

нием в мультимедийной программе формирует целостность восприятия и понимания, что позволяет почти на 50 % сократить сроки освоения сложных координационных действий.

Таким образом, создание мультимедийной программы позволило активно воздействовать на формирование эталонного двигательного образа, а также овладеть новыми знаниями в области спортивной терминологии и компьютерных технологий.

Е.В. Балакина, Н.Б. Серова (Екатеринбург)

Организационно-методические особенности проведения занятий по физической культуре с учащимися образовательных учреждений, имеющими нарушения здоровья

Постоянное снижение уровня здоровья подрастающего поколения остается особенно актуальным в настоящее время.

На сегодняшний день, согласно статистике, 78 % выпускников школы имеют те или иные отклонения в состоянии здоровья. Число детей с нарушением осанки, например, за время обучения в школе возрастает в 3 раза; у 45 % детей ухудшается зрение; у большого числа выпускников школ проявляются гипертония, ожирение, неврозы и прочие отклонения. Возникает необходимость принятия серьезных мер для изменения существующего положения. И одним из факторов, способствующих сохранению и укреплению здоровья в школе, является физическая культура.

Общеизвестно, что объем двигательной активности детей прямо влияет на их здоровье, развитие и успеваемость. Особое значение физическая культура приобретает для тех учащихся, которые в связи с перенесенными заболеваниями не могут в полной мере использовать возможности общепринятой системы физического воспитания. Растущий организм особенно нуждается в благотворном влиянии различных средств физической культуры. Учащиеся, относящиеся по медицинским показаниям к специальной медицинской группе, естественно не должны заниматься физическим воспитанием по программам разработанным для здоровых и физически подготовленных сверстников. Для учащихся этих групп необходима особая методика и организация занятий физическими упражнениями.

Таким образом, объектом исследования явилось физическое воспитание детей с отклонениями в здоровье. Предмет исследования – влияние средств физической культуры на здоровье учащихся общеобразовательной школы. Цель – разработка организационно-методических особенностей физического воспитания учащихся общеобразовательных школ с нарушениями в состоянии здоровья.

Задачи исследования:

1. Выявление наиболее типичных отклонений в состоянии здоровья школьников.
2. Теоретическое обоснование основных подходов занятий физической культурой школьников с оздоровительной направленностью.
3. Разработка содержательных и процессуальных аспектов организации занятий физической культурой с оздоровительной направленностью.
4. Экспериментальное изучение эффективности предлагаемых подходов.

Гипотеза исследования. Предполагалось что, предложенные методические указания по проведению занятий физического воспитания позволят устранить или компенсировать имеющиеся нарушения в состоянии здоровья у детей.

Главная задача оздоровительной физической культуры заключается в том, чтобы способствовать укреплению здоровья учащихся, повышению их работоспособности. Правильно организованные, дозированные занятия физической культурой смогут обеспечить правильный рост и развитие организма детей.

На самом же деле, сложившаяся система медицинского обслуживания детей школьного возраста не обеспечивает на современном этапе эффективного решения задач по улучшению уровня их здоровья и снижению заболеваемости. Школьные отделения детских поликлиник, обеспечивающие медицинскую помощь в образовательных учреждениях, постоянно укомплектованы врачами не более чем на 50 %. Из числа врачей, работающих в школах, 90 % составляют совместители и лица, не имеющие педиатрической подготовки.

Анализ результатов проводимых ежегодно профилактических осмотров детей показывает их низкую эффективность. При высоком охвате осмотрами (96–98 %) патологические состояния и заболевания среди осматриваемых детей выявляются в 4–6 раз реже, чем при целевых выборочных углубленных обследованиях детей.

Не проводится психолого-медико-педагогическая коррекция отклонений в состоянии здоровья, особенно в критические периоды его формирования – в первом и пятом классах в связи с переходом к пред-

метному обучению и с поступлением в образовательные учреждения, а также в пубертатный период.

В настоящее время проводится анализ комплектования специальных медицинских и коррекционно-оздоровительных групп в образовательных учреждениях Орджоникидзевского района Екатеринбурга и обработка полученных данных для разработки организационно-методических особенностей физического воспитания учащихся общеобразовательных школ с нарушениями в состоянии здоровья.

Н.Н. Трифонова (Екатеринбург)

Коррекция нарушений осанки средствами атлетической гимнастики у учащихся 14–16 лет

Количество школьников с нарушением осанки за последние 30 лет увеличилось в 3 раза и составляет, по данным разных исследований, от 60 до 80 %, т. е., в среднем, четыре ребенка из пяти имеют видимые деформации опорно-двигательного аппарата. Более половины подростков страдают хронической паталогией, каждый четвертый имеет III группу здоровья.

Работа по единой, жестко регламентированной программе приводит к единообразию форм и методов, ориентирует на унифицированный стандарт в воспитании школьника, игнорируя индивидуальные особенности его развития и имеющиеся нарушения в состоянии здоровья.

Одной из предлагаемых нами организационных форм являются занятия физической культурой в тренажерном зале. Атлетическая гимнастика обладает рядом уникальных достоинств. В частности, можно целенаправленно и изолированно воздействовать на любую мышцу.

Используя особенности и преимущества атлетической гимнастики мы предлагаем применять для школьников 14–16 лет специальные индивидуальные комплексы упражнений с отягощениями, каждый из которых направлен на устранение конкретного дефекта осанки, укрепление мышц туловища и конечностей, выравнивание мышечного дисбаланса. Так, например, при сутулой и круглой спине увеличен грудной кифоз, мышцы спины перерастянуты, а грудные мышцы сокращены. Для коррекции осанки необходимо включить в комплекс упражнения для трапециевидной и широчайшей мышц интенсивностью 70–75 % на 6–8 повторений и упражнения для грудных мышц интенсивностью 50–