

ность, выдвигает перспективы на будущее, «задействует» весь эмоциональный потенциал коллектива.

Постепенно приобщаясь к традициям ЛДЛ, к середине смены ребята начинают осознавать их как нечто сложившееся, устоявшееся, объединяющее весь лагерь. Именно традиции играют большую роль в достижении коллективом уровня «горящего факела» и сохранении его на этой ступени всю смену.

Исследования показали, что уже на 10-й день смены отряду удалось достичь уровня «горящего факела» и продержаться на нем все оставшееся время. Проведенное в середине смены социометрическое исследование показало наличие двух лидеров (один – среди мальчиков и один – среди девочек). Отвергнутых детей не оказалось.

По наблюдениям почти 60% детей активно включились в деятельность отряда. Для них характерно было проявление инициативы и творчества, ответственности.

Те же, кто не принимал активного участия в делах, проявляли большую заинтересованность происходящим. И лишь двое из 38-ми (5%) занимали позиции зрителей. Таким образом, интенсивное становление коллектива отряда стало условием освоения подростками роли товарищ, активный член детского сообщества.

Т.А.Губарева, Н.Б.Серова

Роль семьи в формировании здорового образа жизни детей

Проблема совершенствования физического воспитания учащихся является сегодня одной из первостепенных, и обусловлено это низким уровнем состояния здоровья и физической подготовленности детей и подростков. Воспитание здорового поколения, формирование здорового образа жизни осуществимы только при влиянии на мотивационную сферу, учете потребностей и интересов самих детей.

Задача, стоящая перед педагогами на сегодняшний день, – найти пути и формы организации физического воспитания, позволяющие сформировать у каждого ребенка потребность в занятиях физической культурой, обеспечить его овладение этим способом сохранения здоровья и благополучного существования в мире.

Вместе с тем, первопричина отсутствия культуры здоровья и его важнейшей составляющей – физической культуры – в отсутствии культуры здоровья в семье. Поэтому в той же степени важным является знание и учет установок и потребностей родителей в этом вопросе.

Превращение учеников и их родителей в реальных и активных соучастников процесса обновления содержания образования является одной из ведущих тенденций в совершенствовании системы физического воспитания подрастающего поколения.

Таким образом, цель нашего социологического исследования заключалась в определении отношения детей и их родителей к проведению направленной оздоровительной работы средствами физической культуры в условиях образовательного учреждения.

Исследование было основано на методе опроса – для родителей и методе интервью – для детей. В ходе исследования были выявлены следующие закономерности. В целом, среди любимых уроков физическая культура была названа 41,8% опрошенных детей, среди них 52,4% мальчиков и 31,2% девочек. Родители учащихся, называя три самых любимых урока своих детей, поставили физическую культуру в первую тройку самых любимых уроков во всех классах.

Относительно самооценки детей состояния своего здоровья получены следующие данные: 26% оценили свое здоровье как «плохое»; 38,9% – «среднее»; 29,3% – «хорошее» и только 5,8% детей оценили свое здоровье как «отлично». Одна треть родителей оценила уровень физического здоровья как «выше среднего», половина родителей считает уровень «средним» и лишь 9,5% – «ниже среднего».

Если говорить о роли занятий физическими упражнениями в формировании здорового образа жизни, то характерно, что закаливание (обливание холодной водой, ходьба босиком по снегу, обливания и обтирания после бани) названы большей частью детей (49,2%) и в основном это дети, которые занимаются в спортивных секциях, школах, где под руководством тренера осваивают эти способы.

Таким образом, 42,2% родителей считают, что школа может помочь им в расширении их знаний относительно оздоровительной физической культуры. При этом они считают наиболее приемлемой формой помощи школы в расширении таких знаний следующие: лекции приглашенных специалистов (35,2%); практические занятия с детьми (33,1%); беседы учителя физической культуры (29,5%); предоставление литературы (7%).

Таким образом, в результате социологического исследования, были сделаны следующие выводы:

- исследование показало большой интерес учащихся младших классов к занятиям физическими упражнениями, оздоровительной физической культуре;
- совершенствование физического воспитания в школе включает в себя, во-первых, совершенствование содержания и форм проведения оздоровительной физической культуры; во-вторых, расширение внеклассной оздоровительной работы; в-третьих, работу среди родителей, усиление их влияния на детей в сфере оздоровительной физической культуры;
- привлечение родителей к физкультурно-оздоровительной работе с детьми должно начинаться, как показал опрос, с просвещения родителей.

Т.А.Бобылева

Факторы, отражающие напряженность центрального звена регуляции сердечно-сосудистой системы детей с задержкой психического развития

Правильно организованный режим обучения с учетом возрастных, половых и индивидуальных особенностей организма позволяет успешно компенсировать гетерохронность развития различных отделов центральной нервной системы и обеспечить полноценную психическую, соматическую и социальную адаптацию школьников с ЗПР. Известно, что для них характерны быстрая утомляемость, колебания работоспособности, неустойчивость эмоционально-волевой сферы. Подобные изменения обычно сопровождаются сниженными показателями физического развития и физической подготовленности.

В этих условиях эффективность учебной деятельности лимитируется как низким уровнем умственной работоспособности, так и быстрым развитием утомления. В связи с этим мы полагали, что рациональное изменение двигательного режима будет препятствовать развитию негативного эффекта учебной деятельности. Наличие сниженного функционального резерва обуславливает необходимость тщательного нормирования физической нагрузки для детей с