

Рациональная организация занятий, выполнение правил и требований гигиены, активный двигательный режим становятся результатом овладения учащимися знаниями по здоровому образу жизни.

РЕЗУЛЬТАТЫ ВНЕДРЕНИЯ В ОБРАЗОВАТЕЛЬНЫЙ ПРОЦЕСС ЗДОРОВЬЕФОРМИРУЮЩИХ ТЕХНОЛОГИЙ ФИЗИЧЕСКОГО ВОСПИТАНИЯ В УСЛОВИЯХ СЕВЕРА

Г. И. Семенова

Тобольск

В последние годы наблюдается тенденция ухудшения состояния здоровья детей. Основные причины этого находятся в сфере условий жизни и воспитания детей. В условиях Севера экологическая обстановка так же отрицательно сказывается на показателях соматического здоровья детей. Как показывают медицинские осмотры, количество учащихся со сколиозами, плоскостопием и другими заболеваниями за время учебы в образовательных учреждениях с каждым годом возрастает. Однако внедрение в учебный процесс разнообразных авторских программ часто достигается за счет здоровьенарушающих, а не здоровьесформирующих технологий.

Анализ литературы и практики показал, что на сегодняшний день имеются определенные наработки в области разработки и использования технологий, улучшающих состояние здоровья детей. Так, В. У. Агеевец предлагает использовать элементы йоги в физическом воспитании детей и подростков, Н. В. Седых в работе с дошкольниками использует оздоровительные технологии, включающие в себя закаливание, самомассаж, психическую саморегуляцию а также методику биоуправления на обратных связях (БОС), С. Б. Шарманова предлагает в физическом воспитании детей дошкольного возраста использовать круговую тренировку [1; 2; 3].

Регион Тюменской области имеет свои особенности, как социально-экономические, так и климато-географические и экологические. В монографии В. Р. Кучмы (1999) приводятся данные по состоянию здоровья и образу жизни детей Приполярья на примере Надымского района ЯНАО. Данных по другим районам Тюменской области явно недостаточно.

Нами накоплен многолетний опыт по разработке и внедрению здоровьесформирующих технологий в работу с детьми дошкольного и младшего школьного возраста (дыхательная и корригирующая гимнастика, элементы хатха-йоги, БОС и т. д.), который позволил выявить существенные изменения (укрепление здоровья, повышение защитных сил организма, улучшение показателей физического развития). За последние десять лет работа по использованию здоровьесформирующих технологий была проведена в Ляминской и Русскинской школах-интернатах Сургутского района, в дошкольных учреждениях Нового Уренгоя, п. Пангоды и т. д. Хорошие результаты получены в Каркатеевской школе Нефтеюганского района. Изучив опыт инновационной работы Сургутской и Чайковских школ, коллектив школы поставил перед собой задачу спроектировать индивидуальную траекторию формирования физической культуры личности через учебно-тренировочную специализацию. Оздоровительная программа включала в себя корригирующую гимнастику, бег умеренной интенсивности, шейпинг, дыхательную гимнастику с использовани-

ем метода биологической обратной связи (БОС). В Овгортской школе-интернате ЯНАО на протяжении нескольких лет проводился эксперимент по укреплению здоровья школьников. В программу уроков были внесены такие элементы оздоровления, как босохождение и воздушные ванны, а также аутотренинг. В Новом Уренгое в клубе «Контакт» в группах ОФП успешно внедряются, начиная с 4–5 лет, элементы закаливания (хождение босиком по снегу, массаж с помощью игольчатых ковриков, контрастные воздушные ванны за счет установки кондиционеров в разных концах зала с разной температурой воздуха). Заключительным этапом каждой тренировки является фитотерапия и витаминизация. Одним из видов водного закаливания является контрастный душ, который использовался в начале и в конце каждого занятия. В другом образовательном учреждении Нового Уренгоя (детском саду «Золотой петушок») успешно внедряются различные оздоровительные технологии, основанные на учете сезонных биологических ритмов Севера. В физкультурные занятия и в режимные моменты включаются элементы хатха-йоги, дыхательные упражнения А. Стрельниковой, точечный и игровой массаж.

В результате внедрения здоровьесформирующих технологий были получены положительные результаты. Так, после 2 лет занятий в клубе «Контакт» Нового Уренгоя к нулю сводится количество пропусков по болезни. Также наблюдается достоверный прирост показателей развития физических качеств. Таким образом, анализ литературы и многолетний опыт инновационной работы подтверждает эффективность сочетания традиционной физической культуры и здоровьесформирующих технологий с целью улучшения показателей соматического здоровья детей.

Литература

1. *Агеев В. У.* Внедрение оздоровительных систем йоги в практику психофизической рекреации [Текст] / В. У. Агеев, Т. В. Састамойнен // Теория и практика физической культуры. 2004. № 5.
2. *Седых Н. В.* Педагогическая система формирования основ здорового образа жизни детей в дошкольных образовательных учреждениях [Текст]: автореф. дисс. ... д-ра пед. наук / Н. В. Седых. Волгоград, 2006.
3. *Шарманова С. Б.* Инновационные подходы в физическом воспитании детей дошкольного возраста [Текст] / С. Б. Шарманова, А. И. Федоров // Физическая культура: воспитание, образование, тренировка, 2004. № 4.

НОРМИРОВАНИЕ ВНЕУЧЕБНОЙ РАБОТЫ ПРЕПОДАВАТЕЛЕЙ ВУЗА КАК ИНСТРУМЕНТ ОЦЕНКИ КАЧЕСТВА ПРОФЕССИОНАЛЬНО-ПЕДАГОГИЧЕСКОЙ ДЕЯТЕЛЬНОСТИ

С. Г. Сериков

Челябинск

Одним из важнейших условий роста качества образовательного процесса в вузе в целом является повышение качества профессиональной деятельности профессорско-преподавательского состава. Для того, чтобы говорить о повышении качества работы, необходимо в первую очередь определиться с показателями и критериями его оценки. Это позволяет дать количественную характеристику ре-