

Качество учебно-методического обеспечения, включающего в себя индивидуальные программы, учебные пособия, методические рекомендации. Наиболее перспективное направление в совершенствовании организации физического самовоспитания - это его гуманизация, которая предусматривает свободу выбора занимающимися форм занятий (в том числе и регламентированных учебными программами), свободу выбора режимов интенсивности занятий и планирование их результативности, возможность беспрепятственного изменения вида физической активности в соответствии с интересами занимающегося (бюджет свободного времени). Основным направлением преобразований в системе физкультурного воспитания является его спортизация, охватывающая возможно большее число форм и технологий, обеспечивающих освоение физкультурных ценностей учащимся. При этом ведущими факторами изменения физического и психофизиологического состояния человека является тренировка и образовательная подготовка.

Интерес к физической культуре как интегральный результат мотивационных процессов формируется на основе естественной (первичной) потребности индивида в движениях, в новых впечатлениях, в новой информации. На основе интереса формируется активность в физическом совершенствовании как форма проявления личности учащегося. В результате активности возникает привычка и вторичная (духовная) потребность личности в физическом самовоспитании.

На основе этой вторичной потребности могут формироваться новые мотивы и интересы, а именно (достичь более высоких результатов, стать привлекательнее, стройнее, сохранить физическую подготовленность и, наконец, быть просто здоровым).

Интересы, активность, привычка и потребности вместе и в целом определяют отношение к физической культуре.

Самостоятельные занятия учащегося физическими упражнениями - высшая ступень процесса формирования интереса к физической культуре.

Веденина О.А. (РГППУ, г. Екатеринбург)

ИННОВАЦИОННЫЕ ПЕДАГОГИЧЕСКИЕ ТЕХНОЛОГИИ ФИЗИЧЕСКОГО ВОСПИТАНИЯ ДЕТЕЙ В ДОУ

Физическое развитие дошкольников – это процесс формирования потребности в здоровом образе жизни, коррекция двигательной активности

детей, развитие физических качеств личности, оздоровление детского организма. В связи с этим, многие ученые и практики разрабатывают инновационные педагогические технологии физического воспитания детей в дошкольных образовательных учреждениях.

В отличие от традиционного подхода, личностно-ориентированная модель отводит педагогу иную роль, заключающуюся в организации такой образовательной среды, которая обеспечит возможность реализации индивидуальных интересов, возможностей, потребностей и способностей, то есть самостоятельной деятельности и эффективного накопления ребенком своего личного опыта. В связи с этим представляет значительный интерес технология, используемая в «Центре театральной педагогики», действующем на базе детского сада №422 «Лорик» в г. Екатеринбурге. Физическое развитие воспитанников является неотъемлемой частью этой технологии.

В «Центре театральной педагогики» в основу процесса развития ребенка дошкольного возраста легли следующие постулаты: идти от жизненного опыта ребенка, от его потребностей и интересов, потенциальных способностей; соизмерять преподносимый ребенку материал с качеством и характером пережитых или переживаемых им эмоций и на этой естественной основе развивать его дальше.

Предметное обучение, начинающееся с 3-х летнего возраста, не означает, что в детском саду все подчинено изучению той или иной образовательной области и занятия проводятся в режиме школьного урока. В основе лежит **игра** – самая естественная из всех потребностей ребенка познающего окружающий мир; универсальная модель коллективного творчества, средство становления ребенка как субъекта образовательного процесса.

Организационно-содержательные предметно-игровые блоки:

- Творческая игра как введение в социальный опыт и предметный мир.
- Здоровье и физическая культура.
- Познавательное развитие. Ознакомление с окружающим.
- Развитие речи. Приобщение ребенка к книге.
- Словесность.
- Царство природы.
- Исследовательская деятельность
- Живая математика.
- Введение в язык искусства.
- Изобразительная деятельность как эстетическая игра реализуется в художественной мастерской (рисование, лепка, аппликация).

- Конструирование.
- Театрализованная деятельность.
- Музыка в жизни ребенка.
- Художественная мастерская.

При всем многообразии изучаемых предметов соблюдается принцип комплексности. Педагогический процесс охватывает все основные направления развития ребенка: физическое, художественно-эстетическое, познавательно-речевое, социально-личностное, предусматривается система мер по охране и укреплению здоровья детей. Использование парциальных, авторских программ успешно сочетается с общепринятыми – традиционными. При всем при этом в детском саду происходит рождение новых, нетрадиционных направлений, таких как «Введение в язык искусства», «Музыка-речь-движение» и др.

Таким образом, происходит возрастание ценности творческого видения мира ребенком, что превращает образование из традиционного, ориентированного (знания, умения, навыки), в развивающее и опережающее. Смыслом образования становится самореализация в различных видах деятельности. У ребенка появляется возможность стать индивидуальным, уникальным субъектом жизни.

Необходимо учитывать, что дошкольный возраст-это возраст игры. Общеизвестно, что дошкольники много и с удовольствием играют и легче воспринимают задание взрослого, если оно имеет игровую форму.

Основные подходы к развитию игровой деятельности детей:

– Обеспечение условий для разнообразной игровой деятельности детей, свободного выбора ребенком вида игры, соответствующего его интересам.

– Развитие у детей инициативы и самостоятельности в игре, активности в реализации игровых замыслов.

– Поощрение свойственного детям этого возраста стремления смастерить своими руками недостающие для игры предметы.

– Формирования у детей умений создавать новые разнообразные сюжеты игры, согласовывать замыслы с партнерами, придумывать новые правила игры и соблюдать соглашение относительно принятых совместно правил в процессе игры.

– Игра форма организации жизни детского сообщества. Педагог внимателен к отношениям, складывающимся между детьми в игре, способствует укреплению детских игровых объединений.

– Совершенствование умения детей регулировать поведение на основе творческих игровых замыслов и комплекса игровых правил.

– Поощрение самостоятельной игры детей во всех ее формах.

– Поддержка интереса детей к свободной игре-импровизации по мотивам сказок, литературных произведений, собственных сочинений.

– Стимулирование участников игры к использованию выразительных средств (речи, жестов) при передаче характера исполняемого персонажа.

Ценность рассматриваемой технологии заключается в комплексном подходе обучению воспитанников. При этом развитие физических качеств детей неразрывно связано с развитием иных направлений становления личности ребенка.

В основе игры, применяемой на занятии по физическому воспитанию, лежит определенный сценарий «Путешествие по реке», «Поход в джунгли» и т.д. В рамках общего сценария существуют ситуационные мини-игры, рассчитанные на развитие кондиционных физических качеств, это «велосипед», «крокодил», «переправа через реку» и др. Единство сюжетной линии занятия позволяет в большей мере заинтересовать детей, поскольку стремление достичь цели, изначально обозначенной в сценарии «освободить принцессу», «найти клад» облегчает переход к изучению более трудных упражнений и позволяет значительное время удерживать внимание воспитанников.

Веневцева Ю.Л., Мельников А.Х., Кашмина Е.О. (ТГУ, г. Тула)

ДИНАМИКА ФУНКЦИОНАЛЬНОГО СОСТОЯНИЯ ЛИЦ МОЛОДОГО ВОЗРАСТА В РАЗНЫЕ ФАЗЫ ИНДИВИДУАЛЬНОГО ГОДОВОГО РИТМА

Повышение эффективности физического воспитания в вузе является актуальной задачей, особенно в условиях постоянно снижающегося уровня здоровья студентов и «омоложения» болезней сердечно-сосудистой системы. В этих условиях возрастает значимость индивидуализации физических нагрузок, одним из критериев которой может являться дата рождения.

Появившиеся в последнее время работы свидетельствуют о наличии индивидуальной периодичности физиологических функций, начинающейся от дня рождения – индивидуального года (ИГ). У здоровых юношей и девушек в 4 триместре ИГ была повышена частота выявления гипертонии, повышен индекс напряжения регуляторных систем, снижена физическая работоспособность и иммунитет (Барбараш Н.А. и соавт., 2000; Прокашко И.Ю., Чичиленко М.В., 2003). Число смертельных случаев от болезней сердечно-сосудистой системы возрастает в 12 месяц ИГ для мужчин и женщин, у пожилых людей также опасным является и 1 месяц ИГ, худшими