

Секция рассчитана на детей старшего дошкольного возраста. У ребят этого возраста в результате повышается выносливость, улучшается координация движений. Они лучше прыгают, точнее бросают и ловят мяч, легко и ритмично бегают. В этом возрасте необходимо учитывать следующие особенности:

1. При обучении технике движений давать представление о разнообразных способах движений, их назначения, сходстве и различии в силе, скорости, направлении, характере, сложности.
2. Приучать анализировать простые движения, оценивать их качество, вычленивать ведущие фазы, исправлять ошибки.
3. Большое внимание уделять развитию двигательных качеств, особенно скоростно-силовых и ловкости в упражнениях и подвижных играх .
4. Использовать соревновательный метод, направленный на выявление количественного и качественного результата движения ребенка.
5. Развивать коллективные формы игр и соревнований.

Данная работа со старшими дошкольниками предусматривает расширение индивидуального двигательного опыта ребенка и повышение интереса детей к занятиям физической культурой и спортом.

Для создания наиболее благоприятных условий при изучении игровых приемов в ходе каждого занятия необходимо придерживаться следующей последовательности:

1. общее ознакомление с игровым приемом;
2. выполнение игрового приема в упрощенных условиях;
3. изучение технического приема в условиях, приближенных к игровым;
4. Совершенствование игрового приема в групповых упражнениях и игре.

Используемые разнообразные упражнения с мячом в бросании, приеме, перебрасывании, позволяют детям развивать физические качества, которые далее позволят овладеть важнейшими элементами волейбола.

Работа секции также предусматривает использование комплекса дыхательной гимнастики, которая необходима не только для профилактики заболеваний. В данном случае дыхательная гимнастика проводится перед началом каждого занятия для настройки и подготовке к игре. А после занятия именно дыхательная гимнастика позволяет детям привести в норму сбившееся дыхание и уже спокойно переключиться на другие виды деятельности.

**Бахман Т.А.**

Челябинский государственный педагогический университет, Челябинск, Россия

## **ЗДОРОВЬЕСБЕРЕЖЕНИЕ ШКОЛЬНИКОВ КАК КОМПОНЕНТ ОБРАЗОВАТЕЛЬНОЙ СИСТЕМЫ УЧРЕЖДЕНИЯ**

Проблема здоровья детей в настоящее время стоит остро, т.к. за последнее десятилетие в несколько раз возросла заболеваемость по многим формам инфекционной и хронической патологии. Снижение уровня и качества жизни подрастающего человека в совокупности с дальнейшим распространением курения, алкоголизма, наркомании, ВИЧ/СПИДа, ростом дорожно-транспортных происшествий способствовали подъему смертности не только от хронических, но и социально обусловленных заболеваний.

Анализ динамики нервно-психического здоровья детей в школьный период показывает, что абсолютно здоровыми и оптимально адаптированными можно считать 1/3 первоклассников, к шестому году обучения таких детей становится около 22%.

Согласно последним данным, полученным специалистами в последние годы, здоровыми можно признать не более 10% сегодняшних школьников. Еще более сложный вопрос – здоровье учителей.

Свою долю ответственности за сложившуюся ситуацию несет система образования. Приобщение школьника к проблеме сохранения своего здоровья это, прежде всего, процесс социализации, воспитание. Это создание высокого уровня душевного комфорта, который закладывается с детства на всю жизнь. Существующая система школьного образования при всей ее научности не учитывает главного: конкретного человека, индивидуальных законов его развития. В связи с этим проблема здоровьесбережения школьников в изменившихся условиях образовательного процесса приобретает особую значимость. Здоровье, сформированное в период роста и развития организма детей и подростков, в значительной степени, определяет продолжительность жизни взрослого человека.

Наше исследование проходило в рамках разработанной программы развития МОУ СОШ № 16, 21 Копейского городского округа. Она предполагает создание условий, гарантирующих охрану и укрепление здоровья обучающихся, воспитанников.

Содержательный блок этой программы включает три проекта: «Школа здоровья», «Отделение дополнительного образования детей» и «Адаптивная школа».

На протяжении трех лет (2010–2013 гг.) педагогические коллективы школ № 16 и 21 работают по созданию комфортной образовательной среды, которая способствует развитию творческих способностей каждого ребенка.

*Основной задачей* нашего исследования является формирование у учащихся не только системы знаний, изучаемых учебных дисциплин, но и содействие социализации выпускников школы в сложных и динамично меняющихся условиях современной действительности. Личностно ориентированная педагогика направлена на развитие у каждого ученика качеств, необходимых для его успешной самореализации.

В результате исследования нами были выявлены факторы образовательной среды, которые прямо или косвенно влияют на здоровьесбережение школьников: введен третий час физической культуры на всех ступенях образования; предусмотрено дополнительное образование, которые получают учащиеся в секциях спортивной направленности, например, «Спортивный час», «Туризм», «Велосекция»; освоение школьниками программы «Береги здоровье смолоду»; использование на уроках здоровьесберегающих технологий: рациональная организация урока; физкультминутки с музыкальным сопровождением, с элементами самомассажа и другими средствами, помогающими восстановить оперативную работоспособность; динамические паузы, включающие упражнения для выработки глубокого дыхания.

В рамках здоровьесбережения, в качестве самостоятельных направлений, выделяем гуманно-личностные технологии, технологии сотрудничества, технологии свободного воспитания.

Важным направлением работы школ Копейского городского округа стало изучение и внедрение в практику новых образовательных технологий, проводником которых в школу стал Институт здоровья и экологии человека под руководством профессора З.И. Тюмасевой. Проводились обучающие семинары для педагогов, практические занятия. Большим достижением в данной работе стало то, что 50% коллектива имеют два образования (это и логопед, педагог-психолог, педагог-олигофренолог и др.), а директор – будущий тьютор по здоровьесбережению. С целью повышения квалификации педагогического коллектива по вопросам здоровьесбережения, на базе школы № 21 были организованы и проведены всероссийские научно-практические конференции по темам: «Принципы формирования здоровьесберегающей образовательной среды и реализация здорового образа жизни: культурно-исторический под-

ход); «Экологическая безопасность национальной системы образования (здоровьесбережение и безопасность образовательного процесса)».

Педагогический коллектив уделяет большое внимание укреплению и сохранению здоровья обучающихся и воспитанников, строго следит за соблюдением норм СанПинов, обеспечивает режим проветривания учебных классов, следит за двигательной активностью детей, уделяют внимание детям с ослабленным здоровьем. Большую роль играет воспитательно-оздоровительная работа. Систематически проводятся: «Дни здоровья», «Дни психологической разгрузки», соревнования по различным видам спорта. Особое внимание в системе здоровьесберегающей работы школы уделяется проектной и исследовательской деятельности учащихся. В конце года школьники защищают индивидуальные и групповые проекты, в том числе и по проблемам сохранения здоровья учащихся.

Большой вклад в пропаганду ценностей здорового образа жизни вносит школьная театральная студия, выступления которой всегда проходят в школе с успехом. На протяжении последних лет в конце года наши родители являются зрителями творческого проекта (объединение работ всех студий школы различной направленности). В прошлом году родительской общественности была представлена театральная постановка «Здоровым быть – ЗДОРОВО!».

Одной из составляющей здоровьесбережения является природолюбие. Природолюбие у школьников формируется через туристические экологические экспедиции «Край родной открываем, храним, изучаем» в рамках всероссийского туристско-краеведческого движения «Отечество».

Приоритетным направлением здоровьесбережения отмечается правильно организованное питание школьников.

Просветительно-воспитательная работа с учащимися, направленная на формирование ценности здоровья и здорового образа жизни, ведется параллельно с просветительной *работой с родителями*. В школе регулярно проводятся конкурсы плакатов здоровьесберегающей направленности, экологические конкурсы и викторины. Учащиеся являются активными участниками социально-значимых городских акций «Чистый город», «Внимание – дети», «Здоровый город» и т.д. Школа является лауреатом всероссийской интернет-киноакции «Вера, Надежда, Любовь в российских семьях», где поднимаются вопросы здоровьесбережения.

Неотъемлемой частью программы является профилактика и динамические наблюдения за состоянием здоровья. Определяя это направление работы, мы исходим из того, что школа – не медицинское учреждение, и подменять собой функции врачей не может и не имеет права. Однако, необходимо установить тесное взаимодействие с медицинскими работниками школы, исключить ситуацию, когда школьная медицинская служба – сама по себе, учителя – сами по себе. Каждый учитель, работающий с детьми, должен быть хорошо информирован о состоянии здоровье конкретных учеников и использовать эту информацию при организации индивидуальной и дифференцированной работы с учащимся. С этой целью наш педагогический эксперимент проходил в естественных условиях образовательного процесса МОУ СОШ № 21. Его констатирующий этап был направлен на решение следующих задач: изучение состояния здоровья школьников, выявления у них наличие хронических заболеваний; текущая заболеваемость, в том числе скрытая (ребенок не обращается к врачу, а 2–3 дня находится дома под наблюдением родителей); режим дня, бытовые условия; внешкольная занятость дополнительными занятиями; морально-психологическая ситуация жизни ребенка как в школе (при взаимодействии с учителями и сверстниками), так и дома (это работа не была бы возможна без школьной службы сопровождения).

В центре нашего внимания были факторы школьного риска: стрессовая педагогическая тактика; стрессогенные (дидактические) технологии проведения урока и оценивания знаний учащихся; интенсификация учебного процесса; несоответствие методик и технологий обучения возрастным и функциональным возможностям школьников; преждевременное начало дошкольного систематического обучения; несоблюдение элементарных физиологических и гигиенических требований к организации учебного процесса; функциональная неграмотность педагога в вопросах охраны и укрепления здоровья; осведомленность родителей в вопросах сохранения здоровья детей.

Дальнейшие наши исследования будут нацелены на педагогический эксперимент с диагностиками, промежуточными срезами, использованием одной контрольной и двух экспериментальных групп.

#### *Библиографический список*

1. Тюмасева З.И. Оздоровление детей России как инновационная педагогическая деятельность (в сфере дошкольного образования) / З.И. Тюмасева, И.Л. Орехова, Е.Г. Кушнина. – Челябинск: Цицеро, 2012. – 299 с.

2. Тюмасева З.И. Оздоровление человека природой / З.И. Тюмасева. – Челябинск: ЧГПУ, 2013. – 277 с.

**Белов А.В., Осипов А.Ю., Шубин Д.А.**

Сибирский федеральный университет,  
Красноярский государственный медицинский  
университет им. проф. В.Ф. Войно-Ясенецкого, Красноярск, Россия

### **ИСПОЛЬЗОВАНИЕ ЭЛЕМЕНТОВ ИГРЫ В ВОЛЕЙБОЛ НА ЗАНЯТИЯХ ФИЗИЧЕСКОЙ КУЛЬТУРОЙ СО СТУДЕНТАМИ С ОСЛАБЛЕННЫМ ЗДОРОВЬЕМ**

В течение последних 20 лет, в Российской Федерации значительно снизилось качество физического воспитания учащейся молодежи. Во многих вузах можно наблюдать процессы деспортизации молодых людей, закрытие спортивных клубов и секций, недостаток квалифицированных преподавателей и тренеров. Значительно сократилось число соревнований и физкультурно-оздоровительных мероприятий. В период обучения в вузе наблюдается рост числа заболеваний и значимое снижение уровня функциональной готовности к нагрузкам у студентов [5].

По наблюдениям авторов статьи, сегодня, в нашей стране сформирован целый класс молодых людей, не готовых реализовать основную цель физического воспитания – готовность человека к высокопроизводительному труду и защите своей Родины. Молодые люди, приходя в высшие учебные заведения, имеют «букет» различных заболеваний, низкий уровень физического развития, и главное – отсутствие каких-либо мотиваций на регулярные занятия физической культурой и спортом [1]. Как правило, подобные студенты – апатичные, неуверенные в себе люди, не занимавшиеся спортом и не ведущие активный образ жизни. Более того, имея наличие каких-либо заболеваний, данные студенты или не посещают занятия по физической культуре, или занимаются в специальных группах с серьезными ограничениями.

По мнению Л.Я. Чернова, необходимо решить задачу воспитания у подобных студентов чувства уверенности в себе и мотивации к активному поведению в местах отдыха, когда, при наличии свободного места и волейбольного мяча, стихийно образуются возможности поиграть в волейбол [3]. Авторы статьи отмечают, что такие ситуации возникают достаточно часто, особенно в период летних каникул или отдыха.