

### *Список литературы*

1. Зайцев Г.К. Школьная валеология: Педагогические основы обеспечения здоровья учащихся и учителей. СПб.: ДЕТСТВО-ПРЕСС, 2001. – 160 с.
2. Найн А.А. Проблема здоровья участников образовательного процесса / А.А. Найн, С.Г. Сериков // Педагогика. – 1998. – № 6. – С.58-66.
3. Попова А.И. Здоровьесохраняющая среда в школе / А.И. Попова // Образование. – 2001. – № 4. – С. 80-84.
4. Чепурных Е.Е. Национальная концепция охраны здоровья в системе образования. М.: Магистр. – 1999. – № 3. – С.3-13.

**Мурзина Е.И., Веденина О.А.**

Российский государственный профессионально-педагогический университет,  
г. Екатеринбург

### **Поиск новых путей улучшения здоровья подрастающего поколения**

Медико-биологические аспекты физической культуры имеют большое значение для ее дальнейшего функционирования, поскольку знания о человеке лежат в основе науки о физической культуре и составляют фундамент содержания профессиональной подготовки физкультурных кадров.

В последнее время, несмотря на значительные усилия со стороны органов управления, системой образования педагогов, медицинских работников, физиологов, психологов, валеологов и других специалистов пока не удается переломить негативные тенденции в состоянии здоровья, физической подготовленности, физическом развитии широких слоев населения. В образовательных учреждениях всех уровней не создано системы формирования сохранения и укрепления здоровья учащихся. Наблюдается дефицит учительских кадров, необходимых для преподавания дисциплины «Культура здоровья». В молодежной среде распространяются вредные привычки к употреблению алкогольных напитков, табачных изделий, наркотиков, что способствует девиантному поведению, нарушению функционирования различных органов и систем организма. Недостаточно внимания уделяется также адаптации инвалидов средствами физической культуры,

индивидуализации нагрузок и применению средств восстановления, занимающихся физическими упражнениями.

Наибольший интерес вызывают вопросы, касающиеся поиска новых путей и способов улучшения здоровья подрастающего поколения, а также оптимального соотношения медико-биологических и культурологических аспектов физической культуры. В частности, отмечалось, что возрастает потребность в подготовке специалистов по адаптивной физической культуре, которая должна учитывать региональные особенности.

В физкультурно-спортивной деятельности сложилась система медико-биологических методов исследования: 1) органов: сердца, легких, желудка, головного мозга и т.д.; 2) систем: костно-мышечной, пищеварения, дыхания, кровообращения, нервной деятельности, нейрогуморальной регуляции; 3) организма человека в целом.

Другой путь оздоровления нации связан с перспективой создания и развития педагогических систем – «школ здоровья». Такие системы прежде всего должны быть ориентированы на формирование здорового образа жизни учащихся с учетом научно обоснованной перестройки управления педагогическим процессом в образовательных учреждениях, создание или модернизацию медико-психолого-валеологических и социально-педагогических служб, а также предметно-пространственной среды на основе принципа здоровьесбережения.

#### *Список литературы*

1. Барчуков И.С. Физическая культура и спорт: методология, теория, практика: учеб. пособие для студ. высш. учеб. заведений. – 3-е изд. – М.: Издательский центр «Академия», 2009. – 528 с.

2. Смирнов, В.М. Физиология физического воспитания и спорта. – М., 2002.

3. Спортивная физиология. Учебник для институтов физ. культ. / Под ред. Я.М. Коца. – М.: ФиС, 1986. – 240 с.