

изучающими систему «человек-общество-природа». Здоровьесберегающая педагогика должна базироваться на следующих принципах:

- ❖ организация личностно-ориентированного обучения с учетом индивидуальных возможностей индивида;
- ❖ диагностика уровня индивидуального здоровья с учетом психосоматических конституциональных и социально-духовных особенностей личности;
- ❖ осуществление системы рекреационных, коррекционных и реабилитационных мероприятий по сохранению здоровья;
- ❖ выбор оптимальных педагогических технологий и учебных программ, учитывающих возраст, пол, социальную и экологическую среду;
- ❖ формирование на основе знаний собственных возможностей и особенностей соматического, психического, интеллектуального, духовного и социального здоровья индивидуальных потребностей личности и профориентации;
- ❖ обучение методам самодиагностики, самооценки, самоконтроля и самокоррекции психосоматического статуса организма на разных этапах жизни;
- ❖ оптимизация социально-гигиенических условий жизнедеятельности участников образовательного процесса.

Таким образом, здоровьесбережение в образовании предстает единством мер, предпринимаемых участниками образовательного процесса и направленных на сохранении здоровья у них самих и у партнеров, а также на рост качества образования и профессиональной квалификации.

### **Формирование мотивации к здоровьесбережению силами физической культуры и спорта**

Л.Д. Ковдратенкова, И.В. Власова  
МОУ СОШ № 62,  
г. Челябинск

Одним из важных условий, обеспечивающих сохранение здоровья обучающихся, является обеспечение оптимального двигательного режима, который позволяет удовлетворить физиологическую потребность в движении, способствует развитию основных двигательных качеств, поддержанию работоспособности на высоком уровне в течение всего учебного дня, недели, года. Два урока физической культуры не компенсируют дефицита физической нагрузки. Правильно организованная физкультурно-оздоровительная работа в образовательном учреждении может

стать основой рациональной организации двигательного режима школьников. Именно поэтому, важным направлением работы образовательного учреждения МОУ СОШ №62 г.Челябинска в рамках реализации экспериментальной программы «Создание условий для формирования устойчивой мотивации и навыков здоровьесбережения и поведения в чрезвычайных ситуациях у участников образовательного процесса» является организация физкультурно-оздоровительной и спортивно-массовой работы.

Основными мероприятиями, повышающими двигательную активность во время учебного процесса стали: обязательное проведение перед учебными занятиями утренней гимнастики, физических пауз на уроках. К сожалению, по результатам анкетирования, выявлено, что учащиеся недостаточно занимаются дома утренней зарядкой: по 33% выполняют регулярно, иногда и не делают вовсе. От класса к классу снижается количество учащихся, выполняющих зарядку регулярно, и повышается количество учащихся, не выполняющих зарядку совсем. Комплексы упражнений для проведения утренней гимнастики разрабатываются в нашем образовательном учреждении совместно со специалистом по ЛФК. Упражнения проводятся подготовленными учащимися, регулярно заменяются и обновляются. Для учащихся начальной школы применяются активные физминутки на уроках (не менее 2-3).

Формированию двигательной активности школьников в значительной мере способствуют уроки физической культуры. В школе создана кафедра учителей физической культуры, проводятся методические совещания по изучению нормативных документов, регламентирующих организацию физического воспитания школьников, отработаны единые требования при работе с детьми, имеющими нарушения в состоянии здоровья. В рамках внедрения программы «Сам себе тренер» в учебный план введен дополнительный (третий) урок физической культуры для учащихся 2-11 классов, расширены двигательные и развивающие формы деятельности: плавание, лыжи, ритмические гимнастики и т.д.

Важным условием повышения двигательной активности учащихся стала активизация деятельности спортивных секций: «Догоняй-ка», волейбола, баскетбола, легкой атлетики, бокса и каратэ. Кроме этого, для работы с учащимися привлечены специалисты станции юных туристов (скалолазание, туризм, спортивное многоборье).

Большое внимание уделяется в школе работе не только со здоровыми, но и больными детьми. Для них организованы занятия ЛФК, плавание на базе бассейна «Электрометаллург». К работе привлекаются специалисты лечебной физкультуры детской городской больницы №8. Таким образом, можно

говорить о 100% кадровом обеспечении спортивно-оздоровительной работы школы в данный период.

Развитию двигательных качеств личности, повышению интереса к занятиям физической культурой и спортом способствует проведение в школе ряда традиционных мероприятий: День спорта и здоровья, «Зарница», «Сам себе спасатель», «Папа, мама, я – спортивная семья», «Веселые старты», зимний спортивно-туристический праздник. С огромным удовольствием учащиеся нашей школы провели лето на сплаве по реке Ай, на следующий год планируется сплав по реке Сим.

Активное участие в организации и проведении спортивно-массовой работы принимают родители учащихся. Это обеспечивает активное взаимодействие всех участников образовательного процесса, повышает роль физической культуры в семьях учащихся. Основной задачей в деятельности школы остается – показ школьникам привлекательность здоровья как условия физической красоты и совершенства, сформировать у них потребность в регулярных занятиях, направленных на укрепление здоровья и самосовершенствование.

### ***Социализация личности студента с ограниченными возможностями здоровья***

**В.Д. Паначев**

Пермский государственный технический университет,  
г. Пермь

*Актуальность* исследования: В свое время, Л.Д.Ландау отмечал, что «метод важнее открытия, ибо правильный метод исследования приведет к новым еще более ценным открытиям». К сожалению, при индивидуальной работе со студентами специальной медицинской группы (СМГ) мы пришли к выводу, что универсального метода обучения нет. Применение метода в каждом отдельном случае должно быть обосновано реальными возможностями, видом индивидуальности, познавательными потребностями, психологическими особенностями, интересами, наличием опыта студентов и т.д.

У студентов СМГ двигательная активность существенно зависит от вида заболевания и не находит выхода в естественных играх, которыми с раннего детства занимаются обычные дети. Это влечет за собой гиподинамию, а также недостаток знаний о своем организме и его возможностях. Еще в античные времена Аристотель сказал: «Никто так не истощает, не разрушает, как физическое бездействие». На протяжении веков