

Новоуральского городского округа. Из 322 обучающихся, принявших участие в тестировании, в «группу риска» вошли 18 человек, что составило 5,6 %. С этими обучающимися и нужно проводить более активную профилактическую работу.

Становится особо важной роль различных программ, помогающих подрастающему поколению избежать вредных привычек и противопоставлять им навыки здорового образа жизни.

Нами разработана информационно-профилактическая программа «Наш выбор-жизнь!», базой реализации которой в 2013-2014 годах станут общеобразовательные и средне-специальные учреждения города Новоуральска. Цель нашей программы: сформировать у подростков устойчивый иммунитет к употреблению наркотических средств через информирование и обучение навыкам здорового образа жизни.

Основными направления программы является информационно-просветительская работа со школьниками и обучающимися в учреждениях начального и среднего профессионального образования Новоуральского городского округа, направленная на повышения уровня знаний о вреде наркомании и последствиях и помощь подрастающему поколению избежать вредных привычек и противопоставить им навыки здорового образа жизни, а также проведение массовых акций и мероприятий агитационного характера за здоровый образ жизни.

Наркомания – это бедствие, против которого общество должно воздвигнуть постоянный барьер. Лучшая методика борьбы с наркоманией – профилактика. Необходимо проводить профилактику, для формирования психологического иммунитета, то есть вызвать у людей, в частности подростков отрицательное отношение к наркотикам.

Необычайно трудно помочь тем, кого дурная страсть уже превратила в рабов шприца или таблеток, поэтому нам нужно бороться с первопричинами этого тяжелого недуга, которыми являются безделие, скука, эгоизм, недостаток доброжелательности, недостаток общения и разнообразия в жизни и это в наших силах!

Литература

1. *Целинский, Б. П.* Актуальные проблемы профилактики наркомании / Б. П. Целинский // Нарконет. 2012. №1. С. 30.

2. *Меринов, А. Е.* Отчет о поведении тестирования обучающихся в общеобразовательных учреждениях и учреждениях начального и среднего профессионального образования г. Новоуральска на наличие психоактивных веществ в 2012 году: отчет заведующего наркологическим отделением ФГБУЗ ЦМСЧ №31 ФМБА России / А. Е. Меринов. – Новоуральск, 2012.

Исаева Г. В.

Уфимский государственный университет экономики и сервиса,
Уфа, Россия

ОЦЕНКА ЭФФЕКТИВНОСТИ ФИЗКУЛЬТУРНО-ОЗДОРОВИТЕЛЬНОЙ ДЕЯТЕЛЬНОСТИ ДОШКОЛЬНОГО ОБРАЗОВАТЕЛЬНОГО УЧРЕЖДЕНИЯ

Аннотация. Дан анализ физкультурно-оздоровительной деятельности дошкольного образовательного учреждения. Показана сеть мероприятий, принципы работы и условия.

Ключевые слова: дошкольное образовательное учреждение, воспитание, развитие, занятия, здоровье.

PERFORMANCE EVALUATION OF PHYSICAL EXERCISE HEALTH OF PRE-SCHOOL EDUCATIONAL INSTITUTIONS

Abstract. Analysis of sports and recreational activities for pre-school educational institutions. Showing events, working principles and conditions.

Keywords: pre-school educational institution, education, development, employment, health.

Научные основы физической культуры закладывались в России выдающимися учеными П. Ф. Лесгадом, И. И. Сичиновым, И. П. Павловым, П. А. Покровским, П. Ф. Кактеревым и др. Значительный вклад в ее развитие внесли виднейшие ученые XX века: врачи – В.В. Ориневский, А. И. Чулитская, Е. А. Аркин и др.; педагоги – А.И. Быкова, Е. Г. Гориневская, М. Ю. Истякова, Т. И. Осокина и др.; психологи – А. В. Запорожец, А. С. Выгодский, А. Н. Леонтьев и др. В современных условиях всё ускоряющегося темпа жизни и возрастания напряженности социальных отношений здоровье становится одним из основных условий успешности любого человека. Здоровье и развитие тесно взаимосвязаны, именно поэтому возрастает роль детского сада во всестороннем развитии детей. Здоровье подрастающего поколения России неуклонно ухудшается по всему спектру критериев принятых для его оценки в системе здравоохранения. Не малая доля причин связана с недостаточным уровнем организации и количества оказания медицинских услуг, особенно в области профилактики болезней в условиях непрерывной реструктуризации, реформирования самой системы охраны здоровья детей. Здоровье детей дошкольного возраста социально обусловлено и зависит от состояния окружающей среды, здоровья родителей и наследственности, условия жизни и воспитания ребенка в семье и образовательном учреждении.

Современная статистика свидетельствует: здоровье детей от рождения к моменту поступления в школу не улучшается, а ухудшается, что отрицательно влияет на процесс усвоения школьной программы. Поэтому необходимо вести работу по укреплению здоровья детей именно в дошкольного возраста.

Дошкольное воспитание играет значительную роль в жизни общества, создавая условия для дальнейшего развития человека, движения служат обязательным условием формирования всех систем и функций организма, обогащая новыми ощущениями, понятиями, представлениями. С целью укрепления здоровья ребенка и совершенствования организма средствами физической культуры особое внимание следует уделять физкультурно-оздоровительной работе с детьми, что является одной из главных задач дошкольного образования. [2; 3] Физическое здоровье детей неразрывно связано с их психическим здоровьем, эмоциональным благополучием. Система физкультурно-оздоровительной работы включает лечебно-профилактические и физкультурно-оздоровительные мероприятия.

Ежедневно в начале года ДОУ составляет план оздоровительных мероприятий на год:

1. Утренняя гимнастика (ежедневно в течение года).
2. Гимнастика после сна (ежедневно в течение года).
3. Дыхательная гимнастика (2 раза в неделю).
4. Точечный массаж (в период эпидемии ОРЗ).
5. Воздушные ванны (перед сном, после сна).
6. Физкультурные занятия (3 раза в неделю).
7. Проветривание группы (ежедневно в течение года).
8. Пальчиковая гимнастика (3 раза в неделю).

9. Полоскание горла (ежедневно).
10. Витаминизация: соки, напитки, сиропы, витамины (ежедневно).
11. Профилактические прививки.
12. Закаливание солнцем, водой (в летний период).
13. Профилактика плоскостопия (ежедневно).
14. Профилактика осанки детей (ежедневно).
15. Физкультминутки (ежедневно).
16. Подвижные игры (ежедневно).
17. Прогулки (ежедневно).
18. Проводить работу с родителями по профилактике оздоровительных мероприятий (в течение года).

Уровень социализации дошкольника во многом зависит от полноценного физического воспитания, по мнению академика Н. М. Амотова, ребенок конца XX – нач. XI вв. сталкивается с 3 основными пороками цивилизации:

1. Накопление отрицательных эмоций без физкультурной разрядки.
2. Переедание.
3. Гиподинамия.

Исходя из понятия «здоровый ребенок – успешный ребенок», считаем невозможным проблемы воспитания социально адаптированной личности без осуществления системы мероприятий по оздоровительной работе и физическому воспитанию детей. Поэтому в настоящее время в качестве одного из приоритетных направлений педагогической деятельности выделяют создание здоровьесохраняющей среды в условиях ДООУ. Эффективность физкультурно–оздоровительной работы ДООУ во многом зависит от взаимодействия воспитателей, мед. сестрой, муз. руководителем, психологом. Предварительно составляется, совместные планы деятельности включают в себя консультации для воспитателей и родителей. Для полноценного физического развития детей и удовлетворение их потребностей в движении и оздоровлении в ДООУ созданы все условия: мини-спортзалы; спортивные площадки; музыкальный зал; кабинет медработника [1; 4-30]

Основными принципами оздоровительной работы с детьми выделяют: главный приоритетный принцип – развития воображения через особенные формы двигательной активности детей. Развития воображения становится необходимым внутренним условием при построении и проведении оздоровительной работы с дошкольниками. Двигательными эталонами задаются в готовом виде, а в проблемной форме «игровое экспериментирование, имитация, двигательные парадоксы, инсценировки, перевоплощения, импровизация». При этом ребенок выступает не как объект медико – педагогических воздействий.

Формирование осмысленной моторики – это второй принцип оздоровительной работы с детьми. Для реализации этого принципа предлагается:

1. Ориентироваться на позу как выразительную характеристику положения тела в пространстве по средствам игровых упражнений «Стоп кадр» (имитация «лошадка перед прыжком»), «Скульптур и глина», контрастных поз «перевертышей» («собака на заборе»);
2. Осваивать навыки рационального дыхания с помощью специальных дыхательных упражнений («рисование» дыханием в воздухе воображаемых фигур, дыхание в контрастном ритме с изображением различных объектов – «паровозик» и др.);
3. Водить ребенка в зону ближайшего развития собственных двигательных возможностей по средствам диалога с органами собственного тела как самостоятельно действующими лицами.

Третий принцип оздоровительной работы – создание и закрепление целостного позитивного психосоматического состояния при выполнении различных видов деятельности реализации его происходит благодаря многофункциональности развивающих форм оздоровительной работы – игры с элементами массажа с воздействием на биологически активные точки кожи. Так, игровые упражнения «Лепим умелую и уверенную руку» может применяться на занятиях по изобразительной деятельности, конструированию, при обучении игре на музыкальных инструментах, овладение элементами навыка письма.

Формирование у детей способности к содействию и сопереживанию – это четвертый принцип формирования оздоровительной работы с детьми. [3; 68-70]

За период проведения физкультурно – оздоровительной работы в ДОУ улучшается физическое развитие детей, укрепляется их здоровье, снижается норбидность. В результате внедрения физкультурно- оздоровительной работы в режим дня в ДОУ удастся добиться улучшения состояния детей, повышение уровня функциональных возможностей и моторного развития, что подтверждается результатами обследования детей при поступлении в школу. Успешное решение всех поставленных задач возможно лишь при условии комплексного использования всех средств физического воспитания.

Таким образом, предлагаемая физкультурно – оздоровительная программа способствует росту функциональных возможностей организма ребенка, что подтверждается позитивными изменениями основных функциональных показателей регистрируемые в течении ряда лет.

В процессе целенаправленной, систематической работы мы достигаем ожидаемых результатов в ДОУ, таких как:

1. осознание взрослыми детьми понятия «здоровья» и влияние образа жизни на состояние здоровья;
2. повышение уровня ориентации современным условиям жизни;
3. овладение навыками самообразования;
4. снижение уровня заболеваемости.

Литература

1. *Александрова, Е. Ю.* Дошкольник. Оздоровительная работа в ДОУ / Е. Ю. Александрова. – Волгоград, 2007. – 867 с.
2. *Моргунова, О. Н.* Физкультурно–оздоровительная работа в ДОУ / О. Н. Моргунова. – Воронеж, 2005. –125 с.
3. *Соломинникова, О. А.* Дошкольное воспитание и развитие: методическое пособие / О. А. Соломинникова. – Москва, 2010. –216 с.

Исмагилова Т. В., Михайлов В. С.

Уфимский государственный университет экономики и сервиса,
Уфа, Россия

ЭФФЕКТИВНОСТЬ ЗДОРОВЬЕСБЕРЕГАЮЩЕЙ ДЕЯТЕЛЬНОСТИ СТАРШЕЙ ШКОЛЫ

Аннотация. В условиях ускорения развития общества и качественной трансформации всех аспектов жизни общества, потребность в физической подготовленности учащихся старшей школы увеличивается. Необходимо приобщить учащихся к регулярным занятиям спортом, сформировать знания, двигательные умения и спортивные навыки в виде спорта.

Ключевые слова: общество, учащиеся, спорт, развитие, концепция,