

тельности и отношений, которые формируют личность и влияют на других людей.

Определённые критерии и показатели сформированности социальной компетентности стали основой для выделения уровней сформированности этого качества у студентов: начальный, низкий, средний, достаточный и высокий.

Итак, социальная компетентность прежде всего связана с социальной средой, общественной жизнью, социальным здоровьем и предусматривает интеграцию человека в социуме, взаимодействие с ним, способность действовать в нем, то есть является показателем качественного уровня социализации. Именно это указывает на ситуативный и избирательный характер проявления социальной компетентности, что позволило определить такие ее характерные признаки как гибкость и дифференциальность. Очевиден и тот факт, что социальная компетентность – необходимое условие успешной деятельности будущего специалиста, предполагающее усвоение социальных знаний, умений и навыков, необходимых для выполнения социальных функций, которые снимают ощущение внутреннего дискомфорта и блокируют возможность конфликта с социальной средой.

#### *Литература*

1. Борбич Н. В. Аналіз рівня сформованості соціальної компетентності студентів педагогічного коледжу / Н. В. Борбич // Педагогічний дискурс : зб. наук. праць / гол. ред. І. М. Шоробура. – Хмельницький : ХГПА, 2012. – Вип. 13. – С. 36–42.
2. Гончарова-Горяньска М. Соціальна компетентність: поняття, зміст, шляхи формування в дослідженнях зарубіжних авторів / М. Гончарова-Горяньска // Рідна школа. – 2004. – № 7–8. – С. 71–74.
3. Лепіхова Л. А. Соціально-психологічна компетентність у психологічній взаємодії / Лора Лепіхова // Вища освіта України. – 2004. – № 3. – С. 2–4.

**Большакова И.В.**

Дошкольное образовательное учреждение –  
детский сад комбинированного вида «Страна чудес»,  
Новоуральск, Россия

## **ЗДОРОВЬЕСБЕРЕГАЮЩИЕ ТЕХНОЛОГИИ В ОБРАЗОВАНИИ: ПРОБЛЕМЫ ЭФФЕКТИВНОСТИ ПРИМЕНЕНИЯ**

*Аннотация.* Наметившаяся в последнее время устойчивая тенденция ухудшения здоровья дошкольников диктует необходимость поиска путей, позволяющих

изменить эту ситуацию. Без поддержки семьи решить задачи оздоровления невозможно. Парная гимнастика способствует усилению мотивационной готовности родителей к участию в оздоровительно-образовательном процессе.

*Ключевые слова:* дошкольники, здоровьесбережение, родители, парная гимнастика.

**Bolshakova I.V.**

Preschool educational institution - kindergarten of the combined kind "Wonderland",  
Novouralsk, Russia

## **HEALTH SAVING TECHNOLOGIES IN EDUCATION: APPLICATION EFFICIENCY PROBLEMS**

*Annotation.* The steady tendency of deterioration of preschool children health, which has outlined recently, dictates a necessity of search of the ways, allowing to change this situation. Without family support it is impossible to solve improvement problems. The gymnastics in pairs promotes strengthening of motivational readiness of parents to participation in improving and educational process.

*Keywords:* preschool children, health-saving, parents, gymnastics in pairs.

Дошкольный возраст является решающим этапом в формировании фундамента физического и психического здоровья ребёнка. В этот период идёт интенсивное развитие органов и систем организма. Наметившаяся в последнее время устойчивая тенденция ухудшения здоровья дошкольников диктует необходимость поиска путей, позволяющих изменить эту ситуацию. Без сотрудничества семьи и детского сада решить задачи оздоровления и здоровьесбережения невозможно. Семья и детский сад – среда, в которой ребёнок дошкольного возраста живёт, черпает необходимую информацию, учится проявлять инициативу и самостоятельность в различных видах деятельности и адаптируется к жизни в обществе. Для формирования позиции сотрудничества педагогов и родителей в вопросах сохранения, поддержания и обогащения здоровья субъектов педагогической деятельности необходимо обеспечение психолого-педагогической поддержки семьи и повышения компетентности родителей (законных представителей) в вопросах развития и образования, охраны и укрепления здоровья детей. На мой взгляд, этому способствует проведение парной гимнастики с родителями и детьми в условиях детского сада. Парная гимнастика решает следующие задачи:

- охрана и укрепление физического и психического здоровья детей, в том числе их эмоционального благополучия [2, с.3];

- создание благоприятных условий развития детей в соответствии с их возрастными и индивидуальными особенностями;
- формированию общей культуры личности детей, в том числе ценностей ЗОЖ, развития их физических качеств, инициативности, самостоятельности в двигательной деятельности [2, с.4].

При подготовке парной гимнастики планируется предварительная работа, которая включает:

- анкетирование, опросы родителей с целью определения уровня их компетентности в психолого-педагогических вопросах, стиля семейного воспитания;
- обследование уровня физической подготовленности ребёнка с целью определения оптимального уровня физических нагрузок;
- оформление выставок литературы, информационных листов, санбюллетеней, информации в родительском уголке с целью повышения уровня психолого-педагогической компетентности родителей.

Непосредственно парная гимнастика включает:

- *теоретическую часть* в виде лектория, семинара или практического занятия по определённой теме («Игра-восьмое чудо света», «Если ребёнок боится стоматолога») в рамках педагогического всеобуча для родителей в течение 10 минут;
- *совместную двигательную деятельность* пар «родитель-ребёнок» в разных видах ходьбы и бега, комплексе парных упражнений, подвижных играх. Постоянное наблюдение и страховка со стороны родителей позволяют предоставить детям большую свободу действий, что способствует более качественному освоению основных движений, развитию таких физических качеств, как координация и гибкость. Продолжительность данной части парной гимнастики и количество парных упражнений зависит от возраста детей: 3-4 года – 15 минут, 3-4 упражнения выполняются 3-4 раза; 4-5 лет – 20 минут, 5-6 упражнений выполняются до 8 раз; 5-6 лет – 25 минут, 6-7 упражнений выполняются до 10 раз;
- *заключительную часть*, включающую методы и приёмы, которые способствуют появлению у родителей мотивации организовать работу по сохранению и укреплению здоровья детей и приобщению к ЗОЖ в домашних условиях. К таким методам относятся: вручение подарков-заданий, карточек выполнения парных упражнений, проведение аутотренинга с «заряженной» водой, чаепитие с лекарственными тра-

вами, на котором родители могут поделиться своими впечатлениями, включиться в дискуссию по вопросам здоровьесбережения детей.

Последующая работа дома предполагает:

- выполнение парных физических упражнений и подвижных игр с опорой на картинку-алгоритм;
- работу с «Дневничками здоровья» (рисование картинки «тёплого дома», где нет страха, тревоги, гнева, грусти, а есть душевное тепло, ласка, любовь; подобрать картинки полезных продуктов, эмоциональных состояний, факторов здоровья и т.д.);
- изготовление атрибутов для подвижных игр, нестандартного физкультурного оборудования;
- изготовление «Уголка Мойдодыра»;
- оформление домашних газет по темам «Как я провёл лето», «папа, мама, я – спортивная семья» и т.д.;
- составление рассказов по темам «Почему я с физкультурой дружу», «Где живут витамины» и т.д.

В разных частях парной гимнастики используются: дыхательные упражнения, пальчиковые упражнения, глазодвигательная гимнастика, точечный массаж, подвижные и спортивные игры, игры и упражнения, направленные на профилактику и коррекцию плоскостопия и нарушения осанки, релаксационные упражнения.

Эффективность использования в практике работы технологии парной гимнастики подтверждается положительными результатами для всех субъектов оздоровительно-образовательных отношений.

Для детей:

- создание позитивного эмоционального настроения по отношению к физической культуре и своему здоровью;
- развитие физических качеств;
- накопление и обогащение двигательного опыта;
- формирование начальных представлений о ЗОЖ;
- формирование активности и самостоятельности.

Для родителей:

- повышение личной компетентности в вопросах развития и образования, охраны и укрепления здоровья детей;
- усиление мотивационной готовности к участию в оздоровительно-образовательном процессе;
- установление эмоционального и тактильного контакта с ребёнком.

Для педагогов:

- способствует эффективному решению задач, направленных на охрану и укрепление физического и психологического здоровья воспитанников за счёт активизации родителей;
- способствует установлению эмоционального контакта между педагогами, детьми и родителями.

Всё это способствует тому, что здоровый образ жизни, к которому приучают ребёнка в образовательном учреждении, находит каждодневную поддержку и дома, и тогда закрепляется, приводя и педагогов, и родителей к закономерному результату: сохранению и укреплению здоровья детей дошкольного возраста.

#### *Литература*

1. Токаева Т.Э. Парная гимнастика для дошкольников и их родителей // Учебно-методическое пособие. Пермский государственный педагогический университет. Пермь, 1999
2. Федеральный государственный образовательный стандарт дошкольного образования от 17.10.2013 г. № 1155

**Бурмистрова Н.И.**

Московский государственный областной социально-гуманитарный институт,  
Коломна, Россия

### **ВАЛЕОЛОГИЯ КАК ПРЕДМЕТ ПОДГОТОВКИ СПЕЦИАЛИСТОВ В ОБЛАСТИ СОЦИАЛЬНО-КУЛЬТУРНОГО СЕРВИСА И ТУРИЗМА**

*Аннотация.* Ухудшение здоровья населения РФ подчеркивает особую актуальность проблемы физической реабилитации и здоровьесбережения в различных сферах обслуживания населения, в частности в социально-культурном сервисе и туризме.

*Ключевые слова:* валеология, студенты, физическая реабилитация, здоровьесбережение, учебная дисциплина.

**Burmistrova N.I.**

Moscow State Regional Socio - Humanitarian Institute,  
Kolomna, Russia

### **VALUEOLOGY AS A MATTER OF TRAINING IN THE FIELD OF SOCIO - CULTURAL SERVICES AND TOURISM**

*Abstract.* Deteriorating health of the Russian population emphasizes the special relevance of physical rehabilitation and health preservation in various service sectors of the population, particularly in the socio-cultural service and tourism.