют нетрадиционные методы оздоровления: музыкотерапию, сказкотерапию, изотерапию, игротерапию, пескотерапию, анималотерапию, цветотерапию, кинезиотерапию и т.д. Также педагоги владеют способами интегрированной деятельности; гимнастикой, самомассажами, делают с детьми полоскание рта. Все педагоги развивают ИКТ.

Младшие воспитатели активно включены в процесс: выпалывают грядки, обустривают центры развития, помогают озеленять участок и группы.

Обслуживающий персонал изготавливает своими руками постройки для участков, играют с детьми в течение дня, участвуют в жизни групп.

Эффективными формами с родителями являются маршруты выходного дня, совместные проекты, мастер-классы, выставки-продажи, субботники. Мы стараемся делать все своими руками, привлекаем сторонние организации для участия в образовательном процессе. У нас заключено уже более 15 договоров. Прежние выпускники и родители продолжают участвовать в конкурсах, строить постройки на территории, любят делиться успехами в школе. В нашем детском саду спокойная, радостная обстановка. Родители знают, что их детей не обидят, поучаствуют в их жизни, спросят у них совета. И, только при таких условиях, детский сад

может стать конкурентоспособным на рынке образования, что является основной целью развития ДОУ.

Новопашина В. М.

Российский государственный профессионально-педагогический университет, г. Екатеринбург, Россия

ЗДОРОВЬЕ И ЕГО ФОРМИРОВАНИЕ У ПОДРОСТКОВ СЕЛЬСКОЙ МЕСТНОСТИ

Аннотация. В данной статье рассматривается проблема формирования здорового образа жизни и его поддержания у подростков сельской местности. Рассмотрены основные факторы влияния на здоровье человека с точки зрения академика РАМН Ю.П. Лисицина.

Ключевые слова: здоровье, здоровый образ жизни.

Novopashina V. M.

Russian state vocational
pedagogical University, Ekaterinburg, Russia

HEALTH AND ITS FORMATION IN ADOLESCENTS COUNTRYSIDE

Abstract. This article considers the problem of formation of healthy lifestyle and maintain it in adolescents of rural areas. The main factors of influence on human health from the point of view of academician Yu. p. Lisitsyn.

Keywords: health, healthy way of life.

С самых ранних времён человечество задумывалось о строении своего тела, о его жизнедеятельности, о том как сохранить здоровье на долгие годы. Учёные приложили достаточно усилий для того, чтобы узнать законы человеческого тела, так как человек сложное явление живой природы. На сегодняшний момент мы можем сказать, что открыли для себя немало важного о человеческой природе, но для того чтобы сохранить баланс с окружающей нас средой, противостоять факторам риска, быть работоспособным, необходимо иметь и сохранять на протяжении многих лет здоровье. Нельзя не согласиться с греческим учёный Гиппократом, который говорил: «Гимнастика, физические упражнения, ходьба должны прочно войти в повседневный быт каждого, кто хочет сохранить работоспособность, здоровье, полноценную радостную жизнь».

Здоровье человека – это дар, который нам даётся с самого рождения, и только от нас зависит, будет он утерян или нет. Конечно, его сохранение зависит от многих взаимосвязанных и обуславливающих друг друга факторов. В наше время, по мнению ученого академика РАМН Ю.П. Ли-