

3. Stolyarenko, AM Social Psychology: Textbook / AM Stolyarenko. – М .: Nauka, 2001 – 254 p.

4. Mozhginsky, YB Aggression teenager: emotional and crisis mechanism: a textbook. – С-Р .: High School, 2000. – 238 p.

5. Kabachkov, VA social-pedagogical approaches to the prevention of teenage addiction by means of physical culture and sport / VA Kabachkov // Physical culture. – 2003. – № 1. – 36-39 p.

**PHYSICAL TRAINING ROLE IN PREVENTIVE MAINTENANCE
АСОЦИАЛЬНЫХ DISPLAYS OF MODERN YOUTH**

Mezentsev Vera Anatolevna,

The senior teacher,

Borodacheva Svetlana Evgenevna,

The senior teacher,

ФГБОУ IN the Samara state agricultural academy

Samara, Russia

УДК 796

**ОЗДОРОВИТЕЛЬНЫЕ ТЕХНОЛОГИИ В ФИЗИЧЕСКОМ
ВОСПИТАНИИ МЛАДШИХ ШКОЛЬНИКОВ**

Можаров А.И., Новинская С.Г., Логутова О.А., Аленин Д.Г., Солдатов В.А
Пензенский государственный университет,

Пенза, Россия

Аннотация. В статье представлены игровые мероприятия связанные со здоровым образом жизни и способствующие не только повышению двигательной активности, но и повышению интеллектуального развития детей.

Ключевые слова: двигательная активность, физическое воспитание, здоровье, младшие школьники, игры

Annotation. The article presents the play activities associated with a healthy lifestyle and contributes not only to increase motor activity, but also improvement of intellectual development of children.

Key-words: motor activity, physical education, health, younger schoolchildren, the game

Одной из основных задач реформы общеобразовательной и профессиональной школы сказано о необходимости создания условий для каждого школьника, с целью овладения им минимумом знаний в области гигиены и медицины, чтобы он получил знания о своем организме и умел поддерживать его в порядке. Начинать предоставлять возможность получать эти знания, формировать умения и потребность ведения здорового образа жизни надо с младшего школьного возраст. [1]

Одним из средств получение информации об окружающем мире, научных знаниях, общечеловеческой культуре младшими дети происходит посредством игры. Сама игра исторически является средством передачи подрастающему поколению необходимой информации и вооружению их нужными навыками и умениями, которые помогут им адаптироваться в обществе. [2]

Подвижные игры с межпредметными связями направлены на достижение двух целей. Достижение первой цели, добровольно установленной самими играющими, требует от них активных двигательных действий, выполнение которых зависит от творчества и инициативы самих играющих. Вторая цель связана с решением задач познавательного характера (закрепление знаний и представ-

лений по предметам общеобразовательного цикла, ознакомление с окружающим миром). [2, 5]

Предлагаем наш опыт использования *подвижных игра и эстафет с межпредметной связью*. [4]

Подвижных игры используются задания, которые формируют и закрепляют знания, умений ведения здорового образа жизни (ЗОЖ). Такая игра стимулирует интерес к познанию норм и правил соблюдения ЗОЖ, приучает соблюдать эти правила, в двигательной деятельности «обыгрывать» важные моменты ОЗЖ, предоставляет каждому ребёнку возможность приобщиться к нормам поведения ЗОЖ. Коллективное выполнение познавательной части игры способствует формированию у ребенка общечеловеческих нормативных актов ведения ЗОЖ и в тоже время проявить личностное выражения к решению поставленной в игре задачи.

В тематике интеллектуального задания игр и эстафет используются различные вопросы по многим направлениям ЗОЖ младшего школьного возраста, мы предлагаем несколько вариантов.

1. Игра «Здоровье - болезни». Для 1 – 4 классов.

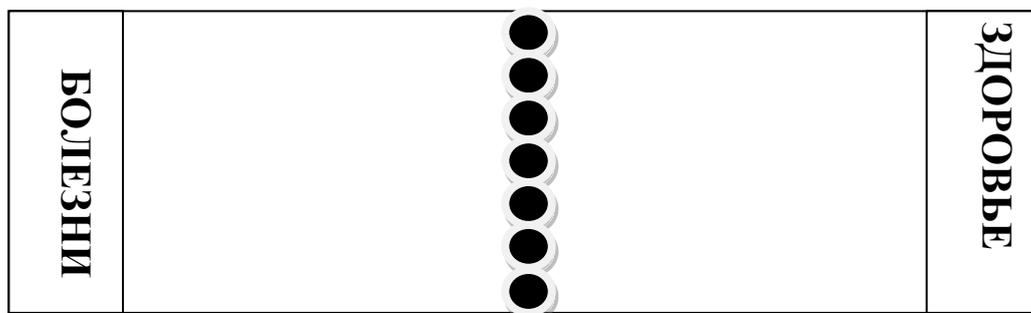
Цели и задачи. Закрепление знаний ЗОЖ. Развитие быстроты, ловкости.

Подготовка к игре. Для проведения игры необходимо подготовить задания на различные темы ЗОЖ, в которых приведены положительные и отрицательные варианты ответов. Пример:

- переходить дорогу надо на свет: красный или зеленый?
- что лучше пить на завтрак: какао или лимонад?
- мы закаляемся холодной водой или теплым одеялом?
- что укрепляет здоровье зарядка или курение? И др.

Подготовка к игре. Участники строятся на центральной линии зала в колонну по одному. На противоположных сторонах зала мелом чертятся две черты (дома), а на стенах вешаются таблички с надписями «Здоровье» и «Болезни».

Проведение игры. Учитель озвучивает различные ситуации по правилам поведения: если, например – «переходить дорогу надо на свет – **красный**», то игроки должны бежать к дому с табличкой «болезни», если: **на зеленый**, то к дому с табличкой «здоровье».



Кто последний пересечет линию «дома» или прибежит в неверном направлении, тот получает штрафное очко. Кто пересечет линию первым, получает три очка, второй два, третий одно очко. После этого ученики возвращаются на централь-

ную линию и ждут следующий вопрос. В процессе проведения игры учитель может менять двигательное задание: передвижение прыжками на одной или двух ногах, на четвереньках, правым – левым боком, спиной вперед в парах, и др. Учитель с помощниками ведет подсчет очков набранных игроками.

Определение победителей. После 6 – 8 повторений подводится итог игры, отмечаются игроки, набравшие больше очков.

2. Игра «Бег по кругу». Для детей 1 - 4 классов.

Не секрет, что наиболее распространенные заболевания в младшем школьном возрасте - простудные заболевания во всем разнообразии. Как предупредить простудные заболевания, а если заболел и помочь организму быстрее справиться с недугом? На этот вопрос отвечают участники эстафеты.

Цели и задачи. Формирование устойчивой привычки к профилактике простудных заболеваний. Развитие быстроты реакции, ловкости.

Подготовка к игре. Для проведения игры необходимо приготовить задания – вопросы, в которых кратко описаны профилактические мероприятия простудных заболеваний, а также и то что, приводит к простудным заболеваниям. Например: регулярно кушать лук, регулярно принимать витамины, делать прививки против гриппа, закаляться, выбегать в холодную погоду на улицу без одежды, валяться в снегу, сидеть на снегу, есть снег и др. Ученики делятся на две команды и образуют в центре спортивного зала два круга, один в другом. Во внутреннем круге находится одна команда, которая называется «Здоровье», а вторая команда - «Болезни» образует внешний круг.

Проведение игры. По команде учителя команды двигаются по кругу в противоположных направлениях. Учитель говорит: - «Регулярно кушать чеснок!» Этот продукт хорошо очищает организм от многих болезней, значит игроки команды «Здоровье» должны коснуться рукой игроков команды «Болезни», а те в свою очередь, должны отойти от центрального круга, чтобы их не коснулись.

Учитель считает игроков, которых коснулись игроки противоположной команды. Участники встают на свои места и игра возобновляется. Учитель произносит следующую фразу: - «Регулярно пить газировку!» Это не приносит пользу организму и не защищает от простуды, значит игроки команды «Болезни» стараются коснуться рукой игроков противоположной команды.

После 6 – 8 повторений игры учитель меняет название командам и меняет их местами, *игроки команды «Болезни» становятся командой «Здоровье» и наоборот.*

Правила игры. Игрокам команды «Болезни» нельзя входить в круг команды «Здоровье», а игроки команды «Здоровье» не могут выходить из своего круга». За нарушение правил игры командам начисляются штрафные очки, которые могут повлиять на итоговый результат.

Определение победителя. Учитель ведет счет игроков, которых коснулись игроки противоположной команды. За каждого осаленного игрока команде начисляется очко, за каждое нарушение правил игры вычитается одно штрафное очко. Побеждает команда, набравшая больше очков.

Творческое переосмысление предложенного практического материала, его переработка и адаптация к своим условиям, несомненно, обогатит ассортимент педагогических средств и методов любого педагога.

Наша общая задача состоит в том, чтобы привлечь к занятиям физической культурой как можно больше учеников, чтобы они росли сильными и здоровыми, чтобы понятие ЗОЖ не было для них просто модное словосочетание, а настоящим образом, понятным и осмысленным, образом устойчивого действия, сопровождающего человека на всем жизненном пути.

Надеемся, что наш опыт будет использоваться учителями физической культуры на различных спортивно-оздоровительных мероприятиях.

ЛИТЕРАТУРА

1. Аллакаева Л.М. Педагогические основы формирования культуры здоровья школьников / Л.М. Аллакаева // Физическая реабилитация детей, взрослых и инвалидов. – № 3-4 (4). – 2005. – С. 18-21.
2. Бальсевич В.К. Спортивный вектор физического воспитания в российской школе / В.К. Бальсевич – М.: НИЦ «Теория и практика физической культуры и спорта», 2006, -112 с.
3. Можаров А.И., Пашин А.А. Подвижные игры с межпредметной связью в физическом воспитании младших школьников: Монография / А.И. Можаров, А.А. Пашин. - Пенза: Изд-во ПГПУ им. В.Г. Белинского, 2012 – 296 с.
4. Былеева Л.В., Коротков И.М. Подвижные игры: Учеб. пособие для ин – тов физ. культуры. – М.: Физ. культура и спорт, 1982. — 224 с.
5. Якимович, В.С. Проектирование системы физического воспитания детей и молодежи в различных образовательных учреждениях: Монография. / В.С. Якимович. – Волгоград: ВолгАСА. 2002. – 136 с.

HEALTH-SAVING TECHNOLOGIES IN PHYSICAL TRAINING OF YOUNGER SCHOOLCHILDREN

Mojarov A. I, Novinskaya S.G., Logutova O. A., Alenin D. G.,Soldatov V. A.
Penza, Russia

УДК- 796.92

ИСТОРИЯ РАЗВИТИЯ ЛЫЖНОГО СПОРТА В СССР

*Мухаметзянова Лиана Рафисовна
студенка экономического факультета*

Стерлитамакский филиал

Башкирский Государственный Университет

г. Стерлитамак, Россия

Аннотация: статья содержит историю развития лыжного спорта в СССР.

Ключевые слова: спорт, история развития, лыжный спорт.

Abstract: The article contains history of development of skiing in the USSR.

Index terms: sport, history of development, skiing.