

- В умении выстроить логичную цепь результатов собственного исследования физического развития, функционального состояния и физической работоспособности физкультурника или спортсмена и на базе их анализа сделать заключение;

- Возможность сравнивать результаты собственного исследования с результатами других студентов и со стандартами в целом;

- Уметь не только анализировать, но и прогнозировать.

- Уметь защитить результаты собственного исследования.

Сохранение здоровья школьников средствами их приобщения к культуре здоровья

Голиков Н.А.,
МОУ №70 г., Тюмень

Культура здоровья – неотъемлемая часть общей культуры человечества. Многие это понимают, но не многим удается операционализировать это понимание в действительности. Отсюда и столь негативные тенденции в ухудшении здоровья россиян, особенно такой незащищенной группы – учащихся, которые подвергаются массивному разрушению и средой обитания (школа, семья и т.д.), и экологической обстановкой.

Анализ массовой практики физического воспитания в образовательных учреждениях позволяет сделать вывод: физическое воспитание сводится лишь к развитию физических кондиций учащихся (ловкость, сила, гибкость и т.д.) и компенсации недостаточной двигательной активности. В некоторых образовательных учреждениях вводится дополнительный урок физической культуры, открываются спортивные секции (к сожалению, в них занимаются только физически одаренные, способные дети), проводятся массовые общешкольные

мероприятия – марафоны «Золотая осень» и т.д. Однако, это не решает проблему сохранения здоровья школьников и не создаст предпосылок для формирования осознанного отношения учащихся к своему здоровью и принятию здорового образа жизни как нормы, так как школьник в основном не является субъектом этой деятельности. Мы убеждены, что человек может и должен стать инициатором собственного поведения в отношении здоровья, и эти процессы носят глубоко субъективный характер, поэтому педагог-наставник и должен целенаправленно создавать такие условия обучения, при которых у школьника возникает потребность стать субъектом своего развития, созидания своего здоровья.

Практика специалистов МОУ №70 города Тюмени убеждает нас в том, что системная работа по формированию у школьников мотивации укрепления собственного здоровья через все формы учебной и внеучебной работы обеспечивается следующими составляющими этого процесса:

- Установкой на ценность собственного здоровья;
- Приобретением знаний о своем здоровье и технологиях его индивидуального накопления;
- Овладение способами поведения, сохраняющими и приумножающими здоровье;
- Умение применить общие формы накопления здоровья к особенностям своего организма;
- Создание ситуации успеха в овладении навыками накопления собственного здоровья.

Нами определен механизм приобщения детей как субъектов этой деятельности к созиданию, проектированию своего собственного здоровья. Он заключается в следующем:

- Интериоризация ценностей собственного здоровья как уникальной и непреходящей;

- Самостоятельный поиск школьником средств для достижения поставленной цели – сохранить и накопить собственное здоровье;
- Определение препятствий при реализации поставленной цели;
- Самостоятельный поиск резервов в преодолении препятствий на пути созидания здоровья, включая стимулирование.

Система организации работы по сохранению здоровья школьников, сложившаяся в школе №70 г. Тюмени, демонстрирует свою эффективность объективными показателями:

- «Индекс здоровья» с 38,5% в 1995 возрос до 61% в 2001 году;
- Перевод из одной группы здоровья в другую с положительной динамикой с 1998 года по 2001 составил 12,1% из 767 учащихся школы;
- Учащиеся образовательного учреждения за последние три года становятся постоянными призерами городских, областных, межрегиональных соревнований и т.д.

Служба здоровья в школе

Березовская В.Р.

МОУ ДООЦ Верх-Исетского района г., Екатеринбург

Состояние здоровья детей вызывает обоснованную тревогу. За последние годы отмечается:

- Снижение темпа роста и развития детей (децелерация);
- Высокая заболеваемость острыми респираторными инфекциями и заболеваниями, сходными по механизму возникновения (воспалительные заболевания лорорганов, инфекционные болезни с аэрогенным механизмом передачи);
- Формирование хронических заболеваний (преимущественно желудочно-кишечного тракта);