

показатели не только по развитию двигательных и координационных способностей, но и улучшили показатели индекса здоровья.

В начале 1999 года два человека имели I группу здоровья, на конец 2000 года – шесть человек.

В ДОУ появились свои рекордсмены, в начале 1999 года это количество составляло 26 человек, на конец 2000 года количество составляло 50 человек. Необходимо отметить еще один положительный результат работы. Были введены «живые занятия», консультации, беседы, совместные праздники с родителями.

Работа выявила не только положительные результаты, но и высветила ряд проблем, одна из которых заключалась в необходимости коррекционно-профилактической работы. Поэтому наше дошкольное учреждение работало не только над развитием координационных способностей, но и над созданием системы коррекционно-профилактической работы с детьми.

Исследования показали, что развитие координационных способностей у детей в системе физкультурно-оздоровительной работы, проводимой в дошкольном учреждении позволили достичь высокого уровня физической подготовленности.

Некоторые аспекты здоровьесбережения учащихся ОУ

Серова Н.Б., Рябкова Ю.А., Антиофьева Е.Л.
МОУ СОШ № 11, г.Екатеринбург

Предъявляемые современной школой учебные программы требуют от ребенка не только определенного уровня интеллектуального развития, но и достаточно высокого уровня физического здоровья.

Среди различных факторов, влияющих на формирование основных показателей здоровья, одним из наиболее существенных является фактор

двигательной активности, который обеспечивается в общеобразовательных школах средствами физической культуры.

Роль физической культуры в накоплении и поддержании высокого уровня здоровья исключительно велика и обуславливается влиянием двигательной активности на функционирование практически всех систем организма человека.

Таким образом, реализация концепции здоровьесбережения в нашей школе проходит в различных формах организации физического воспитания учащихся.

Так, учащиеся начальных классов имеют 5 занятий в неделю двигательной деятельности: 2 урока физической культуры; 2 динамические паузы, на которых дети занимаются активной физической деятельностью и которые проводятся, как правило, на улице; 1 занятие валеологической направленности, которое предусматривает формирование знаний, необходимых для сохранения здоровья учащихся.

Известно, что одной из предпосылок успешного обучения детей является достаточно высокий уровень развития и координации мелких мышц кисти. Поэтому для решения этой задачи является использование комплексов физических упражнений на развитие силовых и координационных качеств мышц кисти и предплечья у учащихся начальных классов при обучении письму во время проведения физкультминуток на уроках.

Далее, учащиеся среднего звена помимо 2-х уроков физической культуры активно занимаются в различных секциях и кружках дополнительного образования. Необходимо отметить, что созданная мотивация к постоянной двигательной деятельности в начальной школе, способствует продолжению занятиями спортом в средних классах. Так, при изучении посещений учащимися спортивных секций, выявлено, что

67% пятиклассников, 58% шестиклассников, 38 % семиклассников продолжают занятия в избранном виде спорта.

В старшей школе учащимся предлагается выбор двигательной деятельности: ритмическая гимнастика, баскетбол и футбол, атлетическая гимнастика — всего 3 часа в неделю. При этом, около половины старшеклассников дополнительно занимаются в спортивных секциях школы или различных клубов.

Необходимо также отметить, что в настоящее время особое значение приобретает физическая культура для тех учащихся, которые в связи с перенесенными заболеваниями не могут в полной мере использовать возможности общепринятой школьной системы организации физического воспитания.

Таким образом, учащиеся, отнесенные по состоянию здоровья к специальной медицинской группе, организованы в группы для занятий физическими упражнениями. Для каждого учащегося в зависимости от имеющихся нарушений в состоянии здоровья составляется программа физического воспитания на весь учебный год. Занятия проводятся за сеткой учебных часов, два раза в неделю. Ежемесячно с учащимися проводится педагогическое тестирование основных физических качеств (учитываются противопоказания упражнений при различных заболеваниях), которое также фиксируется в индивидуальный учащегося.

По результатам педагогического тестирования была отмечена положительная динамика показателей физической подготовленности учащихся. Учащиеся отмечали удовлетворение от занятий физическими упражнениями, старались не пропускать их. При анализе посещаемости учебных занятий было отмечено уменьшение количества пропусков их учащимися.

С целью повышения уровня культуры отношения, прежде всего, к собственному здоровью в учебный процесс вводится проведение теоретических занятий с валеологической направленностью. Так, для учащихся начальной школы предусматривается курс «Познай себя», который продолжается в старших классах, как факультет «Академия здоровья». На таких занятиях в доступной форме и соответственно возрасту даются знания о законах развития своего организма, о факторах, определяющих здоровье, о формах оздоровительной направленности и методах оздоровления. Значение этих занятий неопределимо, т.к. только владея знаниями, а не только умениями и навыками, можно говорить о культуре: в данном случае о культуре здоровья.

Большое значение в реализации данной программы имеет спортивно-массовая работа. Каждому ребенку соответственно своему уровню здоровья и подготовленности предоставляется возможность участия в различных соревнованиях, которые проводятся не менее 1 раз в месяц.

Деятельность по сохранению и укреплению здоровья учащихся не прерывается и в каникулярное время. С этой целью организовываются в школе зимние и летние оздоровительные лагеря, в которых дети, занимающиеся спортом, имеют возможность активно тренироваться, повышать свою спортивную подготовленность; а дети с отклонениями в состоянии здоровья корректировать его средствами физической культуры. Также проводится теоретические занятия по программе «Азбука здоровья»

Вместе с тем, важным является знание и учет установок и потребностей родителей в вопросе здоровьесбережения детей.

Проведенное социологическое исследование, позволило сформулировать следующие выводы: во-первых, показана необходимость совершенствования содержания и форм проведения оздоровительной физической культуры; во-вторых, расширение внеклассной

оздоровительной работы; в-третьих, необходимо просвещение родителей, для усиления их влияния на детей в сфере оздоровительной физической культуры, формирования активно-позитивного отношения к вопросам культуры здоровья.

Таким образом, результатом таких действий является тот факт, что на протяжении нескольких последних лет при подведении итогов в районном смотре-конкурсе физкультурно-оздоровительной работы, наша школа занимает призовое место, а по уровню заболеваемости имеет низкий процент и в период эпидемий не закрывается на карантин.

Проблемы личностно-ориентированного подхода в физическом воспитании учащихся

Губарева Т.А.,

Уральская государственная архитектурно-художественная академия,
г. Екатеринбург

Физическая культура считается основным средством здоровьесбережения в образовательных учреждениях. Воздействуя на физические качества человека, занятия физической культурой обеспечивают потенциал здоровья.

Вместе с тем, проблемой в плане здоровьесбережения сегодня является несформированность сознательного, самодетерминирующего поведения по отношению к здоровью как базовой ценности. Социологические исследования в стране показывают, что неудовлетворенность имеющимся потенциалом здоровья практически у всех групп населения не сопровождаются формированием и реализацией особой культуры поведения, ориентированной на сохранение и укрепление здоровья. Аналогичные данные, но уже при опросах учащихся, их родителей и учителей получены. Центром диагностики и коррекции физического состояния детей и подростков (г. Екатеринбург). Именно