

мероприятиям в условиях образовательного учреждения. А во-вторых – выяснить как влияет количество занятий в неделю на состояние здоровья студентов.

Исследование было проведено среди учащихся 3-го курса сначала методом анкетирования. На вопрос, предложенный анкетой «количество учебных занятий физической культурой. По вашему мнению, следует увеличить?», юноши ответили «да» – 62%, девушки – 24%. На вопрос «Что для вас является наибольшей помехой для самостоятельных регулярных занятий физической культурой, двигательной деятельностью». Из предложенных вариантов ответов, юноши и девушки выбрали – «отсутствие свободного времени» – по 60%.

Затем, опрошенные нами студенты (девушки) основной медицинской группы, которые были разделены на подгруппы: 1 – не регулярно посещающие занятия физической культурой; 2 – занимающиеся по четыре часа в неделю; 3 – имеющие дополнительные занятия по избранным видам двигательной активности.

Для определения уровня здоровья мы использовали экспресс-оценку физического здоровья, созданную авторами Хрущевым С. В., Поляковым С. Д., Ивановым И. Л. Комплекс, состоящий из 5 морфологических и функциональных показателей (массо-ростовой индекс Кетле; индекс Робинсона; индекс Скибинского; индекс мощности Шаповаловой В. А.), имеющих наивысшую степень взаимосвязи с уровнем общей выносливости и с острой заболеваемостью.

Далее по таблицам каждому показателю дают оценку в баллах. После рассчитывается общая сумма баллов, которой и определяется уровень физического состояния: 2 – 7 баллов – низкий; 8 – 10 баллов – ниже среднего; 11 – 15 баллов – средний; 16 – 20 баллов – выше среднего; 21 – 25 – высокий. Кроме средней оценки уровня физического здоровья, данный тест дает возможность определения «слабых мест» организма каждого студента. Учет этих данных позволяет планировать соответствующие мероприятия по их оздоровлению и подбирать рациональный двигательный режим.

В результате проведенных исследований выяснилось, что средняя оценка физического здоровья студенток, занимающихся не регулярно, составляла – 7 баллов (низкий), два раза в неделю – 12 баллов (средний), более двух раз – 17 баллов (выше среднего) (табл.1).

Таблица 1

Показатели среднего значения экспресс-оценки  
физического здоровья студентов

Параметры	1 группа n=13	2 группа n=11	3 группа n=10
Индекс Кетле (г/см)	429,0 ± 27,2	329,3 ± 15,3	352,0 ± 12,3
Индекс Робинсона (усл.ед)	103,6 ± 5,4	78,5 ± 5,1	66,5 ± 5,1
Индекс Скибинского (усл.ед)	767,6 ± 360,0	2250,4 ± 400	5100,4 ± 400,2
Индекс Шаповаловой (усл.ед)	221,7 ± 8,1	246,7 ± 5,3	353,4 ± 2,3
Индекс Руфье (усл.ед)	12,1 ± 3,0	11,3 ± 3,0	8,7 ± 1,1

Кроме того, обращает на себя внимание положительное воздействие занятий физической культурой на тренированность сердечно-сосудистой (индекс Руфье) и дыхательной (индекс Скибинского) систем.

Отсюда можно сделать вывод, что только дополнительные занятия физическими упражнениями, их регулярность могут способствовать укреплению состояния здоровья студентов.

**Глазкова Г. Б.**

Ульяновский государственный педагогический университет,  
Ульяновск, Россия

### **ИНТЕГРИРОВАННЫЙ ПОДХОД В ОБРАЗОВАТЕЛЬНОМ ПРОЦЕССЕ ФИЗИЧЕСКОГО ВОСПИТАНИЯ ШКОЛЬНИКОВ, ИМЕЮЩИХ ОТКЛОНЕНИЯ В СОСТОЯНИИ ЗДОРОВЬЯ**

*Аннотация.* В статье изложены аспекты содержания и организации физкультурно-образовательного процесса школьников, имеющих отклонения в состоянии здоровья, на основе принципа межпредметных связей.

*Ключевые слова:* физическое воспитание, школьники с отклонениями в состоянии здоровья, межпредметные связи, познавательный интерес, двигательная активность, билингвистическое культурно – историческое наследие, проектная деятельность.

**Glazkova G. B.**

Ulyanovsk State Pedagogical University,  
Ulyanovsk, Russia

### **AN INTEGRATED APPROACH TO THE EDUCATIONAL PROCESS OF PHYSICAL TRAINING OF PUPILS WITH DEVIATIONS IN A STATE OF HEALTH**

*Abstract.* In this article describes aspects of the contents and organization of physical culture and educational process, pupils with variations in health status, based on the principle of interdisciplinary relations.

*Keywords:* physical education, pupils with variations in health status, interdisciplinary communications, cognitive interest, motor activity, bilingual cultural - historical heritage, project activities.

Единственное условие, которое даст возможность России стать конкурентным обществом в мире 21 века - это модернизация и инновационное развитие, что, по словам президента РФ, и обеспечит достойную жизнь всем нашим гражданам (Национальная образовательная инициатива «Наша новая школа», приказ президента РФ № 271 от 04.02.2010г.).

В этом направлении именно школа и будет решать конкретные задачи в становлении каждого ребёнка как разносторонне развитой личности, способной построить данное конкурентно способное общество.

Всё это возможно реализовать только в том случае, если подрастающее поколение будет иметь хороший уровень здоровья и силы для активной творческой самореализации в современном высокотехнологичном мире. Именно поэтому, главная задача школьного физического воспитания сегодня – дать учащимся целостные знания о пользе и значимости здорового образа жизни, создать и привить познавательный интерес к занятиям физическими упражнениями, сформировать у них потребность в ежедневной двигательной активности. Особенно это касается школьников с ослабленным здоровьем, отнесённых к подготовительной и специальной медицинской группам.

Учащиеся с отклонениями в состоянии здоровья чаще всего освобождены или не посещают уроки физической культуры. В результате малой двигательной деятельности у школьников возникает дефицит мышечной активности, что ведёт к

различным патологическим процессам, снижению сопротивляемости и неспецифической устойчивости организма и, соответственно, к хроническим заболеваниям.

Следовательно, физкультурно-образовательный процесс рассматриваемой в работе категории школьников, нуждается в особом внимании, корректировании содержания, грамотном использовании всех имеющихся научно-практических достижений в указанной области.

В рамках обозначенной проблемы, мы предположили, что оптимизация учебного процесса по физическому воспитанию на основе создания у детей с ослабленным здоровьем, познавательного интереса к предмету «физическая культура» по принципу межпредметных связей приведёт к усилению оздоровительного эффекта через осознанное применение усвоенных знаний умений и навыков не только в школе, но и в режиме досуга и выходного дня.

В соответствии с новыми стандартами, в итоге образовательного процесса выпускник школы должен обладать целостным социально-ориентированным взглядом на мир в его единстве и разнообразии.

Всё это возможно претворить в жизнь только на основе расширения межпредметных связей. Данное направление в образовательном процессе даёт возможность учителю преподавать, а школьникам – получать, более целостными, применимыми в быту и социуме, знания, умения и навыки в области физической культуры.

Именно синтез и структуризация программного материала таких учебных предметов, как «биология», «анатомия», «физика», «экология», «история» (культурно – историческое наследие), «английский» (сравнение с другими культурами) позволят активизировать формы и методы обучения, усилить системность знаний учащихся, и как следствие, осознанно применять им физические упражнения дома и в школе [2, 3].

Основываясь на том, что межпредметные связи комплексно воздействуют на личность школьника, развитие его познавательных и нравственных качеств, мы решили интегрировать содержание уроков (физической культуры, русского языка и английского (иностранного) языка) на основе сравнения социально-культурных традиций, литературно-исторических произведений, патриотического и социально-духовного воспитания, понятийности здорового образа жизни как в России, так и в других странах.

Владение английским языком, который признан сегодня как международный язык общения в интернете и социуме, позволяет школьникам свободно искать информацию и безгранично общаться на интересующие детей темы. При этом, главная задача педагогов состоит в том, чтобы сферы общения подрастающего поколения были связаны со здоровым образом жизни, что в результате будет способствовать гармоничному развитию здоровой, конкурентно способной личности.

В своей работе мы организовали образовательный процесс по физической культуре по принципу межпредметных связей, а именно с применением билингвистического культурно – исторического наследия.

Наша исследовательская деятельность предполагала:

- разработку междисциплинарного содержания уроков, включающего теоретико-методические знания, термины и команды, практические действия на английском языке;
- разработку и проведение интеллектуально-подвижных игр и состязаний на основе сюжетов и героев литературно-исторических произведений (включая исторические факты и работы страны изучаемого языка);
- обширную внеклассную и внеурочную занятость детей (викторины и диспуты, физкультурно-спортивные праздники и мн. др.)

Такой интегрированный подход был направлен, в первую очередь, на повышение интереса школьников к учебному предмету «Физическая культура» и, соответственно, улучшение посещаемости, как урочных занятий, так и внеурочных мероприятий.

Изначально, ослабленные дети малоподвижны и больше времени проводят за книгой или компьютером в получении новых знаний.

В данном образовательном процессе умственная деятельность чередуется и совмещается с физической двигательной активностью, тем самым, у школьников одновременно, при общем оздоровительном эффекте, происходит воспитание социокультурной компетенции и умение работать в команде.

Подобный положительный эффект мы объясняем тем, что участвуя наравне со своими здоровыми сверстниками в интеллектуально-подвижных играх и других физкультурно-спортивных мероприятиях (подвижные игры, эстафеты, соревнования по упрощённым правилам с сюжетами народных былин и других литературно-исторических произведений), данный контингент учащихся, проявляя свои интеллектуальные познания и способности, начинает стремиться к телесному совершенствованию, улучшению психического и физического здоровья, о чем свидетельствуют данные анкетирования, социологических опросов и бесед с респондентами.

Акцентированное применение интеллектуально-подвижных игр, соревнований и состязаний по упрощённым правилам основано на том, что данная игровая деятельность вызывает эмоциональный отклик у школьников. По данным учёных нейрофизиологов В. Д. Еремеевой и Т. П. Хризман, если деятельность скучна и у детей нет эмоционального отклика, то знания, умения и навыки, которые мы преподаём обучающимся, не выстраиваются в систему, остаются разрозненными и их трудно извлечь из памяти [1].

Именно поэтому, применяя в урочной и внеурочной деятельности игровые упражнения и задания, мы вызываем у детей эмоциональный отзыв, тем самым включаем в работу лобные доли, которые отвечают за программирование и коррекцию всевозможной сложной деятельности.

Также, мы стремились, чтобы вся деятельность учащихся осуществлялась в форме проблемных вопросов, количественных задач и практических заданий. Таким образом, мы вынуждали школьников с отклонениями в состоянии здоровья постоянно быть в поиске лучших решений путём установления новых связей из различных объектов, выполнения заданий как самостоятельно, так и в команде. Данный методический прием способствовал развитию у детей свойств интеллекта (мышление, внимание, моторная память), креативности, нравственно-волевых качеств, причем всё это происходило на фоне оздоровительно-тренировочного эффекта, что подтверждено результатами диагностико-оценочных мероприятий.

В качестве мощного мотивирующего фактора к повышению физкультурно-познавательной активности участников нашего исследования мы использовали интерактивную форму разработки и создания группового проекта по избранной учащимися спортивной тематике (включая вопросы экологии, культурно-исторических традиций разных стран, военно-патриотического направления). Данная творческая работа венчалась конкурсом мультимедийных презентаций на английском языке и проведением проблемно-ролевой подвижной игры по теме проекта.

Данный вид деятельности оказался очень интересным для всех школьников. Объединяясь в команду, дети, как здоровые, так и имеющие отклонения в состоянии здоровья, разделяют задания с учётом индивидуальных особенностей членов группы, их умственного и физического развития, что формирует у школьников взаимопонимание и навыки взаимопомощи.

Таким образом, при описанном моделировании учебно-воспитательного процесса дети с ослабленным здоровьем постоянно получают знания из других дисциплин, синтезируют, анализируют и применяют обобщённые умения и навыки на урочных и внеурочных занятиях, и всё это происходит через двигательную активность, посредством

физических упражнений, на основе подвижных игр и соревнований по упрощённым правилам. То есть, погружая школьников в среду двигательной активности, сопряжённую с познавательной деятельностью на основе принципа межпредметности, мы способствуем формированию у них устойчивого интереса, мотивации и потребности к занятиям физическими упражнениями, сохранению и укреплению своего здоровья.

Одной из важных сопутствующих задач билингвистических занятий по физической культуре с акцентированным применением разработанных нами интерактивных форм было намечено расширение лингвистического кругозора школьников через двигательные действия. Повышение качества знания английского языка у школьников стало ещё одним результативным достижением нашей инновационной деятельности.

В настоящее время работа в заданном направлении продолжается, обрабатываются уже полученные и диагностируются результаты следующего этапа проводимых инноваций. Однако, уже сейчас можно с уверенностью сказать о подтверждении нашей гипотезы, возможности расширения, содержательного наполнения и бесспорного потенциала данного научно-практического опыта.

#### *Литература*

1. Еремеева, В. Д. Мальчики и девочки – два разных мира. Нейропсихологи – учителям, воспитателям, родителям, школьным психологам / В. Д. Еремеева, Т. П. Хризман. – Москва: ЛИНКА – ПРЕСС, 1998. – 184 с.

2. Парфёнова, Л. А. Интеллектуальное воспитание школьников специальной медицинской группы на уроках физической культуры: учебно – методическое пособие / Л. А. Парфёнова. – Ульяновск: УлГУ, 2011. – 40 с.

3. Парфёнова, Л. А. Содержание и направленность интеллектуального воспитания учащихся, имеющих отклонения в состоянии здоровья, на уроках физической культуры: научно – методическое пособие / Л. А. Парфёнова, Л. Д. Назаренко. – Ульяновск: УлГПУ, 2012. – 46 с.

**Годлевская А. И., Гантова В. С.**

Института социальной работы и управления

Национального педагогического университета имени М.П. Драгоманова,

Киев, Украина

### **СОЦИАЛЬНО-ПЕДАГОГИЧЕСКАЯ РАБОТА ПО ОРГАНИЗАЦИИ ДОСУГА СТУДЕНТОВ: СОЦИАЛЬНЫЙ ПРОЕКТ «ВПЕРЕД К ВЕРШИНАМ СОВЕРШЕНСТВА!»**

*Аннотация.* В статье представлен творческий социальный проект, направленный на создание сети молодежных клубов, которые стали для студентов Института социальной работы и управления Национального педагогического университета имени М.П. Драгоманова в г.Киеве содержательным, интересным досугом, сферой личностного развития, опытом здорового образа жизни.

*Ключевые слова:* здоровье, досуг молодежи, здоровый образ жизни, социальный проект, Дебатный клуб, сфера личностного развития.

**Godlevska A. I., Gantova V. S.**

Institute of Social Work and Management

The National Pedagogical University named after M. P. Dragomanov,

Kiev, Ukraine

### **SOCIAL AND PEDAGOGICAL WORK ON THE ORGANIZATION OF STUDENTS' LEISURE: THE SOCIAL PROJECT "FORWARD TO PERFECTION TOPS!"**

*Abstract.* The creative social project is presented in the article. The social project is directed on creation of a network of youth clubs. They became substantial, interesting leisure, the sphere