

### ***Библиографический список***

1. Теория и методика оздоровительной физической культуры: учебное пособие / Н. В. Третьякова, Т. В. Андрюхина, Е. В. Кетриш; под общ. ред. Н. В. Третьяковой. – М.: Советский спорт, 2016. – 268 с.

***Калабина А.А.***

МБУ ДО «Детско-юношеский центр»  
г. Екатеринбург, Свердловская область, Россия

### **ОРГАНИЗАЦИЯ РАБОТЫ В СПОРТИВНОЙ СЕКЦИИ «КАРАТЭ КУДО» КЛУБА ПО МЕСТУ ЖИТЕЛЬСТВА «ХОББИ»**

*Аннотация.* Для многих детей и подростков занятия в спортивной секции в клубе по месту жительства - единственная возможность восстановления здоровья, преодоления уже имеющихся отклонений от норм физического развития.

*Ключевые слова:* спортивная секция, осознанная потребность в движении.

***Kalabina A.A.***

MBU TO "Children and youth centre"  
Yekaterinburg, Sverdlovsk oblast, Russia

### **ORGANIZATION OF WORK IN THE SPORTS SECTION "KARATE KUDO" CLUB RESIDENCE "HOBBY"**

*Abstract.* For many children and teenagers classes in the sports section in the club residence - the only way of recovering health, of overcoming the existing deviations from the norms of physical development.

*Keywords:* sports section, the recognition of the need for the motion.

Сущность технологии, по которой работает клуб по месту жительства «Хобби», заключается в личносно ориентированном характере обучения, индивидуальном подходе к каждому ребенку при организации занятий физической культурой и спортом, в формировании осознанной потребности в физкультурно-оздоровительной и спортивно-творческой деятельности. Это означает, что для каждого обучающегося создаётся индивидуальная образовательная траектория, которая учитывает индивидуальный тип телосложения, физическую подготовленность, состояние здоровья, а также особенности психического развития.

В клубе практикуется индивидуальный дневник воспитанников. Занятия строятся на индивидуализации и дифференциации обучения. Учитывая возрастные особенности учащихся второго года обучения, помимо развития физических качеств, начинается углубленное изучение двига-

тельных умений, формируются навыки самооценки и самоконтроля при выполнении упражнений. В процессе учебно-тренировочной деятельности вводятся разные типы занятий, формы их проведения, комплексно используются фронтальные, групповые, индивидуальные формы работы.

Для многих детей и подростков физкультурно-спортивная деятельность - единственная возможность восстановления здоровья, преодоления уже имеющихся отклонений от норм физического развития. Да, чтобы быть красивым, необходим режим, ограничения, постоянные физические нагрузки, неукоснительное соблюдение гигиенических норм, применение средств закаливания и др. Для этого нужны воля, выдержка, терпение. Задача педагога физкультурно-спортивной направленности - дать на занятии и спортивной тренировке чувственно-конкретное представление об эстетической красоте человеческого тела и удивительных возможностях организма. Поэтому на занятиях используется самый разнообразный материал, который выполняет воспитательные функции. Формы организации и виды занятий: занятие-игра, занятие-соревнование, занятие-турнир, интегрированное занятие. Основные методы: диагностика, фронтальный, групповой, интерактивный.

Третья ступень обучения – период тренировки мышечной силы, выносливости, а так же время приобретения теоретических знаний по специализациям. На этом этапе изучения предмета дифференцируем физические нагрузки по половому, психологическому, физиологическому признакам.

Изучение программы «Каратэ» предполагает помимо освоения практических навыков, знание теоретических основ, а так же владение информацией о физкультурно-спортивном движении в масштабах района, города, области, страны. На каждом занятии проводятся информационные беседы. Большое внимание уделяется межклубной работе, проводятся дни здоровья и спорта, организуется участие в соревнованиях и чемпионатах по футболу, волейболу, баскетболу, традиционными стали межклубные соревнования по «кумитэ» (поединкам).

Тренируя каратистов в условиях клуба по месту жительства на основе технологий личностно ориентированного обучения, мы добиваемся неплохих результатов: наши воспитанники являются победителями и призёрами районных, городских, областных и всероссийских соревнований.

В своей деятельности мы опираемся на педагогику сотрудничества с детьми, с их родителями, с коллегами по работе. Долг педагога - раскрыть в ребенке положительные качества и способствовать их развитию, слабых воспитанников заставить поверить в свои силы, научить ребенка работать на занятиях физической культурой, дома - над развитием своих физических и морально-волевых качеств. Для этого мы поддерживаем

тесную связь с родителями, постоянно информируем их на родительских собраниях о воспитательном воздействии на обучающихся.

Считаем, что личный пример педагога во многом способствует воспитанию личности ребенка.

Основными в нашей работе были и остаются неизменные категории: доброта, справедливость, требовательность. Помочь каждому ребёнку реализоваться, наметить свою высоту, увидеть даже самый малейший успех.

#### ***Библиографический список***

1. Каштанов Н. Каноны каратэ: формирование духовности средствами каратэ до / Н. Каштанов. - Ростов-на-Дону: Феникс, 2007. - 240 с.
2. Маряшин Ю. Современное каратэ. Функциональная гимнастика / Ю. Маряшин. - М.: АСТ, 2004. - 176 с.

***Карачев И.С., Усольцева С.Л.***

Уральский государственный университет путей сообщения,  
Екатеринбург, Россия

### **ВЛИЯНИЕ СМИ НА ПОПУЛЯРИЗАЦИЮ ЗДОРОВОГО ОБРАЗА ЖИЗНИ В МОЛОДЕЖНОЙ СРЕДЕ**

*Аннотация.* В работе рассмотрены возможности средств массовой информации по пропаганде здорового образа жизни молодежи. Раскрыты объективные и субъективные факторы, влияющие на формирования здоровьесозидательной среды в масштабах страны.

*Ключевые слова:* здоровье, государство, целевая программа, факторы, средства массовой информации.

***Karachev I. S., Usoltseva S. L.***

Ural state University of railway engineering,  
Yekaterinburg, Russia

### **THE INFLUENCE OF THE MEDIA ON PROMOTION OF HEALTHY LIFESTYLE IN YOUTH ENVIRONMENT**

*Abstract.* In the article the possibilities of the mass media to promote healthy lifestyles among youth. Deals with objective and subjective factors influencing formation zdorovesberezhniya environment across the country.

*Keywords:* health, state target program, the factors media

Сохранение и поддержание здоровья подрастающего поколения является на сегодняшний день актуальной проблемой государства. Одной из причин сложившейся ситуации называют принижение значимости физической культуры и спорта. В связи с этим, со стороны государства