

МИНИСТЕРСТВО ОБРАЗОВАНИЯ И НАУКИ
РОССИЙСКОЙ ФЕДЕРАЦИИ
ТОМСКИЙ ГОСУДАРСТВЕННЫЙ УНИВЕРСИТЕТ

**ФИЗИЧЕСКАЯ КУЛЬТУРА, СПОРТ,
ТУРИЗМ, РЕКРЕАЦИЯ:
ПРОБЛЕМЫ И ПЕРСПЕКТИВЫ
РАЗВИТИЯ**

*Материалы Студенческой межрегиональной
научно-практической конференции, посвященной
135-летию Томского государственного университета,
75-летию кафедры физического воспитания,
50-летию оздоровительно-учебного центра ТГУ*

Томск, 12 декабря 2013 г.

Под общей редакцией А.В. Кабачковой, канд. биол.наук

Томск
Издательский Дом Томского государственного университета
2013

Четвертое место отводится совместной физкультурно-оздоровительной работе ДОУ и семьи – участие родителей во время подготовки и проведения физкультурных досугов, праздников, недели здоровья, туристических походов, посещения открытых занятий.

С целью оптимизации двигательной активности и закаливания детей необходимо внедрять дополнительные виды занятий двигательного характера, взаимосвязанных с комплексом закаливающих мероприятий, а также вносить нетрадиционные формы и методы их проведения. К таким занятиям относятся: оздоровительный бег на воздухе, пробежки по массажным дорожкам в сочетании с воздушными ваннами, гимнастика после дневного сна, двигательная разминка во время перерыва между занятиями при открытых фрамугах, индивидуальная работа с детьми по развитию движений и регулированию двигательной активности детей на вечерней прогулке, прогулки-походы в лес. Целесообразный подбор и рациональное использование физкультурного оборудования и пособий в разных формах двигательной активности способствует развитию физических качеств и творческих способностей, формированию разнообразных двигательных умений и навыков, воспитанию нравственно-волевых качеств, повышению интереса к спортивным играм и физическим упражнениям. Наряду с этим решаются задачи укрепления здоровья детей и их полноценного психофизического развития.

Литература

1. Агаджиновой С.Н., Орла В.И. Оздоровительная работа в ДОУ. СПб.: «Детство-пресс», 2008. – 170 с.
2. Алямовская В.Г. Лекция №4 «Оздоровительная направленность физкультурных мероприятий». - М.: Педагогический университет «Первое сентября», 2005. – 80с.
3. Лысогогорская М.В., Павлова М.А. Здоровьесберегающая система ДОУ. Волгоград, 2009. – 186 с.
4. Моргунова О.Н. Физкультурно-оздоровительная работа в ДОУ. Воронеж, 2005. – 196 с.

ОЦЕНКА ФИЗИЧЕСКОГО РАЗВИТИЯ ШКОЛЬНИКОВ МЕТОДОМ СТАНДАРТОВ И КОРРЕЛЯЦИИ

В.С. Сосуновский

Томский государственный университет, г. Томск

Научный руководитель: канд. пед. наук А.И. Загревская

Введение. «В здоровом теле – здоровый дух» – крылатое выражение (Децим Юний Ювенал) [1]. Автор данного изречения стремился сформулировать мысль о гармонично развитом человеке, которому присуще и то, и другое. Эта фраза известна нам из древних времен (ок. 60-ок. 127), и популярна до сих пор. В настоящее время особенно актуальна, остается проблема именно гармоничного развития личности среди подрастающего поколения. Спорт и физическая культура являются одним из наиболее эффективных средств для всестороннего

развития человека. «Для каждого человека спорт – это возможный источник для самосовершенствования» (Пьер де Кубертен) [1]. При этом не только физическое, но и нравственное. Однако в современном обществе с все более возрастающей ценностью прагматизма, материализма и снижение общей культуры личности, в образовательной системе учителя и тренеры уделяют недостаточно внимания формированию именно духовной стороны своих воспитанников, ограничиваясь лишь программным материалам и односторонним развитием. Кроме того, только лишь одностороннее развитие (например, только физическое) приведет к массовой деградации всего общества. Многие исследователи и социологи отмечают подобные негативные тенденции среди поколений 21 века. Об этом также свидетельствуют проведенные исследования нравственной культуры личности современных школьников.

Организация и методы исследования. В исследовании принимали участие школьники 5-9 классов (153 человека). Для выявления нравственной культуры и физического развития школьников применялись следующие методы: обзор литературных источников, анкетирование, педагогическое наблюдение, оценка физического развития с помощью стандартов и корреляции.

Результаты и их обсуждение. При анализе анкетирования, направленного на выявление ценностных ориентаций школьников, были получены следующие данные. Такая жизненная ценность как твердая воля, то есть умение настоять на своем, не отступать перед трудностями, проявлять настойчивость характера, имеет место в реальности более чем у 50% школьников, также значительная доля опрошенных стремится к тому, чтобы данная ценность стала реальностью в жизни. У 49% респондентов взаимопонимание и хорошие отношения с друзьями присутствуют в реальной жизни. Тогда как, для остальной доли опрошенных, эта ценность не имеет значения. Это говорит о том, что у школьников не сформированы такие важные ценности жизни как гуманизм, социально-коммуникативные и т.д., также, не сформированы знания о здоровом образе жизни человека, плохо развитой нравственной, эстетической и экологической культуры человека. При этом исследования физического развития детей среднего и старшего школьного возраста, выявило также не утешительные результаты. Результаты исследования представлены в таблице 1.

При анализе всех показателей приведенных в таблице 1, у значительной доли школьников зафиксированы, низкие и очень низкие показатели, и совсем у небольшой части обследуемых выявлены ниже среднего, типичные и выше среднего морфофункциональные показатели физического развития. К примеру, у 45% школьников выявлено недостаточность массы тела. По показателям обхватов грудной клетки в спокойном состоянии, при максимальном вдохе и максимальном выдохе более чем у 60% школьников выявлен очень низкий уровень, а также у более 25% школьников этот показатель находится в низком диапазоне и всего лишь у 5% обследуемых наблюдается типичный уровень развития грудной клетки (таб. 1). По показателям жизненной емкости легких (ЖЕЛ) у 60% испытуемых также выявлен очень низкий уровень, низкий и уровень ниже среднего составили 20% школьников, аналогичная ситуация выявлена при количественном анализе доли обследуемых с типичным уровнем ЖЕЛ, в тоже время ни у одного испытуемого не наблюдался выше среднего и высокие показатели развития дыхательной системы (таб. 1). По параметрам обхватов верхних и нижних

конечностей более чем у 50% школьников выявлен низкий показатель, тогда как всего лишь у 5% обследуемых – типичный уровень (таб. 1).

Таблица 1

Показатели морфофункционального развития школьников

Показатели	Очень низкие	Низкие	Ниже среднего	Типичные	Выше среднего	Высокие	Очень высокие
<i>Длина тела сидя</i>	15%	25%	25%	20%	5%	10%	0%
<i>Масса тела</i>	45%	15%	10%	25%	0%	5%	0%
<i>Обхват груди в спокойном состоянии</i>	52%	33%	0%	5%	5%	5%	0%
<i>Обхват груди при максимальном вдохе</i>	65%	25%	0%	5%	5%	0%	0%
<i>Обхват груди при максимальном выдохе</i>	61%	28%	0%	5%	6%	0%	0%
<i>Экскурсия грудной клетки</i>	40%	0%	15%	25%	10%	10%	0%
<i>Жизненная емкость легких</i>	60%	15%	5%	20%	0%	0%	0%
<i>Диаметр среднегрудинный передне-задний</i>	20%	40%	10%	10%	0%	5%	15%
<i>Обхват плеча в напряженном состоянии</i>	40%	45%	5%	5%	0%	5%	0%
<i>Обхват плеча в расслабленном состоянии</i>	40%	30%	20%	5%	0%	5%	0%
<i>Обхват бедра верхний</i>	40%	30%	20%	0%	0%	10%	0%

Заключение. После проведенного исследования можно сделать вывод, о том, что у современных школьников неблагоприятное физическое развитие отражается и на нравственной культуре личности, которая ухудшается с каждым годом. Поэтому, необходимо обратить особое внимание на протекание данных негативных процессов в обществе. Для возможной корректировки сложившейся ситуации была разработана методика, направленная на воспитание нравственной культуры личности, на физическое развитие, предназначенная для применения на уроках физической культуры в школе, а также в учреждениях дополнительного образования детей.

Основными задачами методики являются следующие: сформировать знания и воспитать интерес к олимпийским играм и олимпийскому движению, их истории, целях, задачах, об основных идеалах и ценностях олимпизма (в том числе о принципах «ФэйрПлэй»). Применяемые средства подразделяются на теоретические и практические. К теоретическим относятся: лекции, беседы, обсуждения (об общих основах физической культуры и спорта, об олимпийских играх и олимпийском движении, их истории, целях, задачах, об основных идеалах и

ценностях олимпизма). Данная методика включает большой блок практических средств, к которым относятся: физические упражнения, непосредственное участие в соревнованиях и их организации, общение с известными спортсменами, общение со спортсменами других стран, участие в соревнованиях не только по профильному, но и по иным видам спорта, оздоровительно-рекреативные походы, совместное участие в подготовке к соревновательной и тренировочной деятельности с использованием творческого подхода, взаимопомощь и моральная поддержка товарищей во время соревнований, самоконтроль и самоанализ в тренировочном процессе. Оценка эффективности применяемой методики будет осуществляться в дальнейших исследованиях.

Литература

1. *Манифест СИЕПС о честной игре* // Информационный вестник ВНИИФК, N10, 1977, с. 3-12.

ЭЛЕМЕНТЫ ИГРОТЕРАПИИ КАК СРЕДСТВО РАЗВИТИЯ ПСИХОЭМОЦИОНАЛЬНОЙ СФЕРЫ ЧАСТО БОЛЕЮЩИХ ДЕТЕЙ МЛАДШЕГО ШКОЛЬНОГО ВОЗРАСТА

А. Тарасенко

Институт физической культуры и дзюдо Адыгейского государственного университета, г. Майкоп

Научный руководитель: доц., канд. пед. наук Н.С. Коломийцева

В настоящее время, когда внимание общества направлено на изучение условий, способствующих развитию социально активной личности, особенно значимой становится проблема развития психоэмоциональной сферы ребенка. У младших школьников система эмоций и чувств еще только формируется. Поэтому их эмоции – не столько проявление переживаемого чувства, сколько материал для обобщения и формирования на их основе высших чувств. В последнее время повсеместно отмечается рост детской заболеваемости, и, как следствие, возникает проблема развития часто болеющего ребенка. Появление в структуре внутренней картины болезни отрицательного эмоционального переживания (по классификации А.Н. Леонтьева) у часто болеющих детей всегда связано с объективными или субъективными преградами в реализации различных деятельностей субъекта, главным образом ведущих деятельностей: трудовой, учебной, деятельности общения и т.д.

Оказание помощи часто болеющим детям, испытывающим трудности в развитии эмоциональной сферы – одна из важнейших задач педагогики и психологии. Эффективным средством коррекции эмоционального развития ребенка считается подвижная игра. Исследуя специфику эмоциональной сферы часто болеющих детей и здоровых детей младшего школьного возраста, мы выявили, что эмоциональная сфера часто болеющих детей отличается от здоровых детей. Так, для часто болеющих детей характерны: выраженная тревожность, эмоциональная напряженность, импульсивность.