

мышц глаз, весь комплекс выполняется за 10-15 минут, очень неспешно с перерывами на отдых (быстрое моргание).

Многолетний опыт работы показал, что формирование спортивных двигательных навыков средней и высокой сложности у студентов, страдающих ослабленным зрением и отнесенных к специальным медицинским группам, имеет свои особенности. Указанные обстоятельства предопределяют необходимость поисков эффективных методических приемов, облегчающих и ускоряющих процесс оздоровления и становления новых двигательных координаций. Использование методики восстановления зрения повышает самооценку студентов и дает положительные результаты при систематическом выполнении упражнений.

Библиографический список

Погадаев Г.И. Настольная книга учителя физической культуры / Г.И. Погадаев. – М., Дрофа, 2008. – 316 с.

Восстановление зрения. Лучшие методики: от У. Бейтса и М. Корбетт до В. Жданова и М. Норбекова / под ред. Смирновой М.В. – Издательство Вектор, 2011.

Власенко А.И., Кузнецова Л.В.

Иркутский национальный исследовательский
технический университет
г. Иркутск, Россия

ОТНОШЕНИЕ СТУДЕНТОВ К ПЕРСПЕКТИВЕ СТРОИТЕЛЬСТВА БАССЕЙНА В ВУЗЕ

Аннотация: В данной статье был изучен вопрос отношения студентов к строительству бассейна в техническом университете и выявление интереса к занятию физической культурой и спортом в нем.

Ключевые слова: физическая культура, бассейн, здоровье студентов, аквааэробика, сколиоз.

В современном обществе всё более актуальной становится проблема здорового образа жизни. Студенты, самая активная часть молодёжи, занимаются спортом не только в стенах вуза, но и самостоятельно или под руководством личного тренера. Сейчас активно ведется строительство бассейнов в высших учебных заведениях РФ, согласно проекту «500 бассейнов» партии «Единая Россия» [3].

Большую часть времени человек проводит в сидячем положении, а это зачастую приводит к ухудшению здоровья и осанки. С помощью плавания корректируют сколиоз, приобретённый, чаще всего, в юном возрасте. Плавание является уникальным видом физических упражнений и относится к наиболее массовым видам спорта, как в нашей стране, так и за рубежом. Специфическая особенность плавания связана с двигательной активностью в водной среде, чем объясняется его гигиенически-оздоровительная, прикладная и спортивная ценность [2]. Занятия физической культурой в бассейне благотворно влияет на укрепление сердечнососудистой сис-

темы, помогает решать проблемы с лишним весом и развитием мускулатуры, снимает эмоциональное напряжение и способствует релаксации организма [4].

В Иркутском национальном исследовательском техническом университете (ИРНИТУ) ведутся занятия физической культуры на 4 курсах обучения с разной спортивной направленностью в спортивных и тренажерных залах, на стадионе и спортооружениях при общежитиях. Среди большого количества спортивных объектов ИРНИТУ нет бассейна. Станут ли студенты посещать занятия плаванием, если вуз обзаведётся собственным бассейном? В связи с этим представляет интерес изучения вопроса отношения студентов к строительству бассейна в техническом университете.

Целью исследования было выявить интерес студентов к занятию физической культурой и спортом в плавательном бассейне.

Для достижения данной цели был проведен опрос студентов ИРНИТУ в социальных сетях. В исследовании принимало участие 130 студентов ИРНИТУ различных специальностей. Для начала был поставлен вопрос: «Нужен ли бассейн в ИРНИТУ?». За строительство проголосовали – 78,3% опрошенных студентов, а остальные 22,7% – против.

Допустим, бассейн будет построен, и часть занятий по физической культуре будут проводиться в нем, станут ли студенты посещать эти занятия? Выяснилось, что 69,6% студентов – согласны посещать занятия в бассейне, а вот 31,4% – скорее бы просто отказались или пропускали. Чтобы возместить часть затрат на содержание бассейна, необходимо создать абонементные группы, т.е. сделать систему посещения бассейна в неурочное время за дополнительную плату. На вопрос: «Приобрели бы вы абонемент на посещение бассейна в свободное время?» студенты разделились следующим образом: 59,7% студентов – согласны потратить свои финансовые средства, а 41,3% – решили пустить их на другое дело.

В последние годы большой популярностью пользуется аквааэробика.

В отличие от других видов физических упражнений аквааэробика обеспечивает более высокий оздоровительный эффект [1]. Поэтому комплекс упражнений аквааэробики понравится тем лицам, кто хотел бы научиться плавать или держать себя в хорошей физической форме. А таких людей в нашем вузе большое количество. На следующий вопрос:

«Если бы в бассейне были занятия по аквааэробике или обучению плаванию, посещали бы вы их?» мнения разошлись. Установлено, что 50,0% студентов – ответили, что желают научиться плавать или посещать занятия по аквааэробике, а остальные 50,0% – ответили, что уже умеют плавать или посещают спортзал для поддержания здоровья.

Таким образом, установлено, что строительство бассейна – это прекрасная идея для развития физической культуры, спорта и поддержания здоровья студентов и преподавателей в ИРНИТУ.

Библиографический список

Водные виды спорта: Учебник для студ. вузов/ Н. Ж. Булгакова, М. Н. Максимова, М. Н. Маринич; Под ред. Н.Ж.Булгаковой. — М.: Издательский центр «Академия», 2003. — 320 с.

Познакомьтесь – плавание/Н.Ж. Булгакова. – М.: 000 «Издательство АСТ»: 000 «Издательство Астрель», 2002. – 160с

500 бассейнов [Электронный ресурс] URL: <http://er.ru/projects/500-bassejnov/> (Дата посещения: 11.11.2015)

О пользе плавания. С чего начать занятия в бассейне. [Электронный ресурс] URL: <http://ideaoflife.ru/health/o-polze-plavaniya-s-chego-nachat-zanyatiya-v-bassejne/> (Дата посещения: 11.11.2015)

Волошина И.И.

МАДОУ детский сад «Детство» детский сад № 160
Г. Нижний Тагил, Свердловская область, Россия

ОРГАНИЗАЦИЯ ФИЗКУЛЬТУРНО-ОЗДОРОВИТЕЛЬНОЙ РАБОТЫ С ЧАСТО БОЛЕЮЩИМИ ДЕТЬМИ

Аннотация. Здоровье ребенка - это не только цель, содержание, результат образовательного процесса, но критерий оценки качества и эффективности педагогической деятельности в целом.

Ключевые слова: дети дошкольного возраста, здоровьесберегающая среда, физическое развитие и воспитание.

Главной целью современной образовательной политики в сфере дошкольного образования является реализация права каждого ребенка на качественное и доступное образование, обеспечивающее равные стартовые условия для полноценного физического и психического развития детей как основы успешного обучения в школе, через создание безопасной и здоровьесберегающей среды жизни и обучения, воспитания и развития ребенка. [3].

На данном этапе актуализируются возможности дошкольного образования в социальном, культурном, физическом, нравственном оздоровлении детей.

Важнейшая социально-педагогическая перспектива оздоровительной работы в дошкольных образовательных организациях связана с разработкой особого междисциплинарного научно-практического направления – развивающей педагогики оздоровления (Института дошкольного образования и семейного воспитания Российской академии образования).

В центре модели развивающей педагогики оздоровления лежат представления о здоровом ребенке в качестве целостного телесно-духовного организма, как эталона и нормы детского развития. Оздоровление практикуется не как совокупность лечебно-профилактических мер, а как форма развития, расширения психофизиологических возможностей детей.

Таким образом, образовательная среда должна основываться на принципах сохранения и развития здоровья воспитанников и стимулирования позитивных процессов физического, интеллектуального, психического, духовного развития ребенка. Тогда она будет считаться «здоровьесберегающей»[1].