

Список литературы

1. Бернштейн Н.А. О ловкости и ее развитии.– М: Физкультура и спорт, 1991. – 228 с.
2. Захрямин И. С. Методика воспитания координационных способностей детей среднего школьного возраста на уроках физической культуры (на примере раздела «волейбол») / VIII Международная студенческая конференция СТУДЕНЧЕСКИЙ НАУЧНЫЙ ФОРУМ – 2016, – С 45–51.
3. Лях В.И. Анализ свойств, раскрывающих сущность понятия «координационные способности» // Теория и практика физической культуры. - 1994. – №1. – С. 48–50.
4. Карпеев А.Г. Методологические аспекты изучения координационных способностей//Вопросы биомеханики физических упражнений. Сб. научных трудов. – Омск, 2012. – С. 24–32.
5. Марчук С.А. Теория и методика физической культуры: учебное пособие / Екатеринбург : УрГУПС, 2016. – 138 с.
6. Физическая культура: Учебник и практикум для СПО / Муллер А.Б., Н.С. Дядичкина, Ю.А. Богащенко. – Люберцы: Юрайт, 2016. – 424-462 с.
7. Волейбол: теория и методика тренировки: А. В. Беляев, Л. В. Булыкина Москва, Дивизион, 2011 г. – 176 с.

ПРОБЛЕМЫ ЭКОЛОГИЧЕСКИХ ЗДОРОВЬЕСБЕРЕГАЮЩИХ ТЕХНОЛОГИЙ В ОБРАЗОВАНИИ

Вандышев Д.С., Ханевская Г.В.

Федеральное государственное автономное образовательное учреждение высшего образования «Российский государственный профессионально-педагогический университет», г. Екатеринбург, Россия

Аннотация. В статье рассматриваются проблемы образованности студентов в вопросах здорового образа жизни и экологических здоровьесберегающих технологий в образовании.

Ключевые слова: здоровьесберегающие технологии, здоровый образ жизни, экология, обучающиеся.

Здоровьесберегающие технологии – это один из видов современных инновационных технологий, которые направлены на сохранение и

улучшение здоровья всех участников образовательного процесса в любом образовательном учреждении. Понятие «здоровьесберегающая технология» является качественной характеристикой любой образовательной технологии, отражает ее содержание через совокупность принципов, приёмов, методов педагогической работы, которые дополняя традиционные технологии обучения и воспитания, наделяют их признаком здоровьесбережения.

Среди здоровьесберегающих технологий выделяют несколько групп, в которых используется разный подход к охране здоровья, а соответственно, и разные методы и формы работы, одними из них как раз являются экологические здоровьесберегающие технологии. Данные технологии наименее изучены и разработаны в существующей системе образования, в большинстве случаев они не реализуются в практической деятельности учебных организаций, и, в свою очередь, никак не влияют на качество физкультурно-оздоровительной деятельности образовательных организаций.

Проблемы качества здоровья населения, несомненно, связаны с экологией, следовательно, экологические здоровьесберегающие технологии имеют равную степень важности относительно других, наиболее изученных здоровьесберегающих технологий.

Согласно данным Всемирной организации здравоохранения, здоровье человека зависит на 50 % от образа жизни, на 25% – от окружающей среды. Однако в случаях онкозаболеваний экологический фактор играет важнейшую роль – 80%. В таком случае, применение экологических здоровьесберегающих технологий способствовало бы улучшению здоровья участников образовательного процесса, а также повышению их экологической и физической культуры наравне с другими общеизвестными и достаточно разработанными здоровьесберегающими технологиями. Тем не менее, в современной России на равно низких уровнях развития находятся такие важнейшие характеристики общества, как состояние здоровья населения, экология, и, соответственно, уровень и продолжительность жизни.

Для изменения существующей ситуации в лучшую сторону необходима разработка методологии и методик экологических здоровьесберегающих технологий, как на локальных уровнях образовательных организаций, так и на государственном уровне министерств. Естественно, что применение таких технологий должно быть неразрывно связано с применением мер государственной и муниципальной поддержки по улучшению экологической обстановки в стране.

Экологические здоровьесберегающие технологии должны быть основаны на понимании индивидом своей биологической причастности к природе, а значит и на логичной взаимосвязи природа-экология, человек - здоровье. Данная взаимосвязь объясняет зависимость элементов здоровьесбережения друг от друга. Чем выше будут проявляться характеристики одного показателя, тем, соответственно, выше будут проявляться характеристики другого.

Таким образом, здоровьесберегающие технологии являются необходимыми предпосылками для обеспечения результативной деятельности образовательной организации по устойчивому развитию качественного образования в сфере физической культуры.

Для того, чтобы внедрить в систему управления образовательной организации или учреждения технологии здоровьесбережения необходим целостный, системный подход, исключающий односторонность и субъективизм в оценке значимости инструментов управления человеческим капиталом образовательных организаций как особым видом ресурсов, а также в оценивании различных условий, обеспечивающих повышение результативности деятельности данных организаций [2].

Для качественной реализации уже внедренных технологий здоровьесбережения, необходима разработка программ обучения и мероприятий по содействию развитию экологических здоровьесберегающих технологий. Такие программы могут включать в себя.

1. определение факторов риска здоровью обучающихся с помощью специальных мероприятий (например, анкетирование студентов ВУЗов, с целью выявления процента курящих и некурящих);
2. проведение образовательных мероприятий по вопросам экологического здоровьесбережения;
3. реализация узко специализированных подпрограмм укрепления здоровья для обучающихся;
4. изменение рабочей среды, затрагивающее сферу питания обучающихся и или маршрутов их передвижения[1].

Обеспечение внедрения экологических процессов здоровьесбережения возможно за счет комплексного воздействия финансового, организационного, образовательного и информационного направлений деятельности как государственных и региональных органов власти, так и за счет внутренних сил образовательной организации.

Из всего вышесказанного следует, что для эффективного применения на практике экологических здоровьесберегающих технологий необходимо:

1. разработать эффективную методологическую составляющую;
2. приблизить условия окружающей среды к минимально вредящим здоровью и природе, не допускающим ухудшению состояния здоровья учащихся в период нахождения в образовательном учреждении;
3. производить работу по мониторингу и диагностике состояния здоровья учащихся.

Таким образом, можно сделать вывод, что экологический фактор в сфере здоровьесберегающих технологий играет немаловажную роль для успешного развития человека, как внутри образовательной организации, так и в обществе в целом.

Список литературы

1. Голобородько Н.В. Здоровьесберегающие технологии в образовании [Текст] // Актуальные вопросы современной педагогики:

материалы IV Междунар. науч. конф. (г. Уфа, ноябрь 2013 г.). – Уфа: Лето, 2013. –С. 82-85.

2. Экология, устойчивое развитие, культура (интервью с профессором Низами Мамедовым) // Вестник экологического образования в России. – 2014. – Т. 1, № 71. – С. 31-34.

ГИБКОСТЬ И ФАКТОРЫ, ВЛИЯЮЩИЕ НА ЕЕ РАЗВИТИЕ

Вилкова А.А.

Федеральное государственное бюджетное образовательное учреждение высшего образования «Уральский государственный университет путей сообщения», г. Екатеринбург, Россия

Аннотация. В работе представлены вопросы, связанные со значением физического качества гибкости в поддержании жизнедеятельности человека. Дана классификация и содержательная характеристика факторов, определяющих развитие гибкости.

Ключевые слова: физическое качество, гибкость, здоровье.

Малоподвижный образ жизни, большие статические нагрузки на мышцы, недостаточная гибкость приводят к нарушениям опорно-двигательного аппарата, воспалению суставов, изменениям в походке, к различным возрастным дегенеративным изменениям, в связи с чем рассматриваемая тема актуальна.

Одним из основных физических качеств человека является гибкость – способность выполнять движение с максимальной амплитудой. Благодаря гибкости человек становится более грациозным, пластичным и выразительным в движении, она облегчает, выполнение любой деятельности и экономит внутренние энергетические ресурсы, что позволяет поддерживать работоспособность более длительное время. У гибкого человека мышцы имеют способность к растягиванию и снижению мышечного тонуса, более точную координацию в процессе выполнения движения, что позволяет во