

Министерство образования и науки Российской Федерации
Международная академия наук экологии и безопасности жизнедеятельности
Петровская академия наук и искусств
Федеральное государственное бюджетное образовательное учреждение
высшего образования
«Южно-Уральский государственный гуманитарно-педагогический университет»

ЭКОЛОГИЧЕСКАЯ БЕЗОПАСНОСТЬ, ЗДОРОВЬЕ И ОБРАЗОВАНИЕ

**Сборник статей XI Всероссийской научно-практической
конференции молодых ученых, аспирантов и студентов**

Часть 1

Челябинск
2018

УДК 613.4 : 371 (06)
ББК 51.204 : 74.00я43
Э 40

Экологическая безопасность, здоровье и образование: сборник статей XI Всероссийской научно-практической конференции молодых ученых, аспирантов и студентов: в 2 частях / под науч. ред. проф. З.И. Тюмасевой. – Челябинск: ЗАО «Библиотека А. Миллера», 2018. – Ч. 1. – 356 с.

ISBN 978-5-93162-042-8 (общий)

ISBN 978-5-93162-043-5 (1 часть)

В сборнике «Экологическая безопасность, здоровье и образование» представлены материалы XI Всероссийской научно-практической конференции молодых ученых, аспирантов и студентов.

Статьи отражают широкий круг современных проблем: здоровьесберегающего образования, безопасности жизнедеятельности, формирования здоровья и безопасного образа жизни, профилактики правонарушений и девиантного поведения детей и подростков, физкультурно-оздоровительной и спортивно-массовой работы, физической культуры, а также психолого-социальных аспектов здоровья и экологии регионов Российской Федерации.

Материалы сборника представляют научный интерес для экологов, биологов, специалистов в области охраны здоровья, безопасности жизнедеятельности, охраны природы и рационального природопользования, преподавателей, аспирантов и студентов, учителей и школьников.

Научный редактор: З.И. Тюмасева, д-р пед. наук, профессор

Редакционная коллегия: Е.С. Гладкая, канд. пед. наук, доцент
Д.В. Натарова, канд. пед. наук, доцент
И.Л. Орехова, канд. пед. наук, доцент

ISBN 978-5-93162-042-8 (общий)

ISBN 978-5-93162-043-5 (1 часть)

© Южно-Уральский государственный гуманитарно-педагогический университет, 2018

© Коллектив авторов, 2018

Содержание

<i>Азнабаев Р.Т., Ткаченко В.К.</i> (Научный рук-ль: Орехова И.Л., к.п.н., доцент) Поисковое движение как средство патриотического воспитания подрастающего поколения	7
<i>Александрова А.В.</i> (Научный рук-ль: Хуснутдинова З.А., д.м.н., профессор) Роль семьи в формировании безопасного поведения дошкольников	12
<i>Антонова С.А.</i> (Научный рук-ль: Орехова И.Л., к.п.н., доцент) Тьюторское сопровождение развития зрительного внимания у младших школьников с ограниченными возможностями здоровья средствами изобразительной деятельности	15
<i>Антонова Э.Р.</i> (Научный рук-ль: Тюмасева З.И., д.п.н., к.б.н., профессор) Влияние мобильных устройств на здоровье студентов	21
<i>Артеменко Б.А., Пермякова Н.Е.</i> Здоровьесбережение как одно из приоритетных направлений работы педагога в дошкольной образовательной организации	25
<i>Артюхова Е.А., Романова Е.А.</i> Изучение физического здоровья у подростков в условиях образовательной организации	29
<i>Ахмадуллин А.А., Кабирова И.Б.</i> Проблемы экологического воспитания современной молодежи	33
<i>Байбурина З.М., Киселева Д.А.</i> (Научный рук-ль: Горбаткова Е.Ю., к.п.н., доцент) Формирование здорового образа жизни среди дошкольников	37
<i>Брайцева С.В., Арпентьева М.Р.</i> Психологическая гастроэнтерология	40
<i>Бучко В.В., Щелчкова Н.Н.</i> Внедрение критериев тактической подготовки бегунов на средние дистанции	46
<i>Варгуданова Д.Ю.</i> Тьюторское сопровождение родителей, детей не готовых к школьному обучению	51
<i>Веникова Е.А.</i> (Научный рук-ль: Чуктурова Н.И., к.п.н., доцент) Педагогические условия формирования уровня профессиональной готовности будущих учителей основ безопасности жизнедеятельности	55
<i>Вербицкий А.В.</i> (Научный рук-ль: Щелчкова Н.Н., к.п.н., доцент) Методологические подходы к исследованию проблемы технической подготовки школьников по рукопашному бою	59
<i>Галкин А.Ю.</i> (Научный рук-ль: Мамылина Н.В., д.б.н., профессор) Методические аспекты развития специальной работоспособности при занятиях лыжной подготовкой у младших школьников	63
<i>Галянт И.Г., Варенникова О.А.</i> Патриотическое воспитание дошкольников в контексте инклюзивного образования	69
<i>Галянт И.Г., Евсеева Е.К.</i> Развитие творческих способностей у детей с ограниченными возможностями здоровья	73
<i>Гатауллина Ю.Д., Тюмасева З.И.</i> Профессиональная готовность к здоровьесберегающей деятельности у студентов медицинского колледжа	78
<i>Гладкая Е.С., Чиянова Е.П.</i> Мотивация студентов к здоровому образу жизни	84
<i>Гладкая Е.С., Шапкина О.А.</i> Особенности физической нагрузки у женщин зрелого возраста	87
<i>Гукасян О.В., Исаевская Е.В., Носова Т.М., Колыванова Л.А.</i> Практико-ориентированная деятельность как средство формирования экологической культуры учащихся с ограниченными возможностями здоровья	90

Деркач Н.А. Использование биоэнергопластики как средства развития речи детей с речевой патологией	99
Жемагулова А.Ш. (Научный рук-ль: Галянт И.Г., к.п.н., доцент) Развитие инициативы и творческих способностей у детей дошкольного возраста на основе взаимодействия со взрослыми и сверстниками	103
Измагилова Р.О. (Научный рук-ль: Артеменко Б.А., к.б.н., доцент) Роль природной среды в воспитании детей дошкольного возраста	107
Ишметова А.В. (Научный рук-ль: Галянт И.Г., к.п.н., доцент) Арт-терапевтические возможности музыки в процессе развития детей	112
Ишмухаметова С.М., Тюмасева З.И. Здоровьеориентирование как базовый концепт в системе подготовки будущих педагогов	116
Кадырова Н.И. (Научный рук-ль: Майнулова Г.Р., к.м.н., доцент) Потенциал образовательной организации по профилактике детского травматизма	121
Калашников Н.В. Организация тьюторского сопровождения в дополнительном естественнонаучном образовании	124
Кереселидзе Г.О. (Научный рук-ль: Хуснутдинова З.А., д.м.н., профессор) Школьники о гражданско-патриотическом воспитании	127
Козин А.М., Третьякова А.Ю. Использование личносно ориентированных здоровьесберегающих подходов и технологий развития духовно-нравственного потенциала обучающихся	132
Королева В.А. (Научный рук-ль: Романова Е.А., ст. преподаватель) Воспитание аэробной выносливости у студентов средствами фитнес-технологий	140
Ларионов Н.В., Камскова Ю.Г. Игровая рационализация как средство коррекции нервно-психического напряжения младших школьников при подготовке к сдаче комплекса «Готов к труду и обороне»	144
Лихолетова О.А., Щелчкова Н.Н. Опыт применения игровых комплексов ГТО в формировании здорового образа жизни старших школьников	148
Малоземова И.И., Тупицына А.А. Оценка урока с позиции здоровьесбережения	153
Марченко М.И. (Научные рук-ли: Лапшина Л.М., к.б.н., доцент; Романова Е.А., ст. преподаватель) Формирование навыков изобразительной деятельности у детей старшего дошкольного возраста с нарушением интеллекта	157
Меньшенина Д.А., Натарова Л.Е. (Научный рук-ль: Захаров С.Г., к.г.н., доцент) Экологическая обстановка в Еткульском районе	161
Миннихметов Р.Р. (Научный рук-ль: Кабиров Т.Р., к.б.н., доцент) Влияние транспортной инфраструктуры на окружающую среду г. Уфа	166
Мухаметшина А.А. (Научный рук-ль: Хуснутдинова З.А., д.м.н., профессор) Социально-педагогические условия профилактики школьного травматизма	170
Нуржанова В.Д., Мамылина Н.В. Экскурсионно-туристическая работа в структуре системы воспитания подростков	174
Нурписов А.А., Захарова Н.А. (Научный рук-ль: Камскова Ю.Г., д.м.н., профессор) Возможности игрового метода в воспитании быстроты двигательных действий в группах начальной подготовки секции бокса	177
Нурписов А.А., Камскова Ю.Г. Методические особенности воспитания быстроты двигательных действий в группах начальной подготовки секции бокса	180

Обухова А.Г., Натарова Л.Е. (Научный рук-ль: Захаров С.Г., к.г.н., доцент) Оценка экологической обстановки озера Большая Акуля	184
Обухова К.А. (Научный рук-ль: Тюмасева З.И., д.п.н., к.б.н., профессор) Системный подход к становлению эколого-валеологического образования	189
Осетрова Е.Ф. (Научный рук-ль: Орехова И.Л., к.п.н., доцент) К вопросу о сохранении здоровья студентов	193
Павличенко К.В., Солодянкина К.Э. (Научный рук-ль: Валеева Г.В., к.психол.н., доцент) Исследование субъективной безопасности юношей и девушек	197
Петров М.С., Натарова Д.В. Взаимодействие педагогов с семьей-необходимое условие формирования ЗОЖ у школьников 5–6 классов	202
Петрова А.Е., Тюмасева З.И. Теоретическое обоснование проблемы тьюторского сопровождения безопасного поведения школьников	207
Подгорный Е.В., Чудов В.А. (Научный рук-ль: Шурыгина В.В., к.м.н., доцент) Формирование практических навыков обучения по оказанию первой помощи на уроках по основам безопасности жизнедеятельности	211
Позднякова А.А. (Научный рук-ль: Артеменко Б.А., к.б.н., доцент) Влияние природы на формирование сознания детей дошкольного возраста	215
Попкова О.А., Артеменко Б.А. Экологическое воспитание детей дошкольного возраста в контексте ФГОС ДО	219
Прохорова А.А. (Научный рук-ль: Артеменко Б.А., к.б.н., доцент) Игра-релаксация как одна из эффективных технологий сохранения и стимулирования здоровья детей дошкольного возраста	224
Прудникова И.А., Мамылина Н.В. Начальная подготовка бегунов на короткие дистанции	228
Рокин А.А., Шарипов Ш.Н. Физическое воспитание школьников средствами спортивного туризма	233
Романова Е.А., Валеева Г.В., Щелчкова Н.Н., Хасаньянова А.А. Использование генеалогического метода как средства изучения социального портрета курильщика и распространенности табакокурения в современном мире	236
Романова Е.А., Пахтусов А.В., Щелчкова Н.Н., Новоженкина А.М. Пищевое поведение студентов вуза и влияние его расстройств на формирование ожирения	240
Сахаутдинова М.Р., Артеменко Б.А. К вопросу об экологическом воспитании детей дошкольного возраста	245
Секерина Е.В., Галянт И.Г. Ритмика как здоровьесберегающая технология в ДОО	250
Селюттов А.Ю. (Научный рук-ль: Хуснутдинова З.А., д.м.н., профессор) К вопросу об инженерно-техническом обеспечении безопасности общеобразовательной организации	255
Семенова И.С. (Научный рук-ль: Артеменко Б.А., к.б.н., доцент) Экологическое воспитание в системе ценностей детей дошкольного возраста	259
Сигалов Д.О., Романова Е.А., Просекова Е.В. Разработка индивидуальных реабилитационных программ тьюторских технологий для детей с ситуационными фебрильными судорогами	262
Скатарова А.В. (Научный рук-ль: Артеменко Б.А., к.б.н., доцент) Особенности детского экспериментирования в старшем дошкольном возрасте	266
Скворцов Д.А., Сарайкин Д.А. Влияние физических нагрузок на адаптивные реакции организма боксеров	271

Скоробренко И.А. (Научный рук-ль: Орехова И.Л., к.п.н., доцент) Формирование культуры здоровья старших школьников в системе воспитательной работы	274
Спиженкова М. А., Арпентьева М.Р. Психологическое консультирование студентов с особыми потребностями в образовании в условиях обучения в вузе	278
Суздаева И.А. (Научный рук-ль: Мишанова О.Г., д.п.н., профессор) Роль педагогических аксиом в становлении учителя как профессионала	284
Торбенко Н.Н. Педагогическое сопровождение формирования экологической безопасности средствами туризма	288
Ульянова О.В. (Научный рук-ль: Валеева Г.В., к.псих.н., доцент) Тьюторское сопровождение семьи в аспекте оздоровительной деятельности	293
Федорова И.К., Тюмасева З.И. Роль тьюторской практики в физкультурно-оздоровительной работе с подростками	297
Хамитов В.Р., Назорнов И.В. (Научный рук-ль: Сарайкин Д.А., к.б.н., доцент) Организация и внедрение Всероссийского физкультурно-спортивного комплекса «Готов к труду и обороне» в структуру МЧС России	303
Холкина Д.В. (Научный рук-ль: Натарова Л.Е., к.п.н., доцент) Выявление проблем природопользования Кыштымской группы озер	307
Честюнина Ю.В., Забелина Е.В. Проблема психологической безопасности молодежи в условиях глобализации	312
Чешуина Т.В. (Научный рук-ль: Бенгардт А.А., ст. преподаватель) Использование здоровьесберегающих технологий в тьюторском сопровождении обучающихся	317
Шведова Д.Д. (Научный рук-ль: Натарова Д.В., к.п.н., доцент) Роль педагога в развитии коммуникативных способностей младших школьников средствами подвижных игр	324
Шевченко Н.А., Романова Е.А., Ходыева Д.Н. Нейроборрелиоз (болезнь Лайма) у детей: особенности клиники и исходов	329
Шишканова О.В. (Научный рук-ль: Артеменко Б.А., к.б.н., доцент) Особенности формирования экологической культуры дошкольников среднего возраста в условиях реализации ФГОС ДО	333
Щербакова А.П., Щелчкова Н.Н. Пищевые добавки и их влияние на здоровье человека	338
Юрпалов Д.Л. (Научный рук-ль: Орехова И.Л., к.п.н., доцент) К вопросу о формировании самосохранительного поведения в условиях пенитенциарных учреждений	343
Якубова Я.А. (Научный рук-ль: Артеменко Б.А., к.б.н., доцент) Сказка как средство формирования экологического представления у детей дошкольного возраста	348
Ярушина Т.И. (Научный рук-ль: Артеменко Б.А., к.б.н., доцент) Выбросы угольного разреза г. Коркино как одна из региональных проблем Челябинской области	352

Азнабаев Р.Т., Ткаченко В.К.

Научный руководитель: Орехова И.Л., кандидат педагогических наук, доцент

Южно-Уральский государственный гуманитарно-педагогический университет, г. Челябинск, Россия

Поисковое движение как средство патриотического воспитания подрастающего поколения

Аннотация. В статье рассматривается актуальная проблема воспитания гражданина – патриота своей страны. Ведущей формой патриотического воспитания подростков и молодежи является поисковое движение.

Ключевые слова: патриотизм, патриотическое воспитание, поисковое движение.

Aznabaev R.T., Tkachenko V.K.

Supervisor: Orekhova I.L., candidate of pedagogical Sciences, associate Professor

South Ural State Humanitarian Pedagogical University, Chelyabinsk, Russia

Search movement as a means of patriotic upbringing of the younger generation

Abstract. The article deals with the actual problem of educating a citizen-a patriot of his country. The leading form of patriotic education of adolescents and young people is the search movement.

Keywords: patriotism, patriotic education, search movement.

В условиях современного этапа развития российского общества и отечественного образования патриотическое воспитание является важнейшим условием воспитания у подрастающего поколения духовно-нравственных и социокультурных качеств личности. Важнейшим из таких качеств является патриотизм. Понятие «патриотизм» определено достаточно четко и характеризует глубокое чувство любви и верности своей Родине, народу; готовность защищать свое Отечество, служить Родине; подчинять свои и групповые интересы интересам своей страны и своего народа. Человека, обладающего таким качеством, называют патриотом – «...любитель отечества, ревнитель о благе его, отчизнолюб, отечественник или отчизник» (по В.И. Далю [2, с. 19]).

Среди множества направлений патриотического воспитания подростков и молодежи ведущее место в современных условиях принадлежит поисковому

движению – комплексу мероприятий по увековечению памяти павших защитников Отечества [5].

В исторической памяти народов особая роль принадлежит войнам, поскольку именно они оказывают определяющее влияние на сохранение индивидуальных и коллективных воспоминаний. Война становится поворотным пунктом, как в жизни отдельного индивида, так и всего общества, разделяя существование на «до войны» и «после войны». Она представляет собой своеобразный «шлюз воспоминаний», поскольку впоследствии все события оцениваются через ее призму.

В 2015 году исполнилось 70 лет с момента окончания Второй мировой и Великой Отечественной войн. Масштабные мероприятия, посвященные этим юбилейным датам, актуализировали обращение историков, политиков, общественных деятелей к различным аспектам военной истории, и в первую очередь – к проблеме сохранения памяти о событиях прошлого. Одним из ключевых направлений в изучении военной истории, которому было уделено большое внимание руководства страны в юбилейном году, стало поисковое движение.

Поисковое движение, как педагогический феномен и серьезнейшая молодежная политика, является самым мощным средством патриотического воспитания подрастающего поколения и решает одну из главных государственных задач – воспитывает у молодежи патриотическое сознание, готовность к выполнению своего гражданского долга и конституционных обязанностей по защите интересов России, формирует общечеловеческие нормы гуманистической морали, способствует объективной самооценке и саморегуляции поведения, позволяет каждому подростку реализовать себя как личность [1; 4]. Оно зародилось в конце 1980-х годов, когда неожиданно обнаружилось, что прошедших после окончания Великой Отечественной войны десятилетий не хватило не только на благоустройство воинских могил и кладбищ, но даже на захоронение останков советских воинов, которые остались лежать на полях былых сражений. Согласно официальной статистике, многие из них числились пропавшими без вести.

Официально поисковое движение в Пуровском районе возникло в марте 2004. Поисковый отряд «Забытый Полк» (школа № 1, п. Пуровск Пуровского района) участвовал в восемнадцати широкомасштабных поисковых экспедициях Всероссийской «Вахты Памяти» с 2004 года по 2017 год. За этот период в составе сводного отряда приняли участие свыше 300 человек. Поисково-разведывательные работы проводились на территориях Ленинградской, Псковской, Тверской и Воронежской областях, республики Карелия, где проходили самые кровопролитные и ожесточенные бои начального периода Великой Отечественной войны. В ходе экспедиций сводным отрядом в течение всего периода были обнаружены и с воинскими почестями захоронены останки 313 бойцов и командиров Красной Армии.

С 2010 года поисковый отряд «Забытый Полк» входит в состав Региональной молодежной общественной организации Ямало-Ненецкого автономного округа «Историко-патриотическое поисковое объединение «Ямальский Форпост», объединившая шесть действующих поисковых отрядов Ямало-Ненецкого автономного округа.

Объединение ведет работу с применением разнообразных форм деятельности по следующим направлениям:

- поисковая деятельность: участие во Всероссийских «Вахтах Памяти»; поиск без вести пропавших воинов и их захоронение; установление имен и судеб погибших воинов; розыск их родственников;
- образовательно-воспитательная деятельность: плановые занятия с новым составом первого года обучения по учебному плану программы «Поисковики-краеведы», продолжение занятий со старшей группой (2 и 3 годы обучения) по программе «Поисковая разведка», где ребята получают знания основ поисково-краеведческой подготовки, военной археологии, истории вооружения и техники, основы туристской подготовки, топографии и ориентирования на местности, медицинских знаний по оказанию первой медицинской помощи. Проводятся также «Уроки мужества»;

- информационно-методическая деятельность: участие в поисковых слетах различного уровня, семинарах и конференциях по обмену опытом работы между различными общественными объединениями и организациями, деятельность которых связана с патриотическим воспитанием молодежи, накопление фонда военно-исторической литературы, тесная связь со средствами массовой информации и сотрудничество с другими регионами России;

- оздоровительно-спортивная деятельность: организация и проведение военно-полевых сборов; подготовка и участие в районном слете по туризму, военно-спортивной игре «Школа Мужества», участие во внутришкольных соревнованиях и эстафетах;

- музейная деятельность: сотрудничество с районным Краеведческим музеем, музеем ОВД МВД по Пуровскому району; разработка и создание тематико-экспозиционного комплекса, проведение экскурсий, лекториев; комплектование фондов школьного музея, организация тематических выставок, ведение музейно-архивной и научно-исследовательской работы;

- культурно-досуговая деятельность: участие в месячнике военно-патриотической работы; организация тематических вечеров, мероприятий, связанных с памятными датами России; непрерывная связь с ветеранами.

Реализуя мероприятия программы «Патриотическое воспитание граждан РФ на 2015– 2020 гг.» поисковый отряд «Забытый полк» стремится опираться на накопленный опыт поисковой работы Всероссийского поискового движения, воспитывая подрастающее поколение на боевых, трудовых и других замечательных отечественных традициях и устоях старших поколений, учитывая при этом сформированные в обществе гражданские нормы поведения, новые взаимоотношения и образ жизни современной молодежи [3; 6].

К положительным моментам развития поискового движения следует отнести появление ученых, которые не только долгие годы своей жизни посвятили такому движению, но и защитили диссертации по истории, источникам и методам «Поиска» (С.И. Садовников, Е.Н. Боле, И.П. Цуканов и др.).

Актуальной проблемой является слабая связь поисковиков с академическими кругами. В основном поисковики – любители истории, энтузиасты. Профессиональные историки и археологи могли бы оказать существенную помощь поисковикам, вывести работу на совершенно новый уровень. Речь идет об активном внедрении в поисковую деятельность отдельных элементов наработанной отечественными археологами и многократно проверенной на практике методике проведения раскопок и обработки их результатов, а в особенности – обращения с обнаруженными в ходе них предметами, их консервации и реставрации. Часто поисковые работы проводятся с нарушениями техники безопасности, а обращение с самым ценным источником информации – смертным медальоном – далеко не всегда соответствует требованиям.

К проблемам развития поискового движения можно отнести и недостаточную информированность общества о результатах деятельности поисковиков. С 2009 года в нашей стране издается журнал «Военная археология», однако он выходит небольшим тиражом и доступен далеко не всем поисковым объединениям нашей страны. В последнее время поисковики стали активнее анализировать развитие движения, обобщать его результаты, публиковаться в печати, но такая литература, как правило, выходит небольшими тиражами и «оседает» в тех регионах, где издается.

Несмотря на обозначенные трудности, поисковое движение России продолжает развиваться. Его уникальность заключается в том, что в поисковую деятельность сегодня включены поисковики из 55 регионов России. Ежегодно в ходе военно-археологических экспедиций поднимаются останки сотен бойцов, имена которых в большинстве случаев установить очень сложно или вообще невозможно. Однако поисковая деятельность направлена не только на увековечение памяти защитников Отечества, оставшихся на полях сражений, изучению военной истории и получение новых знаний о малоизвестных страницах прошлого, но и выполняет целый ряд других задач. Одной из важнейших является задача патриотического воспитания молодежи посредством вовлечения в поисковое движение.

Литература

1. Бачевский В.И. Система военно-патриотического воспитания несовершеннолетних граждан: учеб.-метод. пособие. – М.: Военные знания, 2001. – 186 с.
2. Даль В.И. Толковый словарь живого великорусского языка: в 2 томах / В.И. Даль. – М.: РООССА, 2010. – Т. II. – 624 с.
3. Забелина А. Российское военно-историческое общество и «Поисковое движение России» возрождают традицию общенациональных общественно-государственных «Вахт Памяти» / А. Забелина, Е. Боле, Д. Самосват // Военная археология. – 2014. – № 5. – С. 29–32.
4. Калинин С. Духовно-нравственное и героико-патриотическое воспитание в образовательном процессе патриотических объединений / С. Калинин, Е. Филимонова, С. Гринева. – М.: Наука, 2014. – 298 с.
5. Общероссийское общественное движение по увековечению памяти погибших при защите Отечества «Поисковое движение России» [Электронный ресурс]. – Режим доступа: <http://www.rf-poisk.ru/> (дата обращения: 16.03.2018).
6. Смирнов Д. Путин – поисковику: Вы возвращаете Родине имена павших бойцов [Электронный ресурс] / Д. Смирнов // Комсомольская правда. 6.04.2015. – Режим доступа: <http://www.kp.ru/daily/26363.5/3245018/> (дата обращения: 16.06.2018).

Александрова А.В.

Научный руководитель: Хуснутдинова З.А., доктор медицинских наук, профессор

Башкирский государственный педагогический университет им. М. Акмуллы, г. Уфа, Республика Башкортостан

Роль семьи в формировании безопасного поведения дошкольников

Аннотация. Главная цель по воспитанию безопасного поведения у детей – дать каждому ребенку основные понятия опасных для жизни ситуаций и помочь найти выход из них. Помощь в этом окажут конечно же самые важные люди в жизни каждого ребенка – это родители. Потому что именно они, как никто другой являются частью образовательного процесса и личным примером.

Ключевые слова: дети дошкольного возраста, безопасное поведение, формирование.

Alexandrova A.V.

Supervisor: Khusnutdinova Z.A., doctor of medical Sciences, Professor

Bashkir State Pedagogical University im. M. Akmulla, Ufa, Bashkortostan

The role of the family in the formation of safe behavior of preschoolers

Abstract. The main goal of raising safe behavior in children is to give each child the basic concepts of life-threatening situations and help to find a way out of

them. Help in this will certainly the most important people in the life of each child – it's parents. Because they are like no other part of the educational process and a personal example.

Keywords: preschool child, safe behavior, formation.

Дошкольный возраст это важнейший период, когда формируется человеческая личность и закладываются основы безопасного поведения [2].

Выдающийся советский педагог, новатор Василий Александрович Сухомлинский писал: «Семья для ребенка – это источник общественного опыта. Здесь он находит примеры для подражания и здесь происходит его социальное рождение. И если мы хотим вырастить нравственно здоровое поколение, то должны решать эту проблему «всем миром»: детский сад, семья, общественность».

Современная обстановка в обществе такова, что вопросы безопасности жизнедеятельности резко обострились и стали проблемой по выживаемости человека в обществе, то есть владеть навыками «избежать опасность, уберечься от угроз, правильно вести себя в экстремальной ситуации».

Взрослые, проживая свою жизнь в современном обществе, уже адаптировались и стали более осмотрительными, бдительными, внимательными. Самыми незащищенными являются маленькие дети: каждодневно на них обрушивается порыв негатива средств массовой информации, часто они становятся жертвами пожаров, дорожно-транспортных происшествий, бытовых травм, отравлений. В настоящее время это является глобальной проблемой и чтобы разрешить ее, необходимо с самого раннего возраста сформировать у детей навыки безопасного поведения.

В законе «Об образовании в Российской Федерации» (п.1. ст.18) прописано, что родители являются первыми педагогами для своих детей [1]. Они должны заложить в ребенке основы физического, нравственного и интеллектуального развития личности еще в детском возрасте. Кроме родителей, непосредственным участником образовательного процесса является и дошкольная образовательная организация (ДОО), которая в свою очередь является немаловажной частью в воспитании ребенка. Воспитатели в детском саду передают свой нако-

пленный опыт родителям, тем самым помогая им в воспитании детей. Исходя из этого, признание государством приоритета семейного воспитания, требует иных взаимоотношений и образовательной организации, а именно сотрудничества, взаимодействия и доверительности. Детский сад и семья должны стремиться к созданию единого пространства развития ребенка.

Учитывая актуальность проблемы формирования безопасного поведения у детей дошкольного возраста, нами, в рамках выполнения выпускной квалификационной работы, на основе специально разработанной анкеты проведен опрос 30 родителей детей, посещающих подготовительную группу МБДОУ № 54 городского округа города Уфы Республики Башкортостан.

В результате анализа полученных данных установлено, что 86% детей живут в полных семьях. А каждый седьмой (14%) воспитывается в неполной семье. 90% родителей считают, что в формировании у ребенка навыков безопасного поведения должны участвовать семья и ДОО. Только трое из родителей ответили, что этим должны заниматься только воспитатели и педагоги дошкольной организации.

Из ответов на вопросы анкеты следует, что практически 2/3 (60%) родителей разрешают своим детям самостоятельно (без присмотра взрослого) разжигать дома газ, подключать электроприборы, и электроаппаратуру. Только 27% из всех респондентов позволяют это делать только в присутствии взрослых членов семьи, а остальные 13% вообще не допускают детей к такому виду деятельности.

Изучение мнения родителей о том, «считают ли они дошкольную образовательную организацию территорией безопасности для их ребенка», показало, что каждый второй (53%) из них однозначно придерживаются такого мнения. 44% респондентов склонны к такому мнению, дав ответ «скорее да, чем нет». И только 3% из всех родителей не считают ДОО территорией безопасной для жизни и здоровья своего ребенка.

В целом опрос показал, что родители осознают актуальность проблемы формирования навыков безопасного поведения детей дошкольного возраста,

правильно понимают свою роль в данном вопросе и основная их часть создают для безопасности ребенка соответствующие условия. При этом они считают, что важным условием формирования личности безопасного типа поведения является тесное взаимодействие специалистов ДОО и семьи, где первому отводится задача – вооружение родителей конкретными знаниями в области безопасности жизнедеятельности не только ребенка, но и всей семьи.

Литература

1. Федеральный закон «Об образовании в Российской Федерации» от 29.12.2012. – № 273-ФЗ.
2. Чермашенцева О.В. Основы безопасного поведения дошкольника / О.В. Чермашенцева. – Волгоград: Учитель, 2010. – 207 с.

Антонова С.А.

Научный руководитель: Орехова И.Л., кандидат педагогических наук, доцент

МБОУ «СОШ № 68 им. Е.Н. Родионова», г. Челябинск, Россия

Тьюторское сопровождение развития зрительного внимания у младших школьников с ограниченными возможностями здоровья средствами изобразительной деятельности

Аннотация. В статье описывается опыт тьюторского сопровождения индивидуальной образовательной программы младших школьников с ограниченными возможностями здоровья. Предлагаются формы, методы и средства тьюторского сопровождения развития зрительного внимания и мелкой моторики руки. Статья содержит описание основных этапов реализации тьюторского сопровождения развития зрительного внимания у младших школьников с задержкой психического развития.

Ключевые слова: задержка психического развития, младшие школьники, развитие зрительного внимания, мелкая моторика руки, изобразительная деятельность, тьюторское сопровождение, навыки письма.

Antonova S.A.

Supervisor: Orekhova I.L., candidate of pedagogical Sciences, associate Professor

MBOU «School No 68 named. E.N. Rodionov», Chelyabinsk, Russia

Tutor support for the development of visual attention in junior schoolchildren with disabilities with the means of visual activity

Abstract. The article describes the experience of tutoring accompanying an individual educational program for junior schoolchildren with disabilities. Forms,

methods and means of tutoring accompanying the development of visual attention and fine motor skills are suggested. The article contains a description of the main stages in the implementation of tutoring co-development of visual attention in younger schoolchildren with a delay in mental development.

Keywords: mental retardation, younger schoolchildren, development of visual attention, fine motor skills, visual activity, tutorial support, writing skills.

Введение. В отечественной коррекционной педагогике понятие «задержка психического развития» характеризуется, как нарушение нормального темпа психического развития, когда отдельные психические функции (память, внимание, мышление, восприятие, эмоционально-волевая сфера) отстают в своем развитии от принятых психологических норм для данного возраста [3]. Необходимо отметить, что практически у всех детей с задержкой психического развития низкая работоспособность, повышенная утомляемость и истощенность нервной системы, пониженная активность мыслительной деятельности, преобладание игровых мотивов и низкая мотивация к обучению. Также значительно отстает в развитии зрительное внимание и мелкая моторика руки, поэтому дети с задержкой психического развития долго «путаются» с правильным написанием букв, что вызывает большие трудности при овладении навыков письма. На этом фоне часто развивается неуспеваемость в учебной деятельности и негативное отношение к ней, формируется отрицательная самооценка ребенка.

Художественная деятельность, а именно рисование имеет большой потенциал в развитии зрительного внимания и мелкой моторики руки [2; 4].

Методы и организация исследования. В начале педагогического эксперимента группе младших школьников (1 класс, 9 человек) были предложены тесты для исследования зрительной памяти и внимания (Н.В. Гатанова, Е.Г. Тунина). Результаты анализа диагностики первого теста показали, что дети с трудом называли картинки. Удовлетворительный результат (5 картинок) назвали всего два ребенка из девяти. Остальные назвали меньше пяти – это неудовлетворительный результат. Ни один ребенок не смог назвать все картинки. Со вторым тестом не справился ни один ребенок. Все дети допустили по две, и более ошибок – это неудовлетворительный результат.

Особое внимание в процессе знакомства тьютора с группой младших школьников обратила на себя В. Ей 8 лет, живет в неполной семье, обучается в 1-ом классе по программе начального общего образования в соответствии с учебным планом С(К)О VII вида. Диагноз: F-81. Выявлено нарушение речи системного характера, словарный запас ограничен. С детьми общается мало, при этом охотно идет на контакт со взрослыми. Внимание неустойчивое, рассеянное, слабое восприятие нового материала. Самооценка завышенная, В. не может правильно оценить свои возможности, определить сложность выбранной работы. Девочка охотно посещает занятия по рисованию, но пока затрудняется в названии цвета выбранных карандашей. Мелкая моторика руки сформирована недостаточно, движения не всегда точны, работу выполняет не аккуратно, нажим на карандаш и штриховка не равномерны. По результату диагностики зрительная память находится на самом низком уровне развития.

Выбор направления, форм, методов и средств тьюторского сопровождения развития зрительного внимания и мелкой моторики у младших школьников с ограниченными возможностями здоровья с целью облегчения обучения письма и повышения успеваемости в учебной деятельности определяется:

- *во-первых*, личностно-возрастными особенностями, возможностями и предрасположенностями детей. В этой связи внимание было обращено к работам: во-первых, Л.С. Выготского, выдвинувшего идею развивающего обучения – обучение должно вести за собой развитие. Поэтому, прежде всего, следует определить «зону актуального развития» ребенка, то есть его возможности, которые могут быть реализованы в самостоятельной деятельности, и «зону ближайшего развития», его потенциальные возможности, которые могут быть реализованы в сотрудничестве со взрослыми [1]; во-вторых, П.П. Блонского, в работах которого раскрываются психологические особенности возрастных периодов ребенка, а также роль творчества, исследовательской деятельности в его развитии;

- *во-вторых*, оздоровительной эффективностью разнообразных способов изо-деятельности, как составляющей креативной терапии (креатотерапии). Ос-

нованием креатотерапии является глубинная, фундаментальная связь творчества и психосоматики организма. Теоретическим обоснованием для использования арт-терапии являются работы: Л.Д. Лебедевой, Н.А. Сакович, Т.Д. Зинкевич-Евстигнеевой, И.В. Вачковой.

- *в-третьих*, идеологией тьюторства. Деятельность тьютора, направленная на развитие ребенка в области проявленного интереса, основана на следующих принципах:

- *принцип открытости*: реализуется вовлечением в образовательное пространство ребенка помимо социально значимого для него окружения (для детей младшего школьного возраста – это члены семьи, одноклассники и учителя), дополнительных внешних ресурсов (кружки, выставки, библиотека, музеи, видео-уроки и мастер-классы по интернету, платные и бесплатные конкурсы рисунков);

- *принцип избыточности среды*: коллективные и индивидуальные занятия, кружки, выставки, предоставление выбора материалов и инструментов для самостоятельного творчества;

- *принцип вариативности*: реализуется за счет собственного выбора тьюторантом интересующих его способов рисования и последовательности выполнения выбранных работ;

- *принцип индивидуальности*: заключается в разработке индивидуальной программы обучения на занятиях по изо-деятельности с учетом индивидуальных особенностей ребенка, его интереса и темпа развития.

Тьюторское сопровождение развития зрительного внимания и мелкой моторики руки реализовано в четыре этапа: диагностический; проектировочный; реализационный и аналитический.

Диагностический этап – состоял в изучении потребностей тьюторанта, определении знаний и умений в области проявленного интереса. В тьюторской беседе Вика рассказала, что любит раскрашивать картинки с изображением животных, и хочет научиться их рисовать. Осуществлялся сбор информационного портфолио, куда вошли по желанию ребенка несложные, детские рисунки животных. Вместе с Викой обсудили ее любимые работы.

На этом этапе определяющим является создание ситуации психологического комфорта и мотивации к дальнейшей совместной работе.

Проектировочный этап. Обычно для развития зрительного внимания детям предлагают задания по дорисовке контура рисунка, ориентируясь на образец. Детям с ограниченными возможностями такие однообразные задания выполнять скучно и у них быстро пропадает интерес к занятиям. Чтобы заинтересовать Вику, и не заметно для нее выполнить не сложные задания по развитию зрительного внимания, тьютор разработала рисунки с изображением контура различных животных, которые обязательно содержали элементы дорисовки, и ребенок по желанию мог дополнить их своими элементами и разукрасить его. Задания разработаны таким образом, что в каждой работе есть образец, он самый маленький в рисунке. Все повторяющиеся элементы разного размера и при дорисовке получается единая, целая картинка. Например: дорисовать бабочек или птиц. Чтобы добавить свои элементы, ребенок задумывается, чем питаются животные, какого они цвета и где живут, что повышает познавательный интерес и мотивацию ребенка к занятиям. При выполнении работы, можно использовать цветные карандаши, фломастеры, мелки, по желанию ребенка краски.

Реализационный этап – был направлен на выполнение намеченной индивидуальной образовательной программы. Во-первых, на коллективных занятиях по рисованию тьютор применительно к тьюторанту осуществляла индивидуальный подход, при необходимости предлагала упрощенные варианты некоторых работ, помогала найти и правильно соединить линии, давала рекомендации по выбору цвета, хвалила за любое достижение. Во-вторых, на индивидуальных тьюторских встречах педагог с ребенком рассматривал и обсуждал картинки животных, которые можно использовать при составлении новой работы или композиции. Была организована постоянно действующая выставка рисунков, где Вика и другие дети смогли продемонстрировать свои творческие достижения после каждого занятия.

Аналитический этап посвящен рефлексии и анализу трудностей, обсуждению, что было интересно. Запланировали в будущих работах использовать манную крупу.

Выводы. В процессе реализации индивидуальной образовательной программы «Правильные буквы» были достигнуты следующие результаты. В *социальном* направлении: улучшились взаимоотношения у тьюторанта со сверстниками в классе, появились общие интересы. Она стала смелее в общении, участвует в коллективной работе. В *культурно-предметном* направлении: повысился познавательный интерес на занятиях по рисованию, улучшилось внимание на других предметах. Движения руки стали более точными и аккуратными, что хорошо заметно в работах со штриховкой. Развитие зрительного внимания, а также мелкой моторики руки повлияло на почерк и общую успеваемость на уроках. В *антропологическом* направлении: у ребенка с тьютором сложились дружеские, доверительные отношения. Так же у В. появилась уверенность в собственных силах. Она стала более реально оценивать свои возможности.

Таким образом, развитие зрительного внимания и мелкой моторики руки с помощью изо-деятельности у детей с ограниченными возможностями здоровья положительно влияет на обучение письму, при этом младшие школьники не утомляются, сохраняют высокую активность и работоспособность на протяжении всего занятия; обеспечивается коррекция некоторых психических функций.

Литература

1. Выготский Л.С. Воображение и творчество в детском возрасте / Л.С. Выготский. – М.: Просвещение, 1991. – 93 с.
2. Екжанова Е.А. Формирование изобразительной деятельности у детей дошкольного возраста с ЗПР 6-летнего возраста / Е.А. Екжанова // Дефектология. – 1989. – № 4. – С. 48–55.
3. Кузин В.С. Психология / В.С. Кузин. – М.: Агар, 1999. – 304 с .
4. Орехова И.Л. Использование инновационных техник изо-деятельности в оздоровительной работе с младшими школьниками с ограниченными возможностями здоровья / И.Л. Орехова, С.А. Антонова // Психолого-педагогическое сопровождение личности в образовании: союз науки и практики: сб. статей IV Междун. науч.-практ. конф., Одинцовских психолого-педагогических чтений, Одинцово, 21 февраля 2016 г. / Отв. ред. В.Е. Цибульникова. – М.: Изд-во «Перо», 2016. – С. 82–85.

Антонова Э.Р.

Научный руководитель: Тюмасева З.И., доктор педагогических наук, кандидат биологических наук, профессор

Южно-Уральский государственный гуманитарно-педагогический университет, г. Челябинск, Россия

Влияние мобильных устройств на здоровье студентов

Аннотация. Современный мир невозможно представить без технических чудес в виде мобильных устройств, компьютеров и прочих гаджетов. Они созданы для того, чтобы облегчать нашу жизнь. Это средства общения, развлечения, получения разнообразной информации. В статье рассматривается проблема влияния мобильных устройств на организм человека.

Ключевые слова: здоровьесбережение, мобильные устройства, организм человека, влияние.

Antonova E.R.

Supervisor: Tyumaseva Z.I., doctor of pedagogical Sciences, candidate of biological Sciences, Professor

South Ural State Humanitarian Pedagogical University, Chelyabinsk, Russia

The impact of mobile devices on student health

Abstract. The modern world can not be imagined without technical miracles in the form of mobile devices, computers and other gadgets. They are designed to make our life easier. This means communication, entertainment, obtaining a variety of information. The article deals with the problem of the influence of mobile devices on the human body.

Keywords: health preservation, mobile devices health, the human body, influence.

Вопрос влияния мобильных устройств на здоровье людей широко обсуждается в средствах массовой информации и среди населения. Неоспоримо преимущество и удобство беспроводной сотовой связи и сети интернет. Ученые до сих пор не пришли к однозначному выводу, насколько вредны мобильные устройства. Однако много доказательств того, что негативное воздействие на наш организм они все-таки оказывают.

Все вышеизложенное обусловило актуальность темы исследования.

Важным звеном в механизме преобразования российского образования является педагог. Только здоровый педагог может воспитывать здоровых детей [5]. Анализ литературы показал, что у детей старшего дошкольного возраста наблюдается ухудшение. Так на 35% увеличилось количество детей, у которых

биологический и паспортный возраст отличаются [1]. При этом многие дети занимаются в группах подготовки к школе, находятся в некомфортном состоянии, испытывают стресс, а также играют в современные гаджеты.

Главной задачей является максимально сохранить здоровье, продолжая использовать, теперь уже незаменимые в жизни и работе, мобильные устройства.

Согласно данным научным исследованиям З.И. Тюмасевой, И.Л. Ореховой, здоровье человека связано со средой его обитания и жизнеобеспечения. Здоровье является важным критерием благополучия человека. Мы разделяем точку зрения ученых, которые рассматривают здоровье человека как самоорганизующаяся, динамическая система называется равновесие между адаптационными возможностями организма и постоянно меняющимися условиями среды, а «оздоровление» это улучшение здоровья, прибавление количества здоровья, независимо от того, болен человек или здоров, что позволяет сделать субъекта более здоровым [4]. Здоровьесбережение – это активность людей, направленная на улучшение и сохранение здоровья, а также согласованность и единство всех уровней жизнедеятельности человека.

Чтобы правильно следить за здоровьем при использовании мобильного устройства, нужно соблюдать простые правила безопасности.

1. Качественная защита от электромагнитных полей. Телефон должен находиться в сумке, а не близко к телу, в кармане одежды. Необходимо помнить, что включенный телефон излучает всегда, даже если мы по нему не разговариваем.

2. Использование телефона в качестве будильника. Телефон всегда, даже в состоянии ожидания вызова работает в пульсирующем режиме. Лучше, если вы оставите его в другой комнате, а для того, чтобы не проспать, используйте будильник, который предназначен именно для этого.

3. Использование наушников. При регулярном использовании наушников происходит снижение слуха. Наушники являются продолжением антенны передатчика, в сторону которого идет максимальное излучение.

4. Отрицательный эффект на глаза оказывает и яркое свечение экранов мобильных телефонов. Люди страдают от помутнения и синдрома сухих глаз.

Зрение становится значительно хуже. Это связано с небольшим размером экрана. Глазу сложно фокусировать свой взгляд на маленьком по размеру объекте. Глазной мышце приходится прилагать большие усилия, чтобы передавать в наш мозг четкую картинку.

5. Использование интернета: пообщаться с кем-то или почитать электронную книгу. Врачи предупреждают, что яркое свечение в «холодной» части спектра, которое исходит от экранов, мешает мозгу настроиться на сон и вызывает плохое самочувствие на следующее утро. Яркий синеватый свет мешает выработке в организме мелатонина – гормона, регулирующего суточные ритмы и ответственного за переход ко сну, что приводит к сбою «внутренних часов» человека [3].

Лишь при разумном использовании мобильными устройствами, вы можете свести к минимуму их негативное воздействие на свой организм.

Современные мобильные гаджеты отдаляют нас от окружающего социума. Исследования ученых (А. Лакола, К. Йокела, А.В. Кривошеин), направленные на изучение влияния сотового телефона на психику человека, показали, что гаджеты делают людей асоциальными и могут провоцировать антиобщественное поведение. Это объясняется тем, что мобильное устройство замещает потребность человека в общении. Многие не осознают, что виртуальный мир заменяет живое общение, убивает время, сокращает продуктивность и портит настроение.

Для выявления зависимости от мобильного телефона у студентов Южно-Уральского государственного гуманитарного педагогического университета мы составили тест-опросник, в котором приняло участие 100 студентов [2].

По результатам анкетирования мы можем сделать следующие выводы.

Во-первых, 85% опрошенных студентов находятся на втором уровне зависимости от мобильных устройств. В данном случае находиться в «середине пути» не является позитивным вариантом, так как с увеличением времени, проводимого в компании девайсов, увеличивается вероятность возникновения травматизма на фоне невнимательности молодых людей. Данная подгруппа

студентов нуждается в проведении профилактических мероприятий по теме безопасности жизнедеятельности.

Во-вторых, 5% молодых людей относится к так называемой «группе риска». Эта подгруппа молодежи находится в серьезной опасности как для психологического здоровья (отсутствие общения «вживую», замкнутость, потребность постоянно держать в руках телефон), так и для физического (невнимательность на дорогах, лестничных пролетах, в транспорте и т.д.).

В-третьих, 15% опрошенных студентов принадлежат первому уровню – независимость от девайсов. Данных студентов стоит привлекать к проведению профилактической работы со студентами последующих уровней зависимости – как для личной профилактики, так и для позитивного примера зависимым от мобильных устройств молодым людям.

Таким образом, несмотря на помощь мобильных устройств в различных сферах деятельности, существует угроза здоровью и жизни человека. Студенты, отвлекающиеся от жизненных обстоятельств, используя девайсы, могут оказаться в реальной опасности. Привитие культуры использования мобильных телефонов и правил безопасности с ранних лет жизни человека очень важно.

Литература

1. Антонова Э.Р. Роль будущего педагога в физическом развитии детей старшего дошкольного возраста / Э.Р. Антонова // Экологическая безопасность, здоровье и образование: сб. науч. трудов X Всерос. (очно-заочной) науч.-практ. конф. молодых ученых, аспирантов и студентов / под науч. ред. проф. З.И. Тюмасевой. – Челябинск: Изд-во ЗАО «Цицеро», 2017. – С. 17–22.

2. Антонова Э.Р. Использование мобильных устройств как фактор нарушения правил безопасности жизнедеятельности у современной молодежи / Э.Р. Антонова // Здоровый образ жизни и охрана здоровья: сб. науч. статей II Всерос. науч.-практ. конф. с междун. участием, Сургут, 30 марта 2018 г. / Бюджетн. учреждение высш. образования ХМАО – Югры «Сургут. гос. пед. ун-т»; ред. сост. А.Э. Щербакова / под общ. ред. М.А. Поповой. – Сургут: РИО БУ «Сургутский государственный педагогический университет», 2018. – С. 254–257.

3. Свиренко А.А. Сущность и роль здоровьесбережения и медико-социальные проблемы физиологического старения населения России / А.А. Свиренко // матер. VI Междун. студ. электронной науч. конф. «Студенческий

научный форум». – 2014 г. [Электронный ресурс] URL: www.scienceforum.ru/2014/583/1353

4. Тюмасева З.И. Критерии и показатели психолого-оздоровительной оценки безопасности и здоровьесбережения образовательной среды в системе «ВУЗ–школа» / З.И. Тюмасева, Г.В. Валеева, И.Л. Орехова, Е.А. Романова // *Фундаментальные исследования*. – 2015. – № 8 – Ч. 1. – С. 158–167.

5. Тюмасева З.И. Оздоровление детей России как инновационная педагогическая деятельность (в сфере дошкольного образования): монография / З.И. Тюмасева, Е.Г. Кушнина, И.Л. Орехова. – Челябинск: Изд-во ЗАО «Цицеро», 2012. – 299 с.

Артеменко Б.А., Пермякова Н.Е.

Южно-Уральский государственный гуманитарно-педагогический университет, г. Челябинск, Россия

Здоровьесбережение как одно из приоритетных направлений работы педагога в дошкольной образовательной организации

Аннотация. В статье рассматривается вопрос мотивации детей дошкольного возраста к здоровому образу жизни через использование педагогической технологии «Лэпбукинг». Приводятся примеры методического наполнения лэпбука литературным материалом, играми и др.

Ключевые слова: здоровьесбережение, дошкольное образование, дошкольная образовательная организация, дети дошкольного возраста.

Artemenko B.A., Permyakova N.E.

South Ural State Humanitarian Pedagogical University, Chelyabinsk, Russia

Health care as one of the priority directions of the teacher's work in preschool educational organizations

Abstract. The article considers the question of preschool aged children's motivation to a healthy lifestyle through the use of educational technology «Lapbooking». The article provides examples of methodical filling of lapbook with literary material, games etc.

Keywords: health care, preschool education, preschool educational organization, preschool aged children.

Существенные изменения в системе российского образования, вызванные ее модернизацией акцентируют внимание на «...стимулировании инновационных образовательных процессов... ..распространении образовательных инноваций... ..поддержке инновационной деятельности...». На это указывают го-

сударственные документы перспективного характера: это указывают государственные документы перспективного характера: Национальная доктрина образования в Российской Федерации до 2025 года; Стратегия развития воспитания в Российской Федерации до 2025 года; Закон Российской Федерации № 273-ФЗ от 29.12.2012 г. «Об образовании в Российской Федерации» и др. В них одним из главных предметов обновления выступают формы обучения и воспитания, использование их широкого спектра, многообразия и разнообразия. В свою очередь, это приводит к выделению в статус ключевой проблемы дидактики – проблему выбора инновационных организационных методов развития детей и, прежде всего, детей дошкольного возраста.

В соответствие с Федеральным государственным образовательным стандартом дошкольного образования, одной из приоритетных задач является «охрана и укрепление физического и психического здоровья детей, в том числе их эмоционального благополучия». Сбережение и обогащение здоровья ребенка невозможно осуществить без незаменимого средства общения детей – игры, в том числе и как ведущего вида деятельности.

Один из первых теоретиков дошкольного образования Е.А. Аркин утверждал: «Не может быть здорового развития без деятельной, интересной жизни. Таковую деятельную, увлекательную жизнь ребенок ведет в игре. Я, как врач, восхваляю игру не потому только, что в ней ребенок творит, что он проявляет себя в ней с наибольшей полнотой, но и потому, что она благотворно влияет на его здоровье».

Процесс здоровьесбережения в дошкольной образовательной организации включает в себя следующие компоненты:

- целевой: развитие интеллектуальной и эмоциональной сфер личности, улучшение показателей здоровья личности;
- содержательный: совокупность формируемых отношений, ценностных ориентаций, опыта деятельности и общения, знаний;
- деятельностный: разработка и использование групп методов, средств и организационных форм вариативной и индивидуализированной деятельности, создание персональной траектории здоровьесбережения детей;

– результативный: оценка уровня личностного здоровья детей и его динамика [2].

Для успешной реализации принципов здоровьесбережения в воспитательном процессе необходимо обратить особое внимание на формирование у детей отношения к здоровью как основополагающей ценности [1]. В этой связи особо возрастает роль педагога, деятельность которого должна способствовать осознанию ребенком ценностных установок для формирования мотива здоровьесбережения. Важнейшими из здоровьесберегающих задач являются становление культурно-гигиенических умений и навыков и приобщение дошкольников к режиму дня.

Для повышения результативности данного процесса можно использовать фольклор и детскую литературу. С их помощью несложно придумать варианты игр, которые помогут ребенку научиться умываться, чистить зубы, следить за чистотой рук и лица, внешней опрятностью и аккуратностью. Кроме того, игра вызовет у ребенка положительные эмоции, которые будут способствовать лучшему закреплению гигиенических навыков.

Одной из современных технологий, используемых в дошкольном образовании, является lapbook (с англ. lap – колени, book – книга – книга на колени). Лэпбукинг – это метод обучения, который сочетает в себе игру, творчество, познание и исследование нового, повторение и закрепление изученного. Лэпбук может быть представлен в виде самодельной бумажной папки, книжки с кармашками, окошками и подвижными деталями, коробки и т.д. Педагог подбирает тематический материал и наполняет им лэпбук для детей. При формировании лэпбука принимают участие сами дошкольники, а также их родители.

Один из вариантов использования данной технологии – лэпбук, посвященный режиму дня. Кроме карточек, содержащих иллюстративный материал по режиму дня, в него можно включить кармашки, содержащие литературный материал (стихи, загадки, пословицы и поговорки) и игры на тему режимных моментов. Рассмотрим его отдельные разделы.

«Радость умывания»: стихи «Девочка чумазая» (А. Барто), «Мыльные пузыри» (Э. Фарджен), «Нос, умойся!», «Уши» (Э. Мошковская), «Хлюп-хлюп» (С. Капутикян), «Микроб» (О. Нэш) и др.; игры, например, «Не подам руки грязнулям» (на стихи Ю. Тувима), «Вот когда я взрослым стану» (на стихи В. Приходько), подвижные игры «Носорог», «Зеркало» и др.

«Радость здоровой пищи»: стихи «О пользе овсяной каши» (Т. Собакин), «Зеленеет лук в воде», «Пирожок» (Ю. Мориц), «Показал садовод» (Н. Кончаловская), «Хлебушко» (С. Погорельский) и др.; игры, например, «Обедать» (на стихи Е. Благиной), «Щи-талочка» и др.; тематические досуги и праздники «Спор овощей», «Дары осени» и др.

«Радость сна и покоя»: стихи «Тишина» (Р. Сеф), «Тихо-тихо» (И. Токмакова), «Спать пора» (П. Воронько), «Секрет бодрости» (А. Говоров), «Доброй ночи» (Й. Кайнар) и др.; игры «Тяги, тяги, потягушиньки», «Зевота и дремота» и др.

Работа с лэпбуком может одновременно сопровождаться процессом моделирования, рисованием режимных моментов. Дети с удовольствием принимают участие в решении проблемных ситуаций, занимаются элементарной исследовательской деятельностью и т.д.

На занятиях, посвященных вопросам здоровья к детям «приходят» доктор Айболит, доктор Здоровье, доктор Пилюлькин, Неболейка. Стихотворения-смешинки, стихотворения-шутки позволяют найти индивидуальный подход к ребенку, который игнорирует гигиенические процедуры.

Использование игр-драматизаций, игр-импровизаций, игр-повествований, загадок-наблюдений не только развивают детскую фантазию и творчество, но и позволяют дошкольникам ощутить радость режимных моментов, воспитать культуру здоровья, сформировать установку на здоровый образ жизни.

Таким образом, понятие «здоровьесбережение» рассматривается сегодня как целевая установка для создания системы, предполагающей согласованную работу воспитателей, родителей, медицинского работника и других заинтересованных лиц.

Кроме рассмотренной технологии лэпбука, педагог может использовать технологию проектной деятельности, кейс-технологию, кластеры и др.

По мнению З.И. Тюмасевой, здоровьесбережение – это воспитание потребности в здоровье через понимание сущности здорового образа жизни и выработку соответствующего поведения [4].

Литература

1. Быстрой Е.Б. Эколого-валеологическое воспитание дошкольников в психолого-физиологическом ракурсе / Е.Б. Быстрая, З.И. Тюмасева, Б.А. Артеменко [и др.] // Вестник ЧГПУ. – 2017. – № 7. – С. 36–41.

2. Деркунская В.А. Воспитываем, обучаем, развиваем дошкольников в игре / В.А. Деркунская. – М.: Пед. общ-во России, 2006. – 128 с.

3. Приказ Министерства образования и науки Российской Федерации № 1155 от 17 октября 2013 г. «Об утверждении Федерального государственного образовательного стандарта дошкольного образования» // Российская газета – Федеральный выпуск № 6241 (265) от 25 ноября 2013 г. – URL: <https://rg.ru/2013/11/25/doshk-standart-dok.html> (дата обращения: 21.03.2018).

4. Тюмасева З.И. Приоритеты дошкольного образования: культура, экология и здоровье / З.И. Тюмасева, И.Л. Орехова, Е.Б. Быстрая. – Челябинск: Изд-во ЗАО «Цицero», 2017. – 149 с.

Артюхова Е.А., Романова Е.А.

Южно-Уральский государственный гуманитарно-педагогический университет, г. Челябинск, Россия

Изучение физического здоровья у подростков в условиях образовательного организации

Аннотация. В данной статье рассматривается понятие физической активности и ее взаимосвязь с физическим здоровьем подростков. Представлены результаты использования количественной оценки уровня здоровья у подростков (по методике Г.Л. Апанасенко).

Ключевые слова: физическая здоровье, подростки, силовой индекс, образовательная организация.

Artjuhova E.A., Romanova E.A.

South Ural State Humanitarian Pedagogical University, Chelyabinsk, Russia

The study of physical health in teenagers in the context of an educational organization

Abstract. The concept of physical activity and its relationship with the physical health of teenagers is discussed in this article. The results of using the quantitative as-

assessment of the level of health in adolescents are presented (according to the method of GL Apanasenko).

Keywords: physical health, teenagers, power index, educational organization.

Физическая активность является одной из составляющих здорового образа жизни любого человека, а также и его витальной потребностью. По определению ВОЗ, физическая активность – это любые движения тела при помощи мышечной силы, сопровождающиеся расходом энергии на работе, в учебном заведении, в свободное время, занятия любыми видами спорта, а также обычные виды ежедневной бытовой деятельности [2, с. 5].

Сегодня на уровне правительства РФ принимаются серьезные меры для создания условий повышения уровня физической активности населения как фактора формирующего физическое здоровье человека в любом возрасте. Особое внимание уделено здоровью детей и подростков [2, с. 16–20]. Для этого в школьную программу введены дополнительные уроки физической культуры, возобновляются традиции массовых спортивных мероприятий и сдачи норм ГТО.

Однако сегодня педагогическое сообщество столкнулось с серьезной проблемой плохой физической подготовки школьников, не способности некоторых детей выполнять требования ФГОС по физической культуре. Данная проблема усугубляется отсутствием у учителя физической культуры информации об уровне здоровья учеников, так как данная информация является конфиденциальной и согласно существующему законодательству учителю не предоставляется, а отсутствие медицинских работников в некоторых школах делает ситуацию еще более зловещей. В настоящее время о безопасности детей во время уроков физкультуры приходится говорить очень часто – по данным Росстата за 2016 год было зарегистрировано 211 смертей школьников на уроках физкультуры [3, эл. ресурс].

Все это требует серьезной проработки любых методов, позволяющих построить модель современного урока по физической культуре с учетом уровня здоровья каждого подростка, без использования медицинских документов о его здоровье и отсутствии медицинского диагностического оборудования.

В связи с этим мы обратились к проверенным временем методикам врачебно-медицинского спортивного контроля, известным любому тренеру и учителю физической культуры школы и поставили задачу в настоящем исследовании проверить возможность ее использования для повышения безопасности занятий детей и подростков на уроках физкультуры.

Для нашего исследования мы выбрали одну из известных и достоверных методик определения уровня физического здоровья, которая может применяться с возраста 7 лет и до старости, а именно методику определения уровня физического здоровья по Апанасенко [4, с. 209–210].

Экспресс-оценка уровня физического здоровья (по Г.Л. Апанасенко) определяется суммой баллов и позволяет распределить всех практически здоровых лиц на 5 уровней здоровья, соответствующих определенному уровню аэробного энергетического потенциала. Работа направлена на оценку резервных возможностей сердечно сосудистой и дыхательной систем, осуществляющих транспорт кислорода, в условиях статических и динамических нагрузок [1, с. 143].

Исследования проводились в обычных классах общеобразовательной школы, но так как для доказательства валидности метода были необходимы медицинские документы детей, а их согласились предоставить только родители 12 школьников из разных классов, экспериментальная группа оказалась разнородной по поло-возрастному признаку. Остальные родители отказались от участия в эксперименте и результаты их детей нами не учитывались.

На таблице 1 представлены результаты сравнения показателей уровня здоровья по методике Г.Л. Апанасенко и по данным паспорта здоровья, составленного на основании медицинского осмотра в детской поликлинике (информация добровольно предоставлена родителями детей), среди подростков экспериментальной группы.

Сравнительный результат определения уровня здоровья школьников по методу Апанасенко и данным паспорта здоровья

№ п/п	Уровень здоровья по Апанасенко Г.Л.		Группа здоровья для занятия физической культурой на основании «Паспорта здоровья» по результатам медицинского осмотра		
			1-я	Основная	2
1	Высокий	0	1-я	Основная	2
2	Выше среднего	3	2-я	Основная	6
3	Средний	6	3-я	Подготовительная	4
4	Ниже среднего	3	4-я	Специальная медицинская группа, ЛФК или адаптивная физическая культура	2
5	Низкий	1	5-я		0

Итак, что большая часть детей имеют средний (6 детей) или ниже среднего (3 ребенка) уровень здоровья. С показателем высокого уровня нет никого, и лишь 3 ребенка имеют уровень здоровья выше среднего.

Для сравнения, по данным медосмотра только два школьника, имеющие выраженную патологию и отнесенные к 4 группе здоровья, имеют направление в специальную медицинскую группу. Четыре школьника, определены в 3 группу здоровья и направлены в подготовительную группу физической подготовки. Остальные дети отнесены либо ко 2 группе здоровья, либо к первой, и все направлены в основную группу общефизической подготовки.

Таким образом, налицо расхождение результатов медицинского осмотра, традиционно проходящего в поликлиниках без учета функциональных спортивных проб, определяющих уровень физической подготовки ребенка, и метода определения уровня здоровья по Апанасенко, построенного на них.

Нами была доказана возможность проведения функциональных проб учителем физической культуры в условиях обычного спортивного зала, а также ценность этих результатов для составления и планирования урока физической культуры в условиях дефицита информации о здоровье ребенка. Создания условий для распределения заданий ученикам с учетом их физических возможностей, а также разработки индивидуальных программ их физического совершенствования.

Итак, изученные нами общие показатели здоровья детей, позволяющие определить функциональную способность организма, без учета человеческих

резервов. Необходимо также учитывать и другие факторы, определяющие здоровье ребенка. Однако совершенно ясно, что только после полной оценки уровня здоровья детей можно приступать к составлению программы урока по физической культуре.

Литература

1. Апанасенко Г.Л. Медицинская валеология / Г.Л. Апанасенко, Л.А. Попова. – Ростов н/Д: «Феникс», 2000. – 243 с.
2. Бубнова М.Г. Обеспечение физической активности у граждан, имеющих ограничения в состоянии здоровья: учеб.-метод. пособие / М.Г. Бубнова, Д.М. Аронов, С.А. Бойцов. – М.: МЗ РФ ГБУ ГНИЦПМ, 2015. – 36 с.
3. Почему российские школьники ненавидят уроки физкультуры [Электронный ресурс]. – Режим доступа: <http://nk-tv.com/203859.html>
4. Романова Е.А. К вопросу о комплексной диагностике уровня здоровья студентов / Е.А. Романова // В сб.: Оздоровление средствами образования и экологии матер. Всерос. науч.-практ. конф. по оздоровлению подрастающего поколения. – Челябинск: Изд-во ЧГПУ, 2005. – С. 209–210.

Ахмадуллин А.А., Кабирова И.Б.

Башкирский государственный педагогический университет им. М. Акмуллы, г. Уфа, Республика Башкортостан

Проблемы экологического воспитания современной молодежи

Аннотация. Современный этап развития цивилизации характеризуется возрастающими темпами негативного взаимовлияния антропосферы и окружающей среды. Развитие науки и техники, внедрение ресурсосберегающих технологий будут эффективно улучшать качество окружающей среды только в совокупности с экологически ответственным поведением населения.

Ключевые слова: экологическое воспитание, окружающая среда, экологическое образование.

Akhmadullin A.A., Kabirova I.B.

Bashkir State Pedagogical University im. M. Akmulla, Ufa, Bashkortostan

Problems of ecological education of modern youth

Abstract. Current stage of civilization development is characterized by an increasing rate of negative interference between the anthroposphere and the environment. Development of science and technology, introduction of resource-saving technologies will effectively improve the quality of the environment only in conjunction with environmentally responsible behavior of the population.

Keywords: ecological education, environment, ecological education.

На сегодняшний день масштабы экологических изменений создают реальную угрозу для жизни людей, что делает крайне актуальной проблему изменения отношения человечества к природе. Этой цели служит экологическое воспитание. Развитие науки и техники, внедрение ресурсосберегающих технологий будут эффективно улучшать качество окружающей среды только в совокупности с экологически ответственным поведением населения.

Анализ динамики отношения к природе, выявленной на базе данных диагностических исследований института семьи и воспитания Российской академии образования, указывает на неуклонное снижение интереса к экологической деятельности, разрушение экокультурных ориентиров и дезэкологизацию сознания у учащихся общеобразовательных организаций. Данные анализа выявляют неэффективность работы системы образования в целях экологического воспитания подрастающего поколения, спровоцированную рядом причин, а именно: низкой результативностью деятельности институтов воспитания, в том числе и профессиональных (морально устаревшая методология школьного обучения); кризисом педагогической науки, разочарованием в ее возможностях в сочетании с растущим интересом в обществе к психологии, социологии, физиологии и другим экспериментальным наукам о человеке; оттоком профессиональных педагогических кадров, призванных обеспечивать воспитательный процесс в образовательном учреждении; кризисом семьи и семейного воспитания [5].

Таким образом, экологическое воспитание школьников и молодежи нужно рассматривать как комплексную и непрерывную на всех этапах образования систему, направленную на содействие становлению и развитию ребенка, подростка и молодого человека с сознательным восприятием окружающей среды, осознанием необходимости сохранять природу, целесообразно использовать ее богатства, пониманием важности приумножения природных ресурсов; приобщение подрастающего поколения к культуре взаимодействия с природной и социоприродной средой, основывающейся на экологических ценностях [1, с. 18].

Основой экологического воспитания является способность принимать экологически ответственные решения. Такое воспитание должно быть неотъем-

лемой частью всей траектории образовательного процесса. Для формирования экологической культуры и этики подходят как специальные дисциплины, занимающиеся вопросами экологии, права и др., так и общеобразовательные, такие как концепция современного естествознания, безопасность жизнедеятельности. Считаем, что курс ОБЖ в школах и БЖД в вузах должен обязательно освещать вопросы экологической безопасности и формировать убеждение, что безопасность человека во многом, если не полностью зависит от качества окружающей среды. Без нее человек не способен существовать и удовлетворять свои потребности. Педагогу необходимо уметь пробудить в обучающихся искреннюю любовь к природе, вместо постулирования абстрактных идей о вреде химического загрязнения и т.п. [1, с. 225–227].

Во многих регионах России уже сложилась определенная система экологического воспитания, включающая:

- дошкольное экологическое воспитание в детских садах;
- школьное экологическое воспитание в средних общеобразовательных организациях (школах, гимназиях, колледжах, лицеях, техникумах);
- экологическое образование (включающее воспитание) в высших учебных заведениях;
- послевузовское образование (получение второго - экологического - образования);
- повышение экологической квалификации в области экологии управленцев, специалистов и других профессиональных категорий;
- экологическое воспитание широких слоев населения через средства массовой информации, библиотеки, музеи и т.п. [3, с. 82].

Оптимальные условия достижения целей экологического воспитания могут быть реализованы в полной мере при следующих условиях:

- интеграция основных и дополнительных образовательных экологических программ;
- поддержка детских и подростковых экологических объединений;
- создание условий для самовыражения, самореализации и самоорганизации детей;

– ориентация эколого-развивающей среды на здоровый образ жизни, культуру взаимодействия с природой и окружающими людьми, практическое участие в улучшении экологической ситуации в своем городе, районе, селе;

– включение в региональных (муниципальных) моделях в содержание обучения и экологического воспитания региональных (муниципальных) экологических проблем, конкретной и актуальной информации, опыта положительной природоохранной деятельности, практики активной деятельности экологических общественных организаций и т.д.;

– результаты проектной деятельности учащихся, результаты экологического мониторинга окружающей среды (воды, воздуха, почвы) должны приниматься во внимание территориальными административными органами управления.

Как мы видим, создание таких условий требуют комплексного подхода со стороны властей, общеобразовательных организаций, педагогов, семьи.

Нужно отметить, что в Российской Федерации для активного решения проблем экологического воспитания молодежи и экологии в целом, в настоящий момент реализуется проект «Программа экологического воспитания детей и молодежи в системе образования Российской Федерации на 2017–2020 годы». В программе представлена научно обоснованная совокупность взглядов на цели, задачи, принципы и основные направления экологического воспитания в системе образования Российской Федерации. В концептуальной части программы обоснована необходимость формирования системы экологического воспитания детей и молодежи, позволяющей эффективно формировать экологическую культуру личности в соответствии с духовными, нравственными, историческими и общечеловеческими ценностями при гармоничном сочетании социальных, экономических, политических и природных аспектов жизнедеятельности человека [4, с. 2].

Литература

1. Кабиров Т.Р. Экологическая культура населения как ключевой фактор устойчивого развития / Т.Р. Кабиров, А.В. Крузман // Актуальные вопросы экологии человека: сб. Всерос. науч.-практ. конф. с междун. уч.: в 3 томах. 21–23 окт. 2015 г., г. Уфа. – Уфа, 2015. – Т. 1. – С. 225–227.

2. Лихачев Б.Т. Введение в теорию и историю воспитательных ценностей / Б.Т. Лихачев. – Самара: Изд-во СИУ, 1997.

3. Опыт экологического воспитания: информационно-метод. пособие / Под общей редакцией А.К. Шульженко. – М.: ГосНИИ семьи и воспитания, 2004.

4. Программа экологического воспитания детей и молодежи в системе образования Российской Федерации на 2017–2020 годы. – <http://new.ecobiocentre.ru> (дата обращения: 20.03.2018).

5. <http://www.ecovospitanie.ru/news/index/id/889/type/62> (дата обращения: 20.03.2018).

Байбурина З.М., Киселева Д.А.

Научный руководитель: Горбаткова Е.Ю., кандидат педагогических наук, доцент

Башкирский государственный педагогический университет им. М. Акмуллы, г. Уфа, Республика Башкортостан

Формирование здорового образа жизни у дошкольников

Аннотация. Статья посвящена вопросам здоровью детей дошкольного возраста. Авторы в статье раскрывают понятие здорового образа жизни.

Ключевые слова: здоровый образ жизни, здоровье, дошкольный возраст дошкольное воспитание, образовательное учреждение, формирование здорового образа жизни.

Bayburina Z.M., Kiseleva D.A.

Supervisor: Gorbatova E.Yu., candidate of psychological Sciences, associate Professor

Bashkir State Pedagogical University im. M. Akmulla, Ufa, Bashkortostan

Formation of a healthy lifestyle among preschoolers

Abstract. The article is devoted to the health of preschool children. The authors of the article reveal the concepts of a healthy lifestyle.

Keywords: healthy lifestyle, health, preschool age preschool education, educational institution, the formation of a healthy lifestyle.

*«Я не боюсь еще и еще раз повторить:
забота о здоровье – это важнейший труд
воспитателя. От жизнерадостности,
бодрости детей зависит их духовная
жизнь, мировоззрение, умственное
развитие, прочность знаний, вера
в свои силы»*

В.А. Сухомлинский

Всемирная организация здравоохранения в 1948 году, определило «здоровье как не только отсутствие болезней или физических дефектов, но и полное физическое, психическое и социальное благополучие».

Однако, в настоящее время существует около трехсот определений здоровья (И.И. Брехман, В.П. Казначеев, А.И. Субетто, З.И. Тюмасева, Л.И. Пономарева, Н.Н. Малярчук, Б.П. Яковлев и др.) [3, с. 94–95].

Вот почему здоровью уделяют огромное внимание, начиная с дошкольного возраста. Ведь именно в этот период у ребенка начинают закладываться основы здоровья. Если в дошкольном возрасте здоровье не будет в приоритете, то в будущем уже трудно будет сформировать его – как целостную систему, которая является необходимым условием для полноценного развития ребенка.

Здоровый образ жизни невозможно представить без овладения первоначальными нормами и правилами. Дошкольный возраст является ответственным этапом в формировании основ физического здоровья. Именно поэтому в данном возрасте важно сформировать у детей первоначальные знания и практические умения здорового образа жизни, сознательную необходимость в занятиях физической культурой. Большую роль в формировании здорового образа жизни среди дошкольников играет совместная работа детского сада с семьей, которые в свою очередь используют различные методы и приемы в своей работе.

Ведь именно в семье, в дошкольной образовательной организации уже на раннем этапе развития ребенка его обеспечивают той необходимой информацией, которая в свою очередь помогает осознать ребенку не только всю ценность здоровья, но и как его сохранить.

Занятия физической культурой и спортом являются составляющими здорового образа жизни. Малоподвижность человеческого организма негативно отражается на его здоровье. Чтобы избежать этого, необходимо в первую очередь делать зарядку по утрам, совершать прогулки на свежем воздухе и регулярно проводить физкультминутки во время занятий. Планомерная двигательная активность оказывает благоприятное воздействие на укрепление и сохранение здоровья детей, улучшает их выносливость.

Элементы двигательной установки: физические упражнения, физкульт-минутки; гимнастика и ее разновидности, спортивные игры.

Вторая, но не мало важная составляющая здорового образа жизни – это закаливание. Закаливание способствует человеку легче адаптироваться к изменениям погодных условий. Оно не только повышает устойчивость организма к погодным условиям, но и улучшает скрытые возможности организма, тем самым, осуществляется профилактика простудных заболеваний.

Обязательным компонентом здорового образа жизни являются прогулки на свежем воздухе. Особенно в период дошкольного возраста они просто необходимы и должны быть регулярными. Ведь прогулки на свежем воздухе играют важную роль в оздоровлении и закаливании организма ребенка. Для поддержания здорового образа жизни детскому организму необходим дневной сон, ведь именно во время него тело ребенка расслаблено и происходит рост.

Особое значение в формировании здорового образа жизни отводится режиму дня, который необходимо соблюдать с самого момента рождения ребенка. От этого напрямую зависит здоровье и гармоничное развитие. В режим дня входят несколько его составляющих: это правильное распределение между кормлениями ребенка, режим сна и бодрствования.

Необходимо привитие им культурно-гигиенических навыков, которые в последующем войдут в привычку. Так с раннего детства нужно приучать ребенка к тому, что вещи личной гигиены, например зубная щетка или расческа должны быть индивидуальными.

Обобщая вышесказанного, следует отметить, что в формировании здорового образа жизни важна помощь и поддержка, совместная деятельность детского сада и семьи. Положительная психологическая обстановка в семье и детском саду оказывает благотворное влияние на зачатки формирования здорового образа жизни. Совместная работа детского сада и семьи, четко прослеживается на родительских собраниях, консультациях с родителями, мероприятиях, которые они организуют совместно.

Все эти различные приемы и методы предоставляют возможность планомерно сформировать у детей не только представления о здоровом образе жизни, но и научить их заботиться о своем здоровье на практике.

Литература

1. Исакова Е. Формирование у детей навыков ЗОЖ / Е.А. Исакова, Т.В. Смородина // Дошкольное воспитание. – 2004. – № 3. – С. 13–16.
2. Картушина М.Ю. Зеленый огонек здоровья. Программа оздоровления дошкольников / М.Ю. Картушина. – М., 2007.
3. Тюмасева З.И. Экологические аспекты здоровья как основа эколого-валеологического образования будущих педагогов / З.И. Тюмасева, И.Л. Орехова // Вестник ВЭГУ. – 2017. – № 6 (92). – С. 92–103.

Брайцева С.В., Арпентьева М.Р.

Калужский государственный университет им. К.Э. Циолковского, г. Калуга, Россия

Психологическая гастроэнтерология

Аннотация. При всем разнообразии взглядов на психологические причины, последствия и сущность психосоматических заболеваний, исследователи, теоретики и практики клинической психологии сходятся на том, что многие болезни так или иначе связаны с деформациями отношений человека с собой и миром: чрезмерные желания и эгоизм, неприятие и отвержение, неправильные формы построения взаимодействия, подавленные и во многом неосознаваемые в силу внешнего или внутреннего принуждения.

Ключевые слова: болезни ЖКТ, гастроэнтерология, хронические заболевания, семья, ребенок здоровьесбережение.

Briteva S.V., Arpentieva M.R.

K.E. Tsiolkovskiy Kaluga State University, Kaluga, Russia

Psychological Gastroenterology

Abstract. With all the diversity of views on psychological causes, consequences and the essence of psychosomatic diseases, researchers, theorists and practitioners of clinical psychology agree that many diseases are somehow related to deformations of a person's relationship with themselves and the world: excessive desires and selfishness, rejection and rejection, wrong forms of constructing interactions, suppressed and largely unconscious due to external or internal coercion.

Keywords: gastrointestinal diseases, gastroenterology, chronic diseases, family, child health saving.

Введение. Психосоматические заболевания – одна из распространенных групп заболеваний. До 85–90% самых разных «несчастных случаев», болезней тела и психических нарушений имеют те или иные психологические причины, последствия и/или являются сигналами тех или иных процессов в отношениях человека с собой и миром. Среди ведущих причин и последствий возникновения соматических болезней – нарушения переживания и осознания. Поступки людей занимают одно из главных мест, а физические факторы – переохлаждение и перегревание, инфекции и собственно травмы тела и т.д. – возникают и действуют вторично, как пусковой механизм и отражение травм души. При всем разнообразии взглядов на психологические причины, последствия и сущность психосоматических заболеваний, исследователи, теоретики и практики клинической психологии сходятся на том, что многие болезни так или иначе связаны с деформациями отношений человека с собой и миром: чрезмерные желания и эгоизм, неприятие и отвержение, неправильные формы построения взаимодействия, подавленные и во многом неосознаваемые в силу внешнего или внутреннего принуждения. Психосоматические болезни часто возникают как результат самообмана или обмана окружающих, они также связаны с ленью и пассивностью, с неуважением и ненавистью, мстительностью и ревностью, гордыней и тщеславием, неумением правильно реагировать на стрессовые, фрустрирующие ситуации и нарастающие вследствие этого травмы и страдания тела (физические), психики (душевные), а также духовные, нравственные страдания как результат рассогласования и конфликтности отношений человека и семьи, семьи и общества, общества и государства и т.д.. Психологи и целители, работающие с психосоматическими заболеваниями, часто отмечают, что жизнь в сущности проста: то, что человек отдает в мир, возвращается к нему, по закону всеобщей связи («бумеранга»), обратно. Люди – творцы своей жизни, и , в том числе, своего здоровья. Несмотря на внешние обстоятельства, психологи отмечают, что человека нельзя заставить быть здоровым и нельзя заставить быть больным. Многие также замечают, что тревоги и страх, переживание и осознание угрозы жизни и душе человека, «застарелый осадок» негативных и

непонятых до конца переживаний и представлений, выступают как причины и последствия нарушений. Многие нарушения поэтому носят «циклический характер», в том числе имеют острые и латентно-ремиссионные формы, имеют свойство усиливаться и провоцировать возникновение вторичных, третичных и т.д. дефектов и проблем. Они же отмечают, что заболевание помогает человеку исправить ошибки своего понимания себя и мира. Исцеление или выздоровление представляет собой процесс восстановления единства в душе. Чтобы выздороветь нужно полюбить (принять, поверить, разрешить быть) себя такими какими мы есть: тогда организму не нужны будут болезни, чтобы объяснить что-то чего мы раньше не могли осознать и пережить, изменить или смириться.

Цель исследования. Осмысление особенностей взаимоотношений гастроэнтерологических больных с собой и миров как причин и последствий имеющихся у них заболеваний.

Результаты. Практически все психологи и специалисты в области клинической психологии /психосоматики, целительства и социальной медицины отмечают важность самопринятия личности, а также гармоничность и целостность ее отношений с миром, принятия мира. Гармония отношений в интимно-личностной профессионально-трудовой сфере помогает избежать или исцелить многие заболевания. Для пациентов с гастроэнтерологическими нарушениями свойственны множественные и различные дисгармонии, в том числе те, что связаны с поведением, отношениями и представлениями других людей. Синдром раздраженного кишечника, хронический гастродуоденит или воспаление двенадцатиперстной кишки, дискинезии желчевыводящих путей – нарушения поступления желчи из желчного пузыря в кишку, язвенная болезнь часто возникают как результат функциональных расстройств желудочно-кишечного тракта, провоцируемых стрессами отношений. Часто отмечается, что пациенты, имеющие заболевания желудка нередко стремятся достичь высоких результатов в своей жизни, самокритичны и требовательны к себе и миру. Одновременно, они нуждаются в заботе и любви, стремятся быть понятыми и ищут заботы. Поэтому неудивительно, что их заболевания возникают или обостряются при рас-

ставаниях и потере защищенности. При этом часто они подавляют негативные эмоции переживания, такие как гнев и злость, «проглатывая» или «заедая». Язвенная болезнь свойственна консерваторам, людям с интенсивными внутренними конфликтами, которые «съедают» самих себя. Вместе с тем, это люди, которые испытывают страх, что они недостаточно хороши для окружающих. Поэтому они стремятся угодить им, доказать свою нужность (незаменимость). Исполнительность и чувство долга превращаются порой в раздражение и беспомощность от попыток изменить себя в соответствии с чьими-то ожиданиями. Консерватизм означает страх перед тем, чтобы отпустить от себя старое, ненужное. Тем более, что заменять его как кажется этим людям, нужно на чье-то чужое, а не свое, а также есть склонность «делать из мухи слона», неспособностью извлекать из повседневной жизни и впитывать в себя то, что полезно самому себе. При этом наиболее ярко проявляется связь психологических и соматических моментов в случае нескольких основных нарушений: боль в желудке, которая не имеет связи с приемом пищи. Она связана с эмоциональными перепадами: тошнота и рвота психогенного происхождения; спазм пищевода или комок в горле; аэрофагия, то есть заглатывание воздуха при разговоре, отрыжка воздухом; психогенный галитоз. Ощущение пациентом неприятного запаха изо рта, которого нет на самом деле; дисгевзия – нарушения вкуса без повреждения рецепторного аппарата; нарушение чувствительности языка, или глоссодиния; диарея психогенная (медвежья болезнь или понос-будильник; неврогенные запоры, которые возникают при нежелании человека совершать акт дефекации в незнакомом месте и т.д.). Часто сочетание неспособности брать на себя ответственность, взрослеть и находить выход из кажущихся неразрешимыми конфликтов и инфантильность, неумение защитить себя, недостаточное чувство самосохранения особенно опасны, когда человека съедает не выплеснутая злость, человек не способен простить и забыть «детскую» или «взрослую» обиду. Лень приводит к тому, что начинает лениться весь организм, раздражительность как беспокойство при взаимодействии с окружающим миром, разочарованность как депрессия или апатия, безразличие или негативное отношение ко

всему, что происходит вокруг или внутри себя также замедляют и деформируют работу всех органов, в том числе и желудка, вызывают истощение организма. Жестокость и эгоизм особенно опасны для ЖКТ: требуя от людей слишком многого, человек проявляет холодность, а желудок реагирует на отсутствие гармонии в отношениях. Формируются отчаяние и обида, которые приводят ко множеству трудно преодолимых и «перерабатываемых» проблем. Отсутствие понимания и принятия рождает обиду на судьбу и на самого себя, отчаяние и безысходность разрушают организм, психику и жизнь пока не придет понимание, почему и зачем что-то происходит.

И.Хайнрот, создатель термина «психосоматика», писал: «Если бы органы брюшной полости могли рассказать историю своих страданий, то мы с удивлением узнали бы, с какой силой душа может разрушать принадлежащее ей тело. В истории окончательно расшатанного пищеварения, пораженной в своих тканях печени или селезенки, в истории заболевания воротной вены или больной матки с ее яичниками мы могли бы найти свидетельства долгой порочной жизни, врезавшей все свои преступления как бы неизгладимыми буквами в строение важнейших органов, необходимых для человека» [2, с. 236; 3]. «Человек, – пишет И.Х.А. Хайнрот, – это больше, чем просто тело, также больше, чем просто душа: он целостный человек» [4, с. 4]. Больной при этом не перестает быть целостным и должен представляться в социально-биографической, физической и психической перспективе, т.е. антропологической. Он подчеркивает: «Субъект, которого он [врач] лечит, – не мертвая, пассивная материя, он [пациент] – жизнь со своим собственным порядком, правом и законностью, которую врач должен признавать, уважать, хорошо заботиться о ней и лечить согласно ее собственным потребностям» [5, с. 333]. Ф. Александер описал три вектора эмоционально насыщенных действий и сознания психосоматически больных: 1) желание объединить, получить, принять (соответствует орально-сосущей стадии, удовлетворяющей потребность быть накормленным, защищенным и любимым); 2) желание исключить, удалить, напасть, причинить вред, разрядиться (соответствует орально-садистической стадии, которая начинается, когда ребе-

нок кусает материнскую грудь); 3) желание сохранить, накопить (соответствует анальной стадии, стадии, когда ребенок учится контролировать при помощи сфинктера процессы выделения), функции желудочно-кишечного тракта — это процессы потребления, сохранения или расходования [1]. Потребление пищи связано с пассивной восприимчивостью, агрессивным поглощением и перевариванием. Удаление обработанных продуктов связано с анальной эвакуацией и с тенденцией накопить и сохранить или анальной задержкой. Проблемы с желудочно-кишечным трактом происходят в результате конфликта между всеми тремя векторами. Желудочные функции нарушаются у людей, которые стыдливо реагируют на свое желание получить помощь или проявление любви со стороны других людей, а больные пептической язвой переживают конфликт между потребностью быть любимым и стремлением к независимости. На уровне кишечника часто отображаются семейные и родовые психологические конфликты. Болезнь Крона, например, называют «кишечным самоубийством». Она сопровождается высокой степенью внутренней агрессии и свойственна личностно незрелым людям, блокирующим свои переживания и их переработку, неспособных к трансформации, переработке отношений с окружающими людьми. Регрессия к младенческим формам реагирования приводит к тому, что больной с желудочно-кишечной симптоматикой готовит себя «к питанию вместо борьбы», Конфликт между желанием быть опекаемым и одновременно стремлением быть независимым приводит к язвенной болезни двенадцатиперстной кишки. Психологическая и врачебная помощь при этом направлена, прежде всего, на осознание невозможности реализовывать противоположные желания одновременно: Начинается работа с выбором и приспособлением, оценкой ресурсов личной и семейной истории, а также иными сторонами человеческой жизни, направленной на личностный рост, взросление пациента. Интересны также выводы исследователей о том, что некоторые из нарушений ЖКТ и связанных с ними нарушений обмена веществ иных органов, имеют функциональное предназначение: Так, в ситуациях типа «стресса неопределенности», связанных с длительным и интенсивным психологическим напряжением и необходимостью

сохранения способности самоконтроля и трезвомыслия, крупные и полные люди более выносливы, чем стройные, у которых также есть свои психосоматические достоинства. Поэтому такие люди чаще становятся руководителями. Эта работа, как правило, связана со значительными и затяжными психологическими перегрузками и крайней нежелательностью или даже опасностью действий, предпринятых под влиянием внешних обстоятельств, в том числе в состоянии аффекта.

Заключение. Любой психосоматоз, включая психосоматические нарушения гастроэнтероскопического спектра, имеет свой смысл и помогает человеку как целостности. Иначе выздоровевший имеет шанс заболеть снова или приобрести более опасную и трудную болезнь.

Литература

1. Александер Ф. Психосоматическая медицина. Принципы и практическое применение / Ф. Александер // пер. с англ. С. Могилевского. – М.: Изд-во ЭКСМО-Пресс, 2002. – 352 с.

2. Каннабих Ю.В. История психиатрии / Ю.В. Каннабих. – М.: Центр творческого развития МГП ВОС, 1994. – 528 с.

3. Каннабих Ю.В. История психиатрии / Ю.В. Каннабих. – М.: Государственное медицинское изд-во, 1928. – 317 с.

4. Heinroth J.C.A. Anweisung für angehende Irrenärzte zu richtigen Behandlung ihrer Kranken / J.C.A. Heinroth. – Leipzig: Vogel, 1825. – 4 p.

5. Heinroth J.H.A. Lehrbuch der Störungen des Seelenlebens vom rationalen Standpunkt entworfen: in 2 Bänden / J.H.A. Heinroth. – Leipzig: Vogel, 1818. – 1 B. – XXII S. – 396 p.; 2 B. – VI S. – 385 p.

Бучко В.В., Щелчкова Н.Н.

Южно-Уральский государственный гуманитарно-педагогический университет, г. Челябинск, Россия

Внедрение критериев тактической подготовки бегунов на средние дистанции

Аннотация. Важным вопросом планирования учебно-тренировочного процесса является распределение программного материала в годичном цикле и его детализация по недельным циклам, как основным структурным блокам планирования. Соотношение времени, отводимого на отдельные виды подготовки в зависимости от конкретных обстоятельств, может изменяться.

Ключевые слова: учебно-тренировочный процесс, структура, время.

Buchko V.V., Shelchkova N.N.

South Ural State Humanitarian Pedagogical University, Chelyabinsk, Russia

Implementation of tactical training criteria

Abstract. An important issue in the planning of the training process is the distribution of program material in the annual cycle and its detailing through the weekly cycles, as the main structural blocks of planning. The ratio of time allocated to certain types of training, depending on the specific circumstances, may vary.

Keywords: educational process, structure, time.

Тактическая подготовка в беге на средние дистанции для каждого бегуна является индивидуальной. Она играет огромную роль в боевой готовности к соревнованиям; в преодолении психологического рубежа перед соперниками и соревнованиями; в принятии правильных решений в сложных ситуациях на беговой дорожке; в выигрывании у заведомо сильного соперника; в планировании хода борьбы на всех этапах соревнований; в не допущении ошибок, связанных с неравномерным распределением сил по ходу дистанции и многое другое.

Планирование тренировки бегунов на средние дистанции в нашем исследовании осуществляется с учетом следующих методических положений:

- а) традиционной периодизации подготовки юных легкоатлетов;
- б) правильного распределения задач в годичном цикле и многолетнем плане;
- в) соответствия основных средств и методов подготовки задачам текущего года;
- г) динамики физической и функциональной подготовленности;
- д) принципов распределения тренировочных и соревновательных нагрузок в годичном цикле.

Для спортсмена важнейшим качеством является выносливость. От нее зависят достижения высоких результатов в большинстве видов олимпийской программы.

Несмотря на значительные сдвиги, произошедшие в научной разработке проблемы выносливости, в практике педагогического и медико-биологического контроля за спортсменами в настоящее время отсутствуют единые методиче-

ские установки при выборе наиболее адекватных критериев и методов диагностики уровня развития этого физического качества. Большинство применяемых методов педагогического и врачебно-медицинского контроля не обеспечивает получения точной количественной информации об уровне развития выносливости и ее изменениях под воздействием применяемых средств и методов тренировки. В связи с этим особую важность приобретают исследования, направленные на поиск и разработку новых высокоинформативных методов определения выносливости у спортсменов, а также обоснование и внедрение в практику отдельных видов спорта информативных критериев для оценки уровня выносливости, которые выявлены и обоснованы в результате проводимых теоретических и экспериментальных разработок.

Выносливость определяется временем работы до отказа, которое по своей природе является эргометрическим показателем, отражающим соотношение между емкостью и мощностью доминирующего источника энергии в данном диапазоне времени выполнения упражнения [1, с. 4]. Как известно, существуют три источника энергии: фосфагенный (алактатный), гликолитический анаэробный и аэробный, которые оцениваются по трем параметрам: мощности, емкости и эффективности источника энергии [2, с. 12–13; 3, с. 10–17].

На эффективность использования энергии влияют технико-тактическая и психологическая подготовленность и прочие факторы, которые пока еще трудно учесть на количественном уровне и которые могут оказывать заметное влияние на физиологические показатели выносливости.

Основной *экспериментальной базой исследования* являлось Федеральное государственное образовательное учреждение высшего профессионального образования «Уральский государственный университет физической культуры», кафедра теории и методики легкой атлетики; дополнительными экспериментальными базами исследования выступили: Региональный учебный центр олимпийской подготовки по легкой атлетике Челябинской области, а также Муниципальное образовательное учреждение дополнительного образования детей детско-юношеская спортивная школа г. Еманжелинска и Муниципальное

образовательное учреждение дополнительного образования детей специализированная детско-юношеская спортивная школа олимпийского резерва г. Миасса. В исследовании приняли участие спортсмены из разных городов Челябинской области (Миасса, Копейска, Еманжелинска, Трехгорного, Сатки) и других областей России.

Теоретико-методологические основы исследования и поставленные задачи определили процедуру опытно-экспериментального изыскания, которое проводилось в *три* неравных по времени *этапа* в период с 2015 по 2018 год. На каждом этапе, в зависимости от решаемых задач, применялись различные методы.

Первый этап – поисково-теоретический (2015–2016 гг.). На этом этапе изучалась литература по теории и методике спорта, физиологии, биомеханике, спортивной медицине, спортивной морфологии, психологии, философии и др. При этом основное внимание уделялось характеристике и особенностям индивидуальной тактической подготовки бегунов групп спортивного совершенствования и факторам обеспечения высокого уровня подготовки. На этапе использовались методы теоретического анализа, научного прогнозирования путей и результатов теоретического и экспериментального исследования, наблюдения, анкетирования.

Второй этап – опытно-экспериментальный (2016–2017 гг.). Разработка гипотезы исследования и ее проверка в опытно-экспериментальной работе, внедрение методики, обоснование и практическая апробация комплекса педагогических условий подготовки бегунов групп спортивного совершенствования, проведение формирующего педагогического эксперимента с целью проверки эффективности методики. Методы исследования: моделирование, педагогический эксперимент, анализ результатов деятельности бегунов.

Третий этап – заключительно-оценочный (2017–2018 гг.). Проводился анализ и теоретическое обобщение результатов педагогического эксперимента; выполнялась систематизация материалов исследования; формировались общие выводы. Основные методы данного этапа: анализ и обсуждение результатов пе-

дагогического эксперимента, статистическая обработка материалов опытной работы.

Разработан, обоснован и апробирован комплекс педагогических условий индивидуальной тактической подготовки бегунов в учебно-тренировочном процессе.

Выявлена значимость индивидуальных психических и физических особенностей спортсмена в качестве критериев тактической подготовки бегунов. Определено, что спортсмены, специализирующиеся в тактике бега преследования эмоционально неустойчивы с преобладанием физического качества – силы, а спортсмены, предпочитающие лидирующий бег обладают хорошей эмоциональной устойчивостью с выраженными скоростными качествами.

Определены наиболее эффективные педагогические технологии, обеспечивающие повышение надежности и результативности спортсменов в их тактической деятельности. Технологии предусматривают методические рекомендации: для лидеров – развитие скоростных качеств, развитие скоростной выносливости, развитие чувства времени, развитие скорости на финишном отрезке, обучение вариантам тактического плана и умениям его использовать на практике; для преследователей – развитие выносливости, развитие силовых качеств, применение промежуточных финишных ускорений, повышение уровня технической подготовленности, обучение вариантам тактического плана и умениям его использовать на практике [4, с. 167].

Литература

1. Травин Ю.Г. Легкая атлетика. Система подготовки квалифицированных бегунов на средние и длинные дистанции: лекция для ФПК, ВШТ и студентов ГЦОЛИФКа / Ю.Г. Травин; Гос. центр. Ордена Ленина ин-т физ. Культуры. – М., 1991. – 4 с.

2. Михеев А. «Тренируется подросток» / А. Михеев // «Легкая атлетика». – 1983. – С. 12–13.

3. Максимов М.М. Эффективные средства и методы тренировки юных бегунов на средние дистанции / М.М. Максимов. – М., 1984. – С. 10–17.

4. Суслов Ф.П. С чего начинается бег? / Ф.П. Суслов. – М.: Физкультура и спорт, 1974. – 167 с.

Варгуданова Д.Ю.

МДОУ ДС № 50 Центр развития ребенка, г. Копейск, Челябинская область, Россия

Тьюторское сопровождение родителей, детей не готовых к школьному обучению

Аннотация. Статья посвящена решению проблемы готовности к школьному обучению через тьюторское сопровождение родителей.

Анализ готовности будущих первоклассников к школе (школьной зрелости) показывает, что наблюдается достаточно устойчивая тенденция роста числа детей, которые не готовы к обучению в Общеобразовательном учреждении. Специфика работы тьютора такова, чтобы достигнуть ожидаемого результата (подготовить воспитанников к школьному обучению) мы должны работать в системе воспитатель-воспитанник-родитель. Если хоть одна из систем окажется, не охвачена тьютором, то результата можем не достичь. Выше сказанное подтверждает выдержка из Федерального закона «Об Образовании в РФ» Гл. № 4 ст. 44, где говорится что родители (законные представители) несовершеннолетних обучающихся, обязаны заложить основы физического, нравственного и интеллектуального развития личности ребенка [3].

Тьюторское сопровождение родителей детей не готовых к школьному обучению, поможет обеспечить не только успешную подготовку и адаптацию детей к школе, а также будет способствовать развитию познавательной и учебной мотивации, самостоятельности и самоорганизации.

Ключевые слова: тьюторское сопровождение, дошкольное образование, готовность к школьному обучению, «Профессиональный родитель».

Vargadanova D. Y.

MDOU DS N 50 Centr razvitiya rebenka, Kopeysk, Chelyabinsk region, Russia

Tutor support formation preschool preparedness for training

Abstract. The article is devoted to the problem of readiness for school education through tutor support of parents of non-state children.

Analysis of the readiness of future first-graders for school (school maturity) shows that there is a fairly stable trend of growth in the number of children who are not ready to study in an Educational institution. Specificity of tutor's work is such that in order to achieve the expected result (to prepare pupils for school education) we have to work in the system of teacher-parent - pupil. If at least one of the systems is not covered by the tutor, the result can not be achieved. As stated in the Federal law «On Education in the Russian Federation» CH. No. 4 St. 44, which States that the parents (legal representatives) of underage students are obliged to lay the foundations of the physical, moral and intellectual development of the child's personality [3].

Tutor support for parents of children who are not ready for school, will help to ensure not only the successful preparation and adaptation of children to school, but also will contribute to the development of cognitive and educational motivation, self-reliance and self-organization.

Keywords: tutor support, preschool education, readiness for school education, «Professional parent».

Тьюторское сопровождение родителей неготовых детей к школьному обучению осуществлялось в несколько этапов [1]. В начале 2016–2017 учебного года проводилась предварительная диагностика с целью определения уровня готовности родителей к школьному обучению детей, используя методы анкетирования и тестирования. Например: тест для родителей «Готов ли ребенок к школе?», «Готовы ли мы отдать своего ребенка в школу?». Анализ результатов позволил определить направления групповой коррекционной работы с родителями. На диагностическом этапе была определена тематика дальнейших встреч в ходе сопровождения родителей, которая обязательно должна включать проблемы готовности родителей к школьному обучению детей, выявленные в ходе диагностики.

Проективный этап тьюторской практики был посвящен выбору форм совместной работы тьютора и тьюторантов (родителей). Осуществляется работа, направленная на установление доверительного контакта между родителями, педагогами, специалистами детского сада, партнерских отношений между родителями, совершенствование коммуникативных навыков детей и родителей.

Родители подробнее знакомятся с современной школой, спецификой обучения детей в первом классе. С этой целью экскурсия по начальной школе, которая позволяет родителям увидеть, как учатся и играют младшие школьники, услышать, что они говорят о школе, подготовить взрослых к принятию новой социальной позиции ребенка.

Реализационный этап тьюторского сопровождения направлен на повышение ответственности и компетентности родителей в области подготовки и адаптации детей к школе, развитие умений самостоятельно решать возникающие в ходе этого проблемные ситуации.

Для этого в ДООУ был создан клуб «Профессиональный родитель», целью которого является педагогическое образование родителей. Работа клуба включает в себя цикл встреч, каждая из которых предполагает совместное с родителями обсуждение теоретического материала, решение педагогических задач и проблемных ситуаций, организацию игр и упражнений, которые помогут родителям лучше узнать своих детей.

В программу встреч включены такие темы, как «Готов ли ваш ребенок к школе?», «Кризис 7-ми лет», «Игры для подготовки ребенка к школе», «Игры для развития важнейших психических процессов (памяти, внимания, мышления)» и др.

Так, например, встреча на тему «Готов ли ваш ребенок к школе?», помогает родителям понять, что скрывается за понятием «готовность к школе», почему она важна. В ходе встречи внимание родителей обращается на важность мотивационной стороны готовности ребенка к школе, обсуждаются принципы организации занятий с детьми дома, необходимость их игрового характера и опоры на интерес детей.

В ходе встречи «Играем с ребенком» обсуждается необходимость развития мелких мышц руки ребенка для его общего развития и успешного формирования навыка письма. Родители знакомятся с играми и игровыми приемами, развивающими мелкие мышцы руки зрительно-моторную координацию ребенка.

Решая проблемные ситуации, родители получают возможность в доверительной атмосфере и в игровом, непринужденном общении отработать навыки своего поведения в трудных ситуациях.

Родители знакомятся с доступными методами диагностики готовности детей к обучению в школе. Это позволяет им самим выяснять, насколько дети готовы к школьному обучению.

На данном этапе продолжается работа по индивидуальному сопровождению родителей детей, имеющих низкий уровень готовности к школьному обучению и поведенческие проблемы, которые могут привести к школьной дезадаптации.

Методологической основой выстраивания программы работы тьютора с тьюторантами стали:

– системно-деятельностный подход, то есть в основе системной работы с родителями лежит его деятельность;

– теория педагогической поддержки (О.С. Газман, Н.Н. Михайлова), утверждающая необходимость сопровождения процесса индивидуализации личности, развитие ее «самости», создания условий для самоопределения, самоактуализации и самореализации через субъект-субъектные отношения, сотрудничество, сотворчество взрослого и ребенка;

– личностно-ориентированный подход (К. Роджерс, И.С. Якиманская, Н.Ю. Синягина), определяющий приоритетность потребностей, целей и ценностей развития личностей тьюторантов, максимальный учет индивидуальных, субъектных и личностных особенностей.

Процесс поэтапного тьюторского сопровождения родителей помогает создать условия успешной подготовки и дальнейшей адаптации детей к школе, установить и преодолеть причины, тормозящие этот процесс.

В настоящий момент все участники воспитательного процесса в детском саду отмечают следующее:

В социальном направлении: тьюторского сопровождения это готовность к презентации собственного опыта семейного воспитания. Создание условий для повышения уровня успешности при дальнейшем обучении детей.

В антропологическом направлении: тьюторского сопровождения приводит к повышению уровня педагогической компетентности родителей в психолого-педагогических вопросах воспитания; проявление у родителей осознанного отношения к процессу подготовки детей к школьному обучению, стремление к пониманию ребенка, анализу своих достижений и ошибок, использование родителями педагогической литературы.

В культурно-предметном направлении: реализуется через повышение интереса родителей к работе дошкольного образовательного учреждения, к воспитанию детей, улучшению детско-родительских отношений.

Литература

1. Ковалева Т.М. Профессия тьютор / Т.М. Ковалева, С.Ю. Попова (Смолик), А.А. Теров, М.Ю. Чередилина. – М. – Тверь: «СФК-офис», 2012. – С. 73–86.
2. Тюмасева З.И. Дошкольники учатся удовлетворять свое любопытство, а школьники обучаются и адаптируются к биоэкосоциальной среде / З.И. Тюмасева // Начальная школа плюс до и после. – М., 2013. – № 7. – С. 69–72.
3. Федеральный закон «Об образовании в Российской Федерации» от 29.12.2012 № 273-ФЗ (последняя редакция).

Веникова Е.А.

Научный руководитель: Чуктурова Н.И., кандидат педагогических наук, доцент

Башкирский государственный педагогический университет им. М. Акмуллы, г. Уфа, Республика Башкортостан

Педагогические условия формирования уровня профессиональной готовности будущих учителей основ безопасности жизнедеятельности

Аннотация. В курсе ОБЖ практически реализуются требования нормативных документов федерального уровня, он нацелен не только на теоретическое значение опасности современного мира, но и на практическое применение полученных знаний в повседневной жизни. Для осмысленного усвоения знаний и умений необходима собственная познавательная деятельность, а также мотивационная заинтересованность в ней.

Ключевые слова: компетентность, компетентностный подход в обучении ОБЖ, безопасность жизнедеятельности.

Venikova E.A.

Supervisor: Tuktarova N.I., candidate of pedagogical Sciences, associate Professor

Bashkir State Pedagogical University im. M. Akmulla, Ufa, Bashkortostan

Pedagogical conditions for forming the level of professional readiness of future teachers of the fundamentals of life safety

Abstract. In the course of OBZH practical requirements of normative documents of the federal level are practically realized, it is aimed not only at the theoretical significance of the danger of the modern world, but also on the practical application of the knowledge gained in everyday life. For meaningful mastery of knowledge and skills, one's own cognitive activity is necessary, as well as motivational interest in it.

Keywords: competence; Competence approach in teaching the basics of life safety; life safety.

Новые требования, которые предъявляются к образованию, обусловили необходимость подготовки учителя к обучению основам безопасности жизнедеятельности школьника, сущность которой заключается в формировании представлений о опасностях, возможностях предвидеть их и найти безболезненный выход из опасной ситуации для себя и окружающих.

Внедрение специализации по безопасности жизнедеятельности обусловлено необходимостью защиты современного человека от негативных явлений, вызванных научно-техническим прогрессом и его губительным влиянием на цивилизацию. Изучение теоретических и практических источников показывает, что существует ряд предпосылок для успешного решения задачи создания педагогических условий, способствующих формированию профессиональной компетентности будущего учителя безопасности жизнедеятельности [3].

Подготовка будущего учителя к обеспечению безопасной жизнедеятельности подрастающего поколения заключается в формировании умений и навыков, характерных для «личности безопасного типа», хорошо знакомой с современными проблемами безопасности жизни и деятельности человека, осознающей их исключительную важность, стремящейся решать эти проблемы и при этом разумно сочетать личные интересы с интересами общества.

В требованиях ФГОС ВО к уровню подготовки выпускника педагогического вуза изложены задачи, которые должен уметь решать будущий учитель: осознавать здоровье как ценность; владеть знаниями и умениями по охране здоровья и безопасности жизнедеятельности; обладать профессиональными качествами компетентного специалиста по безопасности жизнедеятельности [4].

В подготовке учителя основам безопасности жизнедеятельности важнейшими условиями являются педагогические и организационно-педагогические, которые содействуют качественной организации учебно-воспитательного процесса, связанного с усвоением знаний по безопасности жизнедеятельности. Педагогические условия обеспечивают качество образования, а организационно-педагогические условия способствуют подготовке учителей к обучению безопасности жизнедеятельности.

Педагогические условия содействуют содержательной стороне подготовки специалистов в области преподавания безопасности жизнедеятельности с ориентацией на систему школьного образования.

Организационно-педагогические условия определяют и обосновывают объем теоретических знаний и практических умений, которые необходимы будущему учителю. Проводится внедрение новых педагогических технологий: информационных, обучение через интернет, автоматизация средств контроля и т.д., а также активных методов обучения: проблемных, психолого-педагогических тренингов, тематических лабораторных занятий, моделирования и др.

Предложенная система определяет, с позиций эффективного обеспечения профессиональной подготовки, способ реализации содержания образования, предусмотренный образовательными стандартами, учебными программами, системой методов, приемов, видов учебной деятельности [2].

На основе рассмотренных выше социально-педагогических проблем профессиональной подготовки будущих учителей основ безопасности жизнедеятельности в школе, мы составили анкету и провели опрос студентов 4 и 5 курсов по направлению Педагогическое образование, профильной направленности «Физическая культура и безопасность жизнедеятельности» Башкирского государственного педагогического университета им. М. Акмуллы. Проанализировав ответы, мы пришли к следующим выводам: 64,4% опрошенных считают, что главной профессиональной компетенцией учителя в области ОБЖ являются профессиональные знания и умения, но всего лишь 40% утверждают, что для высокого уровня развития профессионального самосознания учителя характерно владение педагогическими технологиями воспитания и обучения. Положительно можно отметить, что 60% знакомы с требованиями профессионального стандарта педагога и 42% уверены, что именно он служит инструментом развития. Отрицательным моментом является то, что на вопрос «Соответствует ли Ваш профессиональный уровень требованиям профессионального государственного стандарта?» всего лишь у 11,1% студентов профессиональный уровень полностью соответствует требованиям стандарта, что свидетельствует о про-

блемах в организации образовательного процесса. Получив результаты, мы решили выяснить причину несоответствия, и оказалось, что главное противоречие – это нехватка или отсутствие времени из-за загруженности образовательного процесса, ответили 51,1% опрошенных; на слабую информированность о нововведениях в образовании, ответили 33,3% опрошенных; 23,4% ответившие учителей, определили такое противоречие, как отсутствие обоснованной стратегии валеологического сопровождения образовательной ориентации, которое имеет большое значение для учебного заведения.

Таким образом, учителем безопасности жизнедеятельности должен быть высокопрофессиональный специалист, который способен свободно оперировать основными понятиями курса «БЖД»; применять опорные знания в непосредственной деятельности на практических и семинарских занятиях по данному предмету; осуществлять интеграцию на основе межпредметных связей; составлять тематический план по изучаемому предмету; составлять поурочные планы в классической форме и с нетрадиционными подходами; использовать современные технологии в решение дидактических задач; уметь организовывать самостоятельную работу с использованием творческого потенциала учащихся, работа с родителями, работа с дополнительной литературой, лабораторным оборудованием; проводить различные виды анализа текстов из литературных источников, различных суждений, самоанализ; использовать ТСО, аудио, видео технику и компьютер в учебно-воспитательном процессе; проводить исследовательскую работу. В контексте современных требований, в плане соблюдения прав и свобод учеников, учитель должен руководствоваться нормативными положениями, которые определяются, в свою очередь, международными правовыми актами и российским законодательством. В частности, на педагога возлагается обязанность повышать свою профессиональную квалификацию, быть готовым принимать участие в деятельности методических объединений и других формах методической работы, осуществлять связь с родителями, выполнять правила и нормы по обеспечению безопасности жизни и деятельности ребенка, обеспечивать охрану жизни и здоровья учеников во время учебно-

воспитательного процесса. Следовательно, подготовка к педагогической деятельности представляет собой сложную целостную многостороннюю динамическую систему, функционирующую в соответствии с целями, задачами и принципами подготовки специалистов.

Литература

1. Абаскалова Н.П. Методика обучения основам безопасности жизнедеятельности в школе: учеб. пособие для студ. пед. вузов / Н.П. Абаскалова, Л.А. Акимова, С.В. Петров. – Новосибирск: АРГА, 2011. – 304с.

2. Чуктурова Н.И. Сущность и значение валеологического сопровождения образовательного процесса / Н.И. Чуктурова, В.В. Шурыгина, А.А. Едренкина, А.Ф. Гатауллина, Е.А. Веникова // Сб. науч. трудов «Проблемы современного педагогического образования». Сер.: Педагогика и психология. – Ялта: РИО ГПА, 2017. – Вып. 57. – Ч. 7. – С. 25–263.

3. Чуктурова Н.И. Формирование уровня профессиональной готовности будущих учителей ОБЖ: теоретические основы. Учеб. пособие для студ. пед. вузов, преподавателей, учителей ОБЖ общеобразовательных учеб. заведений – Бирск: ГУП РБ Бирская городская типография, 2011. – 88 с.

4. Чуктурова Н.И. Проблемы профессиональной готовности будущих учителей основ безопасности жизнедеятельности / Е.А. Веникова // Валеологические проблемы здоровьесформирования подростков, молодежи, населения: сб. матер. 13-й Междун. науч.-практ. конф. молодых ученых и студентов, Екатеринбург, 7 декаб. 2017 г. / ФГАОУ ВО «Рос. гос. проф.-пед. ун-т». – Екатеринбург, 2017. – С. 207–210.

Вербицкий А.В.

Научный руководитель: Щелчкова Н.Н., кандидат педагогических наук, доцент

Южно-Уральский государственный гуманитарно-педагогический университет, г. Челябинск, Россия

Методологические подходы к исследованию проблемы технической подготовки школьников по рукопашному бою

Аннотация. В статье обсуждаются подходы к исследованию проблемы технической подготовки по рукопашному бою. Стрессоустойчивость организма и овладение методами контроля над своими физическими усилиями.

Ключевые слова: методика обучения, бросковая и ударная техника.

Verbitsky A.V.

Supervisor: Shelchkova N.N., candidate of pedagogical Sciences, associate Professor

Methodological approaches to the study of problems of technical school training in unarmed combat

Abstract. The article discusses approaches to the study of problems of technical training in unarmed combat. The stress of the body and the mastery of methods of control over their physical efforts.

Keywords: teaching methodology, throwing and striking techniques.

Изучение и анализ литературных источников по рукопашному бою показали, что существует два основных подхода к построению методики обучения техническим действиям. Одни авторы строили свои рекомендации на основе спортивного самбо и дзюдо. Ключевое звено в них представляют хорошо разработанные бросковые и болевые приемы, незаменимые в ближнем бою, а техника ударов различными частями тела занимает второстепенное место.

Другие специалисты, напротив, строят свои рекомендации на основе карате. При этом делается упор на технике ударов руками и технике ударов ногами, придавая бросковой технике второстепенное значение.

И все-таки прислушиваясь к авторитетному мнению Е. Захарова [3, с. 10], А. Иванова [4, с. 70], ударная техника обладает наибольшей эффективностью в бою.

В экстремальных ситуациях может как улучшаться, так и ухудшаться двигательная деятельность. Это можно наблюдать во время соревнований. По данным Н. Гуменюка и Б. Шерциса [2, с. 29–31], ухудшение навыков в соревновательной деятельности происходит у 50–55% спортсменов на уровне национальных сборных, соответственно у школьников этот процент еще выше, так как они менее подготовлены. Возможно, это есть результат перевозбуждения. В этом случае экстремальная ситуация действует угнетающе, порождает различного рода страхи – страх поражения, неудачи, страх перед одноклассниками, тренером и т.д. Реакция такого типа связана с тревожностью, она угнетает активность вплоть до оцепенения – стартовой апатии. Для того чтобы повысить надежность двигательных действий в экстремальных ситуациях, следует, прежде всего, научить занимающегося распознавать свое состояние и выбирать тактику его оптимизации.

М. Ояма [6, с. 38] и Н. Гулеев [1, с. 64–65], описывая систему психологического контроля, отмечают, что умение синтезировать различные методы психотренинга, вместе с изучением защитных приемов рукопашного боя, формирует у обучающихся устойчивую способность безошибочно реагировать на атакующие действия противника и квалифицированно проводить нужный прием. Попутно создается на осознанном уровне дополнительный информационный канал, необходимый для оценки боевой ситуации, помогает снять реакцию страха и освободиться от эмоционального напряжения.

Кроме освоения психологических методов саморегуляции, обучающиеся рукопашному бою должны овладеть и методами контроля над своими физическими усилиями. Эти знания необходимы для того, чтобы случайно не травмировать партнера во время тренировочного занятия. Очень важно знать, с какой силой нужно применять то или иное механическое воздействие ударом, броском, скручиванием или перегибанием сустава. Опять же, в нашем случае у школьников с низким и средним уровнем физической подготовки мы обязаны при проведении занятий рукопашным боем максимально предотвратить травматизм.

С анатомической точки зрения удар – это мгновенное воздействия силы на ту или иную часть тела, где происходит механическое раздражение нервных окончаний (рецепторов) и самих нервных волокон, проходящих между и внутри мышц, связок и костей, а также повреждения мелких и крупных сосудов, что ведет к кровоизлияниям. Отсюда понятно, что группа приемов, связанная с ударами, представляет большую опасность для обучающихся, так как при ударе происходят анатомо-физиологические нарушения нормальной работы организма.

Б. Карякин отмечает, что коленная связка выдерживает тягу до $6,5 \text{ кг/см}^2$, наружная боковая коленная связка выдерживает нагрузку до 20 кг/см^2 , а подколенная связка обладает прочностью $2,18 \text{ кг/см}^2$ [5, с. 21]. Таким образом, связочный аппарат обладает большей прочностью и эластичностью, чем костная ткань, поэтому его механическое повреждение наступает при больших усилиях. Ученики должны овладеть методами контроля над своими физическими уси-

лиями. В этой связи на занятиях важно соблюдать принцип «достаточности усилий» и стараться с максимальной точностью провести необходимый прием.

На основании проведенного анализа литературы, *рукопашный бой* можно понимать как спортивное направление единоборств, с использованием нескольких основных видов техники: ударной, бросковой, а также как болевые и удушающие приемы.

Рассмотренные выше методы обучения, применяемые в восточных единоборствах, построены в основном по традиционной программе. Она основана на принципе распределения упражнений по степени сложности, тем самым как бы предполагается последовательность их освоения. Однако, в этой классификации не учитывается положительный перенос навыков с одного приема на другой, а также наличие общих элементов в ряде изучаемых технических действий. Например, бросковая и ударная техника могут изучаться совместно на одном занятии. При таком обучении приемам рукопашного боя у обучающихся нет четкого представления о связи различных упражнений и технике их использования.

Несмотря на обилие литературы, в которой описываются разнообразные техники рукопашного боя и способы обучения, научные подходы к построению методики обучения рукопашному бою разработаны довольно слабо. Основное внимание уделяется эмпирическим знаниям и практическому опыту известных тренеров и бойцов. Однако этого недостаточно для формирования научно-обоснованной методики обучения технике рукопашного боя. В литературе недостаточно сведений по специализированным тренажерным средствам обучения с обратной связью, предназначенных для безопасного обучения ударным и болевым приемам рукопашного боя.

Слабо разработана методика обучения сложным техническим действиям, в частности различным ударам ногами. Среди авторов нет единого мнения о последовательности и чередовании между собой как отдельных приемов, так и различных видов техники, в частности – ударной и бросковой. Нет четкого описания самого учебного процесса. Мало внимания уделяется методике обу-

чения способам психологической саморегуляции. Для решения всех этих вопросов требуются специальные научные исследования.

Таким образом, можно обозначить следующие проблемы в обучении техническим действиям в рукопашном бою при подготовке школьников:

- разработать научные подходы методики обучения рукопашному бою;
- обучающимся рукопашному бою освоить психологические методы саморегуляции и методы контроля над своими физическими усилиями.

Литература

1. Гулеев И.Л. Философские, социальные, нравственно-эстетические и психологические аспекты феномена каратэ-до / И.Л. Гулеев. – М., 1989. – 65 с.
2. Гуменюк Н.П. Психогигиена спортивной деятельности / Н.П. Гуменюк, Б.М. Шерцис. – Киев, 1978. – С. 29–31.
3. Захаров Е.А. Рукопашный бой / Е.А. Захаров. – М., 1992. – 237 с.
4. Иванов С.А. Методика обучения технике рукопашного боя: дис. ... канд. пед. наук / С.А. Иванов. – М., 1995. – 128 с.
5. Карякин Б.П. Исследование содержания и экспериментальная проверка эффективности подготовки к самозащите: автореф. дис. ... канд. пед. наук / Б.П. Карякин. – М., 1974. – 30 с.
6. Ояма М. Духовные аспекты. Психологический настрой / М. Ояма. – М., 1991. – № 1. – С. 38–39.

Галкин А.Ю.

Научный руководитель: Мамылина Н.В., доктор биологических наук, профессор

Южно-Уральский государственный гуманитарно-педагогический университет, г. Челябинск, Россия

Методические аспекты развития специальной работоспособности при занятиях лыжной подготовкой у младших школьников

Аннотация. Специальная работоспособность определяется как способность производить характерное физическое действие заданной интенсивности и заданного объема. Использование дополнительных средств тренировки для развития специальной работоспособности решает задачу сохранения достигнутого уровня физических качеств на этапах годовых циклов многолетней тренировки.

Ключевые слова: спортсмены, работоспособность, тренировка.

Galkin A.Yu.

Supervisor: Mamylina N.V., doctor of biological Sciences, Professor

South Ural State Humanitarian Pedagogical University, Chelyabinsk, Russia

Methodical aspects of the development of special working capacity for ski training for junior schoolchildren

Abstract. Special working capacity is defined as the ability to produce a specific physical action of a given intensity and a given volume. The use of auxiliary means of training for the development of special working capacity solves the problem of maintaining of the achieved level of physical qualities at the stages of annual cycles of long-term training.

Keywords: athletes, working capacity, training.

Для того чтобы улучшить спортивные результаты необходимо развивать специальную работоспособность спортсменов, для этого требуется применять характерные средства тренировки, использовать подходящее планирование во время подготовительных и соревновательных годовых циклов тренировочного процесса в течение многих лет [1]. В настоящее время для лыжных гонок требуется выявить наиболее эффективные ведущие и дополнительные средства многолетних тренировок, соотношение и преемственность нагрузок тренировок (интенсивность, объем), поэтому это имеет непосредственное отношение, каким образом можно эффективно и целенаправленно повысить специальную работоспособность у детей младшего школьного возраста при лыжной подготовке.

У спортсмена работоспособность определяется, как способность производить специфическое физическое действие заданной интенсивности и заданного объема [2]. У спортсмена показателем такой специальной работоспособности является уровень его функциональных сдвигов во время выполнения специфической нагрузки заданной интенсивности и объема, а также определенное состояние всех систем и функций его организма в покое. Для того, чтобы развить специальную работоспособность у детей младшего школьного возраста до высокого уровня, нужно знать их физические возможности, которые обусловлены конкретными природными данными, развивающиеся в организме в результате направленного тренировочного процесса.

Главным требованием тренировки является последовательное увеличение специальной работоспособности. Специфика, которая присуща лыжным гонкам

должна находить свое отражение в тренировочном процессе у детей младшего школьного возраста в течение нескольких лет. Характерная физическая работа в лыжной подготовке, это бег на лыжах, на различные дистанции по пересеченной местности. В лыжной подготовке развитие специальной работоспособности определяется в основном проявлением ведущих физических качеств: скоростной и силовой выносливости.

Поэтому тренировочный процесс в течение нескольких лет направлен на повышение главных физических качеств детей младшего возраста (скоростная и силовая выносливость, выносливость специальная) тем самым определяется насколько эффективна специальная работоспособность.

Известно, что средства тренировок, которые используются при лыжной подготовке у младших школьников, можно разделить на основные и вспомогательные [3]. В свою очередь вспомогательные средства можно подразделить на специальные и общеразвивающие. Специальные средства бывают подготовительными, имитационными и подводящими.

В тренировке лыжника к физическим упражнениям можно отнести все способы перемещения на лыжах, прыжки с горки, главные упражнения. В летний период главными средствами для тренировок являются основные и общеразвивающие упражнения, спортивная ходьба и бег в лесу, греблю, легкую атлетику, подвижные и спортивные игры, плавание, имитационные упражнения, езду на велосипеде, бег на лыжах-роллерах и роликовых коньках.

Классифицируя средства тренировок, можно определить основные физические упражнения, которые состоят из способов перемещения на лыжах. Основные методы тренировок, направлены на воспитание физических качеств всех видов выносливости (общая, силовая, скоростная, специальная); к дополнительным можно отнести средства, которые развивают силу, быстроту, гибкость, ловкость и реакцию.

Упражнения проводятся разными способами и методами передвижения на лыжах: ход (классический, свободный), подъем, спуск (в основной стойке), торможение (плугом, упором), поворот. В зависимости от применяемой мето-

дики каждое упражнение направлено на улучшение определенного качества. Во время межсезонья, используется имитирование в гору с палками, так же сочетаются такие тренировки с бегом. Это является мощным специальным средством скоростной и силовой подготовки младших школьников на занятиях лыжной подготовки. В тренировке на снегу для развития скоростных и силовых качеств рекомендуется выполнять передвижения со скоростью около 5 процентов от объема лыжной подготовки, при условии, что тренировочные трассы соответствуют подлежащему качеству.

Для детей младшего школьного возраста, чтобы повысить специальную выносливость в подготовительном периоде, применяются смешанные передвижения, когда используется ходьба и бег разной интенсивности, умеренный бег по пересеченной местности с небольшими подъемами. Основные упражнения выполняются разными способами и методами передвижения на лыжах, которые применяются на подготовительном этапе, имитируя попеременный ход (двухшажного) с палками и без палок. Это должно сочетаться с бегом на равнине (шаговая, беговая, прыжковая), которая выполняется с низкой, средней и соревновательной интенсивностью; со специализированной ходьбой. Универсальным средством для технической, тактической и специальной подготовки являются лыжероллеры.

Специально подготовительные упражнения должны включать соревновательные элементы, их варианты, а также такие действия, которые имеют существенное сходство с выбранным видом спорта по своей форме и характеру способностей. Такие упражнения по сравнению с упражнениями соревновательными позволяют более избирательно и эффективно воздействовать на отдельные качества, навыки и способности детей, которые необходимы в выбранном виде спорта. Количество специально-подготовительных упражнений не очень большое, поскольку такие упражнения обязательно должны быть похожими на соревновательные действия.

Для того чтобы воспитывать физические качества специальной, силовой и скоростной выносливости лыжника, мы рекомендуем такие основные средства,

которые наиболее полно отвечают соревновательным условиям. В настоящее время применяются:

1. Бег с имитацией прыжков попеременного хода (двухшажного) в гору с палками с предельной скоростью – 80% и большой скоростью – 60% напряженности нагрузки, при этом частота сокращений сердца должна доходить до 80–100 ударов в минуту.

2. Бег с имитацией прыжков попеременного хода (двухшажного) в подъемы с палками со скоростью, близкой к соревновательной, при этом частота сокращений сердца может быть выше 130 ударов в минуту.

3. Скоростной бег на лыжах на коротких отрезках, которые должны составлять длину от одной пятой до одной третьей части соревновательной дистанции, при этом частота сокращений сердца может быть также выше 130 ударов в минуту.

4. Контрольный тренировочный бег на лыжах при этом частота сокращений сердца может быть также выше 130 ударов в минуту.

Далее перечислим вспомогательные средства тренировки, которые воспитывают основную и скоростно-силовую выносливость при занятиях лыжной подготовкой у детей младшего школьного возраста. Они относятся к общеподготовительным и специально-подготовительным средствам [4]:

1. Бег на лыжах со скоростью близкой к тренировочной (частота пульса 80-100 ударов в минуту).

2. Повторный бег на лыжах с преодолением подъемов разного расстояния и различного градуса с тренировочной скоростью и соревновательной скоростью.

3. Бег с имитацией прыжков попеременного хода (двухшажного) в подъеме с палками с средней скоростью – 70% от тренировочной напряженности нагрузки и малой скоростью – 50% от тренировочной напряженности нагрузки (пульс 80–100 ударов в минуту).

4. Упражнения гимнастические общеподготовительные: подтягивания на перекладине, отжимания от пола (сгибание рук в упоре лежа), отжимания на брусьях (сгибание рук в упоре на брусья), «пистолет» (приседание на одной но-

ге), приседание на двух ногах, из глубокого приседа выпрыгивание вверх, десятикратные многоскоки, упражнения с блочными устройствами и резиновым амортизатором, различные комплексы и общеразвивающие и специальные подготовительные упражнения.

5. Кроссовый бег по равнине со скоростью, близкой к соревновательной (частота пульса выше 130 ударов в минуту).

6. Кроссовый бег по равнине и по сильно пересеченной местности (по холмам) с тренировочной скоростью (пульс 80-100 ударов в минуту).

7. Бег на лыжероллерах со скоростью, близкой к тренировочной (частота пульса 80–100 ударов в минуту).

8. Бег на лыжероллерах со скоростью близкой к соревновательной (частота пульса выше 120 ударов в минуту).

9. Спортивные игры: волейбол, гандбол, теннис.

10. Плавание кролем на груди (время не учитывается).

11. Катание на велосипеде (свободная езда).

Дополнительные средства тренировки способствуют развитию характерной работоспособности, решению задач по сохранению достигнутого уровня физических качеств на этапах годовых циклов многолетней тренировки, а также преодолению нагрузок тренировки в недельных микроциклах и наиболее напряженных этапах годовых циклов [5].

Указанные основные и вспомогательные средства тренировки, их рациональное сочетание и преемственность нагрузок в ежегодных тренировочных программах от одного возраста к следующему в значительной мере повышают уровень специальной работоспособности и рост спортивных результатов в многолетней тренировке при занятиях лыжной подготовкой у детей младшего школьного возраста.

Литература

1. Бергман Б.И. Лыжный спорт: учеб. пособие / Б.И. Бергман. – М.: ФиС, 2005. – 480 с.

2. Барчуков И.С. Физическая культура и спорт: методология, теория, практика: учеб. пособие для студ. высш. учеб. заведений / И.С. Барчуков, А.А. Нестеров. – 3-е изд., стер. – М.: Изд-кий центр «Академия», 2009. – 528 с.

3. Барчуков И.С. Теория и методика физического воспитания и спорта: учебник / И.С. Барчуков; под общ. Ред. Г.В. Барчуковой. – М.: КНОРУС, 2011. – 368 с.

4. [Электронный ресурс]: //URL: <http://pandia.ru/text/79/046/71753-7.php> (дата обращения: 28.02.2018).

5. [Электронный ресурс]: // URL:<http://www.magma-team.ru/biblioteka/biblioteka/kursovye-i-diplomnye-raboty-po-fizicheskoikulture/bystrota-metodika-razvitiia-bystryty-rekomendatcii-chast-2> (дата обращения: 4.03.2018).

Галянт И.Г., Варенникова О.А.

Южно-Уральский государственный гуманитарно-педагогический университет, г. Челябинск, Россия

Патриотическое воспитание дошкольников в контексте инклюзивного образования

Аннотация. В статье освещается проблема патриотического воспитания детей дошкольного возраста в контексте инклюзивного образования. Рассматриваются вопросы, связанные с использованием детского фольклора как средства патриотического воспитания детей.

Ключевые слова: патриотическое воспитание, инклюзия, дошкольное образование, фольклор.

Galyant I.G., Varennikova O.A.

South Ural State Humanitarian Pedagogical University, Chelyabinsk, Russia

Patriotic education of preschool children in the context of inclusive education

Abstract. The article highlights the problem of Patriotic education of preschool children in the context of inclusive education. The issues related to the use of children's folklore as a means of Patriotic education of children are considered.

Keywords: Patriotic education, inclusion, pre-school education, folklore.

Проблема патриотического воспитания подрастающего поколения сегодня одна из наиболее актуальных, так как это является основой формирования будущего гражданина страны. Крепкая, нерушимая и могучая страна состоит из многочисленности ее патриотов. Страна – это одна большая семья, и семья будет крепкой только при одном условии, когда внутри этой семьи присутствует дух любви и уважения друг к другу.

В последнее время обозначилась проблема воспитания и обучения детей с ограниченными возможностями здоровья (ОВЗ). Таких детей становится боль-

ше в дошкольных образовательных учреждениях. Актуальность проблемы патриотического воспитания заключается в том, что дети с ограниченными возможностями здоровья, начиная с дошкольного возраста, страдают дефицитом знаний о родном городе, стране, особенностях традиций (в силу определенных причин: большинство из них ранее не посещали других образовательных учреждений, имели ограничения в коммуникативной сфере и т.п.).

Патриотизм является характеристикой нравственного качества человека, которое выражается в любви и преданности своей Родине, осознании ее величия и славы, переживании своей духовной связи с ней. Миссия человека и гражданина состоит в потребности и стремлении беречь честь и достоинство своей Родины, практическими делами укреплять ее могущество и независимость. Именно фольклору отводится все более заметное место в выполнении задач патриотического воспитания. Современное общество на данном этапе осознает фольклор как значительный фактор духовности, преемственности поколений, приобщение к национальным жизненным истокам. Изучение фольклорного наследия своевременно уже в детском саду, так как на фоне общего повышения образованности налицо отставание в художественно-эстетическом развитии. Деятельность, строящаяся на принципах фольклорного творчества, развивает художественно-образное, ассоциативное мышление, фантазию, позволяет активизировать самые разнообразные творческие проявления [6].

Учитывая особенности развития детей с ограниченными возможностями здоровья, основными принципами патриотического воспитания является использование фольклора и создание ситуации успешности ребенка, которое необходимо для обретения уверенности в своих силах и преодолении трудностей. Работа с детьми ведется по различным направлениям (установление межличностных отношений, досуговая деятельность, расширение кругозора детей, расширение представлений об окружающем мире, развитие речи, обеспечение безопасности жизнедеятельности и здоровый образ жизни и т.д.). Успех патриотического воспитания детей с ограниченными возможностями здоровья во многом зависит от родителей, семьи, атмосферы, которая царит в доме.

Анализируя проблемы инклюзивного образования, И.Г. Галянт отмечает, что фольклор играет важную роль в работе с «особыми» дошкольниками. Материнская поэзия и детский фольклор (календарные и обрядовые песни, заклички и приговорки, дразнилки), составляет основу самого адекватного вида деятельности детей дошкольного возраста. Познание фольклора через движение помогает раскрыть код нации, генетические корни, фундамент, на котором строится музыкальный материал. Столетиями доказано терапевтическое воздействие «бабушкиных прибауток» на здоровье малыша. Считаем, что психоэмоциональное состояние детей с особенностями в развитии можно компенсировать пестушками, пальчиковыми играми, прибаутками, потягунюшками, массажными играми [2; 4].

В разные периоды исследованием проблемы патриотического воспитания дошкольников занимались известные педагоги и исследователи (К.Д. Ушинский «Человек как предмет воспитания», С.А. Козлова, М.Ю. Новицкая «Родной дом», Е.В.Соловьева, Л.И. Царенко «Наследие», Н.В. Алешина «Патриотическое воспитание дошкольников», Н.Г. Зеленова, Л.Е. Осипова «Мы живем в России» и др.).

К.Д. Ушинский отмечал, что патриотизм является не только важной задачей воспитания, но и его могучим педагогическим средством. «Как нет человека без самолюбия, – писал он, – так нет человека без любви к отечеству, и эта любовь дает воспитанию верный ключ к сердцу человека и могущественную опору для борьбы с его дурными природными, личными, семейными и родовыми наклонностями» [5].

В статье № 2 Закона «Об образовании» в РФ определены требования к воспитательной деятельности в государственных и муниципальных образовательных учреждениях. Среди важнейших задач отмечается патриотическое направление; т.е. воспитание гражданственности, трудолюбия, уважения к правам и свободам человека, любви к окружающей природе, Родине, семье [3].

Для особых детей контакты с окружающим миром ограничены, поэтому процесс их социальной реабилитации затруднен. При этом данный процесс су-

ществственным образом зависит от тех норм, которые приняты в социальном окружении ребенка, от предъявляемых этим окружением к нему требований. Именно эти нормы и требования обеспечивают формирование его личности.

Для развития детей с ограниченными возможностями здоровья нужна адаптация объема и характера воспитательного материала к познавательным возможностям воспитанников, для чего необходима система детализированных знаний. Материал в этом случае преподносится небольшими порциями, усложняется постепенно, а также ищутся способы облегчения трудных заданий.

Патриотическое воспитание для детей с ОВЗ это систематическая и целенаправленная деятельность педагогического коллектива по формированию у подрастающего поколения патриотического сознания, чувства верности своему Отечеству, готовности к выполнению гражданского долга. Процесс патриотического воспитания является трудным и осложняется рядом психофизиологических особенностей, присущих детям с ограниченными возможностями здоровья. Ребенок с ОВЗ с гораздо большим трудом усваивает нормы и правила поведения и общения, ему требуется больше времени для того, чтобы усвоить, что такое любовь к дому, семье, Родине.

Инклюзия – это процесс изменения философии образования, психологических и ценностных изменений, который влечет за собой целый комплекс мер, связанных с техническим оснащением дошкольных образовательных организаций, с организацией системы повышения педагогической компетентности. Кроме этого необходимы специальные адаптированные программы для детей с ограниченными возможностями [1].

Инклюзивное образование расширяет профессиональные знания педагогов. Такое образование требует новых и более гибких способов преподавания, разработки учебных программ, которые были бы максимально эффективны для всех детей. Проблемы инклюзивного воспитания дошкольников связаны с целостным восприятием ребенком окружающего мира, в основе которого положено практическое освоение исторического опыта народа, фольклорных традиций. Проживание детьми периода детства в фольклорной среде способствует

проявлению универсального комплекса творческого самовыражения.

Анализируя современную ситуацию, можно отметить, что образовательная система должна реагировать на изменения происходящие в обществе и создавать условия, необходимые детям с ОВЗ. Принятие индивидуальности каждого ребенка и многообразия детства, удовлетворение особых потребностей каждого ребенка должно стать целью российской образовательной системы.

Литература

1. Галянт И.Г. Организация жизненного пространства детей в условиях инклюзивного образования / И.Г. Галянт // Сб. матер. XIV Междун. науч.-практ. конф. – Челябинск: Изд-во ЧГПУ, 2016. – 116 с.

2. Галянт И.Г. Детский фольклор как средство организации жизненного пространства детей на этапе дошкольного детства / И.Г. Галянт // Вестник ЧГПУ. – 2016. – № 8. – 32 с.

3. Конституция Российской Федерации от 12 декабря 1993 года // Российская газета от 25 декабря 1993 г.

4. Тюмасева З.И. Оздоровление детей России как инновационная педагогическая деятельность (в сфере дошкольного образования / З.И. Тюмасева, И.Л. Орехова, Е.Г. Кушнина. – Челябинск: Изд-во ЗАО «Цицеро», 2012. – 299 с.

5. Ушинский К.Д. Собрание сочинений / К.Д.Ушинский. – М.–Ленинград: «Академия педагогических наук РСФСР», 1948. – Т. 2. – 659 с.

6. Харламов И.Ф. Педагогика / И.Ф.Харламов. – М.: Гардарики, 1999. – 520 с.

Галянт И.Г., Евсеева Е.К.

Южно-Уральский государственный гуманитарно-педагогический университет, г. Челябинск, Россия

Развитие творческих способностей у детей с ограниченными возможностями здоровья

Аннотация. В статье освещается проблема развития творческих способностей детей дошкольного возраста в области инклюзивного образования. А также даны некоторые рекомендации по развитию творческих способностей детей с ОВЗ.

Ключевые слова: творческие способности, инклюзия, дошкольное образование.

Galyant I.G., Evseeva E.K.

South Ural State Humanitarian Pedagogical University, Chelyabinsk, Russia

Development of creative abilities in children with disabilities

Abstract. In the article the problem of development of creative abilities of children of preschool age in the field of inclusive education is covered. Also, some recommendations on the development of the creative abilities of children with disabilities are given.

Keywords: creative skills, inclusion, pre-school education.

Формирование творческой личности – одна из важнейших задач педагогической теории и практики на современном этапе. В настоящее время принципиально меняется содержание образовательного процесса, в котором возможно выявление и раскрытие потенциала каждого ребенка, развитие его индивидуальности, создание оптимальных условий для обогащения жизненного опыта и личностного роста.

Детям дошкольного возраста изначально присуща талантливость. Начальный период обучения считается важнейшим в приобщении к прекрасному.

Основной целью образования является подготовка подрастающего поколения к будущему. Творчество – это тот путь, который может эффективно реализовать эту цель. Особую актуальность данная проблема приобретает при изучении формирования творческих способностей у детей с ограниченными возможностями здоровья (ОВЗ) в условиях инклюзии.

Слово «инклюзия», неизвестное множеству россиян, на сегодняшний день стало привычным как для специалистов в психологии и педагогики, так и для большинства родителей, которые воспитывают детей с ограниченными возможностями здоровья. Основанием инклюзивного образования является идеология, исключающая дискриминацию детей, а также обеспечивающая одинаковое отношение ко всем людям.

И.Г. Галянт считает, что инклюзия – это процесс изменения философии образования, психологических и ценностных изменений, который влечет за собой целый комплекс мер, связанных с техническим оснащением дошкольных образовательных организаций, с организацией системы повышения педагогической компетентности. Кроме этого, необходимы специальные адаптированные программы для детей с ограниченными возможностями [2].

Значительный вклад в разработку проблемы творчества и творческих способностей, психологии развития личности внесли ученые-психологи, как русские, так и зарубежные: Б.Г. Ананьев, Д.Б. Богоявленская, М.П. Блинова, С.Н. Беляева-Экземплярская, Л.С. Выготский, П.Я. Гальперин, В.Н. Дружинин, А.Н. Леонтьев, О.И. Никифорова, А.В. Запорожец, Н.А. Менчинская, А.С. Лейтес, Ж. Пиаже, Я.А. Пономарев, Б.М. Теплов, К. Тейлор, Р. Стернберг, Г.К. Уэллс, З. Фрейд, А. Валлон, В. Вундт, Д.Б. Эльконин, В.П. Эфроимсон.

Известно, что творчество – непереносимое условие успешной самореализации личности, позволяющее проявить себя в современном мире, в разнообразных жизненных ситуациях. Реализуя себя через творческую деятельность, человек изменяется, совершенствуется. Известный психолог С.Г. Рубинштейн сказал, что если человек сделал что-нибудь значительное, то он станет совершенно другим человеком.

К сожалению, на сегодняшний день доступность творческой деятельности для детей разных категорий ограничения возможностей здоровья не одинакова. Так, дети, обучающиеся на дому, в рамках школьной программы лишены возможности заниматься по предметам «Музыка», «ИЗО», «Технология». История развития человеческого общества признает огромное значение искусства и творчества в развитии личности ребенка, а тем более с ограниченными возможностями здоровья. Существуют примеры и доказательства, что дети, имеющие особенности в развитии проявляют себя в какой-либо области художественного творчества и демонстрируют творческие способности и признаки одаренности.

Еще Л.С. Выготский писал о том, что нежелательно замыкать ребенка с недостатком в развитии в среде, где все приспособлено к его дефекту, все фиксирует его внимание на своем недостатке и не вводит его в настоящую жизнь. Взаимодействие детей с разными возможностями здоровья может включать в себя следующие компоненты:

– воздействие окружающих из числа здоровых детей на личность ребенка с отклонениями, в результате чего последний приобретает жизненный опыт,

межличностное вербально-невербальное общение, преодолевает замкнутость, расширяет знания об окружающем мире;

– активное участие в данном процессе самого ребенка с ограниченными возможностями, в результате чего у него повышается собственная самооценка, стимулируется мотивационно-эмоциональная сфера;

– преобразование окружения из числа здоровых детей, в результате чего у них формируется опыт толерантности, взаимной поддержки, эмпатии.

Говоря о развитии творческих способностей дошкольников, нужно учитывать, что данный процесс невозможно реализовать в полной мере исключительно на занятиях, ведь на это влияет множество факторов.

Творческая деятельность имеет приоритетное значение в жизни детей с ограниченными возможностями здоровья. В процессе творческой деятельности у ребенка усиливается ощущение собственной личностной ценности, значимости для других, возникает чувство внутреннего контроля и порядка, совершенствуются индивидуальные социальные контакты. Кроме этого, творчество помогает справиться с внутренними трудностями, негативными переживаниями, которые кажутся непреодолимыми для ребенка. Дети с ограниченными возможностями здоровья имеют множество ограничений в различных видах деятельности. Они не самостоятельны и нуждаются в постоянном сопровождении взрослого. Они лишены широких контактов, возможности получать опыт от других сверстников, которые есть у обычного ребенка. Их мотивация к различным видам деятельности и возможности приобретения навыков сильно ограничены. Трудности в освоении окружающего мира приводят к возникновению эмоциональных проблем у таких детей (страх, тревожность и т.д.). Это становится серьезным препятствием в развитии ребенка. В связи с этим необходимо знать генезис психических процессов, познавательность их формирования, их взаимодействие, возрастные этапы и особенности формирования высших психических функций, чтобы точно знать, в каком возрасте ребенок должен овладевать теми и другими знаниями и умениями [4].

Работа по развитию творческих способностей у детей с ограниченными возможностями здоровья трудна, но богата развивающими идеями не только для обучающихся, но и для педагога. В работе с детьми ОВЗ особое внимание уделяется релаксационным моментам. Так, для расслабления определенных групп мышц тела, применяют физкультурные минутки, а также психогимнастику.

Значительную роль в развитии творческой деятельности особых детей играет эмоциональное общение. Оно возникает на основе совместных игр и действий, которые сопровождаются приветливой улыбкой и ласковым голосом. Творческая деятельность развивает личность ребенка, чувство прекрасного. Эмоции, чувства и образы вносят яркость и неповторимость в характер эмоционального взаимодействия.

Выдающиеся педагоги М.С. Певзнер, В.А. Сухомлинский, К.Д. Ушинский, К.С. Лебединская, Л.С. Выготский и др. показали, что влияние деятельности на развитие детей зависит от эмоционального отношения к ней. Деятельность, выполняемая с охотой, увлечением мобилизует психические и физические силы организма и способствует их развитию, радует детей, когда им удается решить поставленную задачу, достигнуть намеченную цель, получить хороший результат, радость успеха окрыляет ребенка, положительное отношение к работе. Для детей со сниженным интеллектом это имеет особенно большое значение, так как не интересная монотонная работа способствует тому, что у них пропадает интерес к ней [1].

Для детей с ОВЗ развитие творческих способностей, очень важно, так как способствует реализации себя, участие в творчестве и созидании, приобретение опыта успешности в конкретной области за счет своих способностей и трудолюбия. Ребенок с ОВЗ, участвуя в творческой деятельности, может пройти путь от интереса, через приобретение конкретных навыков, к профессиональному самоопределению, что так же важно для успешной социализации. Развивая творческие способности у детей с ОВЗ, создаем условия для успешной адаптации в социум, равные возможности для дальнейшего существования в нем [3].

Литература

1. Былевская В.Н. Развитие творческих возможностей младших школьников / В.Н. Былевская // Начальная школа. – 1990. – № 5. – 43 с.
2. Галянт И.Г. Организация жизненного пространства детей в условиях инклюзивного образования / И.Г. Галянт: сб. матер. XIV Междун. науч.-практ. конф. – Челябинск: Изд-во ЧГПУ, 2016. – 116 с.
3. Петракова Г.М. Развитие творческих способностей у детей с ограниченными возможностями здоровья / Г.М. Петракова // Образование и воспитание. – 2017. – № 2. – С. 71–73.
4. Тюмасаева З.И. Онтогенетические основы специального (коррекционного) образования детей с ограниченными возможностями здоровья / З.И. Тюмасаева, Н.В. Третьякова // Современные проблемы науки и образования. – 2017. – № 2 (элект. журнал).

Гатауллина Ю.Д., Тюмасаева З.И.

Южно-Уральский государственный гуманитарно-педагогический университет, г. Челябинск, Россия

Профессиональная готовность к здоровьесберегающей деятельности у студентов медицинского колледжа

Аннотация. В статье рассматривается профессиональная готовность к здоровьесберегающей деятельности у студентов медицинского колледжа. Дан анализ основных понятий изучаемой проблемы.

Ключевые слова: профессиональная готовность, здоровьесберегающая деятельность, здоровый образ жизни, студенты-медики.

Gataullina J.D., Tyumaseva Z.I.

South Ural State Humanitarian Pedagogical University, Chelyabinsk, Russia

Professional readiness for health-saving activity the students of medical college

Abstract. In the article the professional readiness for health-saving activity the students of medical college is considered. The analysis of the basic concepts of the studied problem is given.

Keywords: professional readiness, health-saving activity, healthy lifestyle, medical students.

В современных условиях любое образование должно быть нацелено на формирование умственно и физически здорового человека.

Взаимосвязь образования и здоровья отражается во многих документах от международного до регионального уровней. Актуальной является проблема ме-

дико-педагогического всеобуча населения, чтобы произошли коренные изменения в сознании взрослых относительно исключительной ценности собственного здоровья и здоровья их детей. Вот почему студенты медицинского колледжа должны быть готовыми для осуществления здоровьесберегающей деятельности.

Профессиональная готовность к здоровьесберегающей деятельности у студентов медицинского колледжа предполагает формирование у них принципиального нового образа мышления, понимания, что сохранение здорового образа жизни – это базовый, ничем не заменимый компонент общечеловеческой культуры.

Анализ литературы показал, что здоровый образ жизни (ЗОЖ) – образ жизни человека, направленный на профилактику болезней и укрепление здоровья. Это комплексное понятие, включающее в себя множество составляющих. Сюда входят все сферы человеческого существования, начиная с питания и заканчивая эмоциональным настроем. Это способ жизнедеятельности, направленный на полное изменение прежних привычек, касающихся культуры питания, режима физической активности и отдыха. Здоровый образ жизни является предпосылкой для развития разных сторон жизнедеятельности человека, достижения им активного долголетия и полноценного выполнения социальных функций, для активного участия в трудовой, общественной, семейно-бытовой, досуговой формах жизнедеятельности [3, с. 69].

Анализ различных аспектов здоровьесберегающей деятельности проводился многими авторами (Г.В. Валеева, Н.Н. Малярчук, И.Л. Орехова, Т.Ф. Орехова, Н.В. Третьякова, З.И. Тюмасева и др.).

Существует много интерпретаций здоровьесберегающей и образовательной деятельности.

Здоровьесберегающая деятельность образовательного учреждения – это система мероприятий, направленных на сохранение и укрепление здоровья учащихся, включающая:

- создание здоровьесберегающей инфраструктуры образовательного учреждения;

- рациональную организацию образовательного процесса;
- организацию физкультурно-оздоровительной работы;
- просветительно-воспитательную работу с учащимися, направленную на формирование ценности здоровья и здорового образа жизни;
- организацию системы просветительской и методической работы с педагогами,
- медицинскую профилактику и динамическое наблюдение за состоянием здоровья учащихся.

Обучение – самый значимый фактор по продолжительности и по силе воздействия на здоровье обучающихся. Развитие учебного процесса, использование новых технологий обучения привело к значимому росту количества студентов, не способных полностью адаптироваться к нагрузкам. Поэтому каждое учебное заведение, помимо решения общепедагогических задач, должно соотносить учебную нагрузку и методы преподавания, содействовать охране и укреплению здоровья.

Профессиональная готовность студентов к здоровьесберегающей деятельности работе характеризуется пониманием сущности собственной деятельности в этой области, наличием знаний и желанием узнавать новое в области здоровьесбережения.

Развитие современной медицины направленно на улучшение качества и prolongation жизни, а значит на профилактику заболеваний и здоровый образ жизни.

В современных условиях медицинская сфера требует необходимости выстраивания системы здоровьесберегающей деятельности в каждом конкретном учреждении. Необходимость и специфика такой деятельности только начинают осознаваться. Будущее медицины стоит за профилактикой и связывается не только с созданием максимально здоровых, гигиенически обоснованных условий жизни, но и с все большей ориентацией на личность и ее здоровье, а не на болезнь. Здоровье молодого поколения является проблемой государственного значения, так как в недалеком будущем это поколение станет активным и ответственным членом общества.

В настоящее время является необходимым создание системы сохранения, укрепления и формирования здоровья, тем более в учреждениях профессионального медицинского образования.

Медицинская сестра занимается уходом и лечением пациентов. Именно она доносит полную информацию до больных и их родственников о рациональном питании, здоровом образе жизни, исключении вредных привычек, выполнении правил санитарной гигиены.

Поэтому от организации и осуществления профессиональной деятельности медсестры зависит состояние здоровья ее пациентов. Уровень собственного здоровья является важнейшим фактором, обеспечивающим успешность их деятельности. Нездоровая медсестра не может обеспечить тот уровень внимания пациенту, который необходим для эффективной заботы о его здоровье. Не зная норм здорового образа жизни, медицинская сестра не может передать опыт и навыки пациенту, что является одной из главнейших ее задач.

В ЛПУ медсестры работают с максимальной физической нагрузкой.

Наибольшее влияние проведение сестринского процесса оказывает на нервную, сердечно-сосудистую и респираторную системы, на уровень работоспособности и эмоциональное состояние. Энергозатраты медицинских работников при выполнении сестринского процесса должны быть совместимы с постоянно хорошим состоянием их здоровья.

Поэтому, организуемая система охраны здоровья должна, в первую очередь, ориентироваться на нормализацию нервно-психической сферы личности. Это можно сделать, опираясь на современные подходы к формированию культуры здоровья, путем внедрения в сестринский процесс здоровьесберегающих технологий.

Более актуальной является задача формирования потребности в здоровом образе жизни. Стремление к успеху, развитию должно подразумевать ценностное отношение к здоровью.

Отсюда становится очевидной необходимость психофизиологического анализа жизнедеятельности будущих медсестер, изучение их личностных, эмо-

ционально-волевых особенностей. Известно, что существует специфика требований к медицинским кадрам не только на уровне профессиональной медицинской деятельности, но и на уровне значимых личностных качеств.

Готовность к здоровьесберегающей деятельности определяется как личностной составляющей, связанной с установкой на собственный здоровый образ жизни, так и профессиональной составляющей, которая выражается в осознании проблемы, наличии знаний о формировании здоровья и готовности применить их в сестринском процессе [1; 2; 3].

Здоровый образ жизни молодого поколения является залогом здоровья нации в целом. Вот почему так необходима и образовательная, и воспитательная деятельность семьи, колледжа и всего общества по вопросам сохранения и укрепления здоровья. Воспитанию хороших, здоровых привычек у подрастающего поколения будут способствовать возвращению студентов в красоту слова и благородство поступка, воспитание культуры внутреннего мира. Воспитание волевых качеств характера, основ охраны здоровья, правильного отношения к жизненным ценностям, формирование интереса к творческой, познавательной деятельности, создание условий для социального и профессионального обучения, профилактические меры – все это поможет развивать потребность в здоровом образе жизни.

Основная задача педагогов-медиков заключается в подготовке студента к самостоятельной профессиональной жизни, создав все предпосылки для сохранения и укрепления его здоровья. Обеспечивая охрану здоровья наших будущих медиков, формируя у них культуру здоровья, колледж закладывает фундамент благополучия будущих поколений.

Профессиональная готовность студентов-медиков к здоровьесберегающей деятельности заключается не только в понимании сути собственной деятельности в этой области, наличием знаний и желаний познать новое в области здоровьесбережения, но и как использовать эти наработки для формирования своего здорового образа жизни.

С целью изучения готовности будущих медсестер к проведению здоровьесберегающей деятельности нами было проведено анкетирование.

Для исследования была использована авторская, включающая разные вопросы, которые отражают образ жизни студентов-медиков, их интересы и ценности.

В анкетировании принимали участия студенты (от 15 до 20 лет), в количестве 64 человека. Анкетирование показало высокий уровень знаний у студентов здорового образа жизни, у них адекватная оценка своего образа жизни в соответствии с понятиями ЗОЖ. Однако, имеются некоторые разногласия, знания у студентов есть, но на практике они не применяются.

Студенты готовы воспринимать информацию о ЗОЖ, понимают необходимость ее, вполне адекватно оценивают свой образ жизни, но не видят и не чувствуют, что эта информация значима для их здоровья и профессиональной деятельности.

Таким образом, у студентов отмечается позитивное отношение к информации, связанной со здоровьем, высокая личностная ценность здоровья, но недостаточная собственная активность в здоровьесберегающей деятельности, недостаточное понимание роли поведенческого фактора в охране и укреплении здоровья, адекватности оценки своего образа жизни.

Полученные данные позволяют сделать вывод о недостаточно высоком уровне личностной готовности будущих медсестер к здоровьесберегающей деятельности, который проявляется в активном отношении к собственному здоровью, владении здоровьесберегающей информацией, высоким уровнем мотивации к повышению собственной компетенции в этой области.

Литература

1. Валеева Г.В. Психологическая готовность будущих учителей к оздоровительной деятельности / Г.В. Валеева, З.И. Тюмасева. – Челябинск: Изд-во ЗАО «Цицеро», 2014. – 140 с.
2. Тюмасева З.И. Оздоровление детей России как инновационная педагогическая деятельность (в сфере дошкольного образования): монография / З.И. Тюмасева, Е.Г. Кушнина, И.Л. Орехова. – Челябинск: Изд-во ЗАО «Цицеро», 2012. – 299 с.

3. Тюмасева З.И. Проектирование безопасного и здоровьесберегающего пространства «вуз–школа» как условие профессионального становления студентов: монография / З.И. Тюмасева, И.Л. Орехова, Г.В. Валеева, Е.С. Гладкая. – Челябинск: Изд-во ЧГПУ, 2015. – 288 с.

Гладкая Е.С., Чиянова Е.П.

Южно-Уральский государственный гуманитарно-педагогический университет, г. Челябинск, Россия

Мотивация студентов к здоровому образу жизни

Аннотация. Стремление к здоровому образу жизни как потребности субъекта в собственном благополучии должно формироваться с раннего возраста. Подготовка педагогов физической культуры к реализации данного направления должна начинаться с формирования у них устойчивой мотивации и стремления вести здоровый образ жизни, показа и обучения на своем примере и пропаганды его в обществе.

Ключевые слова: здоровый образ жизни, здоровье, студенческий возраст, мотивация к здоровому образу жизни, физическое здоровье, психологическое здоровье.

Gladkaya E.S., Chiyanova E.P.

South Ural State Humanitarian Pedagogical University, Chelyabinsk, Russia

Motivation of students for a healthy lifestyle

Abstract. The desire for a healthy lifestyle as a subject's need for one's own well-being should be formed from an early age. The training of physical education teachers for the implementation of this direction should begin with the formation of a stable motivation and desire to lead a healthy lifestyle, show and learn by their example and promote it in society.

Keywords: healthy lifestyle, health, student age, motivation for a healthy lifestyle, physical health, psychological health.

Современный мир оказывает очень большое давление на людей с разных сторон: общественные отношения, психические нагрузки, техногенные и экологические бедствия. Все эти факторы негативно сказываются на нашем здоровье. Сделать предприятия более экологичными, или, например, разрешить все политические и социальные проблемы – это все больше походит на утопию, но помочь своему организму вполне реально. Ведь изменившись самому, можно изменить и свое окружение.

Здоровье – это состояние полного физического, психологического и социального благополучия, а не только отсутствие болезней. Под физическим здоровьем понимают состояние человека, при котором без каких-либо проблем функционируют все системы и органы жизнеобеспечения. Оно зависит от правильности питания, вредных привычек, наследственных или других заболеваний, нормированного рабочего графика и количества (времени) отдыха, от той среды, в которой человек живет. Психологическое (или духовное) здоровье – это прежде всего гармония между миром внутри человека (мысли и чувства) и окружающим миром (взаимоотношения с обществом, природой) [1].

Очень часто именно из-за духовных проблем человек прибегает к вредным привычкам, которые кажутся «отдушиной», но на самом деле только усугубляют ситуацию. Выход из сложившейся ситуации – здоровый образ жизни общества, который мы понимаем как способ жизнедеятельности, направленный на улучшение физического, психологического и социального благополучия. К его компонентам относятся: правильное и сбалансированное питание, режим дня, двигательная активность, занятия спортом, личная гигиена, психоэмоциональное состояние [1; 2].

Юношеский возраст является индикатором готовности общества к здоровому образу жизни. Готовность противостоять соблазну вредных привычек, безопасное поведение в окружающей социальной и экологической среде обеспечивает социальное и психологическое благополучие субъекта.

С целью исследования мотивации студентов первого курса Высшей школы физической культуры и спорта к здоровому образу жизни, было проведено анкетирование. Анкета содержит вопросы, направленные на изучение стремления молодежи к здоровому образу жизни.

На вопрос о том, что именно понимают студенты под выражением «здоровый образ жизни», 95% респондентов ответили, что это – отказ от вредных привычек (курения, алкоголя, наркотиков), 80% ответили – здоровое питание и занятия спортом, поддержание оптимальной физической формы, 60% выбрали соблюдение режима дня. Ответы студентов показали, что они понимают содержание понятия «здоровый образ жизни».

О том, что можно отнести к выражению «здоровый образ жизни», большинство респондентов (55%), ответили, что это – интерес к информации о здоровом образе жизни, 35% опрошенных отметили регулярное посещение врача с целью профилактики, и 30% анкетированных выбрали умение справляться со своими эмоциями и наличие гармонии с собой и широкого круга интересов, наличие хобби, богатой духовной жизни. Такое распределение ответов настораживает и показывает пассивное отношение молодежи к ведению здорового образа жизни. Это подтверждается также и ответами на следующий вопрос о том, стоит ли придерживаться принципов здорового образа жизни. 55% респондентов ответили, что считают это важным, необходимым, 40% студентов считают важным, но не главным в жизни, и лишь 5% не волнует эта проблема.

Однако субъективная оценка студентами собственного здоровья показала, что 61% студентов оценивают свое здоровье как удовлетворительное, 35% оценивают здоровье как хорошее, а 4% считают его слабым. Тем не менее можно сделать вывод, что большинство студентов-спортсменов не беспокоят проблемы со здоровьем.

Источниками получения информации о здоровом образе жизни являются следующие: 75% получают информацию из интернета, 55% – на учебных занятиях и 30% – из средств массовой информации.

Придерживаться принципов здорового образа жизни студентам (34%) мешает отсутствие у них упорства, воли, настойчивости. Некоторым просто лень менять свой образ мыслей и жизни. Находится множество причин, которые оправдывают их пассивное поведение. Для спортивного факультета такое поведение студентов, призванных пропагандировать здоровый образ жизни, недопустимо, поэтому необходимо активно вовлекать студентов с первого курса в спортивно-массовую работу на уровне университета и общеобразовательных организаций.

Таким образом, чтобы изменить данную ситуацию в положительном направлении, необходимо формировать активную социальную позицию у будущих педагогов физической культуры как мотиваторов и обучающих специалистов, пропагандирующих здоровый образ жизни в обществе.

Литература

1. Валеева Г.В. Психологическая готовность будущих учителей к оздоровительной деятельности / Г.В. Валеева, З.И. Тюмасева. – Челябинск: Изд-во ЗАО «Цицера», 2014. – 140 с.

2. Тюмасева З.И. Проектирование безопасного и здоровьесберегающего пространства «вуз–школа» как условие профессионального становления студентов: монография / З.И. Тюмасева, И.Л. Орехова, Г.В. Валеева, Е.С. Гладкая. – Челябинск: Изд-во ЧГПУ, 2015. – 288 с.

Гладкая Е.С., Шапкина О.А.

Южно-Уральский государственный гуманитарно-педагогический университет, г. Челябинск, Россия

Особенности физической нагрузки у женщин зрелого возраста

Аннотация. Фитнес как наиболее привлекательное направление спортивной тренировки способствует поддержанию организма в соответствующей форме и профилактике заболеваний, возникающих в результате гиподинамии. Тьюторское сопровождение здорового образа жизни средствами фитнеса в современных условиях обеспечивает мотивацию и формирование устойчивого интереса к спортивным занятиям у женщин зрелого возраста.

Ключевые слова: тьюторское сопровождение, фитнес, возрастные особенности, физическая подготовка, двигательная активность, гиподинамия.

Gladkaya E.S., Shapkina O.A.

South Ural State Humanitarian-Pedagogical University, Chelyabinsk, Russia

Peculiarities of physical load in women of mature age

Abstract. Fitness as the most attractive direction of sports training helps maintain the body in an appropriate form and prevent diseases caused by hypodynamia. Tutor support of a healthy way of life by means of fitness in modern conditions provides motivation and formation of steady interest to sports employment at women of mature age.

Keywords: tutors support, fitness, age features, physical preparation, motor activity, hypodynamia.

Проблема оздоровления населения в современных экологических и социальных условиях не теряет свою актуальность и в настоящее время. Физическая активность как одно из направлений здорового образа жизни приводит не только к эстетической удовлетворенности человека своим телом, но и способствует снижению риска ряда заболеваний, вызванных гиподинамией. Если детей при-

влекают к занятиям физической культурой на соответствующих уроках и в спортивных секциях, то взрослое население часто не стремится к спортивным занятиям, ссылаясь на неосведомленность, возраст, занятость и другие причины. Поэтому возникает необходимость в поиске новых форм взаимодействия с субъектами по вовлечению и сопровождению их в физической подготовке. Тьюторское сопровождение здорового образа жизни субъектов в зрелом возрасте, в частности женщин, на современном этапе становится наиболее актуальным.

Зрелый период (35–55 лет) характеризуется у женщин как наиболее важный, так как является переломным не только в возрастном и репродуктивном аспектах, но и в показателях функционального состояния, а также их физической активности. В ряду факторов сохранения и укрепления здоровья женщин в данный период жизни специалисты справедливо отмечают физическую культуру как средство повышения двигательной активности реализации и становления двигательного потенциала. Занятия физическими упражнениями стимулируют потенциальные ресурсы организма женщин и задерживают негативные возрастные изменения. Регулярные занятия физическими упражнениями в этом возрасте повышают работоспособность, уменьшают утомляемость, улучшают ночной сон, способствуют уменьшению массы тела, уровня холестерина в крови. Мышечная деятельность повышает обмен веществ, задерживает атрофию мышечной системы. Самыми эффективными являются непродолжительные скоростные нагрузки, выполняемые в условиях умеренной эмоциональной насыщенности. Эффективные занятия физической культурой в этот период позволяют продолжительное время сохранять функциональные возможности женщин на высоком уровне и создают надежные условия для формирования у них устойчивых мотивов и потребностей в физической активности на протяжении последующих лет жизни.

Применение технологий тьюторского сопровождения женщин зрелого возраста на занятиях фитнесом определяется тем, что данный вид спорта является привлекательным для данной категории занимающихся. Физическая ак-

тивность позволяет поддерживать себя в красивой физической форме, укреплять и сохранять здоровье, быть уверенной в себе, а значит вести полноценный образ жизни, находиться в гармонии с собой и окружающей средой.

На начальном этапе тьюторского сопровождения осуществляется поиск таких форм занятий физическими упражнениями, которые не только обеспечивали бы положительное влияние на здоровье человека, повышение работоспособности, разностороннее развитие двигательных качеств и психических свойств, но были бы привлекательными, соответствовали интересам и потребностям занимающихся.

В настоящее время в сфере физкультурно-оздоровительных услуг существует очень много самых разнообразных авторских программ по спортивной подготовке. Поэтому существует проблема подбора соответствующих методов педагогического контроля и рационального подбора занятий с учетом интересов женщин, их состояния, уровня здоровья и физических возможностей. В спортивной практике наиболее популярной формой оздоровительных занятий для женщин зрелого возраста являются методики, пришедшие с Запада: аэробика, шейпинг, стрейчинг, калланетика и многие другие виды.

Однако главная цель многочисленных методик сводится к поднятию настроения, формированию красивой формы тела, а также оздоровлению организма в основном за счет уменьшения веса тела и нагрузки на сердечно-сосудистую и дыхательную системы. Но эти методики не всегда учитывают особенности организмов женщин зрелого возраста, поэтому занимающиеся нуждаются в использовании специальных оздоровительных упражнений, направленных на профилактику развивающихся у них заболеваний.

На проектировочном этапе происходит разработка программы тренировки, сочетающей в себе эффективность групповых и индивидуальных занятий. На индивидуальных занятиях применяются оздоровительные и общеукрепляющие упражнения, соответствующие возрасту, физическим и психическим особенностям занимающихся. Физическая подготовленность включает в себя следующие элементы: подготовленность, состояние сердечно-сосудистой сис-

темы, гибкость, мышечная выносливость, сила, мощность, развитость чувства равновесия, координация движений, реакция, быстрота, соотношение мышечной и жировой тканей в организме.

При планировании также необходимо учитывать, что фитнес как оздоровительная методика включает в себя физические тренировки в сочетании с правильно подобранной диетой. Упражнения и диета подбираются индивидуально в зависимости от противопоказаний, возраста, состояния здоровья, строения и особенностей фигуры.

Для контроля эффективности тренировочного процесса занимающиеся ведут спортивные дневники, в которых фиксируют уровень физической нагрузки и питание. Функция данных дневников – показать динамику личных спортивных успехов, которые играют роль мотиваторов дальнейшего их совершенствования.

Таким образом, тьюторское сопровождение здоровьесбережения женщин зрелого возраста выступает как необходимое условие мотивации и вовлечения в спортивную деятельность, тем самым способствуя продлению их физической и социальной активности в обществе.

Литература

1. Гладкая Е.С. Технологии тьюторского сопровождения: учеб. пособие / Е.С. Гладкая, З.И. Тюмасева. – Челябинск: Изд-во ЮУрГГПУ, 2017. – 93 с.
2. Ишанова О.В. Комплексная методика занятий оздоровительной аэробикой женщин 25–35-летнего возраста: автореф. дис. ... канд. пед. наук / О.В. Ишанова. – Волгоград, 2008. – 22 с.
3. Романенко Н.И. Содержание физической подготовки женщин 35–45 лет с использованием различных видов фитнеса на основе учета соматотипа: автореф. дис. ... канд. пед. наук / Н.И. Романенко. – Краснодар, 2013. – 24 с.
4. Сиднева Л.В. Оздоровительная аэробика и методика преподавания: учеб. пособие / Л.В. Сиднева, С.А. Гониянц. – М.: Физкультура и спорт, 2000. – 74 с.

Гукасян О.В., Исаевская Е.В., Носова Т.М., Колыванова Л.А.

Самарский государственный социально-педагогический университет,
г. Самара, Россия

Практико-ориентированная деятельность как средство формирования экологической культуры учащихся с ограниченными возможностями здоровья

Аннотация. Статья посвящена практико-ориентированной деятельности учащихся с ограниченными возможностями здоровья как средству формирования у них экологической культуры в условиях изучения биологии.

Ключевые слова: практико-ориентированная деятельность, экологическая культура, учащиеся с ограниченными возможностями здоровья.

Ghukasyan O.V., Isaevskaya E.V., Nosova T.M., Kolyvanova L.A.

Samara state social and pedagogical University, Samara, Russia

Practice-oriented activity as a means of formation of ecological culture of students with disabilities

Abstract. The article is devoted to the practice-oriented activity of students with disabilities as a means of forming their ecological culture in the study of biology.

Keywords: practice-oriented activities, environmental culture, students with disabilities.

С 1 сентября 2016 года в Российской Федерации был утвержден Федеральный государственный образовательный стандарт начального общего образования (ФГОС НОО) для обучения детей с ограниченными возможностями здоровья (глухих, слабослышащих, слепых, слабовидящих, с нарушениями опорно-двигательного аппарата, задержкой психического развития, тяжелыми нарушениями речи и расстройствами аутистического спектра) и Федеральный государственный образовательный стандарт образования для обучающихся с умственной отсталостью, в которых говорится о том, что вовремя начатое и правильно организованное обучение таких детей позволяет предотвратить или смягчить у них развитие вторичных по своему характеру нарушений. Например, немота является следствием глухоты при отсутствии специального обучения, а нарушение пространственной ориентировки, искаженные представления о мире – вероятным, но вовсе не обязательным следствием слепоты.

Поэтому уровень психического развития обучающихся с ограниченными возможностями здоровья зависит не только от времени возникновения, характера и степени выраженности первичного (биологического) нарушения их развития, но и от качества предшествующего (дошкольного) обучения и воспита-

ния. В этой связи, дети с инвалидностью и ограниченными возможностями здоровья могут реализовать свой потенциал только при условии вовремя начатого и адекватно организованного их обучения и воспитания, что будет способствовать удовлетворению как общих, с нормально развивающимися детьми, так и их особых образовательных потребностей.

Следует отметить, что большинство обучающихся с ограниченными возможностями здоровья испытывают в той или иной степени выраженные затруднения в усвоении учебных программ, обусловленных недостаточными познавательными способностями, специфическими расстройствами психологического развития (школьных навыков, речи и др.), нарушениями в организации деятельности и поведения. Общими для всех обучающихся с ограниченными возможностями здоровья являются в разной степени выраженные психические недостатки (неравномерное становление познавательной деятельности, трудности произвольной саморегуляции и др.). Достаточно часто у таких детей наблюдается нарушения речевой и мелкой ручной моторики, зрительного восприятия и пространственной ориентировки, умственной работоспособности и эмоционального равновесия.

В этой связи биоэкологическое образование детей с особыми образовательными потребностями должно осуществляться с учетом проявления у них интереса к знаниям, потребностью в глубоком их усвоении, развитии инициативы и самостоятельности в работе. Кроме этого, дети с ограниченными возможностями здоровья должны не только овладевать знаниями, умениями и навыками в области биологии, но и развивать свои познавательные способности и творческие силы.

Согласно исследованиям Л.А. Колывановой, Т.М. Носовой, развитию познавательных интересов у детей с ограниченными возможностями здоровья, их биоэкологической грамотности способствует использование различных методов обучения (обзорная лекция, беседы, просмотр видеофильмов и презентаций; экскурсии; работа с лабораторным материалом; моделирование объектов живой природы; конкурсы, викторины, экспресс-опросы, практикумы и др.).

Активность учащихся с ограниченными возможностями здоровья во многом зависит не только от изучаемого материала, но и от внеурочной деятельности по биологии, вызывающей живой у них интерес.

Кроме этого, успешность обучения детей с ограниченными возможностями здоровья зависит от уровня развития у них социальной адаптации, сформированных на этой основе умений устанавливать взаимоотношения с окружающими их людьми.

В процессе обучения учащихся с особыми образовательными потребностями формирование у них экологической культуры строится на единстве коррекционно-развивающей триады «обучение-воспитание-коррекция». При целенаправленном, систематическом проведении учебно-воспитательной работы она является важным фактором развития и коррекции воспитания у детей с ограниченными возможностями здоровья патриотических, духовно-нравственных чувств в отношении к своей малой Родине, а также экологической культуры, эффективное формирование которой осуществляется при выполнении ими умственной и практической деятельности (сравнение событий и явлений, описание экологических проблем, соотношение дат, событий).

По мнению Н.Н. Моисеева, знание законов биоэкологии не определяет направленность деятельности детей. Экологическое образование нельзя свести к преподаванию классической экологии из-за отсутствия в ней механизма превращения научных знаний в определенные отношения, а их – в мотив и цель деятельности, осмысленное соотношение социальных и личностных отношений.

В связи с этим, совершенствование методик экологического образования детей с ограниченными возможностями здоровья заключается в активизации познавательной деятельности учащихся, развития у них мотивации к обучению. Мотивация обучающихся с особыми образовательными потребностями к формированию экологической грамотности заключается в создании педагогических условий для появления у них внутренних побуждений к обучению, осознания дальнейшего саморазвития.

Учитывая психологические особенности учащихся с ограниченными возможностями здоровья, ученые определили три источника формирования у них позитивного отношения к биологии (В.Н. Дружинина, Д.В. Ушакова) [2]:

– перцептивный, формирующий влечение к природным объектам, то есть подбор таких объектов флоры и фауны, которые обладают релизерами (стимулами), вызывающими положительную эмоциональную реакцию у таких детей;

– когнитивный, развивающий интерес у детей к миру природы, характеризующий уровень изменений в мотивации и направленности их познавательной активности, проявляющейся в готовности (более низкий уровень) и стремлении (более высокий) получать и анализировать информацию об объектах окружающей среды;

– практический, способствующий формированию у детей-инвалидов склонности к взаимодействию с природными объектами (натуралистическая деятельность), которое возможно при педагогическом развитии у них мотивации к обучению биологии.

По утверждению С.Д. Дерябо, В.А. Ясвина, данные источники способствуют достижению планируемых результатов экологического воспитания и развития детей с ограниченными возможностями здоровья [1].

Стоит отметить, что одной из особенностей детей с ограниченными возможностями здоровья является склонность их к чувственному познанию окружающего мира, где зрительные образы (сюжетные оценки, повествовательный рассказ, средства наглядности и др.) при изучении нового материала являются одним из основных основ формирования экологической культуры.

По мнению И.В. Цветковой, наиболее эффективной формой экологического просвещения являются игры, позволяющие проводить занятия интересно и эмоционально окрашенной форме.

Для того чтобы игра выступала эффективным способом экологического воспитания нужно соблюдать учителям следующие требования:

- игру следует проводить на природе в соответствии с нормами и правилами поведения;

- игровая деятельность должна давать учащимся с ограниченными возможностями здоровья возможность применять в жизни уже полученные знания в области экологии и стимулировать к усвоению новых;

- содержание игры должно способствовать усвоению знаний, которые формируются в процессе других видов деятельности;

- при подборе игр важно учитывать закономерности развития учащихся.

Педагоги, ученые выделяют следующие виды игр, которые можно использовать на занятиях при обучении учащихся основам экологии: игры-соревнования, дидактические, ролевые, творческие, деловые, игры-путешествия. Среди дидактических игр можно выделить игры-викторины («Отгадай животное», «Угадай слово»), игры с природным материалом «Прекрасная корзина», игры-загадки. Данные игры способствуют проверке, формированию и закреплению правил поведения на природе. Так, целью игры «Верно – неверно» является умение описать, объяснить верное поведение человека по отношению к окружающей среде [4].

Одной из форм внеурочного обучения детей с ограниченными возможностями здоровья является – экскурсия. Экскурсия (от лат. «excursion» – выдвижение) – это форма организации учебного процесса вне школы, направленная на усвоение учебного материала. Она конкретизирует программный материал, расширяет кругозор и углубляет знания учащихся.

Различают следующие виды экскурсий:

- в природу;
- в музеи и на выставки;
- на сельскохозяйственные производства, станции юннатов, опытные станции и др.

Данные экскурсии способствуют ознакомлению учащихся с ограниченными возможностями здоровья с объектами окружающей среды в естественных условиях, что влечет за собой их духовно-нравственное развитие.

Экскурсии на природу подразделяются на следующие группы:

- ознакомление с многообразием органического мира, наблюдения за явлениями природы в разное время года;
- ориентирование на местности, ознакомление с формами земной поверхности, топонимикой, полезными ископаемыми своей местности;
- изучение приспособленности организмов к среде обитания;
- ознакомление с природным богатством своего края и проблемами охраны окружающей среды;
- посещение краеведческих музеев, выставок и др.

Исходя из этого, экскурсии представляют собой способ конкретного изучения природы (объектов и явлений), позволяющий организовать творческую работу, развить наблюдательность у учащихся с особыми образовательными потребностями за объектами окружающей среды. На экскурсиях, как и на практических занятиях, у таких детей формируются навыки самостоятельной работы по изучению родного края.

Экскурсии проводятся в несколько этапов:

1. Подготовительный. Основной задачей является определение маршрута, подбор информации о природных объектах. На данном этапе важно создать у учащихся соответствующее настроение, напомнить правила поведения, раздать задания.

2. Проведение самой экскурсии, во время которой происходит личный контакт учащихся с природными объектами приводящий к лучшему усвоению изучаемого материала. Для этого необходимо выделить детям время для выполнения заданий и отдыха.

3. Послеэкскурсионная работа предполагает анализ увиденного, обобщение результатов проделанной работы, составление отчетов с последующим их обсуждением.

Несомненным достоинством экскурсий является то, что учащиеся с ограниченными возможностями здоровья приобретают навыки культурного поведения в природной среде, знакомятся с экологическим состоянием местности.

Еще одним из способов активизации познавательной деятельности учащихся с ограниченными возможностями здоровья, повышения их мотивации к обучению биологии является использование технологии «Теории решения изобретательных задач» (далее – ТРИЗ).

ТРИЗ-технология была разработана в 1946 году в Баку Генрихом Сауловичем Альтшуллером. Основная цель ее заключалась в развитии фантазии у детей-инвалидов в процессе обучения, понимании происходящих процессов, воспитании качеств творческой личности, способствующих анализу единства и противоречия окружающего мира. ТРИЗ-технология нацелена на активизацию воображения у детей с ограниченными возможностями здоровья, создание творческой обстановки, при которой происходит совместная работа учителя с ними, в результате чего возникает «переживание-действие», создающее у всех участников образовательный процесс эмоциональное отношение к предмету.

В рамках ТРИЗ-технологии формируется правильное отношение детей с ограниченными возможностями здоровья к окружающему миру, их положительное отношение к учебному процессу, безопасное поведение в окружающей среде, развивается самостоятельность, уверенность в своих силах, появляется ощущение возможности справиться с решением поставленных задач.

Основные функции ТРИЗ-технологии:

- решение творческих и изобретательских задач любой сложности и направленности без перебора вариантов;
- развитие качеств творческой личности.

Согласно ТРИЗ, развитие творческого мышления у учащихся с ограниченными возможностями здоровья основано на пяти принципах:

- 1) внимательное отношение к необычным вопросам;
- 2) уважительное отношение к необычным идеям;
- 3) ценностное отношение к творчеству учащихся;
- 4) мотивационное отношение к формированию умений управлять воображением и фантазией;
- 5) педагогическое мастерство разрешения противоречий, возникающих в образовательном процессе [3].

ТРИЗ – технология, осуществляемая с помощью речевых творческих продуктов (лимерики, загадки, метафоры, творческие сочинения по картинам и др.), что способствует лучшему усваиванию детьми с ограниченными возможностями здоровья учебного материала. Однако стоит отметить, что у таких учащихся вызывают некоторые затруднения в описании предметов, составлении рассказов по картинам, использовании в речи средств выразительности русского языка (сравнений, метафор).

Планомерное использование ТРИЗ-технологии позволяет активизировать познавательную деятельность у таких учащихся в процессе повышения у них мотивации к обучению биологии. Уроки, на которых используется ТРИЗ-технология носят ярко выраженный деятельностный характер, так как обучающиеся способны сравнивать, проводить классификацию объектов, выбирать основания и критерии для сравнения экологических понятий, устанавливать причинно-следственные связи с экологическими проблемами, строить логические цепи рассуждений. Кроме этого у них развивается устная и письменная речь, формируются умения четко излагать свои мысли.

Данная технология помогает детям с ограниченными возможностями здоровья формировать способность к саморазвитию и самосовершенствованию, учит планированию и прогнозированию в обучении биологии. В обсуждении изучаемого материала, происходит «изобретение» или открытие знаний, создается ситуация успеха. Учащиеся с особыми образовательными потребностями, овладев мыслительной деятельностью, способны к обучению, что характеризуется высоким познавательным уровнем их активности, самостоятельности, ярко выраженным творческим воображением.

Таким образом, правильная организация биоэкологического образования детей с ограниченными возможностями здоровья является одним из значимых направлений в работе учителя, влияющих на поддержание у таких обучающихся интереса к биологии, формирование экологической культуры.

Литература

1. Дерябо С.Д. Экологическая педагогика и психология / С.Д. Дерябо, В.А. Ясвин. – Ростов н/Д: Изд-во «Феникс», 1996. – 480 с.
2. Колоницкая О.Л. Педагогический потенциал культурологического подхода к высшему профессиональному образованию / О.Л. Колоницкая // Инновационные педагогические технологии: матер. IV Междун. науч. конф. (г. Казань, май 2016 г.). – Казань: Бук, 2016. – С. 146–148.
3. Кремнева Н.А. Развитие творческого мышления младших школьников посредством использования ТРИЗ-технологии во внеурочной деятельности [Электронный ресурс] / Н.А. Кремнева // Науч.-метод. электронный журнал «Концепт». – 2015. – Т. 38. – С. 81–85. – Режим доступа: <https://e-koncept.ru/2015/45124.htm> (дата обращения: 08.02.2017).
4. Лихачев Б.Т. Экология личности / Б.Т. Лихачев // Педагогика. – 1993. – № 2. – С. 19–23.

Деркач Н.А.

МАДОУ ДС № 213, г. Челябинск, Россия

Использование биоэнергопластики как средства развития речи детей с речевой патологией

Аннотация. В данной статье рассматриваются возможности внедрения биоэнергопластики в логопедический процесс дошкольной образовательной организации, проведение коррекции сложных нарушений звукопроизносительной стороны, профилактики вторичных нарушений речевого развития детей дошкольного возраста.

Ключевые слова: биоэнергопластика, коррекция, звукопроизносительная сторона речи, нарушение речевого развития.

Derkach N.A.

MADOU DS No 213, Chelyabinsk, Russia

Use of bioenergoplastics as a means of developing speech of children with speech pathology

Abstract. In this article, the possibilities of integrating bioenergetics into the speech therapy process of the pre-school educational organization, correcting complex violations of the soundproofing side, preventing secondary disorders of the speech development of children of preschool age are considered.

Keywords: bioenergoplastics, correction, sound-bearing side of speech, speech development disorder.

Образовательная область «Речевое развитие – одно из направлений обновленного содержания дошкольного образования в соответствии с требованиями Федерального государственного образовательного стандарта дошкольного образования, которое включает владение речью как средством общения и культуры; обогащение активного словаря; развитие связной, грамматически правильной диалогической и монологической речи; формирование звуковой аналитико – синтетической активности как предпосылки обучения грамоте [2, с. 7].

В настоящее время число речевых нарушений растет, а значит, все большему числу детей требуется коррекционная логопедическая помощь. Отмечается зависимость движений руки, органов артикуляции и активизации интеллектуальной речевой деятельности детей. Чем выше двигательная активность ребенка, тем лучше развивается его речь.

На взаимосвязь общей и речевой моторики указывали И.П. Павлов, А.А. Леонтьев, А.Р. Лурия. В.А. Сухомлинский отмечал: «Чем больше уверенности в движении детской руки, тем ярче речь ребенка» [3, с. 13].

Формирование движений происходит при участии речи. Точное, динамическое выполнение упражнений для ног, туловища, рук, головы подготавливает совершенствование движений артикуляционных органов: губ, языка, нижней челюсти. Для формирования необходимых и полноценных артикуляционных укладов, используется артикуляционная гимнастика, выполнение которой укрепляет мышцы речевого аппарата, при этом движения языка, губ становятся точными, сильными, уверенными.

К сожалению, ежедневные занятия гимнастикой снижают интерес детей, уменьшают результативность коррекционного процесса. Возникает необходимость поиска нетрадиционных методов коррекционного воздействия, способствующих повышению эффективности работы. Мы обратились к инновационной технике выполнения артикуляционной гимнастики - биоэнергопластике. Автором данной методики является кандидат педагогических наук - Курис Ирина Викторовна.

Биоэнергопластика – это соединение движений артикуляционного аппарата с движениями кисти рук. Движения тела, совместные движения руки и артикуляционного аппарата помогают активизировать естественное распределение биоэнергии в организме. Это оказывает чрезвычайно благотворное влияние на активизацию интеллектуальной деятельности детей, развивает координацию движений и мелкую моторику [1, с. 23–25].

По мнению И.В. Курис преимущества биоэнергопластики состоят в следующем:

- оптимизирует психологическую базу речи;
- улучшает моторные возможности ребенка;
- способствует коррекции звукопроизношения, фонематических процессов;
- синхронизирует работу над речевой и мелкой моторикой, сокращает время занятий, усиливает их результативность;
- позволяет быстро убрать зрительную опору и перейти к выполнению упражнений по ощущениям.

Внедрение игр и упражнений с использованием метода биоэнергопластики на коррекционных занятиях с детьми дошкольного возраста предусматривает несколько этапов:

- диагностический;
- подготовительный;
- основной;
- заключительный.

Организации работы на диагностическом этапе включает в себя обследование строения и подвижности органов артикуляции, подбор комплекса артикуляционных упражнений.

На подготовительном этапе происходит ознакомление ребенка с артикуляционными упражнениями и сопровождение их движениями ведущей руки.

В процессе основной работы ребенок выполняет артикуляционные упражнения, сопровождая их движением кисти одной руки, подключая к показу вторую руку.

На заключительном этапе коррекционной работы ребенок самостоятельно выполняет артикуляционные упражнения с одновременными движениями обеих рук, которые имитируют движения артикуляционного аппарата.

Гимнастику с использованием элементов биоэнергопластики, дошкольники выполняют весь учебный год. Педагог следит за ритмичным выполнением упражнений, применяя счет и стихотворное сопровождение. В конце учебного года, когда дети уже научились ощущать органы артикуляции, контрастность положений языка, челюстей, губ, направленность выдоха, становится возможным убрать зрительную опору – зеркало.

Примерные тексты, движения рук и органов артикуляции на этапе постановки звука «Р» представлены в таблице и могут быть использованы на коррекционных занятиях.

Артикуляционная гимнастика с элементами биоэнергопластики

№ п/п	Текст, произносит взрослый	Движения рук взрослого	Статическая поза губ и языка
1	Наступило утро, выглянуло солнышко	Пальцы разжать и поднять вверх	Улыбнуться, зубы видны
2	Друзья пошли в лес: топ-топ, топ-топ-топ	Имитировать ходьбу пальчиков в заданном ритме	Язык двигать вверх-вниз, вверх-вниз, вверх-вниз
3	Увидели большое дерево. Вот его ствол	Локти, ладони соединить, пальцы поднять вверх	Язык высунуть и напряженно потянуть к носу
4	Вот его крона	Пальцы чуть согнуть	Язык в форме чашечки
5	На дереве сидит птица: Тук-тук-тук	Постучать кулачком правой руки по раскрытой ладони левой	Улыбнуться, открыть рот и постучать кончиком языка в верхние резцы
6	Раздается чей-то стук	Постучать кулачком левой руки по раскрытой ладони правой	Улыбнуться, открыть рот и постучать кончиком языка в верхние резцы
7	Это дятел на сосне Долбит клювом по коре	Соединить все пальцы правой руки, изображая клюв дятла, левую руку поднять, пальцы развести в стороны, изображая дерево. Пальцами, изображающими клюв, постучать по ладони другой руки	Напряженным кончиком языка постучать в верхние резцы, многократно и отчетливо произнося «д-д-д-д»
8	Идем по лесу дальше	Имитировать ходьбу пальчиков в заданном ритме	Язык двигать вверх-вниз, вверх-вниз, вверх-вниз
9	На поляне растет дикая яблонька. На ней плоды – яблочки	Руки от локтей до запястий свести вместе, кисти сжать в кулаки, большие пальцы поднять вверх	Язык – «чашечкой» с опорой на верхнюю губу
10	Дома сварим из них варенье - вот какое!	Большой палец правой руки поднять кверху – жест одобрения	Улыбнуться и облизать верхнюю губу «вкусное варенье»

11	Соберем их в корзины	Пальцы рук переплести «корзинкой»	Язык – «чашечкой»
12	Тяжело нести корзины. Увидели лошадку и поехали. Гоп-гоп! Гоп-гоп! Гоп	Прохлопать два коротких, один длинный хлопок	Пощелкать кончиком языка, как цокают лошадки
13	Приехали домой	Соединить кончики пальцев («домиком»)	Язык присосать к небу (крыша домика)
14	Радостные и веселые мы стали играть на гармошке: «Громко хлопаем в ладошки, головой слегка качаем, руки сверху поднимаем»	Соединить ладошки вместе. Хлопать в ладоши. Головой кивать вперед. Руки поднять вверх	Улыбнуться, рот открыт. Присосать широкий язык к небу. Не отрывая языка, открывать и закрывать рот
15	Спасибо нашим пальчикам. Спасибо язычку. Красиво, четко, правильно я говорить хочу	Сжимать и разжимать пальцы в кулак	Чередовать положение губ «улыбка» – «забор»

Благодаря использованию нетрадиционной техники биоэнергопластики в работе с детьми по коррекции дефектных звуков у детей-логопатов идет быстрее, эффективнее, так как работающая рука многократно усиливает импульсы, идущие к речевой зоне коры головного мозга от языка. Включение в гимнастику кинезиологических упражнений, синхронизирует работу больших полушарий, улучшает компенсаторные возможности головного мозга, тем самым способствует устранению дефектов.

Литература

1. Бушлякова Р.Г. Артикуляционная гимнастика с биоэнергопластикой / Р.Г. Бушлякова. – М.: Изд-во Детство-Пресс, 2011. – 240 с.
2. Приказ Минобрнауки России от 17.10.2013 № 1155 «Об утверждении федерального государственного образовательного стандарта дошкольного образования». – 2013. – 19 с.
3. Сухомлинский В.А. Родительская педагогика / В.А. Сухомлинский. – СПб.: Родителям о детях, 2017. – 29 с.

Жемагулова А.Ш.

Научный руководитель: Галянт И.Г., кандидат педагогических наук, доцент

Южно-Уральский государственный гуманитарно-педагогический университет, г. Челябинск, Россия

Развитие инициативы и творческих способностей у детей дошкольного возраста на основе взаимодействия со взрослыми и сверстниками

Аннотация. В статье рассматривается проблема развития творческих способностей детей дошкольного возраста. Уделяется особое внимание взаимодей-

ствию детей и родителей, что является значимым в развитии креативности дошкольников.

Ключевые слова: творчество, развитие, инициатива, взаимодействие, семья.

Zhemagulova A.Sh.

Supervisor: Galyant I.G., candidate of pedagogical Sciences, associate Professor South Ural State Humanitarian Pedagogical University, Chelyabinsk, Russia

Development of initiative and creative abilities in preschool children on the basis of interaction with adults and peers

Abstract. The article deals with the problem of development of creative abilities of preschool age on the basis of interaction with adults and peers. The importance of parents in the development of preschool creativity is revealed.

Keywords: creativity, the development of creativity, interaction, family.

Формирование креативности активной личности дошкольника является одной из важнейших задач современной педагогической науки и практики. Одним из направлений психического развития ребенка является развитие различных сторон личности, направленное, прежде всего, на развитие творческих способностей.

Творчество понимается как форма самостоятельной деятельности ребенка, в процессе которой он отступает от привычных и знакомых ему способов проявления окружающего мира, экспериментирует и создает нечто новое для себя и других.

В федеральных и региональных документах отражена необходимость формирования нравственных, творческих, инициативных и грамотных граждан России, осознающих ответственность перед обществом и нацией за настоящее и будущее своей страны. Например, в основе ФГОС ДО лежит «создание условий социальной ситуации развития дошкольников, открывающей возможности ... развития инициативы и творческих способностей ..., сотрудничества со взрослыми и сверстниками в зоне его ближайшего развития» [6].

Более того, в федеральном государственном образовательном стандарте дошкольного образования отмечается, что для успешной реализации программы дошкольного образования необходимо определить психолого-педагогические условия, в том числе «построение образовательного процесса на основе взаимо-

действия взрослых с детьми, ориентированного на интересы и возможности каждого ребенка и учитывающего социальную ситуацию его развития» [6].

Изучая современную социальную ситуацию, влияющую на творческое развитие детей, И.Г. Галянт замечает; что уровень духовной культуры общества лучше всего проявляется в детях. Глядя на ребенка, можно ясно представить микро- и макросистемы, являющиеся для него социально и психологически значимыми: его родителей, социальную среду, в которой он воспитывается и растет, культурно-досуговую среду, формирующую его духовные потребности [2].

Главным институтом воспитания является семья. Важность семьи как института воспитания обусловлена тем, что в ней ребенок находится в течение значительной части своей жизни. Очень важно не упустить сензитивный период для развития способностей к творчеству.

Родители обладают огромными возможностями в развитии креативности дошкольников, именно от совместной работы законных представителей и педагогов зависит дальнейшее развитие творческих способностей ребенка. На это указывали такие ученые как Дж. Гетцельс, В.Н. Дружинин, М.В. Межиева и др. Между тем, результаты развития креативности ребенка могут быть выше, когда семья и дошкольная организация работают в тесном общении т.е. во взаимодействии.

Взаимодействие, по мнению А.Н. Леонтьева, является одной из базисных философских категорий. Этот феномен связи, взаимодействия, перехода, развития разных объектов под влиянием взаимного действия друг на друга, на другие объекты [5].

Работу с родителями многие педагоги считают одну из самых сложных в профессиональной деятельности. Много толерантности и терпимости, желания и готовности нужно обеим сторонам, чтобы это преодолеть ради своего чада, его комфортного состояния в коллективе сверстников [3].

Любые задатки, креативные наклонности, необходимо развивать. Природная тяга к творчеству, требует специальных занятий, которые будут склонять ребенка к созданию нового и помогут ему в дальнейшем более полно раз-

вить свой потенциал. Педагоги в области дошкольного образования подчеркивают необходимость родительского участия в воспитании креативности у детей. Именно от семьи зависит одно из важнейших условий, необходимых для достижения желаемого результата – создание благоприятной для творчества атмосферы. К тому же, из всех взрослых именно с родителями ребенок имеет самую сильную эмоциональную связь, соответственно при правильном подходе, занятия с родителями будут продуктивнее.

Кроме этого важный момент заключается в том, что, в отличие от групповых занятий, внимание родителя сосредоточено на одном ребенке, а не делится между несколькими детьми, поэтому если в процесс включаются оба родителя, ребенок получит более разнообразный творческий опыт. Это связано с тем, что мамы и папы обычно выбирают разные подходы и методы, из-за чего занятия охватывают более широкий спектр упражнений. Успешность творческого процесса будет зависеть от того, насколько органично осуществляется включение ребенка в творческую деятельность соразмерно этапам развития и насколько формы, средства и методы этой деятельности являются адекватными творческим целям и задачам [1; 6].

Таким образом, родители, уделяя большой интерес воспитанию творческих способностей своих детей, получают возможность приобщиться к общему делу и видеть результаты творческой деятельности детей. А также взаимодействие родителей и педагогов позволит эффективно развивать креативность детей в будущем.

Литература

1. Галянт И.Г. Организация художественно-творческой деятельности детей дошкольного возраста / И.Г. Галянт. – Дошкольное воспитание. – 2013. – № 1. – С. 97–100.

2. Галянт И.Г. Принципы художественно-творческого воспитания дошкольников / И.Г. Галянт // Начальная школа: плюс до и после. – 2009. – № 12. – С. 23–30.

3. Гладкова Ю. Педагог и семья. Проблемы взаимодействия / Ю. Гладкова // Дошкольное воспитание. – 2008. – № 4. – С. 103–110.

4. Коротаева Е.В. Педагогика взаимодействий / Е.В. Коротаева. – Екатеринбург, 2008. – 56 с.

5. Леонтьев А.Н. Вопросы психологии ребенка дошкольного возраста / А.Н. Леонтьев, А.В. Запорожец. – М.: Международный Образовательный и Психологический Колледж, 2007. – 144 с.

6. Приказ Министерства образования и науки Российской Федерации № 1155 от 17 октября 2013 года «Об утверждении Федерального государственного образовательного стандарта дошкольного образования».

7. Тюмасева З.И. Дорога в страну чудес. Комплексная программа и руководство по непрерывному эколого-валеологическому образованию в ДОУ, соответствующая «Концепции непрерывного экологического образования в Челябинской области»: учеб.-практ. пособие / З.И. Тюмасева, Е.Г. Кушнина. – Челябинск: Изд-во ЧГПУ, 2000 – 159 с.

Измагилова Р.О.

Научный руководитель: Артеменко Б.А., кандидат биологических наук, доцент

Южно-Уральский государственный гуманитарно-педагогический университет, г. Челябинск, Россия

Роль природной среды в воспитании детей дошкольного возраста

Аннотация. В современном мире дети предоставлены сами себе. Дошкольники знакомятся с природой через книги, картинки, электронные носители, а в живую не имеют возможности. Взрослые не выезжают с ними на природу, не гуляют с ними по паркам и скверам. Раньше времени готовят детей к «взрослой жизни».

Ключевые слова: экологическое воспитание, современные дети, влияние природы, отношение дошкольников, роль природы.

Izmagilova R.O.

Supervisor: Artemenko B.A., candidate of biological Sciences, associate Professor

South Ural State Humanitarian Pedagogical University, Chelyabinsk, Russia

The role of the natural environment in the education of preschool children

Abstract. In the modern world children are left to themselves. Preschoolers get acquainted with nature through books, pictures, electronic media, and live are not possible. Adults do not go with them to nature, do not walk with them in parks and squares. Aheadoftimepreparechildrenfor «adulthood».

Keywords: environmental education, children today, the influence of the nature, the attitude of the preschool, the role of nature.

В настоящее время актуальной становится проблема отчуждения современных детей от природы. Дети чаще всего увлечены телефонами, планшетами и другими электронными средствами.

Это связано с тем, что идет быстрый рост городов и соответственно многие дети живут в искусственной среде. Изо дня в день они видят серые монотонные здания, бегают по асфальту, а не по зеленой траве, дышат выхлопными газами автомобилей и предприятий, видят искусственные цветы в домах и в детских садах.

Во время экспериментированием с песком, глиной и почвой многие дети испытывают страх, для них она не знакома и чужая. Многие воспитатели отмечали, что дети боятся брать в руки «грязь» – за это их наказывали дома. Только после уговоров воспитателя, привыкнув к природному материалу, они начинали с огромным удовольствием возиться с песком и глиной.

Современные дети больших городов реже общаются с животными, чем их сверстники сельской местности. Это объясняется тем, что они гораздо меньше гуляют в парках, дворах домов. Во дворах уменьшилось количество растений и животных, увеличилось количество автомобилей. Многим родителям стало не выгодно держать дома морскую свинку или декоративную птицу из-за постоянной нехватки времени, а ведь общение с животными очень важно для развития эмоциональной сферы ребенка [4]. По наблюдениям воспитателей, у детей, имеющих дома животных, повышается статус в группе. В прошлом веке дети нередко ездили на каникулы в деревню к родственникам, где знакомились с кошками, курами и другой живностью. В настоящее время знакомство с этими животными происходит в основном с электронного носителя или же с книг, картинок, рисунков. В этом нет ничего плохого, если виртуальное общение уравнивается общением с реальной природой. Однако, психологи отмечают, что в лесу, на лугу человек воспринимает природу комплексно: видит, слышит, чувствует запахи. Только такое восприятие эффективно. На вопрос: «Где ты видел животных?» большинство дошкольников отвечают: «По телевизору». Многие городские дети совершенно не представляют связь продуктов

питания с объектами природы. Они действительно уверены, что «булки растут на деревьях», а «молоко бывает только в магазинах». Конечно, не все дети таковы, однако «отчужденных» от природы детей с каждым годом становится больше. Родители ограничивают места прогулок с детьми двором, причем часто недалеко от дома находится сквер, парк или даже лесопарк – великолепные условия для общения с природой, для его познавательного развития. Ребенок все больше времени проводит один за компьютерными играми, телевизором, пока родители работают или заняты своими делами. Электронные игрушки воспитывают у детей равнодушное отношение к природе. Ведь электронного зверька можно забыть покормить, напоить, можно даже его убить и заменить новым. Виртуальных животных дети нередко переносят на реальный мир [5].

Семейные ценности оказывают огромное влияние на формирование отношений ребенка к природе. В прошлые времена большую роль в воспитании ребенка играли бабушки и дедушки, которые приобщали внуков к сельскохозяйственному труду, уходу за культурными растениями. Дети вместе со взрослыми сажали овощи, ягодные культуры, ухаживали за ними, собирали урожай. Сегодня большинство современных родителей крупных городов не включают такой труд в перечень своих ценностей.

Экологическое воспитание – это, прежде всего, общение с природой (в том числе и городской), без этого невозможно воспитать человека, способного жить в гармонии с природой [1; 6]. Восприятие природы помогает развивать такие качества, как жизнерадостность, эмоциональность, чуткое и внимательное отношение ко всему живому. Дошкольники общаются с природой в разное время года. Тем самым дети непосредственно, с помощью органов чувств, воспринимают многообразие природных свойств: форму, величину, звуки, краски, пространственное положение, движение и т.д. Экологическое воспитание дошкольников – это познание живого, которое рядом с ребенком, во взаимодействии со средой обитания и выработка на этой основе правильных форм взаимодействия с ним. У него формируются первоначальные конкретные и яркие представления о природе, которые в дальнейшем помогают ему увидеть и понять свя-

зи и отношения природных явлений, усвоить новые понятия. Важнейшим условием воспитания у детей гуманного отношения к природе является осознание себя как части живой природы. Дошкольнику легче установить сходства, чем найти отличия. Именно эти сходства ведут ребенка к сравнению с собой. Например: животному больно, как и мне, оно двигается, питается, дышит – как и я.

На формирование личности ребенка положительное влияние оказывает труд в природе. Это наиболее доступный для детей вид труда, имеющий осязаемый и значимый результат. Ухаживая за растениями и животными, ребенок проявляет заботу о природе. У дошкольников, которые не имеют подобный опыт, в будущем становятся жестокими и равнодушными ко всему и ко всем. В процессе труда в природе укрепляется здоровье ребенка, происходит развитие его психики. При этом очень важна роль педагога – его умение создать условия, обеспечивающие активность и самостоятельность каждого воспитанника при знакомстве с природой. Детский сад должен стремиться, как можно чаще выводить своих воспитанников в ближайшие зеленые зоны, создавать соответствующие условия на территории детского сада, в группах. К сожалению, иногда и сами дошкольные учреждения способствуют отрыву ребенка от природы, причем из самых лучших побуждений. Идя на поводу у родителей, они стремятся максимально подготовить детей к школе. При такой интенсивной подготовки к «будущей жизни» ребенку некогда жить своей нормальной, естественной для него жизнью: самостоятельно играть, наблюдать за объектами природы, экспериментировать. Ребенок должен развиваться постепенно и гармонично. Еще Я.А. Коменский писал: «Учить надо так, чтобы люди, насколько это возможно, приобретали знания не из книг, а из неба и земли, дубов и буков, то есть знали и изучали сами вещи, а не чужие только наблюдения и свидетельства о вещах».

Общение с природой и животными необходимо и полезно для детей. Домашнее животное создает атмосферу спокойствия, тепла, дает ощущения постоянства. Собака или кот станет хорошим другом для единственного ребенка в семье. Собака дает ребенку ощущения защищенности. С ней не страшно на

прогулке, дома, если взрослые отсутствуют. Ласковая кошка своим мурлыканьем может успокоить или отвлечь внимание, если ребенок чем-то расстроен или находится в состоянии стресса. Домашние питомцы воспитывают у детей чувство ответственности. Это чувство не передается генетически, оно должно воспитываться. У взрослых не всегда хватает времени на заботу о животных, поэтому это дело надо поручить детям. Они в этой ситуации будут чувствовать себя взрослыми, так как от них зависит жизнь питомцев. Кроме того, животные могут нести терапевтическое воздействие на ребенка. К примеру, постоянное общение с домашними животными с юных лет позволяет постичь навыки невербального общения и развивает интуитивное постижение мира. Исследования доказывают, что уровень агрессивности и конфликтности у детей, имеющих домашних животных в два раза ниже, чем у детей, не имеющих домашних питомцев.

Животное – прекрасное средство развитие сенсорики. Они дают почву для развития логического мышления у детей. Также стимулируют множество различных видов деятельности: наблюдение и игру, труд, творчество, соревновательный процесс. В результате у ребенка формируется здоровая любознательность, он учится быть наблюдательным, у него развивается фантазия.

Таким образом, природа – это физическая, материальная и духовная жизнь для человека. Природа является основой эстетического аспекта нашей духовной жизни. Красота форм, гармония красок и звуков, их ритмические узоры с глубокой древности и по нынешний день неизбежно в будущем имеют первичный источник природы.

Литература

1. Каменева Л.А. Методика ознакомления с природой в детском саду / Л.А. Каменева, Н.Н. Кондратьева, Л.М. Маневцова [и др.]; под ред. П.Г. Саморуковой. – М.: Просвещение, 1991. – 240 с.

2. Общение с животными необходимо и полезно для детей [Электронный ресурс] // Мой малыш: родительский портал. – URL: <http://mojmalysh.ru/?p=2806> (дата обращения: 24.03.2018).

3. Поданева Н.И. Влияние животных на психику ребенка [Электронный ресурс] / Н.И. Поданева. – URL: <https://oktjabr.schools.by/pages/vlijanie-zhivotnyh-na-psihiku-rebenka> (дата обращения: 24.03.2018).

4. Рыжова Н.А. Ребенок и природа: что изменилось? [Электронный ресурс] / Н.А. Рыжова // матер. Интернет-конф. «Современные дети – какие они?» (15 декабря 2009 – 25 января 2010 гг.). – URL: <http://www.pandia.ru/text/78/119/41603.php> (дата обращения: 24.03.2018).

5. Самойлова С.В. Современные дети и природа [Электронный ресурс] / С.В. Самойлова // Планета детства: интернет журнал. – URL: <http://planetadetstva.net/vospitatelam/pedsovet/sovremennye-deti-i-priroda-konsultaciya-dlya-vospitatelej.html> (дата обращения: 24.03.2018).

6. Тюмасева З.И. Дорога в страну чудес. Комплексная программа и руководство по непрерывному эколого-валеологическому образованию в ДОУ, соответствующая «Концепции непрерывного экологического образования в Челябинской области»: учеб. пособие / З.И. Тюмасева, Е.Г. Кушнина. – Челябинск: Изд-во ЧГПУ, 2000. – 159 с.

Ишметова А.В.

Научный руководитель: Галянт И.Г., кандидат педагогических наук, доцент

Южно-Уральский государственный гуманитарно-педагогический университет, г. Челябинск, Россия

Арт-терапевтические возможности музыки в процессе развития детей

Аннотация. Данная статья освещает проблемы влияния музыки на беременность и развитие плода. Рассматриваются вопросы, связанные с терапевтическим эффектом музыкальных произведений на процесс развития плода и младенца.

Ключевые слова: беременность, арт-терапия, музыка, развитие.

Ishmetova A.V.

Supervisor: Galyant I.G., candidate of pedagogical Sciences, associate Professor South Ural State Humanitarian Pedagogical University, Chelyabinsk, Russia

Art-therapeutic possibilities of music in the development of children

Abstract. This article highlights the problems of the influence of music on pregnancy and fetal development. Questions related to the therapeutic effect of musical works on the development of the fetus and the baby are considered.

Keywords: pregnancy, art therapy, music, development.

Музыка обладает удивительными лечебными свойствами, она способна излечить человека от разных заболеваний. Великий древнегреческий мыслитель Пифагор в VI в. до н.э. применял музыку в лечебных целях. Он говорил о том, что здоровая душа требует здорового тела, а они в свою очередь требуют посто-

янного воздействия и сосредоточения на себе [5, с. 76–78]. Российский музыкотерапевт С.В. Шушарджан утверждает, что понятие «музыкотерапия» имеет греко-латинское происхождение и означает «исцеление музыкой». Тогда какое же влияние может оказать музыка на развитие плода во время беременности?

Женщина на протяжении всей беременности должна испытывать только положительные эмоции, она не должна чувствовать волнение и страх. В этом случае специалисты рекомендуют слушать музыку во время беременности, потому что именно она оказывает благотворное влияние на внутриутробное развитие малыша. Минздрав России в 1995 году одобрил разработанную систему музыкального воздействия на ребенка и его маму, в которой имеется музыкотерапия. Музыковед В.В. Медушевский выделил, что музыкальная терапия – это контролируемое использование музыки в лечении, реабилитации, образовании и воспитании детей и взрослых, страдающих от соматических и психологических заболеваний [2, с. 254].

Малыш начинает слышать звуки с 16 недели. К этому времени он уже хорошо знает голос своей мамы, самый знакомый и родной голос, который его окружает и успокаивает. При выборе музыки можно следовать личным предпочтениям и выбирать музыку, которая принесет удовольствие маме и понравится ребенку. Также беременной женщине рекомендуется слушать классические произведения. Прослушивая их, у плода лучше развивается система дыхания, сердечно-сосудистая система, нервная система и пищеварение. Для того чтобы уменьшить тревогу помогут композиции Ф. Шопена, И. Штрауса; для улучшения сна и при бессоннице – П.И. Чайковского, Р. Шумана; успокаивающе действуют на плод произведения Л. ван Бетховена, И. Брамса, Ф. Шуберта, для поднятия настроения можно послушать Шестую Симфонию (П.И. Чайковский), Времена года (А. Вивальди), Увертюру Эдмонда (Л. ван Бетховен). Звуки природы: шум дождя, моря, пение птиц, также могут понравиться малышам.

На 19-ой недели развития плод начинает различать звуки, поэтому спокойная музыка, которую будет слушать будущая мама способствует лучшему развитию после его рождения. На практике выявлено, что дети, мамы которых

слушали музыку во время беременности опережают в своем развитии. С первых дней жизни ребенок выражает голосом свои эмоции, потом подстраивает свой лепет под интонации и ритм взрослого. В это время нужно обращать внимание на умение малыша слушать звуки природы, интонации голоса матери, побуждать к звукоподражанию животным и птицам. Взрослые должны использовать в своей речи детский фольклор: будилки, дразнилки, пестушки, потешки, которые ребенок будет усваивать на подсознательном уровне [1, с. 64–79].

Французский акушер Мишель Оден в своей клинике образовывал хоры акапелла из будущих мам. Для них разработали специальные вокальные упражнения. В результате появились спокойные и крепкие дети. Музыкальные терапевты отмечают пользу пения, потому что орган слуха получает тренировку и стимулирует мозг [4].

Интересно, что в Харьковской филармонии проводят концерты под названием «Эффект Моцарта», который основывается на благотворном влиянии на беременных женщин классической музыки. Музыканты провели уже более девяти концертов, на которых они исполняли знаменитые произведения А. Вивальди, Й. Гайдна, В.А. Моцарта. Программу для каждого концерта составляли сами музыканты совместно с медиками, при этом специалисты рекомендовали не включать в программу концертов произведения немецкого композитора И.С. Баха, потому что были выявлены негативные реакции младенцев в утробе на симфонию И.С. Баха [3].

Во время беременности не рекомендуется слушать женщинам громкую музыку. Звуки превышающие 90 децибел могут нанести вред плоду, она вызовет беспокойство у малыша, он начнет активно двигаться. При прослушивании рок музыки у ребенка учащается дыхание, усиливается сердцебиение, она может испугать и доставить дискомфорт малышу. Тиннитус может послужить реакцией на продолжительное звуковое воздействие. Признаки характеризующие такое состояние: звон в ушах, заметное снижение слуха, быстрая утомляемость, головокружение, потеря ориентации в пространстве.

Продолжительность звукового воздействия повышенной интенсивности с уровнем в 90-100 децибел может вызвать частичную или существенную потерю слуха. Если беременная женщина будет часто ходить на громкие концерты, то будет высоким риск патологических изменений сердечно-сосудистой и нервной систем у плода. Благотворное воздействие на малыша окажет уровень звука, не превышающей 35 децибел. При резких звуках наблюдается сужение кровеносных сосудов и подвывих шейных позвонков.

Расширяя музыкальные предпочтения женщина знакомит своего еще не родившегося малыша с чудесным творением, с музыкой. Поэтому очень важно хотя бы 30 мин в день лечь в удобную позу и послушать классические произведения искусства.

Швейцарский врач и инженер Гансу Дженни объяснил и показал, как звуки могут воздействовать на предметы. Он проводил опыты с кристаллами, жидкими газами при участии электрических импульсов и вибраций и обнаружил, что именно звуковые вибрации создают незавершенные, постоянно меняющиеся геометрические фигуры. Нетрудно представить себе, насколько заметно воздействие звука на клетки, органы и ткани живого организма. Вибрация звуков создает энергетические поля, производящие резонанс и движение в окружающем пространстве. Мы поглощаем энергию, и она меняет ритм нашего дыхания, пульс, кровяное давление, напряжение мышц, температуру кожи и так далее. Открытия Г. Дженни помогают понять, каким образом музыка меняет наше настроение, состояние и даже форму органов.

В заключении хочется сказать, что ученые не раз отмечали и доказывали благоприятное воздействие классической музыки на развитие плода, что она приносит пользу не только малышу, а также его маме. Музыка способна благоприятно воздействовать на психоэмоциональное развитие ребенка, по мнению специалистов. Поэтому важно находить время, для того чтобы просто расслабиться и насладиться спокойной музыкой вместе со своим будущим малышом.

Литература

1. Галянт И.Г. Пути художественно-эстетического развития детей дошкольного возраста в соответствии с ФГОС / И.Г. Галянт // Вестник ЧГПУ. – 2015. – № 2. – С. 64–79.
2. Медушевский В.В. О закономерностях и средствах художественного воздействия музыки / В.В. Медушевский. – М.: Музыка, 1976. – 254 с.
3. Арттерапия и беременность [Электронный ресурс]. – URL: <http://mama.us/art-terapiya-dlya-beremennyih-8236/> (дата обращения: 23.03.2018).
4. Музыкальная терапия для будущих мам [Электронный ресурс]. – URL: www.vokrugsveta.ru/.../490/ (дата обращения: 23.03.2018).
5. Тюмасева З.И. Целительные силы природы и здоровье человека / З.И. Тюмасева, Д.П. Гольнева. – Челябинск: Взгляд, 2003. – 216 с.

Ишмухаметова С.М., Тюмасева З.И.

Южно-Уральский государственный гуманитарно-педагогический университет, г. Челябинск, Россия

Здоровьеориентирование как базовый концепт в системе подготовки будущих педагогов

Аннотация. В статье рассматривается базовый концепт готовности будущих педагогов к здоровьесориентированной деятельности. Показана необходимость научного обоснования ключевых понятий исследования.

Ключевые слова: подготовленность, подготовка будущих педагогов, здоровьесориентированная деятельность.

Ishmukhametova S.M., Tyumaseva Z.I.

South Ural State Humanitarian Pedagogical University, Chelyabinsk, Russia

Health Orientation as a basic concept in the system of training future teachers

Abstract. The article considers the basic concept of the readiness of future teachers for medically oriented activities. The necessity of scientific substantiation of key research concepts is shown.

Keywords: preparedness, training of future teachers, health-oriented activities.

Ведущим звеном в механизме модернизации российского образования является педагог. Только здоровый педагог может воспитать здоровых детей [1; 4; 5]. В этой связи возрастает осознание педагогического сообщества в необходимости подготовки нового учителя с мотивацией на здоровый образ жизни и умением осуществлять здоровьесориентированное обучение школьников.

Говоря о проблеме подготовленности будущих педагогов к здоровьесориентированной деятельности, возникла потребность в обосновании и раскрытии содержания ключевого концепта.

Считаем необходимым более подробно рассмотреть такие понятия, как «подготовка», «подготовленность будущих педагогов», «оздоровительная деятельность со школьниками», «здоровьесориентирование».

Это обусловлено тем, что многие из них относятся к неустановившимся понятиям, в том смысле, что разные исследователи дают разные интерпретации, иногда используют различные термины для обозначения одного и того же явления или одним и тем же термином обозначают различные понятия. Анализ современной научной психолого-педагогической литературы позволяет идентифицировать понятие, необходимые в нашем исследовании. Рассмотрим базовые понятия нашего исследования: «подготовленность», «подготовка будущих педагогов».

Понятие «подготовленность» имеет широкое распространение, синонимически совпадает с понятием «готовность», «подготовка». Уточним эти понятия в соответствии толковым словарем:

- «готовность» трактуется как законченность, окончательный результат, либо как согласие, желание делать что-либо;
- «подготовка», означает какое-либо действие, либо запас каких-либо знаний, полученных во время обучения;
- «подготовленность» означает степень выучки, готовности к чему-либо.

Родо-видовой анализ понятий, позволил нам трактовать «готовность» – как результат подготовки, «подготовку» – как собственный процесс, а «подготовленность» – как степень выучки.

Подготовка будущих педагогов включает в себя формирование профессиональной направленности и личностных качеств (Ф.Н. Гоноболин, В.А. Сластенин, А.И. Щербаков и др.), специальных педагогических способностей и конкретных педагогических умений (Н.В. Кузьмина, В.А. Крутецкий, А.К. Маркова, Л.И. Пономарева, З.И. Тюмасева и др.) [2; 4; 7].

Итак, под профессиональной подготовкой будущих педагогов следует понимать процесс формирования у студентов, обучающихся в педагогическом вузе, профессиональной подготовленности, то есть регламентированной степени выучки и, соответственно, готовности как устойчивого мотивированного желания выполнять свой долг педагога.

Рассматривая труды современных отечественных и зарубежных ученых по вопросам здоровья, здоровьесбережения, здоровьетворящего образования и др., мы остановились на основных понятиях исследуемой проблемы: «здоровье», «здоровый образ жизни», «здоровьесбережение», «здоровьетворение» и «здоровьеориентированное обучение».

Анализируя многочисленные дефиниции понятия «здоровья», мы придерживаемся мнения З.И. Тюмасевой, что здоровье имеет интегрированное определение. Если говорить о человеке как динамической самоорганизующейся системе, то здоровье человека – это динамическое равновесие эндогомеостаза и экзогомеостаза этой системы [4, с. 32] или равновесие между адаптационными возможностями организма и постоянно меняющимися условиями среды [1, с. 19].

С этим понятием теснейшим образом связано понятие «здоровый образ жизни», который понимается как укрепляющие адаптивные возможности организма человека, способствующие полноценному выполнению им социальных функций и достаточно активного долголетия.

Здоровый образ жизни включает в себя благоприятные условия жизнедеятельности человека, уровень его культуры и гигиенических навыков, позволяющих сохранять и укреплять здоровье, предупреждать развитие его нарушений и поддерживать оптимальное качество жизни [5, с. 71].

Чтобы преодолеть «здоровьеразрушительное» влияние многих объективных факторов образовательного процесса в школе, Т.Ф. Орехова [3, с. 135] вводит и обосновывает понятие «здоровьетворящее образование», которое понимается как целенаправленно организованный педагогический процесс, обеспечивающий становление здоровья учащихся и учителей в условиях их взаимодействия в течение каждого учебного дня. Организация здоровьетворящего об-

разования обеспечивается включением его субъектов в активное творение собственного здоровья.

Данный подход требует кардинального изменения системы организации целостного педагогического процесса. В настоящее время при внедрении новых федеральных государственных образовательных стандартов бакалавров и магистрантов требуются иные подходы к подготовке педагогов к здоровьесориентированному обучению школьников. В образовательных программах разных профилей бакалавров должна выстраиваться сквозная здоровьесориентированная составляющая, базовым модулем которой являются медико-биологические дисциплины, которые включены во все учебные планы педагогического вуза.

На наш взгляд «здоровьесориентированное обучение» представляется наиболее удачным при современной организации образовательного процесса.

Понятие «ориентирование» означает оценивание ситуации вокруг себя и принятия решения в этой ситуации, а именно ориентирование в учебе.

В педагогической литературе встречается ряд дефиниций «здоровьесориентированной деятельности» [2]. В.Н. Ирхин отмечает, что здоровьесориентированная деятельность в условиях учреждения направлена на реализацию генеральной цели образования: воспитание, обучение и развитие обучаемого в соответствии с целостным пониманием здоровья (в единстве физического, психического и социального его компонентов).

Наиболее вариабельным является понятие «обучение». Под обучением (в широком смысле слова) понимается целенаправленное и организационное взаимодействие субъектов процесса, ведущего к усвоению обучаемым социального опыта. Под социальным опытом чаще всего понимают совокупность знаний, навыков, различные виды и способы деятельности, а также опыт эмоционально-ценностных отношений [6, с. 44].

Таким образом, родо-видовой анализ понятий «здоровье», «ориентирование», «обучение» позволил нам выявить сущность и содержание понятия «здоровьесориентированное обучение школьников».

В связи с этим «здоровьеориентированное обучение школьников» следует понимать как целенаправленное и организованное взаимодействие педагога и школьника, направленное на оптимальное усвоение знаний, навыков, овладение различными видами и способами деятельности, формирование эмоционально-ценностных отношений и установление равновесия между адаптационными возможностями организма и постоянно меняющимися условиями образовательной среды.

«Здоровьеориентированное обучение школьников» следует понимать как целенаправленное и организованное взаимодействие педагога и школьника, направленное на оптимальное условие знаний, навыков, овладение различными видами и способами деятельности, формирование эмоционально-ценностных отношений и установление равновесия между адаптационными возможностями организма и постоянно меняющимися условиями образовательной среды.

Литература

1. Абаскалова Н.П. Проблема сохранения и укрепления здоровья педагогов / Н.П. Абаскалова // матер. Республиканской с междун. участием науч.-практ. конф. «Мониторинг здоровья и физической подготовленности молодежи». – Новосибирск, 2009. – С. 6–9.

2. Валеева Г.В. Психологическая готовность будущих учителей к оздоровительной деятельности / Г.В. Валеева, З.И. Тюмасева. – Челябинск: Изд-во ЗАО «Цицеро», 2014. – 140 с.

3. Здравомыслов А.Г. Потребности, интересы, ценности / А.Г. Здравомыслов. – М.: Просвещение, 1986. – 160 с.

4. Пономарева Л.И. Концептуальные основы эколого-валеологической подготовки педагогов дошкольного образования: монография / Л.И. Пономарева, З.И. Тюмасева. – СПб.: Изд-во МАНПИ «АСТЕРИОН», 2008. – 197 с.

5. Тюмасева З.И. Оздоровление детей России как инновационная педагогическая деятельность (в сфере дошкольного образования): монография / З.И. Тюмасева, Е.Г. Кушнина, И.Л. Орехова. – Челябинск: Изд-во ЗАО «Цицеро», 2012. – 299 с.

6. Тюмасева З.И. Концепция непрерывного экологического образования в Челябинской области 2-е изд./ З.И. Тюмасева, Ю.С. Смирнов, В.И. Павлова, А.А. Цыганков и др. – Челябинск: ЧГПУ, 2001. – 67 с.

7. Тюмасева З.И. Проектирование безопасного и здоровьесберегающего пространства «вуз–школа» как условие профессионального становления сту-

дентов: монография / З.И. Тюмасева, И.Л. Орехова, Г.В. Валеева, Е.С. Гладкая. – Челябинск: Изд-во ЧГПУ, 2015. – 288 с.

Кадырова Н.И.

Научный руководитель: Майнулова Г.Р., кандидат медицинских наук, доцент

Башкирский государственный педагогический университет им. М. Акмуллы, г. Уфа, Республика Башкортостан

Потенциал образовательной организации по профилактике детского травматизма

Аннотация. В статье описаны формы и методы, которые могут быть использованы для профилактики детского травматизма. Также описаны обязанности всех сотрудников школы, связанные с организацией безопасной среды в школе и на пришкольной территории.

Ключевые слова: травма, травматизм, профилактика, безопасная среда, безопасные условия.

Kadyrova N.I.

Supervisor: Manolova G.R., candidate of medical Sciences, associate Professor Bashkir State Pedagogical University im. M. Akmulla, Ufa, Bashkortostan

The potential of educational organization for prophylactic of child injury

Abstract. The article reveals the forms and methods that can be a plan for the prevention of child injuries. Open Also the responsibility of all school staff related to the organization of the EPS environment in the school and not the real territory.

Keywords: traumas, traumatism, prevention, environment of EPS, EPS conditions, etc.

В законе «Об образовании в Российской Федерации» говорится о том, что каждая образовательная организация должна создавать условия для обучения и гарантировать охрану здоровья обучающихся, а ответственность за исполнение несут должностные лица образовательной организации [3, с. 67]. Следовательно, в любой образовательной организации должны быть созданы безопасная среда и условия, которые гарантируют укрепление здоровья и охрану обучающегося.

Персонал и ее дежурные могут не всегда уследить за обучающимися и поддержать дисциплину. Из-за большого количества детей и необузданной детской энергии, накопленной за урок, на переменах возможен риск травматизма.

Выявлено, что каждая пятая травма происходит в школе, а четыре из пяти травм происходят именно на перемене» [2, с. 34]. Ответственность в этом случае несет учебное заведение и должностные лица, поэтому предупреждение детского травматизма является главной социальной проблемой. Для решения ее должны быть задействованы силы классных руководителей, педагогов, психологов и даже родителей.

В образовательных организациях мероприятия по профилактике детского травматизма должны носить регулярный и комплексный характер и быть ориентированы, прежде всего, на предупреждение и устранение факторов риска с учетом специфики учебно-воспитательного процесса в разновозрастных группах. Профилактику школьного травматизма следует включать в воспитательную работу, которая координируется администрацией и директором школы непосредственно [1, с. 44].

Основными мероприятиями по предотвращению детского травматизма должны стать мероприятия, которые будут проводиться именно во внеурочное время.

С обучающимися младшего школьного возраста полезно проводить беседы с врачами, педагогами, психологами, представителями ГИБДД, которые могут интересно и доступно рассказать об опасностях и последствиях тех или иных травм. Беседы должны проходить в доступной форме и по времени не более 30–35 минут. При этом младшие школьники должны быть вовлечены в беседу, иметь возможность отвечать на вопросы, аргументировать свою точку зрения по определенной ситуации [4, с. 78].

Для таких бесед необходимо использовать разнообразные наглядные пособия: книги, картинки, плакаты, мультимедийные средства. Главное, чтобы на таких мероприятиях донести убедительно и доходчиво до младших школьников информацию об опасностях тех или иных действий (быстрый бег, прыгать с лестницы, перебегать дорогу и т.д.).

Дети средней возрастной группы уже обладают некоторыми знаниями о профилактике травматизма, но зачастую, в силу возраста относятся к данным

сведениям скептически. Для таких детей следует расширить образовательную среду, чтобы они занимались не только в рамках школы. В этом случае важно сформировать у подростков правильное, здоровое отношение к опасностям, окружающим детей, закрепить правила поведения, способствующие избеганию риска травматизма. На таких мероприятиях необходимо подробно разбирать возможные варианты поведения подростков, причины возникновения травм, способы их избегания [4, с. 81].

При этом в школе основной формой профилактики детского травматизма становится инструктирование обучающихся и педагогов по технике безопасности.

Следует регулярно проводить профилактические беседы одновременно с учащимися и родителями о необходимости соблюдать правила поведения в школе и выполнять требования к одежде и обуви обучающихся в разное время года.

Кроме того, необходимо организовать дежурства учителей и обучающихся старших классов в коридорах и рекреациях школы.

В период сезонных пиков заболеваемости осуществлять контроль за санитарно-эпидемиологическими условиями в школе.

Чтобы школа имела возможность контролировать ситуацию с травматизмом и минимизировать его случаи, мы предлагаем определенные рекомендации по профилактике травматизма в образовательной организации:

1. С младшими школьниками эффективно организовывать подвижные игры, позволяющие самым маленьким учащимся двигаться и отдыхать в безопасной и приемлемой форме. Возможно привлекать к подвижным играм старшеклассников, с которыми дети будут с удовольствием играть.

2. Продумать и внедрить балльную систему оценивания поведения на переменах учащихся среднего звена. За нарушение дисциплины или техники безопасности «штрафовать» детей, начисляя или снимая баллы со всего класса, чтобы чувство коллективизма сближало весь класс. В конце каждой четверти на линейке необходимо подводить итоги и награждать класс, в котором не было нарушений техники безопасности.

3. Подростков необходимо обучать конструктивным техникам снятия напряжения и преодоления стрессовых ситуаций. Эти формы деятельности может проводить школьный психолог.

4. Оборудовать уголки или кабинеты по технике безопасности, которые содержат информацию о правилах техники безопасности (схемы, плакаты, инструктивные материалы по технике безопасности).

5. Учителям регулярно проводить беседы с учащимися с использованием мультимедийных технологий (просмотр кинофильмов, телевизионных передач и т.д.).

Таким образом, можем сделать вывод, что любая общеобразовательная организация обладает значительным потенциалом по профилактике детского травматизма.

Литература

1. Абаскалова Н.П. Методы обучения основам безопасности жизнедеятельности в школе: учеб. пособие для студентов пед. вузов / Н.П. Абаскалова, Л.А. Акимова, С.В. Петров. – Новосибирск–М.: АРТА, 2011. – 304 с.

2. Алексеев С.В. Безопасная школа: настольная книга для руководителей и педагогов / С.В. Алексеев // Под ред. С.В. Алексеева, Т.В. Мельниковой. – СПб: СПбППО, 2012. – 256 с.

3. Федеральный закон «Об образовании в Российской Федерации». – М.: Омега-Л., 2014. – 134 с.

4. Щедрина А.Г. Научные основы формирования здорового образа жизни детей и подростков / А.Г. Щедрина. – Новосибирск: Сибирский центр деловых технологий, 2014. – 223 с.

Калашников Н.В.

Южно-Уральский государственный гуманитарно-педагогический университет, г. Челябинск, Россия

Организация тьюторского сопровождения в дополнительном естественнонаучном образовании

Аннотация. В статье представлен анализ проблемы организации тьюторского сопровождения воспитанников в системе дополнительного образования, а также опыт обеспечения тьюторского сопровождения детей с особыми образовательными потребностями, посещающими учреждение дополнительного образования.

Ключевые слова: тьютор, сопровождение, дополнительное образование, естественнонаучное образование.

Kalashnikov N.V.

South Ural State Humanitarian-Pedagogical University, Chelyabinsk, Russia

The organization of tutor support in additional science education

Abstract. The article presents the analysis of the problem of the organization of pupils' tutor support in the system of additional education. In addition, there is in the article the experience in providing of children's tutor support with special educational needs attending the institution of additional education.

Keywords: tutor, support, additional education, science education.

Говоря об экологическом образовании и формировании экологического сознания личности XXI века, мы разделяем политику государства, направленную на непрерывность образования на всех его ступенях, но сферу наших интересов составляет организация образовательного процесса в системе дополнительного образования учащихся. Для качественного построения и реализации образовательных программ в сфере дополнительного естественнонаучного образования детей мы считаем необходимым применять тьюторское сопровождение.

Тьюторство возникло в британских университетах Оксфорде и Кембридже. Тьютор (от англ. *Tutor*) – это, прежде всего, «домашний учитель, репетитор, (школьный) наставник, опекун». В России также ранее уже существовал институт тьюторства. В гимназиях Российской империи была должность наставника [3].

Как педагогическая система тьюторство рассматривается в трудах многих ученых (Эд. Гордон, Эл. Гордон, Ж. ле Гофф, Т.М. Ковалева, Н.А. Костина, Н.В. Рыбалкина, З.И. Тюмасева, С.А. Щенников и др.). В их трудах представлены анализ понятия «тьюторство», его характеристика как педагогического феномена, особенности профессиональной деятельности тьютора и многое другое [1].

Основной предпосылкой внедрения института тьюторства в современной системе российского образования стал процесс индивидуализации образования. Тьюторство является педагогической областью в сфере образования, специализирующейся на реализации принципа индивидуализации, развитии аутентичности и субъектности развивающегося человека. Тьюторство помогает найти ребенку основания для выбора, определить свою стратегию движения и т.д. [2].

В своей практической деятельности организуя тьюторское сопровождение воспитанников Центра детского экологического города Челябинска мы используем технологию личностно-ресурсного картирования с целью формирования экологической культуры и экологического сознания детей. Разработка карт может быть как индивидуально, так и в малых группах (2–3 ребенка). Наш опыт показывает, что внедрение личностно-ресурсных карт в малых группах целесообразно в тех случаях, когда речь идет о выполнении исследовательского проекта.

Внедрение технологии личностно-ресурсного картирования повышает результативность процесса формирования экологического сознания и культуры воспитанников [4]. Так, в 2015 году 28 воспитанников Центра детского экологического, при работе с которыми использовалась описанная технология, стали лауреатами и призерами Всероссийских конкурсов, из них 5 школьников – лауреатами Международных конкурсов; в 2016 году уже 30 воспитанников стали лауреатами и призерами Всероссийских конкурсов, из них 5 – лауреатами Международных конкурсов; в 2017 году 34 воспитанника стали лауреатами и призерами Всероссийских конкурсов, из них 6 школьников – лауреатами Международных конкурсов.

В своей деятельности педагог-тьютор уделяет достаточно большое внимание формированию практических навыков работы детей с лабораторным оборудованием. Если у ребенка в процессе обучения возникают трудности с посещением занятий, оборудование выдается ему на руки и составляется индивидуальная программа ведения исследовательской работы по той или иной теме. Как правило, речь идет о детях с особыми образовательными потребностями. Воспитанник самостоятельно выполняет задания эколого-биологической направленности, а затем предоставляет отчетную документацию в виде исследовательского проекта, который защищает на заседании научно-практической конференции учащихся «Человек на Земле».

Таким образом, внедрение тьюторского сопровождения обучающихся в системе дополнительного образования детей способствует повышению уровня мотивации детей к изучению дисциплин естественнонаучного цикла, в частно-

сти, экологии; обеспечивает выявление индивидуальных интересов каждого ребенка, что в целом направлено на формирование экологически сознательной личности, готовой к сохранению и сбережению природы.

Литература

1. Артеменко Б.А. Тьюторское сопровождение в экологическом образовании школьников / Б.А. Артеменко, Е.Б. Быстрой, Н.В. Калашников [и др.] // European social science journal. – 2016. – № 8. – С. 73–79.

2. Гладкая Е.С. Технологии тьюторского сопровождения / Е.С. Гладкая, З.И. Тюмасева. – Челябинск: Изд-во ЮУрГГПУ, 2017. – 93 с.

3. Гордон Эд. Столетия тьюторства: история альтернативного образования в Америке и Западной Европе / Эд. Гордон, Эл. Гордон. – Ижевск: ERGO, 2008. – 362 с.

4. Ковалева Т.М. Личностно-ресурсное картирование в современной дидактике / Т.М. Ковалева // Отечественная и зарубежная педагогика. – 2012. – № 5. – С. 108–112.

Кереселидзе Г.О.

Научный руководитель: Хуснутдинова З.А., доктор медицинских наук, профессор

Башкирский государственный педагогический университет им. М. Акмуллы, г. Уфа, Республика Башкортостан

Школьники о гражданско-патриотическом воспитании

Аннотация. В статье рассматривается актуальная проблема современности – патриотическое воспитание обучающихся. Представлены результаты изучения отношения старшеклассников к различным аспектам гражданско-патриотического воспитания, к дисциплине «Основы безопасности жизнедеятельности».

Ключевые слова: патриотическое воспитание, патриотизм, военно-патриотический клуб, гражданско-патриотическое воспитание, образовательная организация.

Kereselidze G.O.

Supervisor: Khusnutdinova Z.A., doctor of medical Sciences, Professor

Bashkir State Pedagogical University im. M. Akmulla, Ufa, Bashkortostan

School students about civil and patriotic education

Abstract. In article the current problem of the present patriotic education of school students is considered. Results of studying of the attitude of seniors towards various aspects of civil and patriotic education, to discipline "Basics of life safety" are presented.

Keywords: research, patriotism, patriotic education, educational organization, military patriotic club.

Актуальность. Одной из актуальных задач государства, общества и образовательных организаций нашей страны является проблема патриотического воспитания и гражданско-нравственного становления подрастающего поколения. Продолжает снижаться воспитательный потенциал российской культуры, искусства, образования как важнейших факторов воспитания патриотизма у детей.

Патриотическое воспитание – это систематическая и целенаправленная деятельность органов государственной власти, институтов гражданского общества и семьи по формированию у граждан высокого патриотического сознания, чувства верности своему Отечеству, готовности к выполнению гражданского долга и конституционных обязанностей по защите интересов Родины [3].

На данный момент в нашей стране активно возрождается система патриотического воспитания детей и подростков, о чем свидетельствуют реализованные в 2001–2015 годах три государственные программы патриотического воспитания. Сегодня основные задачи патриотического воспитания решаются на основе Государственной программы «Патриотическое воспитание граждан Российской Федерации на 2015–2020 гг.». Программа определяет содержание и основные пути развития системы патриотического воспитания граждан Российской Федерации, и направлена на дальнейшее формирование патриотического сознания граждан России, в первую очередь подрастающего поколения [2].

С целью разработки комплекса рекомендаций по совершенствованию гражданско-патриотического воспитания школьников нами проведено исследование, одной из задач которого явилось изучение отношения обучающихся города и села к данной проблеме.

Исследование проводилось на базе МАОУ школа № 38 г. Уфа, Республики Башкортостан и МОБУ лицей с. Булгаково Уфимского района Республики Башкортостан.

Анкетирование проводилось анонимно среди обучающихся 8–10 классов. Всего опрошено 95 школьников, в том числе 48 юношей и 47 девушек.

Опрос проводился с использованием специально разработанной анкеты и с использованием анкеты «Гражданственность и патриотизм», предназначенной для исследования самооценки общекультурных компетенций обучающихся [1]. Результаты опроса по данной анкете дают возможность отследить, насколько у обучающихся сформирована гражданская позиция, ощущают ли они себя патриотами своей страны.

Известно, что в процессе патриотического воспитания у обучающихся должно быть сформировано понимание термина «патриот». На вопрос «Что, по вашему мнению, значит быть патриотом?» сельские и городские школьники дали разнообразные ответы (табл.). Следует отметить, что среди ответов сельских юношей более чем в 2 раза чаще получен ответ «Быть патриотом значит быть готовым к подвигам ради других». Городские юноши в 1,5 раза чаще, по сравнению с сельскими, выбрали ответ «Иметь определенные моральные и нравственные ценности» (35,6% против 20,5%). Распределение ответов девушек из села и города практически было одинаковое.

Таблица

Распределение ответов школьников на вопрос «Что, по вашему мнению, значит быть патриотом?», в %

Предложенные варианты ответов	МОБУ лицей с. Булгаково Уфимского района Республики Башкортостан		МАОУ школа № 38 г. Уфа Республики Башкортостан	
	юноши	девушки	юноши	девушки
Верить в будущее России	20,5	23,8	26,5	24,5
Иметь определенные моральные и нравственные ценности	20,5	23,8	35,6	15,4
Гордиться славой прошлых лет	18,3	30,0	19,5	36,3
Быть готовым к подвигам ради других	40,7	22,4	18,4	23,0
Понятие и явление «Патриот» не существует	–	–	–	–

Известно, что хорошую школу патриотического воспитания можно пройти, участвуя в работе военно-патриотических клубов. В Республике Башкортостан

стан на сегодня насчитывается 231 таких клубов при учебных заведениях. Программы клубов нацелены на воспитание всесторонне развитой личности с активной жизненной позицией, достойного патриота и гражданина нашей страны. Ученики, занимающиеся в таких клубах, более дисциплинированы и среди них сильнее развито чувство коллективизма [2]. К сожалению, судя по ответам наших респондентов, из 95 человек лишь семеро юношей и одна девушка занимались в таких организациях.

В связи с сокращением продолжительности срочной воинской службы, на фоне снижения численности допризывной молодежи, ухудшения состояния их здоровья с одновременным сокращением списка медицинских показаний к отсрочкам и отводам от военной службы, обучающимся был задан вопрос «Намерены ли служить в Вооруженных силах РФ?». Судя по ответам, городские школьники слабо мотивированы отдать свой гражданский долг Родине (7,6%), нежели школьники из села (28%). Удельный вес юношей, не определившихся по данному вопросу, в обеих группах оказался практически одинаковым – около 22%.

Значимость курса «Основы безопасности жизнедеятельности» (ОБЖ) в системе гражданско-патриотического воспитания школьников резко возрастает. Однако, с сожалением следует констатировать, что проблема находится в явном противоречии с объемом часов, выделяемых на изучение данной дисциплины. В общеобразовательных организациях нашей республики ОБЖ преподается только в 8 и 10–11 классах. Причем, преподают данную дисциплину в основном учителя, не имеющие профильной подготовки.

В ходе опроса было изучено отношение респондентов к учебной дисциплине ОБЖ. Оказалось, что уроки по данному предмету нравятся большинству из них. Однако, среди сельских юношей и девушек, ответивших подобным образом, было больше, чем среди городских: соответственно по полу 75% и 64,7% против 63,5% и 52%. Кроме того, если среди опрошенных обучающихся с. Булгаково, не оказалось ни одного респондента с негативным отношением к дисциплине ОБЖ, то среди юношей и девушек № 38 г. Уфа таковых было 7,1% и 26,3% соответственно по полу.

Результаты опроса городских и сельских респондентов с помощью анкеты «Гражданственность и патриотизм», свидетельствуют, что в среднем они набрали только 68 и 77 баллов, соответственно по поселениям. Согласно предложенной авторами шкалы такое количество набранных баллов оценивается как низкий уровень сформированности у школьников представления о своих гражданских правах и обязанностях.

На основе вышесказанного можно сделать вывод, что, результаты исследования свидетельствуют о существовании некоторых проблем в области гражданско-патриотического воспитания подрастающего поколения в общеобразовательных организациях. Патриотическое воспитание гражданина должно осуществляться непрерывно, начиная с дошкольного возраста, системно, через урочную и внеурочную деятельность. Учебную дисциплину «Основы безопасности жизнедеятельности» следует начинать преподавать со средней ступени школы, то есть с 5-го класса. Увеличить количество часов на изучение раздела дисциплины ОБЖ «Основы военной службы», где рассматриваются элементы обязательной подготовки граждан к военной службе. Для повышения интереса к дисциплине ОБЖ необходимо привлекать преподавателей, имеющих профильное педагогическое образование по безопасности жизнедеятельности и прошедших службу в рядах Вооруженных сил России. Следует более активно привлекать обучающихся для занятий в военно-патриотических клубах, а в общеобразовательных организациях открывать секции по военно-прикладным видам спорта. Кроме того, необходимо периодически проводить в школах опрос детей с целью выявления у них уровня сформированности гражданской позиции и на основе полученной информации планировать адекватные тематические мероприятия.

Литература

1. Анкета «Гражданственность и патриотизм», разработанная МГИУ. <http://vospitau.ru/patriot/page676/index.html>.
2. Каледин В. Растим патриотов / В. Каледин // ОБЖ. Основы безопасности жизни. – 2007. – № 3. – С. 18–25.

3. Постановление Правительства РФ от 30 декабря 2015 г. № 1493 «О государственной программе «Патриотическое воспитание граждан Российской Федерации на 2016–2020 годы».

Козин А.М., Третьякова А.Ю.

Челябинский государственный университет, г. Челябинск, Россия

Использование личностно ориентированных здоровьесберегающих подходов и технологий развития духовно-нравственного потенциала обучающихся

Аннотация. В статье рассматривается сущность духовно-нравственного здоровья в контексте здоровьесберегающего подхода к образованию; механизмы самореализации личности в сфере здоровьесбережения; сформулированы определения соответствующих понятий, их компоненты и основные характеристики; даются рекомендации по использованию личностно ориентированных подходов и здоровьесберегающих технологий развития духовно – нравственного потенциала.

Ключевые слова: психологическое здоровье, духовно-нравственное здоровье, здоровьесбережение, самореализация, ценностные ориентации.

Kozin A.M., Tretyakova A.U.

Chelyabinsk State University, Chelyabinsk, Russia

The use of personality-oriented health-saving approaches and technologies for the development of the spiritual and moral potential of students

Abstract. The article deals with the essence of spiritual and moral health in the context of health-saving approach to education; mechanisms of self – realization of the individual in the sphere of health-saving; formulated the definition of appropriate concepts, their components and main characteristics; provides recommendations for the use of personality-oriented approaches and health-preserving technologies of spiritual and moral potential.

Keywords: psychological health, spiritual and moral health, health preservation, self-realization, value orientations.

Духовно-нравственная составляющая самореализации личности в здоровьесберегающем образовании связана с проявлениями духовности, социального оптимизма, активности людей, так называемых «психологических потенциалов человеческого развития», которые являются предпосылкой профессиональной успешности и социальной адаптированности в обществе [1; 2; 8].

В этой связи важно определить здоровьесберегающий вектор в подготовке будущих специалистов, обладающих достаточным уровнем нравственности, ответственности, доброжелательности, личностного здоровья. Ряд авторов здоровьесбережение трактует как атрибут и процесс сохранения и укрепления здоровья, направленный на преобразование интеллектуальной и эмоциональной сфер личности обучающегося; повышение ценностного отношения к собственному здоровью и здоровью окружающих на основе осознания личной ответственности; через механизм самореализации, что требует их включения в активный процесс познания окружающего мира, познание себя как полноценной личности, формирования у них культуры здоровья, крепких нравственных основ и пр. [4; 6].

Следует отметить важность интегративных результатов активного взаимодействия внутренних, психических процессов и внешних влияний на человека в контексте его индивидуальности как уникальном сплаве интеллектуального, социального и духовного знания, переживания и опыта. В предложенной интерпретации становления собственного «Я» как активного субъекта деятельности, поведения и общения важным видится процесс здоровьесберегающей деятельности, рассматриваемый как собственный способ бытия человека; способ профессионального становления; способ существования и развития социальной витальности; специфическая форма активного отношения к окружающему миру и пр. (В.Н. Сагатовский, В.Г. Рындак, А.В. Маргулис, Э.Г. Юдин).

В основании здоровьесберегающего образования мы закладываем ряд принципов, нацеленных на формирование у субъектов позитивного здоровьесберегающего мышления, здоровьесберегающего поведения и здоровьесберегающей деятельности. Опираясь на сложившуюся в педагогике классификацию принципов воспитания, все принципы здоровьесберегающего образования можно объединить в две группы: 1) *принципы здоровьесберегающего сознания индивида*, признаком которых является позитивное мышление, а содержанием – созидательные, «здоровьесберегающие» мысли индивида (обеспечение здоровьесберегающей жизненной позиции человека, наличия у него способно-

сти видеть в окружающем мире преимущественно положительные стороны, уметь извлекать уроки из всего, что происходит вокруг, искать причины происходящего в своих поступках, действиях и мыслях, спрашивать в первую очередь с себя, а только потом с других и т.п.); 2) *принципы здоровьесберегающего поведения личности*, опора на которые позволяет человеку жить в гармонии и согласии с окружающими людьми и окружающим миром в целом (принципы одобрения, партнерства, согласия, другодоминантности, взаиморазвития, позитивного мировосприятия и др.) [7]. Ориентация на охарактеризованные принципы здоровьесберегающего образования свидетельствует о том, что психологически здоровая (самоактуализированная) личность все больше становится реальной необходимостью, тесно связанной с развитием личностной индивидуальности, с «высшими проявлениями человеческого духа». На наш взгляд, именно психологическое здоровье делает личность самодостаточной.

В.И. Слободчиков и А.В. Шувалов рассматривают психологическое здоровье как «интеграл жизнеспособности и человечности», А.В. Петровский – как состояние душевного благополучия, обеспечивающее адекватную условиям окружающей действительности регуляцию поведения и деятельности. Е.В. Давидович подчеркивал: «если человек приходит к философии здоровья и к здоровому образу жизни, к глубокому переосмыслению себя, к самопознанию и к самосовершенствованию, устремляется к осознанию и выполнению своих эволюционных задач, то он обязательно получает устойчивые результаты в оздоровлении и укреплении своего здоровья». Б.С. Братусь в показатели психического здоровья включает принятие ответственности за свою жизнь, самопознание, умение жить в настоящем моменте, осмысленность индивидуального бытия. В концепции Г.С. Никифорова наиболее важным моментом является здоровье личности, характеризующее адекватное восприятие социальной действительности, интерес к окружающему миру, культура потребления, демократизм в поведении, эмпатия, альтруизм и т.д.

Таким образом, психологическое здоровье можно рассматривать как феномен личности, включающей три основных аспекта: духовный, эмоциональ-

ный и социальный, находящийся в тесной связи с высшими проявлениями человеческого духа, духовного развития, из чего следует, что психически здоровый человек способен создавать душевное равновесие, социально адаптироваться к любым условиям, а психическое благополучие может характеризоваться гармоничностью, уравновешенностью и устойчивостью психики к различным факторам внутренней и внешней среды, что предполагает рассматривать его в качестве оптимальной предпосылки для выполнения человеком «запредельных» жизненных целей и задач. Можно констатировать, что феномен духовности личности привлекает внимание к субъективному, ценностно-смысловому аспекту деятельности, тесно связанному с проблемой самоорганизации и самореализации личности [1; 3; 8]. Проявление сформированности духовности личности выражается в двух аспектах личностной самореализации: во-первых, в самоактуализации (стремление обнаружить и проявить свои ценностные устремления, способности, притязания в здравотворчестве), во-вторых, в самоутверждении (стремление выделиться и заявить о себе, добиться признания в «моде» на здоровье). Очевидно, что нравственность и духовность определяют состояние социального здоровья личности, а характер личностной самореализации зависит от приоритетных (устойчивых) ценностных ориентаций. Фиксирование в индивидуальном сознании духовно окрашенных «форм-образцов» различных видов здоровьесберегающей деятельности служит основой самореализации, определяя ее содержание и направленность. Таким образом, в нашем понимании, духовное здоровье – это высокий уровень самореализации личности, характеризующийся автономностью, чувством прекрасного, альтруизмом, склонностью к творчеству, заботой о достижении счастья, благополучия и здоровья для себя и окружающих людей, что в целом отражает стремление человека к развитию собственного потенциала через самораскрытие, саморазвитие и самореализацию, «нахождения верного (нравственного) представления о себе» [5; 8].

В качестве одной из основных категорий духовности личности многие авторы рассматривают ценности. Определяющим поведение личности в ситуации

нравственного выбора во многих случаях выступает ценность. А самореализация в плане обеспечения эффективности здоровой жизнедеятельности предполагает внутренний учет системы ценностных ориентаций личности. Поэтому в здоровьесберегающем профессиональном обучении и воспитании следует акцентировать внимание на развитие социальных и нравственных ценностей студента, которые ориентируют, в первую очередь, на добровольное исполнение им моральных норм и принципов, на сознательное их применение в качестве внутренних, личных мотивов поведения, направлены на сотрудничество, социальную активность, доброжелательность, справедливость и пр. У будущего специалиста, по нашему мнению, необходимо воспитывать ценностное отношение к своему здоровью, вырабатывать внутреннюю позицию, отражающую взаимосвязь личностных и общественных значений здоровья, для сохранения и укрепления которого должна быть разработана собственная стратегия и тактика, и в которой должна присутствовать активная здоровьетворческая деятельность в контексте как личностной, так и общественной самореализации.

Резюмируя вышеизложенное, можно констатировать, что нравственное поведение состоит в осуществлении нравственных ценностей, а сформированность в ценностной сфере сознания является определенным компонентом нравственного совершенства. Осмысленность феномена здоровья через приведенные характеристики позволяет раскрыть сущность самосознания, саморазвития, самореализации человеком собственной природы здоровья и понимания психического здоровья как иммунитета нашего внутреннего мира и в этом контексте рассматривается как один из главных, на наш взгляд, здоровьесберегающих ресурсов. Быть здоровым – значит самореализоваться [2; 4; 5; 8].

В настоящее время существует достаточно много дефиниций в отношении понятия «самореализация» как психологического и социального феномена, описываемого с позиции потребности роста, развития, самосовершенствования и включающего в себя ряд близких явлений: стремление человека к наиболее полному выявлению и развитию своих возможностей и способностей; система сознательных актов, действий, направленных на достижение и поддержание

необходимого психического состояния; осуществление возможностей развития «Я» посредством собственных усилий, сотворчества, содеятельности с другими людьми; сознательный выбор жизненных целей и путей их достижения и др. [5; 6]. При всем многообразии характеристик данного понятия в нашем исследовании можно констатировать, что самореализация представляет собой процесс развития и роста, обогащения и усложнения, результатом которого является личность, максимально раскрывшая и использующая свой человеческий потенциал, а любая из приведенных характеристик может рассматриваться как фактор, воздействующий на здоровье человека в любом виде деятельности. Следовательно, жизненная целесообразность самореализации состоит в том, что она выступает по отношению к человеку как механизм, актуализирующий потребность индивида в здоровьесбережении.

Рассмотренные понятия и характеристики, связанные с процессом самореализации в сфере здоровьесбережения личности, позволяют выделить ряд универсальных, константных задач, решение которых актуализирует рассматриваемую проблему, в том числе:

- активизация в обучении и воспитании студентов в условиях здоровьеориентированной деятельности (образования) «само» процессов: самопознания, самопонимания, самопринятия, самоутверждения, самоактуализации, самореализации;

- оснащение студентов специальными знаниями в системе «мир-человек-здоровье», представлений о природе человека, нацеленных на сохранение и укрепление здоровья личности, понимания норм и ценностей здорового образа жизни;

- развитие умений разрешать проблемные ситуации, использовать собственный выбор линии поведения, связанных с задачами регуляции собственного здоровья;

- обучение рефлексивным умениям в целях познания собственного организма;

– отказ от поведения, наносящего вред своему здоровью и здоровью окружающих, освоение эталонов самосохранительного, «гибкого» поведения и культуры здорового образа жизни;

– формирование в структуре оздоровления интеллектуально-нравственного ядра духовной сферы личности;

– развитие навыков совладания, преодоления трудных жизненных ситуаций при столкновении с новыми, иногда неадекватными жизненными обстоятельствами и требованиями социума и др.

В арсенал методов стимулирования самореализации личности, развитию духовно-нравственного потенциала можно включить и такие, как повышение социально-психологической компетенции в вопросах здоровьесбережения с использованием семинаров, лабораторно-практических занятий, ролевых игр, групповых дискуссий; «круглых столов», конкурсов педагогических проектов, тренингов инновационных игровых технологий, технологий «портфолио», валеоинтротехнологий; коммуникативных тренингов стрессоустойчивости; консультирование, оказание оперативной помощи в критических ситуациях, соблюдение комфортного психоэмоционального режима; показ возможностей здорового, физически и духовно развитого человека с активной жизненной позицией в достижении высокого социального положения и др.

Важно подчеркнуть, что результатом здоровьеориентированной деятельности в огромной степени является сформированность психологических ресурсов личности, позволяющих более эффективно действовать и добиваться успеха, преодолевать стрессы и справляться с жизненными трудностями; они субъективно повышают ценность человека в глазах окружающих и в его собственном мнении о самом себе, делают его более сильным, самостоятельным, активным, значительным и продуктивным, психологически и нравственно защищенным. Так, например, среди средств психофизической саморегуляции можно выделить следующие: релаксация (состояние покоя, связанное с полным или частичным мышечным расслаблением), аутотренинг (мысленное управление своим сознанием), психофизические упражнения (отработка концентрации

внимания, развитие зрительно-пространственного воображения, овладение глубоким расслаблением всей мышечной системы и пр.) [4; 6; 7].

Резюмируя вышеизложенное мы отмечаем, что анализировать и внедрять механизмы самореализации личности в аспекте здоровьесбережения необходимо в контексте ее ценностно-смысловых, мотивационно-потребностных, эмоционально-волевых, рефлексивно-оценочных характеристик, на основе готовности, способности и активности в принятии личной и общественной ответственности за собственное здоровье и здоровье окружающих, и детерминированных совокупным содержанием духовно-нравственного здоровья.

Литература

1. Анашкина Е.В. Аксиологические составляющие духовности личности / Е.В. Анашкина // Вестник высшей школы. – 2013. – № 6. – С. 100–106.

2. Вахромов Е.Е. Психологические концепции развития человека: теория самоактуализации: учеб. пособие / Е.Е. Вахромов. – М.: Междун. педагогич. акад., 2001. – 314 с.

3. Васильева О.С. Психология здоровья человека: эталоны, представления, установки: учеб. пособие для студ. высш. учеб. заведений / О.С. Васильева, Ф.Р. Филатов. – М.: Изд-кий центр «Академия», 2001. – 352 с.

4. Гусева Р.Б. Здоровьесбережение как продукт современной теории и практики решения задач социализации и самореализации личности / Р.Б. Гусева, О.А. Козырева // Гуманитарные научные исследования. – 2016. – № 4.

5. Коростылева Л.А. Психология самореализации личности: затруднения в профессиональной сфере / Л.А. Коростылева. – СПб.: Речь, 2005. – 285 с.

6. Кузьмин А.М. Принципы формирования здоровьесориентированного сознания студентов / А.М. Кузьмин, М.Р. Валетов // Физическая культура и спорт в системе жизнедеятельности человека: матер. Всеросс. науч.-практ. конф. / под ред. В.А. Вострикова, Н.В. Сократова. – Оренбург: Изд-во ОГПУ, 2005. – 288 с.

7. Орехова Т.Ф. Теоретические основы формирования здорового образа жизни субъектов педагогического процесса в системе современного общего образования: автореф. дис. ... доктора пед. наук / Т.Ф. Орехова. – Магнитогорск, 2005. – 45 с.

8. Ядвиршис Л.А. Духовно-нравственное воспитание студентов в процессе профессиональной подготовки [Электронный ресурс] / Л.Я. Ядвиршис // Грани познания. – 2012. – № 3 (17). – С. 115–117. – URL:<http://grani.vspu.ru/jurnal/22>.

Королева В.А.

Научный руководитель: Романова Е.А., ст. преподаватель

Южно-Уральский государственный гуманитарно-педагогический университет, г. Челябинск, Россия

Воспитание аэробной выносливости у студентов средствами фитнес-технологий

Аннотация. В статье рассматриваются фитнес-технология как необходимое средство воспитания выносливости у студентов. Приводится анализ основных понятий.

Ключевые слова: фитнес, общая (аэробная) выносливость, средства физического воспитания, фитнес-технологии, ЧСС, МПК, работоспособность.

Korolyova V.A.

Supervisor: Romanova E.A., a senior lecturer

South Ural State Humanitarian Pedagogical University, Chelyabinsk, Russia

Education of Students' Aerobic Endurance by Means of Fitness Technologies

Abstract. Fitness technology as a necessary means of education staying power in students is considered in the article. Analysis of the basic concepts is given.

Keywords: fitness, general (aerobic) endurance, physical education, fitness technology, heart rate, VO₂ max, working capacity.

На современном этапе развития общества стремительно растет значимость физической культуры, ее гуманистической и гармонизирующей роли в укреплении здоровья человека, а также в духовном, социальном, профессиональном, интеллектуальном и физическом развитии личности.

Наиболее популярным, массовым и востребованным видом двигательной активности в молодежной среде и в последние годы остается фитнес и ее разновидности. Формирование здорового образа жизни современного человека диктует особое внимание к изучению теоретических основы применению на практике оздоровительных систем, основанных на неразрывной связи тела и сознания [1, с. 54–78].

В связи с этим не могут не вызывать тревогу появляющиеся сведения о низком уровне общей выносливости и нарастании его отрицательной динамики как в течение учебного года, так и процессе обучения студентов в современных образовательных учреждениях, в том числе и вузов [3, с. 45].

Одним из важнейших показателей двигательной подготовленности молодежи, тесно связанным с эффективностью деятельности сердечно-сосудистой и дыхательной систем организма, а, значит, и с показателями физического компонента их здоровья, является уровень общей (аэробной) выносливости.

Общая выносливость – это способность человека к продолжительному и эффективному выполнению любой работы умеренной интенсивности, вовлекающую в действие глобальное функционирование мышечной системы и предъявляющую достаточно высокие требования к сердечно-сосудистой, дыхательной, ЦНС и др. системам [5, с. 12; 7, с. 230–234]. Это же понятие также распространяется и на способность выполнять работу с невысокой интенсивностью в течение продолжительного времени за счет аэробных источников энергообеспечения. Поэтому ее еще называют аэробной выносливостью [4, с. 2]. Л.П. Матвеев полагает, что термин «общая выносливость» означает совокупность функциональных свойств организма, которые составляют неспецифическую основу проявлений работоспособности в различных видах деятельности [6, с. 11]. Сюда также относится способность человека к продолжительному и эффективному выполнению работы неспецифического характера, оказывающей положительное влияние на развитие специфических компонентов работоспособности человека, благодаря повышению адаптации к нагрузкам и наличию явлений «переноса» тренированности с неспецифических видов деятельности на специфические.

Внедрение инновационных оздоровительных технологий в практику физкультурно-массовых занятий позволяет удовлетворить потребности потребителя фитнес-услуг в зависимости от личной мотивации и субъективно-объективных предпосылок. В оздоровительной аэробике существует большое количество разновидностей оздоровительных занятий, имеющих разные названия и отличающихся друг от друга содержанием и построением урока, но все они прекрасно развивают общую выносливость. К ним можно отнести: занятия Классической аэробикой, Тай-бо, Пилатес, Степ-аэробика, Силовая аэробика (Fitness, Workout), Фитбол (Fitbol), Аквааэробика (Aqua-aerobics), Аэробоксинг, Тае-бо (Aeroboxing, Tae-bo), табата, HIIT, pump, зумбаи др. [2, с. 98–104].

В практике фитнеса для развития выносливости применяются различные методы. При равномерном непрерывном методе выполняются циклические упражнения малой и умеренной интенсивности (продолжительность – 15–30 мин, ЧСС – 130–160 уд/мин). Для воспитания выносливости на занятиях оздоровительной аэробикой необходимо соблюдать основополагающие принципы последовательности, интенсивности нагрузки, продолжительности и частоты проведения занятий.

Для определения состояния физической выносливости был применен гарвардский степ-тест, сущность которого состоит в применении стандартизированной дозированной физической нагрузки, оценке изменения пульса, через определенные интервалы времени (a_2 , a_3 , a_4), и вычисления индекса гарвардского степ-теста (ИГСТ) по установленной формуле и оценка уровня выносливости сердечно-сосудистой и дыхательной систем:

$$\frac{100}{\frac{a_2 + a_3 + a_4}{3}},$$

Затем производится оценка результата по шкале ИГСТ: от 55 до 64 – подготовленность ниже среднего; от 65 до 79 – средний уровень физической подготовки; от 80 до 89 – хороший уровень; от 90 и более – отличная физическая подготовка. Показатели индекса гарвардского степ-теста могут достигать и до 170. Такие результаты показывают спортсмены высшего уровня, например, лыжные гонщики или марафонские бегуны.

Педагогический эксперимент проводился на базе фитнес клуба X-sport г. Челябинска. В эксперименте приняло участие 10 человек, занимающихся классической аэробикой. Были выделены экспериментальная и контрольная группы (ЭК и КГ) по 5 человек, однородные по возрасту, уровню морфофункционального состояния и физической подготовленности. На основании стартовых результатов в экспериментальной группе каждому участнику была составлена индивидуальная программа занятий. Контрольная группа выполняла общепринятый комплекс упражнений. Повторное обследование проводилось после 3х месяцев регулярных занятий. Результаты представлены в таблице 1.

Показатели функциональной подготовленности студентов (n=180)

Функциональные пробы, индексы	(ЭГ) (n=91) X±S		(КГ)(n=89) X±S	
	В начале эксперимента	После окончания эксперимента	В начале эксперимента	После окончания эксперимента
ИГСТ (у.е.)	61,2±8,19 ≤0,01	85,5±8,40 ≤0,01	60,6±8,91 ≤0,01	78,5±8,40 ≤0,05

В результате статистического анализа показателей тестовых испытаний у студентов ЭГ зафиксировано достоверное улучшение показателя ИГСТ. Числовые значения полученного показателя по школе оценивания отвечают оценке «средне», что свидетельствует о переходе студентов ЭГ на высший уровень развития физической трудоспособности. Результаты повторного обследования студентов в контрольной группе также имели положительную динамику, но выраженность изменений была меньше.

Итак, эффективность применения авторской программы средствами фитнеса подтверждено динамикой показателей уровня развития физической трудоспособности студентов ЭГ по ИГСТ после окончания формирующего эксперимента: с 61,2±8,19 до 85,5±8,40 у.е., достоверность расхождений между которыми статистически доказана с высоким показателем значимости полученных результатов.

ИГСТ характеризует уровень физической трудоспособности, полагает важным критерием функциональных резервов организма. Исследование динамики этого индекса в течение курса физического воспитания во ВФЗ дает возможность утверждать, что его показатели у студентов КГ достоверно выше, чем в начале эксперимента.

Результатом внедрения методики повышения выносливости средствами фитнеса в физическое воспитание студентов стало достижение преимущественно среднего и высокого уровней физической трудоспособности студентами ЭГ, тогда как в КГ преобладали средний и низкий уровни.

Литература

1. Булатова М.М. Современные физкультурно-оздоровительные технологии в физическом воспитании. Методика физического воспитания различных

групп населения: учебник / М.М. Булатова, Ю.А. Усачев. – Киев: Олимпийская литература, 2003. – 423 с.

2. Венгерова Н.Н. Классификация фитнес-программ / Н.Н. Венгерова // Актуальные проблемы развития фитнеса в России: сб. матер. Всерос. науч.-практ. конф. – СПб.: Изд-во РГПУ им. А.И. Герцена, 2009. – С. 98–104.

3. Венгерова Н.Н. Педагогические технологии фитнес-индустрии для сохранения здоровья женщин зрелого возраста: монография // Н.Н. Венгерова. – СПб.: СПб НГУ им. П.Ф. Лесгафта, 2011. – 56 с.

4. Григорьев В.И. Фитнес-культура студентов: теория и практика: учеб. пособие / В.И. Григорьев. – СПб.: СПбГУЭФ, 2010. – 93 с.

5. Матвеев Л.П. Теория и методика физической культуры: учеб. для студентов вузов / Л.П. Матвеев. – СПб.: Лань, 2003. – 160 с.

6. Озолин Н.Г. Настольная книга тренера: Наука побеждать / Н.Г. Озолин. – М.: Астрель, 2004. – 863 с.

7. Романова Е.А. Динамика физического здоровья студентов и умственной работоспособности в течении пятилетнего обучения в вузе / Е.А. Романова // матер. Всерос. науч.-практ. конф.: «Безопасность социальной сферы в условиях современной поликультурной России», Челябинск, 2012 г. – Челябинск: Изд-во ЗАО «Цицеро», 2012. – С. 230–234.

Ларионов Н.В., Камскова Ю.Г.

Южно-Уральский государственный гуманитарно-педагогический университет, г. Челябинск, Россия

Игровая рационализация как средство коррекции нервно-психического напряжения младших школьников при подготовке к сдаче комплекса «Готов к труду и обороне»

Аннотация. В статье освещаются вопросы влияния специализированных игр по физической подготовке на нервно-психическое напряжение младших школьников при подготовке к сдаче нормативов комплекса «Готов к труду и обороне». Установлена эффективность специализированных игровых комплексов в формировании у детей 6–8 лет положительного отношения к комплексу «Готов к труду и обороне» и повышении доли учащихся начальной школы с низким уровнем нервно-психического напряжения.

Ключевые слова: младшие школьники, игровой метод, тревожность, нормативы комплекса «Готов к труду и обороне».

Larionov N.V., Kamskova Yu.G.

South Ural State Humanitarian Pedagogical University, Chelyabinsk, Russia

Gaming rationalization as means of correction of psychological tension of younger schoolchildren in preparation for the transfer of the «It Is Ready to Work and Defense» complex

Abstract. The article highlights the issues of the influence of specialized games on physical training on psychological tension of younger schoolchildren in preparation for the surrender of the standards of the «It Is Ready to Work and Defense» complex. The effectiveness of specialized gaming complexes in the formation in children of 6–8 years of a positive attitude to the «It Is Ready to Work and Defense» complex and the increase in the proportion of primary school students with a low level of psychological stress is established.

Keywords: younger schoolchildren, of the game method, anxiety, standards of the «It Is Ready to Work and Defense» complex.

Программа игровой рационализации комплекса ГТО является не только готовой методикой развития скоростно-силовых качеств, но и способствует психологически-комфортному внедрению комплекса ГТО в младшей школе.

В начальной школе подобная программа может быть основой, как разовых мероприятий, так и тематических программ, основой для создания клубов и клубной работы по физической и психологической подготовке к выполнению норм комплекса ГТО [3; 4; 5; 6].

Показано, что соревновательный характер части игр и близость их к тем или иным видам спорта формируют интерес младшего школьника к ним и желание ими заниматься, а свободная и непринужденная форма игры, в целом, формирует положительное социально-психологическое отношение к физкультурно-спортивной деятельности [1; 2]. Мы предполагаем, что огромный потенциал игры позволит использовать комплекс ГТО не только для решения задач физического, спортивного и физкультурно-двигательного воспитания учащихся 6–8 лет, но также для решения задач социально-психологической адаптации детей.

В процессе исследования нами была сформирована экспериментальная группа – 25 детей 6–8 лет. Все учащиеся относились к основной группе здоровья. Экспериментальная группа занималась по программе, в которую входили, помимо, типовых средств физической подготовки, специализированные игровые комплексы (игры проводились в основной части учебного занятия) и игровые упражнения. Занятия проводились 3 раза в неделю: понедельник, среда, пятница.

Опытно-экспериментальная работа проводилась в два этапа:

- фоновое исследование состояния нервно-психического напряжения – за 6 недель до даты сдачи комплекса ГТО;
- контрольное исследование состояния нервно-психического напряжения – за 1 неделю до даты сдачи комплекса ГТО.

Для оценки уровня личностной тревожности детей предлагали им ответить на ряд вопросов, отражающих уровень их нервно-психического напряжения.

По результатам фонового тестирования нами были выделены следующие уровни нервно-психического напряжения исследуемой группы: низкий (30–50 баллов); средний (51–70 баллов); высокий (71–90 баллов), представленные в таблице 1.

Таблица 1

Распределение уровней нервно-психического напряжения у детей 6–8 лет при подготовке к сдаче комплекса ГТО (в % от общего количества)

Этап исследования	Фон	Контроль
Уровень тревожности		
Высокий	56	13
Средний	36	23
Низкий	8	64

Как следует из данных таблицы, высокий уровень нервно-психического напряжения был характерен для 56% детей на начало исследования и 13% – на конец опытно-экспериментальной работы; средний уровень нервно-психического напряжения был характерен для 36% младших школьников на фоновом этапе и 23% – на заключительном; низкий уровень нервно-психического напряжения был характерен для 8% детей экспериментальной группы на начало опытно-экспериментальной работы и 64% – по ее завершении.

Младшим школьникам со средним уровнем нервно-психического напряжения не требуется специальной помощи со стороны преподавателя, они довольно самостоятельно справляются с волнением, эмоциональным напряжением в момент сдачи комплекса ГТО [5; 6]. Но детям, имеющим высокий уровень нервно-психического напряжения, необходима специальная и психологическая помощь, так как они склонны к появлению навязчивых мыслей о предстоящей

неудаче при выполнении нормативов, возможных травмах и т.д. В этом случае преподавателю при работе с детьми начальной школы полезно снизить субъективную значимость ситуации и задач предстоящей деятельности, т.е. перенести акцент на осмысление самого процесса его предстоящей деятельности и формировании у ребенка чувства уверенности и успеха на основе отработанных вариантов тактических действий в игровой форме в период подготовки к сдаче нормативов. Это побудит ребенка думать не о результате выполнения нормативов, а о своих действиях, что оптимизирует уровень его тревожности. Низкая тревожность, наоборот, требует повышения внимания к мотивам деятельности и повышения чувства ответственности ребенка [1; 2; 5; 6]. Комплекс ГТО, как типичное спортивное мероприятие, как правило, возбуждает в детях состояние реактивной тревожности, которая, однако, может наслаиваться на личностную тревожность, усугубляя тем самым их предстартовое состояние.

Таким образом, для большинства исследованных детей младшего школьного возраста на начало исследования был характерен высокий уровень нервно-психического напряжения. Благоприятным является факт повышения доли учащихся 6–8 лет с низким и средним уровнем нервно-психического напряжения по завершению опытно-экспериментальной работы. Данный факт свидетельствует о существующей эффективности внедрения специализированных игровых комплексов в процесс подготовки детей 6–8 лет к сдаче нормативов комплекса ГТО.

Литература

1. Камскова Ю.Г. Особенности механизмов адаптации юных спортсменов в ациклических видах спорта / Ю.Г. Камскова, А.Ф. Фролов, А.И. Автухович, Л.П. Щетинкина // Теория и практика физической культуры. – 2007. – № 10. – С. 29–34.

2. Макарова О.С. Спортивно-игровая программа в системе физической культуры младших школьников / О.С. Макарова // Лечебная физкультура для дошкольников и младших школьников. – 2004. – № 1. – С. 28–31.

3. Павлова В.И. Здоровье и физическая культура населения как основа воспроизводства человеческой общности / В.И. Павлова, Б.С. Павлов, Д.А. Сарайкин // матер. IX Междун. науч.-практ. конф.: «Здоровьесберегающее образо-

вание – залог безопасной жизнедеятельности молодежи: проблемы и пути решения» под науч. ред. З.И. Тюмасевой. – Челябинск: ЮУрГГПУ, 2016. – С. 121–125.

4. Павлова В.И. Развитие координационных способностей юных тхэквондистов моделированием соревновательной деятельности / В.И. Павлова, М.С. Терзи, Д.А. Сарайкин // Вестник ЧГПУ. – Челябинск, 2013. – № 12.2. – С. 288–295.

5. Сиваков В.И. Адаптационные возможности младших школьников и спортсменов в физкультурно-спортивной деятельности / В.И. Сиваков, Д.В. Сиваков // Физическая культура: воспитание, образование, тренировка. – 2013. – № 2. – С. 63–65.

6. Сиваков В.И. Методика снижения фрустрирующей напряженности у младших школьников в физкультурно-спортивной деятельности: учеб. пособие / В.И. Сиваков, Д.В. Сиваков. – Челябинск: Изд-во ЧГПУ, 2014. – 143 с.

Лихолетова О.А., Щелчкова Н.Н.

Южно-Уральский государственный гуманитарно-педагогический университет, г. Челябинск, Россия

Опыт применения игровых комплексов «Готов к труду и обороне» в формировании здорового образа жизни старших школьников

Аннотация. В статье проанализирован личный педагогический опыт по формированию здорового образа жизни у старших школьников средствами Всероссийского физкультурно-спортивного комплекса «Готов к труду и обороне» (ГТО). Установлены наиболее эффективные средства, в качестве которых рассматриваются специализированные игровые комплексы, отражающие специфику физической подготовки старших школьников к сдаче нормативов комплекса ГТО.

Ключевые слова: здоровый образ жизни, игровые комплексы, старшие школьники, ГТО, физическая подготовка.

Liholetova O.A., Shelchkova NN

South Ural State Humanitarian Pedagogical University, Chelyabinsk, Russia

Experience of using RWD game complexes in the formation of healthy lifestyle children of senior school age

Abstract. The article analyzes information about his own pedagogical experience in the issue of forming a healthy lifestyle in children of senior school age with the means of the All-Russia Physical Culture and Sports Complex "Ready for Work and Defense" (RWD). The most effective means have been identified, which are considered to be specialized game complexes that reflect the specific physical preparation of children of primary school age for passing the standards of the RWD complex.

Keywords: children of senior school age, playing complexes, on physical preparation, surrender RWD.

Вопросам формированию здорового образа жизни у старших школьников посвящено большое число научных исследований [1, с. 116; 5, с. 157]. Как показывают наблюдения, в практике применяется огромный набор подвижных игр, способствующих развитию основных физических качеств, а, следовательно, и формированию здорового образа жизни. Однако, преподавателями по физической культуре они мало используются [3, с. 28]. На наш взгляд, это связано с тем, что не достаточно обоснована разработка специализированных игр, отражающих специфику физической подготовки старших школьников к сдаче нормативов комплекса ГТО. Подготовка к сдаче нормативов комплекса ГТО и формирование здорового образа выступают, в настоящее время, как приоритетные взаимосвязанные направления в деятельности преподавателя по физической культуре.

Следует отметить, что проблема формирования здорового образа жизни старших школьников на основе игрового метода в структуре подготовки к сдаче нормативов комплекса ГТО остается до конца неразрешенной и требует экспериментального изучения.

Для проведения исследования, на базе МАОУ «СОШ № 67 г. Челябинска», нами было сформировано две группы – экспериментальная и контрольная, по 15 юношей 14–16 лет в каждой группе. Все учащиеся относились к основной группе здоровья. Экспериментальная группа занималась по программе, в которую входили, помимо, типовых средств физической подготовки, специализированные игровые комплексы (игры проводились в основной части учебного занятия) и игровые упражнения. Занятия проводились 3 раза в неделю: понедельник, среда, пятница.

Программа занятий выглядела следующим образом:

Понедельник – основные направления: развитие прыгучести, ловкости, быстроты движений; закрепление навыка владения инвентарем, необходимого для сдачи нормативов ГТО:

- общеразвивающие упражнения, выполняемые с инвентарем или без;
- упражнения с барьерами;
- непосредственно прикладные упражнения: бег в комбинации с прыжками, упражнения в равновесии и др.

- игры: «Обруч на себя», «Дружные тройки», «Эстафета со скакалкой», «Оседлай коня».

Среда – основные направления: развитие и совершенствование скоростно-силовых качеств; совершенствование чувства ритма в игровых условиях.

- беговые и прыжковые упражнения;
- упражнения на тренажерах и приспособлениях, применяемых в индивидуальной подготовке;

- непосредственно прикладные упражнения: бег, бег в комбинации с прыжками, упражнения в равновесии и др.;

- игры: «Отталкивание и приземление», «Прыжок-кувырок с разбега», «Музыкальные салки», «Организуем место для занятий», «Получить мячик».

Пятница – основные направления: развитие гибкости и выносливости, закрепление элементов комплекса ГТО в игровой форме:

- беговые комплексы, выполняемые с предметами и без;
- непосредственно прикладные упражнения: бег, бег в комбинации с прыжками, прыжки, упражнения с барьерами и др.;

- упражнения на специализированных полосах препятствий.

- игры: «Бежал с мячиком», «Скакалка-подсекалка», «Перетягивание каната», «Командный скоростной бег».

Контрольная группа занималась по типовым программам физкультурных занятий для старших школьников, где предусмотрены основные средства физической подготовки: общеразвивающие упражнения, специальные упражнения, малоподвижные игры, но, не включающие использование специализированных игровых комплексов ГТО.

Результаты исследования эффективности игровых комплексов ГТО в развитии физической подготовки как ключевого компонента здорового образа жизни представлены в таблице № 1.

**Показатели физической подготовки старших школьников (14–16 лет)
в ходе опытно-экспериментального исследования**

Тест	Этап исследования / средний результат в группе			
	начало исследования		конец исследования	
	ЭГ (n=15)	КГ (n=15)	ЭГ (n=15)	КГ (n=15)
Подтягивание на перекладине, кол-во раз	6,6±0,5	8,6±0,6	10,2±0,7*	9,5±0,8
Бег на 60 м, сек	9,6±0,6	9,8±0,6	9,6±0,5	9,55±0,6
Бег на 2 км, мин.сек	9.45±2,7	9.44±3,38	9.25±3,7*	9.38±4,06*
Наклон вперед из положения стоя на полу, см	12,3±1,07	15,7±1,2	15,9±1,2*	17±1,3
Метание мяча весом 150 г, м	30,2±0,9	29,8±2,13	37,5±2,1*	32,5±2,03

* *Примечание:* ЭГ – экспериментальная группа, КГ – контрольная группа; * – $p < 0,05$ – степень статистически значимых различий между начальным и контрольным измерением по t-критерию Стьюдента

Анализ результатов тестирования физической подготовленности учащихся в контрольной и экспериментальной группе показал, что в среднем выполнить нормативы комплекса ГТО на начало исследования могла только треть испытуемых.

К концу нашего исследования количество юношей с низким уровнем физической подготовленности по результатам сдачи норм ГТО достоверно сократилось на 20,1% ($p < 0,01$) в экспериментальной группе и на 9,6% ($p < 0,05$) в контрольной.

Следует отметить, что на начало исследования в обеих группах особые трудности вызывали испытания в беге на 60 м, беге на 2 км и метании мяча. Однако после проведенных занятий с использованием игровых комплексов ГТО в экспериментальной группе произошли существенные изменения данной ситуации и затруднения в выполнении этих нормативов испытывали отдельные учащиеся, которые по ряду причин пропускали занятия. В контрольной группе и к концу опытно-экспериментального исследования выполнение этих нормативов вызывало определенные трудности.

На основании проведенного сравнительного анализа 2-х групп учащихся 10-го класса общеобразовательной школы, можно утверждать, что при практически равных показателях сдачи нормативов ГТО на начало опытно-

экспериментальной работы, физическая подготовка юношей экспериментальной группы характеризуется более высоким уровнем по результатам итогового тестирования, что свидетельствует о существующей эффективности внедрения специализированных игровых комплексов ГТО в процесс физической подготовки старших школьников. Возрождение комплекса ГТО, как программно-нормативной основы физического воспитания подростков, направлено на приобщение их к здоровому образу жизни, основой которого является культура здоровья [6, с. 173].

Таким образом, реализуемая в собственной педагогической практике, работа по внедрению средств ГТО является залогом формирования у старших школьников установок на ведение здорового образа жизни, необходимого для увеличения продолжительности жизни и сохранения здоровья.

Литература

1. Закиров Н.Р. Формы и методы популяризации здорового образа жизни / Н.Р. Закиров, Н.Н. Щелчкова // Экологическая безопасность, здоровье и образование: сб. науч. трудов IX Всерос. (очно-заочной) науч.-практ. конф. молодых ученых, аспирантов и студентов / под науч. ред. проф. З.И. Тюмасевой. – Челябинск: Изд-во ЗАО «Цицеро», 2016. – С. 115–119.

2. Жуков М.Н. Подвижные игры: учеб. для студ. пед. вузов / М.Н. Жуков. – М.: Изд-кий центр «Академия», 2000. – 160 с.

3. Назаренко Л.Д. Оздоровительные основы физических упражнений / Л.Д. Назаренко. – М.: Изд-во ВЛАДОС-ПРЕСС, 2002. – 240 с.

4. Павлова В.И. Влияние физических нагрузок при занятиях легкоатлетическим спринтом на физическую работоспособность подростков / В.И. Павлова, С.С. Кислякова, Д.А. Сарайкин, Ю.Г. Камскова // Адаптация биологических систем к естественным и экстремальным факторам среды: матер. IV Междун. науч.-практ. конф. – Челябинск: ЧГПУ, 2012. – С. 336–339.

5. Пономарева Л.И. Формирование основ здорового образа жизни ребенка дошкольного возраста как инновационная педагогическая деятельность / Л.И. Пономарева, З.И. Тюмасева // Вестник ЧГПУ. – 2013. – № 11. – С. 156–165.

6. Лихолетова О.А. ГТО как средство повышения физической культуры и укрепления здоровья подростков / О.А. Лихолетова, Н.Н. Щелчкова // Экологическая безопасность, здоровье и образование: сб. науч. трудов X Всерос. (очно-заочной) науч.-практ. конф. молодых ученых, аспирантов и студентов / под науч. ред. проф. З.И. Тюмасевой. – Челябинск: Изд-во ЗАО «Цицеро», 2017. – С. 171–174.

7. Тюмасева З.И. Физическая подготовка младших школьников средствами физической культуры к сдаче норм ГТО / З.И. Тюмасева, А.Б.Левченко // Здоровьесберегающее образование – залог безопасной жизнедеятельности молодежи: проблемы и пути решения: матер. IX Междун. науч.-практ. конф. г. Челябинск, 10–11 ноября 2016 г. / под. науч. ред. З.И. Тюмасевой.– Челябинск: Изд-во ЮУрГГПУ, 2016. – С. 173–177.

Малоземова И.И., Тупицына А.А.

Уральский государственный педагогический университет, г. Екатеринбург, Россия

Оценка урока с позиции здоровьесбережения

Аннотация. В статье рассматриваются особенности реализации здоровьесберегающих технологий в учебном процессе. Рассматриваются требования к здоровьесберегающему уроку в начальной школе.

Ключевые слова: здоровьесберегающая технология, учебный процесс, оценка урока.

Molozemova I.I., Tupitsyna A.A.

Ural State Pedagogical University, Ekaterinburg, Russia

Evaluation of the lesson with the position health care

Abstract. In the article features of health-saving technologies in educational process are considered. There are requirements for a health-saving lesson in primary school.

Keywords: health-saving technology, educational process, lesson evaluation.

Здоровье детей в любом обществе и при любых социально-экономических ситуациях является предметом первоочередной важности, так как оно определяет будущее страны, и потому здоровьесберегающее образование рассматривается в качестве важнейшего приоритета общества.

В исследованиях специалистов (М.М. Безруких, С.К. Смирнов и др.) подчеркивается, что состояние здоровья школьников не только результат влияния социально-экономических, экологических факторов, но и существующей образовательной практики школы. По данным исследователей (М.И. Степановой, А.А. Баранова, В.Р. Кучмы и др.) отрицательное влияние внутришкольной среды и, прежде всего, перегрузок в начальной школе, составляет 12–15%. В результате ребенок приобретает целый ряд болезней и школьных трудностей.

Внедрение в практику обучения здоровьесберегающих технологий является одним из эффективных средств, с помощью которых можно предотвратить ряд проблем в обеспечении уровня здоровья школьников.

Слово «здоровьесберегающая» относится к качественной характеристике любой образовательной технологии, показывающей, насколько при реализации данной технологии решается задача сохранения здоровья основных субъектов образовательного процесса. Это гарантия того, что с учащихся не взимается «плата» за получаемое ими образование в форме непреднамеренного нанесения ущерба их здоровью.

Главный отличительный признак здоровьесберегающих образовательных технологий – использование подходов и методов, ориентированных на личность учащегося. В той или иной степени, все здоровьесберегающие технологии, применяемые в системе образования, являются образовательными [2].

Использование здоровьесберегающих технологий в учебном процессе начальной школы позволяет обучающимся более успешно пройти период адаптации в новой школьной среде.

«Урок – главное поле реализации здоровьесберегающих образовательных технологий», замечает Н.К. Смирнов [3, с. 91]. Требования к здоровьесберегающему уроку в начальной школе перечисляют Л.А. Акимова, Н.В. Сократов [1]. К ним относятся следующие: плотность урока (% времени, затраченного школьниками на собственно учебную работу), должна быть в пределах 60–80%; нагрузка должна увеличиваться постепенно и достигать максимума к середине урока; при проведении занятий необходимо проводить микропаузы, физкультминутки. На одном уроке следует использовать не более 6 видов учебной деятельности, при этом каждый из видов деятельности должен меняться через 7–10 минут.

В ходе урока учителю следует корректировать обстановку: изменить темп-ритм проведения урока, вовремя провести физкультурную паузу, разрядить напряжение шуткой, сменить вид работы: дать творческое задание, организовать работу с учебником или групповую работу; скорректировать неправиль-

ную позу ученика. Для этого необходимо отслеживать изменения в состоянии учащихся: заметить первые признаки утомления, неадекватные состояния во время ответа, после него; реакция на оценку. В начальной школе важен подбор заданий по определенной тематике, связанной с укреплением здоровья, но не менее важным является создание психолого-педагогических условий здоровьесбережения на уроке.

Для оценки проведения урока с позиций здоровьесбережения может быть использован следующий протокол, разработанный нами на основе работ Н.К. Смирнова, Н.В. Третьяковой [2; 4].

Протокол оценки проведения учебного занятия с позиций здоровьесбережения

Ф.И.О. педагога _____

Учебный предмет _____

Класс _____

Дата проведения _____

№ п/п	Показатели	Оценка в баллах		
		1 Низкий уровень	2 Средний уровень	3 Высокий уровень
1	Обстановка и гигиенические условия в классе: 1) тепловой режим; 2) свежесть воздуха; 3) рациональность освещения; 4) наличие звуковых раздражителей			
2	Количество видов учебной деятельности (норма: 4–7 видов за урок) и их средняя продолжительность (норма: 7–10 мин.)			
3	Количество видов преподавания и их чередование (норма: каждые 10–15 мин.)			
4	Использование методов активизации инициативы и творческого самовыражения: 1) метод свободного выбора (свободная беседа, выбор действия, выбор способа взаимодействия, свобода творчества); 2) активные методы (ученики в роли учителя, обучение действием, обсуждение в группах, ролевая игра, дискуссия, семинар, ученик как исследователь);			

	3) методы, направленные на самопознание и развитие (интеллекта, эмоций, общения, воображения, самооценки и т.д.)			
5	Место и длительность применения ТСО (в соответствии с гигиеническими нормами)			
6	Наблюдение за посадкой учащихся			
7	Использование оздоровительных моментов на уроке, их продолжительность (норма: на 15–20 мин. урока по 1 мин. из 3 легких упражнений с 3–4 повторениями)			
8	Наличие в содержательной части урока вопросов, связанных со здоровьем и здоровым образом жизни			
9	Психологический климат на уроке. Взаимоотношения между учителем и учениками: 1) комфорт; 2) сотрудничество; 3) индивидуальные; 4) учет возрастных особенностей			
10	Психологический климат на уроке. Взаимоотношения между учениками: 1) сотрудничество; 2) дружелюбие; 3) заинтересованность; 4) активность; ...			
11	Наличие на уроке эмоциональных разрядок			
12	Плотность урока (количество времени, затраченного школьниками на учебную работу). Норма: не менее 60% и не более 75–80%			
13	Момент наступления утомления учащихся (определяется по возрастанию двигательных и пассивных отвлечений у детей. Норма: не ранее 25–30 мин. в 1 классе, 35–40 мин. в начальной школе)			
14	Темп окончания урока: 1) быстрый, «скомканность»; 2) спокойное завершение урока; 3) задерживание учащихся в классе после звонка			
	Всего баллов			

Общий уровень проведения урока с позиций здоровьесбережения определяется по сумме набранных баллов: низкий уровень – до 21 балла, средний уровень – 22–35; высокий уровень – 36 и более.

Изучение урока с позиций здоровьесбережения по данному протоколу позволяет вовремя увидеть проблемы учителя и решить их, а также способствует

формированию данной компетентности у студентов педагогических специальностей.

Литература

1. Акимова Л.А. Сохранение и укрепление здоровья обучающихся в образовательных организациях и деятельности педагога / Л.А. Акимова, Н.В. Соколатов, Н.Н. Апрелева. – Оренбург: ОГПУ, 2016. – 287 с.

2. Смирнов Н.К. Здоровьесберегающие образовательные технологии в современной школе / Н.К. Смирнов. – М.: АПК и ПРО, 2002. – 121 с.

3. Смирнов Н.К. Руководство по здоровьесберегающей педагогике. Технологии здоровьесберегающего образования / Н.К. Смирнов. – М.: АРКТИ, 2008. – 288 с.

4. Третьякова Н.В. Основы здоровьесбережения: практикум / Н.В. Третьякова. – Екатеринбург: Изд-во Рос. гос. проф.-пед. ун-та, 2011. – 138 с.

Марченко М.И.

Научные руководители: Лапина Л.М., кандидат биологических наук, доцент; Романова Е.А., ст. преподаватель

Южно-Уральский государственный гуманитарно-педагогический университет, Колледж, г. Челябинск, Россия

Формирование навыков изобразительной деятельности у детей старшего дошкольного возраста с нарушением интеллекта

Аннотация. В статье представлены результаты теоретического анализа и собственного практического исследования по формированию навыков изобразительной деятельности (рисования) старших дошкольников с нарушением интеллекта.

Ключевые слова: изобразительная деятельность, рисование, дети старшего дошкольного возраста, нарушение интеллекта (умственная отсталость), рисунок.

Marchenko M.I.

Supervisors: Lapshina L.M., candidate of biological Sciences, associate Professor; Romanova E.A., a senior lecturer

South Ural State Humanitarian Pedagogical University, College, Chelyabinsk, Russia

Formation the skills of graphic activity the children of senior preschool age with mental retardation

Abstract. The article presents the results of a theoretical analysis and own practical research of the graphic activity the children of senior preschool age with a mental retardation.

Keywords: graphic activity, drawing, children of senior preschool age, infringement of intelligence (mental retardation), picture.

Изобразительная деятельность – одно из первых и наиболее доступных средств самовыражения ребенка, в котором проявляется своеобразие многих сторон детской психики. Изобразительная деятельность включает в себя лепку, аппликацию, рисование и конструирование [3, с. 16]. При этом ведущая роль принадлежит рисованию как первому виду продуктивной деятельности, которым овладевает ребенок [1, с. 201–221].

Учитывая значительную роль рисования, его коррекционно-развивающий потенциал в развитии всех сторон психики ребенка, процесс рисования, особенности его организации и обеспечения для детей с нарушением интеллекта остается актуальным предметом исследования в современной олигофренопедагогике [2, с. 114–119].

Изобразительная деятельность детей с нарушением интеллекта характеризуется рядом особенностей: запаздывание в появлении соотношения рисунка и предмета, копирование образца в виде разрозненных линий, не связанных в целостное изображение, бедность сюжета и цветовой гаммы [1, с. 309–314].

ФГОС ДО [6, с. 3–5] определяет направленность программы дошкольного образования на развитие инициативы и творческих способностей на основе соответствующих дошкольному возрасту видов деятельности (игры, изобразительной деятельности, конструирования, восприятия сказки и др.), и таким образом, усиливает необходимость специального, более пристального изучения рисования дошкольников с нарушением интеллекта, в том числе, и как ресурс для овладения письмом в период школьного обучения [4, с. 137–138; 5, с. 207–208].

Для решения выше обозначенной задачи было организовано собственное практическое исследование уровня сформированности навыков изобразительной деятельности детей изучаемой категории, которое было организовано на базе МБДОУ «Детский сад № 448 г. Челябинска». В исследовании приняли участие воспитанники старшей группы, в количестве 11 человек. Все дети

имеют диагноз F70. Были использованы диагностические методики на основе дидактических игр, предложенных Т.М. Бондаренко – «Светит солнышко», «Домик для собачки». Методики были адаптированы авторами к возможностям детей с нарушением интеллекта. В нашем случае они были направлены на диагностику общего уровня сформированности графических умений дошкольников в соответствии с программными требованиями, а именно на выявление умения детей передавать в рисунке образ конкретного предмета (солнышка), соблюдать пропорции его частей (длинные и короткие лучи), умение рисовать предмет, состоящий из определенных геометрических форм (домик для собачки).

Общий анализ результатов диагностики особенностей изобразительной деятельности детей старшего дошкольного возраста с нарушением интеллекта показывает, что у большинства детей исследуемые параметры навыка рисования находятся на низком уровне развития – именно такой уровень отмечен у 64% участников эксперимента (7 детей). Рисунки этих дошкольников отличаются серьезным искажением основной формы изображаемого объекта – солнышка – и нарушением пропорций длины его лучей, все фигуры «домика для собачки» были трудно соотносимы с соответствующими геометрическими образцами.

Средний уровень сформированности навыка рисования выявлен у 36% детей (4 человека). Рисунки этих дошкольников отличались более качественными изобразительными умениями. Однако и в них можно отметить нарушение передаваемых пропорций и геометрических форм (хотя и менее выраженное, чем у детей с низким уровнем). Наибольшие трудности возникают при попытке нарисовать круг – он получается вытянутым (ближе к овалу), неровным, отмечается не замкнутость линий и их «дрожание».

Высокий уровень сформированности исследуемых параметров изобразительности в ходе эксперимента не выявлен ни у одного ребенка.

Таким образом, общий анализ полученных результатов показывает, что данная группа дошкольников с нарушением интеллекта нуждается в специально организованной коррекционной работе по формированию изобразительной

деятельности. Наиболее эффективной организация данной работы будет на этапе дошкольного детства, в период подготовки к школе. Формирование и совершенствование навыков рисования в это время следует рассматривать, в том числе, и как подготовку руки ребенка к письму.

Для организации коррекционной работы, направленной на формирование изобразительной деятельности (рисования) детей старшего дошкольного возраста с нарушением интеллекта были подобраны из специальной и методической литературы игры и коррекционно-развивающие задания. Эти материалы были подобраны на весь учебный год и учтены при составлении календарно-тематического планирования. В таблице 1 представлен фрагмент коррекционно-развивающего раздела (на сентябрь) данной работы.

Таблица 1

**Коррекционно-развивающий раздел плана работы воспитателя
по формированию изобразительной деятельности**

Неделя	Занятия	Форма и цель коррекционной работы
Сентябрь		
1	Тема: «Мой любимый дождик» Задачи: Учить рисовать дождик из тучек, используя точку и линию как средство выразительности	Игра «Найди и назови» Цель: коррекционная работа по формированию представлений о пространственном расположении предметов по отношению друг к другу
2	Тема: «Веселые мухоморы» (1-е занятие) Задачи: Учить наносить ритмично точки на всю поверхность бумаги (шаблон)	Игра «Картина» Цель: коррекционная работа по формированию ориентировки в пространстве листа бумаги
3	Тема: «Веселые мухоморы» (2-е занятие) Задачи: Учить рисовать травку пальчиками (или кисточками)	Игра: «Петрушки» Цель: коррекционная работа по формированию пространственных отношений, выраженных с помощью предлогов «на», «под», «рядом»
4	Тема: «Ярко светит солнышко» Цель: Учить рисовать прямые линии карандашом	Игра «Лото-вкладки» Цель: коррекционная работа по формированию целостного образа предмета, пространственного расположения деталей и их соотношение с другими частями целого

Направления коррекционной работы внесены в основной план работы воспитателя по формированию изобразительной деятельности детей старшего дошкольного возраста с нарушением интеллекта. Формы коррекционной работы реализуются как в основном занятии, так и в виде предварительной работы.

Коррекционная работа составлена с учетом возрастных особенностей и результатов исследования уровня сформированности изобразительной деятельности детей старшего дошкольного возраста с нарушением интеллекта.

Литература

1. Бондаренко Т.М. Практический материал по освоению образовательных областей в старшей группе детского сада / Т.М. Бондаренко // Педагогика нового поколения. – Изд-во: ИП Лакоценина, 2013. – 527 с.

2. Гаврилушкина О.П. Программа воспитания и обучения дошкольников с интеллектуальной недостаточностью / О.П. Гаврилушкина, Л.Б. Беряева, А.П. Зорин, Н.Д. Соколова. – СПб.: Союз, 2003. – 320 с.

3. Комарова Т.С. Что такое изобразительное творчество ребенка? / Т.С. Комарова // Дошкольное воспитание. – 1991. – № 8. – С. 44–46.

4. Лапшина Л.М. Методическое обеспечение формирования графомоторного навыка у школьников с выраженным нарушением интеллекта / Л.М. Лапшина // Образование: традиции и инновации: матер. XIV Междун. науч.-практ. конф. (27 апреля 2017 г.). – Прага, Чешская Республика: WORLD PRESS, 2017. – С. 137–138.

5. Романова А.Н. Диагностика и коррекция перцептивных сенсорных и некоторых когнитивных нарушений у детей в условиях ДООУ / А.Н. Романова, Т.И. Косьянова, Ю.И. Киселева, Е.А. Романова, А.В. Диденко // В сб.: Оздоровление средствами образования и экологии: матер. Всерос. науч.-практ. конф. по оздоровлению подрастающего поколения. – Челябинск: ЧГПУ, 2005. – С. 207–208.

6. Федеральный государственный стандарт дошкольного образования // Утвержден приказом министерства образования и науки Российской Федерации от 17 октября 2013 г. – № 1155. – 34 с.

Меньшенина Д.А., Натарова Л.Е.

Научный руководитель: Захаров С.Г., кандидат географических наук, доцент

Южно-Уральский государственный гуманитарно-педагогический университет, г. Челябинск, Россия

Экологическая обстановка в Еткульском районе

Аннотация. В статье рассматривается экологическая обстановка в Еткульском районе, указаны основные экологические проблемы возникшие под влияние человеческой деятельности.

Ключевые слова: экология, загрязнение атмосферы, отвалы пород, «чистая вода».

Menshenina D.A., Natarova L.E.

Supervisor: Zakharov S.G., candidate of geographical Sciences, associate Professor

South Ural State Humanitarian Pedagogical University, Chelyabinsk, Russia

The environmental situation in Etkul district

Abstract. The article deals with the ecological situation in the Etkul district, identifies the main environmental problems that encountered under the influence of human activity.

Keywords: ecology, air pollution, rock dumps, «clean water».

С момента становления общества, развития производства, совершенствования технологий остро встала экологическая проблема перед человечеством. Вопрос экологической безопасности стал актуальным и в городе Челябинске и Челябинской области. 2017 год Президент РФ объявил годом экологии России. Изучению проблем экологической обстановки в области уделяется большое внимание как в Министерстве экологии Челябинской области, так и в образовательных организациях (школах, колледжах, высших учебных заведениях).

В Еткульском районе Челябинской области наблюдается комплексное нарушение природной среды [1, с. 26]. Высокий показатель экологической безопасности от 0,2 до 0,4 [2, с. 22]. Район относится к урбанизированным территориям, поэтому наблюдается большая степень влияния человека на природные компоненты, так как ведется активная хозяйственная деятельность.

В районе нет крупных производств, но наблюдается влияние на атмосферу крупных городов, как Коркино, Копейск, Челябинск. Основными загрязнителями являются: оксид углерода, оксиды азота, диоксид серы, углеводороды, альдегиды, тяжелые металлы (Pb, Cu, Zn, Cd, Cr), аммиак. Однако не только они считаются основными источниками загрязнения атмосферы, но и федеральная трасса, которая проходит по территории района и собственная дорожная сеть. Автомобили являются источником выхлопов таких вредных газов в атмосферу, как оксиды азота, углеводороды, альдегиды, сажи, углекислый газ, бензпирен-3. Помимо этого на территории района много котельных, работающих на угле, которые в результате своей деятельности выбрасывают пыль и твердые частицы в воздух.

Стоит проблема о хранении и утилизации твердых бытовых отходов. В результате добывающей деятельности нарушается естественный ландшафт, среда обитания растений и животных, загрязняется почва и подземные воды. Основные твердые отходы – мраморный бой от предприятия «Коелгамрамор», отвалы пустой породы с «Еткульзолото». Вопрос их утилизации является важным, но никак не решается.

Основная проблема использования водных ресурсов в Еткульском районе – несанкционированный сброс сточных вод, загрязняющих веществ. Администрация производит мониторинг и отслеживает ПДК загрязняющих веществ. С 2010 года в районе реализуется программа «Чистая вода», которая предусматривает строительство новых водопроводных сетей, очистных сооружений, бурение скважин. На данный момент новые водоносные сети построены или отремонтированы лишь в 3 крупных селах района.

В некоторых деревнях нет водопроводов. Жители берут воду из колодцев. Выкапывают новые, либо пользуются теми, из которых брали воду их деды и прадеды. В некоторых колодцах вода не отвечает нормам ПДК. Считаем, что в таких деревнях необходимо проводить анализ вод, для установления соответствия питьевых вод нормам ПДК.

На территории Еткульского района находится предприятие «Еткульзолото», которое начало функционировать с 2001 года. Главная технология переработки золотосодержащей руды – технология кучного выщелачивания с применением цианистых растворов. Это повлекло за собой панику у населения, что почвы и источники воды загрязнены. Взрывы на карьере приводили к растрескиванию грунта, рядом с карьером находятся отвалы пустой породы. В результате взрывов на карьере в Березняках в почве образовалась трещина, которая прошла рядом с нефтепроводом, если деятельность в карьере не приостановить, не избежать катастрофы [3].

Применение удобрений на сельскохозяйственных угодьях приводит к загрязнению почв. В 70–80-е годы в озере Селезян вымерла вся рыба, причиной той стала утечка сельскохозяйственных удобрений. Около озера Селезян нахо-

дились бочки с удобрениями для растительных культур, в результате утечки эти удобрения попали в подземные воды, которые питают озеро. Рыба в озере вымерла.

Большой урон природе наносит деятельность иностранных рабочих, у которых на территории района построены теплицы. В результате нерационального использования воды, происходило бесконтрольное выкачивание вод, близ деревни Потапово исчезли болота Клюквенное и Ипатьевское.

В районе распространены нелегальные свалки мусора, которые жители сами создают. Каждое лето в прибрежной территории озер после отдыхающих остаются горы мусора. Вдоль дорог наблюдаются выброшенные пакеты с мусором, до которых никому нет дела [4, с. 64]. В некоторых сельских поселениях свалки закапывают, иногда жители преднамеренно поджигают горы мусора, что отрицательно влияет на окружающую среду, а также на жителей.

Лесные пожары являются частой проблемой в районе в летний период. Еткульский район входит в пятерку лидеров по количеству лесных пожаров в Челябинской области. В 2015 году зарегистрировано 292 лесных пожара по Еткульскому району. Все пожары начинались либо после нарушения правил пожарной безопасности, либо преднамеренно совершался поджог. В результате лесных пожаров уничтожается травяной покров, сгорают деревья. Если лес выгорел полностью, то на его восстановление требуется десятки, а то и сотни лет.

В районе распространено браконьерство. Нелегальная охота на животных и птиц, ловля рыбы приводит к сокращению популяции животных, птиц, рыб. Незаконная вырубка леса ведет к деградации лесного покрова. Для контроля за лесными угодьями, рациональным использованием лесных ресурсов созданы лесничества: Еткульское, Белоусовское, Каратабанское.

Для сохранения уникальных природных объектов были созданы природоохранные территории. На территории Еткульского района расположены четыре памятника природы: один ботанический и три гидрологических. Еткульский бор – ботанический памятник природы – островной реликтовый бор, создан с целью сохранения редких видов растений и животных, образован в 1969 году. К

гидрологическим памятникам природы относятся озера Большой Шантропай, Боровушка и Горькое. Все три памятника природы образованы в 1985 году. Озера Большой Шантропай и Горькое созданы для сохранения бальнеологических ресурсов озер, которые имеют целебные свойства, а вода в озере Большой Шантропай имеет повышенную минерализацию и щелочность. Озеро Боровушка создано для сохранения редких видов растений [5, с. 125]. На данный момент эти природоохранные территории являются местом активного отдыха для людей. Тот факт, что озера или бор являются памятниками природы, не останавливает туристов оставлять мусор после отдыха, обрывать ветви и кору деревьев, разжигать костры. Люди, которые заботятся о природе не устраивают свалок там, где отдыхают. А школьники устраивают каждый год экологический десант на озера или в бор, убирают пакеты, бутылки и прочие материалы.

Кроме памятников природы, выделяют две орнитологические территории международного значения: озера Большой Сарыкуль и Дуванкуль, а также и три орнитологические территории регионального значения: озера Селезян, Малый Сарыкуль и Буташ. Они созданы с целью сохранения популяций птиц, в основном из семейства утиных. Эти территории охраняются, на них запрещена любая человеческая деятельность.

В Еткульском районе при администрации района существует экологический кабинет, который следит за обстановкой в районе, проводит исследования, мониторинг. Вопросы экологии являются неотъемлемой частью заседания депутатов Еткульского района.

В образовательных организациях района проводятся мероприятия воспитательного характера, где показывается значимость природы, формируется бережное отношение к ней. Каждая школа выходит на субботники весной, проводятся экологические декады, классные часы.

Таким образом, наше исследование показало, что экологическая обстановка в Еткульском районе не удовлетворительная, так как в районе существуют экологические проблемы, которые необходимо решать, например утилизация отходов мраморного боя или стихийные свалки. Считаем, для того, чтобы

решать экологические проблемы каждого района области, страны, каждый человек должен осознавать, в какой среде ему жить и бороться за безопасную окружающую среду.

Литература

1. Челябинская область. Атлас. – Челябинск, АБРИС, 2010. – 32 с.
2. География. Челябинская область. 5–11 класс. Атлас – Челябинск, Край Ра, 2014. – 48 с.
3. Собрание депутатов Еткульского муниципального района. 20 лет – Челябинск, Сувенир-Сервис, 2016, – 56 с.
4. Комплексный доклад о состоянии окружающей среды Челябинской области в 2013 году – Челябинск, – 314 с.
5. Особо охраняемые территории Челябинской области – Челябинск, – 148 с.

Миннихметов Р.Р.

Научный руководитель: Кабиров Т.Р., кандидат биологических наук, доцент

Башкирский государственный педагогический университет им. М. Акмуллы, г. Уфа, Республика Башкортостан

Влияние транспортной инфраструктуры на окружающую среду в г. Уфе

Аннотация. Транспорт – один из важнейших компонентов общественного и экономического развития, оказывающий весьма значительное негативное воздействие на природные экологические системы. Известно, что особенно резко эти воздействия ощущаются в крупных городах, возрастая по мере увеличения плотности населения.

Ключевые слова: транспорт, загрязнение, городская среда

Minniakhmettov R.R.

Supervisor: Kabirov T.R., candidate of biological Sciences, associate Professor Bashkir State Pedagogical University im. M. Akmulla, Ufa, Bashkortostan

Influence of transport infrastructure on the environment of Ufa city

Abstract. Transport is one of the most important components of social and economic development, which has a very significant negative impact on natural ecological systems. It is known that these impacts are felt particularly sharply in large cities, increasing as population density increases. Ufa is a large transport hub, which is characterized by developed railway, pipeline and motorways, as well as modern air and river routes. Considering growing urbanization and population growth, solution of this problem is impossible without the development and implementation of innovative, environmentally friendly types of urban transport.

Keywords: transport, urbanization, air pollution.

Транспорт – один из важнейших компонентов общественного и экономического развития, поглощающий значительное количество ресурсов и оказывающий серьезное влияние на окружающую среду. При всей важности транспортно-дорожного комплекса как неотъемлемого элемента экономики необходимо учитывать его весьма значительное негативное воздействие на природные экологические системы. Известно, что особенно резко эти воздействия ощущаются в крупных городах, возрастая по мере увеличения плотности населения [1, с. 295]. Воздействие транспорта чрезвычайно многосторонне – это воздействие многомиллионного парка автомобилей, самолетов, судов, крупных транспортных предприятий, автомобильных и железных дорог, трубопроводов и пр. По оценке специалистов, в среднем вклад отдельных видов транспортных средств в загрязнение атмосферы составляют от транспорта: автомобильного транспорта – 85%; морского и речного – 5,3%; воздушного – 3,7%; железнодорожного – 3,5%; сельскохозяйственного – 2,5% [2, с. 48–50].

Автомобильный транспорт необходимо рассматривать как индустрию, связанную с производством, обслуживанием и ремонтом автомобилей, их эксплуатацией, производством горючего и смазочных материалов, с развитием и эксплуатацией дорожно-транспортной сети.

С этой позиции можно сформулировать следующие негативные факторы влияния автомобильного транспорта на окружающую среду.

Первая группа связана с производством автомобилей:

– высокая ресурсно-сырьевая и энергетическая емкость автомобильной промышленности;

– собственное негативное воздействие на окружающую среду автомобильной промышленности (литейное производство, инструментально-механическое производство, стендовые испытания, лакокрасочное производство, производство шин и др.).

Вторая группа обусловлена эксплуатацией автомобилей:

- потребление топлива и воздуха, выделение вредных выхлопных газов;
- продукты истирания шин и тормозов;
- шумовое загрязнение окружающей среды;
- материальные и человеческие потери в результате транспортных аварий.

Третья группа связана с отчуждением земель под транспортные магистрали, гаражи и стоянки:

– развитие инфраструктуры сервисного обслуживания автомобилей (автозаправочные станции, станции технического обслуживания, мойки автомобилей и др.);

– поддержание транспортных магистралей в рабочем состоянии (использование соли для таяния снега в зимние периоды).

Четвертая группа объединяет проблемы регенерации и утилизации шин, масел и других технологических жидкостей, самих отслуживших автомобилей.

Город Уфа является крупным транспортным узлом, который характеризуется развитыми железнодорожными, трубопроводными и автомобильными магистралями, а также современными воздушными и речными путями. Это единственный город, который сообщается с Москвой посредством сразу двух федеральных автомагистралей. На 2017 год в Уфе зарегистрировано более 493 тыс. автотранспортных средств. Если брать усредненные показатели, то одна машина в течение года поглощает около четырех тонн кислорода, необходимого для запуска процессов сгорания топлива. В результате работы двигателя автомобиля образуются отработанные газы, состоящие из множества вредных компонентов. Так, в год выбрасывается порядка 800 кг угарного газа, 180-200 килограммов углеродов и примерно 35–40 кг оксидов азота. Также в атмосферу выделяются и канцерогенные соединения: порядка пяти тысяч тонн свинца, около полутора тонн бензапилена, свыше 27 тонн бензола и более 17 тысяч тонн формальдегида. А общее количество всех вредных и опасных веществ, выделяемых в процессе эксплуатации автомобильного транспорта по России, составляет около 20 миллионов тонн в год [3].

Понимая серьезность проблемы, Правительство Республики Башкортостан ведет активную работу по созданию нормативно-законодательной базы по вопросам экологизации автотранспорта. Наш регион в числе первых отказался от использования на своей территории этилированных бензинов и дизельного топлива с содержанием серы выше 0,2%. Эта мера позволила исключить поступление в воздушный бассейн соединений свинца, значительно сократить выбросы сернистого ангидрида. На предприятиях республики освоено производство метилтретбутилового эфира, используемого в качестве надбавки к бензину. В свою очередь это обеспечило снижение на 30% содержания оксид углерода в отработавших газах автомобилей.

Немалый эффект в охрану атмосферного воздуха от выбросов автотранспорта дает реализация моторного топлива с улучшенными экологическими характеристиками – Евро-5. В нем предусмотрены требования по снижению окиси углерода, окислов азота и углеводородов для бензиновых двигателей на 25%, для дизельных двигателей окиси углерода, окислов азота – на 20%, выбросов сажи – на 80%.

Программы по переводу общественного автотранспорта, транспорта дорожно-коммунальных служб на газовое топливо реализуются в городах республики. В Уфе эта работа выполнена на 50%. Следует отметить, что для каждого города определен свой показатель.

По подсчетам специалистов, в целом перевод автотранспорта на газовое топливо позволит снизить выбросы от муниципального транспорта на 10 тысяч тонн в год.

Несомненно, что решать проблему негативного влияния транспорта следует комплексно. Речь идет о создании современной дорожной сети, рациональной организации транспортных потоков, применении высококачественных бензинов, использовании альтернативного топлива и развитии электротранспорта. Воздействие транспорта и транспортной инфраструктуры на экологическую безопасность города, как и некоторые другие проблемы функционирования урбэко систем, во многом зависят от непосредственного вклада каждого

горожанина, его экологической культуры и готовности пожертвовать частью персонального комфорта ради улучшения качества окружающей среды. Сегодня все большую популярность приобретают приложения, позволяющие находить попутчиков, сервисы каршеринга и прокатных автомобилей, что позволяет хоть ненамного снизить количество транспорта на дорогах города. Однако, в условиях растущей урбанизации и увеличения населения решение проблемы невозможно без разработки и внедрения инновационных, экологически безопасных видов городского транспорта.

Литература

1. Галабурда В.Г. Единая транспортная система: учеб. для вузов. / В.Г. Галабурда, В.А. Персианов, А.А. Тимошин. – М.: Транспорт, 1996. – 295 с.
2. Подгорнова Н.А. Экологические проблемы автомобильного транспорта и пути / Н.А. Подгорнова // Молодой ученый. – 2016. – № 22. – С. 48–50.
3. <http://vtorothodi.ru/ecology/vliyanie-transporta-na-okruzhayushhuyu-sredu> (дата обращения: 18.03.2018).

Мухаметшина А.А.

Научный руководитель: Хуснутдинова З.А., доктор медицинских наук, профессор

Башкирский государственный педагогический университет им. М. Акмуллы, г. Уфа, Республика Башкортостан

Социально-педагогические условия профилактики школьного травматизма

Аннотация. В статье рассматривается актуальная проблема современности школьный травматизм. Представлены результаты анонимного анкетирования обучающихся в общеобразовательных организациях городского и сельских поселений Республики Башкортостан по данной проблеме.

Ключевые слова: детский травматизм, школьный травматизм, травмы, общеобразовательная организация.

Mukhametshina A.A.

Supervisor: Khusnutdinova Z.A., doctor of medical Sciences, Professor

Bashkir State Pedagogical University im. M. Akmulla, Ufa, Bashkortostan

Socio-pedagogical conditions of prevention of school injuries

Abstract. The article deals with the actual problem of modernity – school trauma. The results of an anonymous survey of students in educational organizations of urban and rural settlements of the Republic of Bashkortostan on this problem are presented.

Keywords: child injuries, school injuries, trauma, research, educational institution.

Важнейшим фактором риска жизни и здоровью детей являются травмы и несчастные случаи, занимающие в структуре причин смертности детей в возрасте от 3 до 18 лет одну из ведущих позиций. Уровень детской смертности в России, связанный с травмами, самый высокий в Европе и составляет в абсолютных числах более 13 000 детей в год или 35 в сутки [1, с. 6]. Ежегодно в медицинские учреждения Российской Федерации по причине травматизации обращаются более 3 млн. детей в возрасте до 18 лет [2, с. 61].

Среди детей разных возрастов частота травм распределяется неравномерно. В большинстве случаев поражает детей младшего школьного возраста. С каждым годом число полученных школьниками травм не уменьшается, а наоборот, увеличивается. Объяснение данному факту можно дать как с позиции халатного отношения взрослых к данному явлению, так и с позиции современных тенденций и условий детского развития.

Учитывая актуальность проблемы детского, в том числе школьного, травматизма, с целью разработки практических рекомендаций по их предупреждению в условиях образовательной организации, нами организовано и проведено комплексное исследование на базе трех общеобразовательных организациях Республики Башкортостан. Исследование проводилось на основе выкопировки и анализа данных официальной статистики, а именно ежегодных отчетов Министерства здравоохранения республики, а также с использованием социологического метода. В данной статье приведены предварительные результаты нашего исследования.

По официальным статистическим данным о заболеваемости детского населения Республики Башкортостан класс «Травмы, отравления и некоторые другие причины воздействия внешних причин» в общей структуре заболеваемости по обращаемости занимают 5% всех заболеваний детей до 18 лет. Сравнительный анализ данного показателя по республике за период с 2012 года по 2016 год показал некоторый рост его удельного веса в структуре заболеваемо-

сти как среди детей в возрасте 0–14 лет включительно, так и среди детей в возрасте 15–17 лет. Рост колебался в пределах 1–1,5%, за исключением 2013 года, когда удельный вес данного класса болезней в структуре заболеваемости по обращаемости достиг 5% [3].

Анонимным анкетированием по различным аспектам проблемы травматизации детей школьного возраста были охвачены обучающиеся 9–11 классов трех общеобразовательных организаций: МБОУ «Школа № 110» г. Уфа, МОБУ лицей с. Булгаково и МБОУ СОШ с. Комсомольск МР Учалинского района. Исследование предполагает проведение сравнительного анализа проблемы школьного травматизма среди детей сельских и городских поселений. Анкета состоит из 20 вопросов открытого и закрытого типа. Общее число респондентов составило 120 человек, по 40 из каждого вида общеобразовательной организации. В опросе участвовали 61 юноша и 59 девушек.

В результате анализа полученных данных установлено, что из 120 респондентов большинство опрошенных (70 школьников или 58%) в период обучения получали различные по характеру травмы. Среди травмированных 72,8% респондентов – это юноши. Судя по ответам опрошенных, в структуре травм первое место (85% от всех случаев травм) занимали механические повреждения (ушибы, переломы, растяжения, вывихи и т.д.). Второе ранговое место (14%) заняли химические травмы (химические ожоги, отравления и т.д.).

В каждом втором случае травмы, как считают сами респонденты, получили по своей вине и, в стольких же случаях травма была получена по вине одноклассников, из-за их невнимательности и/или баловства.

Результаты анкетирования выявили, что чаще всего дети травмируются во время перемен (в 44% случаях) и на уроках физической культуры (34%).

По мнению респондентов самыми травмоопасными местами в школе являются коридоры, лестницы, а также места, где проводятся уроки физической культуры.

Как считают опрошенные, в большинстве случаев травмы, полученные ими, не требовали какого-либо медицинского вмешательства. Из 70 респонден-

тов, получивших увечья, только 22 (31,4%) обратились за медицинской помощью и практически каждый второй из числа обратившихся (45,5%) в последующем был вынужден проходить лечение в стационарных условиях.

Таким образом, уровень травматизма на 100 опрошенных обучающихся составил 58,3%, а частота госпитализации – 14,2%. Данные показатели свидетельствуют как о высоком уровне травматизации детей, так и о тяжести полученных травм.

Из данных опроса наших респондентов нами установлено, что в каждой, из трех общеобразовательных организаций проводились определенные мероприятия, направленные на профилактику школьного травматизма. В частности, о мерах безопасности учителя вели беседы на некоторых травмоопасных уроках, проводились инструктажи по технике безопасности после каждого школьных каникул. Однако мероприятия не имели системного характера. Не проводилась работа с детьми и после получения кем-либо из школьников тяжелых травм, особенно сопровождавшихся госпитализацией.

Данные предварительного сравнительного анализа состояния проблемы травматизации детей в трех общеобразовательных организациях, свидетельствуют о том, что, во-первых, показатель частоты травм среди школьников сельских поселений практически в два раза был ниже, чем среди городских школьников. Во-вторых, городские школьники чаще получают травмы во время перемен, а сельские школьники чаще травмируются на уроках физической культуры. Все это является свидетельством не соблюдения правил поведения детьми и отсутствия контроля за ними на переменах и на уроках физической культуры.

Таким образом, полученные в результате данные дают основание считать, что проблема с травмированием детей в условиях образовательной среды существует, она актуальна и требует разработки комплекса адекватных практических рекомендаций, направленных на совершенствование работы общеобразовательных организаций по предупреждению школьного травматизма.

Литература

1. Веские факты о непреднамеренных травмах и насилии в Европейском регионе ВОЗ // Факты и цифры ЕРБ ВОЗ. – Копенгаген, Бухарест, 2009.
2. Ежегодные сборники «Здоровье населения и деятельность учреждений здравоохранения Республики Башкортостан» за 2012–2016 гг.
3. Травматизм, ортопедическая заболеваемость, состояние травматолого-ортопедической помощи в России (2013 год): справочник / под ред. С.П. Мирнова; сост. Т.М. Андреева, Е.В. Огрызко, М.М. Попова. – М.: ЦИТО, 2014.

Нуржанова В.Д., Мамылина Н.В.

Южно-Уральский государственный гуманитарно-педагогический университет, г. Челябинск, Россия

Экскурсионно-туристическая работа в структуре системы воспитания подростков

Аннотация. В представленной статье предпринята попытка эскалации авторитета экскурсионно-туристической работы в системе воспитания современного подростка. На основании анализа научно-методической литературы показана рациональность проведения туристских походов как средства фоновой физической культуры, а также их роль в системе воспитания морально-волевых качеств, патриотизма, любви к окружающему миру.

Ключевые слова: подростки, система воспитания, туризм.

Nurzhanova V.D., Mamylyna N.V.

South Ural State Humanitarian Pedagogical University, Chelyabinsk, Russia

Excursion and tourism work in the structure of the system of education of adolescents

Abstract. In this article, an attempt is made to escalate the authorization of excursion and tourism work in the system of upbringing of a modern teenager. Based on the analysis of scientific and methodological literature, the rationality of conducting hiking trips as a means of background physical culture, as well as their role in the system of education of moral-strong-willed qualities, patriotism, and love of the world around us is shown.

Keywords: teens, education system, tourism.

Экскурсионно-туристическая работа, как один из достаточно действенных и рациональных методов воспитания подростков, является неотъемлемой частью системы внеклассной работы с учащимися средних образовательных организаций. В годовом учебном плане данная форма воспитания представлена

как самостоятельный раздел [2, с. 52]. Для современного преподавателя, работающего с подростками, важны те возможности экскурсионно-туристической работы, которые позволяют использовать ее, как говорил А.С. Макаренко (1986): «... в целях проектирования личности школьников в духовно-нравственных критериях демократического общества».

Педагогу, прежде всего как воспитателю, который общается с подростком неформально зачастую только в режиме классного занятия, трудно разобраться в характерах, мотивах поведения, ценностных ориентациях своих воспитанников. Можно проиллюстрировать на примере классного руководителя из фильма Р. Быкова «Чучело» (1983) насущную в отечественных школах ситуацию о познаниях преподавателя в области психологического микроклимата и индивидуальных особенностях своих учеников. А без этих познаний целенаправленно воспитывать подростка все равно, что «лечить пациента, не зная болезни». В рамках туристского похода, напротив, почти все подростки раскрепощаются, отходят от стереотипичного поведения социальной роли ученика или ребенка, что позволяет рассмотреть в них скрытые таланты и неординарные черты личности.

Преподаватель так же может укрепить или завоевать безоговорочный авторитет в походе.

В туристских походах с подростками не раз приходится перепоручать помощь в переносе грузов от более слабого более сильному, учить делиться личными вещами в критической ситуации, тем самым формируя чувство коллективизма и взаимопомощи.

Характерная для многих современных родителей позиция гиперопеки «ограждает» подростков от большинства естественных в своих проявлениях физических нагрузок и эмоционального стресса в их повседневной жизни [4, с. 32]. Эмоциональный стресс, как известно, вызывает множество негативных последствий как для всего организма человека, так и для отдельных его систем [1, с. 322]. Например, снижение двигательной активности на открытом воздухе приводит к ухудшению адаптивности организма подростка, подвергает его организм высокому риску заболеваний, связанных с влиянием естественных при-

родных факторов (холод, тепло, солнечный свет), развивает инфантильность и несостоятельность в решении задач, требующих «выхода» из зоны привычного комфорта.

Как показывают проведенные социологические исследования, семья, где муж и жена занимаются или занимались самостоятельным туризмом, значительно прочнее «среднестатистических», а их дети более самостоятельны и более гибкие к изменяющимся социальным ролям и условиям [3, с. 1185].

В заключении стоит отметить, что экскурсионно-туристическая работа, как педагогическое средство воспитания, при определенных условиях способна нанести и вред духовному облику подростка. Подходя к проведению подобной формы внеклассной работы по физической культуре, не имея достаточного уровня организационно-методической компетентности, преподаватель вместо возможной пользы закрепит отрицательные черты характера личности подростка и его девиантный стиль социальных взаимоотношений. В физическом воспитании детей подросткового возраста экскурсионно-туристической работе принадлежит почетное место. Именно такой вид работы представляет собой наиболее подходящий вид двигательной активности, отличающейся привлекательностью, доступностью, глубиной и разносторонностью воздействия.

Литература

1. Латюшин Я.В. Динамика антиоксидантных ферментов в костном мозге животных на фоне коррекции церулоплазмином при действии эмоционально-болевого и гипокинетического стресса / Я.В. Латюшин, В.И. Павлова, Н.В. Мамылина // Вестник ЧГПУ. – 2009. – № 12. – С. 319–326.

2. Ухтинская М.В. Туристско-экскурсионная деятельность в организации досуга подростков / М.В. Ухтинская // Вестник СПбГУКИ. – 2012. – № 3. – С. 51–58.

3. Integrative role of awareness levels of athletes of their individual gender characteristics / N.V. Uvarina, A.V. Vorogejkina, N.V. Mamylyna, A.A. Semchenko, A.A. Podgorbunskikh // Journal of Pharmaceutical Sciences and Research. – 2017. – Vol. 9. – № 7. – P. 1184–1187.

4. Semchenko A.A. Physiological characteristics of sport training system in hurdling // Proceedings of 13th International Conference on Biology and Medical Sciences. – 2017. – P. 31–34.

Нурписов А.А., Захарова Н.А.

Научный руководитель: Камскова Ю.Г., доктор медицинских наук, профессор

Южно-Уральский государственный гуманитарно-педагогический университет, г. Челябинск, Россия

Возможности игрового метода в воспитании быстроты двигательных действий в группах начальной подготовки секции бокса

Аннотация. Основным назначением данной работы явилась оценка эффективности применения игрового метода как средства воспитания быстроты движений в ходе тренировочного процесса у боксеров 7–9 лет на этапе начальной спортивной подготовки. Выявлено, что комплексное применение специализированных игровых комплексов в одном учебно-тренировочном занятии значительно повышает уровень развития скоростных способностей у юных боксеров.

Ключевые слова: быстрота, двигательные действия, игровой метод, юные боксеры.

Nurpisov A.A., Zakharova N.A.

Supervisor: Kamskova Yu.G., doctor of medical Sciences, Professor

South Ural State Humanitarian Pedagogical University, Chelyabinsk, Russia

Methodical features training rapidity of movements in groups of initial preparation boxing section

Abstract. The main purpose of this study was to evaluate the efficacy of a game method as a means of education of speed of movement during the training process in boxers 7–9 years at a stage of initial sports training. It is revealed that the integrated use of specialized gaming facilities in one training session significantly increases the level of development of speed abilities in young boxers.

Keywords: speed, motor action, game method, young boxers.

Вопросам проблемы развития основных физических качеств юных спортсменов различными методами посвящено большое число научных исследований [1; 2; 4; 5]. Как показывают наблюдения, в практике огромный набор подвижных игр, способствующих развитию быстроты движений, не используется тренерами по боксу в должной мере [3; 9]. На наш взгляд, это связано с тем, что нет достаточного обоснования для разработки специализированных игр, отражающих специфику физической подготовки юных боксеров групп начальной подготовки, а также отсутствуют методические разработки, изучающие вопросы комплексного применения нескольких подвижных игр в одном тренировочном занятии юных спортсменов.

Таким образом, проблема воспитания быстроты двигательных действий юных боксеров на основе игрового метода остается неразрешенной и требует экспериментального изучения [1; 6; 7; 8; 9].

Для проведения исследования, на базе ДЮСШ Буревестник г. Челябинска, нами было сформировано две группы – экспериментальная и контрольная, по 15 мальчиков 7–9 лет в каждой группе. Экспериментальная группа занималась по программе, в которую входили, помимо, средств подготовки юных боксеров, специализированные игровые комплексы (игры проводились в основной части тренировочного занятия) и игровые упражнения. Занятия проводились 3 раза в неделю: понедельник, среда, пятница. Контрольная группа занималась по типовым программам занятий для групп начальной подготовки секции бокса, где предусмотрены средства подготовки юных спортсменов к специализированным занятиям боксом (элементы боксерской подготовки, общеразвивающие упражнения, специальные упражнения, малоподвижные игры), но, не включающие использование специализированных игровых комплексов.

Результаты исследования эффективности применения игрового метода в воспитании быстроты движений юных боксеров представлены в таблице 1.

Таблица 1

Показатели развития быстроты двигательных действий у юных боксеров в ходе опытно-экспериментального исследования

Тест	Этап исследования / средний результат в группе			
	начало исследования		конец исследования	
	ЭГ (n=15)	КГ (n=15)	ЭГ (n=15)	КГ (n=15)
Бег на 30 м с в/с, сек	8,1±0,26	7,8±0,64	7,6±0,57*	7,55±1,04
Запрыгивания на возвышение, кол-во раз	35,3±3,17	44±4,28	48,5±3,92	52,8±4,38
Теппинг тест, см	30,2±3,59	27,8±2,8	27,5±1,59*	26,5±2,67

* *Примечание:* ЭГ – экспериментальная группа, КГ – контрольная группа; * – $p < 0,05$ – степень статистически значимых различий между начальным и контрольным измерением по t-критерию Стьюдента

Анализ результатов тестирования физической подготовленности юных боксеров в контрольной и экспериментальной группе показал, что в среднем выполнить нормативы на начало исследования могла только треть испытуемых.

К концу нашего исследования количество юных боксеров с низким уровнем развития быстроты двигательных действий достоверно сократилось на 19,9% в экспериментальной группе и на 10,1% в контрольной ($p < 0,05$). Следует отметить, что на начало исследования в обеих группах особые трудности вызывали испытания в беге на 30 м и запрыгивании на возвышение. Однако после проведенных занятий, включающих использование специализированных игровых комплексов, в экспериментальной группе произошли существенные изменения данной ситуации и затруднения в выполнении этих нормативов испытывали отдельные атлеты, которые по ряду причин пропускали тренировки. В контрольной группе и к концу опытно-экспериментального исследования выполнение этих нормативов вызывало определенные трудности.

На основании проведенного сравнительного анализа 2-х групп юных боксеров, можно утверждать, что при практически равных показателях уровня развития быстроты двигательных действий на начало исследования, уровень развития быстроты двигательных действий у юных боксеров экспериментальной группы характеризуется более высоким уровнем по результатам итогового тестирования, что свидетельствует об эффективности внедрения специализированных игровых комплексов в процесс воспитания быстроты движений в группах начальной подготовки секции бокса.

Литература

1. Зациорский В.М. Физические качества спортсмена: Основы теории и методики воспитания. Изд. 2-е / В.М. Зациорский. – М.: Физкультура и спорт, 1970. – 200 с.
2. Камскова Ю.Г. Особенности механизмов адаптации юных спортсменов в ациклических видах спорта / Ю.Г. Камскова, А.Ф. Фролов, А.И. Автухович, Л.П. Щетинкина // Теория и практика физической культуры. – 2007. – № 10. – С. 29–34.
3. Павлова В.И. Развитие координационных способностей юных тхэквондистов моделированием соревновательной деятельности / В.И. Павлова, М.С. Терзи, Д.А. Сарайкин // Вестник ЧГПУ. – Челябинск, 2013. – № 12.2. – С. 288–295.
4. Павлова В.И. Здоровье и физическая культура населения как основа воспроизводства человеческой общности / В.И. Павлова, Б.С. Павлов, Д.А. Сарайкин // матер. IX Междун. науч.-практ. конф.: «Здоровьесберегающее образо-

вание – залог безопасной жизнедеятельности молодежи: проблемы и пути решения» / под науч. ред. З.И. Тюмасевой. – Челябинск: ЮУрГГПУ, 2016. – С. 121–125.

5. Сарайкин Д.А. Показатели периферической системы крови у юных тхэквондистов на предсоревновательном этапе тренировочного процесса / Д.А. Сарайкин, М.С. Терзи, В.И. Павлова // Вестник Уральской медицинской академической науки. – Екатеринбург, 2012. – № 2 (39). – С. 15–16.

6. Сиваков В.И. Адаптационные возможности младших школьников и спортсменов в физкультурно-спортивной деятельности / В.И. Сиваков, Д.В. Сиваков // Физическая культура: воспитание, образование, тренировка. – 2013. – № 2. – С. 63–65.

7. Сиваков В.И. Методика снижения фрустрирующей напряженности у младших школьников в физкультурно-спортивной деятельности: учеб. пособие / В.И. Сиваков, Д.В. Сиваков. – Челябинск: Изд-во ЧГПУ, 2014. – 143 с.

8. Psychophysiological Determinants of Successful Training and Competitive Activity of Martial Artists / V.I. Pavlova, D.A. Saraykin, Yu.G. Kamskova, N.A. Belousova, Ya.V. Latyushin, A.A. Semchenko // Journal of Pharmaceutical Sciences and Research. – 2017. – Vol. 9 (10). – P. 1792–1796.

9. Semchenko A.A. Physiological characteristics of sport training system in hurdling // Proceedings of 13th International Conference on Biology and Medical Sciences, 2017. – P. 31–34.

Нурписов А.А., Камскова Ю.Г.

Южно-Уральский государственный гуманитарно-педагогический университет, г. Челябинск, Россия

Методические особенности воспитания быстроты двигательных действий в группах начальной подготовки секции бокса

Аннотация. Воспитание быстроты двигательных действий является одной из первостепенных задач в практике подготовки юных боксеров. В статье, с позиции специфичности физического качества – быстроты, раскрываются методические особенности воспитания двигательных действий в группах начальной подготовки секции бокса. Установлено, что наиболее эффективным средством совершенствования скоростных способностей у юных боксеров является применение соревновательных упражнений, применяемых в режиме расчлененно-конструктивного метода.

Ключевые слова: быстрота, двигательные действия, юные боксеры.

Nurpisov A.A., Kamskova Yu.G.

South Ural State Humanitarian Pedagogical University, Chelyabinsk, Russia

Methodical features training rapidity of movements in groups of initial preparation boxing section

Abstract. Bringing up the speed of motor activity is one of the primary tasks in the practice of training young boxers. In the article, from the position of specificity of physical quality – speed, methodological peculiarities of the upbringing of motor actions in the groups of initial training of the box section are disclosed. It is established that the most effective means of improving the speed abilities of young boxers is the use of competitive exercises, used in the dismembered-constructive mode.

Keywords: speed, motor action, young boxers.

В процессе воспитания быстроты двигательных действий у юных спортсменов в группах начальной подготовки секции бокса образовательные задачи преподавателя заключаются во всестороннем повышении функциональных возможностей растущего организма, определяющих скоростные характеристики в разнообразных видах двигательной активности (прикладных и спортивных действий) [1; 2; 3; 4]. Показано, что уровень максимальной скорости, которую проявляет юный боксер в каком-либо движении, достигается при помощи ряда дополнительных факторов, таких как уровень динамической силы, степень эластичности мышц, уровень овладения техникой конкретного двигательного действия [1; 5; 6; 7; 8]. В этой связи актуализируется необходимость обобщения методических особенностей, связанных с воспитанием быстроты движений у юных спортсменов, занимающихся в группах начальной подготовки секции бокса.

Основными средствами воспитания быстроты двигательных действий служат физические упражнения, выполняемые на максимальной либо субмаксимальной скорости [3]. К ним относят:

- 1) собственно скоростные упражнения;
- 2) общеподготовительные упражнения;
- 3) специально-подготовительные упражнения.

Первая группа упражнений характеризуется небольшой продолжительностью (до 15–20 с). Особенностью выполнения этих упражнений в группах начальной подготовки секции бокса является использование незначительных по весу внешних отягощений или их полное отсутствие. Данная методическая особенность обусловлена биомеханической закономерностью, согласно кото-

рой внешние проявления максимумов силы и скорости обратно пропорционально связаны.

Общеподготовительные упражнения, используемым при подготовке юных спортсменов, наиболее широко в теории физического воспитания представлены как прыжковые упражнения и игры с выраженными моментами ускорений [2; 7; 8].

При подборе специально-подготовительных упражнений для воспитанников групп начальной подготовки секции бокса тренер должен с особой тщательностью соблюдать правило структурного подобия. Они представляют собой «элементы» соревновательных двигательных действий, преобразованных таким образом, чтобы можно было превысить скорость по отношению к достигнутой соревновательной. При использовании в таких формах отягощений, вес отягощения должен быть в пределах до 15–20% от максимального. Целостные формы соревновательных двигательных действий не используются в качестве средств воспитания быстроты в группах начальной подготовки секции бокса.

При достижении значимых успехов в воспитании быстроты двигательных действий у юных боксеров, несмотря на систематичность занятий, возможно дальнейшее стагнирование результатов скоростных упражнений. Подобная остановка в росте результатов определяется в научно-методической литературе как «скоростной барьер». Причина этого явления кроется в образовании устойчивых условнорефлекторных связей между техникой двигательных действий и проявляющихся при этом усилий [3; 4; 5; 6].

Мы систематизировали основные методические приемы, которые необходимо учитывать тренеру-преподавателю групп начальной подготовки секции бокса при возникновении ситуации «скоростного барьера» у своих воспитанников (рис. 1).



Рис. 1. Методические приемы воспитания быстроты двигательных действий у боксера

К наиболее важным методическим особенностям воспитания быстроты двигательных действий в группах начальной подготовки секции бокса относят вопросы дозирования используемых в этих целях средств. Объем скоростных упражнений в рамках отдельного учебно-тренировочного занятия в группах начальной подготовки секции бокса по времени должен быть относительно невелик. Это обусловлено высокой интенсивностью упражнений, которая в свою очередь повышает психическую напряженность юных спортсменов, что чревато развитием потери интереса к систематическим занятиям в секции бокса. Интервалы отдыха в серии скоростных упражнений должны быть такими, чтобы можно было выполнить очередное упражнение со скоростью не менее высокой, чем предыдущее [1; 2; 3; 4].

Анализируя методические особенности, мы приходим к выводу о том, что воспитание быстроты двигательных действий является одной из первостепенных задач в практике подготовки юных боксеров. Скоростные способности человека достаточно специфичны. Наиболее эффективным средством совершенствования скоростных способностей в группах начальной подготовки секции бокса являются соревновательные упражнения, применяемые в режиме расчленено-конструктивного метода.

Литература

1. Аминов Р.Х. Квалифицированный подход на этапе начальной подготовки юных боксеров 11–13 лет: автореф. дис. ... канд. пед. наук / Р.Х. Аминов. – Тюмень, 2001. – 24 с.
2. Девиантная субкультура Уральских подростков в ракурсе общественной безопасности / Б.С. Павлов, В.И. Павлова, Ю.Г. Камскова, Д.А. Сарайкин // Вестник ЧГПУ. – Челябинск, 2015. – № 3. – С. 214–229.
3. Зациорский В.М. Физические качества спортсмена: Основы теории и методики воспитания. Изд. 2-е / В.М. Зациорский. – М.: Физкультура и спорт, 1970. – 200 с.
4. Камскова Ю.Г. Особенности механизмов адаптации юных спортсменов в ациклических видах спорта / Ю.Г. Камскова, А.Ф. Фролов, А.И. Автухович, Л.П. Щетинкина // Теория и практика физической культуры. – 2007. – № 10. – С. 29–34.
5. Павлова В.И. Развитие координационных способностей юных тхэквондистов моделированием соревновательной деятельности / В.И. Павлова, М.С. Терзи, Д.А. Сарайкин // Вестник ЧГПУ. – Челябинск, 2013. – № 12.2. – С. 288–295.
6. Павлова В.И. Физиологические особенности вегетативного обеспечения сердечной деятельности у легкоатлетов в макроцикле тренировочного процесса / В.И. Павлова, С.С. Кислякова, Д.А. Сарайкин // Актуальные проблемы физической культуры и спорта в условиях модернизации высшей школы: матер. II Всерос. с междун. участием науч.-практ. конф. – Челябинск, 2012. – С. 160–164.
7. Семченко А.А. Адаптация сердечно-сосудистой системы легкоатлетов 10–12 лет к нагрузкам на подготовительном этапе годового тренировочного макроцикла / А.А. Семченко, Д.А. Сарайкин, Г.С. Скуба // Физиологические механизмы адаптации и экология человека (HUMAN ADAPTATION–2014): матер. III Междун. науч.-практ. конф. – Тюмень: Изд-во «Лаконика», 2014. – С. 95–100.
8. Сиваков В.И. Методика снижения фрустрирующей напряженности у младших школьников в физкультурно-спортивной деятельности: учеб. пособие / В.И. Сиваков, Д.В. Сиваков. – Челябинск: Изд-во ЧГПУ, 2014. – 143 с.

Обухова А.Г., Натарова Л.Е.

Научный руководитель: Захаров С.Г., кандидат географических наук, доцент

Южно-Уральский государственный гуманитарно-педагогический университет, г. Челябинск, Россия

Оценка экологической обстановки озера Большая Акуля

Аннотация. В статье рассматривается экологическое состояние озера Большая Акуля с целью выявления основных экологических проблем, для дальнейшего использования его водных ресурсов и береговой полосы как экологически благополучного объекта в осуществлении досуговой деятельности и как питьевой ресурс населения г Кыштыма.

Ключевые слова: экологическая обстановка, водные ресурсы, гидроэкологическое состояние, качество воды.

Obukhova A.G., Natarova L.E.

Supervisor: Zakharov S.G., candidate of geographical Sciences, associate Professor

South Ural State Humanitarian Pedagogical University, Chelyabinsk, Russia

Assessment of the environmental situation on the lake Bolshaya Akula

Abstract. The article deals with the ecological state of lake Bolshaya Akula in order to identify the main environmental problems for the further use of its water resources and shoreline as an environmentally healthy object in the realization of leisure activities and as a drinking resource of the population of Kyshtym.

Keywords: ecological situation, water resources, hydroecological state, water quality.

В городе Челябинске и Челябинской области особо актуальным является вопрос об экологической обстановке. С целью привлечения внимания к данной теме и улучшения состояния экологической безопасности страны 2017 год был объявлен президентом как год экологии. На протяжении многих лет проблемам экологии в Челябинской области уделяется большое внимание. Объектом нашего исследования является озеро Большая Акуля. Челябинская область богата озерами, следовательно, важно оценивать их экологическое состояние и поддерживать его на высоком уровне. Целью нашего исследования стала оценка экологической обстановки озера, последующее выявление экологических проблем и мер по их устранению.

Озеро Большая Акуля находится в Уральской горной стране, на севере Челябинской области. Водоем близко расположен к городу (6 км к северу – город Кыштым), с северо-восточной стороны рядом проходит автодорога, и от нее идет съезд к побережью и пляжу. Имеется большой пляж в глубину. Местность позволяет комфортно разместить большой лагерь для проведения мероприятий и соревнований. Водоем окружен сосново-лиственничными лесами.

Летом на озере стихийно развивается рекреационная деятельность: отдыхающие приезжают к озеру на машинах с палатками, рыбаки круглый год ловят рыбу с берега и лодок. Ведется промысловый лов и зарыбление. На северном берегу располагается база отдыха, на восточном – водочачка. Водные характеристики озера Б. Акуля мало изучены. Известны некоторые данные о качестве воды. Эти исследования проводились в 70 годы 20 века.

С северо-восточной стороны водоема, в летнее время пляж активно посещают семьи из близлежащего города, а также иногородние с палатками и беседками на несколько дней. Из-за этого территория пляжа и побережье в целом на протяжении всего купального сезона заняты транспортными средствами до самой кромки воды.

Для выявления экологической обстановки озера Большая Акуля и выработки рекомендаций по его охране, был проведен анализ влияния внешних и внутренних факторов с помощью исследований современного гидроэкологического состояния, качества воды озера, его антропогенной нагрузки.

На протяжении всего летнего периода были организованы выезды к озеру Б. Акуля для внешнего осмотра территории и, особенно, пляжа, где, непосредственно, осуществляется высокая рекреационная деятельность. Для проверки качества воды и ее безопасности, в сентябре 2017 г. были отобраны пробы из озера. Они анализировались на базе лаборатории поверхностных вод Челябинского ЦГМС – филиала ФГБУ «Уральское УГМС» согласно аттестованных методик пакета РД 52.24. --...--95 (05) [1, с. 114]. Таким образом были определены качество воды по ИЗВ [3, с. 60], гидроэкологическое состояние [2, с. 62], TSI [4, с. 36]. С помощью собственных измерений определялась ее прозрачность.

Выявлены внешние факторы, влияющие на водоем.

Озеро Большая Акуля огорожено от дороги пышной растительностью – смешанными сосново-лиственничными лесами, что создает препятствие для проникновения большого количества выхлопных газов от транспортных средств с находящейся рядом автодороги в сторону водоема. Имеются специальные места для транспорта.

Территория водоема окружена лесами всех сторон. Это говорит об особой экологической обстановке всей местности. Воздух тут чище, чем, например, на городском кыштымском пруду, через который пролегают автодороги, и меньше лесных зон.

Со стороны пляжа озеро имеет протяженный участок дна с пологим наклоном. Это позволяет комфортно чувствовать себя в воде одновременно большому количеству человек, и тем, кто плохо плавает, либо вообще не умеет плавать. На берегу, прямо перед озером имеется отдельное водное место, где могут играть маленькие дети. Из-за такого дна пляж популярен для семей с маленькими детьми. Родители могут не беспокоиться о безопасности ребенка на воде, что облегчает им отдых в целом, а это уже важный аспект экологической безопасности на водном объекте.

Данный водоем может быть базой для оздоровления населения, формирования эстетического и рационально потребительского отношения подрастающего поколения к природе. На берегу озера организуются и проводятся различные активные игры. Однако, люди, для своего удобства, проезжают на транспортных средствах до самого озера и оставляют автомобили у воды, что не способствует безопасному и комфортному отдыху семьям. На территории озера отсутствуют урны для мусора. Все это существенно влияет и на полноценный культурный отдых, и на экологическую обстановку в дни интенсивного потока людей. Из-за такой антропогенной нагрузки снижается экологическая безопасность водного объекта.

Рассмотрим внутренние факторы, влияющие на изучаемый объект.

Проведенный анализ качества воды показал, что цветность (8) и рН (8,1) воды по данным химического анализа находятся в норме, а их показатели являются критериями питьевой воды. Данные характеристики по трофическому индексу Карлсона (TSI) позволяют отнести водоем к категории олигомезотрофных: с низким содержанием органических веществ и высокой прозрачностью вод. Прозрачность измерялась по белому диску Секки и составляла 6,3 м. Качество вод достаточно высокое. Комплексный показатель качества вод Оксиюк-

Жукинского: очень чистая – вполне чистая. Подробная характеристика воды по результатам химического анализа приведена в статье «Оценка гидроэкологического состояния озера Большая Акуля», приведенной в библиографическом списке [1, с. 15].

Из вышеперечисленных факторов, которые были обнаружены, можно сделать выводы о том, что вода в озере Б. Акуля имеет отличительные характеристики: она чистая, прозрачная и даже пригодная для питья. Но велика антропогенная нагрузка на берег с северо-восточной стороны, которая никак не контролируется, не соблюдаются общие правила подъезда к водным объектам.

Внешние показатели территории водоема со стороны пляжа говорят о достаточно безопасном и активном отдыхе для всех приезжих – это существенное положительное качество озера. Можно организовывать подвижные игры и увлекательные мероприятия в выходные дни, которые будут интересны не только детям, но и взрослым, способствовать повышению культуры и уровня здоровья населения. Но возникает проблема, связанная с хаотичной расстановкой автомобилей отдыхающих по всей территории пляжа, которые мешают комфортному отдыху и времяпровождению. Машины оставляют вблизи водоема, что отрицательно сказывается на экологической составляющей. В этой связи, можно рекомендовать следующее: выделять территорию поодаль от озера под стоянку автомобилей; разместить баки под мусор и своевременно его вывозить. Такие меры будут способствовать улучшению экологической обстановки озера Большая Акуля и ее поддержанию.

Литература

1. Захаров С.Г. Оценка гидроэкологического состояния озера Большая Акуля. Географическое пространство: сбалансированное развитие природы и общества / С.Г. Захаров, А.Г. Обухова // матер. V заоч. Всеросс. науч.-практ. конф., посвящ. Году экологии в России. – Челябинск: Край Ра, 2017. – С. 114–119.

2. Окснюк О.П. Комплексная экологическая классификация качества поверхностных вод суши / О.П. Окснюк, В.Н. Жукинский, Л.П. Брагинский и др. // Гидробиологический журнал. – 1993. – № 4. – С. 62–75.

3. Опекунов А.Ю. Экологическое нормирование / А.Ю. Опекунов. – СПб., 2001. – С. 60–61.

4. Carlson R. A trophic state index for lakes / R. Carlson // *Limnol. Oceanogr.* – 1977. – Vol. 22. – P. 361–369.

Обухова К.А.

Научный руководитель: Тюмасева З.И., доктор педагогических наук, кандидат биологических наук, профессор

Шадринский государственный педагогический университет, г. Шадринск, Курганская область, Россия

Системный подход к становлению эколого-валеологического образования

Аннотация. В статье рассмотрены научные подходы к изучению эколого-валеологического образования, отмечая системность экологии, валеологии и эколого-валеологии. Особую актуальность приобретает формирование у подрастающего поколения рациональных взаимоотношений с природой, ценностного отношения к своему здоровью, эколого-валеологической культуры в целом. Раскрыто содержание понятия «системы».

Ключевые слова: эколого-валеология, ценностное отношение к здоровью, системологизация.

Obuhova K.A.

Supervisor: Tyumaseva Z.I., doctor of pedagogical Sciences, candidate of biological Sciences, Professor

Shadrinsky State Pedagogical University, Shadrinsk, Kurgan region, Russia

System approach to the formation of eco-valeological education

Abstract. In the article, scientific approaches to the study of eco-valeological education are considered, noting the systematic nature of ecology, valeology and ecology-valeology. The formation of a rational relationship with nature, a value attitude to one's health, an ecological-valeological culture in general, is becoming especially urgent. The content of the concept of «system» is disclosed.

Keywords: ecology-valeology, value attitude to health, systemologization.

На современном этапе развития общества осознается глубокая сущностная взаимосвязь состояния окружающей природы и здоровья человека. Таким образом, особую актуальность приобретает формирование у подрастающего поколения рациональных взаимоотношений с природой, ценностного отношения к своему здоровью, эколого-валеологической культуры в целом.

В связи с необходимостью обоснования эколого-валеологического образования рассмотрим научные подходы к изучению этого феномена, отмечая системность экологии, валеологии и эколого-валеологии [6].

Первые представления о системе возникли еще в античной философии, сама идея системности знания разрабатывалась Евклидом, Платоном, Аристотелем и др. Первые представления о системности бытия даны в системно-онтологических концепциях Б. Спинозы, Г. Лейбница и развиты затем в XVII–XVIII веках при построении научной систематики (К. Линней, И.Г. Ламберт и др.) [2].

Истинный расцвет «системного движения» в процессах познания произошел в XX веке. У истоков его стояли такие ученые как А.А. Богданов, Л. фон Берталанфи, В.И. Вернадский, А.А. Любишев, В. Винер, П.К. Анохин.

Рассматривая валеологию, экологию и интеграцию их, необходимо говорить о системности и системах (системная экология, системная валеология, эколого-валеология), имея в виду два наиболее общих и известных определения системы: система – это: 1) множество объектов, элементов (реальных и идеальных) вместе с отношениями между ними и атрибутами; 2) множество элементов, находящихся в отношениях и связях друг с другом, которое образует определенную целостность, единство.

«Новая системная парадигма развития науки и культуры состоит в глубокой, если так можно выразиться «системологизации» как традиционных направлений развития знаний..., так и вновь появляющихся направлений науки... Одновременно с «системологизацией» науки, происходит «системологизация» культуры и «системологизация» проектирования» [5].

Проецируя, вслед за этим, общенаучную системологию на конкретную область знаний (научных, учебных, бытовых) мы получаем системологию именно этой области знаний.

На основе такого подхода может быть получено дедуктивное, достаточно полное и контекстуальное видовое определение, например, «педагогической системы». Так целесообразно назвать определенный тип системы (общенаучной) объекты, элементы которой имеют педагогическую (образовательную) природу. А опираясь на раскрытие содержания «системы», можно дать другие определения, эквивалентные данному, например:

- педагогическая система – это множество педагогических объектов, элементов, вместе с отношениями между ними и атрибутами;
- педагогическая система – это совокупность педагогических объектов, элементов, организованных на основе принципов системности.

Имеет смысл сравнить приведенные здесь определения с некоторыми другими определениями «педагогической системы» [1].

Поскольку данные выше определения «педагогической системы» – эквивалентны, выберем для дальнейшего рассмотрения первое из них. В качестве «другого» определения используем формулировку Б.С. Гершунского, которая является, пожалуй, наиболее известной: «педагогическая система – это упорядоченная совокупность взаимосвязанных компонентов (целей, содержания, методов, средств и организованных форм обучения, воспитания и развития учащихся), характеризующих в наиболее общем, инвариантном (для разных подсистем образования) виде все составляющие собственно педагогической деятельности в данных социальных условиях» [3].

Системологические основы изучения, освоения и познания комплексных объектов были заложены в первой половине XX века трудами А.А. Богданова, Л. фон Берталанфи, В.И. Вернадского, А.А. Любищева, В. Винера и П.К. Анохина. Концептуальная база системогенетики обеспечена работами А.А. Богданова, А.А. Адо, Н.П. Дубинина, Д.В. Рундквиста, В.П. Казначеева, А.И. Субетто, Э.М. Сороко и др. Системное образование начали изучать в начале 90-х годов XX века Б.С. Гершунский, А.А. Субетто, Г.П. Щедровицкий, С.В. Васильев и др. С конца XX века–начала XXI веков изучаются системные основы эколого-валеологического образования (Г. Амиров, В.П. Казначеев, Н.Н. Моисеев, А.И. Субетто, З.И. Тюмасева).

Это обусловлено тем, что современное образование на разных уровнях его (в частности, эколого-валеологическое образование) является динамической, изменяющейся, развивающейся, наследуемой системой. Более того, в настоящее время, когда реформа образования выходит на одно из первых мест (после многих неудач прошедших реформ образования), системогенетические

основы образовательных систем становятся фундаментальным условием успешности нынешних систем.

Необходимо отметить, что, формируя системогенетические законы, А.И. Субетто шел по пути обобщения генетических концепций в различных предметных областях научного знания: классической генетики биосистем, генетической концепции языка, генетической концепции в геологии, генетической концепции в социологии, генетического подхода в экономической науке и других.

Таким образом, системология и ее достаточно разработанная составная часть в виде системогенетики могут быть использованы при изучении сложных систем и реальных объектов, явлений, стоящих за ними, – использованы в качестве важных составляющих общенаучной методологии.

Системологические и системогенетические основы именно образовательных систем заложены во многочисленных работах А.И. Субетто и представлены в его двухтомной монографии «Системологические основы образовательных систем» [5].

Таким образом, общая и специальные теории систем являются подмножествами разного уровня общенаучной методологии, обуславливающими исследование системных объектов, и в совокупности могут быть названы системной методологией.

Приведем теперь эквивалентные строгие определения системного подхода (И.В. Блауберг, Э.Г. Юдин):

- системным подходом называется такой тип методологического подхода, который позволяет адекватно исследовать системные объекты;
- системный подход – это направление методологического специально-научного знания и практики, в основе которого лежит исследование объектов как систем;
- системный подход – это общая стратегия научного поиска, направление методологии специально-научного познания и социальной практики, в основе которого лежит исследование объектов как систем.

Важно здесь подчеркнуть, что системный подход не является дедуктивным методом. Он выполняет, прежде всего, эвристическую функцию, базируясь на не очень жестко связанной совокупности познавательных принципов, основное назначение которой заключается в соответствующей ориентации конкретных исследований.

Таким образом, системный подход в современном широком его понимании к изучению эколого-валеологии играет незаменимую роль и обеспечивается общей теорией систем.

Литература

1. Вопросы системогенетики. Теоретико-методологический альманах / гл. ред. А.И. Субетто. – Калуга: Изд-во КГУ им. Н.А. Некрасова, 2003. – 270 с.

2. Гершунский Б.С. Философия образования для XXI века: в поисках практико-ориентированных образовательных концепций / Б.С. Гершунский. – М.: Изд-во «Совершенство», 1998. – 608 с.

3. Митяева А.М. Здоровьесберегающие педагогические технологии: учеб. пособие для студ. вузов, обуч. по спец. 050711 (031300) – Социальная педагогика / А.М. Митяева. – М.: Академия, 2008. – 192 с.

4. Пономарева Л.И. Методология формирования эколого-валеологической готовности будущих педагогов в условиях модернизации естественнонаучного образования: монография / Л.И. Пономарева. – Шадринск: Шадринский гос. пед. ин-т, 2009. – 460 с.

5. Пономарева Л.И. Педагогическое сопровождение эколого-валеологической готовности будущих педагогов: монография / Л.И. Пономарева, М.А. Забоева, К.А. Обухова // Под ред. Л.И. Пономаревой. – Шадринск, 2015. – 108 с.

6. Пономарева Л.И. Концептуальные основы эколого-валеологической подготовки педагогов дошкольного образования / Л.И. Пономарева, З.И. Тюмаева. – СПб.: Изд-во МИНПИ «Астерион», 2008. – 197 с.

Осетрова Е.Ф.

Научный руководитель: Орехова И.Л., кандидат педагогических наук, доцент

Южно-Уральский государственный гуманитарно-педагогический университет, г. Челябинск, Россия

К вопросу о сохранении здоровья студентов

Аннотация. В статье рассмотрены основные компоненты здоровья. Выявлены причины и факторы негативного воздействия на здоровье студентов. Предложены методы профилактики заболеваний.

Ключевые слова: здоровье, студенты, напряжение, стресс, усталость, профилактика.

Osetrova E.F.

Supervisor: Orekhova I.L., candidate of pedagogical Sciences, associate Professor

South Ural State Humanitarian-Pedagogical University, Chelyabinsk, Russia

On the question of preserving the health of students

Abstract. The article considers the main components of health. The causes and factors of the negative impact on students' health are revealed. Methods of preventing diseases are suggested.

Keywords: health, students, exertion, stress, fatigue, prevention.

Студенческие годы для многих становятся самыми счастливыми. Именно на этот период приходятся первые «взрослые» жизненные трудности, первая любовь, первое разочарование. Студенты всегда находят время на все, что им нужно, но забывают о самом главном – о здоровье. Им кажется, что таблетки и болячки – это удел стариков, поэтому многие получают свой диплом вместе с букетом проблем со здоровьем.

В Федеральной целевой программе «Развитие физической культуры и спорта в Российской Федерации на 2016–2020 годы» (№ 464 от 25.05.2016 г.) отмечается, что среди основных приоритетов социальной и экономической политики государства является распространение стандартов здорового образа жизни. Важный вклад в формирование здорового образа жизни должно внести создание условий для занятий физической культурой и спортом различных групп населения [3].

Многие валеологи связывают здоровье со способностью к адаптации организма в изменяющихся условиях среды. Поэтому уровень здоровья определяется способностью адаптироваться к изменяющимся социальным, гигиеническим и психологическим условиям жизни.

Смена условий жизни, напряженный график учебы, недосыпы и неправильный распорядок питания, низкая двигательная активность, стрессы и эмоциональные переживания оказывают негативное воздействие на здоровье студентов [2]. Как же стать образованным человеком, сохранив состояние своего организма в норме?

Состояние здоровья студентов является важным показателем общественного благополучия, а также огромным экономическим, трудовым потенциалом государства. Поэтому изучение его имеет большое значение не только для страны, но и для каждого гражданина [1].

Исследование эмоционального и физического состояния студентов первого курса выявило наличие трудностей в адаптации к учебному графику, стрессы, высокий уровень фрустрации, повышенную тревожность. Это приводит к депрессивным состояниям и, как следствие, снижению работоспособности, что отражается на успеваемости студента.

Для того чтобы учеба наносила нашему здоровью меньший вред, необходимо, в первую очередь, регулировать режим труда и отдыха. Поменять расписание предметов студенту не под силу, но он может контролировать свой режим дня и учиться грамотно распределять свое время. Человеку необходимо не менее 8 часов, чтобы организм успевал восстановить силы для нового рабочего дня. С учетом расписания занятий отход ко сну должен осуществляться не позднее 22:00. Если студент будет в срок выполнять все данные задания, то правильный режим не трудно будет соблюдать даже во время сессии. Самым активным студентам, принимающим участие в различных научных или общественных мероприятиях, особенно необходимо научиться рационально планировать свое время.

Такие же правила касаются и приема пищи. Перекусы или голодание плохо сказываются на состоянии кишечника. Питание должно быть полноценным и сбалансированным. Это значит, что пища должна содержать необходимое количество питательных веществ. В день человеку необходимо около 70 г белка, 80–100 г жира, 300–500 г углеводов. Принимать пищу нужно в опреде-

ленное время, чтобы организм привыкал к предложенному расписанию. Стоит уделять внимание и употреблению жидкости. Особо актуально для студентов повышение работоспособности мозга. Для этого можно употреблять в пищу горький шоколад, грецкие орехи, различные травы и пряности, зеленый чай. Поэтому крайне важно заботиться о своем рационе и порядке приемов пищи.

Так как учеба является источником нервного напряжения и большого количества стрессов, студентам нужно обращать внимание на укрепление нервной системы. Для этого можно применять различные травяные чаи или сбалансированные витаминные комплексы, укрепляющие защитные функции организма и нервную систему. Особо необходимыми для обучающихся являются: витамин А (для поддержания хорошего зрения, повышения устойчивости к инфекциям), витамин С (для улучшения сопротивляемости организма заболеваниям, для нормального протекания энергетического и пластического обмена в организме), витамины группы В (для энергообеспечения, а также правильной работы нервной системы), такие микро- и макроэлементы, как калий, кальций, магний, натрий, железо, медь, йод и др.

Наряду с соблюдением правильного режима и употреблением укрепляющих средств, будет полезно применение таких методов оздоровления, как прогулки на свежем воздухе, лечебная физкультура.

Набор профилактических упражнений должен быть подобран индивидуально для каждого. Студентам особое внимание нужно уделить укреплению мышц шеи и поясницы, для сохранения правильной осанки, так как очень много времени проводится в сидячем положении. Полезными будут подъемы пешком по лестнице, ходьба, упражнения на растяжку. Регулярные «физкультминутки» повысят обменные процессы, улучшат кровообращение и активизируют работу внутренних органов, а также позволят успокоить нервную систему, снять напряжение в мышцах, что благотворно скажется на эффективности работы.

Прогулки на свежем воздухе хотя бы несколько раз в неделю способствуют укреплению сердца, мышц брюшного пресса и ягодиц. Организм обога-

щается витамином D и кислородом, необходимым для окислительных процессов в организме и правильной работы головного мозга. Активизируется работа пищеварительной системы, нормализуется кровообращение.

В заключении можно сказать, что организм каждого человека уникален, поэтому способы помощи своему здоровью у всех будут индивидуальны. Однако есть и общие советы, которые будут полезны для каждого, на которые стоит опираться при выборе методов оздоровления. Чем более грамотно будет распределено время, чем тщательнее студент подберет для себя профилактические средства и способы, тем надежнее будет защищено его эмоциональное и физическое здоровье.

Литература

1. Бабина В.С. Проблема здоровья студенческой молодежи / В.С. Бабина // Молодой ученый. – 2015. – № 11. – С. 572–575.

2. Орехова И.Л. Факторы, влияющие на формирование у студентов педагогического вуза здорового образа жизни / И.Л. Орехова, Ф. Алиева // Экологическая безопасность, здоровье и образование: сб. научных трудов; под науч. ред. З.И. Тюмасевой. – Челябинск: Изд-во ЗАО «Цицеро», 2015. – С. 134–138.

3. Хотимченко А.В. Оздоровительные технологии в обучении студентов с использованием нетрадиционных средств физической культуры: учеб. пособие / А.В. Хотимченко, А.А. Бурьянова, И.В. Колесников, А.П. Колесникова. – Хабаровск: Изд-во ДВГГУ, 2014. – 218 с.

Павличенко К.В., Солодянкина К.Э.

Южно-Уральский государственный гуманитарно-педагогический университет, г. Челябинск, Россия

Исследование субъективной безопасности юношей и девушек

Аннотация. В статье рассматриваются вопросы нарушения субъективной безопасности юношей и девушек, выявлены причины этого нарушения. Разработаны рекомендации, направленные на повышение личной безопасности жизнедеятельности студента.

Ключевые слова: субъективная безопасность, здоровье, здоровый образ жизни, юноши, девушки.

Pavlichenko K.V., Solodiankina K.E.

South Ural State Humanitarian Pedagogical University, Chelyabinsk, Russia

Research of subjective safety of young men and girls

Abstract. The article examines the issues of violation of the subjective safety of young men and women, examines the causes of this violation and, based on the re-

sults of the research, suggests recommendations aimed at improving personal safety of each student's life.

Keywords: life safety, safety, health, healthy lifestyle, stress management.

Настоящее время характеризуется высокой степенью неопределенности будущего, в которой мы живем. Повышается стрессонапряженность людей в целом, создается благоприятная среда для развития пограничных состояний, т.е. «третьего состояния»: не здоровье – не болезнь), психосоматических заболеваний, провоцирует формирование алкогольной и наркотической зависимостей. Неопределенность не имеет конкретного знака: минуса или плюса, следовательно, от самого человека зависит, как он смоделирует свое будущее.

Поэтому в настоящее время возрастает интерес к изучению вопросов личной безопасности и здоровья человека.

Теоретико-методологическую основу нашего исследования составили научные взгляды в области оздоровительной деятельности З.И. Тюмасевой, И.Л. Ореховой, которые рассматривают здоровье и оздоровительную деятельность в педагогическом аспекте, а также понимание психологических аспектов здоровья Г.С. Никифорова, Г.В. Валеевой, интегрирующих психологические особенности человека и способы его внешних проявлений в единое целое и Е.А. Романовой, изучающей социальные аспекты здорового образа жизни.

В современных исследованиях здоровье рассматривается как сложный многомерный феномен. По мнению Н.Ф. Реймерса, здоровье человека представляет собой систему, состоящую из трех взаимосвязанных благополучий: физического, духовного, социального.

Здоровье является основным показателем безопасности. В этой связи безопасность необходимо рассматривать как интеграцию физической, психической и социальной составляющих. Именно они являются основой критериально-уровневого оценивания безопасности [1; 2; 4].

Исследование уровня здоровья студентов по (Г.Л. Апанасенко) проводилось на протяжении 11 лет (с 2004 года) на базе Челябинского государственного педагогического университета, ныне Южно-Уральский государственный пе-

дагогический университет. Анализ результатов исследования показал, что уровень здоровья студентов повышается, кроме того происходит уменьшение количества студентов с «опасными уровнями» здоровья, низкий и ниже среднего и рост группы студентов с «безопасными уровнями» здоровья (средний, выше среднего, высокий) [4].

В педагогическом исследовании приняли участие студенты 2 курса спортивного факультета: юноши и девушки в возрасте от 18 до 21 года, многие из которых уже имеют 1, 2 и 3 разряды и звание «Мастер Спорта России» в выбранной спортивной специализации. В качестве объективного показателя физического здоровья студентов мы взяли соотношения антропометрических данных об адаптивности сердечно-сосудистой системы (по методике «Экспресс-оценка уровня физического здоровья по Г.Л. Апанасенко, Р.Г. Науменко) [4].

Объективные характеристики здоровья не всегда совпадают с удовлетворенностью физическим состоянием. Каждое физическое состояние сопровождается субъективным эмоциональным восприятием, а их сумма определяет выраженность субъективных недомоганий, которые регистрируются через удовлетворенность физическим самочувствием (методика Гессенского) [3; 4].

У всех респондентов выявлен безопасный уровень здоровья (по Г.Л. Апанасенко, Р.Г. Науменко), а также 100% студентов умеют высокий уровень удовлетворенности психофизическим самочувствием (методика Гессенского). Таким образом, безопасность жизнедеятельность студентов на физическом уровне характеризуется как «субъективно и объективно безопасная (здоровьесберегающая) – «истинная безопасность» (+ +) [4].

На психологическом уровне критерием безопасности жизнедеятельности выступает психическое самочувствие (Методика самооценки психического самочувствия по Айзенку) [3; 4].

Психическое самочувствие юношей и девушек сильно отличается. Все юноши спокойны; с высокой самооценкой, устойчивы к неудачам, с хорошей переключаемостью (тревожность, агрессия, фрустрация, ригидность в норме). Все девушки очень тревожны и внутренне конфликтны, у них формируется

беспомощность, снижена приспособляемость к новым условиям жизни, (повышена агрессия, фрустрация и ригидность). Это означает, что девушки живут в стрессовой ситуации определенности, не могут себя реализовать, так как занимаются не тем, чем действительно хотят.

На социальном уровне критерием безопасности жизнедеятельности выступает стрессонапряженность (оценка стрессоустойчивости по Холмсу и Раге), изменения актуальных потребностей по Маслоу. Потребности студентов распределены следующим образом: защита и безопасность актуальны для 44% студентов второго курса; любовь и принадлежность актуальны для 32% студентов второго курса; самоуважение актуально для 24% студентов второго курса. Невозможность удовлетворить потребность в безопасности, любви, самоуважении, приводит к болезням и разного рода расстройствам, которые принято называть неврозами и психозами. Таким образом, исследования показали, что для 44% студентов второго курса выявлена субъективная опасность.

По результатам исследования, проводимого в течение трех лет, наблюдался рост высокой степени стрессонапряженности студентов ЮУрГГПУ [3; 4].

Анализ показал, что все студенты набрали более 300 – это угроза психосоматического заболевания, поскольку близка к фазе нервного истощения.

Для выявления причины стрессонапряженности и неудовлетворенности, изучался образ жизни студентов 2 курса. Анкетирование по «Модулю образа жизни» [5, с. 147] показало, что они способны оценить свое здоровье на среднем и высоком уровне, но нет четкого представления о правильном питании и режиме дня, т.е. преобладает средний уровень. Вредные привычки имеют низкий и средний уровень выраженности, т.е. не замечаются, также считают, что у них двигательная активность на среднем и высоком уровне, что характерно для спортсменов и студентов, которые ведут активный образ жизни. Социальная активность у них на высоком уровне, то есть они принимают активное участие в различных сферах деятельности, что при несформированных приоритетах и режиме дня и дает повышение стрессонапряженности.

Студенты предпочитают не обращаться к медицинским работникам за советом по поводу здоровья.

На физическом уровне студенты находятся в ситуации «Истинной безопасности». Однако на психологическом и социальном уровне выявлена ситуация субъективной опасности. Анализ образа жизни студентов выявил проблемные зоны, которые понижают безопасность студентов: недостаточная сформированность режима дня и системы приоритетов, а также отсутствие обращений к специалистам по вопросам здоровья.

Выводы. Необходимо снизить социальную активность и научиться выбирать виды деятельности в соответствии со своими потребностями и желаниями, так как высокая социальная активность может повлечь психическое неблагополучие на фоне стремления к идеальному выполнению своих обязанностей. Вести наблюдение за своим питанием, опираясь на принципы рационального питания.

Литература

1. Артеменко Б.А. Модель психологической готовности студентов педагогического вуза к здоровьесберегающей деятельности в общеобразовательных организациях / Б.А. Артеменко, Г.В. Валеева, З.И. Тюмасева // Вестник Тверского гос. ун-та. Педагогика и психология. – 2016. – № 1. – С. 80–89.

2. Валеева Г.В. Психологическая готовность студентов к оздоровлению и условия ее развития / Г.В. Валеева, З.И. Тюмасева // Вестник ЧГПУ. – 2012. – № 10. – С. 17–27.

3. Валеева Г.В. Комплексное изучение субъективной составляющей здоровья / Г.В. Валеева, З.И. Тюмасева, И.Л. Орехова // «Ученые записки СПбГИПСР». – 2015 – № 1. – Т. 23. – С. 24–30.

4. Тюмасева З.И. Критерии и показатели психолого-оздоровительной оценки безопасности и здоровьесбережения образовательной среды в системе «вуз–школа» / З.И. Тюмасева, И.Л. Орехова, Г.В. Валеева, Е.А. Романова // Фундаментальные исследования. – М., 2015. – № 8. – Ч.1. – С. 158–167.

5. Романова Е.А. Модули «Мой образ жизни» и «Про это» как составляющая часть комплексной диагностической программы студентов ЧГПУ / Е.А. Романова // В сб.: «Оздоровление средствами образования и экологии» матер. III науч.-практ. конф., 11–14 апреля 2006 г., г. Челябинск. – Челябинск, 2006. – С. 146–148.

Петров М.С., Натарова Д.В.

Южно-Уральский государственный гуманитарно-педагогический университет, г. Челябинск, Россия

Взаимодействие педагогов с семьей как необходимое условие формирования здорового образа жизни у школьников 5–6 классов

Аннотация. В данной статье представлены результаты обследования семей с целью выявления их готовности к сотрудничеству с педагогами в процессе формирования здорового образа жизни у подростков; определены направления и формы работы с семьями.

Ключевые слова: формирование здорового образа жизни у обучающихся, педагогическое условие, семья, взаимодействие.

Petrov M.S., Natarova D.V.

South Ural State Humanitarian Pedagogical University, Chelyabinsk, Russia

Communication of teachers with the family is a necessary condition for the formation of a healthy lifestyle among schoolchildren of grades 5-6

Abstract. This article presents the results of a survey of families in order to identify their willingness to cooperate with teachers in the process of formation a healthy lifestyle in the teenagers; identified directions and forms of work with families on the formation of a healthy lifestyle among schoolchildren grades 5-6.

Keywords: formation of healthy lifestyle among students, pedagogical condition, family, interaction.

Здоровый образ жизни молодого поколения является залогом здоровья нации в целом. Для решения этой проблемы необходима образовательная и воспитательная деятельность семьи и школы.

В настоящее время семьям, как ячейка общества, не всегда является местом формирования и укрепления здоровья ребенка. У многих родителей не хватает для этого ни знаний, ни опыта, ни материальных возможностей, но семья не имеет права уклоняться от решения столь важной проблемы. Поэтому важной задачей педагогов является вовлечение семьи в процесс формирования здорового образа жизни (ЗОЖ) у обучающихся.

Понятие «ЗОЖ» рассматривается в педагогическом контексте [2, с. 213]. Формирование здорового образа жизни – это процесс личностного развития и саморазвития обучающегося, включающий в себя поиск приемлемого и индивидуально значимого способа сохранения здоровья, предполагающий вооруже-

ние школьников системой знаний о здоровье как социокультурном явлении. Кроме того, такой образ жизни является жизненно необходимым навыком личностного саморазвития. Он предполагает развитие мотивационной сферы, направленной на формирование потребности быть здоровым и включает обучающихся в активную, творческую деятельность и противостоит влиянию вредных привычек. На это указывают исследования ряда авторов: А.М. Абаев, И.И. Брехман, В.И. Кирпичев, В.Н. Казначеев, З.И. Тюмасева и др.

Одним из необходимых педагогических условий формирования ЗОЖ у обучающихся является взаимодействие педагогов с семьей. Под педагогическими условиями мы будем понимать совокупность обстоятельств, влияющих на воспитание, обучение и развитие человека, в т. ч. на ускорение или замедление данных процессов [1, с. 164].

В нашем понимании взаимодействие – это процесс воздействия педагогов и семьи друг на друга, объединение их усилий в совместной деятельности по формированию ЗОЖ у школьников 5–6 классов.

Этот процесс включает несколько этапов:

Первый этап. Изучение семей, ее социальный состав, структура, материально-бытовые и санитарно-гигиенические условия, воспитательный потенциал, отношение семьи к образовательному учреждению. При изучении семьи используются такие методы как знакомство с семьей во время ее посещения, личные беседы, анкетирование, тестирование и др.

На базе одной из коркинских школ нами было проведено анкетирование. С помощью анкеты «Социальный состав и воспитательный потенциал семьи» мы изучили 50 семей (экспериментальная группа).

Анкетирование проводилось с целью изучения воспитательного потенциала семьи и ее готовности к взаимодействию с педагогами по ведению здорового образа жизни.

Результаты анкетирования выявили следующую картину, представленную в таблице 1.

Социально-демографическая характеристика семьи

<i>Социальный состав семьи</i>						
Всего семей	Индивидуальные предприниматели	Рабочие	Служащие	Неработающие	Пенсионеры	
50	7	29	10	4	–	
<i>Структура семьи</i>						
Всего семей	Многодетные	С двумя детьми	С одним ребенком	Полная	Неполная	Нет родителей
50	3	31	16	41	9	–
<i>Материальное благополучие</i>						
Неудовлетворительное материальное обеспечение (в т.ч. неустроенность бытового характера-отсутствие жилья)			Удовлетворительное материальное обеспечение			
19			31			

Анкетирование позволило установить, что большинство обследуемых семей относится к категории рабочих (29), полных (41), с двумя детьми (31), средним уровнем доходов (19). Среди них в основном неполные (9), многодетные (3) семьи, а также семьи с неработающими родителями (4). Их социальные проблемы связаны в первую очередь с недостаточной обеспеченностью. Материально неблагополучные семьи составляют 38% выборки.

Результаты исследования показали, что во взаимоотношениях с детьми родители выступают как наставники и стараются не проявлять авторитет и власть. Все родители, принявшие участие в анкетировании (100%) ответили, что основной целью совместной деятельности с детьми является подготовка их к самостоятельной жизни.

Анализ содержания совместной деятельности детей и родителей показал, что эта деятельность сводится в основном к просмотру телепередач или посещению культурных центров (78%). Лишь незначительная часть семей (14%) имеет направленность на проведение семейных физкультурно-оздоровительных мероприятий. 10% респондентов указали, что регулярно читают литературу. Посвященную проблемам здоровья и здорового образа жизни.

Обобщив ответы родителей на вопрос «Как складываются ваши отношения с педагогами, мы установили, что обращение к педагогам происходит эпизодически и оно далеко неэффективно.

Изучение семьи на первом этапе позволило определить ведущие направления, формы и содержание работы педагогов с ней по формированию ЗОЖ у обучающихся.

На основании проведенного исследования мы разделили семьи условно на три группы:

Первая группа: семьи-помощники в воспитательной работе с детьми. Они добросовестны, активны, заинтересованы и готовы к сотрудничеству. Эта группа немногочисленна и составила 10%.

Вторая группа: семьи-потенциальные помощники в воспитании детей. Они будут помогать, если будут знать, что и как надо делать (24%).

Третья группа: семьи, которые не готовы к сотрудничеству со школой (16%).

Второй этап. Определение направлений и форм работы с семьей. Нами были определены следующие направления и формы работы с семьей по формированию ЗОЖ у обучающихся 5–6 классов, которые составляют основу программы «Модно быть здоровым»:

– Психолого-педагогическое просвещение: родительские университеты или лектории по следующим темам «Значение активного двигательного режима для роста и развития подростков», «Значение физических упражнений для развития организма девочки, девушки», «Детский и юношеский спорт», «Физическая культура школьника в период летних каникул», «Основы физической тренировки в среднем школьном возрасте», «Школьный туризм» и др.; общешкольные и классные родительские собрания – «Возрастные особенности физического и психического развития подростков», «Адаптация пятиклассника к средней школе и роль семьи в адаптации к условиям средней школы»; «Гигиена мальчика и девочки». «ЗОЖ в семье», «Здоровье подростка и физическая культура», «Организация активного досуга школьников», «Профилактика вредных привычек и социально обусловленных заболеваний у детей в семье» и др.; консультации ситуативного характера, индивидуальные, тематические; конференции; тренинги; методические рекомендации «Семья как субъект педагогического взаимодействия в формировании у ребенка мотивации к ведению ЗОЖ».

– Вовлечение родителей в совместную деятельность по формированию ЗОЖ у подростков: подготовка к массовым оздоровительным мероприятиям (приобретение спортивной формы, инвентаря, изготовление инвентаря, различных приспособлений для игр); проведение внеклассных мероприятий: спортивных соревнований (в качестве участников, судей), праздников («Проводы Русской зимы», «День здоровья», «Золотая осень» и др.), семейных часов, посвященных семейным увлечениям (путешествия, спорт, турпоходы и др.), спортивных конкурсов («Папа, мама, я – спортивная семья»), игр (Суд над предрассудками по поводу «полезности» алкогольных напитков), решение кроссвордов, походы выходного дня пешком или на лыжах, на каток, плавательный бассейн; присутствие на открытых уроках, в том числе физкультуры; участие в разработке программы «Модно быть здоровым»; родительские газеты; обмен опытом.

– Участие родителей в управлении воспитательным процессом: участие родителей в работе родительского комитета (проведение рейдов в микрорайоне. Посещение неблагополучных семей, обсуждение результатов на заседаниях.

На наш взгляд, внедрение программы «Модно быть здоровым», включающая проведение консультативной работы с родителями и проведение совместных мероприятий по формированию ЗОЖ у школьников 5–6 классов будет способствовать:

– формированию потребности введении активного здорового образа жизни в семье;

–увеличению количества семей, желающих участвовать в организации и проведении общешкольных и классных мероприятий, в т.ч. физкультурно-оздоровительных;

– улучшению семейных отношений, что благоприятно скажется на соматическом и психическом здоровье детей.

Вместе с тем, следует понимать, что достичь успеха в работе с семьей не легко. Попытки приобщить родителей к коллективным делам не сразу дадут положительные результаты. Но педагог может и должен влиять на активность родителей в формировании у ребенка потребности быть здоровым.

Литература

1. Третьякова Н.В. Педагогические условия формирования готовности обучающихся к здоровьесберегающей деятельности / Н.В. Третьякова, В.А. Федоров // *Инновации в образовании*. – 2015. – п. 1. – С. 157–165.

2. Экологическая безопасность, здоровье и образование: сб. науч. трудов IX Всерос. (очно-заочной) науч.-практ. конф. молодых ученых, аспирантов и студентов / под науч. ред. проф. З.И. Тюмасевой. – Челябинск: Изд-во ЗАО «Цицеро», 2017. – 390 с.

Петрова А.Е., Тюмасева З.И.

Южно-Уральский государственный гуманитарно-педагогический университет, г. Челябинск, Россия

Теоретическое обоснование проблемы тьюторского сопровождения безопасного поведения школьников

Аннотация. В статье освещены актуальные проблемы тьюторского сопровождения безопасного поведения школьников. Описаны основные понятия темы исследования.

Ключевые слова: тьютор, тьюторское сопровождение, безопасное поведение, образовательное пространство.

Petrova A. E., Tyumaseva Z.I.

South Ural State Humanitarian Pedagogical University, Chelyabinsk, Russia

Theoretical substantiation of the problem of tutoring accompanying safe behavior of schoolchildren

Abstract. The article highlights the actual problems of tutoring accompanying safe behavior of schoolchildren. The basic concepts of the research topic are described.

Keywords: tutor, tutorship, safe behavior, educational space.

Проблема защиты человека в различных условиях его обитания существовала с момента появления на Земле наших далеких предков. На протяжении развития человечества людям угрожали разные опасные природные явления и представители биологического мира. Затем стали появляться опасности, творцом которых стал сам человек. В настоящее время актуализировалась необходимость поиска механизма для формирования у подрастающего поколения сознательного отношения к вопросам безопасного поведения, в связи с появлением экологических катастроф и кризисов, угрозы со стороны террористов, опасно-

сти социального характера, отсутствием навыков правильного поведения в чрезвычайных ситуациях.

Обеспечение безопасности жизнедеятельности россиян является приоритетной задачей государства, общества, а образование берет на себя функцию формирования безопасного поведения школьников.

Жизнь современного школьника должна быть интересной, содержательной, полной событий и действий. Во время учебного процесса школьники находятся в стенах нашего учебного заведения, где большое внимание уделяется созданию их безопасного пребывания. Работая по всем направлениям комплексной безопасности, мы уделяем особое внимание воспитанию у учащихся культуры безопасного поведения. Комплексная безопасность школы – это состояние защищенности учебного заведения от реальных угроз социального, техногенного и природного характера, обеспечивающее его безопасное функционирование.

Естественно, основные задачи по вопросам безопасности нахождения в здании общеобразовательной организации решают специалисты: директор, его заместитель по безопасности, служба охраны, педагоги. Но очень важно привить школьникам чувство ответственности за себя, своих близких, товарищей по классу и школе, даже за учителей. Именно, тьюторское сопровождение помогает формировать культуру безопасного поведения школьников, то есть обучение такому образу жизни и поведению, при котором невозможно было бы нанести вред или опасность себе и окружающим. Ситуация нашего времени во многом похожа на просвещенное Средневековье, с той только разницей, что степеней неопределенности больше. Школьнику в мире современного образования необходим наставник. Анализ литературы показал, что таким посредником-специалистом должен быть тьютор, который служит непреходящим ценностям свободы и стремления к знаниям.

В первые в истории упоминание о тьюторе дошло до современности из XII–XIII веков в Оксфордском и Кембриджском университетах. *Тьютор* (в переводе с английского tutor – защитник, опекун) означает «домашний учитель»,

«репетитор», «наставник», «опекун». Понятие рассматривалось как процесс сопровождения и формирования индивидуальной образовательной программы.

Тьюторская поддержка – относительно новое для российской педагогики понятие – базируется на ключевом понятии педагогической поддержки (В.А. Айрапетова, В.П. Бедерханова, О.С. Газман, Ю.В. Слюсарев, Л.Г. Тарита и др.).

Одним из базовых понятий нашей работы является понятие *«тьюторское сопровождение»*. В словаре русского языка С.И. Ожегова дается определение понятия сопровождения следующим образом: *сопровождать, значит, сопутствовать чему-либо, служить приложением, дополнением к чему-либо*.

Педагогическое сопровождение понимают как метод, обеспечивающий создание благоприятных условий для развития школьников.

Таким образом, *тьюторское сопровождение* выступает в роли педагогической деятельности по индивидуализации образования, направленной на поиск образовательных ресурсов для создания индивидуальной образовательной программы школьника в условиях безопасного поведения [3].

Понятие тьюторского сопровождения безопасного поведения школьников опирается на такие ситуации жизни детей, где стало бы возможно проявить и реальные действия в условиях формирования безопасной среды. Задача тьютора – построение безопасного образовательного пространства как пространства проявления познавательных инициатив и интересов учащихся.

Под безопасностью следует понимать ситуацию психической подконтрольности школьников совокупности внешних и внутренних факторов, обеспечивающих им определенный уровень комфорта, и отсутствие препятствий на пути саморазвития и достижения поставленных жизненных целей. Таким образом, *безопасность* – это не просто сумма усвоенных знаний и навыков, а умение правильно себя вести в различных ситуациях [1]. Кроме того, дети могут оказаться в непредсказуемой ситуации на улице и дома, поэтому главной задачей тьютора является стимулирование развития у них самостоятельности и ответственности. Тьюторское сопровождение безопасного поведения школьников опирается на организацию различных видов деятельности, направленных на приобретение детьми определенного навыка поведения, опыта.

Современный мир богат техническими средствами, многие из которых травмоопасны. Учащиеся узнают о тех опасностях, которые подстерегают их в тех или иных ситуациях и знакомятся с правилами безопасной жизнедеятельности. Основная задача тьютора совместно со школьником разработать алгоритм безопасного поведения в социуме.

Для того чтобы научиться этому, необходимо решать ситуационные задачи, продумывая свое поведение в различных условиях, постоянно совершенствовать свои физические качества, заниматься физической культурой и спортом, закаливать организм, постоянно воспитывать в себе волевые качества и уравновешенность, которые помогут сформировать безопасное образовательное пространство.

Тьюторские технологии, которые сегодня выстраивают и стремятся воспроизводить участники педагогического сообщества, включенного в тьюторское движение, направлены именно на реализацию идеи индивидуализации и формирования безопасного поведения школьников.

Главный принцип, на который, помимо индивидуализации, опирается наше понимание тьюторства, – *это принцип здоровьесбережения*. Этот принцип отвечает свойствам здоровьесберегающей образовательной среды, в которой формируется безопасное образовательное пространство [2].

Основные принципы безопасного образовательного пространства следующие:

– *гибкость*, обозначающую способность образовательных структур к быстрому перестраиванию в соответствии с изменяющимися потребностями личности, окружающей среды, общества;

– *непрерывность*, выражающуюся через взаимодействие и преемственность в деятельности входящих в нее элементов;

– *вариативность*, предполагающую изменение образовательной среды в соответствии с потребностями в образовательных услугах населения;

– *интегрированность*, обеспечивающую решение поставленных задач посредством усиления взаимодействия входящих в нее структур;

– *открытость*, предусматривающую широкое участие всех субъектов образования в управлении, демократизацию форм обучения, воспитания и взаимодействия;

– *установку* на совместное деятельное общение всех субъектов образовательного процесса, осуществляющееся на основе тьюторской поддержки (сопровождения) как особой, скрытой от глаз учащихся позиции педагога [2].

Проблемы тьюторской сопровождения освещены в работах А.И. Адамского, А.А. Барбарига, Л.А. Богданович, Е.С. Гладкой, С.В. Дудчик, С.В. Загребельной, Т.М. Ковалевой, Н.Г. Коновой, М.Х. Мизовой, И.Л. Ореховой, Е.В. Подшиваловой, Н.В. Рыбалкиной, Т.А. Строковой, З.И. Тюмасаевой, И.В. Федорова, П.Г. Щедровицкого, Б.Д. Эльконины и др.

Таким образом, в педагогической теории вопросам тьюторского сопровождения уделяется много внимания, однако остается мало изученным использование этого ресурса в практической работе общеобразовательных организаций.

Литература

1. Тюмасаева З.И. Экологическая безопасность как основа взаимоотношений человека с окружающей природной средой / З.И. Тюмасаева, И.Л. Орехова, Д.В. Натарова // Вестник ЧГПУ. Педагогика. Психология. Физиология. – 2017. – № 3. – С. 102–107.

2. Тюмасаева З.И. Проектирование безопасного и здоровьесберегающего пространства «вуз – школа» как условие профессионального становления студентов: монография / З.И. Тюмасаева, И.Л. Орехова, Г.В. Валеева, Е.С. Гладкая. – Челябинск: Изд-во ЧГПУ, 2015. – 240 с.

3. Широкова Е.В. Тьюторское сопровождение обучения школьников биологии: основные проблемы и пути / Е.В. Широкова, З.И. Тюмасаева / Экологическая безопасность, здоровье и образование: сб. научных трудов IX Всеросс. научно-практ. конф. молодых ученых, аспирантов и студентов / под науч. ред. З.И. Тюмасаевой. 22.04.2016 г., г. Челябинск. – Челябинск: Изд-во ЗАО «Циццеро», 2016. – С. 325–329.

Подгорный Е.В., Чудов В.А.

Научный руководитель: Шурыгина В.В., кандидат медицинских наук, доцент

Башкирский государственный педагогический университет им. М. Акмуллы, г. Уфа, Республика Башкортостан

Формирование практических навыков обучения по оказанию первой помощи на уроках по основам безопасности жизнедеятельности

Аннотация. В статье рассматриваются аспекты формирования практических навыков обучения по оказанию первой помощи на уроках по основам безопасности жизнедеятельности. Показана необходимость практико-ориентированного подхода при изучении этого курса.

Ключевые слова: формирование, практические навыки, первая помощь, основам безопасности жизнедеятельности.

Podgorny E.V., Chudov V.A.

Supervisor: Shurygina V.V., candidate of medical Sciences, associate Professor
Bashkir State Pedagogical University im. M. Akmulla, Ufa, Bashkortostan

Formation of practical skills of first aid training on the basics of life safety lessons

Abstract. The article deals with the aspects of the formation of practical skills training in first aid at the lessons on the basics of life safety. The necessity of a practice-oriented approach in the study of this course is shown.

Keywords: formation, practical skills, first aid, basics of life safety.

Существующая мировая официальная статистика утверждает, что более 60% пострадавших нуждаются в первой помощи на месте происшествия. К сожалению, немногие люди получают ее. В нашей стране ежегодно в дорожно-транспортных происшествиях погибает около 30 тысяч человек. Гибель на воде, в результате несчастных случаев, составляет около 15 тысяч, бытовой и производственный травматизм каждый год уносит жизни более 100 тысяч людей трудоспособного возраста. При этом только 10–15% от всех травм являются несовместимыми с жизнью [1, с. 15–31].

Таким образом, более 85% пострадавших могли бы остаться в живых при условии своевременного оказания им первой помощи непосредственно на месте происшествия. Учитывая эти обстоятельства, можно с уверенностью сказать, что проблема обучения граждан РФ по оказанию первой помощи является актуальной. Решение медицинской, социальной и научно-практической задач позволит повысить безопасность жизнедеятельности населения нашей страны и сохранить жизни многим тысячам российских граждан.

Самой большой ценностью каждого человека является его здоровье.

В современном мире обучение школьников на уроках по основам безопасности жизнедеятельности, где уделяется особое место оказанию первой помощи, становится необходимым условием для повседневной жизнедеятельности. В средствах массовой информации (в газетах, радио и по телевидению) ежедневно сообщаются тревожные факты в очередной аварии, катастрофе, стихийном бедствии, социальном конфликте или криминальном происшествии, повлекшими за собой гибель людей и громадный материальный ущерб. Так, в Российской Федерации от социальных, техногенных, природных и иных опасностей ежегодно погибает более 300 тысяч человек, 100 тысяч становятся инвалидами, миллионы теряют здоровье, подвергаются насилию [3, с. 28–31].

Страна несет огромный моральный и экономический ущерб соизмеримый с национальным доходом. В настоящее время, когда в любую минуту может остро встать вопрос: «Жить или не жить?», главная задача учителей ОБЖ видится в том, чтобы дать обучающимся специальные знания, умения и навыки оказания первой помощи для выживания в различных жизненных ситуациях, в том числе и самых неблагоприятных; правильных действий в случае природных и техногенных катастроф, адекватного поведения в экстремальных условиях. Школа призвана стать ключевым звеном в формировании человека безопасного типа личности [4, с. 16–17].

Известно, что первая помощь – это комплекс срочных простейших мероприятий для спасения жизни человека и предупреждения осложнений при несчастном случае или внезапном заболевании, проводимых на месте происшествия самостоятельно (самопомощь) или другим лицом, находящимся поблизости (взаимопомощь). Первую врачебную помощь на дому, по месту работы, на улице оказывают сотрудники скорой медицинской помощи [2, с. 33–35].

Для выявления теоретических знаний у школьников по оказанию первой помощи было проведено анкетирование двух 11 классов. Следует отметить, что в контрольном классе (30 человек) темы по оказанию первой помощи проводились в традиционном режиме, со стандартным подходом в обучении и

методике преподавания. В экспериментальном классе (30 человек) эти темы преподавались с практико-ориентированным подходом в ее изучении. Ученики отработывали навыки реанимации на тренажерах, показывали на них как останавливать кровотечение, иммобилизовали тренажеры, у которых были множественные переломы костей. Учащиеся совместно с учителем ОБЖ организовано посещали музеи, общались с сотрудниками МЧС, где им рассказывали о трудностях в своей работе.

После изучения тем по оказанию первой медицинской помощи было проведено анкетирование. В анкетах был разработан комплекс вопросов, некоторые из них представлены ниже. Анализ анкет показал, что 11 А класс на 31% справился с вопросами лучше, чем учащиеся 11 Б класса.

На вопрос «Первая помощь при потере сознания» ученики экспериментальной группы (ЭГ) ответили на 6% лучше, чем ученики контрольной группы (КГ).

На вопрос «Первая помощь при ушибах мягких тканей» – в ЭГ ответы на 4% лучше, чем в КГ.

На вопрос «Какое мероприятие при оказании первой помощи при ранениях является первоочередным» ученики в ЭГ показали результаты на 6% выше, чем в КГ.

На вопрос «При травме одного глаза повязка накладывается» – в ЭГ ответы лучше на 3%, чем в КГ.

На вопрос «При каком закрытом переломе костей бывает наибольшая кровопотеря» – ученики ЭГ ответили лучше на 6%, чем КГ и т.д.

Анализ проведенного исследования показал, что формирование практических навыков оказания первой помощи будет наиболее эффективным на основе практического подхода, что способствует более лучшему восприятию информации, детям становится интереснее слушать учителя, а как следствие – дети усваивают полученные знания и все это способствует лучшему овладению навыками оказания первой помощи.

Литература

1. Виноградова Л.В. Методика обучения учащихся на уроках основ безопасности жизнедеятельности правилам оказания первой помощи / Л.В. Виноградова, Я.Ю. Даренкова. – Смоленск: СГАФКСТ, 2016. – 35 с.

2. Горбаткова Е.Ю. Основы медицинских знаний и здорового образа жизни / Е.Ю. Горбаткова, В.В. Шурыгина, Ж.В. Шайдулина // Руководство к самостоятельной работе студентов. – Уфа: Изд-во БГПУ, 2014. – 168 с.

3. Гаряева М.В. Обучение школьников основам безопасности жизнедеятельности / М.В. Гаряева // Формирование умений оказания первой помощи пострадавшим. Молодой ученый. – 2014. – № 4. – 934 с.

4. Чурсин А.Ю. Новые подходы к обучению школьников оказанию ПМП / А.Ю. Чурсин // Новые подходы к обучению школьников оказанию ПМП. – ОБЖ. – 2005. – № 10. – 44 с.

Позднякова А.А.

Научный руководитель: Артеменко Б.А., кандидат биологических наук, доцент

Южно-Уральский государственный гуманитарно-педагогический университет, г. Челябинск, Россия

Влияние природы на формирование сознания детей дошкольного возраста

Аннотация. В статье рассмотрена проблема воздействия окружающей природной среды на процесс формирования сознания детей дошкольного возраста. Предложены методические рекомендации для педагогов и родителей, направленные на совершенствование процесса формирования сознания детей через различные формы деятельности.

Ключевые слова: сознание, окружающая природная среда, жизненная среда, психика, природопользование.

Pozdnyakova A.A.

Supervisor: Artemenko B.A., candidate of biological Sciences, associate Professor

South Ural State Humanitarian Pedagogical University, Chelyabinsk, Russia

The influence of the environment on the consciousness of preschool children

Abstract. The article considers the problem of environmental impact on the process of formation of consciousness of preschool children. Methodical recommendations for teachers and parents aimed at improving the process of formation of children's consciousness through various forms of activity are proposed.

Keywords: consciousness, environment, living environment, psyche, nature management.

Известно, что организм любого современного человека, а ребенка особенно, в современной жизни практически постоянно подвергается неблагоприятным воздействиям среды. На него воздействуют не только такие факторы как климатические – температура, давление, влажность и др., но и качество питьевой воды, пищевых продуктов, а также такие факторы как уровень шума, освещенность помещения, где живет, учится, работает индивид, психологическое воздействие на него окружающих и многие другие факторы. Все это многообразие факторов, воздействующих ежедневно на человека, дают часто отрицательный эффект для умственного, физического и психического состояния и развитие человека [2; 7].

Что касается дошкольного возраста, то это тот период жизни, который предполагает максимальную активность работы нервной системы в целом и головного мозга в частности. Именно благодаря его постоянной работе, человек может на протяжении всей жизни развиваться в интеллектуальном, нравственном, социальном и других направлениях. Кроме того, в этот момент формируется такая сторона психической жизни личности как ее сознание. Проблеме влияния окружающей природной среды на формирование сознания дошкольников посвящены работы А.Ю. Гусевой, С.Д. Дерябо, В.И. Екимовой, З.И. Тюмасевой, В.А. Ясвина и др. [1; 6].

Чтобы разобраться с проблемой влияния природной окружающей среды на сознание ребенка, обратимся к дефиниции «сознание». В разных источниках понятие «сознание» понимается по-разному. Например, Д.А. Шкуренко определяет сознание как высший уровень отражения действительности, проявляющийся способностью личности отдавать себе ясный отчет об окружающем, о настоящем и прошлом времени, принимать решения и в соответствии с ситуацией управлять своим поведением [5]. А.Н. Леонтьев понимал термин «сознание» как отражение предметной действительности в ее отделенности от отношений к ней субъекта, т.е. отражение, выделяющее ее объективные устойчивые свойства [3].

Первым звеном в формировании сознания маленького человека является система дошкольного образования, одним из направлений которой определено экологическое образование детей. Перед педагогами стоит задача формирования у детей дошкольного возраста основ экологической культуры бережного отношения к природе, заботе о ней. Именно поэтому ознакомление детей дошкольного возраста с природой приняло природоохранную направленность. Однако следует учитывать, что взаимодействие окружающей природной среды и ребенка необходимо рассматривать с разных сторон развития последнего, а главным образом с развитием психики ребенка.

Непрерывное развитие психики у ребенка является достаточно сложным процессом в созревании и усложнении всех психических функций и личности в целом, происходящее под прямым влиянием определенных факторов. Это не только наследственно-биологические факторы, но и социальные. Обычно процесс развития не всегда может протекать равномерно – это происходит скачкообразно, где периоды медленного развития с постепенным созреванием, сменяются на периоды с бурным развитием. Поэтому для каждого возрастного периода характерны анатомо-физиологические и психологические особенности, благодаря которым проявляются новые социальные потребности и характерные для данного этапа, взаимоотношения ребенка с окружающей его средой. При постоянном развитии всего организма ребенка происходит постепенное усложнение и углубление его познания, при этом развиваются его умственные способности, которые формируют определенные отношения к окружающему ребенка миру. Это помогает непосредственному становлению его личности, его сознания.

Формирование сознания продолжается через социальные и экономические условия, в которых происходит воспитание ребенка. Они прослеживаются в быту, питании, труде, физических упражнениях, предупреждении всевозможных болезней и др. При этом необходимо учитывать и местные условия, которые оказывают непосредственное влияние как на физическое развитие ребенка, так и на формирование его сознания. Именно в этот момент весомую роль играет взаимодействие ребенка с природной средой окружающей его.

Для осуществления положительного влияния окружающей природной среды на процесс формирования сознания детей, можно предложить несколько рекомендаций:

1. Использование труда в природе, так как важнейшим показателем бережного и заботливого отношения к растениям и животным является желание детей принимать активное участие в уходе за ними. Детей учат осознавать, что уход направлен на удовлетворение потребностей растений и животных. Можно провести природоохранные акции, например «Птичья столовая» (изготовление кормушек и подкормка птиц в зимнее время), «Лесная аптека» (сбор лекарственных трав).

2. Чтение или театрализация экологических сказок, которые учат научному видению в занимательной форме, помогают раскрыть сложные явления в природе.

3. Реализация проведения экспериментов и опытов, направленных на самостоятельное выяснение детьми причин экологических проблем, и совместный с воспитателем поиск их решения, который ими же резюмируется и осуществляет призыв к бережению окружающей среды.

4. Проведение дидактических игр, связанных с изучением природных явлений.

5. Прогулки и экскурсии по памятникам природы с сопровождением бесед педагога о важности природоохранной деятельности человека.

6. Проведение праздников и развлечений экологического содержания.

Таким образом, окружающая природная среда имеет огромное влияние на процесс формирования сознания дошкольника. Через взаимодействие с ней, а также правильное педагогическое сопровождение экологического образования детей происходит становление личности ребенка, готового к осознанной природоохранной, природосозидательной деятельности.

Литература

1. Быстрой Е.Б. Теория и технология экологического образования детей дошкольного возраста / Е.Б. Быстрая, Н.Е. Пермякова, Б.А. Артеменко и др. – Челябинск: Изд-во ЗАО «Цицеро», 2017. – 222 с.

2. Быстрая Е.Б. Эколого-валеологическое воспитание дошкольников в психолого-физиологическом ракурсе / Е.Б. Быстрая, З.И. Тюмасева, Б.А. Артеменко и др. // Вестник ЧГПУ. – 2017. – № 7. – С. 36–41.

3. Леонтьев А.Н. Деятельность. Сознание. Личность / А.Н. Леонтьев. – М.: Смысл, Академия, 2005. – 352 с.

4. Пермякова Н.Е. Методика развивающего экологического образования детей дошкольного возраста: дис. ... канд. пед. наук: 13.00.07 / Н.Е. Пермякова. – Челябинск, 2009. – 224 с.

5. Середина Н.В. Основы медицинской психологии: общая, клиническая, патопсихология / Н.В. Середина, Д.А. Шкуренко. – Ростов н/Д: «Феникс», 2003. – 512 с.

6. Ясвин В.А. Психология отношения к природе / В.А. Ясвин. – М.: Смысл, 2000. – 456 с.

7. Тюмасева З.И. Оздоровление детей России как инновационная педагогическая деятельность (в сфере дошкольного образования): монография / З.И. Тюмасева, И.Л. Орехова, Е.Г. Кушнина. – Челябинск: Изд-во ЗАО «Цицеро», 2012. – 299 с.

Попкова О.А., Артеменко Б.А.

Южно-Уральский государственный гуманитарно-педагогический университет, г. Челябинск, Россия

Экологическое воспитание детей дошкольного возраста в контексте ФГОС ДО

Аннотация. Экологическое воспитание детей – чрезвычайно актуальная проблема в настоящее время. Работа по экологическому воспитанию должна начинаться с дошкольного возраста, когда в детях закладывается фундамент познавательной активности, пробуждается интерес к окружающему миру. Задачи, поставленные во ФГОС перед дошкольной педагогикой, нацелены на конечный результат – формирование целостной духовно-нравственной личности.

Ключевые слова: экология, экологическое воспитание, природа, экологическая культура, окружающая среда.

Popkova O.A., Artemenko B.A.

South Ural State Humanitarian Pedagogical University, Chelyabinsk, Russia

The ecological education children's of preschool age in context of FSES PE

Abstract. Ecological education of children is an extremely topical problem at present. Work on environmental education should begin with the preschool age, when the children are laid the foundation of cognitive activity, the interest to the surrounding world awakens. The tasks set in the FSES in front of preschool pedagogy are aimed at the final result – the formation of a holistic spiritual and moral personality.

Keywords: ecology, ecological education, nature, ecological culture, environment.

Экология как наука призвана изучать взаимоотношения организмов и среды во всем их разнообразии. С этой позиции человек является одним из участников этих взаимоотношений. Его влияние на природную среду носит как положительный, так и отрицательный характер и для того, чтобы максимально снизить уровень отрицательного, разрушающего воздействия человека на окружающую среду необходимо, начиная с раннего возраста, организовывать процесс непрерывного экологического образования [4].

На уровне дошкольного образования важность формирования экологических знаний определена Федеральным государственным образовательным стандартом дошкольного образования в образовательной области «Познавательное развитие», где говорится следующее «...*формирование первичных представлений о... планете Земля как общем доме людей, об особенностях ее природы...*». Также одним из требований к реализации основной образовательной программы в стандарте указывается, что она должна формировать систему отношений ребенка к миру, к другим людям, к себе самому [6].

Вышеизложенное позволяет нам говорить о том, что экологическое воспитание дошкольников должно осуществляться непрерывно и рассматриваться как процесс воспитания и обучения ребенка, направленный на выработку экологической культуры. Последняя, должна выражаться в надлежащем отношении к природе, окружающей среде, собственному здоровью и здоровью окружающих, в соблюдении моральных норм и правил.

Дошкольный возраст, может рассматриваться как наиболее благоприятный для решения задач экологического воспитания. Маленький ребенок познает мир с открытой душой и сердцем. И то, как он будет относиться к этому миру, научится ли быть рачительным хозяином, любящим и понимающим природу, воспринимающим себя как часть единой экологической системы, во многом зависит от взрослых, участвующих в его воспитании. Экологическое воспита-

ние строится на усвоении детьми системы знаний о природе и формировании элементарных экологических представлений; животных и растениях как живых существах; сущности взаимодействия человека и природы [1; 3; 5].

Важным положением стандарта являются целевые ориентиры, которые определяются документом как «возможные достижения ребенка» – не обязательные, но возможные и желательные достижения в его интеллектуальном и личностном развитии. Достижения в общении с природой сформулированы следующим образом: ребенок проявляет любознательность, задает вопросы взрослым и сверстникам, интересуется причинно-следственными связями, пытается самостоятельно придумывать объяснения явлениям природы, склонен наблюдать, экспериментировать. Обладает начальными знаниями о себе, природном и социальном мире, а также элементарными представлениями из области живой природы, естествознания. Под эти формулировки и развертывается система экологического воспитания.

Экологическое воспитание дошкольников в соответствии с ФГОС ДО может быть реализовано двумя путями: через основную программу, которую разрабатывает само учреждение, опираясь на ту или другую примерную образовательную программу (на нее отводится 60% учебного времени), или через парциальную программу, которая дополняет основную и может рассчитываться на 40% учебного времени. И в том, и в другом случае экологическое воспитание детей осуществляется в системе на протяжении всего учебного года.

Приступая к экологическому воспитанию детей, ставятся следующие задачи:

1. Сформировать представления о природе естественной, независимой от человека от его деятельности, и природе культурной, созданной и поддерживаемой трудом человека.

2. Дать понимание того, что любой объект живой природы существует только пока, для этого есть необходимые условия, нарушение которых ведет к его гибели и исчезновению, порой навсегда.

3. Показать, как человек использует культурную природу (выращивает и собирает урожай зерна, овощей, фруктов, производит домашних животных, цветы и т.д.).

4. Продемонстрировать, как человек пользуется дарами дикой природы (собирает грибы и ягоды, наслаждается красотой природы), и убедить о жизненной необходимости разумного, а значит бережного к ней отношения.

5. Сформировать представление о том, что в природе все взаимосвязано, как в цепочке, все звенья, которой нужны друг другу и друг и без друга могут просто перестать существовать.

Большой вклад в разработку вопроса об использовании природы в воспитании и обучении детей сделал К.Д. Ушинский, который считал что *«природа есть один из наимогущественных агентов в воспитании человека, и даже самое тщательное воспитание без участия этого агента всегда отдаёт сухостью, однобокостью, неприемлемой искусственностью»*. Он называл природу *«все-развивающей»* и в своих работах раскрывал возможность использования ее для умственного, морального, эстетического и физического воспитания детей [8].

Особое место в экологическом воспитании и образовании детей дошкольного возраста отводится развитию трудовых умений и навыков при ознакомлении с природными объектами. Природа способствует воспитанию положительного отношения к труду, желание трудиться. В дошкольном детстве у детей возможно и необходимо формировать представления о том, что растения и животные в детском саду или дома не могут жить без помощи человека, требуют ухода и заботы о себе; воспитывать самостоятельность в уходе за животными и растениями; формировать ответственное и бережное отношение к окружающим объектам природы через совершение конкретных действий (подкормка птиц зимой, полив и рыхление растений на участке, уборка мусора и др.) [7].

Важное место в экологическом воспитании дошкольников принадлежит играм. С помощью дидактических игр экологического содержания дети уточняют, закрепляют, расширяют имеющиеся представления о предметах и явлениях природы, растениях и животных, учатся обобщению и классификации.

Предметные игры, такие как «Чудесный мешочек», «Вершки и корешки», «Чьи детки на этой ветке» и др. уточняют, конкретизируют и обогащают представления о свойствах и качествах предметов, дают возможность детям оперировать предметами природы, сравнивать их, отмечать изменения отдельных внешних признаков. Подвижные игры природоведческого характера связаны с подражанием повадкам животных, их образу жизни, в некоторых отражаются явления неживой природы.

Отличным способом объединить разнообразные виды деятельности, направленные на познание окружающего мира, является проектный метод. Он предусматривает осуществление дошкольниками практической целенаправленной деятельности и способствует формированию у них личного жизненного опыта по взаимодействию с природными объектами. Работа над проектом дает ребенку возможность закрепить теоретические знания, почувствовать себя испытателем, поучаствовать «на равных» со взрослыми в совместной познавательной деятельности. С дошкольниками можно реализовывать исследовательские, практико-ориентировочные, творческие и другие проекты. Обычно это кратковременные групповые или индивидуальные проекты [2].

Таким образом, проблема экологического воспитания дошкольника является одной из актуальных для современной теории и практики обучения и воспитания дошкольников. Многие выдающиеся мыслители и педагоги прошлого (Я.А. Коменский, Ж.-Ж. Руссо, И.Г. Песталоцци, К.Д. Ушинский и др.) придавали большое значение природе как средству воспитания детей. Поэтому и сегодня дошкольная педагогика должна придавать большое значение формированию экологических знаний детей дошкольного возраста.

Литература

1. Артеменко Б.А. Теоретико-методологические основы экологического образования детей дошкольного возраста / Б.А. Артеменко, Е.Б. Быстрая // Вестник ЧГПУ. – 2017. – № 3. – С. 9–14.

2. Быстрая Е.Б. Роль проектной методики в познавательном развитии дошкольников / Е.Б. Быстрая, Б.А. Артеменко // Наука, культура, образование: проблемы и перспективы: матер. VI Всерос. науч.-практ. конф. – Нижневартовск: Изд-во НГУ, 2017. – С. 33–36.

3. Быстрой Е.Б. Системный подход как общенаучная методологическая основа воспитания экологической культуры детей дошкольного возраста / Е.Б. Быстрая, Б.А. Артеменко // Вестник Тверского гос. ун-та. – 2017. – № 3. – С. 179–183.

4. Быстрой Е.Б. Теория и технология экологического образования детей дошкольного возраста / Е.Б. Быстрая, Н.Е. Пермякова, Б.А. Артеменко и др. – Челябинск: Изд-во ЗАО «Цицеро», 2017. – 222 с.

5. Зерщикова Т. Экологическое развитие в процессе ознакомления с окружающим / Т. Зерщикова, Т. Ярошевич // Дошкольное воспитание. – 2005. – № 7. – С. 3–9.

6. Приказ Министерства образования и науки Российской Федерации № 1155 от 17.10.2013 г. «Об утверждении федерального государственного образовательного стандарта дошкольного образования» [Электронный ресурс] // Российская газета. – 2013. – № 6241. – Режим доступа: URL: <https://rg.ru/2013/11/25/doshk-standart-dok.html> (дата обращения: 19.03.2018).

7. Тюмасева З.И. Приоритеты дошкольного образования: культура, экология и здоровье / З.И. Тюмасева, И.Л. Орехова, Е.Б. Быстрая. – Челябинск: Изд-во ЗАО «Цицеро», 2017. – 149 с.

8. Ушинский К.Д. Собрание сочинений в 10 томах / К.Д. Ушинский. – М.: Изд-во АПН РСФСР, 1948–1952.

Прохорова А.А.

Научный руководитель: Артеменко Б.А., кандидат биологических наук, доцент

Южно-Уральский государственный гуманитарно-педагогический университет, г. Челябинск, Россия

Игра-релаксация как одна из эффективных технологий сохранения и стимулирования здоровья детей дошкольного возраста

Аннотация. Статья посвящена проблеме здоровьесбережения в дошкольной образовательной организации. Автор рассматривает возможности использования в педагогической практике игровых релаксационных упражнений.

Ключевые слова: здоровье, здоровьесбережение, релаксация, игровые релаксационные упражнения, дошкольный возраст.

Prokhorova A.A.

Supervisor: Artemenko B.A., candidate of biological Sciences, associate Professor

South Ural State Humanitarian Pedagogical University, Chelyabinsk, Russia

Game-relaxation as one of the effective technologies to preserve and promote the health of preschool children

Abstract. The article is devoted to the problem of health saving in preschool educational organization. The author considers the possibility of using game relaxation exercises in pedagogical practice.

Keywords: health, health care, relaxation, game relaxation exercises, preschool age.

Проблема сохранения и стимулирования здоровья детей всегда актуальна, своевременна и достаточно сложна, так как от состояния здоровья детей во многом зависит благополучие общества. Экологические проблемы, некачественное питание, эмоциональный дискомфорт – лишь некоторые факторы, агрессивно воздействующие на хрупкие детские организмы.

Значение ранних периодов детства для развития личности и воспитания здорового ребенка трудно переоценить. Именно поэтому, одна из задач ФГОС ДО: охрана и укрепление физического и психического здоровья детей, в том числе их эмоционального благополучия. На сегодняшний день здоровьесбережение и здоровьесобогащение – важнейшие условия организации педагогического процесса в ДОО.

Давайте уточним, что такое здоровье. В 1948 г. Всемирная организация здравоохранения опубликовала определение здоровья, которое понимается как состояние полного физического, психического, социального благополучия». После этого в научной литературе опубликовано более 300 дефиниций здоровья. З.И. Тюмасева отмечает, что здоровье – это интегрированное понятие. Если говорить о здоровье человека, то его надо понимать как *равновесие между адаптационными возможностями организма и постоянно меняющимися условиями среды* [4, с. 32].

В педагогической науке понятие «здоровьесбережение» стало использоваться с 90-х годов XX в. и отражало специфику отношений к сохранению здоровья детей через особенности организации учебно-воспитательного процесса в различные периоды: «беречь здоровье» – «не обременять» – «забота о здоровье» – «укрепление здоровья» – «охрана здоровья» – «валеология» – «здоровьесбережение».

Здоровьесбережение в дошкольном образовании – это технологии, которые в первую очередь направлены на решение одной из самой главной задачи современного дошкольного образования, а именно задачи сохранения, поддержания, укрепления и обогащения здоровья всех участников педагогического процесса в детском саду [3, с. 187].

В современном ритме жизни многие дошкольники очень загружены. Они устают и физически, и морально. Естественно, такие нагрузки отрицательно сказываются на здоровье детей. Следовательно, очень важно использовать в педагогической практике игр-релаксаций.

Релаксация(от лат. – ослабление, расслабление) – глубокое мышечное расслабление, сопровождающееся снятием психического напряжения.

Релаксация – специальный метод, появившийся за рубежом в 30-40-х гг. XX века. Первыми специалистами, применившими метод релаксации в своей деятельности и разработавшими техники мышечной релаксации, были американский психолог Э.Джекобсон и немецкий врач-невропатолог И.Шульц.

Виды релаксации очень разнообразны: от простых (для расслабления отдельных частей тела) до очень сложных и длительных по времени (для полного расслабления тела).

Несложные игровые релаксационные упражнения в технике «напряжение-расслабление» вполне возможно использовать воспитателям в работе с дошкольниками. С помощью релаксационных упражнений создается положительный эмоциональный настрой, устраняется замкнутость, снимается усталость. С их помощью у детей развиваются навыки концентрации, пластика, координация движений [2, с. 455].

Релаксационные упражнения проводятся в форме игры, что дает возможность ненавязчиво обучать детей умению расслабляться. Научившись расслабляться, организм распределяет энергию, пытается достичь гармонии и равновесия. При систематическом применении релаксационных упражнений в режиме дня, дети становятся более уравновешенными и спокойными, устраняются повышенная злость, раздражительность, напряженность, тревожность и страхи, что способствует благоприятной психологической обстановке в группе.

Для педагогов, начинающих использовать в своей работе с дошкольниками релаксационные упражнения, существуют следующие рекомендации:

1) Прежде чем выполнять упражнение с детьми, необходимо попробовать сделать его самостоятельно.

2) Важно не забывать, что напряжение должно быть кратковременным, а расслабление – более длительным.

3) Перед каждым упражнением педагог должен настроить детей, найти способ заинтересовать их.

4) Не стоит повышать голос при проведении релаксационного упражнения.

5) Упражнения рекомендуется выполнять в сопровождении приятной, спокойной музыки (классическая музыка (Чайковский, Рахманинов), звуки природы).

6) Рекомендуется повторять каждое упражнения не более 2-3 раз. Не использовать одновременно разные упражнения.

7) Разучивать с детьми новые релаксационные упражнения следует планомерно.

Релаксационные упражнения для снятия напряжения с мышц туловища, рук, ног.

«*Спящий котенок*». Представьте себе, что вы веселые, озорные котята. Котята ходят, выгибают спинку, машут хвостиком (напряжение). Но вот котята устали, начали зевать, ложатся на коврик и засыпают. У котят равномерно поднимаются и опускаются животики, они спокойно дышат (расслабление).

«*Холодно– жарко*». На улице холодно, мы съжились, замерзли (присели на пол, подтянули и обхватили колени, опустили голову, мышцы напряжены). Звенит волшебный колокольчик, снова лето, жарко, мы на пляже (лежим на спине, все мышцы расслаблены).

«*Цветок распустился*». Я – бутон (дети присели на пол, обхватили подтянутые к себе колени, опустили головы, мышцы напряжены). Светит теплое солнце, я расту (медленно поднимаются, улыбаются, расслабленно раскачивают

руками). Солнце исчезло, темно, настала ночь, мои лепестки закрываются (исходное положение), и вновь всходит солнце и т.д.

Игровые релаксационные упражнения имеют неоспоримые преимущества:

1. *Эффективность*. Это отличный способ самопомощи в избавлении от эмоционального напряжения.

2. *Простота*. Простейшие упражнения, входящие в комплекс, легко запоминаются и усваиваются.

3. *Универсальность*. Не требуются специальные окружающие условия и какие-либо приспособления. Выполнять можно в любом месте и в любое время.

Таким образом, при систематическом применении игровых релаксационных упражнений детский организм снимает напряжение и восстанавливает равновесие, тем самым, сохраняется здоровье.

Литература

1. Елжова Н.В. Здоровый образ жизни в дошкольном образовательном учреждении / Н.В. Елжова. – Ростов н/Д: Феникс, 2011. – 215 с.

2. Казакова Г.Н. Роль игровых релаксационных упражнений в укреплении здоровья детей дошкольного возраста // Молодой ученый. – 2016. – № 24. – С. 454–456.

3. Мартыненко Е.В., Бойцова Я.В. Здоровьесбережение детей дошкольного возраста // Научно-методический электронный журнал «Концепт». – 2016. – Т.10. – С. 186–190. – URL: <http://e-koncept.ru/2016/56845.htm>.

4. Тюмасева З.И. Оздоровление детей России как инновационная педагогическая деятельность (в сфере дошкольного образования) / З.И. Тюмасева, И.Л. Орехова, Е.Г. Кушнина – Челябинск: Изд-во ЗАО «Цицеро», 2012. – 299 с.

Прудникова И.А., Мамылина Н.В.

Южно-Уральский государственный гуманитарно-педагогический университет, г. Челябинск, Россия

Начальная подготовка бегунов на короткие дистанции

Аннотация. В статье рассматривается характеристика этапа начальной подготовки юных легкоатлетов в беге на короткие дистанции. Приведены контрольные нормативы для зачисления в группы начальной подготовки, а также целевые показатели, достигаемые по завершению данного тренировочного этапа. Достаточно подробно представлены основные средства подготовки, их объем и методические указания, используемые в работе с юными спринтерами.

Ключевые слова: юные легкоатлеты-спринтеры, этап начальной подготовки, бег на короткие дистанции.

Prudnikova I.A., Mamylna N.V.

South Ural State Humanitarian Pedagogical University, Chelyabinsk, Russia

Initial preparation of runners for short distances

Abstract. The article discusses the characteristics of the initial training stage of young athletes in short-distance running. The control standards for enrollment in the initial training group, as well as the targets achieved at the end of this training stage. The main means of preparation, their volume and the methodical instructions used in work with young sprinters are in sufficient detail presented.

Keywords: young athletes-sprinters, initial training stage, short-distance running.

В настоящее время не прекращается поиск путей повышения уровня развития физических качеств и двигательных умений легкоатлетов. Это является одной из первоочередных задач тренера на всем протяжении многолетнего процесса спортивной подготовки от новичка до мастера экстра-класса.

Ведущими учеными (Л.П. Матвеев, Н.П. Платонов) в области теории и методики спорта определены следующие этапы в многолетней системе подготовки спортсменов: начальная подготовка, начальная спортивная специализация, углубленная тренировка в избранном виде спорта, спортивное совершенствование, спортивное долголетие.

В легкой атлетике этап начальной подготовки легкоатлета приходится на возраст 9–13 лет. Целый ряд исследований показал, что спортивная тренировка в младшем и среднем школьном возрасте – важный этап в многолетней подготовке бегунов на короткие дистанции. Восприимчивость детей к овладению двигательными навыками и умениями, развитию высокого уровня скоростных, координационных способностей обеспечивает хорошие предпосылки для развития всех остальных физических качеств. Позднее начало спортивной тренировки может привести к упущению таких благоприятных условий. Особенно актуально это в развитии главного для спринтера физического качества – скорости движений.

По мнению Н.Г. Озолина на этапе начальной подготовки необходимо решать следующие задачи [4, с. 128]:

- 1) способствовать гармоничному физическому развитию, закаливанию организма и укреплению здоровья занимающихся;
- 2) содействовать развитию морально-волевых и физических качеств, необходимых юному легкоатлету;
- 3) изучить основы техники бега, прыжков и метаний;
- 4) ознакомить с некоторыми теоретическими знаниями об истории развития легкой атлетики, влиянии занятий на организм спортсменов, правилами соревнований;
- 5) приобрести первый соревновательный опыт.

В таблице 1 представлены контрольные нормативы для зачисления в группы начальной подготовки для бега на короткие дистанции.

Таблица 1

**Нормативы физической подготовки для зачисления
в группы начальной подготовки**

Физическое качество	Контрольные упражнения	
	Девочки	Мальчики
Скоростные качества	Бег на 20 м с ходу (не более 3 с)	Бег на 20 м с ходу (не более 2,7 с)
	Бег 100 м (не более 17 с)	Бег 100 м (не более 14,2 с)
Скоростно-силовые качества	Прыжок в длину с места (не менее 160 см)	Прыжок в длину с места (не менее 190 см)

В группы зачисляются дети, не имеющие медицинских противопоказаний к занятиям легкой атлетикой. Специализация начинающих легкоатлетов еще не определена, поэтому процесс подготовки для всех одинаков. Тренировочные занятия проводятся 2–3 раза в неделю по 60–90 минут, таким образом, годовой объем тренировочных занятий составляет 270–320 часов.

Федеральный стандарт спортивной подготовки по легкой атлетике рекомендует следующее процентное соотношение средств на этапе начальной подготовки для бега на короткие дистанции: общая и специальная физическая подготовка – 76–79%; техническая подготовка – 15–17%; тактическая, теоретическая и психологическая подготовка – 5–6% [4, с. 5].

К основным методам развития физических качеств, применяемым в работе с юными легкоатлетами относят игровой и метод повторного упражнения, а для обучения и совершенствования техники – целостный метод.

На этапе начальной подготовки в тренировочном процессе юных спринтеров используются упражнения, нацеленные на всестороннее становление физических качеств и двигательных способностей спортсмена.

Кроме того, известно, что сенситивным возрастом для развития быстроты беговых движений является возраст 9–12 лет, поэтому в тренировках с детьми необходимо воспитывать быстроту с преимущественным использованием средств, стимулирующих проявление высокой частоты движения и скорости бега [1, с. 15; 3, с. 45]. К таким средствам в теории и методике физической культуры относят подвижные и спортивные игры, эстафеты, спринтерский бег, броски набивных мячей, прыжковые упражнения, а также комплексы специально-подготовительных упражнений и других, которые можно выполнить с максимальной или околорекордной скоростью. В теории и методике легкой атлетики используются следующие упражнения для развития быстроты беговых движений спринтеров, представленные в таблице 2.

Таблица 2

**Упражнения для развития быстроты движений юного бегуна
на короткие дистанции**

Средство	Параметры нагрузки	Методические указания
Бег в упоре на руках с максимальной частотой шагов (на месте)	4–6 раз 4–5 с	Быстро, еще быстрее, «очень быстро», «как можно быстрее». Следить, чтобы бегуны не приседали, не опускали голову, не делали судорожных движений
Имитация работы руками на месте, как в беге	4–6 раз 4–5 с	Те же
Бег на месте без упора с максимальной частотой	3–4 раза 4–5 с	Движение не должно переходить в судорожное топтание. Внимание на ритм
Бег с максимальной частотой, укороченными шагами, по отметкам	3х10 м, 2–3 серии. Отдых между подходами 2 мин, между сериями 3–4 мин	Вариант-использования «скоростной лестницы»
Бег с максимальной частотой через набивные мячи	10–12 мячей 8 раз. Паузы отдыха 2–3 мин	Не отклоняться назад. Бежать высоко
Продвижение вперед с высоким подниманием бедра, с максимальной частотой	4 раза 12–15 м. Паузы отдыха 1,5–2 мин	После окончания упражнения переходить в свободный бег 10–15 м

Бег вверх с максимальной частотой	4–6 раз 20–25 ступенек, отдых 2–3 мин	Не делать судорожных движений
Повторное пробегание 8–10 м с ходу на максимальной скорости через 30 м легкого бега	(2–3 раза 8–10 м), 2–3 серии, между сериями отдых 3 мин	Не напрягать мышцы лица и руки.
Включение в бег на максимальной скорости по сигналу	Быстрый бег 6–8 м, затем бег трусцой, 4–5 повторения	Включаться в бег на максимальной скорости, расслабляться в беге трусцой

По завершению этапа начальной подготовки юные легкоатлеты-спринтеры выполняют контрольные нормативы (таб. 3), которые позволяют тренеру оценить предрасположенность к бегу на короткие дистанции и перейти к процессу подготовки на следующем этапе – этапе спортивной специализации.

Таблица 3

**Целевые нормативы для бегунов на короткие дистанции
11–12 лет к завершению этапа начальной подготовки**

Тесты	Нормативы	
	Мальчики	Девочки
Бег 30 м с высокого старта, с	5,0–4,8	5,2–5,0
Бег 30 м с ходу, с	4,0–3,8	4,2–4,0
Бег 60 м с высокого старта, с	9,0–8,6	9,4–9,0
Прыжок в длину с места, см	210–230	190–210
Тройной прыжок с места, см	600–640	550–600

Обобщая вышесказанное, необходимо отметить, что некоторые аспекты подготовки юных спринтеров исследованы недостаточно, и требуют дальнейшего изучения. У ученых вызывают интерес вопросы совершенствования традиционных, а также поиска инновационных средств и методов тренировки, применяемых в начальной подготовке бегунов на короткие дистанции [5, с. 37].

Литература

1. Белоусова Н.А. Влияние физической культуры на состояние стрессустойчивости студенток с отклоняющейся архитектоникой позвоночника / Н.А. Белоусова, Н.В. Мамылина, А.А. Семченко // Теория и практика физической культуры. – 2017. – № 11. – С. 45–48.
2. Мамылина Н.В. Анализ поведенческой активности экспериментальных животных, перенесших эмоционально-болевой стресс / Н.В. Мамылина // Современные проблемы науки и образования. – 2011. – № 5; URL: www.science-education.ru/99-4922.

3. Никитушкин В.Г. Современная подготовка юных спортсменов: метод. пособие / В.Г. Никитушкин. – М., 2009. – 112 с.

4. Озолин Н.Г. Настольная книга тренера: наука побеждать / Н. Г. Озолин. – М.: АСТ: Астрель, 2006. – 863 с.

5. Семченко А.А. Адаптация сердечно-сосудистой системы спортсменов младшего подросткового возраста к нагрузкам современной легкой атлетики / А. А. Семченко // Фундаментальная и прикладная наука: сб. научных статей по итогам науч.-исследовательской работы за 2012–2013 уч.г. – Челябинск: Изд-во ЧГПУ, 2014. – С. 32–38.

Рокин А.А., Шарипов Ш.Н.

Южно-Уральский государственный гуманитарно-педагогический университет, г. Челябинск, Россия

Физическое воспитание школьников средствами спортивного туризма

Аннотация. В статье рассматривается проблема физического воспитания детей средствами спортивного туризма. Занятия спортивным туризмом расширяют возможности детей, развивая их стремление к познанию окружающего мира, личностному и физическому совершенствованию, которое через активизацию двигательного режима способствует развитию общей выносливости, ловкости и силы.

Ключевые слова: физическое воспитание, спортивный туризм, выносливость, сила, ловкость.

Rokin A.A., Sharipov S.N.

South Ural State Humanitarian Pedagogical University, Chelyabinsk, Russia

The development of intellectual abilities of schoolchildren by means of sports tourism

Abstract. The article deals with the problem of physical education of children by means of sports tourism. Activities of sports tourism expand the opportunities of children, developing their desire to know the world around, to personal and physical perfection, which through the activation of the motor regime contributes to the development of general endurance, agility and strength.

Keywords: physical education, sport tourism, endurance, strength, dexterity.

Физическое воспитание детей школьного возраста в нашей стране как дело большой социальной важности регламентировано в государственном порядке. Но, к сожалению, школьные уроки физкультуры дают лишь часть необходимой детям нормы двигательной активности организма. Восполнить недос-

тающее и призваны внеурочные занятия физической культурой, в том числе и спортивным туризмом.

Проблемой совершенствования физического воспитания средствами туризма занимались многие педагоги. В частности, А. А. Остапец рассматривал туризм как средство физического воспитания, поскольку использование спортивного туризма позволяет не только позитивно влиять на формирование необходимых качеств личности, но и активизировать жизненную позицию субъекта в аспекте физического воспитания. Вопросами активизации педагогического процесса с помощью средств спортивного туризма в свое время занимались П.И. Истомина, В.Г. Цыганков, И.Л. Беккер, С.А. Сергеева и др.

Вопросы активизации двигательного режима детей школьного возраста в условиях природной среды привлекали внимание ученых (Г. В. Шалыгина, 1977; Е.Н.Вавилова, 1981; Т.И.Осокина, 1984 и др.), но данные, касающиеся применения доступных форм туризма для физического развития и двигательной подготовленности, малочисленны (М. А. Рунова, 1988; Г.В.Шалыгина, 1988; Н.И. Бочарова, 1989). Изучение практического опыта выявило, что такие формы туризма как: экскурсия, прогулка, туристская прогулка используются в общеобразовательных организациях в основном в познавательных и воспитательных целях; двигательная деятельность с туристской направленностью не заняла еще должного места в системе физического воспитания школьников. Однако необходимо отметить, что занятия туризмом расширяют возможности детей, развивая их стремление к познанию окружающего мира, личностному и физическому совершенствованию [1].

Решение поставленных задач активизации двигательного режима школьников средствами спортивного туризма базируется на развитии трех основных физических качеств – общей выносливости, ловкости и силы [2; 3; 4].

Выносливость – одно из самых важных физических качеств туристов. В соревнованиях выносливость проявляется в способности туристов выдерживать большую по объему и высокую по интенсивности соревновательную нагрузку. Только всесторонне подготовленные выносливые туристы могут быстро пре-

одолевать сложный и протяженный маршрут, насыщенный естественными препятствиями. Объем нагрузки в походе зависит от протяженности пути, веса рюкзака и других факторов: темпа передвижения, быстроты преодоления естественных препятствий, общей продолжительности путешествия.

Ловкость – это, во-первых, способность овладевать сложными двигательными координациями; во-вторых, – спортивными движениями и совершенствованием их; в-третьих, в соответствии с меняющейся обстановкой быстро и рационально перестраивать свои действия. В данном случае объектом познания выступают движения и действия, совершаемые с предельной точностью пространственных, временных и силовых параметров. Среди физических качеств ловкость, с точки зрения психологии, занимает особое положение, так как проявляется только в комплексе с другими физическими качествами. Человек может отличаться высокой степенью развития ловкости в гимнастике, но недостаточной для спортивных игр. В спортивном туризме ловкость необходима в исполнении сложных технических приемов с использованием специального снаряжения (завязать узел, преодолеть естественное препятствие и т.д.)

Собственно силовые способности проявляются преимущественно в условиях изометрического напряжения мышц, обеспечивая удержание тела и его звеньев в пространстве (под дополнительным весом рюкзака), сохранение поз при воздействии на человека внешних сил. Степень проявления силовых способностей человека зависит от количества мышц, вовлеченных в работу, или от особенностей их сократительных свойств.

С целью активизации спортивно-туристической направленности во внеурочной деятельности необходимо использовать активные методы, которые побуждают обучаемых к мыслительной и практической деятельности. Это будет способствовать формированию мотивации и потребности в занятиях физической культурой, социальных и поведенческих навыков, позволяющих успешно решать задачи интеграции в общество, преодолению жизненных трудностей.

Литература

1. Аппенянский А.И. Рекреалогия: тренировочный процесс в активном туризме / А.И. Аппенянский. – М.: Советский спорт, 2006. – 94 с.
2. Барчук И.С. Методы научных исследований в туризме / И.С. Барчук. – М.: Академия, 2008. – 194 с.
3. Варламов В.Г. Физическая подготовка туристов – пешеходников / В.Г. Варламов. – М.: «Турист», 2008. – 137 с.
4. Воробьев А.Н. Очерки по физиологии и спортивной тренировке / А.Н. Воробьев. – М., 2011. – 159 с.

Романова Е.А., Валеева Г.В., Щелчкова Н.Н., Хасаньянова А.А.

Южно-Уральский государственный гуманитарно-педагогический университет, г. Челябинск, Россия

Использование генеалогического метода при изучении социального портрета курильщика

Аннотация. В статье представлены результаты применения генеалогического метода при изучении социального портрета курильщика.

Ключевые слова: курильщик, генеалогический метод исследования, социальный портрет.

Romanova E.A., Valeeva G.V., Shchelchkova N.N., Khasanyanova A.A.

South Ural State Humanitarian Pedagogical University, Chelyabinsk, Russia

Use of the genealogical method in studying the social portrait of a smoker

Abstract. The article presents the results of using the genealogical method in studying the social portrait of a smoker.

Keywords: smoker, genealogical method of research, social portrait.

«Курение – великий эксперимент
по изучению причин возникновения
рака, который Человечество
добровольно поставило само на себе»

И.И. Пирогов

Курение – самая распространенная и опасная для здоровья привычка человечества [3, с. 4–19]. По оценкам Всемирной организации здравоохранения (ВОЗ), курит почти одна треть населения мира, что составляет 1,1 млрд. человек. Табак вызывает около 25 угрожающих жизни болезней, в первую очередь это сердечно-сосудистые и онкологические заболевания. По данным ВОЗ, ку-

рение косвенно является причиной ежегодной смерти более 10 млн. человек [4, с. 36–39].

Распространенность курения в Челябинске составляет 60% среди мужчин и 15% среди женщин. Особую озабоченность вызывает «мода» на курение среди подростков и молодежи [2, с. 11–19]. По данным социологических исследований курит около 30% юношей и почти 20% девушек подросткового возраста. В ближайшие годы их число может увеличиться, потому что 70% опрошенных десятиклассников относится к курению позитивно. Анкетирование студентов г. Челябинска подтвердило, что 35% – учащихся курит [1, с. 115–119]. Распространение табакокурения напрямую связано с состоянием уровня медицинской культуры населения, задача формирования которого является прямой обязанностью современного педагога-психолога [6, с. 102–112].

Курение достаточно быстро перерастает в зависимость, что наносит серьезный вред не только самому курильщику, но и его окружающим и уменьшает здоровьесберегающий потенциал безопасности окружающей среды, в том числе и образовательной [5, с. 158–167].

Исследователи выделили несколько вариантов зависимости у курильщиков:

- социальную, так как сигареты облегчают общение;
- сенсорную, связанную с запахом, вкусом дыма и сигареты, прикосновением сигареты к губам;
- психологическую, способствующую сохранению спокойствия в трудных ситуациях и ощущению удовольствия;
- физическую зависимость, когда человек испытывает физический дискомфорт и недомогание при падении уровня никотина в крови.

Целью настоящего исследования стала попытка применить генеалогический метод, распространенный в генетике человека, и изучить социальный портрет курильщика.

Экспериментальное исследование проводилось на базе ФГБОУ ВО «ЮУрГГПУ» г. Челябинск с сентября 2013 года по март 2018 года.

В целях сохранения конфиденциальности был применен двойной слепой метод. Учитывались следующие социальные статусы по отношению к изучаемому контингенту: активный курильщик; курил, но бросил; пробовал, но не курит; пассивный курильщик (член семьи, где есть хотя бы один активный курильщик); не курит и не курил.

Применялись следующие обозначения для исследуемых поколений:

- первое поколение – пробанд (студенты вуза);
- второе поколение – родители студентов;
- третье поколение – бабушки и дедушки;
- четвертое поколение – прабабушки и прадедушки; остальные известные родственники размещались по правилам сибсов.

При анализе исторически-временной привязки поколений: четвертое поколение соответствует годам Великой Отечественной войны и послевоенных лет, третье поколение – примерно 60–70 годам, а второе – 90 годам прошлого века.

Всего получены данные на 8684 человека в четырех поколений. Сводные результаты приведены в таблице 1.

Таблица 1

Сводные результаты использование генеалогического метода при изучении социального портрета курильщика и распространенности табакокурения (в %)

№ п/п	Исследуемый контингент	Активный курильщик	Курил, но бросил	Пробовал, но не курит	Пассивный курильщик	Не курит и не курил
1	Всего	37	6	3	35	19
	М	51	10	2	14	23
	Ж	22	11	4	37	26
2	1 поколение	26	9	19	31	15
	М	29	15	15	24	17
	Ж	21	18	17	29	15
3	2 поколение	38	9	15	29	9
	М	63	9	8	12	8
	Ж	38	7	12	31	12
4	3 поколение	29	9	11	26	25
	М	51	12	5	9	23
	Ж	14	12	18	27	29
5	4 поколение	31	8	7	26	28
	М	54	15	3	7	21
	Ж	11	14	10	33	32

Исходя из полученных данных, можно выявить некоторые закономерности:

Больше 37% людей курят, 35% являются пассивными курильщиками, 19% не курят, 6% бросили курить и около 3% пробовали курить.

В соотношении мужчин и женщин – количество курящих мужчин во всех поколениях больше чем курящих женщин, однако женщины чаще являются пассивными курильщиками. Из всех поколений больше всего курят во втором поколении (родители) – больше 38%, меньше всего курят в первом поколении (студенты) – у них 26% курящих.

Исходя из всего вышесказанного, можно сделать вывод, что наблюдается небольшая тенденция к снижению уровня курильщиков по сравнению с предыдущим поколением, однако количество пассивных курильщиков выросло. Это говорит о том, что студенты нынешнего поколения осознают вред курения и понимают важность здорового образа жизни.

Однако курение все еще остается модным атрибутом общества, и люди второго поколения (родители) все еще являются зависимыми от этой пагубной привычки, отсюда и происходит рост числа пассивных курильщиков.

Анализ литературы показал, что существуют некоторые историко-социальные закономерности в распространенности табакокурения, что дает право утверждать, что генеалогический метод может служить инструментом для создания социального портрета курильщика. Однако, для его создания требуется более углубленный анализ родословных с учетом семейных привязанностей.

Литература

1. Закиров Н.Р. Формы и методы популяризации здорового образа жизни / Н.Р. Закиров, Н.Н. Щелчкова // В сб.: Экологическая безопасность, здоровье и образование. Сб. науч. трудов IX Всерос. науч.-практ. конф. молодых ученых, аспирантов и студентов. Челябинск 2016 г. – Челябинск: Изд-во ЧГПУ, 2016. – С. 115–119.

2. Мусина В.П. Психология личности с никотиновой зависимостью. Методы изучения и помощи: монография / В.П. Мусина. – Саратов: Вузовское образование, 2014. – 91 с.

3. Старшенбаум Г.В. Аддиктология. Психология и психотерапия зависимостей / Г.В. Старшенбаум. – М.: Когито-Центр, 2006. – 367 с.

4. Романникова М.В. Проблема табакокурения в подростковой среде: возможные пути решения / М.В. Романникова // Воспитание школьников. – 2013. – № 3. – С. 36–39.

5. Тюмасева З.И. Критерии и показатели психолого-оздоровительной оценки безопасности и здоровьесбережения образовательной среды в системе «ВУЗ–школа» / З.И. Тюмасева, Г.В. Валеева, И.Л. Орехова, Е.А. Романова // Фундаментальные исследования. – 2015. – № 8–1. – С. 158–167.

6. Щелчкова Н.Н. Влияние курса «Основы медицинских знаний и здорового образа жизни» на формирование медицинской культуры / Н.Н. Щелчкова, И.Л. Орехова, Д.В. Натарова, Е.А. Романова // Вестник ЧГПУ. – 2017. – № 5. – С. 102–112.

Романова Е.А., Пахтусов А.В., Щелчкова Н.Н., Новоженина А.М.

Южно-Уральский государственный гуманитарно-педагогический университет, г. Челябинск, Россия

Пищевое поведение студентов вуза и влияние его расстройства на формирование ожирения

Аннотация. В статье приводится научный обзор современной литературы, посвященный проблемам пищевого поведения. Даны результаты пилотного исследования – анализа пищевого дневника студента в рамках учебной дисциплины «Основы медицинских знаний и здорового образа жизни».

Ключевые слова: избыточный вес, ожирение, пищевое поведение, еда, пищевая потребность, пищевая ценность пищи, режим питания.

Romanova E.A., Pakhtusov A.V., Shchelchkova N.N., Novozhenina A.M.

South Ural State Humanitarian Pedagogical University, Chelyabinsk, Russia

Nutritional behavior of university students and the impact of his disorder on the formation of obesity

Abstract: in the article the scientific review of the modern literature devoted to problems of food behavior is resulted. As well as the results of a pilot study - an analysis of the student's diary in the framework of the academic discipline «Fundamentals of medical knowledge and healthy lifestyles».

Keywords: overweight, obesity, eating behavior, food, nutritional requirements, nutritional value of food, diet.

Во многих странах рост процента детей, страдающих от избыточного веса и ожирения, быстро превращается в крупную проблему общественного здравоохранения. Ожирение представляет собой известный фактор риска появления различных заболеваний, в том числе гипертонии, повышенного уровня холе-

стерина, диабета, сердечно-сосудистых заболеваний, астмы, артрита и некоторых форм рака [6, с. 1–9]. По данным ВОЗ, к 2025 г. в России страдать ожирением будут 40% мужчин и 50% женщин [7, с. 21–39].

При исследовании проблемы ожирения, мы пришли к выводу, что особое внимание надо уделять расстройствам пищевого поведения. Итак, пищевое поведение – это общий термин, используемый для обозначения всех различных компонентов поведения, участвующих в нормальном процессе приема пищи. Сюда входят такие подготовительные модели поведения, как поиск пищи, фактическое потребление пищи и большое число физиологических процессов, участвующих в утилизации того, что было съедено.

Пищевое поведение оценивается как гармоничное (адекватное) или девиантное (патологическое) в зависимости от множества параметров, в частности, от места, которое занимает процесс приема пищи в иерархии ценностей человека, а также от количественных и качественных показателей питания. Адекватной формой пищевого поведения считается прием пищи с целью удовлетворения потребности в питательных веществах, когда еда является средством поддержания энергетического и пластического равновесия организма. Однако пищевая потребность, будучи чисто биологической по своей природе у животных, у человека предстает в более сложном виде, являясь средством удовлетворения не только физиологических, но и различных социально-психологических потребностей. Так, прием пищи может быть средством разрядки психоэмоционального напряжения, компенсации неудовлетворенных потребностей, чувственного наслаждения, самоутверждения, общения, поддержания определенных ритуалов и т.д. Таким образом, пищевое поведение человека находится в рамках континуума, включающего нормальные пищевые паттерны, эпизодические пищевые расстройства и, наконец, патологическое пищевое поведение.

Очевидно, что вкусовые предпочтения определяются генетической предрасположенностью, заключающейся в выборе сладкого и соленого в качестве предпочтительных вкусов, при этом горький и кислый вкусы связаны с неудовольствием. Однако с момента рождения пищевые привычки начинают менять-

ся под влиянием значимых взрослых и окружающей среды. Количество съеденной пищи, ритуалы, связанные с процессом приема пищи специфичны для каждого человека, а пищевые привычки могут определяться множеством внешних факторов (семейными традициями, религиозными представлениями, жизненным опытом, влиянием имеющихся в обществе стереотипов, связанных с едой и прочее) [2, с. 1–19].

Выделяют три основных типа нарушения пищевого поведения: экстернальное пищевое поведение (прием пищи неосознанно, всегда при виде пищи), эмоциогенное пищевое поведение (гиперфагическая реакция на стресс), ограничительное пищевое поведение (избыточные пищевые самоограничения и бессистемные строгие диеты). *Экстернальное пищевое поведение* – это повышенная реакция больного не на внутренние стимулы к приему пищи, такие как чувство голода, наполнение желудка, а на внешние стимулы (накрытый стол, принимающий пищу человек, реклама пищевых продуктов). Тучные люди с экстернальным пищевым поведением едят вне зависимости от времени последнего приема пищи. Определяющее значение имеет доступность продуктов (переедание «за компанию», перекусы на улице, избыточный прием пищи в гостях, покупка излишнего количества продуктов). Прием пищи носит неосознанный характер.

Эмоциогенное пищевое поведение, или гиперфагическая реакция на стресс, эмоциональное переедание, «пищевое пьянство» (по Шелтону): встречается в 60% случаев. Стимулом к приему пищи является не голод, а эмоциональный дискомфорт – человек ест не потому что голоден, а потому что неспокоен, тревожен, раздражителен, подавлен, обижен. Данный вид патологии пищевого нарушения может проявляться либо приступами переедания – компульсивное пищевое поведение (встречается в 15–20% случаев), или же приуроченное к ночному времени суток – синдром ночной еды или ночное переедание.

Ограничительное пищевое поведение – это избыточные пищевые самоограничения и бессистемные строгие диеты. Периоды ограничительного пищевого поведения сменяются периодами переедания. Эмоциональная нестабиль-

ность, возникающая во время строгих диет, называется «диетической депрессией» и приводит к отказу от дальнейшего соблюдения диеты, новому интенсивному набору веса и рецидиву заболевания. У пациента формируется чувство вины со снижением самооценки. Периоды пищевого вознаграждения сменяются периодами пищевого наказания, и возникает порочный круг [1, с. 91–94].

Следует отметить, что в большинстве случаев ожирение носит экзогенно-конституциональный характер и развивается в результате различных нарушений пищевого поведения [4, с. 218–223]. Такое ожирение нередко возникает на фоне стресса, являясь маркером психической дезадаптации и неконструктивных стратегий преодоления трудных жизненных ситуаций, поэтому с полным правом относится к психосоматической патологии [3, с. 14–17].

Основным видом лечения нарушений пищевого поведения является поведенческая модификация. Ее основная суть – постепенное изменение неправильного образа жизни пациента. В первую очередь это касается исправления нарушенного пищевого стереотипа, снижения доминирующей роли пищевой мотивации, ликвидации неправильных связей между эмоциональным дискомфортом и приемом пищи и т.д. Новые пищевые навыки желательно давать пациенту не сразу все, а постепенно по одной-две в неделю или медленнее.

Основная задача – формирование правильного образа жизни. Долговременность терапевтического эффекта напрямую связана с тем, насколько привычным станет для больного новый, правильный стиль питания и физической активности [5, с. 102–112].

В рамках изучения проблемам пищевого поведения нами было проведено пилотное исследование – анализ пищевого дневника студента в рамках учебной дисциплины «Основы медицинских знаний и здорового образа жизни». На двух факультетах студентам было предложено вести пищевой дневник в течение двух недель при обычной учебной нагрузке второго семестра (без праздничных дней). Кроме этого студентам был предложен опросник по оценке своего питания. Всего было собрано 64 дневника.

Вначале студенты обращали внимание на неравномерный режим своего питания. Однако, при анализе их дневников выяснилось, что к началу второго семестра большинство студентов (70%) подстроили свой режим питания под учебное расписание и достаточно четко его соблюдают, пользуясь столовыми, буфетами, близкорасположенными точками питания или носят еду из дома.

При анализе пищевой ценности рациона студентов имеется явный перекос в сторону использования рафинированных продуктов, богатых быстрыми углеводами, причем сами студенты не отмечают этого при ответах на вопросы опросника.

Объемная доля фруктов и овощей в представленных дневниках близка к рекомендованной, согласно доктрине рационального питания, однако для питания в условиях вуза большинство студентов используют яблоки, груши, апельсины и мандарины, а чаще всего бананы, которые далеко не всем подходят, и сходя из конституционных предрасположенностей.

Проведенное исследование требует более глубокого анализа. Оно будет продолжено.

Литература

1. Вознесенская Т.Г. Расстройство пищевого поведения при ожирении и их коррекция / Т.Г. Вознесенская // Фарматека. – 2009. – № 12. – С. 91–94.
2. Дурнева М.Ю. Формирование пищевого поведения: путь от младенчества до подростка. Обзор зарубежных исследований / М.Ю. Дурнева // Клиническая и специальная психология. – 2015. – № 3. – Т. 4. – С. 1–19.
3. Исаченкова О.А. Пищевое поведение как важный фактор развития ожирения и коморбидных с ним заболеваний / Исаченкова О.А. // Ожирение и метаболизм. ФГБУ «Приволжский федеральный медицинский исследовательский центр» Минздрава России. – Нижний Новгород, 2015. – № 12 (4). – С. 14–17.
4. Романова Е.А. Профилактика сахарного диабета 1 типа и его ранних осложнений у детей и подростков / Е.А. Романова // В сб. матер. Междун. науч.-практ. конф.: Социализация человека в современном мире в интересах устойчивого развития общества: междисциплинарный подход. – Калуга: Изд-во ФБГОУ ВПО КГУ им. К.Э. Циолковского, 2017. – С. 218–223.
5. Щелчкова Н.Н. Влияние курса «Основы медицинских знаний и здорового образа жизни» на формирование медицинской культуры / Н.Н. Щелчкова, И.Л. Орехова, Д.В. Натарова, Е.А. Романова // Вестник ЧГПУ. – 2017. – № 5. – С. 102–112.

6. Health at a glance: OECD indicator – 2005, EDITION – ISBN-92-64-012621 © OECD 2005 – 9 p.

7. WHO. Obesity: Preventing and managing the global epidemic: report of WHO Consultation. WHOT echnical Report Series 894. Geneva: World Health Organization, 2000. – 268 p.

Сахаутдинова М.Р., Артеменко Б.А.

Южно-Уральский государственный гуманитарно-педагогический университет, г. Челябинск, Россия

К вопросу об экологическом воспитании детей дошкольного возраста

Аннотация. В статье рассмотрены основные подходы к экологическому воспитанию и образованию детей дошкольного возраста. Раскрыты восемь основополагающих принципов формирования экологических знаний и культуры у детей дошкольного возраста.

Ключевые слова: экологическое воспитание, экологическая культура, дошкольная образовательная организация, принципы экологического образования, дети дошкольного возраста.

Sahautdinova M.R., Artemenko B.A.

South Ural State Humanitarian Pedagogical University, Chelyabinsk, Russia

To the issue of ecological upbringing of children of preschool age

Abstract. The article considers the main approaches to ecological upbringing and education of preschool children's. Revealed eight fundamental principles of the formation of ecological knowledge and culture among children of preschool age.

Keywords: ecological upbringing, ecological culture, preschool educational organization, principles of ecological education, children of preschool age.

В настоящее время проблема реализации экологического образования населения, начиная со ступени дошкольного образования, стала одной из ключевых в современном обществе [1]. Для системы дошкольного образования разработано достаточно большое количество программ экологической направленности: «Юный эколог» (С.Н. Николаева), «Наш дом – природа» (Н.А. Рыжова), «Семицветик» (В.И. Ашиков, С.Г. Ашикова), «Мы – земляне» (Н.Н. Вересова), «Дорога в страну чудес» (З.И. Тюмасева, Е.Г. Кушнина) и др. Все эти программы имеют разную направленность: биоэкологическую, эколого-валеологическую, эстетико-культурно-экологическую или социально-экологическую, но в целом экологическое воспитание в них понимается как формирование у детей пред-

ставлений о взаимосвязях и взаимозависимостях, которые существуют в природе: животных друг с другом, растений с животными, животных и растений с неживой природой, человека и природы. Раскрытие этих связей, способствует формированию у детей представлений о приспособлении животных и растений к условиям окружающей среды и ее изменениям по сезонам. Подводят к осознанию того, что в природе все нужно, ничего лишнего нет.

Все выдающиеся мыслители и педагоги прошлого придавали большое значение природе как средству воспитания детей: Я.А. Коменский видел в природе источник знаний, средство для развития ума, чувств и воли. К.Д. Ушинский был за то, чтобы «вести детей в природу», чтобы сообщать им все доступное и полезное для их умственного и словесного развития.

В последнее время идет интенсивный творческий процесс в регионах России. Педагоги-экологи разрабатывают программы экологического образования детей с учетом местных природных и социальных условий, национальных традиций, например, программа «Непреходящие ценности природы» (Е.В. Пчелинцева-Иванова); «Планета детства», в которой в естественнонаучном экологическом блоке представлена программа «Азбука экологии» и ее научное обоснование (Л.И. Грекова); «Наш дом – Южный Урал» – программа содержит раздел, знакомящий детей с растительным и животным миром Южного Урала и иллюстративным материалом к нему (под ред. Е.С. Бабуновой) и др.

Современное экологическое образование как особое направление дошкольной педагогики в нашей стране формируется на основе нескольких составляющих и в значительной степени отличается от такового в других странах. Традиционные для отечественной педагогики подходы, базирующиеся на тесном контакте детей с природой (В.А. Сухомлинский, Л.Н. Толстой, К.Д. Ушинский и др.), натуралистических наблюдениях, экскурсиях. Такой подход подразумевает, с одной стороны, развитие в ребенке нравственных начал, умения видеть красоту природы, чувствовать и понимать ее, с другой – развитие познавательного интереса, рассмотрение природы как универсального объекта для обучения ребенка [5].

Народные традиции, фольклор, народные праздники, приметы, игры, а также сказки разных народов всегда отражали особенности восприятия природы людьми, их отношение к ней, характер использования природных ресурсов. Кроме того, в народном творчестве хорошо прослеживаются региональные особенности взаимоотношений «человек–природа». Как отмечает С.Н. Николаева, – интерес детей дошкольного возраста к играм, сказкам, загадкам делает особо перспективным использование элементов различных культур в целях экологического воспитания [3].

Говоря об экологическом воспитании в дошкольной образовательной организации, стоит также сказать и о тех принципах, на которых оно должно строиться. Это такие принципы как: *научность, доступность, гуманистичность, системность, целостность, деятельность, регионализм и преемственность.*

Первый принцип реализуется через знакомство детей с совокупностью экологических знаний, которые впоследствии служат основой формирования мотивации действий ребенка, развития у него познавательного интереса, формирование основ его мировоззрения. Дети должны иметь возможность изучать некоторые природные закономерности на конкретных примерах.

Второй принцип основан на том, что педагог должен уметь адаптировать изучаемый с детьми материал, при этом не нарушая первого принципа. На занятиях и в свободной деятельности воспитателю необходимо учитывать не только доступность информации, но и ее значимость для ребенка и эмоциональную окраску.

Принцип гуманистичности связан, прежде всего, с понятием экологической культуры. Данный принцип направлен на формирование у маленького человека новых ценностей, овладение основами культуры потребления, представление о человеке, как части и самоценности природы, воспитывать уважительное отношение ко всему живому на Земле [6].

Принцип системности, по мнению многих авторов (Л.В. Моисеева, Л.В. Трубайчук, З.И. Тюмасева и др.), имеет особое значение в образовании детей дошкольного возраста, поскольку его применение способствует интеллек-

туальному развитию детей [4]. В обучении детей следует использовать материал, определенным образом упорядоченный в четкую целостную систему с простым принципом построения, а знания, получаемые детьми, должны усваиваться ими последовательно, каждое последующее представление вытекает из предыдущего [2].

Пятый принцип, как бы является логическим следствием принципа системности. Он отражает необходимость формирования у дошкольников целостного восприятия окружающего мира и единства с ним. Процесс экологического воспитания и образования детей в ДОО должен строиться не только на занятиях экологического содержания, но и в трудовой деятельности, свободной деятельности и т.д.

Принцип деятельности основан на том, что экологические знания, которые воспитатель закладывает у детей, должны обязательно стать в дальнейшем основой мотивации их участия в различных посильных видах экологоориентированной деятельности, например, уход за комнатными растениями, животными в уголке природы, работа на огороде, помощь в создании экологической тропы и т.д.

Принцип регионализма тесным образом связан с необходимостью реализации краеведческой работы в ДОО. При разработке занятий экологического содержания, педагогу следует обязательно включать в него региональный материал. Это могут быть рассказы и демонстрация фото- и видеосюжетов о представителях местной флоры и фауны, краснокнижных видах, природных заповедниках, особо охраняемых природных территориях, памятниках природы, демонстрация геологических пород и другое [7].

Данный материал будет не только расширять знания ребенка о природе родного края, его особенностях, но и формировать навыки экологически грамотного поведения в природе, соответствующего отношения к ее объектам.

Последним принципом является принцип преемственности. Он предполагает тесную связь в формировании экологических знаний, экологической культуры и в целом экологического мировоззрения между дошкольным образовани-

ем и последующими ступенями образования, которые предстоит пройти ребенку. Стоит отметить, что особенно этому будет способствовать посещение ребенком учреждения дополнительного образования эколого-биологической или естественнонаучной направленности. Занятия в подобных учреждениях позволят обеспечить принцип непрерывности экологического образования, как минимум на всех ступенях общего образования.

Таким образом, именно дошкольном возрасте у ребенка формируются основы экологического мышления, сознания, закладываются начальные элементы экологической культуры, однако, происходит это только в том случае, если взрослые, окружающие ребенка, сами обладают экологическими знаниями, у них сформирована экологическая культура и они способны показывать ребенку все разнообразие и богатство мира природы и его значимость для жизни как ребенка, так и всего общества.

Литература

1. Артеменко Б.А. Экологическое образование – часть государственной политики в сфере деятельности по формированию экологической культуры / Б.А. Артеменко // Здоровьесберегающее образование – залог безопасной жизнедеятельности молодежи: проблемы и пути решения: матер. VIII Междун. науч.-практ. конф. (Челябинск, 6–8 ноября 2013 года). – Челябинск: Изд-во ЦНИТ «Астерион», 2013. – С. 19–21.

2. Быстрой Е.Б. Теория и технология экологического образования детей дошкольного возраста / Е.Б. Быстрой, Н.Е. Пермякова, Б.А. Артеменко и др. – Челябинск: Изд-во ЗАО «Цицеро», 2017. – 222 с.

3. Николаева С.Н. Методика экологического воспитания в детском саду / С.Н. Николаева. – М.: Просвещение, 2002. – 225 с.

4. Пермякова Н.Е. Методика развивающего экологического образования детей дошкольного возраста: дис. ... канд. пед. наук: 13.00.07 / Н.Е. Пермякова. – Челябинск, 2009. – 224 с.

5. Пермякова Н.Е. Теоретико-методические основания осуществления экологического образования дошкольников / Н.Е. Пермякова // Вестник ЧГПУ. – 2011. – № 9. – С. 139–150.

6. Тюмасева З.И. Приоритеты дошкольного образования: культура, экология и здоровье / З.И. Тюмасева, И.Л. Орехова, Е.Б. Быстрой. – Челябинск: Изд-во ЗАО «Цицеро», 2017. – 149 с.

7. Тюмасева З.И. Дорога в страну чудес. Комплексная программа и руководство по непрерывному эколого-валеологическому образованию в ДОУ, соответствующая «Концепции непрерывного экологического образования в Челябинской области»: учеб. пособие / З.И. Тюмасева, Е.Г. Кушникова. – Челябинск: Изд-во ЧГПУ, 2000. – 159 с.

Секерина Е.В., Галянт И.Г.

Южно-Уральский государственный гуманитарно-педагогический университет, г. Челябинск, Россия

Ритмика как здоровьесберегающая технология в ДОО

Аннотация. В настоящее время дошкольникам необходимы комплексные занятия, направленные на укрепление и сохранение здоровья. Использование ритмики как здоровьесберегающей технологии способствует развитию как физической, так и психической сфер ребенка. Предлагаемая нами рабочая программа по ритмике с рекомендациями позволит в полной мере достигнуть цели по укреплению и сохранению здоровья детей.

Ключевые слова. Ритмика, здоровьесберегающая технология, дети дошкольного возраста, музыка, танец.

Sekerina E.V., Galyant I.G.

South Ural State Humanitarian Pedagogical University, Chelyabinsk, Russia

Rhythm as a health-saving technology in PEO

Abstract. Today preschoolers need joint classes directed to strengthen and preserve health. Using of rhythmic as a health-saving technology promotes to the development of both physical and mental health. Our proposed rhythmic's work program with recommendations will allow us to fully to achieve the purpose of strengthening and preserving the children's health.

Keywords: rhythmic, health-saving technology, preschool children, music, dance.

Здоровьесберегающие технологии в детском саду – это системно организованная совокупность программ, приемов, методов организации образовательного процесса, направленная на укрепление и сохранение здоровья детей. Дошкольникам необходимы совместные занятия в группе сверстников, в коллективе. Занятия, способствующие развитию эмоциональной и коммуникативной сферы, физической и психической деятельности, развитию творческого потенциала [1, с. 16–20; 5, с. 87–91].

Самый короткий путь эмоционального и физического развития, раскрепощения, обучения чувствованию и художественному восприятию – это путь

игры, импровизаций, музыки и движений. Музыкальное развитие ребенка в аспекте физического имеет свою давнюю историю. Музыка, воспринимаемая слуховым рецептором, воздействует на общее состояние человека, вызывает реакции, связанные с изменением кровообращения, дыхания. П.Н. Анохин сделал вывод о положительном влиянии мелодического и ритмического компонентов музыки на работоспособность или отдых человека. В «Методике музыкального воспитания» Н.А. Ветлугина пишет, что ритмика улучшает осанку ребенка, координацию, уверенность движений. З.И. Тюмасева рассматривает музыку и звуки как важнейшие факторы образовательной среды в ДОУ, которые способны создавать эмоциональный, чувственный, эстетический и даже терапевтический эффект воздействия на ребенка [5, с. 147; 6, с. 147]. Таким образом, музыка – это одно из средств физического развития детей.

И.Г. Галянт отмечает, что педагогический потенциал музыкально-ритмических движений раскрывает коррекционные возможности ритмики, которая выполняет терапевтическую функцию, снимает нервное напряжение, страхи у детей, вызывает радостное приподнятое настроение, успокаивает, создает обстановку эмоционального благополучия и доверия. Ребенок постоянно находится в энергетической звуковой, ритмической, временной, пространственной, динамической среде. Все средства выразительности оказывают влияние на химические, биологические и другие процессы в организме. Тем самым, они способны оказывать оздоравливающее воздействие, что на практике привело к возникновению арт-терапии, танцетерапии [3].

Изучая здоровьесберегающие технологии в работе с детьми дошкольного возраста, наше внимание привлекла Программа «Танцевальная ритмика для малышей», составителем которой является Е.Я. Кобаля. Автор предлагает на основе двигательной активности знакомство с танцевальными движениями, которое развивает ритмическое чувство у детей [4, с. 4].

Уникальность данной программы заключается в своеобразном сочетании двух воздействующих сторон на развитие ребенка:

- физической (разностороннее воздействие на опорно-двигательный и мышечный аппарат, сердечно-сосудистую и дыхательную системы);
- психической (эмоциональное воздействие не только средствами музыки и танца, но и образно-словесными упражнениями, логопластическими сюжетными композициями).

Психофизическая работа педагога с детьми на занятиях не только укрепляет ребенка, но и развивает в нем эмоционально-волевой потенциал, уверенность в себе.

Цель программы: содействие всестороннему развитию личности дошкольника средствами хореографии и ритмической гимнастики, а также раскрытие и развитие природных задатков и творческого потенциала.

Основные задачи программы:

- Воспитывать в детях художественно-эстетический вкус, интерес к танцу и музыке.
- Развивать психические процессы (внимание, память, мышление, воображение).
- Формировать и развивать специальные навыки и способности: двигательно-координационные, музыкально-ритмические, интонационно-речевые, артистические.
- Способствовать развитию творческих способностей детей и эмоционально-волевой сферы.

Программа включает в себя три основных раздела:

1. Сюжетно-логопластические композиции: игрогимнастика с использованием элементов партерной гимнастики; игрокруговая разминка; игроритмика по литературным произведениям.

2. Танцевальная логопластика: танец-игра; пантомимические танцы-этюды; танцы с речитативным пением.

3. Раздел «Игровое развитие психотехники» нацелен на развитие основных психофизических особенностей ребенка: его памяти, внимания, мышления и т.д. В этот раздел входят следующие подразделы: упражнения на развитие

слухового, зрительного, сенсорного восприятия окружающего мира; жестово-пальчиковые игры; музыкально-дидактические игры, направленные на развитие звуковысотного слуха, чувства ритма и игры.

Все разделы объединяет игровой метод проведения занятий. В качестве рекомендации мы предлагаем упражнения и игры здоровьесберегающего направления.

1. «Единство». Эта группа движений направлена на формирование умения чувствовать и принимать вес партнера (контакт спиной, плечом и грудным отделом). Задача детей найти точку опоры и распределить вес между собой, найти равновесие. Для проведения этих упражнений необходимо разбить детей на пары. Точкой опоры, точкой прикосновения может быть плечо, спина, голова, грудной отдел. Также можно провести такое упражнение: один ребенок встает в «позу кошки», второй ложится перпендикулярно животом на спину того, кто находится в «позе кошки». Задача найти равновесие и двигаться в разных направлениях.

2. «Дострой фигуру». Дети делятся на две команды. Задача каждой команды построить свою фигуру, где один человек принимает какую-нибудь красивую, по его мнению, позу. Задача следующего участника игры «достроить» композицию, построив другую фигуру, дополняющую предыдущую фигуру. Затем к ним «подстраивается» следующий, и так до самого последнего участника. При этой игре развивается не только творческое воображение, но гибкость и пластичность.

3. «Релаксация». Данная группа упражнений направлена на массаж внутренних органов. Упражнения носят успокаивающий характер, формируют у ребенка умение расслабляться. Например, один ребенок лежит на животе, его партнер проползает сверху, начиная с головы, перпендикулярно лежащему (движения плавные, медленные). Это упражнение можно делать с группой, где несколько детей лежат в ряд, и каждый по очереди проползает сверху.

4. «Танец с предметом». Танец с предметом представляет собой импровизационные движения с различными предметами: мячи, газовые платки, шарфы,

ленты, веера, шляпы, ручные птицы или бабочки, листочки, снежинки и т.п. С помощью предмета ребенок способен переключить внимание с самого себя, не контролировать свои не всегда умелые действия. Определенный предмет требует определенных движений (танец с мячом будет отличаться от танца с предметом одежды) [2, с. 116–119].

5. «Путаница». Дети берутся за руки, создавая круг, и начинают запутываться. Они могут закручиваться, переступать ногами через руки и ноги друг друга и др. В итоге получается нераспутываемый клубок детей. Педагог включает музыку и задает участникам скорость или темп для распутывания. Например, он говорит: «Ваша задача распутаться со скоростью рыси, охотившейся за добычей» и др. Дети должны, танцуя и избегая «негармоничных», выпадающих из заданной ритмики движений, распутать свою веревочку.

Литература

1. Аманова О.Н. Система здоровьесберегающих технологий в дошкольном учреждении / О.Н. Аманова, В.Ф. Храмкова // Концепт. – 2016. – Т. 10. – С. 16–20.

2. Галянт И.Г. Контактная импровизация в психолого-педагогической работе с детьми / И.Г. Галянт, Е.В. Секерина // Сб. матер. XV Междун. науч.-практ. конф.– Челябинск: Изд-во ЗАО «Цицеро», 2017. – С. 116–119.

3. Галянт И.Г. Пути художественно-эстетического развития детей дошкольного возраста в соответствии с ФГОС / И.Г. Галянт // Вестник ЧГПУ. – 2015. – № 2. – С. 64–79.

4. Кобаля Е.Я. Программа «Танцевальная ритмика для малышей (2–4 лет) / Е.Я. Кобаля. – Томск, 2011. – С. 4–10.

5. Тюмасева З.И. Оздоровление детей России как инновационная педагогическая деятельность (в сфере дошкольного образования) / З.И. Тюмасева, И.Л. Орехова, Е.Г. Кушнина. – Челябинск: Изд-во ЗАО «Цицеро», 2012. – 299 с.

6. Тюмасева З.И. Дорога в страну чудес. Комплексная программа и руководство по непрерывному эколого-валеологическому образованию в ДОУ, соответствующая «Концепции непрерывного экологического образования в Челябинской области»: учеб.-практ. пособие / З.И. Тюмасева, Е.Г. Кушнина. – Челябинск: Изд-во ЧГПУ, 2000 – 159 с.

Селютов А.Ю.

Научный руководитель: Хуснутдинова З.А., доктор медицинских наук, профессор

Башкирский государственный педагогический университет им. М. Акмуллы, г. Уфа, Республика Башкортостан

К вопросу об инженерно-техническом обеспечении безопасности общеобразовательной организации

Аннотация. В статье рассматривается актуальная проблема современности обеспечение комплексной безопасности образовательных организаций. Представлены результаты анкетирования городских и сельских школьников с целью выявления уровня их защищенности и проблемах обеспечения безопасности школы.

Ключевые слова: безопасность, уровень защищенности, инженерно-техническая укрепленность объекта, опасность.

Selytov A.Yu.

Supervisor: Khusnutdinova Z.A., doctor of medical Sciences, Professor

Bashkir State Pedagogical University im. M. Akmulla, Ufa, Bashkortostan

On the issue of engineering and technical security of general education

Abstract. The article deals with the urgent problem of modernity ensuring the comprehensive safety of educational organizations. The results of the survey of urban and rural schoolchildren are presented with the aim of revealing the level of their protection and the problems of ensuring the safety of the school.

Keywords: safety, level of security, engineering and technical strength of the facility, danger.

Актуальность. В статье 41 закона Российской Федерации «Об образовании в Российской Федерации» сформулированы обязанности и ответственность образовательных организаций и должностных лиц по соблюдению требований в части охраны жизни и здоровья обучающихся, воспитанников и работников, в том числе по обеспечению безопасности обучающихся вовремя пребывания в организации, осуществляющей образовательную деятельность (п. 8). Техническое состояние зданий, пожарная безопасность, обеспечение пропускного режима – все это должно быть в зоне постоянного внимания соответствующих структур, тех, кто отвечает за безопасность, и они же должны нести за это прямую ответственность, юридическую ответственность [2]. Большое внимание к проблемам безопасности обусловлено многочисленными фактами опасных

происшествий, происходящих в образовательных организациях (ОО): пожары, массовые заболевания и отравления учащихся, травматизм, правонарушения, наркомания, акты телефонного терроризма и пр.

Необходимым условием повышения эффективности комплексной безопасности ОО является их инженерно-техническое обеспечение. Инженерно-технические средства безопасности дополняют и расширяют возможности охраны по обеспечению безопасности ОО [4].

Инженерно-техническая укрепленность объекта это совокупность мероприятий, направленных на усиление конструктивных элементов зданий, помещений и охраняемых территорий, обеспечивающих необходимое противодействие несанкционированному проникновению в охраняемую зону, взлому и другим преступным посягательствам [3].

Правоохранительные и иные органы обеспечения безопасности не в состоянии полностью обеспечить эффективную защиту одновременно и повсеместно. Поэтому в ОО, как и в других организациях, создаются собственные системы безопасности. Это совокупность взаимосвязанных и упорядоченных руководителем различных сил, средств и методов обеспечения безопасности. Правильный подбор этих элементов, их расположение, сочетание и организация взаимодействия многократно повышают защищенность ОО. Главная задача руководителя ОО состоит в эффективной интеграции всех элементов системы безопасности.

В целях повышения надежности безопасности ОО в настоящее время широко внедряются и используются следующие технические средства:

- 1) пожарной сигнализация, пожаротушения и дымоудаления;
- 2) охранной и тревожной сигнализации;
- 3) системы видеоконтроля и видеонаблюдения;
- 4) системы контроля допуска;
- 5) поисковые приборы – металлодетекторы;
- 6) технические средства связи и пр.

С целью изучения технического обеспечения безопасности ОО, как ведущего условия повышения эффективности ее комплексной безопасности нами проведено исследование в рамках выполнения выпускной квалификационной работы. Одной из задач исследования было изучение субъективного мнения обучающихся по различным аспектам безопасности ОО. Анонимное анкетирование по специально разработанной нами анкете проводилось среди учащихся 9–11 классов двух общеобразовательных организаций (МОБУ лицей с. Булгаково Уфимского района Республики Башкортостан и СОШ № 110 г. Уфа). В опросе приняло участие 102 школьника, в том числе 60 юношей и 42 девушки. Результаты опроса по данной анкете дали возможность определить, насколько остро стоит проблема обеспечения безопасности в ОО.

Нами установлено, что понятие «безопасность образовательной организации» для сельских и городских школьников воспринимается по-разному. Сельские школьники считают, что для обеспечения безопасности достаточно «наличия охранника на входе в школу», а городские школьники дали целый перечень технических условий: наличие видеонаблюдения, турникетов, поста охраны и т.д. Городские респонденты в 2 раза чаще в своих ответах, нежели сельские, считают, что различные технические средства охраны, имеющиеся в их школах, эффективны. Видимо, различие в ответах вызвано отсутствием в сельской школе всех названных технических средств обеспечения безопасности. В тоже время каждый опрошенный старшеклассник считает, что школа должна быть обеспечена только физической охраной.

Опрос показал, что обучающиеся городской школы чувствуют себя в стенах ОО менее защищенными, по сравнению с сельскими их сверстниками, о чем свидетельствуют наши результаты. Каждый четвертый респондент юноша и девушка (25%) в городе и 18,5% юношей и 15,8% девушек в с. Булгакова не чувствуют себя в безопасности в условиях ОО.

Весьма тревожным является установленный нам факт того, что в школу с. Булгаково беспрепятственно могут проходить посторонние лица, чем свидетельствуют нижеследующая ее характеристика.

Сравнение двух ОО по уровню их технического обеспечения безопасности выявило существенные различия и нарушения по СОШ села Булгаково: в рабочее время отсутствует какая-либо охрана из числа взрослых (на месте охраны сидят сами обучающиеся); недостаточная оснащенность видео наблюдением, о чем свидетельствует отсутствие контроля над территорией за зданием школы, запасными выходами, что создает условия для несанкционированного проникновения в школьное здание посторонних лиц; недостаточное количество огнетушителей и датчиков дыма.

В школе № 110 г. Уфа ситуация с техническим обеспечением безопасности ситуация значительно лучше и во многом соответствует требованиям.

Так, оба входа в здание обеспечены контрольно-пропускной системой: наличие поста охраны с видеомонитором, на каждом входе установлены магнитные замки, открываемые удаленно. По всему периметру школы, а также на каждом запасном выходе установлены видеокамеры. Все учебные помещения и коридоры школы обеспечены огнетушителями и, как минимум, двумя датчиками дыма. Запасные выходы не захламлены, оборудованы в соответствии с требованиями пожарной безопасности.

Таким образом, в результате исследования нами выявлены ряд проблем в состоянии обеспечения безопасности ОО, в том числе ее инженерно-техническом обеспечении, прежде всего в сельской школе. Несмотря на удовлетворительное техническое оснащение охраны школы г. Уфы, обучающиеся в ней значительно чаще ответили, они не чувствуют себя в безопасности в условиях ОО. Данный факт свидетельствует о наличии других, в частности, внутришкольных факторов, например, вызванные факторами психологического характера, нарушенными взаимоотношениями между субъектами образовательного процесса, что требует дополнительного углубленного исследования.

Литература

1. Федеральный закон «Об образовании в Российской Федерации» от 29 декабря 2012 г. № 273-ФЗ.

2. Безопасность образовательных учреждений // Аналитический вестник. – М., 2011. – № 8 (420). – URL:http://council.gov.ru/activity/analytics/analytical_bulletins/25880/ (дата обращения: 2.04.2018).

3. Инженерно-техническая укрепленность. Технические средства охраны. Требования и нормы проектирования по защите объектов от преступных посягательств. Руководящий документ МВД РФ РД 78.36.003. Утв. МВД РФ 6 ноября 2002. – URL: <http://www.zakonprost.ru/content/base/57004>(дата обращения: 2.04.2018).

4. Парфенов А.А. Комплексная безопасности образовательных организаций: справочник /А.А. Парфенов. – М.: Изд-во «Национальное образование». – 2015. – 144 с.

Семенова И.С.

Научный руководитель: Артеменко Б.А., кандидат биологических наук, доцент

Южно-Уральский государственный гуманитарно-педагогический университет, г. Челябинск, Россия

Экологическое воспитание в системе ценностей детей дошкольного возраста

Аннотация. Статья посвящена исследованию проблемы экологического воспитания как средства развития детей дошкольного возраста. Подкрепляя данное исследование взглядами и теориями великих дидактов прошлого, было установлено, что экологическое воспитание действительно играет значительную роль в становлении личности ребенка, его системы ценностей.

Ключевые слова: экологическое воспитание, личностные качества, система ценностей, гуманное отношение.

Semenova I.S.

Supervisor: Artemenko B.A., candidate of biological Sciences, associate Professor

South Ural State Humanitarian Pedagogical University, Chelyabinsk, Russia

The Environmental education in the system of values of children of pre-school age

Abstract. The article is devoted to the study of the problem of environmental education as a means of development of preschool children. Supporting this study of the theory is very happy and subtract the past, it was found that environmental education really plays the role of the sail in Stanley personality of the child, his system of values.

Keywords: environmental education, personal qualities, value system, humane attitude.

Дошкольный возраст – начальный и, безусловно, важный этап в становлении личности человека. В этот период закладывается основы личностной

культуры. Именно на протяжении дошкольного детства необходимо развивать гуманные отношения, воспитывать экологически-развитую личность.

Наиболее важной целью экологического воспитания как средства развития детей дошкольного возраста является становление системы ценностей детей, т.е. правильного и гуманного отношения ребенка к природе, к окружающим людям, к себе как к определенной части природы, к вещам и материалам, созданных природой. При ознакомлении детей с окружающей средой у них открывается море возможностей для формирования патриотического, эстетического, нравственного воспитания. Взаимодействие ребенка с природой способствует формированию положительных нравственных качеств, обогащает духовную сферу дошкольника.

Проблема взаимоотношения детей дошкольного возраста с природой является одной из главных проблем в теории обучения и воспитания на сегодняшний день. Многие выдающиеся мыслители и педагоги прошлого придавали огромное значение природе как средству воспитания детей. Зародыши этой идеи встречаются еще в произведениях Демокрита, Платона, Аристотеля. Так же она отражена в работах педагогов и мыслителей прошлого, таких как: Я.А. Коменский, Ж.-Ж. Руссо, И.Г. Песталоцци, Ф. Фребель и др. [1].

Каждый выдающийся из дидактов прошлого столетия рассматривал ознакомление с объектами и явлениями природы во взаимосвязи с формированием у ребенка бережного отношения к живым существам. Они видели в природе могучий источник знаний, рассматривали и исследовали влияние природы на развитие качеств личности, ее воли и чувств. Идеи ознакомления детей дошкольного возраста с природой получили дальнейшее развитие в теории и практике советского дошкольного воспитания и обучения.

Известный советский и российский ученый, специалист в сфере экологического воспитания детей И.Д. Зверев в своих трудах рассматривает экологическое образование как «непрерывный процесс обучения, воспитания и развития личности, направленный на формирование системы знаний и умений, ценностных ориентаций, нравственно-этических и эстетических отношений, обеспечи-

вающих экологическую ответственность личности за состояние и улучшение социоприродной среды» [2].

Г.А. Ягодин же в свою очередь, подчеркивал, что экологическое воспитание – «это образование человека, гражданина Вселенной, способного жить безопасно и счастливо в будущем мире, не подрывая при этом основ развития и жизни следующих поколений людей».

С.Н. Николаева в своих исследованиях утверждает, что формирование начал экологической культуры – «это становление осознанно-правильного отношения к природе во всем ее многообразии, к людям, охраняющим и создающим ее на основе ее богатства материальные и духовные ценности» [3].

Влияние природы каждый из нас не раз испытывал на себе и знает, что она является одним из главных источников первых конкретных знаний, которые запоминаются зачастую на всю жизнь. Дети дошкольного возраста ежедневно соприкасаются с природой, благодаря ей познают что-то новое, учатся ухаживать за растениями, животными, за всем живым вокруг. Только благодаря экологическому воздействию возможно привить детям бережное, гуманное отношение. Ознакомление дошкольников с природой – это средство образования в их сознании реалистических знаний об окружающей природе, основанных на чувственном опыте и воспитании правильного отношения к ней. Именно поэтому так важно знакомить детей с природой, помогать им познавать окружающее их живое вокруг.

Любовь к родной природе нужно воспитывать с раннего возраста. Необходимо развивать у детей способность чувствовать, воспринимать и понимать прекрасные красоты природы. На основе этого воспитывать у них бережное отношение, любовь к природе, к родному краю, а через нее и любовь к своей Родине.

Нужно воспитывать в детях заботу о родной природе и ее богатствах. Возбуждать симпатии, любовь к животным и растениям, раскрывая их свойства, повадки, суть. Ребенок будет не только осознавать, что нельзя рушить муравейники, разорять птичьи гнезда, топтать и рвать цветы, убивать жучков, ломать ветки деревьев, но и испытывать любовь к муравьям, жучкам, птицам,

цветам и деревьям – ко всему живому, что его окружает. Таким образом, экологическое воспитание предполагает развитие нравственного, гуманного, бережного отношения детей к природе и ко всему живому, что с ней связано, что будет способствовать совершенствованию внутреннего мира самого дошкольника.

Литература

1. Газина О.М. Теория и методика экологического образования детей дошкольного возраста [Электронный ресурс]: учеб.-метод. пособ. / О.М. Газина, В.Г. Фокина. – Электрон. текстовые данные. – М.: Прометей, 2013. – 254 с.

2. Зверев Н.А. Экологическое образование и воспитание: узловые вопросы. Экологическое образование: концепции и технологии / Н.А. Зверев. – М.: Перемена, 1996.

3. Николаева С.Н. Воспитание начал экологической культуры в дошкольном детстве / С.Н. Николаева. – М.: Новая школа, 1995.

Сигалов Д.О.*, Романова Е.А., Просекова Е.В.*****

*ФГБОУ ВО ЮУГМУ МЗ РФ, Россия

**Южно-Уральский государственный гуманитарно-педагогический университет, г. Челябинск, Россия

***МБУЗ ДГКБ № 8 г. Челябинска

Разработка индивидуальных реабилитационных программ тьюторских технологий для детей с ситуационными фебрильными судорогами

Аннотация. Статья посвящена ситуационным фебрильным судорогам у детей раннего возраста. Описывается симптоматика этого тяжелого состояния. Уделяется внимание контролю за приступами и профилактике последствий.

Ключевые слова: эпилепсия, ситуационные судороги, фебрильные судороги, тьюторское сопровождение, здоровьесбережение

Sigalov D.O.*, Romanova E.A., Prosekov. E.V.*****

*FGBOU VO YUGMU MZ RF, Russia.

** South Ural State Humanitarian Pedagogical University, Chelyabinsk, Russia

***MBUZ DGKB No 8 of Chelyabinsk

Development of individual rehabilitation programs for tutoring technologies for children with situational febrile convulsions

Abstract. The article is devoted to situational febrile seizures in young children. The symptoms of this severe condition are described. Attention is paid to the control of seizures and the prevention of consequences

Keywords: epilepsy, situational convulsions, febrile convulsions, tutoring, health preservation.

Ситуационные фебрильные судороги (далее ФС) у детей раннего возраста (до 5 лет) – являются тяжелым состоянием, требующим неотложной помощи и установления причин их возникновения. Они могут появиться однажды, повторяться неоднократно и быть дебютом эпилепсии. Время возникновения эпилепсии может быть значительно отставлено от первого приступа, но чаще всего это бывает в критические периоды детского возраста [2, с. 3–4; 5, с. 20–25].

По этиологии эти судороги могут являться симптомами органического поражения мозга (опухоли, травмы, инсульты, нарушения обмена, энцефалит, наследственные болезни). Судороги, возникшие на фоне лихорадки (*februs* – лат.), называются фебрильными ФС, все другие судороги, возникшие без очагового поражения мозга, считаются ситуационными. Различают простые и сложные ФС. Простые судороги – это генерализованные судороги, без фокального (очагового) компонента и без постприступной неврологической симптоматики. Сложные ФС – это длительные пароксизмы (более 15 минут), либо повторяющиеся в течение 24 часов, имеющие фокальный характер. Фоном ФС у маленьких детей являются преимущественно вирусные заболевания, реже кишечные и бактериальные инфекции.

По результатам наших наблюдений, перинатальный анамнез был отягощен эпилепсией в 70% случаев. Трансформация ФС в фокальные формы эпилепсии имела место преимущественно у детей со сложными судорогами. Наследственность по ФС имела место в 23% случаев [3, с. 136–139]. Эти данные соответствуют современным представлениям о перинатальных и наследственных факторах, предрасполагающих к формированию эпилепсии [2, с. 5–8].

При простых ФС ЭЭГ обычно не изменена. Наличие пароксизмальных ЭЭГ-паттернов у детей, имеющих в анамнезе сложные ФС, является отражением генетической предрасположенности к эпилепсии, но не указывает на неизбежность ее развития. Современные научные представления об особенностях психического развития детей с ФС в анамнезе отличаются противоречивостью. Наряду с мнением, что эти дети в будущем не отстают в развитии от сверстников, имеются данные, что длительные и повторяющиеся ФС с генетической

отягощенностью могут приводить к снижению долгосрочной памяти и эпилептизации головного мозга [2, с. 10–14].

Наше наблюдение детей со сложными ФС показало, что после рождения часто наблюдались нарушения психомоторного развития, внутричерепная гипертензия, эмоциональные и поведенческие расстройства. Установлена четкая коморбидность ФС и эмоционально-поведенческих расстройств у детей [4, с. 131–133]. По клиническим проявлениям они соответствовали гиперкинетическим расстройствам и синдрому дефицита внимания с гиперактивностью. Эмоционально-поведенческие нарушения создавали трудности во взаимоотношении с врачом, с родителями, педагогами и сверстниками, осложняли учебный процесс.

Таким образом, дети с ФС в анамнезе должны находиться под контролем не только родителей и врачей, но психологов и педагогов, поскольку отсутствие судорожных приступов в течение даже нескольких лет не снимает риска эпилепсии, а нервно – психические отклонения приводят к сложностям в учебе, нарушению контактов с педагогами и сверстниками, затрудняет социальную адаптацию ребенка. Следовательно, в целях выполнения индивидуальной программы здоровьесбережения дети с ФС в анамнезе нуждаются в тьюторском сопровождении [1, с. 5–18]. Имеются сведения, что у детей со сложными ФС трансформация в эпилепсию происходит чаще, чем при простых приступах, что обусловлено тремя факторами: наследственная отягощенность, фокальность ФС и нарушение нервно-психического развития. Дебют эпилепсии осложняет ситуацию.

В настоящее время благодаря появлению новых высокоэффективных лекарственных препаратов успешным бывает лечение более чем у 80% случаев эпилепсии у детей. На качество жизни больных эпилепсией влияют не только клинические проявления заболевания, но также, в равной степени, социальные и психологические факторы, способствуя развитию психологических проблем и эмоционально-аффективных расстройств.

Пациенты, имеющие хороший контроль над приступами и находящиеся в ремиссии более 2 лет, не отличаются по качеству жизни от здоровых. Около

90% детей, страдающих эпилепсией, могут посещать детские сады и обычные школы и стараться вести обычный образ жизни. Нет необходимости ограничивать детей от дополнительных занятий иностранным языком, музыкой и т.д. Пониженная успеваемость может быть обусловлена как неврологическими нарушениями, тяжестью заболевания, приемом антиконвульсантов, так и пониженной оценкой способностей ребенка родителями и учителями. Установлено, что активная физическая деятельность положительно сказывается на течении эпилепсии, снижают уровень изолированности детей от общества. Ребенок с эпилепсией должен быть включен во все виды школьных занятий, кроме потенциально опасных видов физкультуры, например, плавание. При выборе вида спорта необходимо руководствоваться, чтобы риск приобретения различных травм был минимальным. При наличии неконтролируемых приступов с нарушением сознания необходимо соблюдать простые правила безопасности, целью которых является сведение к минимуму вероятности травмы во время приступа. При светочувствительных формах эпилепсии следует избегать ритмического мелькания света. При всех остальных формах эпилепсии просмотр телепередач и работа на компьютере возможны при соблюдении общепринятых гигиенических норм. Отсутствие адекватной умственной нагрузки, нахождение в обществе людей с низким социальным и интеллектуальным статусом приводит к постепенной деградации личности.

Таким образом, создание индивидуальных программ для детей с ФС в анамнезе, т.е. до 5 лет необходимо, во первых, в связи с особенностью их нервно-психической организации. Эти дети легко выявляются педагогами по особенностям поведения и школьной успеваемости. Сложнее найти связь этих особенностей с ФС в анамнезе. Для этого педагогам и психологам необходимо установить доверительные отношения с родителями. Во-вторых, при дебюте эпилепсии, но при хорошем контроле за приступами, родители могут скрывать диагноз и способ лечения, хотя должны сообщать педагогам о заболевании ребенка хотя бы для того, чтобы дать возможность правильно действовать при внезапном возникновении приступа. Необходимо помнить и том, что ребенок

устаёт от лечебных процедур и постоянного приема лекарств, и здесь также необходима тьюторская поддержка.

Поддержка больных детей со стороны врачей, учителей, психологов и других специалистов крайне необходима не только для борьбы с болезнью, но и для их интеграции в общественную жизнь. Наилучшие результаты возможны при партнерском взаимодействии всех уровней воспитания и лечения, т.е. в создании тьюторского сопровождения детям с ФС в анамнезе и с установленной эпилепсией.

Литература

1. Гладкая Е.С. Технологии тьюторского сопровождения: учеб. пособие / Е.С. Гладкая, З.И. Тюмасева. – Челябинск: Изд-во ЮУрГГПУ, 2017. – 93 с.

2. Долинина А.Ф. Фебрильные судороги – диагностика, тактика медицинской помощи и прогноз: автореф. дис. ... д-ра мед. наук / А.Ф. Долинина. – М.: 2017. – 46 с.

3. Романова А.Н. Актуальные медико-социальные проблемы у детей и подростков / А.Н. Романова, Е.А. Романова, Е.А. Просекова и др. // Здоровьесберегающее образование – залог безопасной жизнедеятельности молодежи: проблемы и пути решения: матер. VIII Междунар. науч.-практ. конф. Россия, Челябинск, 2013 г. – СПб.: ЦНИТ «Астерион»; Челябинск: Изд-во ЧГПУ, 2013. – С. 136–139.

4. Романова А.Н. Фебрильные судороги у детей и риск эпилепсии / А.Н. Романова, Е.А. Романова, Е.А. Просекова, Д.О. Сигалов и др. // Здоровьесберегающее образование – залог безопасной жизнедеятельности молодежи: проблемы и пути решения: матер. VIII Междунар. науч.-практ. конф., Челябинск, 2013 г. – СПб.: ЦНИТ «Астерион»; Челябинск: Изд-во ЧГПУ, 2013. – С. 131–133.

5. Фебрильные судороги: лекция / К.Ю. Мухин, М.Б. Миронов, А.Ф. Долинина, А.С. Петрухин // Русский журнал детской неврологии. – 2010. – Т. V. – Вып. 2. – С. 17–30.

Скатарова А.В.

Научный руководитель: Артеменко Б.А., кандидат биологических наук, доцент

Южно-Уральский государственный гуманитарно-педагогический университет, г. Челябинск, Россия

Особенности детского экспериментирования в старшем дошкольном возрасте

Аннотация. Детское экспериментирование особый вид деятельности позволяющий расширить спектр знаний ребенка в разных сферах жизнедеятельности. Детям присуще наглядно-действенное и наглядно-образное мышление, и экспериментирование, как никакой другой метод, соответствует этим возрастным особенностям.

Ключевые слова: детское экспериментирование, исследовательская деятельность, ребенок дошкольного возраста.

Skatarova A.V.

Supervisor: Artemenko B.A., candidate of biological Sciences, associate Professor

South Ural State Humanitarian Pedagogical University, Chelyabinsk, Russia

Features of child experimentation in the senior preschool age

Abstract. Children's experimentation is a special kind of activity that allows to expand the spectrum of the child's knowledge in various spheres of life. Children inherent visual-efficient and visually imaginative thinking, and experimentation, like no other method, corresponds to these age features.

Keywords: children's experimentation, research activity, ecological education.

В настоящее время остро стоит проблема организации разностороннего развития личности в дошкольной образовательной организации. В Федеральном государственном образовательном стандарте дошкольного образования обозначена группа ориентиров, предполагающая формирование у детей любознательность, интерес к причинно-следственным связям, а также воспитание в них интереса к экспериментированию, объяснению явлений живой и неживой природы [3].

Для того чтобы грамотно организовать предметно-пространственную развивающую среду в группе, необходимо подготовить условия для детского экспериментирования в соответствии с целевыми ориентирами федерального государственного образовательного стандарта. Среда должна быть полифункциональной, насыщенной, соответствующей возрасту детей.

Старший дошкольный возраст один из специфических возрастных периодов. Этот возрастной период важен для развития познавательной потребности

ребенка, которая проявляется в форме поисковой, исследовательской деятельности, направленной на «открытие» нового. Характер деятельности становится основным фактором. По мнению большинства психологов, решающее значение для развития ребенка имеет тип усвоения знаний, который определяется типом деятельности.

Сам термин «экспериментирование» в науку ввел Ж. Пиаже. Он изучал значение данного вида деятельности для детей и подростков, и доказал, что важность детского экспериментирования состоит в том, что оно дает реальные представления о различных сторонах изучаемого объекта, о его взаимосвязях с другими объектами. Детям присуще наглядно-действенное и наглядно образное мышление. Экспериментирование, как никакой другой метод, соответствует этим возрастным особенностям. Исходя из этого, дети любят экспериментировать и с помощью этого вида деятельности открывать для себя что-то новое, познавать мир во всем его многообразии [2].

Развитие умственных способностей будет наиболее эффективным при включении различных видов исследовательской деятельности, в том числе экспериментирования. Экспериментирование является также одним из методов экологического воспитания дошкольников, позволяющим устанавливать связи в живой и неживой природе и переносить знания, полученные во время построения эксперимента, в обыденную жизнь. В процессе эксперимента идет обогащение памяти ребенка, активизируются его мыслительные процессы, так как постоянно возникает необходимость совершать операции анализа и синтеза, сравнения и классификации, обобщения и экстраполяции [1].

Следует обратить внимание на то, что экспериментирование оказывает положительное влияние на эмоциональное состояние ребенка, его познавательную активность, помогает изучить многогранность объектов и явлений, окружающих ребенка. Опыты и эксперименты раскрывают перед ребенком мир, наполненный разнообразными элементами и представляющий собой единую систему. Так как все эксперименты носят характер практической деятельности, основой в них становится движение рук, что связывает экспериментальную дея-

тельность с мелкой моторикой. Мелкая моторика является скоординированной работой мышечной, костной и нервной систем организма. Ведь мелкая моторика рук хорошо развивает речь, мыслительные процессы, воображение, память, творческие способности.

Проведение опытов и экспериментов требует от педагога высокого уровня подготовленности, как в подготовке самого эксперимента, так и организации детей.

Подготовка к проведению запланированных наблюдений и экспериментов начинается с определения текущих дидактических задач. Следующим шагом в подготовке эксперимента становится выбор объекта исследования. После выбора объекта педагогу необходимо изучить физические свойства объекта и его характеристики, изучая необходимую литературу. Одновременно осваивает технику экспериментирования, если она не знакома педагогу.

Во время постановки опыта педагог совместно с детьми устанавливает цель и задачи эксперимента, тем самым давая детям возможность планирования собственных действий на время эксперимента. В процессе постановки цели и задач педагог определяет формы и методы работы с объектом, предоставляя детям возможность выбора. По окончании установочного этапа эксперимента необходимо поощрять детей, ищущих собственные способы решения задачи, варьирующих ход эксперимента и экспериментальные действия. В тоже время необходимо сохранять в поле зрения тех детей, которые работают медленно. Заключительным этапом эксперимента является подведение итогов и формулирование выводов. Выводы можно делать в словесной форме, а можно использовать графическое фиксирование результатов, т.е. оформлять в рисунках, схемах.

Существует два варианта решения задач эксперимента:

1. Дети проводят эксперимент, не зная его результата, таким образом они приобретают новые знания.

2. Дети вначале предсказывают вариант, а затем проверяют, правильно ли они мыслили.

Выделяют несколько факторов продолжительности детского эксперимента:

1. Особенности изучаемого явления.

2. Наличие свободного времени.
3. Отношение детей к данному виду деятельности.

Экспериментальная деятельность с детьми организовывается по пяти взаимосвязанным направлениям:

1. Живая природа (растения и животные как живые организмы, строение, функции и назначение их частей и др.).
2. Неживая природа (воздух, вода, почва и др.).
3. Физические явления (свет, звук, магнетизм, превращение твердых тел в жидкие, жидких – в газообразные и наоборот и др.).
4. Человек (функционирование организма и др.).
5. Рукотворный мир (материалы и их свойства).

Выделяют также группу экспериментов по способу проведения: демонстрационные и фронтальные. Демонстрационные проводит педагог, в то время как дети наблюдают за его выполнением. Данная группа экспериментов проводится в случае, если исследуемый объект существует в единственном экземпляре и не может быть дан в руки детей или он представляет для детей определенную опасность (например, при использовании горящей свечи).

В остальных случаях лучше проводить фронтальные эксперименты, так как они более соответствуют возрастным особенностям детей.

Исходя из возможностей данного вида деятельности, можно сделать вывод о том, что экспериментирование является необходимым видом деятельности для организации в детском саду.

Литература

1. Быстрой Е.Б. Развитие познавательного интереса у детей дошкольного возраста / Е.Б. Быстрой, Б.А. Артеменко // Научно-методические и социальные аспекты психологии и педагогики: сб. статей Междун. науч.-практ. конф. в 2-х частях (Казань, 13 января 2017 г.). – Уфа: Изд-во Аэтерна, 2017. – С. 72–74.
2. Вахрушева Л.Н. Развитие мыслительной деятельности детей дошкольного возраста / Л.Н. Вахрушева. – М.: ФОРУМ, 2011. – 192 с.
3. Приказ Министерства образования и науки Российской Федерации № 1155 от 17 октября 2013 г. «Об утверждении Федерального государственного образовательного стандарта дошкольного образования» // Российская газета –

Федеральный выпуск № 6241 (265) от 25 ноября 2013 г. – URL: <https://rg.ru/2013/11/25/doshk-standart-dok.html> (дата обращения: 21.03.2018).

Скворцов Д.А., Сарайкин Д.А.

Южно-Уральский государственный гуманитарно-педагогический университет, г. Челябинск, Россия

Влияние физических нагрузок на адаптивные реакции организма боксеров

Аннотация. В данной статье представлены результаты боксеров, тренировавшихся по авторской методике, которая отличается от стандартной личностно-индивидуальным подходом. При применении авторской методики быстрее формируется в процессе тренировочного макроцикла тренированность или адаптивность к физической нагрузке, что выразилось в увеличении адаптационного потенциала, улучшении большинства показателей сердечно-сосудистой системы.

Ключевые слова: бокс, адаптация, единоборство, тренировочный процесс.

Skvorcov D.A., Saraykin D.A.

South Ural State Humanitarian Pedagogical University, Chelyabinsk, Russia

Influence of physical activities on adaptive reactions of an organism of boxers

Abstract. Results of the boxers training by an author's technique which differs from standard in personal individual approach are presented in this article. At application of an author's technique fitness or adaptability to physical activity is quicker formed in the course of a training macrocycle that was expressed in increase in adaptation potential, improvement of the majority of indicators of cardiovascular system.

Keywords: boxing, adaptation, single combat, training process.

Для формирования спортсмена (боксера) необходим период спортивной тренировки с физической нагрузкой. Только при занятиях физическим тренировочным комплексом разной интенсивности в учебно-тренировочном макроцикле наступает тренированность основных систем организма (дыхательной, сердечно-сосудистой, энергетической) – адаптация [2; 3; 4; 6].

Цель исследования состояла в том, чтобы повысить адаптивные свойства спортсменов-боксеров, приобретенных при применении авторской методики.

Организация и методы исследования

В исследовании принимали участие две группы боксеров: контрольная и экспериментальная (по 10 человек со стажем занятий до трех лет). *База иссле-*

дования – МОУДОД СДЮСШОР № 3 г. Копейска. Исследование проводилось в течении 6 месяцев [1; 2].

Спортсмены прошли тестирование по определению их физической подготовленности. Были проведены измерения по таким показателям, как частота сердечных сокращений (ЧСС), артериальное давление (АД), диастолическое давление (ДД), систолический объем крови (СОК), минутный объем крови (МОК). В результате исследования были получены начальные данные физиологических показателей.

Контрольная группа занималась по стандартной методике, а экспериментальная – авторской, которая отличается использованием личностно-индивидуального подхода. После шести месяцев применения авторской методики было проведено повторное исследование, в результате которого было получено 5 показателей (ЧСС, АД, ДД, СОК, МОК), характеризующих подготовленность сердечно-сосудистую систему у боксеров. Далее был проведен анализ между этими показателями [4; 5; 6].

Результаты исследования и их обсуждение

Под влиянием физической нагрузки в тренировочном процессе у юных боксеров, занимающихся по авторской программе, произошли адаптивные сдвиги в сердечно-сосудистой системе. Так, показатель частоты сердечного ритма (пульс) в экспериментальной группе на конец тренировочного периода снизился на 9,93% (с 75,5 до 68 уд/мин); артериальное давление снизилось на 4,26% (с 115,1 мм.рт.ст. до 110,2 мм.рт.ст.); диастолическое давление снизилось на 5,53% (с 74,1 мм.рт.ст. до 70 мм.рт.ст.).

Систолический объем крови на конец тренировочного периода незначительно повысился на 2,71% (с 51,24 мл. до 52,63 мл.); минутный объем крови наоборот снизился на 15,14% (с 3868,6 мл. до 3582,9 мл.); коэффициент экономичности кровообращения на конец исследования понизился 12,69% (с 3095,5 до 2733,6), что говорит об оптимальном развитии функций системы кровообращения юных боксеров [3; 4; 6].

Коэффициент выносливости снизился на 8,09% (с 18,41 до 16,92), что говорит не только об адаптивных процессах, но и об экономизации работы сердечно-сосудистой системы. Также это указывает на рост общей выносливости организма, а значит, и о совершенствовании кардиореспираторной и аэробной (кислородной) энергетической системы юных боксеров [3; 4; 6].

Снижение показателя адаптационного потенциала на 8,67% (с 1,96 до 1,79) свидетельствует, что разработанная нами методика по сравнению с общепринятой за 6 месяцев тренировочного процесса у юных боксеров сформировала адаптацию организма боксера вообще и сердечно-сосудистую систему в частности к действию физических нагрузок. При действии физических нагрузок и использовании авторской методики, у юных боксеров большинство показателей сердечно-сосудистой системы улучшилось совместно с увеличением адаптационного потенциала, что свидетельствует о развитии тренированности и сформированности адаптивных процессов [4; 5; 6].

Литература

1. Галкин П.Ю. Направленность методики тренировки боксеров на развитие готовности к выбору тактики боя: автореф. ... канд. пед. наук / П.Ю. Галкин. – Челябинск: УралГАФК, 2002. – 24 с.

2. Павлова В.И. Развитие координационных способностей юных тхэквондистов моделированием соревновательной деятельности / В.И. Павлова, М.С. Терзи, Д.А. Сарайкин // Вестник ЧГПУ. – Челябинск, 2013. – № 12.2. – С. 288–295.

3. Павлова В.И. Физиологические особенности вегетативного обеспечения сердечной деятельности у легкоатлетов в макроцикле тренировочного процесса / В.И. Павлова, С.С. Кислякова, Д.А. Сарайкин // Актуальные проблемы физической культуры и спорта в условиях модернизации высшей школы: матер. II Всерос. с междун. участием науч.-практ. конф. – Челябинск: ЧГПУ, 2012. – С. 160–164.

4. Сарайкин Д.А. Физиологическое обоснование организации спортивной тренировки у юных тхэквондистов / Д.А. Сарайкин, М.С. Терзи // Вестник ЮУрГГПУ. Образование, здравоохранение, физическая культура. – Челябинск, 2010. – Вып. 24. – № 24 (200). – С. 32–33.

5. Сиваков В.И. Адаптационные возможности младших школьников и спортсменов в физкультурно-спортивной деятельности / В.И. Сиваков, Д.В. Сиваков // Физическая культура: воспитание, образование, тренировка. – 2013. – № 2. – С.63–65.

6. Терзи М.С. Реактивность динамики индикаторов функционального состояния сердечно-сосудистой системы юных тхэквондистов на предсоревновательном этапе тренировочного процесса / М.С. Терзи, Д.А. Сарайкин // Вестник ЧГПУ. – Челябинск, 2011. – № 12. – С. 349–360.

Скоробренко И.А.

Научный руководитель: Орехова И.Л., кандидат педагогических наук, доцент

Южно-Уральский государственный гуманитарно-педагогический университет, г. Челябинск, Россия

Формирование культуры здоровья старших школьников в системе воспитательной работы

Аннотация. Статья посвящена вопросу формирования культуры здоровья старших школьников. Приводятся результаты анкетирования десятиклассников, констатирующие их отношение к здоровому образу жизни. Предлагаются формы, технологии организации воспитательной работы со старшими школьниками в аспекте здоровьесбережения.

Ключевые слова: культура здоровья, формирование, старшие школьники, воспитательная работа.

Skorobrenko I.A.

Supervisor: Orekhova I.L., candidate of pedagogical Sciences, associate Professor

South Ural State Humanitarian Pedagogical University, Chelyabinsk, Russia

Formation of the older schoolchildren's health culture in the educational work system

Abstract. The article is devoted to an issue about older schoolchildren's health culture formation. The results of tenth grade schoolchildren's questioning stating their attitudes toward a healthy lifestyle are given. Forms, technologies of educational work organization with older schoolchildren in the aspect of health preservation are proposed too.

Keywords: health culture, formation, older schoolchildren, educational work.

На сегодняшний день все большую актуальность приобретает вопрос организации такой системы воспитательной работы в школе, которая способствует формированию культуры здорового образа жизни у школьников, их здоровьесберегающего поведения, а также профилактике вредных привычек. Все это обусловлено как высокой степенью здоровьезатратности самого образователь-

ного процесса, так и тенденциями развития общества на современном этапе. Хотя от человека сегодня и требуется достаточно высокий уровень культуры самосовершенствования и построения траектории личностного развития в контексте культуры здоровья, реалии современной жизни, а также среда, в которой живет человек, зачастую входят в противоречие с данным тезисом и не способствуют формированию здоровьесберегающего поведения.

Особенно остро данный вопрос встает перед учителями школ, которые находятся в постоянном поиске наиболее эффективных технологий формирования культуры здоровья школьников. Наибольшую актуальность данная проблема приобретает на старшем этапе (9–11 класс), так как именно в этот период учащиеся еще находятся в переходном возрасте и открыты влияниям среды, которые не всегда являются положительными. Зачастую старшие школьники не соблюдают режим дня, неправильно питаются, подвержены влиянию вредных привычек. Об этом свидетельствуют результаты анкетирования учащихся, проведенного нами среди десятиклассников одной из гимназий города Челябинска с использованием опросника «Отношение к здоровому образу жизни».

Анализ ответов десятиклассников показал, что только 62% опрошенных положительно относятся к здоровому образу жизни и отмечают, что понятия «здоровье» и «здоровый образ жизни» синонимичны и играют важную роль в жизни каждого человека, в то время как отрицательное отношение к здоровому образу жизни выразили 38% учащихся, мотивируя ответ тем, что поддержание здорового образа жизни – достаточно трудный процесс, требующий много сил, времени и финансовых затрат.

51% респондентов соотносят здоровый образ жизни с преобладанием положительных эмоций, 38% – с личной гигиеной. 43% опрошенных отмечают важность для сохранения и укрепления здоровья оптимального двигательного режима, 29% – занятий физической культурой и спортом и лишь 12% – закаливания. Несмотря на это, большая часть опрошенных удовлетворена состоянием своего здоровья и рассматривает его как хорошее (41%) и удовлетворительное (38%). 14% респондентов не удовлетворены своим состоянием здоровья и по-

зиционируют его как плохое, а 7% – затрудняются в формулировке четкого ответа. При этом на практике здоровый образ жизни ведут лишь некоторые обучающиеся: 19% респондентов занимаются спортом и посещают спортивные секции, лишь 22% – делают утреннюю зарядку, всего 16% – соблюдают режим дня. 34% опрошенных полагают, что полноценно питаются, хотя по часам это делают лишь 11%. Несмотря на то, что 72% опрошенных утверждают, что соблюдают гигиену, число закаливающихся составляет только 8%.

Результаты опроса десятиклассников позволяют нам также утверждать, что большинство из них нерационально пользуются своим свободным временем, не умеют грамотно планировать его и пользоваться правилами тайм-менеджмента. Так, 54% респондентов отмечают, что проводят большую часть свободного времени в Интернете, 47% любят слушать музыку и смотреть фильмы, но лишь 29% опрошенных стараются посвящать свободное время спорту, посещению кружков и секций (19%).

Таким образом, результаты опроса позволяют утверждать, что у большинства десятиклассников не сформированы способность и готовность к ведению полноценного здорового образа жизни и следованию правилам культуры здоровья ввиду искаженных представлений о здоровом образе жизни, непонимания его важности. Негативную роль играет отсутствие положительного примера и здоровьесберегающей среды в семьях школьников, родители которых сами нередко ведут нездоровый образ жизни, не уделяя внимания просветительской работе с детьми. Недостаток двигательной активности, обусловленный проведением большей части учебного времени в статичном положении, объемом домашнего задания, нехваткой времени для спорта негативно сказывается на их здоровье.

По определению З.И. Тюмасевой, культура здоровья есть «осознанная индивидом система действий и отношений, определяющая уровень личного и социального здоровья, исходящих из отношения к собственному здоровью и здоровью окружающих» [3]. Следовательно, большая роль в формировании культуры здоровья старших школьников отводится воспитательной работе в

школе, которая должна представлять собой систему комплексных, взаимосвязанных и взаимодополняющих мероприятий, позволяющих формировать в сознании школьников положительные установки на соблюдение правил культуры здоровья, «направленной на формирование у них представлений о здоровом и безопасном образе жизни и массовое распространение знаний в области здоровьесбережения» [1; 2].

Большим воспитательным потенциалом в контексте формирования культуры здоровья у школьников обладают тематические классные часы, а также спортивные праздники, соревнования. Данные мероприятия позволяют учащимся познакомиться с современными технологиями здоровьесбережения, профилактики и преодоления стресса, тайм-менеджмента. В ходе таких мероприятий учащиеся могут обмениваться мнениями, аргументировано высказать собственную точку зрения по тому или иному вопросу, поделиться важными практическими рекомендациями. При этом формы организации внеклассной работы по проблемам культуры здоровья могут варьироваться – информационный классный час, дебаты, ток-шоу, кейс-поединок, дискуссионный клуб. В рамках отмеченных нами форм работы со школьниками учитель может использовать технологии проблемного обучения, технологию развития критического мышления, деловые игры, кейс-стади, технологию «мозгового штурма». Выбор приведенных нами форм и технологий обучения обусловлен аспектами реализации принципа личностно-ориентированного обучения и субъект-субъектных связей в данном процессе, а также системно-деятельностного, компетентностного, антропологического и аксиологического подходов.

Определение наиболее эффективных и сообразных рассматриваемой со школьниками проблеме форм и технологий работы является задачей классного руководителя, а также учителей-предметников (основы безопасности жизнедеятельности, биология, химия, математика) и должно отвечать информационным и образовательным потребностям обучающихся, а также их возрастным особенностям. Материал, который используется в организации воспитательной работы со школьниками, должен быть интересным для них, доступным, понят-

ным и наглядным, поскольку соблюдение данных требований позволит повысить эффективность усвоения информации школьниками. Ожидаемым результатом овладения учащимися учебным материалом станет высокий показатель сформированности у них способности и готовности к соблюдению правил культуры здоровья и ведению здорового образа жизни, а также использование ими здоровьесберегающих технологий с целью совершенствования здоровья.

Таким образом, система воспитательных мероприятий в школе призвана формировать культуру здоровья учащихся, а потому классному руководителю и учителям-предметникам следует уделять особое внимание организации воспитательной работы в аспекте здоровьесбережения.

Литература

1. Орехова И.Л. Воспитательно-оздоровительная работа как фактор формирования компетентности будущих педагогов в области сохранения и укрепления здоровья учащихся / И.Л. Орехова, З.И. Тюмасева // Вестник ЮУрГГПУ. Образование. Педагогические науки. – 2012. – № 4 (263). – С. 124–129.

2. Скоробренко И.А. Роль классного руководителя в формировании культуры здоровья у школьников / И.А. Скоробренко // «Экологическая безопасность, здоровье и образование»: сб. науч. трудов X Всерос. (очно-заочной) науч.-практ. конф. молодых ученых, аспирантов и студентов / под науч. ред. проф. З.И. Тюмасевой. – Челябинск: Изд-во ЗАО «Цицеро», 2017. – С. 298–302.

3. Тюмасева З.И. Проектирование безопасного и здоровьесберегающего пространства «вуз–школа» как условие профессионального становления студентов: монография / З.И. Тюмасева, И.Л. Орехова, Г.В. Валеева, Е.С. Гладкая. – Челябинск: Изд-во ЧГПУ, 2015. – 288 с.

Спиженкова М. А., Арпентьева М.Р.

Калужский государственный университет им. К.Э. Циолковского, г. Калуга, Россия

Психологическое консультирование студентов с особыми потребностями в образовании в условиях обучения в вузе

Аннотация. В статье рассматривается вопрос о специфике психологической консультативной работы со студентами с нарушениями психоэмоционального развития. Успешность освоения основной образовательной программы определяется содержанием и формами взаимодействия и взаимоотношений студентов в учебной группе, а также отношений студентов и преподавателей. Принятие преподавателями и студентами с нормативным развитием в свою

среду человека, отличного от них в своих поведенческих и иных свойствах, затрудняется наличием у них неосознанных ожиданий формирования того или иного поведения у однокурсника с ОВЗ. Однако, такой однокурсник нередко оказывается неспособен к ожидаемым переменам и отношениям. Это происходит в силу имеющихся у него особенностей в развитии. Поэтому необходима системная работа со всеми участниками учебного процесса, их включение (инклюзия) в отношения взаимопомощи.

Ключевые слова: инвалидность, болезни, психология нарушений, стресс, психосоциальная помощь, психологическое консультирование, психотерапия.

Spizhenkova M.A., Arpentieva M.R.

Kaluga State University im. K.E. Tsiolkovskiy, Kaluga, Russia

Psychological counselling of students with special needs in education in learning environments at the university

Abstract. The article deals with the specificity of psychological consulting work with students with psychoemotional development disorders. The success of mastering the basic educational program is determined by the content and forms of interaction and relationships of students in the training group, as well as the relations of students and teachers. The acceptance by teachers and students with normative development in their own environment of a person different from them in their behavioral and other properties is hampered by their unconscious expectations of the formation of one or another behavior in a classmate with HIA. However, such a classmate is often incapable of the expected changes and relationships. This is due to the features that he has in development. Therefore, it is necessary to work with all participants of the educational process, including them (inclusion) in the relationship of mutual assistance.

Keywords: disorders, disability, diseases, psychology of disturbances, stress, psychosocial assistance, psychological counseling, psychotherapy.

Введение. Освоение образовательной программы в высших учебных заведениях студентами с особыми образовательными потребностями определяется не только способностью их к решению учебных задач, но и теми условиями, в которых проходит образовательный процесс. Доступная физическая среда, организованная в соответствии со всеми современными требованиями к материально-техническому обеспечению образовательного процесса для лиц с ограниченными возможностями здоровья является далеко не основным аспектом успешности учебного процесса, в который включены лица с наличием и отсут-

ствием ОВЗ. Как отмечают многие исследователи, развитие личности студента с ОВЗ в ситуации профессионального обучения связано с развитием интеллектуальных и эмоциональных, поведенческих структур, волевых и мотивационных структур, структур целеполагания и рефлексии, с формированием и развитием социально-психологической компетентности как способности к построению гармоничных отношений со всеми участниками образовательного процесса [7]. Адаптивные возможности студентов вузов связаны с их интеллектуальными особенностями, наличием прошлого опыта коммуникации в образовательном пространстве, с одной стороны, и готовностью других участников образовательного процесса к взаимодействию с людьми с ограниченными возможностями здоровья, с другой [1; 3; 6].

Цель исследования – изучение трудностей и содержания психологического консультирования студентов с нарушениями развития, ОВЗ.

Основные результаты. Психологическое консультирование как вид профессиональной или квазипрофессиональной (добровольческой) деятельности по оказанию психологической поддержки субъектам образовательного процесса, дает возможность разрешать некоторые специфические задачи социально-психологической адаптации студентов, имеющих особые потребности в психологической поддержке при освоении образовательной программы высшего учебного заведения. Доступность компетентной психологической консультативной поддержки – важное условие успешности обучения человека с ОВЗ, а также гармоничных отношений в студенческой учебной группе, а также отношений студента с ОВЗ и преподавателей. Однако психологом оказание помощи студентам с особенностями психоэмоционального развития, как и некоторые иные типы «отклонений» развития и состояния человека, зачастую выходит за рамки регламентаций и возможностей традиционного консультативного процесса в вузе [2; 4; 5]. Это связано с возникающей необходимостью готовить к участию в процессе обучения и воспитания в вузе не только консультируемого, но и других субъектов, взаимодействующих с ним непосредственно в учебных ситуациях, а именно: студентов учебной группы; студентов, проживающих со-

вместно в общежитиях; куратора учебной группы, преподавателей и др. Сущность подготовки связана не только с информированием преподавателей и студентов об особенностях коммуникативных, когнитивных и эмоциональных особенностях человека, испытывающего затруднения при взаимодействии с другими людьми. Практика консультативной работы психологов Психологической службы и Института психологии Калужского государственного университета им. К.Э. Циолковского демонстрирует, что все участники учебного процесса с готовностью откликаются на запросы студентов, имеющих различные особенности развития. Однако остается нерешенным вопрос не столько о желании студентов с нормативным развитием оказывать поддержку нуждающемуся в ней студенту с отклонениями в развитии, но и об их возможностях делать это последовательно и системно, о понимании того, что является, а что не является помощью. Важным моментом продуктивной и эффективной поддержки является ее взаимность. Люди с ограниченными возможностями здоровья не менее других нуждаются в том, чтобы заботиться о ком-то, помогать кому-то, служить и жить в обществе как равноправный гражданин не на словах, а на деле.

В трудах различных авторов отмечается важность формирования у близких и родственников человека, имеющего нарушения психоэмоционального развития, способности принятия человека и его особого «образа» как человека с ОВЗ осуществляющего отличное от их привычных стереотипов поведение, не только на когнитивном и эмоциональном, не только на поведенческом уровнях, но и на уровне метакогнитивном, личностном. Понимание того, что некая особенность поведения человека является не его нежеланием вести себя в соответствии с нормами и требованиями социума, но как раз его индивидуальной особенностью, частью «ОВЗ», не подлежащей доступной в настоящий момент развития человека, в настоящий момент развития медицины и психологии, в настоящий момент развития самого психолога и других субъектов обучения и учения, коррекции, далеко не всегда является результатом простого «знания» об этом. Информирования недостаточно, нужен опыт – совместного бытия, взаимного принятия, осознания собственных ограничений и проблем, собст-

венной уникальности как отличности от других. Есть ситуации, к которым необходимо адаптироваться, последовательно принимая мысль о том, что то или иное обстоятельство, черты характера таковы и они будут такими в дальнейшем. Часто люди, общаясь с человеком, имеющим особенности поведения, не оставляют надежду на возможность каких-то изменений в состоянии здоровья, поведении, личностных проявлениях (в сторону «нормы», схождения, а не отличия). Именно этот дисбаланс, с одной стороны, между желанием быть понимающим, принимающим, терпимым, способным оказать поддержку и помощь, а с другой стороны, между проявлениями порой неосознаваемой надежды на то, что он все-таки поймет, сможет, освоит и прочее, определяет периодически возникающие межличностные конфликты между субъектами учебно-профессиональной деятельности.

Одним из примеров, иллюстрирующим выделенное противоречие, является отношение студентов, взаимодействующих с однокурсником с нарушениями психоэмоционального развития, к его способности к установлению межличностных контактов. Принимая во внимание неспособность однокурсника к привычным формам взаимодействия в отношениях вне учебного процесса, его приглашают к участию во внеучебной деятельности, всячески демонстрируя свое расположение, готовность к принятию, желание оказать поддержку и помощь. Однако тот, к кому направлена интенция однокурсников, подчас не понимает, чего от него хотят. Он считает, что направленное к нему внимание будет проявляться и в дальнейшем, во всех сферах и в каждую минуту. Именно он будет являться центром внимания при выборе форм и вида развлечений, при выборе и обсуждении важных для сообщества проблем, при дальнейшем общении и в отношениях в целом. К такому другие студенты чаще всего оказываются не готовыми и воспринимают такое поведение как чрезмерно эгоистичное. Они привыкли видеть взаимность, причем взаимность в определенных формах. Этой взаимности либо можно и нужно учить, либо, если она невозможна ни в каких «удобопонятных» формах и контекстах, смириться с ее отсутствием, дозируя свою помощь и присутствие в жизни человека с ограниченными возмож-

ностями здоровья. Другим примером является взаимодействие, при котором студент с нарушениями развития демонстрирует неспособность к восприятию традиционных студенческих проявлений юмора, использование принятого сленга, даже после настоятельных объяснений его однокурсниками значений отдельных слов, анекдотов, смайликов. Вкладывая усилия в объяснение и не находя отклика в понимании у человека, который не может («да, мы все понимаем, но все-таки...») понять и принять необходимость использования отдельных знаковых компонентов общения студенческой субкультуры, студенты испытывают некий спад воодушевления, с которым вначале они приступали к оказанию помощи не похожему на них человеку в адаптации к их условиям жизнедеятельности.

В данных ситуациях необходима постоянная поддержка психолога университетской психологической службы, который будет способствовать формированию и развитию у членов студенческой группы максимально адекватных и точных ожиданий в отношении человека с ОВЗ, а также в отношении выстраивания модели приемлемого внеучебного взаимодействия между студентами с нормативным развитием и студентом с нарушением психоэмоционального развития. Первичная задача оказания консультативной психологической помощи индивиду решается посредством изменения первоначальных условий, и становится задачей оказания консультативной помощи группе студентов, а также просветительской задачей. Данный комплекс решаемых последовательно консультативных задач позволяет трансформировать средовые условия адаптации студента с ограниченными возможностями здоровья к процессу обучения в вузе. Также важно подчеркнуть значимость усилий самого человека с особенностями развития: шаги навстречу люди делают вместе. Нельзя развиваться и невозможно меняться только потребляя чужую помощь. Помимо прав, люди с ОВЗ нуждаются в принятии исполнения обязанностей и обязательств, в том числе и по отношению к членам учебной группы. Быть человеком – нечто большее, чем учиться в вузе, чем понимать или не понимать друг друга. Поэтому нашему обществу нужна культура инклюзии, эта культура события, служе-

ния и пребывания в обществе друг друга, построения отношений друг с другом. Психолог-консультант, психологическая служба вуза, психологические консультации и тренинги для лиц с ОВЗ, студентов и преподавателей вуза являются важными компонентами формирования и развития этой культуры.

Литература

1. Арпентьева М.Р. Социально-психологическая и педагогическая поддержка лиц с ОВЗ и их семей: коррекция, инклюзия, развитие / М.Р. Арпентьева, Е.А. Богомолова, М.А. Спиженкова и др. – Калуга: КГУ, 2016. – 392 с.

2. Арпентьева М.Р. Психосоциальное сопровождение лиц с ОВЗ и их семей / М.Р. Арпентьева, Е.А. Богомолова // Профессиональная библиотека работника социальной службы. – М.: ООО Изд-во «Социальное обслуживание», 2016. – № 12. – 256 с.

3. Губачев Ю.М. Клинико-физиологические основы психосоматических соотношений / Ю.М. Губачев, Е.М. Стабровский. – М.: Медицина, 1981. – 216 с.

4. Колесников Д.Б. Современные взгляды на психосоматические заболевания / Д.Б. Колесников, С.И. Рапопорт, Л.А. Вознесенская // Клиническая медицина. – 2014. – № 7. – С. 12–18.

5. Матер. Междун. науч.-практ. конф. «Проблемы реализации инклюзивного образования детей с ограниченными возможностями здоровья в образовательном пространстве Калужской области». 16–18 декабря 2015 г. – Калуга: КГУ, 2015. – 433 с.

6. Матер. Междун. науч.-практ. конф. «Вопросы социально-психолого-педагогического сопровождения детей в современном мире». 1–3 декабря 2015 г. – Калуга: КГУ им. К.Э. Циолковского, 2015. – 489 с.

7. Наставина Ф.З. Особенности социально-психолого-педагогического сопровождения студентов с ОВЗ в вузе // Инклюзивное образование: практика, исследования, методология: сб. матер. II Междун. науч.-практ. конф. – М.: МГППУ, 2013. [Электронный ресурс] http://vcs34.ru/wp-content/uploads/2017/07/inclusion/5_Sbornik-uchastnikov-mezhdunarodno-prakticheskoy-konferencii.pdf (дата обращения: 10.10.2017).

Суздалева И.А.

Научный руководитель: Мишанова О.Г., доктор педагогических наук, профессор

Южно-Уральский государственный гуманитарно-педагогический университет, г. Челябинск, Россия

Роль педагогических аксиом в становлении учителя как профессионала

Аннотация. В статье рассмотрен вопрос о важности педагогических аксиом в становлении учителя как профессионала, влиянии времени на педагогические подходы и представлена оценка личностных качеств учителя.

Ключевые слова: педагогические аксиомы, личностные качества, педагогические подходы.

Suzdaleva I.A.

*Supervisor: Mishanova O.G., doctor of pedagogical Sciences, Professor
South Ural State Humanitarian Pedagogical University, Chelyabinsk, Russia*

The role of pedagogical axioms in the formation of a teacher as a professional

Abstract. The article discusses the peculiarities of the role of pedagogical axioms in the formation of a teacher as a professional, the influence of time on pedagogical approaches, and an assessment of the personal qualities of the teacher is presented.

Keywords: pedagogical axioms, personal qualities, pedagogical approaches.

В настоящее время, устраиваясь на работу в школу, молодые учителя, без опыта работы, не сразу могут найти подход к детям. Отсутствие взаимопонимания и взаимоуважения сказывается как на успеваемости детей, усвоении ими новых знаний, так и на работе и адаптации молодого педагога. Непринятие детьми преподавателя впоследствии может привести к конфликтам, которые послужат несвоевременному профессиональному выгоранию учителя.

Успешность работы педагога во многом зависит от того, какое впечатление он произвел на учащихся. Еще в конце XIX века П.Ф. Капетерев, выдающийся русский педагог и психолог, показал в своих исследованиях, что одним из важных факторов успешности педагогической деятельности являются личностные качества учителя. Он указал на необходимость наличия у преподавателя таких качеств, как целеустремленность, настойчивость, трудолюбие, скромность, наблюдательность, особое внимание он уделял остроумию, ораторским способностям, артистичности. Большое значение придается педагогическому такту, в проявлении которого выражается общая культура учителя.

Преподавателю, в частности начинающему, необходимо соблюдать правила этикета, совершенствоваться профессионально, познавать новое. Ни в коем случае нельзя забывать педагогические аксиомы, являющиеся утверждениями, истинность которых не требует доказательств.

По нашему мнению, для понимания аксиом необходимо обратиться к истории их зарождения. Впервые они появились в Древней Греции в V-III вв. до н.э. и использовались как средства познания. Позже они нашли свое применение в народной педагогике. Они опирались на пословицы и поговорки. Со временем народная мудрость преобразовалась в научные педагогические аксиомы. Несмотря на то, что они претерпевают изменения, обусловленные мировоззрением, вероисповеданием и социальным строем, их основа остается неизменной и заключается в умении любить детей.

Именно потому, что педагогические аксиомы направлены на понимание детей, доверительные отношения, они так важны для педагогики. По мнению педагогов, дети являются главной ценностью. Еще Квинтилиан, живший в 35-96 гг. н.э., утверждал, что ребенок – это «драгоценный сосуд». Преподаватель оказывает большое влияние на учеников, он должен бережно относиться к ним, верить в их безграничность.

Представим несколько педагогических аксиом, к содержанию которых должен прислушиваться каждый учитель:

1. Профессионал должен относиться к детям с уважением.

Эта аксиома заключается в следующем: несмотря на то, что педагог на много старше и опытнее детей, он должен уметь расположить ребенка к себе, дать понять подопечному, что его ценят. Необходимо чтобы это проявлялось как в словах, так и в действиях учителя.

2. Ученик имеет право на незнание.

Эта аксиома заключается в следующем: в силу своего возраста ребенок некоторые вещи воспринимает по-своему, поэтому умозаключения детей отличаются от мнения взрослого. Они многого не знают и не понимают, поэтому часто задают странные, а порой глупые, по мнению учителей, вопросы. В таком случае педагог должен с уважением отнестись к любопытности ребенка, дать ему высказать свое мнение и подтолкнуть его к верному ответу.

3. Профессионал должен уметь любить детей.

Эта аксиома заключается в следующем: как утверждал Л.Л. Шевченко, любить детей – это означает, в первую очередь, понимать то сложное явление, которое называется детским миром. «Любовь» можно рассматривать как педагогическое понятие, и тогда оно выступает в качестве главного спутника всех преподавателей. Представители гуманистической педагогики на протяжении многих веков в качестве исходной этической нормы называли любовь к детям. При этом у них эмоционально-ценностное отношение к ребенку проявлялось по-разному. Так, для Ж.Ж. Руссо, Л.Н. Толстого, Р. Штейнера любить детей означало предоставить максимальную свободу творческого самовыражения в соответствии с их возрастными потребностями. И.Г. Песталоцци, Януш Корчак, А.С. Макаренко следовали принципу: «Жить не только ради детей, но вместе с ними, добиться духовного единства с детьми, чтобы увлечь их за собой. Я.А. Коменский еще в эпоху позднего средневековья считал, что все детские учреждения должны стать «мастерскими гуманности». Позднее его последователями стали Н.И. Пирогов, П.П. Блонский, М. Монтессори и др. К.Д. Ушинский считал, что «лучше обращаться к детям совершенно холодно, но с величайшей справедливостью, не заискивая их ласк и не лаская их самому, но, выполняя свои обязанности, показать, как можно более дельного участия к детям».

Выше представленные аксиомы несут в себе подсказки для учителей, что поможет передать свои знания и опыт детям и состояться начинающему педагогу как настоящему профессионалу.

В заключении отметим, что аксиомы, начинающие свой путь от пословиц и поговорок, пройдя испытание временем, актуальны и на сегодняшний день. А комбинация разных педагогических подходов поможет найти свой путь к обучению детей.

Литература

1. Афашагова А.А. Профессиональная этика и психолого-педагогической деятельности: учеб. пособие / А.А. Афашагова. – Изд-во «ЛитагентДиректмедиа», 2014. – 16 с.
2. Мижериков В.А. Введение в педагогическую деятельность / В.А. Мижериков. – М., 2002. – 266 с.

3. Мишанова О.Г. Коммуникативная подготовка младших школьников в языковом образовании: автореф. дис. ... д-ра пед. наук / О.Г. Мишанова. – Челябинск, 2014. – 90 с.

Торбенко Н.Н.

Южно-Уральский государственный гуманитарно-педагогический университет, г. Челябинск, Россия

Туризм как средство формирования экологической безопасности

Аннотация. Статья посвящена определению путей совместного развития системы экологического образования и туризма в Челябинской области. Рассматриваются возможности применения туризма как особого типа деятельности для развития личности и экологического сознания учащихся, а также функции туристической деятельности в системе общего и дополнительного образования.

Ключевые слова: интеграция, экологическая культура, экологическое образование, туризм, экологическое сознание, экологическое воспитание.

Torbenko N.N.

South Ural state University of Humanities and education, Chelyabinsk, Russia

Tourism as a means of formation of ecological safety

Abstract. The article is devoted to the definition of ways of joint development of the system of ecological education and tourism in the Chelyabinsk region. Possibilities of application of tourism as special type of activity for development of the personality and ecological consciousness of pupils, and also functions of tourist activity in system of the General and additional education are considered.

Keywords: integration, ecological culture, ecological education, tourism, ecological consciousness, ecological education.

С точки зрения безопасности жизнедеятельности экологическая безопасность – это одна из составляющих национальной безопасности, совокупность природных, социальных, технических и других условий, обеспечивающих качество жизни, а также безопасность жизни и деятельности проживающего на данной территории населения [6]. Как утверждает Т.А. Хоружая, экологическая безопасность – совокупность состояний, процессов и действий, обеспечивающая экологический баланс в окружающей среде и не приводящая к жизненно важным ущербам или угрозам таких ущербов, наносимым природной среде и человеку [5].

В современном мире постепенно складывается понимание экологической культуры как совокупности качества всей жизни человека. Одну из центральных позиций в разработке психологических основ экологической безопасности и современного экологического образования занимает проблема исследования экологического сознания, экологической установки и психологических механизмов взаимодействия человека с миром природы [2; 3].

В настоящее время в учебные планы школ продолжают вводиться интегрированные учебные дисциплины экологической направленности, экологизируются действующие естественнонаучные учебные предметы – биология, география, химия и т.д. Например, в Челябинских школах в федеральный и региональный компоненты образовательной программы входят такие предметы, как «Экология», «Окружающий мир», «Биологическое краеведение», «Природопользование», «Естествознание» и др.

Экологическое образование наиболее успешно осуществляется в двух направлениях: эколого-биологическом и туристско-краеведческом, которые и определяют выбор клубной, кружковой, экспедиционной и других форм работы. В системе общего и дополнительного образования активно используются элементы экологического и спортивного туризма, в меньшей степени – научного и культурного [4].

Экологический туризм ориентирован на прямое использование природы как среды обитания туристов и целей путешествия на основе внедрения экологических технологий во все компоненты экспедиции. Он предполагает систематизацию и углубление имеющихся у учащихся экологических знаний, подготовку к практическим действиям, реализацию собственных оригинальных исследований, мониторинг природных и антропогенных объектов, разработку проектов по их стабилизации и рациональному использованию. Учащиеся получают навыки системного ознакомления с окружающей средой – природной и антропогенной, навыки поведения в природных условиях и природоохранной работы.

Спортивный туризм предполагает подготовку и проведение спортивных путешествий с целью преодоления протяженного природного пространства с помощью специальных средств проживания или передвижения. Спортивное путешествие включает набор классифицированных по сложности естественных препятствий: длительное расстояние, горные вершины и перевалы, речные пороги и т.д., поэтому оно должно быть обеспечено необходимым уровнем безопасности. Спортивный туризм подразумевает наличие у учащихся определенного уровня физической подготовки, владение широким набором специальных умений, знаний и навыков – от техники преодоления препятствия до физиологии человека в экстремальных условиях. Полезные навыки приобретаются с опытом участия детей и подростков в подобных мероприятиях. В полевых условиях имеется возможность практического применения научных знаний по экологии, географии, физике, физиологии человека и медицине. Кроме того, туристическая деятельность спортивного плана способствует выработке социально значимых качеств человека: сила характера, смелость, выдержка, упорство и целеустремленность. В целом спортивный туризм интегрирует в себе игры, спорт, образование, здоровый отдых и туризм, создавая фундамент для развития экологического сознания и экологической безопасности человека.

Научный туризм предполагает специализацию и научный подход обучающихся к изучению окружающей среды, и в частности природы своего края. В лагерях, экспедициях и поездках профильного плана учащиеся отрабатывают методику исследовательской работы по выбранной специальности, ориентируются профессионально на выбор жизненного пути. Они получают уникальную возможность непосредственной практической работы по изучению природных объектов, процессов и явлений в естественных условиях и масштабах, осваивают научные методы сбора и обработки практических материалов, овладевают навыками классификации, сопоставления, мониторинга, оценки и систематизации. Для организации научного туризма важное значение имеет сотрудничество образовательных организаций с исследовательскими институтами, лабораториями, заповедниками, станциями мониторинга, полевыми экспедициями.

Культурный туризм – это туризм в целях ознакомления и познания культурного наследия различных стран и народов. Обучающиеся могут участвовать в археологических экспедициях, реставрации древних памятников и сооружений, в реконструкции древних празднеств, обрядов и танцев. Названный тип туристской деятельности имеет много общего с экологическим туризмом: он способствует ознакомлению учащихся со взглядами на взаимоотношения человека и природы в других странах и культурах, обмену научным и природоохранным опытом в области экологии, становлению более высокого уровня экологической культуры [1].

Все перечисленные выше типы туристской деятельности обычно не специализируются, а сочетаются на основе принципа взаимодополнения. При этом экологический аспект деятельности обычно превалирует.

Туристская деятельность всегда подразумевает групповую организацию. Длительное совместное нахождение во время туристских поездок, походов, лагерей способствует формированию навыков командной работы, коллективного взаимодействия, общения. Организованная групповая деятельность (с учетом фактора новизны обстановки и удаленности от семейной ситуации опеки) создает условия для удовлетворения потребности учащихся в компетентности, самопознании, самореализации, осуществления культурной и экологической идентификации, самоопределения (социально-ролевого, профессионального и творческого), а также экологической рефлексии. Туризм как форма практической образовательной деятельности и воспитания организует уникальную эколого-образовательную среду, ситуацию актуального развития личности учащихся.

В исследованиях, направленных на изучение влияния воспитательного и образовательного потенциала эколого-биологической и краеведческой туристической деятельности на формирование личности учащихся, психологи отмечают следующее: школьники, занимающиеся практической экологией и имеющие длительный опыт общения с природой, менее тревожны; они более социально адаптированы, способны постоять за себя и отстаивать свою точку зрения, активно настроены на успех, открыты, готовы к сотрудничеству. Такие учащиеся

относятся к природе, с одной стороны, более объективно, так как обладают глубокими и обширными знаниями, а с другой стороны – более субъективно, так как учатся олицетворять природу и природные явления. В процессе практического общения с природой в большей степени, чем при получении теоретических знаний, формируется личность ребенка и подростка: нравственно-этические нормы, мотивационная сфера, эмоциональное состояние, уровень эмпатии, эмоциональная глубина и насыщенность восприятия, физическое здоровье.

Развитие современной системы образования идет по пути объединения научных дисциплин вокруг важнейших проблем человечества, в частности экологических. В настоящее время экологическая воспитанность предполагает высокий уровень экологического самосознания, которое становится регулятором всей деятельности и поведения человека. Применение традиционного теоретизированного подхода в экологическом образовании практически не ведет к изменению существующего прагматичного отношения к природе у учащихся. Организация туристской деятельности как эколого-образовательной среды по принципу погружения в социально-психологическом плане, напротив, способствует становлению экологической культуры учащихся путем глубинной перестройки их личностно-смысловой, эмоционально-мотивационной и поведенческой сфер. Массовое и содержательное участие школьников и студентов в научных и социальных мероприятиях в рамках исследовательской и природоохранной деятельности свидетельствует об эффективности и перспективности системы туристско-экологического образования учащихся.

Литература

1. Нефедова О.В. Туризм и культурное наследие: проблемы взаимодействия / О.В. Нефедова // Глобализация и туризм: проблемы взаимодействия: матер. Междун. науч. конф. – Саратов, 2009. – С. 85–92.

2. Тюмасева З.И. К «экологическому сознанию» через сознание / З.И. Тюмасева, И.Л. Орехова, А.А. Цыганков // Экология и жизнь. – 2009. – № 11–12. – С. 60–66.

3. Тюмасева З.И. Экологическая безопасность как основа взаимоотношений человека с окружающей природной и образовательной средами / З.И. Тюмасева, И.Л. Орехова, Д.В. Натарова // Вестник ЮУрГГПУ. – 2017. – № 3. – С. 102–107.

4. Федеральный закон «Об основах туристской деятельности в Российской Федерации» от 24.11.1996 № 132-ФЗ. – [Электронный ресурс]. – Режим доступа: http://www.consultant.ru/document/cons_doc_LAW_12462/

5. Хоружая Т.А. Оценка экологической опасности [Текст] / Т.А. Хоружая. – М.: «Книга сервис», 2002. – 208 с.

6. Экологическая доктрина Российской Федерации [Электронный ресурс]. – Режим доступа: <https://jurkom74.ru/ucheba/ekologicheskaya-doktrina-rossiyskoj-federatsii>.

Ульянова О.В.

Научный руководитель: Валеева Г.В., кандидат психологических наук, доцент

Южно-Уральский государственный гуманитарно-педагогический университет, г. Челябинск, Россия

Тьюторское сопровождение семьи в аспекте оздоровительной деятельности

Аннотация. В рамках системного подхода семья рассматривается в статье, как открытая, динамическая, самоорганизующаяся система, имеющая значительные адаптивные возможности. Семейные традиции формируют уклад жизни семьи, поэтому тьютору необходимо использовать эти традиции для организации оздоровительной деятельности в семье. Взаимодействие тьютора и родителей основывается на принципе индивидуализации. Тьютор использует способы непосредственного и опосредованного воздействия на родителей. Взаимодействие с родителями в малых группах является одной из наиболее эффективных форм общения.

Ключевые слова: тьютор, семья, сопровождение, оздоровительная деятельность, семейные традиции, система, принцип индивидуализации, здоровый образ жизни.

Ulyanova O.V.

Supervisor: Valeeva G.V., candidate of psychological Sciences, associate Professor

South Ural State Humanitarian Pedagogical University, Chelyabinsk, Russia

Tutor support for the family in the aspect of health activity

Abstract. As part of the system approach, the family is seen in the article as an open, dynamic, self-organizing system with significant adaptive capabilities. Family traditions form the way of life of the family, therefore it is necessary for the tutor to use these traditions for organizing recreational activities in the family. The interaction between the tutor and the parents is based on the principle of individualization. Tutor uses methods of direct and indirect influence on parents. Interaction with parents in small groups is one of the most effective forms of communication.

Keywords: tutor, family, support, recreational activities, family traditions, system, principle of individualization, healthy lifestyle.

Несмотря на кризисное состояние семья, как единственный воспитательный институт, нравственное воздействие которого человек испытывает на протяжении всей своей жизни, продолжает занимать одно из приоритетных мест в иерархии жизненно важных ценностей человека и является основной средой формирования личности ребенка и норм его здорового образа жизни. Семья как направляющая сила и образец для подражания играет основную роль в становлении подрастающего человека как личности. Семья, как величайшее благо и одно из главнейших жизненных ценностей человека, должна стать той оздоровительной средой, где он черпает моральные силы, эмоционально восстанавливается, получает заботу и внимание со стороны близких и родных.

Государство и правительство РФ выступает за сохранение здоровья и всестороннее развитие личности людей, что способствует гармоничному развитию здорового общества. Правовые акты защиты семьи направлены на оказание материальной поддержки семей и не содержат реальных мер поддержки семьи в области сохранения и укрепления здоровья. У каждого человека, как и общества в целом, нет большей ценности, чем здоровье, творцом которого он является. Однако наблюдается реальное ухудшение состояния подрастающего поколения, что и формирует запрос на его оздоровление. Учитывая ухудшение современной экологической обстановки, наблюдаемый регресс здоровья детей, рост смертности, снижение рождаемости и высокий рост уровня заболеваний, каждый человек и, соответственно, семья должна внимательно относиться к своему здоровью, принимать меры, направленные на его сохранение и укрепление.

В современных исследованиях здоровье рассматривается как «многогранный феномен, имеющий объективно-субъективную структуру и сочетающий в себе физические, психические и социальные компоненты» [1; 3; 4]. Здоровье отражает закономерную зависимость благополучия детей от адаптационных возможностей организма и условий жизнедеятельности семьи [2; 6]. Семья является системообразующим фактором оздоровления.

В настоящее время вопросы организации оздоровительной деятельности в семье никак не регламентированы, что создает значительные трудности ввиду многообразия подходов и трактовок, большого количества источников и объема недостоверной информации.

Тьюторское сопровождение и различные аспекты здоровья были и остаются предметом исследования в педагогической литературе, как зарубежных, так и отечественных ученых. Но, вопрос о тьюторском сопровождении семьи в аспекте оздоровительной деятельности в России должным образом не разработан и остается в современной педагогике явлением достаточно новым. Востребованность тьюторского сопровождения связана с преобразованиями в современном мире. Тьюторство, как новая образовательная практика, будет новым витком в создании благоприятных условий по оказанию помощи в работе «с оздоровительным заказом семьи» [5].

Существенную роль в решении проблемы здоровья играет тьютор, который организует совместное обсуждение с семьей вариантов помощи ребенку в создании образа «самого себя», концепции личности, в осознании собственной уникальности. Работая с образом будущего, тьютор изучает запрос членов семьи на оказание помощи в создании индивидуальных оздоровительных программ, координации действий в ходе реализации этих программ. Именно тьюторское сопровождение, как особый тип педагогической деятельности, основывающийся на системном и личностно-деятельностном подходе, оказывает влияние на оздоровление ребенка и семьи в целом, является механизмом поддержки семьи с целью сохранения и укрепления здоровья.

Системный подход в изучении семьи позволяет учитывать характеристику семьи как системы, ее системные качества: индивидуальность и сложность семейной структуры, взаимосвязь и взаимовлияние членов семьи, роль внешней среды. Сопровождение любого члена семьи будет малоэффективным без понимания того, как функционирует вся семья. Каждый член семьи влияет на других ее членов и сам находится под их влиянием, что необходимо учитывать при формулировании индивидуальных задач тьюторского сопровождения. Тьютор

не вправе навязывать семье свои пути и способы развития семейных отношений и поэтому, в самом начале взаимодействия должен определить свою роль в системе взаимоотношений. Личностно-деятельностный подход в тьюторском сопровождении рассматривает личность как субъект деятельности, планирующий, организующий, направляющий и корректирующий ее [1; 3; 4]. В своем личностном компоненте он предполагает, что в центре внимания находится тьюторант как личность. Поэтому процесс организации тьюторского сопровождения ориентируется на постановку и решение необходимых задач самого тьюторанта с учетом личностных особенностей, целей, интересов и перспектив.

Среди различных сторон изучения проблемы организации оздоровительной деятельности в семье мы считаем необходимым остановиться на выявлении психолого-педагогических условий, которые должен учитывать тьютор в процессе сопровождения семьи, т.е. на решении вопроса взаимодействия тьютора и семьи. Гармонизация детско-родительских отношений, оказывает прямое влияние на оздоровление ребенка и семьи. Этот фактор является ключевым в системе тьюторского сопровождения, направленного на развитие тьютурируемого[2; 5; 6].

На основе системно-целостной концепции воспитания и развития здорового образа жизни, взаимосвязи физического, духовного, и социального развития, целостности и гармонии строится программа «Гармонизации детско-родительских отношений в аспекте тьюторского сопровождения семьи». Реализация программы позволяет развить навык субъект-субъективных отношений, которые являются необходимым условием создания благоприятного психологического климата, без которого не возможно осуществление тьюторской поддержки [2; 6].

Таким образом, проведенный анализ проблемы показал, что тьюторское сопровождение семьи в аспекте оздоровительной деятельности – это сложный процесс, направленный на расширение адаптационных возможностей семьи, как самоорганизующейся системы, способствующей развитию личности каждого члена семьи, на основе выстраивания субъект-субъектных отношений и применения оздоровительных технологий.

Литература

1. Артеменко Б.А. Модель психологической готовности студентов педагогического вуза к здоровьесберегающей деятельности в общеобразовательных организациях / Б.А. Артеменко, Г.В. Валеева, З.И. Тюмасева // Вестник Тверского гос. ун-та. Педагогика и психология. – 2016. – № 1. – С. 80–89.
2. Валеева Г.В. Гармонизация детско-родительских отношений в аспекте тьюторского сопровождения семьи: психологические науки / Г.В. Валеева, З.И. Тюмасева, Т.А. Бахман // Вестник ЧГПУ. – 2015. – № 5. – 250 с.
3. Валеева Г.В. Психологическая готовность студентов к оздоровлению и условия ее развития / Г.В. Валеева, З.И. Тюмасева // Вестник ЧГПУ. – 2012. – № 10. – С. 17–27.
4. Валеева Г.В. Комплексное изучение субъективной составляющей здоровья / Г.В. Валеева, З.И. Тюмасева, И.Л. Орехова // «Ученые записки СПбГИПСР». – 2015. – № 1. – Т. 23. – С. 24–30.
5. Ковалева Т.М. Открытое образование и современные тьюторские практики // Тьюторство: концепции, технологии, опыт. Юбилейный сборник, посвященный 10-летию тьюторских конференций 1996–2005. – Томск, 2005.
6. Тюмасева З.И. Семья как основа здорового образа жизни подрастающего поколения / З.И. Тюмасева // Проблемы качества физкультурно-оздоровительной и здоровьесберегающей деятельности образовательных учреждений: сб. статей III Междун. науч.-практ. конф. 26 апреля 2013 г. – Екатеринбург: РосГППУ, 2013. – С. 259–262.

Федорова И.К., Тюмасева З.И.

Южно-Уральский государственный гуманитарно-педагогический университет, г. Челябинск, Россия

Роль тьюторской практики в физкультурно-оздоровительной работе с подростками

Аннотация. В статье рассматривается тьюторская практика по организации и проведению физкультурно-оздоровительной работы с подростками. Представлены результаты тьюторского сопровождения трех тьюторантов.

Ключевые слова: тьюторская практика, физкультурно-оздоровительная работа, тьюторанты.

Fedorova I.K., Tyumaseva Z.I.

South Ural State Humanitarian Pedagogical University, Chelyabinsk, Russia

The role of tutorship in health-improving work with adolescents

Abstract. The article considers tutorship practice in organizing and conducting physical and health work with adolescent. Presented results of tutor support of three teenager.

Keywords: tutorial practice, physical culture and health work, tutors.

Систематическое наблюдение за состоянием здоровья детского населения, особенно школьников, выявляет стойкую тенденцию ухудшения показателей здоровья. Уменьшается удельный вес здоровых школьников с одновременным увеличением хронических форм заболеваний при переходе из класса в класс в процессе обучения, снижается индекс здоровья. В структуре хронических болезней современных подростков первое место стали занимать болезни органов пищеварения (с 10,8% до 20,3%). В 4,5 раза увеличилась доля хронических болезней нервной системы (с 3,8% до 17,3%). Третье место занимают болезни костно-мышечной системы, а хронические болезни ЛОР-органов сократились вдвое.

У девочек-старшеклассниц наблюдается гинекологическая патология. Поэтому в Федеральном законе «Об образовании в Российской Федерации» от 29 декабря 2012 г. № 273 сказано, что необходима охрана здоровья обучающихся; пропагандировать и обучать навыкам здорового образа жизни; создавать условия для профилактики заболеваний и оздоровления, а также для занятия ими физической культурой и спортом.

Цель нашего исследования заключалась в разработке тьюторской практики для осуществления физкультурно-оздоровительной работы с подростками.

Одним из условий повышения физкультурно-оздоровительной работы с подростками является *организация социально-образовательной среды*.

Индивидуализация физкультурно-оздоровительной работы с подростками предполагает необходимость учета психофизиологических возможностей подростка, что позволяет улучшать врожденные задатки, развивать способности, тренировать нервную систему, воспитывать ребенка. Тьютор всесторонне развивает тьюторанта, планирует и прогнозирует его развитие, опираясь на его индивидуальные особенности, при этом сам тьюторант становится активным в выборе содержания своего образования. С учетом уровня индивидуальной подготовленности подростка, его двигательных способностей и состояния здоровья

намечаются пути совершенствования двигательных навыков, построения двигательного режима, приобщения к разным формам двигательной деятельности. В нашем исследовании приняли участие три подростка в качестве тьюторантов: Олег и Антон из МОУ СОШ № 1 (6 и 7 классы). Из медицинских карт стало известно, что они часто болеют (около 5 раз в год). Олег имеет нарушение в координации, так как начал быстро расти, а у Антона тоже есть проблемы с координацией, но не так выражены.

Третий тьюторант Миша учится в Башкирском лицее им. Р. Уметбаева имеет ожирение первой степени. У него просматривается нервозность, он быстро устает, не внимателен.

У всех троих выражено искривление позвоночника.

На начальном этапе взаимодействия с тьюторантами нами создана *предметно-развивающая среда*, которая помогла им проявить и реализовать свои личные интересы.

Структура предметно-развивающей среды для взаимодействия тьютора и тьюторанта определилась целями физкультурно-оздоровительной работы, подбором предметного содержания, своеобразием пространственного расположения необходимых средств и пособий [2]. В ФЦ «Спарта» оборудован физкультурный зал с разнообразным и современным оборудованием (спортивный комплекс, фитобар, ароматические масла, степ-платформы, футбол-мячи, мячи, коврики для йоги, скакалки и т.д.), имеется массажный кабинет. На прогулочной территории учреждения оборудована спортивная площадка: беговая дорожка, полоса препятствий, спортивно-игровое оборудование. Мелкое физкультурное оборудование в спортивных уголках в группах доступно для детей большую часть дня. Таким образом, предметно-развивающая среда в ФЦ «Спарта» является естественной комфортабельным пространством, рационально организованным и насыщенным разнообразным оборудованием и материалами. Все это способствует проведению физкультурно-оздоровительной работы с подростками.

Основой становления тьюторской практики в ФЦ «Спарта» предшествовало обучение тьютора по магистерской программе «Тьютор по здоровьесбережению» [1; 2; 3].

На первом этапе осуществлялось теоретическое осмысление проблемы, научной литературы и документов. Проводилось наблюдение, опрос – анкетирование родителей, диагностика. Разрабатывалась методика педагогического эксперимента.

На втором теоретическом этапе осуществлялся выбор тьюторантов, изучение их познавательных потребностей. Была разработана программа тьюторского сопровождения тьюторантов в аспекте их индивидуализаций с целью развития.

На третьем этапе осуществлялась организация и проведение педагогического эксперимента, выявление причинно-следственных связей между результатами исследования и его существенными факторами, анализ и интерпретация результатов экспериментального исследования.

Открытость тьюторской практики обеспечивается следующими условиями: а) ознакомление с новыми разработками в области здоровьесбережения; б) любой субъект физкультурно-оздоровительного процесса в центре может участвовать и получать консультацию у тьютора по здоровьесбережению; в) участие в научно-исследовательских проектах, конференциях различного уровня, круглых столах и мастер-классах.

Вариативность реализуется наличием у тьюторанта права собственного выбора среди имеющегося разнообразия интересующих его форм, содержания и технологий оздоровительной деятельности, а также за счет сочетания тьютором разных форм, методов и приемов работы с тьюторантом, исходя из его индивидуальных качеств и возможностей. Тьюторант может, по своему усмотрению, пользоваться платными услугами (посещать платные тренировки, туристические поездки и проч.), а может самостоятельно организовывать образовательную деятельность.

Избыточность среды обеспечивается множественностью образовательных ресурсов, таких как спортивные залы, плавательный бассейн, парки культуры и отдыха, придомовые спортивные площадки, турфирмы, интернет, а также наличием всевозможных методов, форм и технологий для самостоятельного выбора видов оздоровительной деятельности [1; 3; 4].

Процесс индивидуализации трех тьюторантов в физическом воспитании начался с выявления и оформления их образовательных заказов. основополагающей идеей индивидуализации выступил тезис о том, что эффективное взаимодействие с тьюторантами может и должно основываться на работе с особыми индивидуальными, личностно-значимыми интересами. Поэтому для тьютора отправной точкой во взаимодействии с подростками выступили их индивидуальные интересы. Изменения вносятся в зависимости от совместного анализа успехов и продвижений учащихся на пути освоения знаний.

Организация тьюторского сопровождения подростков включает следующие этапы:

- *предварительный этап* – диагностика. Тьюторанты формулируют свои запросы, рассказывают свою историю, тьютор задает вопросы и рассказывает о себе. Изучение личностных особенностей тьюторантов, состояния их здоровья, взаимоотношений между членами семьи с целью выбора последующих адекватных методов и форм работы. Проводится индивидуальная беседа с каждым членом семьи и совместная, наблюдение, изучение медицинских карт, анкетирование (Опросник по Гиссенскому; Определение психосоматического типа; Личностный опросник Г. Айзенка);

- *проектировочный этап*. Совместно с тьютором составляется для каждого подростка индивидуальная оздоровительная программа (ИОП). Выбор тьюторантом собственной последовательности действий. Совместный выбор из ИОП общесемейных мероприятий. Технологии развития критического мышления (групповая дискуссия).

Проведены тьюториалы на тему: «Знакомство с миром оздоровительных технологий», «Рациональное питание», «Виды дыхательных упражнений».

Результаты физкультурно-оздоровительной работы с подростками

В процессе реализации тьюторской практики по проведению физкультурно-оздоровительной работы с подростками, были достигнуты следующие результаты:

В социальном направлении: улучшились взаимоотношения тьюторантов со сверстниками в классе и с родителями.

В культурно-предметном направлении: снизился уровень заболеваемости тьюторанта; повысился интерес к физкультурным занятиям и физическим упражнениям. Умение работать с информацией об оздоровительной деятельности, предлагаемой различными источниками. Умение выбирать и применять в повседневной жизни средства и технологии оздоровления, исходя из своих физико-психологических характеристик. Тьюторанты повысили свой уровень культуры питания.

Родители стали уделять больше внимания познавательной активности своих детей, его интересам, проблемам и т.д. Стали больше общаться на интересные их темы. Стали больше внимания уделять необходимости соблюдать режим дня и здорового образа жизни (на своем примере).

Кроме того, у подростков появилась уверенность в себе, своих силах в случае успеха.

В антропологическом направлении: они стали понимать себя, как значимого человека. Изменились представления о своих возможностях, повысилась самооценка и уверенность в своих силах.

Литература

1. Гладкая Е.С. Технологии тьюторского сопровождения / Е.С. Гладкая, З.И. Тюмасева. – Челябинск: Изд-во ЮУрГГПУ, 2017. – 93 с.
2. Пономарева Л.И. Концептуальные основы эколого-валеологической подготовки педагогов дошкольного образования: монография / Л.И. Пономарева, З.И. Тюмасева. – СПб.: Изд-во МАНПИ «АСТЕРИОН», 2008. – 197 с.
3. Тюмасева З.И. Методическое обеспечение практик в процессе профессиональной подготовки магистров-тьюторов по здоровьесбережению: учеб.-метод. пособие / З.И. Тюмасева, И.Л. Орехова, А.А. Нуртдинова. – Челябинск: Изд-во ЧГПУ, 2016. – 158 с.

4. Тюмасева З.И. Оздоровление детей России как инновационная педагогическая деятельность (в сфере дошкольного образования): монография / З.И. Тюмасева, И.Л. Орехова, Е.Г. Кушнина. – Челябинск: Изд-во ЗАО «Цицеро», 2012. – 299 с.

Хамитов В.Р., Нагорнов И.В.

Научный руководитель: Сарайкин Д.А., кандидат биологических наук, доцент

Южно-Уральский государственный гуманитарно-педагогический университет, г. Челябинск, Россия

Организация и внедрение Всероссийского физкультурно-спортивного комплекса «Готов к труду и обороне» в структуру МЧС России

Аннотация. Статья посвящена рассмотрению организации и внедрений норм комплекса «Готов к труду и обороне» для сотрудников и работников МЧС России. Всероссийский физкультурно-спортивный комплекс «Готов к труду и обороне» рассматривается как программа и дополнение системы физической подготовки в МЧС России.

Ключевые слова: МЧС России, комплекс «Готов к труду и обороне», сотрудник, здоровый образ жизни, патриотизм, физическая подготовленность.

Hamitov V.R., Nagornov I.V.

Supervisor: Saraikin D.A., candidate of biological Sciences, associate Professor South Ural State Humanitarian Pedagogical University, Chelyabinsk, Russia

The organization and introduction of the All-Russian sports complex «It Is Ready to Work and Defense» in structure of the Ministry of Emercom of Russia

Abstract. Article is devoted to consideration of the organization and introductions of norms of the «It Is Ready to Work and Defense» complex for employees and employees of Emercom of Russia. The All-Russian sports complex «It Is Ready to Work and Defense» is considered as the program and addition of system of physical training in Emercom of Russia.

Keywords: emercom of Russia, sports complex «It Is Ready to Work and Defense», employee, healthy lifestyle, patriotism, physical fitness.

Комплекс устанавливает государственные требования к физической подготовленности граждан Российской Федерации, включающие виды испытаний (тесты) и нормы, перечень знаний, умений и навыков ведения здорового образа жизни для различных категорий населения. Всероссийский физкультурно-спортивный комплекс «Готов к труду и обороне» (ГТО) предусматривает под-

готовку к выполнению населением различных возрастных групп (от 6 до 70 лет и старше) установленных нормативных требований по трем уровням трудности, соответствующим золотому, серебряному и бронзовому знакам отличия Всероссийского физкультурно-спортивного комплекса «Готов к труду и обороне» (ГТО) [2; 4; 5; 6].

Целью Всероссийского физкультурно-спортивного комплекса «Готов к труду и обороне» (ГТО) является: повышение эффективности использования возможностей физической культуры и спорта в укреплении здоровья, гармоничном и всестороннем развитии личности, воспитании патриотизма и обеспечение преемственности в осуществлении физического воспитания населения.

Задачи Всероссийского физкультурно-спортивного комплекса «Готов к труду и обороне» (ГТО):

а) увеличение числа граждан, систематически занимающихся физической культурой и спортом в Российской Федерации;

б) повышение уровня физической подготовленности, продолжительности жизни граждан страны;

в) формирование у населения осознанных потребностей в систематических занятиях физической культурой и спортом, физическом самосовершенствовании, ведении здорового образа жизни;

г) повышение общего уровня знаний населения о средствах, методах и формах организации самостоятельных занятий, в том числе с использованием современных информационных технологий;

д) модернизация системы физического воспитания и системы развития массового, детско-юношеского, школьного и студенческого спорта в образовательных организациях, в том числе путем увеличения количества спортивных клубов.

1 сентября 2014 года программной и нормативной основой физического воспитания населения является физкультурно-спортивный комплекс «Готов к труду и обороне» (ГТО). Данный комплекс способен усовершенствовать государственную политику в области физической культуры и спорта, сделать сис-

тему физического воспитания более эффективной, способствующей укреплению здоровья населения и развитию человеческих возможностей. Президент РФ – В.В. Путин, принявший в марте 2014 г. Указ ГТО, инициировал возрождение комплекса «Готов к труду и обороне» [2; 4]. Стоит отметить, что современный комплекс во многом схож со своим предшественником – Комплексом ГТО, существовавшим в советский период. По словам В.В. Путина, прежнее название решено сохранить как дань традициям. Современная система ГТО урегулирована «Положением о Всероссийском физкультурно-спортивном комплексе «Готов к труду и обороне», утвержденным Постановлением Правительства от 11 июня 2014 г. При этом преследуются несколько иные цели – например для сотрудников МЧС России ГТО создается для того, чтобы увеличить процент сотрудников и работников, которые регулярно занимаются спортом, также увеличить их физическую работоспособность. Совсем не маловажно для спасателя, пожарного, водолаза и других специальностей связанных с МЧС России, хорошая физическая подготовка. Необходимо мотивировать сотрудника или работника на выполнение норм ГТО, поощрять материально при получении «Золотого знака отличия», освобождать от дополнительных физических подготовок (занятий), начислять дополнительные баллы при сдаче зачетов по физической подготовке. Принципами комплекса ГТО в системе МЧС выступают: готовность добровольно сдавать нормативы; общедоступность системы подготовки для всех сотрудников МЧС России; медицинский контроль; соблюдение устоев и особенностей в подразделениях МЧС России [1; 2; 3; 4; 8].

Анализируя цели и принципы, можно сказать, что комплекс ГТО направлен на общее оздоровление и улучшение физической формы не только граждан, но и сотрудников МЧС России. Реализация комплекса ГТО в системе МЧС является следующим, не менее важным этапом возрождения, чем его нормативное закрепление [2; 4; 5; 6; 7]. Ее эффективность будет зависеть от того, сможет ли министерство чрезвычайных ситуаций через проведение активного оповещения (в т.ч. через СМИ) показать, насколько она важна и необходима. Реализация комплекса осуществляется путем поэтапного внедрения ГТО. Можно

отметить, что это не просто набор норм и требований к физической подготовке, а часть продуманной системы, нацеленной на формирование личности патриота готовой к выполнению поставленных задач перед сорудником министерства. Идея добровольной сдачи спортивных нормативов и получение значка отличия в качестве награды за приложенные усилия имеет большое значение в формировании физического, духовно-нравственного и патриотического воспитания сотрудника МЧС России.

Литература

1. Барчуков И.С. Физическая культура / И.С. Барчуков. – М.: Юнити-Дана, 2003. – 213 с.

2. Государственная программа Российской Федерации «Развитие физической культуры и спорта» [Электронный ресурс]. – Режим доступа: <http://pravo.gov.ru/laws/acts/37/514850.html>.

3. Девиантная субкультура Уральских подростков в ракурсе общественной безопасности / Б.С. Павлов, В.И. Павлова, Ю.Г. Камскова, Д.А. Сарайкин // Вестник ЧГПУ. – Челябинск, 2015. – № 3. – С. 214–229.

4. О Всероссийском физкультурно-оздоровительном комплексе «Готов к труду и обороне» (ГТО): Указ Президента РФ от 24 марта 2014 года № 172 // Справ. правовая система «Консультант Плюс» [Электронный ресурс]. – Режим доступа: <http://www.consultant.ru>.

5. Павлова В.И. Здоровье и физическая культура населения как основа воспроизводства человеческой общности / В.И. Павлова, Б.С. Павлов, Д.А. Сарайкин // матер. IX Междун. науч.-практ. конф.: «Здоровьесберегающее образование – залог безопасной жизнедеятельности молодежи: проблемы и пути решения» под науч. ред. З.И. Тюмасевой. – Челябинск: ЮУрГГПУ, 2016. – С. 121–125.

6. Сарайкин Д.А. Влияние хатха-йоги на функциональное состояние спортсменов (на примере тхэквондо) / Д.А. Сарайкин, М.С. Терзи // Адаптация биологических систем к естественным и экстремальным факторам среды: матер. III Междун. науч.-практ. конф. – Челябинск: Изд-во ЧГПУ, 2010. – С. 268–270.

7. Сиваков В.И. Взаимосвязь между внешним природным фактором и психоэмоциональным состоянием спортсменов в соревновательной деятельности / В.И. Сиваков, М.Ю. Сивакова // Мир психологии. – 2009 – № 2. – С. 194–200.

8. Сиваков В.И. Методика снижения фрустрирующей напряженности у младших школьников в физкультурно-спортивной деятельности: учеб. пособие / В.И. Сиваков, Д.В. Сиваков. – Челябинск: Изд-во ЧГПУ, 2014. – 143 с.

Холкина Д.В.

Научный руководитель: Натарова Л.Е., кандидат педагогических наук, доцент

Южно-Уральский государственный гуманитарно-педагогический университет, г. Челябинск, Россия

Выявление проблем природопользования Кыштымской группы озер

Аннотация. В статье рассмотрена Кыштымская группа озер Челябинской области, использование их в хозяйственной, досуговой деятельности человека и влияние на здоровье населения. Выявлены основные экологические проблемы и пути их решения.

Ключевые слова: группа озер, природопользование, оздоровительная рекреация, экологическая проблема.

Holkina D.V.

Supervisor: Natarova L.E., candidate of pedagogical Sciences, associate Professor

South Ural State Humanitarian Pedagogical University, Chelyabinsk, Russia

Identification of problems of land use of the Kyshtym`s group of lakes

Abstract. The article deals with the Kyshtym`s group of lakes of Chelyabinsk region, the spectrum of their use in economic and leisure human activity and the influence on public health. Identified the main environmental problems and solutions.

Keywords: the group of lakes, environment, wellness recreation, environmental problem.

Проблема использования воды является наиболее сложной в области природопользования. В связи с ограниченностью водных ресурсов и неудовлетворительным санитарным состоянием водоемов, проблема водных ресурсов и охраны их от загрязнения приобретает в настоящее время первостепенное значение. Вода, как воздух и пища, является тем элементом внешней среды, без которого невозможна жизнь.

В природе вода играет важнейшую роль. Она оказывается задействованной в самых разных механизмах и жизненных циклах на земле, таких как круговорот воды в природе; моря и океаны, реки и озера – все водоемы играют важнейшую роль в создании климата той или иной местности. Теплоемкость воды обеспечивает комфортный температурный режим на нашей планете. Вода играет одну из ключевых ролей в процессе фотосинтеза и т.д. При этом глав-

ный потребитель воды на Земле – это человек. Не случайно все мировые цивилизации формировались и развивались исключительно вблизи водоемов. Значение воды в жизни человека не оспоримо. Он повсеместно использует воду для своих нужд: для питания, в сельском хозяйстве, для различного производства, для выработки электроэнергии. Неудивительно, что за водные ресурсы идет острая борьба.

На основании глубоких знаний о гидрологии и водных ресурсах рек возможны разработка и осуществление мероприятий по их рациональному использованию и охране [2, с. 10].

Социальная и экономическая значимость Кыштымских озер выражена тем, что с ними связана вся промышленная деятельность, обеспечение населения питьевой водой, городское водоснабжение, рыбный промысел и многочисленные оздоровительные учреждения.

На территории Кыштымского городского округа насчитывается более 40 водоемов, играющих разную роль для населения. Из них:

- четыре водоема – питьевых (Сугомак, Увильды, Б.Акуля, Новокрыштымское водохранилище) – социальная и экономическая роль;
- восемь водоемов – востребованных предприятиями (Сугомак, Верхне-Кыштымский пруд, Нижне-Кыштымский пруд, Тайги, Анбаш, Акуля, Сазаново, Выпущенное) – экономическая роль;
- пять водоемов – для оздоровительных целей баз отдыха и детских лагерей (Увильды, Иртяш, Травакуль, Казгалы, Акакуль) – социальная роль;
- девятнадцать водоемов – имеющие рыбопромысловые участки (Акакуль, Анбаш, Акуля, Касагалы, Букоян, Караскуль, Карабалык, Кривое, Карасье, Сугомак, Сазаново, Светлое, Тайги, Теренкуль, Темное, Новокрыштымское водохранилище, Светлое, Иртяш, Увильды) – экономическая роль;
- семь водоемов – передано для организации любительского и спортивного рыболовства (Акакуль, Акуля, Касагалы, Сугомак, Светлое, Новокрыштымское водохранилище, Увильды) – социальная роль;

- четыре водоема – передано для промышленного рыболовства (Акакуль, Анбаш, Акуля, Новокыштымское водохранилище) – экономическая роль.

В городе 11 предприятий осуществляют водозабор и через 27 выпусков сбрасывают загрязняющие вещества в водоемы [3].

Нами представлены данные о водопотреблении главных предприятий Кыштымской группы озер в таблице 1.

Таблица 1

Водопотребление предприятий КГО

№ п/п	Наименование водоема	Наименование предприятия водопользователя	Количество забранной воды, млн. м куб.
1	Сугомак	ООО «Кыштымводоканал»	7,86 (в том числе 5,36 млн. м. куб. переброска из Кыштымского водохранилища)
2	Верхне-Кыштымский пруд	ЗАО «КМЭЗ»	0,8
		ОАО «КМО»	0,52
3	Нижне-Кыштымский пруд	ОАО «Кыштымский абразивный завод»	0,063
		ООО «Кыштымский огнеупорный завод»	0,026
4	Оз. Тайги	ООО «Уралграфит»	0,69
5	Оз. Анбаш	ООО КККК «Ксанта»	0,5
6	Оз. Б.Акуля	ФГУП ПО «Маяк», г.Озерск	1,42

Данные о водоотведении главных предприятий Кыштымской группы озер представлены в таблице 2.

Таблица 2

Водоотведение предприятий КГО

№ п/п	Наименование водоема	Наименование предприятия	Объем сброса воды, млн. м куб.
1	Оз. Сугомак	ООО «Кыштымводоканал» (от фильтрованной станции)	1,1
2	Оз. Анбаш	ООО КККК «Ксанта»	0,05
3	Оз. Тайги	ООО «Уралграфит»	0,29
4	Оз. Сазоново	ООО «Кыштымводоканал»	6,57
		ЗАО «КМЭЗ»	0,21
5	Верхне-Кыштымский пруд	ОАО «Кыштымский ГОК»	0,01
		ОАО «КМО»	0,33
6	Нижне-Кыштымский пруд	ООО «Кыштымский огнеупорный завод»	0,014

Проанализировав отчеты о работах Комитета экологии г. Кыштыма [3], мы пришли к выводу, что все предприятия, осуществляющие водозабор и водосбор из водоемов в водоемы имеют всю нормативную документацию:

- Проект НДС (нормативно-допустимый сброс).
- Лимиты на год (на водозабор и сброс).
- Договор на пользование водоемом.
- Ежегодный статотчет 2-ТП водхоз (где указано, сколько взяли, использовали, сбросили, и с каким содержанием).
- Ведется ежеквартальный лабораторный контроль согласно графику контроля утвержденного областными структурами [1].

Главной социальной ролью Кыштымской группы озер является их использование как оздоровительные рекреации.

На территории Кыштымского городского округа есть водоемы, на которых расположены оздоровительные учреждения.

На озере Увильды:

- Санаторий «Лесное озеро» (МВД России).
- Б/о «Бунчук» (ОАО «Радиозавод»).
- Пансионат «Волшебный городок» («Челябинский кузнечно-прессовый завод»).
- Б/о «Прибой» (ПО «Маяк», завод № 156).
- Д/л «Радуга» (ЗАО «КМЭЗ»).
- Д/л «Волна» (МУ «Управление образованием Кыштымского городского округа»).
- Б/о «Увильды» (ЗАО «КМЭЗ»).
- Б/о «Жемчужный берег» (МУ «Комитет по физической культуре, спорту и туризму»).
- Бывший лагерь им. В.Дубинина (Карабашский военный гарнизон).
- Бывший лагерь им. П.Морозова (ИП Глазков Д.Ю.).

На озере Иртяш:

- Б/о «Урал» (МП «Куратор» г.Озерск).
- Б/о «Филин» (ВНИИПИЭТ, г. Озерск).
- Б/о «Скала» (ПО «Маяк», завод № 45).
- Б/о «Огонек» (ПО «Маяк», завод № 235).

На озере Казгалы:

- Б/о «Кардон» (ОГУ «Кыштымское лесничество»).

На озере Травакуль:

- Б/о «Травакуль» (ЗАО «КМЭЗ»).

На озере Акакуль:

- Б/о «Рассвет» (ЗАО «Челябинское шахто-строительное предприятие»).

По данным Комитета по экологии Кыштымского городского округа за оздоровительными учреждениями ведется постоянный контроль в период подготовки к летнему отдыху. Ежегодно по распоряжению Главы округа создается комиссия по подготовке к приемке в эксплуатацию оздоровительных учреждений и баз отдыха, расположенных в прибрежных полосах водоемов на территории Кыштымского городского округа. Эти оздоровительные учреждения ежегодно очищают прибрежную полосу водоемов, где они расположены от поросли и подтопленных деревьев. Они тоже имеют всю нормативную документацию, без которой их деятельность была бы невозможна [1].

Для предупреждения загрязнения водных объектов граждане и юридические лица при использовании вод должны осуществлять производственно-технические, мелиоративные, санитарные и другие мероприятия, способствующие их охране. В этих целях за каждым предприятием, учреждением, организацией закреплен свой участок, который по весне убирается на «субботнике». Кроме того, в летнее время набирается отряд школьников, занимающихся очисткой береговой полосы водоемов.

Выводы

Анализ литературы, по данному вопросу, архивных документов, а также материалов прошлых исследований, были выявлены ключевые проблемы:

1. Береговая полоса водоемов рек, где отдыхают жители, не закреплена за обслуживающей организацией.

2. Исследования, мониторинг (состояния воды в водоемах) не проводились с 2007 года, т.е. сказать есть ли ухудшение или улучшение невозможно.

3. Очистка дна водоемов от иловых и иных отложений не проводилась со времени Демидова (завалены бытовыми отходами), причиной является дороговизна очистки от зарастания.

4. Всевозрастающий интерес населения к водоемам и низкий уровень экологического воспитания населения приводят к загрязнению водного объекта.

Каковы пути решения данной проблемы?

- Прежде всего, необходимо закрепить за организациями береговые полосы водоемов не только в городе, но и в его окрестностях.

- Мониторинг состояние воды должен быть регулярным и основательным.

- Выход рабочих на «субботник» должен осуществляться минимум дважды в год.

- Важно также повысить уровень экологического воспитания населения путем различных акций и мероприятий.

Литература

1. Доклад на расширенное аппаратное совещание при Главе Кыштымского городского округа от 01.03.2010 «О состоянии водных объектов, находящихся на территории Кыштымского городского округа».

2. Захаров С.Г. Мы изучаем озера: учеб.-метод. пособие для учителей общеобр. школ и педагогов доп. обр. / С.Г. Захаров. – Челябинск, 2001.

3. Отчеты о работе Комитета по Экологии администрации г. Кыштыма. – Кыштым, 2007.

Честюнина Ю.В., Забелина Е.В.

Челябинский государственный университет, г. Челябинск, Россия

Проблема психологической безопасности молодежи в условиях глобализации

Аннотация. В статье представлен анализ научных точек зрения на возможные угрозы психологической безопасности для молодежи в эпоху глобализации. Систематизируются факторы психологической безопасности в глобальном мире. Обсуждаются возможные решения данной проблемы.

Ключевые слова: глобализация, психологическая безопасность, молодежь

Chestyunina Yu.V., Zabelina E.V.

Chelyabinsk State University, Chelyabinsk, Russia

Problem of psychological safety of youth in the conditions of globalization

Abstract. In the paper the analysis of the scientific points of view on possible threats of psychological safety for youth in a globalization era is provided. Factors of psychological safety in the global world are systematized. Possible solutions of this problem are discussed.

Keywords: globalization, psychological safety, youth.

О феномене глобализации и его последствиях сказано и написано много. Философы, антропологи, психологи, социологи, политики, экономисты рассматривают как позитивные, объединяющие, так и деструктивные, разрушающие аспекты этого явления.

Глобализация, обрушивая на народы потоки информации, сильнее всего воздействует на подростковый и молодежный менталитет [4]. В эпоху глобализации именно молодежь как наиболее динамичная часть населения стремится быстрее других освоить и использовать коммуникационные технологии Интернета. Однако мнения о рисках глобализации для молодежи, представляющих угрозу психологической безопасности личности, разрознены, не систематизированы. Цель данной статьи – провести анализ различных точек зрения на проблему психологической безопасности молодежи в условиях глобализации, систематизировать угрозы и обсудить варианты их предотвращения.

В общем смысле под глобализацией понимается процесс универсализации, становления единых для всей планеты структур, связей и отношений в различных сферах общественной жизни. Однако в действительности глобализация разворачивается как унификация, что приводит к разрушению, размыванию локальных, этнических и вообще культурных ценностей [5]. Угроза психологической безопасности молодежи в современную эпоху лежит прежде всего в плоскости культуры, поскольку феномен глобализации радикально преобразил процессы национальной и культурной идентификации.

Возникает кризис идентификации – социокультурный феномен, связанный с исчезновением условий, позволяющих человеку воспринимать себя в качестве самоотождествленной личности. В современной глобальной цивилизации число разнообразных рисков возрастает. Человек не в состоянии выстроить жизнь на основе прежних критериев и предпосылок. Возникает психологический дискомфорт, который можно считать следствием утраты собственного образа и возможности воспринимать свою судьбу в качестве целостной личности, идентичной самой себе [2, с. 217]. В следствие этого происходит дезинтеграция, отсутствие жизненных планов. Результатом кризиса идентичности могут стать депрессия, апатия, жестокость и различные формы комплексов и зависимости [6].

С одной стороны, глобализация предоставляет широкие возможности в поиске самоопределения в соответствии со своими личными предпочтениями. С другой стороны, кризис идентичности может выражаться в том, что большой выбор путей определения собственной идентичности предполагает достаточно высокую степень неуверенности [6].

Кроме того, с расширением понятия идентичности в эпоху глобализации утрачивается понятие интимности и уникальности. Набирает силу феномен всеобщей анестезии, безразличия ко всему, что связано с чувствами и ощущениями. Молодые люди проявляют интерес только к тому, что вызывает эффект шока [2, с. 218].

Одним из негативных последствий глобализации в сфере культуры называют психологическую аккумуляцию. Психологическая аккумуляция (Р. Редфилд, Р. Линтон, М. Херсковиц) – итог длительного непосредственного контакта групп с разными культурами, что может выражаться в изменении паттернов культуры одной или обеих групп. В этом случае происходит изменение ценностных ориентаций, ролевого поведения, социальных установок индивидов, чья группа подвергается аккумуляции. При этом неизбежно возникают разного рода патологические феномены – невротические и психосоматические расстройства, отклоняющееся и преступное поведение и т.п. [4].

Мощный поток новой, особенно инокультурной информации обычно обескураживает человека, разрушает сложившиеся и устоявшиеся образы, формирует новые – неустойчивые и неясные. Для того чтобы вернуться в прежнее состояние, люди изменяют свою картину мира. В случае неудачи, картина мира как бы рассыпается, остается лишь набор формализованных реакций на проблемные ситуации. Тем самым культура перестает выполнять свою сущностную функцию: «вписывание» человека в мир, придания смысла жизни человека. Возникает «культурная шизофрения» [4]. В случае неудачной адаптации к условиям глобализационной культуры начинается маргинализация людей. Человек превращается в промежуточную личность – маргинала, который лишается системы нравственно-этических координат, не обретая взамен другой полноценной системы [4].

Одна из волнующих проблем глобализации в социальном аспекте – это нарастание социального неравенства [1, с. 9]. Внимание к материальным ценностям, погоня за экономическим успехом становятся привычными атрибутами поведения молодежи. Когда критерием истины оказывается не соответствие объективной реальности, а практическая полезность, эффективность и успех [2], эта ситуация также может угрожать психологической безопасности личности, ее стабильности. По мнению ряда экспертов, процесс социальной и экономической глобализации возвышает предприимчивых и энергичных и оставляет немного шансов пассивным и ленивым [6].

Стрессовое давление, психологические нагрузки, связанные с усилением нестабильности и разрушением привычного уклада жизни и ценностных ориентиров, способствуют наступлению кризиса, к которому привела человечество традиционная парадигма развития с ее приоритетами личной выгоды, соперничества и борьбы [6].

Социальные последствия глобализации и развития виртуальных коммуникативных технологий обнаруживаются в том, что утрачивается возможность личных встреч. Молодой человек попадает во множество индивидуальных потоков, которые несут его в разные стороны, при этом он сам не способен про-

тивостоять этим разнородным устремлениям. Возникает социальная атомизация, которая исключает человека из общественного поля [6].

Таким образом, среди факторов, ставящих под угрозу психологическую безопасность личности молодого человека в условиях глобализации, ученые отмечают феномен всеобщей анестезии, безразличия вплоть до мортификации, социальную атомизацию вплоть до маргинализации, потерю культурной идентичности и как следствие утрату стабильности, связей с социумом и понимания смысла жизни.

Вместе с тем, в науке обсуждаются подходы к экологичному для личности вступлению в процессы глобализации, позволяющие избежать приведенных выше негативных последствий для психологической безопасности. Главный посыл этих мнений состоит в том, что необходимо не просто объединение народов, а объединение на основе универсальных общечеловеческих ценностей, с учетом уникальных этнических особенностей. «Идеальный проект глобализации предполагает, что он затрагивает глубинные культурные механизмы, органично вырастающие из локальных, национальных и этнических культур, каждая из которых неповторима. Подлинное объединение может произойти лишь вследствие нового культурного ренессанса, «культурного синтеза», воли к сакральному, которую способны продемонстрировать некоторые народы и этносы» [5, с. 58].

Глобализация может успешно развиваться только в условиях сохранения национальных культурных особенностей, неповторимого национального облика [1, с. 11]. Центральная идея, вдохновляющая человечество, – это развитие и сохранение общечеловеческих культурных ценностей, в которых заложена колоссальная созидательная сила, объединяющая людей [1, с. 11].

Возрождение основных базовых ценностей (семьи, этнической группы) и поиск исторических корней является следствием осознания насущной необходимости в опоре на нечто стабильное и неизменное в фрагментарном и неустойчивом мире [3]. Система ценностей западного общества, ориентирующая человека на стремление больше иметь, должна уступить место такому развитию, целью которого является полное самовыражение личности [6].

Литература

1. Арнольдов А.И. Национальная культура и глобализация: сферы взаимодействия / А.И. Арнольдов. – М.: МГУКИ – 2004. – 48 с.
2. Гуревич П.С. Идентичность как социальный и антропологический феномен / П.С. Гуревич, Э.М. Спирина. – М.: Канон +, Реабилитация. – 2015. – 368 с.
3. Каргин А.С. Русский север и современные процессы трансформации традиционной культуры / А.С. Каргин, А.Н. Соловьева // Традиционная культура. – 2005. – № 2. – С. 79–89.
4. Соколов К.Б. «Дикая» глобализация и традиционные культуры / К.Б. Соколов // Традиционная культура. – 2005. – № 2. – С. 70–79.
5. Хренов Н.А. Традиционная культура в эпоху глобализации / Н.А. Хренов // Традиционная культура. – 2005. – № 2. – С. 52–59.
6. Чумаков А.Н. Философские проблемы глобализации / А.Н. Чумаков, А.Д. Иоселиани. – М.: ЛОГОС. – 2015. – 172 с.

Чешуина Т.В.

Научный руководитель: Бенгардт А.А., ст. преподаватель

Южно-Уральский государственный гуманитарно-педагогический университет, г. Челябинск, Россия

Использование здоровьесберегающих технологий в тьюторском сопровождении обучающихся

Аннотация. Образование направлено не только на формирование высокого уровня знаний обучающихся, но и на сохранение и укрепление их здоровья в процессе обучения. Для этого в образовательных организациях применяют различные виды здоровьесберегающих технологий. В данной статье рассматриваются данные технологии, а указываются их особенности, приводятся примеры использования в тьюторском сопровождении школьников.

Ключевые слова: здоровьесберегающие образовательные технологии, индивидуальный подход, индивидуализация, тьютор, тьюторское сопровождение.

Cheshuina T.V.

Supervisor: Bungardt, A.A., a senior lecturer

South Ural State Humanitarian Pedagogical University, Chelyabinsk, Russia

Use of health-saving technologies in tutorship of schoolchildren

Abstract. Education is aimed not only at creating a high level of knowledge of students, but also in maintaining and strengthening their health in the learning process. For this purpose, various types of health-saving technologies are used in educational organizations. This article discusses such technologies, as well as features and an example of their use in tutorial support of schoolchildren.

Keywords: health-saving educational technologies, individual approach, individualization, tutor, tutoring support.

Одна из важных задач нашего государства – поддержание высокого уровня физического и духовно-нравственного здоровья населения, которое является необходимым условием для устойчивого развития нации [2].

Образование – это единый целенаправленный процесс воспитания и обучения, являющийся общественно значимым благом и осуществляемый в интересах человека, семьи, общества и государства [9].

Для решения государственной задачи в образовательных организациях уже с раннего детства у ребенка формируют ценности здорового и безопасного образа жизни, создают образовательная среда для обучения без ущерба для здоровья, а также применяют здоровьесберегающие технологии [9], чтобы сохранять и укреплять здоровье молодого поколения, которое будет в состоянии должным образом усваивать полученные знания и использовать их на практике [2].

Здоровьесберегающие образовательные технологии – это совокупность форм, приемов организации учебного процесса без ущерба для здоровья ребенка и педагога [3].

Здоровьесберегающие образовательные технологии – это система мер, включающая взаимосвязь и взаимодействие всех факторов образовательной среды, направленных на сохранение здоровья ребенка на всех этапах его развития и обучения [1].

Здоровьесберегающая технология всегда должна быть частью любой педагогической технологии, применяемой учителем. При этом педагогическая технология рассматривается как системный метод создания, применения и определения всего процесса преподавания и усвоения знаний с учетом технических и человеческих ресурсов и их взаимодействия, ставящий своей задачей оптимизацию форм образования [6].

Здоровьесберегающие технологии подразделяют на [3]:

- технологии сохранения и стимулирования здоровья;
- технологии обучения здоровому образу жизни;
- психолого-педагогические технологии, используемые в урочное и внеурочное время;
- коррекционные технологии [3].

Технологии сохранения и стимулирования здоровья:

- создание подходящих условий обучения;
- рациональная организация учебного процесса;
- использование соответствующей возрастным возможностям учебной и физической нагрузки;
- проведение медико-профилактических мероприятий;
- физкультурно-оздоровительная работа с обучающимися;
- соблюдение режима питания.

Технологии обучения здоровому образу жизни:

- проведение воспитательной работы (классных часов) на тему здорового и безопасного образа жизни;
- оздоровительные занятия во внеурочное время;
- проведение лекций медицинским работником о том, как сохранить здоровье;
- проведение спортивно-досуговых мероприятий;
- взаимодействие педагога и родителей по сохранению и укреплению здоровья обучающихся.

Психолого-педагогические технологии:

- снятие эмоционального напряжения в процессе обучения (использование игровых технологий, оригинальных заданий и задач, введение исторических экскурсов и отступлений);
- создание благоприятной обстановки на уроке (доброжелательная обстановка, спокойная беседа, внимание к каждому высказыванию, позитивная реакция учителя на желание ученика выразить свою точку зрения, тактичное исправление допущенных ошибок, поощрение к самостоятельной мыслительной деятельности, уместный юмор);
- комплексное использование личностно-ориентированных технологий для учета психологических особенностей обучающегося и раскрытия его потенциала [8].

Коррекционные технологии:

- игровые технологии;
- логоритмические занятия;
- арттерапия;
- занятия с психологом, логопедом, дефектологом.

У каждого обучающегося здоровье и отношение к нему является индивидуальным показателем, что говорит о необходимости индивидуального подхода при организации процесса обучения и воспитания отдельного ребенка. Чаще всего данным вопросом занимается тьютор, так как его деятельность направлена на индивидуальный подход и индивидуализацию в обучении.

Индивидуальный подход предполагает, что педагоги подбирают в соответствии с особенностями ребенка содержание и технологии обучения и воспитания [4]. Индивидуализация – процесс, при котором активным в выборе содержания своего образования становится сам ребенок [5].

Тьютор – это консультант учащегося, который может помочь ему выработать индивидуальную образовательную программу, самоопределиться в процессе обучения и адаптироваться к отдельным элементам этого процесса [7].

Сопровождая обучающегося, тьютор помогает ему выбрать правильный путь обучения, который подходит для состояния его здоровья, а также дает рекомендации по здоровьесбережению.

Тьютор в своей практике может применять различные здоровьесберегающие технологии, их выбор зависит от особенностей обучающегося. В связи с ограничением объема статьи приведем только один из примеров использования здоровьесберегающих технологий в тьюторском сопровождении обучающегося.

Например, тьютор сопровождает обучающегося при выполнении проектной деятельности по предмету технология. Работа над проектом делится на несколько этапов.

1 этап – выбор темы проекта. Тьютор направляет обучающегося на выбор такой темы, которая будет ему не только интересна, но и по силам с точки

зрения зрения здоровья. Детям с нарушением зрения будет сложно работать над проектом изделия с мелкими деталями, а неусидчивый ребенок плохо будет выполнять кропотливую работу, что скажется на качестве изделия. Кроме этого, тьютор должен объяснить, что будущее готовое изделие по проекту не должно нанести вред окружающей среде и здоровью человека. То есть, здесь применяется технология сохранения и стимулирования здоровья – использование соответствующей возрасту и здоровью учебной и физической нагрузки.

2 этап – планирование объема работы над проектом. Тьютор и обучающийся обсуждают, как будет наиболее удобно работать, чтобы выполнить все задачи и цели проекта. Также тьютор узнает у обучающегося режим его дня, какие учебные нагрузки у него есть помимо выполнения проекта, на основе этого предлагает варианты построения расписания для работы над проектом, которое не даст переутомиться и нарушить здоровье. Здесь также применяется технологии сохранения и стимулирования здоровья – рациональная организация учебного процесса; использование соответствующей возрастным возможностям учебной и физической нагрузки.

3 этап – сбор и обработка художественной и исторической литературы, создание банка идей. При длительной работе с литературой – книгами и интернет источниками (компьютером) – у обучающегося может произойти перенапряжение зрения и опорно-двигательного аппарата, а также нарушение активности мозга. Чтобы этого не произошло, задача тьютора указать обучающемуся на негативное последствие долгого нахождения за книгой или компьютером и предложить несколько примеров физкультурно-оздоровительной работы в перерывах при выполнении этого этапа проекта. Это может быть физкультурная минутка (динамическая пауза в интеллектуальной деятельности), гимнастика для глаз, смена вида деятельности, перемена поз в работе.

4 этап – разработка техники безопасности при работе по изготовлению изделия. На этом этапе тьютор дает время обучающемуся на изучение различных техник безопасности и просит определить, какая из них подходит для выполнения выбранного проекта. Тьюторант обдумывает этот вопрос и высказы-

вает свое мнение. Далее вместе с тьютором делаются выводы – для чего необходима техника безопасности, как она помогает не нарушить здоровье при изготовлении изделия. Таким образом, тьютор использует технологию обучения здоровому и безопасному образу жизни, а именно, ведет воспитательную работу на тему безопасности жизнедеятельности.

5 этап – изготовления швейного изделия. Тьютору на этом этапе следует обеспечить обучающегося всеми необходимыми условиями для пошива изделия (подходящее рабочее место, соответствующее всем санитарно-гигиеническим нормам, наличие исправных инструментов и оборудования), также должна быть создана благоприятная эмоциональная атмосфера для работы и подобраны упражнения для снятия напряжения. Используются технологии сохранения и стимулирования здоровья – создание подходящих условий, физкультурно-оздоровительные упражнения; психолого-педагогические технологии.

6 этап – подготовка пояснительной записки, защита проекта. В процессе взаимодействия с обучающимся тьютор должен выявить у него возможные психологические и коммуникативные трудности, возникающие при подготовке пояснительной записки и защите проекта и постараться устранить их. Сделать это тьютор может, побеседовав с учеником и его родителями, создать позитивный эмоциональный настрой. Ведь здоровье заключается не только в физическом, но и психологическом и социальном благополучии.

Подводя итог, сделаем следующий вывод. От здоровья подрастающего поколения зависит будущее страны, поэтому образовательные организации, являясь важным звеном в формировании, сохранении и укреплении здоровья обучающихся, должны обеспечить каждого из них подходящими условиями обучения, воспитывать стремление к здоровому и безопасному образу жизни, а также применять в своей практике составление индивидуальных образовательных маршрутов, в которых учитывается состояние здоровья ребенка. В этой связи тьюторское сопровождение дает возможность выбрать наиболее здоровьесберегающие пути обучения.

Литература

1. Архипова Л.К. Виды здоровьесберегающих технологий и возможности их применения в ДОУ [Электронный ресурс] / Л.К. Архипова. – Режим доступа: http://www.kirov.spb.ru/DOU/40/index.php?option=com_content&view=article&id=30:2012-06-14-18-10-21&catid=9:2012-06-14-17-51-55&Itemid=8 (дата обращения: 26.03.2018).
2. Голобородько Н.В. Здоровьесберегающие технологии в образовании / Н.В. Голобородько // Актуальные вопросы современной педагогики: мат. IV Междунар. науч. конф. (г. Уфа, ноябрь 2013 г.). – Уфа: Лето, 2013. – С. 82–85.
3. Здоровьесберегающие технологии в начальной школе по ФГОС. Пятнадцать здоровьесберегающих приемов для проведения уроков [Электронный ресурс]. – Режим доступа: http://pedsovet.su/metodika/5993_zdoroviesberegayuschie_tehnologii_v_shkole (дата обращения: 18.03.2018).
4. Ковалева Т.М. Индивидуализация образования: лекция [Электронный ресурс] / Т.М. Ковалева. – Режим доступа: <http://www.eurekanet.ru/ewww/info/16174.html> (дата обращения: 26.03.2018).
5. Максиян О.В. Индивидуализация образования – важнейшее условие развития школьника [Электронный ресурс] / О.В. Максиян. – Режим доступа: <http://xn--i1abbnckbmc19fb.xn--p1ai/%D1%81%D1%82%D0%B0%D1%82%D1%8C%D0%B8/657293/> (дата обращения: 18.03.2018).
6. Педагогическая технология. Сущность педагогических технологий [Электронный ресурс]. – Режим доступа: https://studme.org/46405/pedagogika/pedagogicheskaya_tehnologiya (дата обращения: 18.03.2018).
7. Словарь тьютора [Электронный ресурс]. – Режим доступа: http://letopisi.org/index.php/%D0%A1%D0%BB%D0%BE%D0%B2%D0%B0%D1%80%D1%8C_%D1%82%D1%8C%D1%8E%D1%82%D0%BE%D1%80%D0%B_%D0%9D%D0%B8%D0%B6%D0%BD%D0%B8%D0%B9_%D0%9D%D0%BE%D0%B2%D0%B3%D0%BE%D1%80%D0%BE%D0%B4_%D0%A8%D0%BA%D0%BE%D0%BB%D0%B0_%E2%84%96_174 (дата обращения: 18.03.2018).
8. Старцева А.А. Виды здоровьесберегающих технологий в школе [Электронный ресурс] / А.А. Старцева. – Режим доступа: <https://kopilkaurokov.ru/literatura/prochee/vidy-zdorov-iesbierieghaiushchikh-tiekhnologhii-v-shkolie> (дата обращения: 18.03.2018).
9. Федеральный закон от 29 декабря 2012 г. № 273-ФЗ «Об образовании в Российской Федерации», статья № 2 [Электронный ресурс]. – Режим доступа: <http://zakon-ob-obrazovanii.ru/2.html>, свободный. – Загл. с экрана.

Шведова Д.Д.

Научный руководитель: Натарова Д.В., кандидат педагогических наук, доцент

Южно-Уральский государственный гуманитарно-педагогический университет, г. Челябинск, Россия

Роль педагога в развитии коммуникативных способностей младших школьников средствами подвижных игр

Аннотация. В статье говорится о необходимости внедрения подвижных игр на уроках физкультуры у младших школьников с целью развития коммуникативных способностей, которые помогут в дальнейшей адаптации ребенка в социуме, в процессе обучения в школе, в общении с окружающими.

Ключевые слова: подвижная игра, коммуникативные способности, младшие школьники, педагог.

Shvedova D.D.

Supervisor: Natarova D.V., candidate of pedagogical Sciences, associate Professor

South Ural State Humanitarian Pedagogical University, Chelyabinsk, Russia

The role of the teacher in the development of the communicative abilities of junior schoolchildren through the means of mobile games

Abstract. The article deals with the need to introduction of outdoor games on physical education lessons for primary school in order to development of communicative abilities which will help with the further adaptation of child in the society, in the process of learning at school, in the communication with people.

Keywords: outdoor game, communicative abilities, primary school, teacher.

Поступая в школу, ребенок под влиянием обучения приобретает качества, свойственные взрослым людям, такие как самостоятельность, саморазвитие, самообразование. Появляется больше возможности общения со сверстниками, учителями, со всеми теми людьми, которые окружают в процессе обучения в школе. Это связано с тем, что дети включаются в новые для них виды деятельности и системы межличностных отношений, требующие от них наличия новых психологических качеств.

В младшем школьном возрасте возникают новые возможности для толчка психического развития ребенка через регулировку его отношений с окружающими, особенно с педагогами и близкими, к воздействиям которых в таком возрасте ребенок еще довольно открыт. Это позволяет взрослым формировать и

использовать в воспитании общественные мотивы ребенка для проявления на него положительного влияния. Речь идет о таких мотивах, как уважение, одобрение со стороны родителей и других значимых взрослых людей (учителей, наставников и т.д.), желание получить высокую оценку, одобрение.

Кроме того, к окончанию младшего школьного возраста, к 3–4 классам школы, большое значение для детей обретают отношения со сверстниками. У них открываются дополнительные возможности для активного применения этих отношений в учебно-воспитательных целях, особенно для стимулирования психического развития ребенка через общественное одобрение в присутствии друзей его поступков и достижений, через соперничество со сверстниками, через многие иные действия и ситуации, касающиеся социального престижа ребенка. На наш взгляд самым подходящим условием для развития коммуникативных способностей являются уроки физической культуры и внедрение на них подвижных игр.

По определению П.Ф. Лесгафта, подвижная игра является упражнением, посредством которого ребенок готовится к жизни. Подвижная игра – это сознательная, активная деятельность ребенка, характеризующаяся точным и своевременным выполнением заданий, основанных на разных видах движений и связанных с обязательными для всех играющих правилами [3; с. 3–4]. Е.А. Покровский подчеркивал, что подвижные игры имеют большое воспитательное значение, так как требуют «самого обширного участия всех духовных и телесных сил: с ловким, проворным движением тела здесь соединяется смело задуманный план, быстрота решения, осмотрительность при его выполнении, присутствие духа в непредвиденных случаях, неутомимость и настойчивость в проведении плана к строго намеченной цели. Большинство такого рода игр проводится на воздухе, на широких пространствах, при усиленных движениях и ясно, что игры такого рода, бесспорно, содействуют наилучшему благосостоянию и развитию организма» [2; с. 41–42].

Методика проведения подвижной игры содержит неограниченные возможности комплексного употребления разнообразных приемов, направленных на формирование личности ребенка, его коммуникативные способности.

Особое значение имеет профессиональная подготовка педагога, его наблюдательность и предвидение. Стимулируя у ребенка интерес к игре, увлекая его игровой деятельностью, педагог замечает и выделяет существенные факторы в развитии и поведении детей. Необходимо определить реальные изменения в знаниях, умениях и навыках.

Важно помочь ребенку закрепить положительные качества и постепенно преодолеть отрицательные.

Педагогическая наблюдательность, любовь к детям позволяют педагогу вдумчиво выбирать методы руководства детской деятельностью, корректировать поведение ребенка и свое собственное, создавать радостную, доброжелательную атмосферу в группе. Детская радость, сопровождающая игру, является могучим фактором формирования физических, психических, духовных, эстетических и нравственных начал становления ребенка.

Методика проведения подвижной игры детей младшего школьного возраста направлена на воспитание эмоционального, сознательно действующего в меру своих возможностей ребенка и владеющего разнообразными двигательными навыками. Под доброжелательным, внимательным руководством учителя формируется творчески мыслящий ребенок, умеющий ориентироваться в окружающей среде, активно преодолевать встречающиеся трудности, проявлять доброжелательное отношение к товарищам, выдержку, самообладание.

Методика проведения подвижных игр нашла свое отражение в работах ученых: Е.А. Аркина, В.В. Гориневского, Н.А. Метлова, А.В. Кенеман, М.М. Конторович, Л.И. Михайловой, Т.И. Осокиной, Е.А. Тимофеевой и др. Эти работы существенно пополнили и обогатили методику проведения подвижных игр в дошкольном учреждении.

Процесс развития коммуникативных способностей обычно протекает не просто. Наблюдая за ним, мы видим только внешнюю картину взаимодействия, однако за ним лежит внутренний слой общения: потребности и мотивы, т.е. то, что побуждает одного человека тянуться к другому. Только хорошо зная и понимая своего собеседника, можно построить истинное общение с ним. Тоже

самое можно отнести к общению детей друг с другом. Многие конфликты сверстников связаны прежде всего с неумением принять точку зрения другого, увидеть в нем личность, обладающую своими потребностями и желаниями. А неблагополучие в одной сфере общения влечет за собой неудачи в другой.

Игра содействует работе крупных мышечных групп; разнообразие движений в ней препятствует утомлению; она развивает личную инициативу, психофизические качества; смелость, находчивость, дисциплину; тренирует аналитические системы.

Значительную роль в результативности игры Е.А. Аркин отводил педагогу, его искусству заинтересовать ребенка, правильно объяснить игру, распределить роли, подвести итог; при необходимости педагог успешно может подключиться к игре.

Итак, на основе анализа научно-методической литературы, посвященной игре, можно сделать следующие выводы:

1. Истоками подвижной игры является моделирование недоступной для ребенка деятельности взрослого.
2. Игры создавались с целью подготовки подрастающего поколения к жизни, к труду.
3. Игры возникали с целью проверки готовности к жизни (обряд инициации).
4. Игры создавались с целью развития и совершенствования основных видов движения.

Для проверки исходного и конечного результатов по внедрению подвижных игр с целью развития коммуникативных способностей у детей, нами был использован следующий диагностический инструментарий: «Методика оценки коммуникативных и организаторских склонностей» [1, с. 677–681].

После проведения в течение всего учебного ряда подвижных игр, разработанных нами для повышения коммуникативных способностей детей младшего школьного возраста, и использования соответствующей методики мы выявили роль подвижных игр в развитии умений и навыков общения с окружающими людьми с помощью слов и без них: посредством мимики, жестов, языка тела и

имиджа. Выбранная методика помогла выявить у детей (контрольной и экспериментальной группы) такие качества как:

- умение четко и быстро устанавливать товарищеские контакты с одноклассниками и другими сверстниками;
- стремление к расширению контактов;
- умение влиять на людей;
- стремление проявлять инициативу и т.д.

Методика содержит 40 вопросов, на каждый из которых обследуемый должен дать ответ «Да» или «Нет». Время выполнения методики 10-15 минут. При этом отдельно определяется уровень коммуникативных и организаторских склонностей.

После проведения данного опроса было выявлено следующее: в экспериментальной группе, в которой в течение года внедрялись подвижные игры, около 65% респондентов получили оценку «5» ($Q=1$), они обладают очень высоким уровнем проявления коммуникативных и организаторских склонностей. Они испытывают постоянную потребность в коммуникативной и организаторской деятельности. Тогда как в контрольной группе большинство респондентов 57% имели 1 и 2 оценки результатов.

Обследуемые, получившие оценку «1» ($Q=1$), характеризуются крайне низким уровнем проявления склонностей к коммуникативной и организаторской деятельности.

У обследуемых, получивших оценку «2» ($Q=2$), развитие коммуникативных и организаторских склонностей находится на уровне ниже среднего. Они не стремятся к общению, чувствуют себя скованно в новой обстановке, коллективе, испытывают трудности в установлении контактов с людьми, проявление их инициативы крайне ограничено.

Развитие коммуникативных способностей в младшем школьном возрасте – важная составляющая дальнейшей жизни человека. От них часто зависит успешность, закладываются основы характера и поведения, общительность, умение находить общий язык с другими людьми, тактичность.

Коммуникативные способности должны развиваться с детства и тогда ребенок сможет без проблем адаптироваться в любой коллективе и чувствовать себя полноправным членом общества. Подвижная игра является эффективным способом для развития коммуникативных способностей у младших школьников.

Литература

1. Диагностика здоровья. Психологический практикум / под ред. проф. Г.С. Никифорова. – СПб.: Речь, 2011. – 950 с.

2. Покровский Е.А. Детские игры, преимущественно русские. В связи с историей, этнографией, педагогией и гигиеной / Е.А. Покровский. – М.: «Историческое наследие», 1994. – 374 с.

3. Степаненкова Э.Я. Теория и методика физического воспитания и развития ребенка: учеб. пособие для студ. высш. учеб. заведений / Э.Я. Степаненкова. – 2-е изд., испр. – М.: Изд-кий центр «Академия», 2006. – 80 с.

Шевченко Н.А.*, Романова Е.А.*, Ходыева Д.Н.***

*МБУЗ ДГКБ № 8 г. Челябинска

**Южно-Уральский государственный гуманитарно-педагогический университет, г. Челябинск, Россия

Нейроборрелиоз (болезнь Лайма) у детей: особенности клиники и исходов

Аннотация. В статье рассматриваются причины, клиника и варианты исходов болезни Лайма (БЛ) у детей. Осложнения, развивающиеся после БЛ, влекут за собой серьезные нарушения здоровья у населения.

Ключевые слова: иксодовые клещи, мигрирующая эритема, нейроборрелиоз, парез лицевого нерва, хроническая форма болезни.

Shevchenko N.A.*, Romanova E.A.*, Hadyeva D.N.***

*MBUZ DGKB No 8 of Chelyabinsk

**South Ural State Humanitarian Pedagogical University, Chelyabinsk, Russia

Neuroborreliosis (Lyme disease) in children: particular qualities of the clinic and outcomes

Abstract. The causes, clinic and variants of outcomes of Lyme disease (BL) in children are discussed in the article.

Keywords: ixodid mites, migrating erythema, neuroborreliosis, paresis of the facial nerve, chronic form of the disease.

Болезнь Лайма (БЛ) – боррелиоз – зоонозное, природно-очаговое заболевание с поражением кожи, сердца, опорно-двигательного аппарата, нервной

системы и склонное к хроническому течению. БЛ распространена повсеместно. Возбудителем боррелиоза является спирохета *Borrelia burgdorferi*. Резервуар – грызуны. Переносчиками являются иксодовые клещи. В России заболеваемость составляет 1,7–3,5 на 100 000 населения в год. Чаще болеют дети до 15 лет и взрослые в возрасте 25–44. Следует отметить, что Челябинская область эндемична в отношении заболеваний, передаваемых иксодовыми клещами [2, с. 53–56]. Под нашим наблюдением в МБУЗ ДГКБ № 8 г. Челябинска в течение 2-х лет находилось 54 ребенка с БЛ.

Болезнь Лайма характеризуется острым, затяжным или хроническим течением. Болезнь протекает в три стадии. При первой стадии в типичном варианте заболевания возникает мигрирующая эритема, при атипичном эритемы может не быть. Эритема обычно появляется через 3–32 дня после укуса и исчезает через 3–4 недели. Появление эритемы не сопровождается зудом. В этот период наблюдается головная боль, слабость, недомогание, мышечные боли, ломота в теле, увеличение лимфатических узлов, появление неврологических симптомов не обязательно [1, с. 379–385].

Вторая стадия боррелиоза в среднем наступает через один месяц после начала заболевания. У половины заболевших появляется неврологическая симптоматика, к этому времени стихают симптомы инфекционной интоксикации.

Боррелии поражают все отделы нервной системы: периферические нервы и их корешки (чаще лицевой и седалищный нервы), оболочки мозга (менингиты) и даже паренхиме мозга (энцефалит). Типична триада симптомов: серозный менингит, поражение черепно-мозговых нервов и множественная радикулопатия.

За 2 года пролечен 61 ребенок с парезом лицевого нерва, боррелиозная этиология установлена в 12%. Парезы лицевого нерва при БЛ восстанавливаются лучше, чем при других этиологиях, однако нередко сохраняющиеся парезы нарушают симметричность лица.

Серозный менингит проявляется острой распирающей головной болью, рвотой, умеренно выраженными менингеальными симптомами и изменениями в ликворе, типичными для серозного менингита. Дополнительными симптома-

ми бывают боли в мышцах и суставах [1, с. 379–385]. В наших наблюдениях (12 случаев) 30% пришлось на микстовую этиологию боррелиоза и клещевого энцефалита.

Менингоградикулит характеризуется поражением множества корешков и нервов. Болевой синдром, как правило, выражен и прогрессирует, возникают множественные асимметричные парезы и параличи, нарушения чувствительности. Прогноз, как правило, благоприятный, выздоровление через 2–3 месяца от начала болезни, однако в тяжелых случаях возможно сохранение дефектов. В этой же стадии заболевания возникает полиорганный патология: миокардиты, поражения глаз, артриты, (коленные, локтевые, голеностопные и (реже) тазобедренные суставы), лимфоцитомы. Может подниматься температура.

Третья стадия БЛ характеризуется усилением неврологических нарушений и развитием артрита. Симптоматика может появиться через несколько месяцев или даже лет после начала болезни. В этой же стадии наиболее тяжелым осложнением является хронический прогрессирующий энцефаломиелит. Это осложнение бывает редко. За 2 года мы наблюдали 1 случай. Симптомы появляются и развиваются по нарастающей: пирамидные, экстрапиримидные, мозжечковые, психотические нарушения (эмоциональная лабильность, нарушения памяти и концентрации внимания), пароксизмальные расстройства сознания, эпилептические приступы, церебральные васкулиты с инфарктами мозга и др. При компьютерном исследовании головного мозга выявляются многоочаговые повреждения в различных отделах мозга [3, с. 70–78]. В течение 2-х лет в отделении кардиоревматологии пролечено 7 детей с рецидивирующими артритами.

Иногда поражения головного мозга носят более легкий характер. В этом случае выставляется диагноз – энцефалопатии. Болезнь проявляется, прежде всего, когнитивными нарушениями, снижением памяти, внимания, депрессией. На МРТ обнаруживаются множественные мелкие очаги в глубинных отделах белого вещества головного мозга [2, с. 53–56].

Для диагностики БЛ обязательно обследование клеща. Наиболее специфичным и надежным методом является обнаружение ДНК боррелий в сыворотке

крови с помощью полимеразной цепной реакции (ПЦР) или определение титра антител к боррелиям методом ИФА. К сожалению, родители не всегда проводят диагностику клеща и в дальнейшем с опозданием обращаются к врачу.

Важно начинать лечение как можно раньше. Раннее начало антибактериальной терапии позволяет сократить длительность заболевания и предупредить развитие поздних стадий боррелиоза с неврологическими проявлениями. Лечение при хронических формах проводится длительно антибиотиками широкого спектра. При хронических формах с поражением нервной системы прогноз становится малоблагоприятным.

Оценивая наиболее часто встречающиеся симптомы у детей с БЛ, следует отметить их разнообразие, но все они снижают качество жизни. Частым осложнением является нейропатия лицевого нерва. Даже правильное и своевременное лечение не гарантирует полного восстановления мимики лица. В школе эта патология для ребенка может оказаться тяжелым стрессом.

После перенесенной БЛ у ребенка формируется церебрастенический синдром, длительность которого сугубо индивидуальна, и может длиться от нескольких недель до месяцев, а в случаях хронизации процесса остаться навсегда. Головные боли при астенических состояниях сопровождаются снижением трудоспособности и быстрым утомлением. Психотические изменения могут быть разнообразными, от тяжелых до незначительных: когнитивные нарушения, в первую очередь страдает память и внимание, нарушается темп усвоения материала и решения математических задач.

При хронических формах и возникновении артритов появляется болевой синдром, который приводит к моторной неловкости, делает невозможным выполнять задания на уроках физкультуры, меняет почерк и влияет на скорость письма и рисования, ограничивает игровую деятельность дошкольников, а также провоцирует нарушение осанки из-за невозможности сохранять правильную позу за партой.

Все это определяет необходимость составления и четкого выполнения индивидуальной здоровьесберегающей программы для детей с БЛ.

Необходимо повышать уровень медицинской культуры населения [4, с. 147–150]. Родители не всегда выполняют назначения врачей и их рекомендации, тем более, что неблагоприятные симптомы проявляются в хронической стадии заболевания, и родители не связывают их появление с БЛ.

Литература

1. Болезни нервной системы: руководство для врачей: в 2-х т. / Под ред. Н.Н. Яхно. – М.: ОАО «Изд-во Медицина», 2005. – Т. 1. – С. 379–385.

2. Довнар-Запольская О.Н. Лайм-боррелиоз в клинической практике педиатра на современном этапе / О.Н. Довнар-Запольская, Т.Б. Новикова // Медицинский журнал. – 2015. – № 3 (53). – С. 53–56.

3. Карпов И.А. Лайм-боррелиоз: вопросы диагностики и рациональной этиотропной терапии / И.А. Карпов, Н.В. Соловей, Л.А. Анисько, В.В. Щерба, Д.Е. Данилов // Клиническая инфектология и паразитология. – 2015. – № 3 (14). – С. 64–80.

4. Романова Е.А. Социальный портрет родителей детей с поражением центральной нервной системы как отражение уровня медицинской культуры населения / Е.А. Романова, А.Н. Романова, Д.О. Сигалов // Здоровьесберегающее образование – залог безопасной жизнедеятельности молодежи: проблемы и пути решения: матер. IX Междун. науч.-практ. конф. Россия, Челябинск, 10–11 ноября 2016 г. – Челябинск: ЮУрГГПУ, 2016. – С. 147–150.

Шишканова О.В.

Научный руководитель: Артеменко Б.А., кандидат биологических наук, доцент

Южно-Уральский государственный гуманитарно-педагогический университет, г. Челябинск, Россия

Особенности формирования экологической культуры дошкольников среднего возраста в условиях реализации ФГОС ДО

Аннотация. В представленной статье рассматривается одно из важных направлений в системе образования подрастающего поколения – формирование экологической культуры дошкольников среднего возраста. Исследуется ФГОС ДО как важный инструмент регулирования требований общества и государства в отношении воспитания личности, обладающей основами экологически ориентированного поведения. Характеризуются формы работы по экологическому образованию дошкольников.

Ключевые слова: экологическая культура, ФГОС дошкольного образования, дошкольник, средняя группа.

Shishkanova O.V.

South Ural State Humanitarian Pedagogical University, Chelyabinsk, Russia

Features ecological culture's formation of preschool children in the middle age in the conditions FSES of preschool education's implementation.

Abstract. In the presented article we consider one of the important directions in the education system of the younger generation – ecological culture's formation of preschool children in the middle age. FSES of preschool education is studied as an important tool of regulating the society and the state's requirements in relation to the education of a person who has the basis of ecological oriented behavior.

Keywords: ecological culture, FSES of preschool education, preschooler, middle group.

Сегодня особую актуальность приобретает проблема взаимодействия человека с окружающей средой. Глобальное потепление, уменьшение запасов питьевой воды, истощение природных ресурсов и множество других проблем являются следствием эксплуатации природных ресурсов и загрязнения окружающей среды.

Экологическая культура как одна из фундаментальных общечеловеческих ценностей заключается в осознанно-правильном отношении к природе, к материалам природного происхождения. Это и отношение к себе и людям как неотъемлемой части природы, осознание зависимости жизни и здоровья от состояния окружающей среды.

Теоретические и экспериментальные исследования Е.В. Бондаревской, Е.В. Гончаровой, Н.Н. Кондратьевой, А.Н. Кочергина, Е.Г. Кушникова, Е.В. Михеевой, С.Н. Николаевой, С.В. Петериной, З.И. Тюмасевой и др. установили, что в формировании экологической культуры особая роль отводится дошкольному детству. Это период для развития положительного отношения к действительности, формирования нравственно-этических норм поведения. Чем раньше начнут закладываться основы экологической культуры, тем выше будет ее уровень, в связи с чем экологическое образование дошкольников имеет большое значение.

Особый интерес представляют дошкольники среднего возраста. В отличие от малышей, они увереннее во многом: внимательны, хорошо понимают и

воспроизводят речь взрослого, активны на познание себя, окружающей среды. В среднем дошкольном возрасте знания об объектах и предметах природы переходят на уровень представлений, заключающийся в желании рассказать и поделиться впечатлениями об увиденном в природе [1; 4, с. 70–73].

Можно рассматривать данный возраст как начальный этап становления осознанного отношения у ребенка к растениям, животным, себе как к части природы. Положительное отношение к окружающей среде, в первую очередь, закладывается в семье и продолжает развиваться в детском саду.

Приказ Министерства образования и науки Российской Федерации от 17 октября 2013 г. № 1155 «Об утверждении федерального государственного образовательного стандарта дошкольного образования (ФГОС ДО)» закрепил позицию экологического образования дошкольников. Согласно документу, в качестве целевых ориентиров образовательной программы выступают пять направлений, которые формируются через ознакомление детей с окружающим миром природы: познавательное развитие; художественно-эстетическое развитие; социально-коммуникативное развитие; речевое развитие; физическое развитие.

В рамках познавательного развития у дошкольников формируются первичные представления об объектах окружающего мира, о планете Земля как общем доме людей и особенностях ее природы. Содержание художественно-эстетического развития предполагает развитие предпосылок ценностно-смыслового восприятия и понимания мира природы, становление эстетического отношения к окружающему миру, формирование бережного, эмоционально-положительного отношения к миру природы. В результате социально-коммуникативного развития формируются основы безопасного поведения в природе, социуме, быту, развиваются эмоциональная отзывчивость, сопереживание по отношению к природным объектам. Речевое развитие направлено на знакомство с природоведческой литературой. Область физического развития предполагает формирование у детей ценностей и навыков здорового образа жизни [2; 5, с. 235–245]. Таким образом, ФГОС ДО выдвигает определенные требования к осуществлению образовательной деятельности, в которой большее значение уделяется развитию экологической культуры детей.

Важное место в формировании экологической культуры отводится игре как ведущей детской деятельности. В ней формируются правила поведения в природной среде, моральные нормы. Дошкольники сензитивны к играм: дидактическим, творческим, подвижным. Играя, они накапливают представления об окружающем мире, творчески уточняют, закрепляют знания об окружающей среде. Игра способствует развитию наблюдательности, внимания, памяти, обогащает словарь и предоставляет возможность для проявления самостоятельности, сотрудничества и инициативности.

В установлении отношений и связей между предметами и явлениями активно используется поисково-исследовательская деятельность. Благодаря различным экспериментам и опытам дети могут раскрывать тайны природы, уточнять знания о качествах и свойствах объектов неживой природы (воды, снега и т.д.). Также дети познают значение красоты, чистоты в окружающей среде для здоровья каждого человека, знакомятся с природными материалами и их использованием в деятельности человека. Данная деятельность оказывает содействие осознанию причинно-следственных связей, развитию наблюдательности и мыслительной деятельности.

Ухаживая за комнатными растениями, дети получают практический опыт приобщения к природе. Усвоение начальных знаний о потребностях растений позволяет оценить внешние признаки растений – показатели его благополучия. Наблюдая за состоянием растения, дошкольник как бы ему «сочувствует» и старается помочь. Такая работа формирует заботливое и бережное отношение детей к природе.

Среди эффективных способов экологического образования детей важно отметить экскурсии и прогулки. С целью удовлетворить стремление познать как можно больше о природе, дети среднего возраста активно включаются в процесс наблюдения. В течение прогулки нужно обращать внимание на красоту природы и погодные явления, наблюдать за поведением животных и состоянием растений, обучать детей замечать явления природы, называть их и делать выводы, задавать вопросы. Каждое наблюдение расширяет и углубляет представления ребенка об окружающей среде, пробуждает любознательность.

Достигать положительных результатов в становлении экологической культуры помогают выставки, конкурсы, праздники на экологические темы. Популярностью пользуются проекты: экологические кружки или школа юного эколога, активно поддерживаемые государством [3].

Возможность ознакомления ребенка с животными, растениями, явлениями неживой природы дает непосредственно-образовательная деятельность (НОД), в процессе которой уточняется и систематизируется личный опыт, полученный в ходе игр, чтения художественной литературы, опытов и экспериментов, наблюдений. НОД делает возможным последовательное усложнение, расширение и обогащение знаний, умений и навыков в плане ознакомления дошкольников с природой.

На процесс развития экологической культуры дошкольников среднего возраста существенное влияние оказывают беседы природоведческого содержания. Как правило, они начинаются с воспроизведения различных фактов для разговора с дошкольниками. Использование иллюстративно-наглядного материала существенно облегчает этот этап. Беседа как универсальная форма взаимодействия педагога и его воспитанников предоставляет возможности для установления связей между условиями природной среды и ее обитателями, между животными и растениями, между деятельностью человека и состоянием природного окружения.

Пока существует наше общество, будет существовать проблема экологического образования, которая позволит предотвратить многие экологические проблемы человечества. В связи с утверждением и введением в действие ФГОС ДО внимание уделяется развитию у дошкольников экологической культуры. Авторы рассматривают средний возраст как благоприятный период для привлечения детей к экологической деятельности.

Процесс формирования экологической культуры включает виды деятельности, имеющие целью ознакомление дошкольников с объектами природы, углубляющее и расширяющее их представления о природе.

Воспитатель как носитель экологической культуры знакомит дошкольников со способами общения с природой, формирует умение наблюдать за окружающим миром, учит устанавливать связи и зависимости, испытывать радость от взаимодействия с растениями и животными, развивает желание в созидании и творчестве.

Литература

1. Волгина В.С. Роль природы в социально-личностном развитии детей дошкольного возраста / В.С. Волгина // Экологическое образование дошкольников: современные тенденции, инновации, проблемы, перспективы: матер. науч.-практ. конф. [Электронный ресурс]. – URL: http://mineconn.ru/File/okr_sreda/Ekologicheskoe_obrazovanie_doshkolnikov.pdf.

2. Маханева М.Д. Экология в детском саду и начальной школе / М.Д. Маханева. – М.: ТЦ Сфера, 2014. – 171 с.

3. Федеральный государственный образовательный стандарт дошкольного образования [Электронный ресурс]. – URL: <http://минобрнауки.рф/news/3447/file/2280/13.06.14-ФГОС-ДО.pdf>.

4. Тюмасева З.И. Дорога в страну чудес. Комплексная программа и руководство по непрерывному эколого-валеологическому образованию в ДООУ, соответствующая «Концепции непрерывного экологического образования в Челябинской области»: учеб. пособие / З.И. Тюмасева, Е.Г. Кушнина. – Челябинск: Изд-во ЧГПУ, 2000. – 159 с.

5. Тюмасева З.И. Оздоровление детей России как инновационная педагогическая деятельность (в сфере дошкольного образования): монография / З.И. Тюмасева, И.Л. Орехова, Е.Г. Кушнина. – Челябинск: Изд-во ЗАО «Цицеро», 2012. – 299 с.

Щербакова А. П., Щелчкова Н.Н.

Южно-Уральский государственный гуманитарно-педагогический университет г. Челябинск, Россия

Влияние пищевых добавок на здоровье человека

Аннотация. В статье рассматривается влияние пищевых добавок на здоровье человека. Приведены данные о предпочтении студентами в своем рационе питания продуктов, содержащих пищевые добавки.

Ключевые слова: пищевые добавки, здоровье, студенты, влияние.

Sherbakova A.P. Shelchkova N.N.

South Ural State Humanitarian Pedagogical University, Chelyabinsk, Russia

Food additives' influence on human health

Abstract. Food additives' influence on human health is described in this article. There are data about students' preference in consisting food additives products in their diet.

Keywords: food additives, health, students, influence.

Способность организма сопротивляться воздействиям вредных факторов, определяется генетическими особенностями адаптивных механизмов и характером их изменений. Е добавки пищевые добавки вещества, использующиеся в технологических целях в процессе производства пищевых продуктов, упаковки, транспортировки или хранения для придания им желаемых свойств. В нашей стране и за рубежом постоянно ведутся специальные исследования, в результате которых некоторые пищевые добавки попадают в категорию разрешенных, а другие запрещены для использования, исследуется роль пищевых добавок на состояние здоровья человека

В современном мире, где пищевая промышленность добилась невообразимых высот, а разнообразие продуктов питания увеличивается, важно знать, какие пищевые добавки способствуют сохранению продукта, улучшают его внешний вид, регулируют консистенцию и формируют текстуру, регулируют вкус продукта, несут пользу человеку, или вред.

Сотни, тысячи тонн мяса, молока, зерна, круп, овощей, фруктов ежедневно перерабатываются на предприятиях пищевой промышленности. Пищевые добавки в этом производстве играют важную роль. Они улучшают качество сырья и конечного продукта, сроки и условия хранения, упрощают различные производственные процессы.

Причинами столь широкого применения пищевых добавок в промышленности послужили следующие причины: современные методы торговли в условиях перевоза продуктов питания (в том числе скоропортящихся и быстро черствеющих продуктов) на большие расстояния, что определило необходимость применения добавок, увеличивающих сроки сохранения их качества; быстро изменяющиеся индивидуальные представления современного потребителя о продуктах питания, включающие их вкус и привлекательный внешний вид, не-

высокую стоимость, удобство использования; удовлетворение таких потребностей связано с использованием, например, ароматизаторов, красителей и других пищевых добавок; создание новых видов пищи, отвечающей современным требованиям науки о питании, что связано с использованием пищевых добавок, регулирующих консистенцию пищевых продуктов; совершенствование технологии получения традиционных пищевых продуктов, создание новых продуктов питания, в том числе продуктов функционального назначения [5, с. 123].

Биологически активные добавки к пище (БАД) получают из растительного, животного или минерального сырья, а также химическими или биотехнологическими способами. К ним относятся ферментные и бактериальные препараты (эубиотики), оказывающие регулирующее действие на микрофлору желудочно-кишечного тракта [4, с. 425].

Пищевые добавки используются для улучшения стабильности и сохранности продуктов питания, для сохранения пищевой ценности продукта, для различных целей при производстве, обработке, упаковке и хранении. Однако определенные концентрации некоторых из них наносят вред здоровью, что не отрицается ни одним производителем.

Сегодня трудно найти тех, кто, заботясь о своем состоянии, старается принимать только здоровую пищу. Эта тенденция особенно имеет место среди студентов, чей рацион, в основном, состоит из того, что можно дешевле купить и быстрее приготовить [5, с. 166–170].

В СМИ периодически появляются сообщения о добавках E***, которые вызывают раковые опухоли, аллергию или расстройство желудка и другие неприятные последствия. Однако нужно понимать, что влияние любого химического вещества на организм человека зависит как от индивидуальных особенностей организма, так и от количества вещества. Для каждой добавки, как правило, определяется допустимая суточная доза потребления (так называемая ДСП), превышение которой влечет негативные последствия. Для некоторых веществ, применяемых в качестве пищевых добавок, такая доза составляет несколько миллиграмм на килограмм тела (например, E250 – нитрит натрия), для

других (например, E951 – аспартам или E330 – лимонная кислота) – десятые доли грамма на 1 кг массы тела.

Необходимо помнить, что некоторые вещества обладают свойством кумулятивности, то есть способностью накапливаться в организме. Контроль соблюдения норм содержания пищевых добавок в конечном продукте, разумеется, возложен на производителя.

Пищевые добавки, запрещенные к применению в Российской Федерации при производстве пищевых продуктов представлены в таблице [4, с. 12–13].

Таблица

Пищевые добавки, запрещенные в России

Код	Пищевая добавка	Технологические функции
E121	Цитрусовый красный	Краситель
E123	Амарант	Краситель
E240	Формальдегид	Консервант
E940a	Бромат калия	Улучшитель муки и хлеба
E940б	Бромат кальция	Улучшитель муки и хлеба

Как же в такой ситуации обезопасить студентов? Что нужно знать каждому, кто идет в магазин за продуктами? Каким продуктам питания отдавать предпочтение, а о каких забыть навсегда?

Цель исследования – проанализировать продукты питания студентов на наличие в них опасных пищевых добавок.

Организация и методика исследования

В проведенном эмпирическом исследовании приняли участие 80 студентов 1–2 курсов факультета иностранных языков Южно-Уральского государственного гуманитарно-педагогического университета. Исследование влияния продуктов, содержащих вредные пищевые добавки на организм человека, состояло из нескольких этапов:

1 этап – социологический опрос с целью выявления употребления студентами продуктов питания, содержащих вредные пищевые добавки.

2 этап – анкетирование, с целью выявления списка наиболее популярных продуктов употребления студентов, содержащих вредные пищевые добавки.

3 этап – сбор материала и классификация пищевых добавок.

4 этап – анализ количества студентов с аллергическими заболеваниями и заболеваниями желудочно-кишечного тракта.

Результаты исследования и их обсуждение

Социологический опрос с целью выявления употребления студентами продуктов питания, содержащих вредные пищевые добавки. Опрошено 80 человек. Респондентам предлагалось ответить на вопрос: «Употребляете ли вы продукты питания, которые содержат вредные пищевые добавки?» (Да, нет). Опрос показал, что 100% опрошенных употребляют продукты, содержащие вредные пищевые добавки.

Вторым этапом исследования проводилось анкетирование, с целью выявления списка наиболее популярных продуктов употребления студентами, содержащих вредные пищевые добавки. Результаты анкеты показали, что наиболее часто употребляемыми продуктами являются: шоколад (95%), жевательная резинка (70%), соусы (68%), газированные напитки (58%), чипсы (49%), йогурт (45%), вареные колбасы, сосиски (85%). Анализ научной литературы показал, какое действие оказывают на организм продукты, содержащие вредные пищевые добавки. Анализ количества студентов с заболеваниями желудочно-кишечного тракта и аллергическими заболеваниями выявил следующие данные: 8,6% – респондентов имеют заболевания желудочно-кишечного тракта и 2,8% – респондентов имеют аллергические заболевания.

Выводы

Изучив составы пищевых продуктов, которые присутствуют в пищевом рационе учащихся и, сопоставив с % заболеваний, вызванными данными продуктами, можно сделать вывод, что состояние нашего здоровья напрямую зависит от потребляемой нами пищи. Пищевые добавки должны вноситься в пищевые продукты в минимально необходимом для достижения технологического эффекта количестве, но не более установленных Санитарными правилами пределов.

В данной работе рассмотрена лишь малая часть одной из самых глобальных экологических проблем человечества – проблему загрязнения продуктов

питания чужеродными веществами. В дальнейшем нужно более детально изучать данную проблему.

Литература

1. Ардашева Н.А. Словарь терминов и понятий по медицинскому праву: учеб. изд. / Н.А. Ардашева. – СПб.: СпецЛит, 2007. – 528 с.

2. Кацерикова Н.В. Технология продуктов функционального питания: учеб. пособие / Н.В. Кацерикова. – Кемерово: Кемеровский технологический ин-т пищевой промышленности, 2004. – 146 с.

3. Маркина К.И. Здоровое питание студентов: проблемы и перспективы / К.И. Маркина, Н.Н. Щелчкова // Экологическая безопасность, здоровье и образование: сб. науч. трудов IX Всерос. (очно-заочной) науч.-практ. конф. молодых ученых, аспирантов и студентов / под науч. ред. проф. З.И. Тюмасевой. – Челябинск: Изд-во ЗАО «Цицера», 2016. – С. 166–170.

4. Новые технологии и материалы легкой промышленности: VIII Междун. науч.-практ. конф. с элементами научной школы студентов и молодых ученых: сб. статей / Мин-во образ. и науки России, Казан. нац. исслед. технол. ун-т. – Казань: Изд-во КНИТУ, 2012. – 376 с.

5. Пищевые добавки, применяемые в общественном питании: учеб. пособие / Сост. И.В. Савочкина. – Брянск: Мичуринский филиал ФГБОУ ВО Брянский ГАУ, 2015. – 128 с.

Юрпалов Д.Л., Орехова И.Л.

Южно-Уральский государственный гуманитарно-педагогический университет, г. Челябинск, Россия

К вопросу о формировании самосохранительного поведения в условиях пенитенциарных учреждений

Аннотация. В педагогической практике по формированию самосохранительного поведения особый интерес представляют научные исследования в области факторов риска, представляющих угрозу социальному развитию человека, и факторов защиты, способствующих формированию самосохранительного поведения. Одним из защитных факторов мы выделяем социальную компетентность, обеспечивающую успешную социализацию личности, способной и готовой нести ответственность за личное благополучие и благополучие общества.

Ключевые слова: самосохранительное поведение, формирование, факторы риска, пенитенциарные учреждения.

Yurpalov D.L., Orekhova I.L.

South Ural State Humanitarian Pedagogical University, Chelyabinsk, Russia

On the issue of the formation of self-preserving behavior in prison settings

Abstract. In the pedagogical practice of forming self-preserving behavior, scientific research on the issue of risk factors posing a threat to the social development of man and the factors of protection contributing to the emergence of self-preserving behavior are of particular interest. One of the protective factors, we single out social competence, which ensures successful socialization of the individual, capable and ready to bear responsibility for the personal well-being and welfare of the society.

Keywords: self-preserving behavior, formation, risk factors, penitentiary institutions.

В течение тысячелетий человечество страдало и умирало от эпидемических инфекционных заболеваний – чумы, холеры, оспы, сибирской язвы и других. С началом второй фазы демографического перехода улучшаются экономические и санитарные условия жизни населения, начинается снижение уровня смертности и одновременно изменяется ее структура по причинам смерти. Массовые инфекционные заболевания отступают, их доля в структуре смертности снижается до минимума, а их место занимают неинфекционные хронические болезни, несчастные случаи и травмы. Возрастает роль профилактики здоровья, санитарных аспектов условий жизни и труда, возможности каждого отдельного человека сохранить свое здоровье или хотя бы отдалить приближение смерти. Возрастает роль социальных наук в изучении аспектов самосохранительного поведения, в выработке рекомендаций по развитию здорового образа жизни.

При несении государственной службы, связанной с исполнением наказаний, связанных с лишением свободы в отношении лиц, совершивших преступления, возникают факторы риска, влияющие на жизнь и здоровье сотрудников уголовно-исполнительной системы (УИС). В этой связи целью нашего исследования является изучение факторов риска и их причин, что позволяет выявить подходы к предупреждению данных факторов для сотрудников пенитенциарных учреждений.

Вся деятельность сотрудников УИС представляет собой сложное переплетение человеческих взаимосвязей и отношений, многообразие и многофункциональность профессиональных задач, выполнение которых связано с риском и опасностью для жизни, высоким уровнем напряженности труда, по-

вышенной социальной ответственностью за профессиональные ошибки и жесткими временными ограничениями для достижения требуемого уровня профессиональной компетентности. И главное – эта деятельность строго регламентирована законами и подзаконными нормативными правовыми актами.

Актуальность вопроса изучения факторов, отрицательно влияющих на состояние здоровья личного состава уголовно-исполнительной системы, обусловлена рядом причин. В современной ситуации значительно усложнились условия труда сотрудников УИС, возросли предъявляемые к ним требования, усилилась психологическая нагрузка. Это связано, в первую очередь, с ухудшением криминогенных характеристик осужденных, увеличением количества лиц с психическими отклонениями, во вторую – с изменением критериев оценки деятельности сотрудников в период реформирования пенитенциарной системы в соответствии с Концепцией развития уголовно-исполнительной системы Российской Федерации до 2020 года. Указанные факторы обуславливают необходимость постоянного контроля сотрудниками УИС своего поведения, чувств, эмоций для предотвращения ассимиляции с криминально-ориентированной средой в процессе трудовой деятельности и во избежание профессиональной деформации личности. Как показывают исследования высокий уровень психоэмоциональной напряженности, неблагоприятные условия службы, контакт с маргинальными элементами общества увеличивают вероятность преждевременного профессионального выгорания, эмоционального истощения сотрудников, что в итоге ведет к снижению работоспособности сотрудников, текучести кадров, повышению риска развития психосоматических заболеваний у личного состава УИС. В результате наблюдаются частые случаи временной нетрудоспособности, преждевременного выхода на пенсию по болезни и даже суициды и случаи преждевременной смерти сотрудников УИС [1; 2].

Поскольку задачей нашего исследования является формирование самосохранительного поведения в условиях пенитенциарных учреждений, то основной упор был сделан на исследование социально-психологических аспектов государственной службы в УИС.

Нами был проведен анализ социально-психологических условий прохождения службы сотрудниками УИС, а также факторов их образа жизни и поведения, способствующих усугублению негативных особенностей производственной среды.

В исследовании приняли участие 175 человек: 108 мужчин и 67 женщин. Сотрудники УИС были отобраны методом случайной выборки из различных отделов и служб Следственного изолятора № 1 г. Челябинска. Анкетирование проводилось анонимно, при заполнении анкеты респондентам из персональной информации необходимо было указать лишь пол и соответствующую службу уголовно-исполнительной системы.

К факторам риска, влияющим на жизнь и здоровье сотрудника УИС, можно отнести:

1. Психоэмоциональные нагрузки (специфика общения со спецконтингентом, руководством, необходимость соблюдения служебной субординации). Такие нагрузки характеризуются рядом показателей: степенью ответственности за результат собственной деятельности, значимостью ошибки, степенью риска для собственной жизни, степенью ответственности за безопасность других лиц, количеством конфликтных производственных ситуаций за смену.

2. Нарушения режима труда и отдыха («кадровый голод», бюрократическая волокита и, как следствие, большие объемы работы, ведущие к задерживанию на службе). При оценке режима работы в расчет бралась фактическая продолжительность рабочего дня, сменность работы, наличие регламентированных перерывов и их продолжительность (без учета обеденного перерыва). Наибольшее количество неблагоприятных факторов режима дня сотрудников УИС относилось к параметрам: «рабочий день более 12 часов в сутки» и «ненормированный рабочий день». Также респонденты отметили сверхурочную работу и недостаточность или отсутствие регламентированных перерывов в течение рабочего дня. В совокупности практически каждый сотрудник УИС испытывает те или иные неблагоприятные производственные факторы.

3. Нарушения режима питания и низкая физическая активность (например, пренебрежение утренней зарядкой и завтраком в угоду утреннему сну, пренебрежение прогулкой, посещением спортивного зала и т.п. в угоду плотному ужину). Прежде всего мы отметили, что большая часть опрошенных сотрудников УИС умеренно соблюдают режим питания, труда и отдыха, иногда по мере возможности занимаются спортом, тогда как у другой равноценной части сотрудников нет возможности соблюдать режим питания, труда и отдыха и заниматься спортом. Около 10% респондентов полностью следуют принципам здорового образа жизни.

Если обратить внимание на условия, препятствующие приверженности к здоровому образу жизни, то здесь основным негативным фактором отмечен недостаток свободного времени, на втором месте – график службы. Основным препятствием приверженности к здоровому образу жизни, по мнению большинства сотрудников, является недостаток свободного времени. Анализ пищевых привычек свидетельствует о том, что более половины сотрудников отмечают недостаточное употребление фруктов и овощей в рационе.

Таким образом, при анализе условий службы и быта сотрудников УИС наибольшие нарушения обнаружены в отношении факторов производственной среды: сенсорной и эмоциональной нагрузки, режима труда с точки зрения гигиены трудового процесса. Кроме производственных факторов, здоровье личного состава УИС определяют и факторы нездорового образа жизни сотрудников: вредные привычки, гипокинезия и гиподинамия, нарушение питания.

У сотрудников УИС в значительной мере проявляются также характерные признаки эмоционального выгорания: чувство усталости, эмоциональное перенасыщение контактами с коллегами и субъектами профессиональной деятельности, циничность, раздражительность, эмоциональная отстраненность, пренебрежительное отношения к своей работе, снижение мотивации к деятельности, соматические нарушения и др. Под эмоциональным выгоранием понимается комплекс особых психических проблем, связанных у человека с его профессиональной деятельностью [3; 4]. Что противостоит эмоциональному выгоранию?

Всемирной организацией здравоохранения в 1998 году разработаны и рекомендованы следующие критерии стратегии первичной профилактики синдрома эмоционального выгорания: 1) избегание слишком высоких требований к лицам, оказывающим помощь другим людям; 2) обеспечение равномерного распределения удовлетворяющих заданий между сотрудниками; 3) обучение сотрудников распределению времени и техникам релаксации; 4) модификация работ, вызывающих слишком сильный стресс; 5) поощрение формирования групп поддержки; 6) стимуляция сотрудников к участию в принятии решений, влияющих на условия работы.

Литература

1. Бурт А.А. О методологических основах профилактики профессионального стресса у сотрудников уголовно-исполнительной системы / А.А. Бурт, О.В. Бухтояров, С.Б. Пономарев // Педагогические чтения, посвященные памяти профессора С.И. Злобина: сб. матер. секции в рамках II Междун. науч.-практ. конф. «Пенитенциарная система и общество: опыт взаимодействия» (Пермь, 2–4 апр. 2015 г.) / сост. И.А. Дербенева, И.С. Шилова. – Пермь: ФКОУ ВПО Пермский институт ФСИН России, 2015. – С. 33–36.

2. Судаков К.В. Дезинтеграция функциональных систем организма при эмоциональном стрессе: стратегии реабилитации / К.В. Судаков. – М.: Медицина, 2004. – С. 21–42.

3. Талалайкина Е.В. Педагогическая профилактика эмоционального выгорания студентов-первокурсников педагогического вуза / Е.В. Талалайкина, И.Л. Орехова // Оздоровление средствами образования и экологии: матер. VI Междун. науч.-практ. конф., 19–22 окт. 2009 г., г. Челябинск; / науч. ред. В.В. Латышин, З.И. Тюмасева, Б.Ф. Кваша. – СПб.: ЦНИТ «Астерион»; Челябинск: Изд-во ЧГПУ, 2009. – С. 139–142.

4. Юрьева Л.Н. Профессиональное выгорание у медицинских работников: формирование, профилактика, коррекция / Л.Н. Юрьева. – Киев: Сфера, 2004. – 272 с.

Якубова Я.А.

Научный руководитель: Артеменко Б.А., кандидат биологических наук, доцент

Южно-Уральский государственный гуманитарно-педагогический университет, г. Челябинск, Россия

Сказка как средство формирования экологического представления у детей дошкольного возраста

Аннотация. В статье раскрыты особенности формирования основ экологических знаний у детей дошкольного возраста средствами художественно литературы.

Ключевые слова: сказка, экологические представления, дети дошкольного возраста.

Yakubova Ya.A.

Supervisor: Artemenko B.A., candidate of biological Sciences, associate Professor

South Ural State Humanitarian Pedagogical University, Chelyabinsk, Russia

The Fairy tale as means of formation of ecological representations at children of preschool age

Abstract. The article reveals the features formation of the foundations ecological knowledge in preschool children by means of artistic literature.

Keywords: fairy tale, ecological representations, children of preschool age.

Экологическое воспитание закладывает у детей дошкольного возраста основы духовного развития личности ребенка: любовь к природе, нормы и правила поведения в окружающей среде, этические принципы отношения к природе, окружающему миру, развивает у детей чувство общности с живой природой [1; 5, с. 225–226]. Мы придерживаемся точки зрения Л.И. Егоренкова, что экологическое воспитание это социально-организованным процесс целенаправленного формирования у людей экологического сознания, развитие навыков правильного бережного отношения к окружающей среде (как природной, так и социальной), внедрения знаний о принципах и методах оптимизации этих отношений» [2].

Заложить основы экологического сознания, экологической культуры необходимо еще в дошкольном возрасте. Одним из средств экологического воспитания дошкольников является художественная литература [3]. Формирование у детей положительного эмоционального отношения к объектам и явлениям природы происходит, главным образом, в дошкольном возрасте путем передачи воспитателем своего собственного отношения, внушение им соответствующих эмоций при восприятии природы.

В настоящее время, в силу различных причин, характерной особенностью является ограниченность общения ребенка со сверстниками и родителями, а также недостаточность его контактов с природными объектами и явлениями. Именно сказка может стать той ступенькой, с которой начнется их взаимодействие.

В обучении и воспитании детей сказка занимает одно из первых мест. Сказка является средством обучения, воспитания, развития ребенка. Она привлекает его внимание к изучаемому материалу, активизирует знания и творческие способности. Сказку можно обсудить, обыграть. По мотивам сказок можно поставить кукольные спектакли, создать серии иллюстраций. Например, дети с легкостью берут на себя роль сказочных персонажей и рассуждают от их имени.

Известно, что дети лучше воспринимают и запоминают эмоционально окрашенный материал. Внимание ребенка также привлекают новизна, необычность исследуемых объектов, нестандартный взгляд на привычные предметы. Интерес детей к теме рассказа или занятия делает обучение более эффективным. Содержание и сюжет сказок должны быть доступны детям и подобраны по возрасту. Изложение должно быть выразительным. Могут быть использованы обычные сказочные приемы и известные персонажи, но главной темой должна быть охрана природы.

Сказки в доступной форме объясняют суть экологических проблем, причин их появления, помогают осмыслить окружающий мир и изменения взаимоотношений людей со средой обитания. Сказка не только развлекает, но и ненавязчиво воспитывает, знакомит ребенка с окружающим миром, добром и злом [4]. Сказка является одним из социально-педагогических средств формирования личности, она, как и любое произведение искусства, заставляет волноваться, сопереживать персонажам и событиям.

Уникальная ценность экологических сказок состоит в том, что эмоционально окрашенные образы и события, описанные в них, способствуют формированию у детей эмоционального отношения к описанным героям, событиям, явлениям. Дети сопереживают героям в сложных ситуациях, стараются им помочь, защитить их. В будущем эмоциональное отношение к объектам и явлениям

ям природы, которые были описаны в сказке, дети переносят в повседневное общение с природой, что обеспечивает формирование у них стойкого позитивного отношения к природе. Одновременно такое отношение побуждает детей к соответственным действиям в природе и является основой экологически рационального поведения. Ведь всем известно, что основываясь только на одних знаниях об объектах и явлениях природы, связях между ними, сформировать экологически рациональное поведение личности в природе невозможно.

Основная цель работы со сказкой экологического содержания: развитие личности дошкольника в процессе экологического воспитания через актуализацию имеющегося у детей непосредственного эмоционально-чувственного и литературного опыта путем включения его в процесс понимания экологического содержания сказочного произведения.

Работа со сказкой включает четыре этапа:

– на первом этапе детям предоставляется возможность приобретения непосредственного эмоционально-чувственного опыта общения с природой посредством их включения в кратковременные наблюдения за живыми объектами, с которыми дети затем встречаются в сказке;

– на втором этапе дети входят в область активного действенного освоения экологического содержания сказочного произведения;

– на третьем – овладевают средствами построения самостоятельного активного взаимодействия со сказочными образами природы, одно из фундаментальных средств – включение сказочных героев в различные экологические ситуации;

– на четвертом – творческое использование этих средств в самостоятельной деятельности.

Работа с детьми проходит в интересной и доступной форме. Наряду с организацией наблюдений, воспитатель использует и другие формы работы, способствующие накоплению детьми эмоционально-чувственного опыта.

На основании вышеизложенного, можно сделать вывод, что сказка является достаточно эффективным средством в повышении уровня экологической

воспитанности и бережного отношения к природе у дошкольников на занятиях в ДОУ и в повседневной жизни.

Литература

1. Быстрой Е.Б. Теория и технология экологического образования детей дошкольного возраста / Е.Б. Быстрой, Н.Е. Пермякова, Б.А. Артеменко и др. – Челябинск: Изд-во ЗАО «Цицеро», 2017. – 222 с.

2. Егоренков Л.И. Основы начального экологического воспитания / Л.И. Егоренков. – М.: Прометей, 2006. – 252 с.

3. Николаева С.Н. Методика экологического воспитания в детском саду / С.Н. Николаева. – М.: Просвещение, 2002. – 225 с.

4. Свалова Е.В. Формирование экологической культуры детей старшего дошкольного возраста посредством экологических сказок / Е.В. Свалова // Вопросы дошкольной педагогики. – 2017. – № 4. – С. 49–51.

5. Тюмасева З.И. Оздоровление детей России как инновационная педагогическая деятельность (в сфере дошкольного образования): монография / З.И. Тюмасева, И.Л. Орехова, Е.Г. Кушнина. – Челябинск: Изд-во ЗАО «Цицеро», 2012. – 299 с.

Ярушина Т.И.

Научный руководитель: Артеменко Б.А., кандидат биологических наук, доцент

Южно-Уральский государственный гуманитарно-педагогический университет, г. Челябинск, Россия

Выбросы угольного разреза г. Коркино как одна из региональных проблем Челябинской области

Аннотация. Угольный разрез в городе Коркино Челябинской области много лет является объектом обсуждения правительства города и области, экологов, а также местных жителей. Влияние выбросов на здоровье людей – одна из самых острых проблем, которая остается нерешенной на протяжении длительного времени.

Ключевые слова: здоровье, экология, выбросы, загрязнение воздуха.

Yarushina T.I.

Supervisor: Artemenko B.A., candidate of biological Sciences, associate Professor

South Ural State Humanitarian Pedagogical University, Chelyabinsk, Russia

The impact of coal mine emissions on the health of residents of Korkino and its environs as one of the regional problems of the Chelyabinsk region

Abstract. The coal mine in the city of Korkino, Chelyabinsk region, has been for many years an object of discussion between the city and regional government, environmentalists, and local residents. The impact of emissions on human health is one of the most acute problems that has remained unsolved for a long time.

Keywords: health, ecology, emissions, air pollution.

В 2017 году Челябинская область была признана самым грязным регионом страны, возглавив «Экологический рейтинг субъектов РФ», составленный общероссийской общественной организацией «Зеленый патруль». По словам жителей, в регионе часто наблюдаются «химические» облака, а из-за тумана трудно дышать. Почему страдают жители, кого можно назвать виновным и как изменить данное положение дел? На эти вопросы попытались найти ответы эксперты в ходе круглого стола, состоявшегося 31 января 2018 года в Общественной палате Челябинской области. Главная тема заседания – улучшение качества атмосферного воздуха в регионе. На территории Челябинска расположено несколько вредных производств, в том числе металлургические заводы, литейное, химическое и химико-фармацевтическое производство. Все они наносят сильный удар по экологии. В данной статье особое внимание будет уделено шахте по добыче бурого угля в г. Коркино.

Шахта «Коркинская» или «Коркинский угольный разрез» – один из крупнейших разрезов Коркинского угольного месторождения. Входит в состав Челябинского бурогоугольного бассейна, расположенного в пределах Южного Урала. Его размеры составляют: длина – 5,5 км, ширина – 3,5 км, глубина – 510 метров. Разрез «Коркинский» принадлежит Челябинской угольной компании, добывающей в ней уголь открытым способом. Коркинский разрез является самым глубоким в Евразии и вторым в мире угольным разрезом. г. Коркино находится в 35 км к югу от Челябинска, граничит с территорией Копейска, Еткульского и Сосновского районов. Расположен недалеко от автомагистрали Челябинск-Магнитогорск, вблизи железной дороги Челябинск-Троицк. Открытие бассейна состоялось в 1832 году. В 2005 году – рекордные объемы добычи угля в постсоветское время, на поверхность подняли 3,3 миллиона тонн угля [1; 2].

В феврале 2012 года Коркинский разрез посетил с проверкой президент РФ В.В. Путин. Было принято решение о поэтапном закрытии разреза и переселении части жителей поселка Роза и Коркино. С 20 ноября 2012 г. Коркинский разрез остановил работы по добыче и вывозу горной массы. В данный момент предприятие не работает. Еще год назад здесь числилось почти 500 сотрудников, большинство из которых – жители Коркино и близлежащего поселка Роза.

Главная причина жалоб жителей – на разрезе постоянно возникают естественные возгорания, которые зачастую являются причиной смога в Челябинске и других городах. Его выбросы содержат бензопирен и сероводород, в разы превышающие нормы экологического предела. Коркинский угольный разрез представляет собой огромную яму глубиной более 500 метров и площадью более 800 гектаров. Отметим, что СМИ неоднократно писали о жалобах жителей, ведь истинный объем бедствия становится понятен только тогда, когда своими глазами видишь окутавший город туман с запахом дыма и гари. Только в таком случае приходит осознание того, что рассказы о смоге, приходящем с Коркинского района в Новосинеглазово и Ленинский район Челябинска, – реальность. При этом добыча угля в Коркинском разрезе была прекращена в 2017 году. В выработанном карьере практически постоянно возникают обвалы боковин и эндогенные пожары. В итоге регулярные возгорания на оставшемся без хозяина угольном разрезе провоцируют заболевания органов дыхания у местных жителей, вызывают сильнейшие головные боли.

Эксперты, общественные деятели и экологи на протяжении длительного времени ищут способ исправления сложившейся ситуации. Многие из них считают, что Коркинский разрез нужно ликвидировать. Однако, по подсчетам специалистов, на это потребуется от 20 до 30 млрд рублей. Президент В.В. Путин поручил челябинскому губернатору Б.А. Дубровскому начать рекультивацию Коркинского разреза. Заняться этим должно было созданное Челябинской угольной компанией и «Русской медной компанией» предприятие «Промрекультивация», каждая сторона должна была вложить в проект по 3 млрд руб. Однако, как сообщают СМИ, владелец Челябинской угольной компании Кон-

стантин Струков совершил демарш, выкачав из Коркинского разреза все возможные доходы и превратив его в гигантскую зловонную яму, пожары в которой постоянно отравляют атмосферу окрестных территорий и Челябинска. В результате, Коркино и Челябинск могут получить реальную социально-экологическую катастрофу в ближайшее время.

Стоит отметить, что эксперты предлагают единственный реально возможный вариант рекультивации разреза – путем закладки материалов с Томинского горно-обогатительного комбината. Это позволит как укрепить стенки карьера, так и потушить эндогенные пожары, практически «зацементировав» гигантскую яму, со временем превратив ее в совершенно безопасный пруд. Жителей настораживает явное противоречие: одно из известных общественных движений «СТОП-ГОК» ставит целью не допустить строительства Томинского ГОКа. Между тем, именно при его возведении планируется рекультивировать Коркинский разрез, тем самым кардинально улучшив экологическую обстановку в регионе.

Таким образом, выбросы с Коркинского угольного разреза являются одной из явных причин смога на достаточно большой территории, и вызывают массу споров у жителей, экологов и экспертов Челябинской области, так как каждый имеет свой взгляд на решение данной региональной проблемы.

Литература

1. Коркино и Коркинский карьер [Электронный ресурс] / Ураловед: портал знатоков и любителей Урала. – URL: <https://uraloved.ru/goroda-i-sela/chelyabinskaya-obl/korkino-i-korkinskij-karyer> (дата обращения: 23.03.2018).

2. Коркино и Коркинский разрез [Электронный ресурс] / Putevoj Dnevnik.ru – URL: <http://putevojdnevnik.ru/rossia/ural/260-korkinskij-razrez> (дата обращения: 23.08.2018).

3. Шахта Коркинская [Электронный ресурс] / Википедия: свободная энциклопедия. – URL:

https://ru.wikipedia.org/wiki/%D0%A8%D0%B0%D1%85%D1%82%D0%B0_%C2%AB%D0%9A%D0%BE%D1%80%D0%BA%D0%B8%D0%BD%D1%81%D0%BA%D0%B0%D1%8F%C2%BB (дата обращения: 23.03.2018).

Научное издание

**Экологическая безопасность,
здоровье и образование**

Сборник статей
XI Всероссийской научно-практической конференции
молодых ученых, аспирантов и студентов

Часть 1

ISBN 978-5-93162-042-8 (общий)
ISBN 978-5-93162-043-5 (1 часть)

Компьютерная верстка А.С. Шкитовой

Объем __, __ уч.-печ. л.
Тираж 500 экз.
Формат 60 x 84 1/16

Подписано в печать 18.05.2018 г.
Бумага офсетная
Заказ № _____

Издательство ЗАО «Библиотека А. Миллера»
459091, г. Челябинск, ул. Свободы, 159

Отпечатано с готового оригинала-макета
в типографии ФГБОУ ВО «ЮУрГГПУ»
454080, г. Челябинск, пр. Ленина, 69