

3. Учет предыдущей работы студента с установлением базовой докзаменационной оценки и построение на экзамене разговора на профессиональных основаниях (предметы: «Социология» – преподаватель Т.Д.Агеносова; «Педагогическая психология» – преподаватель И.С.Бусыгина; «Экономика» – преподаватель А.И.Овчаренко).

Компоновка таких нетрадиционных стратегий в некоторую единую структуру сдачи экзаменов и зачетов, на наш взгляд, заметно увеличила бы профессионализм выпускников университета и позволила бы им быть более конкурентоспособными. Критериям специалиста больше соответствуют выпускники вуза, привыкшие и умеющие искать решения в нестандартных ситуациях, именно такие выпускники являются лучшей рекламой выпускающего их вуза, а отмирание феномена шпаргалки является необходимым для этого условием.

Н.И.Николаева, Г.В.Ханевская (Екатеринбург)

Особенности соревновательно-игрового метода для повышения эмоционального состояния студентов на занятиях физической культурой

Основное содержание физического воспитания в учебном заведении изложено в общероссийской базисной учебной программе по физической культуре. Главными задачами физического воспитания студенческой молодежи в современных условиях являются: укрепление и охрана здоровья, формирование здорового образа жизни; овладение системой знаний, практических умений и навыков, обеспечивающих сохранение и укрепление здоровья; развитие и совершенствование координационных способностей; приобретение опыта самостоятельного использования физкультурно-спортивной деятельности для достижения жизненных целей, успешной адаптации к жизнедеятельности.

Недостаточность движений современного человека – социальный, а не биологический феномен. Поэтому физическое воспитание и спорт следует рассматривать как факторы формирования личности в широком и перспективном их влиянии на природные личностные качества. Правильно сформированная положительная мотивация к занятиям физическими упражнениями, особенно оздоровительной направленности, является залогом хорошего здоровья и физического состояния студенческой молодежи. Социологические исследования, проведенные на многих факультетах и институтах, показывают неизменно высокий интерес к занятиям спортивными играми. Обновление физического вос-

питания сегодня немыслимо без коренного изменения отношения к нему.

Соревновательно-игровой метод физического воспитания нашел широкое применение в практике работы по физической культуре и спорту. Специалистам физической культуры предоставляется широкая возможность более разнообразно использовать средства и методы, которые позволяют большинству физически трудных упражнений выполняться легко, как бы играя и соревнуясь. Подвижные игры и эстафеты как важнейшее средство и метод физического воспитания сохраняют свое значение на протяжении всей жизни человека, меняется только их содержание и методика проведения.

Применение соревновательно-игрового метода в учебном процессе по физическому воспитанию позволяет добиться более высоких показателей в физическом развитии и подготовке занимающихся по сравнению с общепринятыми методами при одинаковых затратах времени, а сами занятия сделать более интересными. Тем самым преодолевается монотонность занятий, присутствие которой делает скучным и однообразным процесс физического воспитания.

Эффективность применения соревновательно-игрового метода в физическом воспитании является проверенным средством активизации двигательной деятельности на занятиях по физической подготовке за счет подключения эмоций занимающихся. Фактор соперничества в процессе состязаний создает особый эмоциональный и физиологический фон, который значительно усиливает воздействие физических упражнений и способствует максимальному проявлению функциональных возможностей организма.

Соревновательно-игровой метод используется, чтобы комплексно совершенствовать двигательную деятельность в усложненных или облегченных условиях, развивать такие качества и способности, как ловкость, быстрота и скоростно силовые качества, совершенствовать координацию движений, развивать смекалку, изобретательность, инициативность. При умелом руководстве этот метод можно применять для воспитания коллективизма, сознательной дисциплины и других нравственных психических качеств.

Поэтому очевидно, что игры и эстафеты необходимы для обеспечения гармоничного сочетания умственных физических и эмоциональных нагрузок, общего комфортного состояния. Польза от них двойная. С одной стороны, они активизируют память, внимание, быстроту реакции, а с другой стороны, создают мощный заряд положительных эмоций, хорошее настроение.

Соревновательно-игровой метод имеет большое оздоровительное значение. Его отличает разнообразная двигательная деятельность и по-

ложительные эмоции, они эффективно снимают чувство усталости, тонизируют нервную систему, улучшают эмоциональное состояние.

Т.К. Хозяинова-Цегельник (Екатеринбург)

Исследование здорового образа жизни в семьях, имеющих больных детей

Выдающаяся роль семьи в воспитании подрастающего поколения определяется незаменимостью ее воздействий на развитие детей, индивидуальностью, неповторимостью, глубоким учетом особенностей каждого ребенка, которого родители знают значительно лучше других воспитателей. Вот почему школа и общественность не могут не опираться на семью в своей работе по воспитанию подрастающего поколения.

В соответствии с Законом РФ «Об образовании» здоровье школьников относится к приоритетным направлениям государственной политики в сфере образования. По данным Министерства России, лишь 14 % детей практически здоровы, более 50 % имеют различные функциональные отклонения; 35–40% – хронические заболевания.

Наибольшее значение для здоровья человека имеет образ жизни, где основной элемент здорового образа жизни (ЗОЖ) – высокая физическая культура. ЗОЖ – это оптимальный двигательный режим; закалывание; рациональное питание; рациональный режим жизни; отсутствие вредных привычек.

Целью данного исследования было выяснить, какой пример показывают родители своим детям в ведении здорового образа жизни. Была составлена анкета для родителей из 55 вопросов, заключенных в три блока. Первый блок вопросов давал ответ о том, что делают родители при первых симптомах заболевания (головная боль, насморк, першение в горле, нервное перенапряжение, зубная боль) в первые три дня. Второй блок вопросов о том, как часто болеют члены их семей и по каким причинам. Третий блок затрагивал вопросы свободного времяпровождения, закалывания и вредных привычек. В анкетировании участвовали 96 родителей, имеющих детей, отнесенных по состоянию здоровья в специальную медицинскую группу, т. е. больных детей.

Итак, при головной боли 77 % родителей предпочитают «поддерживать» организм таблетками, 6 % идут на прогулку, 13 % ничего не делают. При нервном перенапряжении действия родителей разделились следующим образом: 16 % используют таблетки, 47 % – прогулки,