

После опроса с респондентами была проведена фронтальная беседа, в ходе которой было выявлено, что социальные сети являются главным механизмом, который мотивирует молодое поколение к физкультурно-спортивной деятельности. Именно там сегодня идет активная пропаганда здорового образа жизни, предлагаются различного рода физические упражнения для поддержания здоровья и хорошей физической формы, рассматриваются основы правильного питания.

Гипотеза нашего исследования полностью подтвердилась. Интернет имеет большое значение в жизни молодого поколения и влияет на формирование здорового образа жизни. Результаты нашего исследования позволяют сделать вывод о том, что необходимо владельцам сайтов в интернете больше выкладывать в сетях научно обоснованные способы укрепления здоровья, рекламировать спортивные секции и физкультурно-оздоровительные клубы, чтобы сформировать стойкую потребность в занятиях физической культурой и спортом у подростков и молодежи.

Литература

1. Что такое социальная сеть? [Электронный ресурс] <http://www.genon.ru/GetAnswer.aspx?qid=7d3dad14-1d39-4f49-aca6-dbec53c92c0f> (дата обращения 05.02.2014).
2. Шаповаленко И.В. Психология развития и возрастная психология. М.: Гардарики, 2005. 349 с.

Силаева О.А.

Шуйский филиал Ивановского государственного университета,
Шуя, Россия

ИНКЛЮЗИВНАЯ ФИЗКУЛЬТУРНО-ОЗДОРОВИТЕЛЬНАЯ ПРАКТИКА В ДОШКОЛЬНОМ ОБРАЗОВАТЕЛЬНОМ УЧРЕЖДЕНИИ

Аннотация. В статье представлен опыт организации инклюзивной физкультурно-оздоровительной работы в дошкольном образовательном учреждении с учетом особенностей здоровья воспитанников.

Ключевые слова: инклюзивное образование, здоровьесбережение, физическое воспитание, дошкольники

INCLUSIVE SPORTS AND WELLNESS PRACTICE IN PRESCHOOL EDUCATIONAL INSTITUTION

Abstract. The article presents the experience of inclusive sports and recreation activities in preschool educational institution based on the health of children.

Keywords: inclusive education, health-saving, physical education, preschool.

По данным многочисленных исследований в последние десятилетия наблюдается увеличение уровня заболеваемости детей и подростков [1, 3, 4]. Среди воспитанников дошкольных образовательных учреждений (ДОУ) отмечается тенденция к увеличению числа часто болеющих детей, отставанию в физическом развитии, распространенности хронической патологии и др. Наши собственные наблюдения показывают, что за последние годы растет количество детей, поступивших в детский сад с общим недоразвитием речи и задержкой психического развития. Что требует особого подхода к проектированию и организации учебно-воспитательной работы с опорой на инклюзивное образование. Зачастую дети с ограниченными возможностями здоровья (ОВЗ) не запоминают материал, не понимают его содержание. Не усваивают правила поведения на занятиях, правила в игре и еще многие другие правила, из которых складывается здоровый образ жизни. В частности, плохо ориентируются в пространстве. Не умеют обойти препятствия. Плохо координируют свои движения. Не могут понять задание, не знают, как попросить о помощи, какие сказать слова. Не могут подавить свои отрицательные желания, что порождает множество сложностей в развитии, формирует комплексы агрессии, неуверенности, страха, отказа от общения, ухода в себя.

Поэтому особую актуальность приобретает решение проблемы сохранения и укрепления здоровья детей в условиях их воспитания в ДОУ через реализацию здоровьесберегающих технологий, в том числе за счет проектирования в ДОУ инклюзивной образовательной среды. Цель инклюзии – организация среды ДОУ, способствующей успешной реализации индивидуальной образовательной программы ребенка с ОВЗ, его физического развития. Особое значение в этом процессе могут сыграть специалисты по физической культуре. Ведущий принцип здоровьесберегающих технологий – учет личностных особенностей ребенка, индивидуальной логики его раз-

вития, учет детских интересов и предпочтений в содержании и видах деятельности в ходе воспитания и обучения [4].

Физкультурно-оздоровительные технологии в ДОУ включают в себя технологии, направленные на физическое развитие и укрепление здоровья дошкольников: развитие физических качеств, двигательной активности и становление физической культуры дошкольников, воспитание привычки к повседневной физической активности и заботе о здоровье.

На базе МДОУ №14 г. Шуя нами реализуется комплексная программа «Физкультура для всех», целью которой является улучшение физического, нервно-психического состояния детей, развитие их двигательной подготовленности.

В программе выделены следующие задачи:

- укрепление физического и психического здоровья воспитанников;
- воспитание у воспитанников потребности в здоровом образе жизни;
- развитие у воспитанников физических качеств и обеспечение нормального уровня физической подготовленности с возможностями и состоянием здоровья;
- создание условий для реализации у воспитанников потребности в двигательной активности;
- формирование у воспитанников основных психических и познавательных процессов через систему физкультурных занятий.

Ведущим принципом реализации программы является принцип интеграции, разработанный и обоснованный профессором М.А. Правдовым [1]. Данный принцип подразумевает создание технологий по сохранению и укреплению здоровья дошкольников через интеграцию двигательной и познавательной деятельности. Принцип интеграции в инклюзивном образовании обеспечивается за счет введения движения во все виды деятельности дошкольника с нарушениями в речевом и психофизическом развитии.

Программа включает мониторинг состояния здоровья и психофизического развития детей; мероприятия, направленные на создание предметно-развивающей среды для детей разного возраста с нарушением речи и психофизического развития; обоснование оптимального двигательного режима и режима дня с учетом речевых и психофизических особенностей детей, описание технологий психофизического развития детей, комплекса оздоровительных инклюзивных и дифференцированных мероприятий.

Нами реализуются следующие формы организации физкультурно-оздоровительной работы: утренняя гимнастика (традиционная, дыхатель-

ная, звуковая); двигательно-оздоровительные физкультурминутки; подвижные игры; физические упражнения после дневного сна; физические упражнения в сочетании с закаливающими процедурами; физкультурные прогулки (в парк, на стадион); пальчиковая гимнастика – с младшего возраста индивидуально либо с подгруппой ежедневно (рекомендуется всем детям, особенно с речевыми проблемами); гимнастика для глаз – ежедневно по 3-5 мин. в любое свободное время в зависимости от интенсивности зрительной нагрузки с младшего возраста; спортивные праздники; клубная работа (клуб «Играй-ка»).

Физкультурно-оздоровительная работа в нашем ДООУ является одним из приоритетных направлений, поэтому наряду с перечисленными формами реализуются секционные занятия по физической культуре. Занятия проводятся с детьми 5-6 лет 2 раза в неделю по 30 мин.

Занятия с девочками включают аэробные упражнения. Аэробика считается одним из звеньев в развитии координационных способностей и функциональных сил организма у детей дошкольного возраста и, как следствие, влияет на укрепление здоровья детей.

Аэробика в детском саду способствует развитию не только координационных способностей детей, но и ловкости, гибкости, пластичности, красоты и точности движений включают в себя комплексы упражнений с предметами и без предметов для развития координации. Упражнения с палками, мячами, скакалками, совмещённые с танцевальными шагами, дают возможность координировать, сочетать работу всех групп мышц. На занятиях у детей развиваются координационные способности, поскольку используются общеразвивающие упражнения с разнообразными предметами, так как они вырабатывают точность движений, ритмичность, ловкость, умение правильно распределять силы.

Занятия с мальчиками включают элементы спортивных игр. В них используются лишь некоторые элементы техники спортивных игр, доступные и полезные детям дошкольного возраста. На основе этих, разученных детьми, элементов, могут быть организованы и игры, которые проводятся по упрощённым правилам.

Спортивные игры развивают психофизические качества: силу, быстроту, ловкость, выносливость. В спортивных играх у ребенка повышается умственная активность, ориентировка в пространстве, развивается сообразительность, быстрота мышления, происходит осознание собственных действий. Ребенок учится согласовывать свои действия с действиями товари-

щей; у него воспитывается сдержанность, самообладание, ответственность, воля и решительность; обогащается его сенсомоторный опыт, развивается творчество.

Чрезвычайно важно учитывать развивающую роль радости, сильных переживаний, незатухающий интерес к результатам игры. Увлеченность ребенка игрой усиливает физиологическое состояние организма [2, с. 241].

Подвижные игры с элементами спортивных игр требуют особой подготовки организма ребенка для их проведения. Для этого в детском саду мы применяем только те игры, которые дадут детям возможность быстрее овладеть элементами спортивных игр. С этой целью самое большое внимание уделяем играм с мячом. В этих играх дети овладеют навыками ловли, бросания, метания. Наблюдения позволили сделать вывод, что игры с мячом являются прекрасным средством физического и нервно-психического развития.

Используемые в комплексе физкультурно-оздоровительные технологии в итоге способствуют формированию двигательных качеств, укреплению здоровья и формируют у ребенка стойкую мотивацию на здоровый образ жизни.

Литература

1. Правдов М.А. Интеграция двигательной и познавательной деятельности детей на физкультурных занятиях в дошкольных образовательных учреждениях: дисс. ... д.п.н. – Шуя, 2003 – 419 с.

2. Степаненкова Э.Я. Теория и методика физического воспитания и развития ребенка: Учеб. пособие для студ. высш. пед. учеб. заведений / Э.Я. Степаненкова. – М.: Издательский центр «Академия», 2001. – 368 с.

3. Третьякова Н.В. Здоровьесберегающая деятельность образовательных учреждений: современное состояние и проблемы // Муниципальное образование: инновации и эксперимент. 2014. Т.1. С. 30-36.

4. Шаферова О.Е. Здоровьесберегающие технологии в педагогическом процессе ДОУ: Фестиваль педагогических идей «Открытый урок» / О.Е. Шаферова. – Режим доступа: <http://festival.1september.ru/articles/419288/>. Дата обращения 12.01.2012.

Синопальникова Н.Н, Туренко Н.Н.

Харьковский национальный педагогический университет имени Г.С. Сковороды,
Харьков, Украина

ОБЩИЕ И САНИТАРНО-ГИГИЕНИЧЕСКИЕ ТРЕБОВАНИЯ К ОРГАНИЗАЦИИ ЯСЛЕЙ НА СЛОБОЖАНЩИНЕ В КОНЦЕ XIX – НАЧАЛЕ XX СТ

Аннотация. В статье раскрыты сущность, задачи, общие и санитарно-гигиенические требования, которые предъявлялись при открытии яслей.