

ценностные предпочтения и ориентация практических занятий на логический переход к самостоятельной физкультурно-спортивной деятельности; индивидуальная помощь студентам в самопознании и самоопределении в физкультурно-спортивной деятельности, операциональный компонент - тесная связь с профилизацией физического воспитания; профессиональная направленность занятий, обогащающая мотивы работы над собой; помощь студентам в формировании прикладных физических качеств, умений и навыков, осуществляющуюся на основе предшествующего опыта субъекта в каждом виде двигательной активности; личностно-творческий компонент - ориентация на образовательные потребности личности, создание условий для ее культурного саморазвития, самоопределения, самореализации; ее активное включение в предпочитаемые виды и формы физкультурно-спортивной деятельности, значимой для них, творческой, развивающей их познавательную активность и самостоятельность, способствующих проявлению самоорганизации и самоуправления в ней».

Список использованной литературы:

1. Андреев В. И. Педагогика творческого саморазвития. Инновационный курс. Кн. 2/ В. И. Андреев. -1998, [1, с. 25].
2. Алькова Светлана Юрьевна: Педагогические условия реализации дифференцированного подхода в физическом воспитании на основе субъектного опыта студентов, 2002. – 21с.
3. Короткова Е.А. Философско-педагогическое обоснование технологии дифференцированного физкультурного образования школьников // Реализация государственных стандартов в подготовке кадров, связанных с физической культурой и спортом, 1999. - 220 с.

Бильданова В.Р.

*Елабуга, Елабужский институт Казанского(Приволжского)
федерального университета*

ЗДОРОВЬЕСБЕРЕГАЮЩИЕ ТЕХНОЛОГИИ В ОБРАЗОВАТЕЛЬНОМ ПРОСТРАНСТВЕ

Аннотация: Статья посвящена рассмотрению факторов, влияющих на сохранение здоровья обучающихся. Также рассматриваются здоровьесберегающие технологии в образовательном пространстве школы.

Ключевые слова: здоровье, факторы здоровья, здоровьесберегающие технологии, ученик, учитель.

Одна из проблем современной системы образования в России формирование личности школьника, формирование творческой инициативы, адекватной самооценки самооценка, снижение уровня хронического стресса у учителей и учащихся, снижение агрессивности, снижение проявлений авторитаризма. Здоровье человека – это важнейший фактор гармоничного развития, высокой работоспособности, это состояние социального, физического, психического благополучия [3, с. 354].

Основная задача школы сохранение и укрепление здоровья учащихся, ключевую роль из которых играют здоровьесберегающие технологии. Внутришкольные факторы решают ключевую роль, к ним относятся гигиенические, учебно-организационные факторы.

Гигиенические факторы должны обеспечить высокую работоспособность, качество выполняемой работы, сохранение физического и психического здоровья. К гигиеническим факторам относятся шумовые факторы, освещённость, воздушная среда, размер и дизайн помещений, используемые стройматериалы, мебель, проветривание, грамотное озеленение территории и помещений школы, динамические паузы. Учебно-организационные факторы, зависят от администрации школы, включают в себя: объём учебной нагрузки, её соответствие возрастным и индивидуальным возможностям школьника; расписание уроков, распределение нагрузки по дням, неделям, в учебном году; организационно-педагогические условия проведения урока (плотность, чередование видов учебной деятельности, проведение физкультминуток); объём физической нагрузки по дням, за неделю, за месяц. Психологический климат педагогического коллектива, характер отношений определяет работу по формированию культуры здоровья и здорового образа жизни учащихся. Психолого-педагогические факторы, зависят и от учителя - это: психологический климат на уроке, наличие эмоциональных разрядок, стиль педагогического общения учителя с учащимися. Большое влияние оказывают личностные, психологические особенности учителя, его характер. (доброжелательность, мудрость педагога). Состояние здоровья учителя также может сказаться на здоровье обучающихся. Учитель должен обладать способностью к психоэмоциональным переключениям, которое зависит от темперамента учителя и от его навыков владения собой. Большую роль играет подготовленность учителя по вопросам здоровьесберегающих образовательных технологий [2].

Обязательным элементом здоровьесберегающей организации урока в соответствии с современными требованиями являются физкультминутки. При выполнении упражнений с пользой необходимо учитывать определённые условия: особенности урока (какой это предмет, каково состояние учащихся, в какой вид деятельности

учащиеся были включены до этого и т.д.); эмоциональная составляющая физкультминутки: от выраженной экспрессии до спокойной релаксации.

Рассмотрим принципы здоровьесберегающих технологий. Первый принцип – это единство здоровья физического, психического, духовно-нравственного. Нельзя отдельно учитывать эти составляющие нашего здоровья. Принцип непрерывности определяет необходимость проводить эту работу каждый день и на каждом уроке.

Ключевой принцип – обучение должно соответствовать возрастным особенностям учащихся. В основе эффективной работы по охране здоровья человека лежит комплексный междисциплинарный подход, который означает тесное взаимодействие педагогов, психологов и врачей, что является условием достижения намеченных результатов здоровьесберегающих программ. Эффективно работающий педагог – всегда и хороший психолог, и это принцип психологической компетентности учителя.

Важный принцип здоровьесберегающих технологий – гармоничное сочетание обучающих обучение здоровью; воспитание культуры здоровья; формирование здоровья; приоритет позитивных воздействий (подкреплений) над негативными (запретами, порицаниями). Фиксирование внимания ребёнка на недостатках, формирует психологически ущербную личность, с заниженной самооценкой, комплексом неполноценности.

Активные методы обучения должны иметь приоритетное значение. Эффект достигается за счёт снижения риска появления у школьника переутомления. Ребенок получает много механической информации в сочетании с гиподинамией и хроническим стрессом.

Здоровьесберегающие технологии включают формирование иммунитета к инфекциям, прививочные мероприятия, элементы закаливания. Здоровье и благополучие детей зависит от организации правильного питания в школе.

По каким же критериям можно оценить стратегии и эффективность внедрения здоровьесберегающих технологий в работе школы.

Приоритетное значение имеет признание школой задачи заботы о здоровье учащихся и педагогов. Каждый, связанный со школой человек, должен нести ответственность за решение вопросов здоровьесбережения. В школах должно быть строгое соблюдение СанПиНов. По профилактике основных школьных заболеваний должна быть школьная программа здоровья и реализация на практике различных мероприятий по формам, методам. Обязательно должны соблюдаться здоровьесберегающие требования к уроку (соблюдение светового, воздушного, температурного режима, правильное рассаживание детей,

соблюдение основных режимных моментов урока). На уроке важно поддерживать мотивацию учащихся, учитывать возрастные особенности, вводить элементы профилактики гиподинамии, проведение гимнастик, обеспечивать благоприятный комфортный климат в классе.

Каждая школа может иметь валеологическое пространство – создание условий, позволяющих укреплять и восстанавливать здоровье учащихся и педагогов (фитобар, тренажёрный зал, кабинет физиотерапии, психологической разгрузки и т.п.). Все мероприятия должны носить комплексный характер. В традиционной форме приоритет отдается гигиеническим технологиям, при которых основные задачи педагоги выполняют по рекомендациям врачей.

В каждой школе должна быть организована физкультурно-оздоровительная работа. К основным формам работы можно отнести организацию полноценной и эффективной работы с учащимися всех групп здоровья (на уроках физкультуры, в секциях и т.п.); организация групп ЛФК; контроль за соблюдением рекомендаций по объёму двигательной активности учащихся (организация динамических перемен, физкультурных пауз на уроках, динамические паузы в начальной школе и т.д.); создание условий и организация работы спортивных секций; регулярное проведение спортивно-оздоровительных мероприятий.

Большой раздел оздоровительной работы в школе – просветительско-воспитательная работа с учащимися, направленная на формирование ценности здоровья и воспитание здорового образа жизни. Это могут быть лекции, беседы, консультации по проблемам сохранения и укрепления здоровья, профилактике вредных привычек; проведение дней здоровья, оформление стендов. В школах организуется просветительская и методическая работа с педагогами и родителями.

Широкое использование здоровьесберегающих технологий на уроках физической культуры также вносит свой вклад в оздоровление учащихся. Комплекс мероприятий в рамках физического воспитания в школе включает в себя следующие виды деятельности: проведение комплексной диагностики физического здоровья учащихся; организация учебных занятий со здоровьесберегающей направленностью; пропаганда здорового образа жизни; применение физических упражнений для профилактики заболеваний; применение комплексов упражнений лечебной физической культуры с детьми, имеющими различные заболевания. Занятия физической культурой являются существенным фактором профилактики стрессов, улучшают работу сердечно-сосудистой системы, нервной системы, повышают активность иммунной системы, вызывают положительные эмоции, хорошее настроение [5, с. 31].

В школе должно проводиться динамическое наблюдение за

состоянием здоровья учащихся. Результаты мониторинга обсуждаются с учителями. Самыми распространёнными заболеваниями являются заболевания органов дыхания, ослабленное зрение, заболевание опорно-двигательного аппарата.

Важным аспектом профессиональной деятельности педагога является саморегуляция психического состояния, чтобы рационально действовать в различных педагогических ситуациях, сохранять свое душевное равновесие [1].

Широкое использование здоровьесберегающих технологий позволит учителям, учащимся, родителям жить в состоянии эмоционального комфорта и высокого интереса к познанию, быть социально адаптированными, сохранив любознательность и доверие для дальнейшего обучения.

Литература

1. Бильданова В.Р., Шагивалеева Г.Р. Основы психической саморегуляции: Учебное пособие для студентов высш. учеб. заведений. 2-е изд., доп. – Елабуга; Изд-во ЕГПУ, 2009. – 116 с.
2. Психология стресса и методы его профилактики: учебно-методическое пособие /Авт.сост. В.Р. Бильданова, Г.К. Бисерова, Г.Р. Шагивалеева. – Елабуга: Издательство ЕИ КФУ, 2015. – 142 с.
3. Психология старшеклассника для учителя и родителей: учебно-методическое пособие /Авт.-сост. – А.Н. Панфилов, Г.М. Лыдкова и др. – Елабуга: Изд-во Елабужского института К(П)ФУ, 2014. –368 с.

Вантеева В.Л., Калентьева Е.А., Кудрявцева Е.В.

Саратов, Саратовский государственный университет,

vanteeva.viktorya@yandex.ru

РАЗВИТИЕ КООРДИНАЦИОННЫХ СПОСОБНОСТЕЙ ДЕТЕЙ МЛАДШЕГО ШКОЛЬНОГО ВОЗРАСТА С РАЗЛИЧНЫМИ ФОРМАМИ ДЕТСКОГО ЦЕРЕБРАЛЬНОГО ПАРАЛИЧА (ДЦП)

Аннотация: Своевременно поставленный диагноз, необходимое лечение, занятия адаптивной физической культурой помогут ребенку овладеть школьной программой. Коррекция у детей нарушений физического развития должна гармонизировать с общим физическим развитием, в противном случае, узконаправленное воздействие не принесет желаемого результата.

Ключевые слова: адаптивная физическая культура, коррекция у детей нарушений физического развития.

В настоящее время проблема здоровья детей является очень