

### *Библиографический список*

1. Современные технологии физкультурно-оздоровительной направленности [Электронный ресурс] / Режим доступа: <http://festival.1september.ru/articles/607176/> (дата обращения 03.11.2013 г.).
2. Что такое фитбол-аэробика? [Электронный ресурс] / Режим доступа: <http://www.tvoytrener.com/aerobika/fitbol.php> (дата обращения 11.10.2013 г.).

**Бабич О.В., Коваленко Е.О.**

Российский государственный профессионально-педагогический университет, Екатеринбург, Россия  
Дошкольное образовательное учреждение № 28, Екатеринбург, Россия

### **ДЕЯТЕЛЬНОСТЬ ОБРАЗОВАТЕЛЬНЫХ УЧРЕЖДЕНИЙ ПО СОХРАНЕНИЮ И УКРЕПЛЕНИЮ ЗДОРОВЬЯ УЧАЩИХСЯ**

Среди многообразных факторов, влияющих на состояние здоровья и работоспособность растущего организма, двигательная активность – это естественная потребность в движении, удовлетворение которой является важнейшим условием всестороннего развития и воспитания ребенка.

И что, как не мяч, может способствовать двигательной активности детей? Без сомнения, для ребенка мяч – предмет увлечения с первых лет жизни. Ребенок не просто играет в мяч, а варьирует им: берет, переносит, кладет, бросает, катает и т.п., что развивает его эмоционально и физически. Игры с мячом важны и для развития руки ребёнка.

Движения пальцев и кистей рук имеют особое значение для развития функций мозга ребенка. И чем они разнообразнее, тем больше «двигательных сигналов» поступает в мозг, тем интенсивнее проходит накопление информации, а, следовательно, и интеллектуальное развитие ребенка.

Движения рук способствует также развитию речи ребенка. Это многократно подтверждено современными научными данными: области коры головного мозга, «отвечающие» за артикуляцию органов речи и мелкую моторику пальцев рук, расположены в одном иннервационном поле, т.е. непосредственной близости друг от друга. Следовательно, идущие в кору головного мозга нервные импульсы от двигающихся рук стимулируют расположенные по соседству речевые зоны, усиливая их активность.

В ходе проведенного нами предварительного исследования выявлен лишь поверхностный интерес родителей и детей к мячу, играм с ним. Также многими исследованиями подтверждается недостаточность двигательной активности у детей дошкольного возраста

В нашем детском саду функционирует спортивно-оздоровительная секция «Веселый мяч», где идет обучение детей отдельным спортивным упражнениям и элементам спортивной игры в волейбол.

Игра воспитывает командный дух, ведь каждый член команды знает, что общий результат зависит и от его действий. В волейбольной команде у каждого игрока есть специализация: кто-то подает, кто-то блокирует удар соперника, кто-то его принимает, кто-то подстраховывает, кто-то бьет сам. В то же время члены команды периодически меняются местами, то есть они должны уметь неплохо делать все перечисленное, быть взаимосвязанными. Ситуация в игре быстро меняется, значит, члены команды должны доверять друг другу и понимать товарища без слов, быстро принимать решения.

Секция рассчитана на детей старшего дошкольного возраста. У ребят этого возраста в результате повышается выносливость, улучшается координация движений. Они лучше прыгают, точнее бросают и ловят мяч, легко и ритмично бегают. В этом возрасте необходимо учитывать следующие особенности:

1. При обучении технике движений давать представление о разнообразных способах движений, их назначения, сходстве и различии в силе, скорости, направлении, характере, сложности.
2. Приучать анализировать простые движения, оценивать их качество, вычленивать ведущие фазы, исправлять ошибки.
3. Большое внимание уделять развитию двигательных качеств, особенно скоростно-силовых и ловкости в упражнениях и подвижных играх .
4. Использовать соревновательный метод, направленный на выявление количественного и качественного результата движения ребенка.
5. Развивать коллективные формы игр и соревнований.

Данная работа со старшими дошкольниками предусматривает расширение индивидуального двигательного опыта ребенка и повышение интереса детей к занятиям физической культурой и спортом.

Для создания наиболее благоприятных условий при изучении игровых приемов в ходе каждого занятия необходимо придерживаться следующей последовательности:

1. общее ознакомление с игровым приемом;
2. выполнение игрового приема в упрощенных условиях;
3. изучение технического приема в условиях, приближенных к игровым;
4. Совершенствование игрового приема в групповых упражнениях и игре.

Используемые разнообразные упражнения с мячом в бросании, приеме, перебрасывании, позволяют детям развивать физические качества, которые далее позволят овладеть важнейшими элементами волейбола.

Работа секции также предусматривает использование комплекса дыхательной гимнастики, которая необходима не только для профилактики заболеваний. В данном случае дыхательная гимнастика проводится перед началом каждого занятия для настройки и подготовке к игре. А после занятия именно дыхательная гимнастика позволяет детям привести в норму сбившееся дыхание и уже спокойно переключиться на другие виды деятельности.

**Бахман Т.А.**

Челябинский государственный педагогический университет, Челябинск, Россия

## **ЗДОРОВЬЕСБЕРЕЖЕНИЕ ШКОЛЬНИКОВ КАК КОМПОНЕНТ ОБРАЗОВАТЕЛЬНОЙ СИСТЕМЫ УЧРЕЖДЕНИЯ**

Проблема здоровья детей в настоящее время стоит остро, т.к. за последнее десятилетие в несколько раз возросла заболеваемость по многим формам инфекционной и хронической патологии. Снижение уровня и качества жизни подрастающего человека в совокупности с дальнейшим распространением курения, алкоголизма, наркомании, ВИЧ/СПИДа, ростом дорожно-транспортных происшествий способствовали подъему смертности не только от хронических, но и социально обусловленных заболеваний.

Анализ динамики нервно-психического здоровья детей в школьный период показывает, что абсолютно здоровыми и оптимально адаптированными можно считать 1/3 первоклассников, к шестому году обучения таких детей становится около 22%.