

ет у педагогов и родителей ценностные ориентации, направленные на сохранение и укрепление здоровья воспитанников.

Библиографический список

Волошина Л. Организация здоровьесберегающего пространства//Дошкольное воспитание.-2004. 114-117 с.

Дыхан Л. Б. , Кукушин В. С. , Трушкин А. Г. Педагогическая валеология, 2005. 527 с.

Маханева М.Д. Воспитание здорового ребёнка// Пособие для практических работников детских дошкольных учреждений. – М.:АРКТИ, 1999.

Чубарова С., Козловская Г., Еремеева В. Новые здоровьесберегающие технологии в образовании и воспитании детей. // Развитие личности. 171-187 с.

Котельников С.А.

Российский государственный
профессионально-педагогический университет
г. Екатеринбург, Россия

**АКТУАЛЬНЫЕ ПРОБЛЕМЫ ОРГАНИЗАЦИИ И ПРОВЕДЕНИЯ
ВСЕРОССИЙСКОГО ФИЗКУЛЬТУРНО-ОЗДОРОВИТЕЛЬНОГО
КОМПЛЕКСА «ГОТОВ К ТРУДУ И ОБОРОНЕ»**

Аннотация. Возрождение Всероссийского физкультурно-спортивного комплекса «Готов к труду и обороне» требует современного научного осмысления и разработки данной проблемы.

Ключевые слова. ВФСК ГТО, организация, нормы.

Внедрение Всероссийского физкультурно-спортивного комплекса «Готов к труду и обороне» (далее по тексту - ВФСК ГТО) в нашей стране ставит цель не только определить уровень физического развития, но и создать условия, обеспечивающие для всех категорий граждан и групп населения вести здоровый образ жизни и систематически заниматься физической культурой и спортом. [1]

По поводу условий возникает много споров, особенно это касается материально-технической базы. К примеру, мы возьмем одну из ступеней (ступень № VI) ВФСК ГТО и на этом примере рассмотрим, с какими проблемами в проведении и организации могут столкнуться преподаватели и педагоги образовательных учреждений.

В положении к ступени № VI ВФСК ГТО относятся молодые люди возрастом от 18 – 24 лет. Мы рассмотрим студенческую молодежь, возраст которой как раз соответствует данной группе. Студенческая жизнь сама по себе является фактором, неблагоприятно влияющим на развитие растущего организма, помимо этого она делится на ряд более мелких факторов таких как:

1. Нарушение режима труда и отдыха (постоянные недосыпания, связанные с выполнением задания или подготовкой к семинарам и т.д.; повышения уровня умственной нагрузки; жизнь в общежитии и т.д.)

2. Нарушение режима питания (не планомерное питание, переедание на ночь, отказ от завтраков, большое употребление фаст-фудов и т.д.)

3. Не сбалансированное питание (употребление в пищу продуктов с низким содержанием белков, жиров, витаминов и минеральных веществ)

4. Низкий уровень двигательной активности (лекции семинарские занятия и т.д., отказ от утренней гимнастики)

5. Стрессы

Помимо этого, не сформировавшаяся личность молодого человека, не однозначный взгляд на окружающую действительность является благоприятной средой для возникновения вредных привычек. Влияние, которых еще дальше отстраняет человека от здорового образа жизни. Таким образом, необходимость комплекса, как средства привлечения молодых людей к занятиям физическими упражнениями, а в дальнейшем и формирования у них устойчивой потребности в здоровом образе жизни является не оспоримой.

VI СТУПЕНЬ (мужчины и женщины 18 - 29 лет)

Виды испытаний (тесты) и нормы

МУЖЧИНЫ

№ п/п	Виды испытаний (тесты)	Возраст (лет)					
		18–24			25–29		
		Бронзовый знак	Серебряный знак	Золотой знак	Бронзовый знак	Серебряный знак	Золотой знак
Обязательные испытания (тесты)							
1	Бег на 100 м (сек.)	15,1	14,8	13,5	15,0	14,6	13,9
2	Бег на 3 км (мин., сек.)	14.00	13.30	12.30	14.50	13.50	12.10
3	Прыжок в длину с разбега (см)	380	390	430	-	-	-
	или прыжок в длину с места толчком двумя ногами (см)	215	230	240	225	230	240
4	Подтягивание из виса на высокой перекладине (кол-во раз)	9	10	13	9	10	12
	или рывок гири (кол-во раз)	20	30	40	20	30	40

5	Наклон вперед из положения стоя с прямыми ногами на гимнастической скамье (см)	+ 6	+ 7	+ 13	+ 5	+ 6	+ 10
Испытания (тесты) по выбору							
6	Метание спортивного снаряда весом 700 г (м)	33	35	37	33	35	37
7	Бег на лыжах на 5 км (мин., сек.)	26.30	25.30	23.30	27.00	26.00	24.00
	или кросс на 5 км по пересеченной местности*	Без учета времени	Без учета времени	Без учета времени	Без учета времени	Без учета времени	Без учета времени
8	Плавание на 50 м (мин., сек.)	Без учета времени	Без учета времени	0.42	Без учета времени	Без учета времени	0.43
9	Стрельба из пневматической винтовки из положения сидя или стоя с опорой локтей о стол или стойку, дистанция – 10 м (очки)	15	20	25	15	20	25
	или из электронного оружия из положения сидя или стоя с опорой локтей о стол или стойку, дистанция - 10 м (очки)	18	25	30	18	25	30
10	Туристский поход с проверкой туристских навыков	В соответствии с возрастными требованиями					

Кол-во видов испытаний (тестов) в возрастной группе	10	10	10	10	10	10
Кол-во видов испытаний (тестов), которые необходимо выполнить для получения знака отличия Комплекса**	6	7	8	6	7	8

*Для бесснежных районов страны.

** При выполнении нормативов для получения знаков отличия Комплекса ГТО обязательны испытания (тесты) на силу, быстроту, гибкость и выносливость.

Как видно из таблицы 5 видов являются обязательными для всех тех кто желает сдать нормы комплекса. Сюда входят такие виды испытаний как: бег на короткие и длинные дистанции, прыжок в длину с места, подтягивание у юношей и сгибание туловище у девушек, а также наклон из положения стоя. Все эти тесты являются обязательными для всех групп обучающихся, поэтому с проведением не возникает трудностей. Если же студент желает получить значок, то ему придётся выполнить еще 2 или 3 теста на выбор, в зависимости от того на какой значок он претендует. Вот здесь возникают сложности:

- во-первых, нельзя забывать, что еще до сих пор не решен вопрос о качественном проведении занятий по физической культуре, связанный с введением третьего часа на данный предмет. Одного спортзала, как это обычно бывает в школах нашей страны недостаточно. Значит и с проведением тестирования могут возникнуть некоторые сложности.

- во-вторых, если брать во внимания тесты по выбору, надо сказать что не каждая школа или иное образовательное учреждение имеет в своем распоряжение тир, бассейн, лыжный инвентарь и туристическое снаряжение.

- в-третьих, даже если представить, что в образовательном учреждении есть необходимая материально-техническая база, где взять грамотного специалиста готового принять все выше перечисленные тесты и подготовить обучающихся к их сдаче. В данное время в компетенции учителя по физической культуре не входит подготовка к проведению и подготовки обучающихся к сдаче комплекса.

Выше перечисленные факторы наталкивают на мысль о необходимости переподготовке учителей физической культуры, направленной на расширение их компетенций, что в дальнейшем благоприятно скажется на качестве проведения комплекса. Грамотно проведенные мероприятия могут стать серьезной мотивацией по привлечению молодого поколения к занятиям физической культурой и спортом, развития у них патриотических черт личности и направленности на здоровый образ жизни.

Библиографический список

1. Приказ Министерства спорта Российской Федерации от 29.08.2014 г. № 739 «Об утверждении Порядка организации и проведения тестирования населения в рамках Всероссийского физкультурно-спортивного комплекса «Готов к труду и обороне» (ГТО)».

2. Совет при Президенте Российской Федерации по развитию физической культуры и спорта. Рабочая группа: Доклад о развитии массового спорта и физ. воспитания нас. март 2014//М.; 2014. - 176 с.

3. Стратегия развития физической культуры и спорта в Российской Федерации на период до 2020 года, утвержденная распоряжением Правительства Российской Федерации от 7 августа 2009 года №1101-р.

Кошкарлова Т.В.

МБДОУ - детский сад
компенсирующего вида № 572г,
Екатеринбург, Россия

ИСПОЛЬЗОВАНИЕ КОМПЛЕКСА «ДЫХАТЕЛЬНАЯ ГИМНАСТИКА И ИГРОВЫХ УПРАЖНЕНИЙ С ФИТБОЛАМИ» ДЛЯ ПРОФИЛАКТИКИ И КОРРЕКЦИИ НАРУШЕНИЙ ПСИХОФИЗИЧЕСКОГО РАЗВИТИЯ ДЕТЕЙ

Аннотация. Развитие детей и улучшение их здоровья в дошкольных образовательных учреждениях, особенно в логопедических группах, - одна из актуальных задач современной педагогики.

Исследования показывают, что дети с ТНР отличаются низким уровнем ловкости и быстроты, низкой степенью сформированности двигательных навыков, низкой моторной обучаемостью. Эти особенности часто сопряжены с недостаточным развитием восприятия, внимания и памяти.

Диспропорциональность развития, незрелость движений определяют различия во всех психомоторных актах и предопределяют уровень качества их выполнения. В последние годы при проведении обследования, в процессе обучения и воспитания, педагоги нашего коррекционного детского сада обратили внимание, что количество детей с проблемами в обучении и адаптации резко увеличилось.

Одним из методов укрепления здоровья детей, применяемых на занятиях, является комплекс «Дыхательной гимнастики и игровых упражнений с фитболами». Который был разработан мною на основе дыхательной гимнастики по методу А.Н. Стрельниковой, А.А. Потапчук, Т.С. Овчинникова «Двигательный игротренинг для дошкольников» Потапчук А.А., Лукина Г.Г. Фитбол-гимнастика в дошкольном возрасте, Потапчук А.А., Дидур М.Д. Осанка и физическое развитие детей, Сайкина Е.Г., Кузьмина С.В. Фитбол-аэробика для детей «Танцы на мячах».

Обучение строится на основе интеграции физкультурно-речевых задач. Ведётся работа по развитию речевого дыхания с использованием элементов кинезиологии и просодики.