

Рецензия
на программу внеурочной деятельности «Учимся играть в настольный теннис»
учителя физической культуры МАОУ СОШ № 66 г. Краснодара
Щербаковой Алёны Сергеевны

Программа внеурочной деятельности «Учимся играть в настольный теннис» составлена на основе учебно-методической литературы, носит спортивно-оздоровительную направленность, предназначена для обучающихся 5-х классов, желающих развивать свой двигательный потенциал, повышать умственную и физическую работоспособность, формировать социальные компетентности, разнообразить свой досуг.

Цель курса: раскрытие физического умственного, нравственного, эстетического, волевого потенциала личности обучающихся, обеспечение содержательного нравственно-здорового досуга.

Задачи: обучение основам настольного тенниса, подготовка учащихся к соревнованиям, воспитание, осуществление всестороннего физического развития обучающихся.

По окончании курса обучающиеся будут знать основы теории и практики настольного тенниса, уметь производить расчеты на несколько ходов вперед, моделировать комбинации игры, овладеют элементарными навыками игры в настольный теннис.

При реализации программы используется безотметочная система оценки знаний, индивидуальные результаты обучающихся фиксируются по результатам турниров по настольному теннису.

При реализации программы учитываются индивидуальные особенности учащихся, уровень их физической подготовки, осуществляется индивидуальный подход при обучении данному курсу.

Программой курса по настольному теннису предполагается построение занятий на принципах сотрудничества и сотворчества учащихся и тренера, обеспечение роста творческого потенциала, познавательных мотивов учащихся, обогащение форм взаимодействия со сверстниками и взрослыми в познавательной деятельности, ориентация на привлечение детского опыта в качестве ресурса построения занятия, возможность переноса полученных знаний на другое учебное и вне учебное содержание, разнообразие организационных форм.

Для реализации необходимо наличие спортивного инвентаря.

Рецензируемая программа актуальна для системы образования, интересна по содержанию. Программа соответствует требованиям ФГОС и может быть рекомендована для использования в образовательных организациях.

21.06.2019

Рецензент: Доцент кафедры организации и методики профессионального образования, к.б.н.
Моисеева Татьяна Викторовна

Подпись удостоверяю

секретарь, дипломпродюсер Ельвины





АКТУАЛЬНЫЕ ПРОБЛЕМЫ ФИЗИЧЕСКОЙ КУЛЬТУРЫ, СПОРТА И ТУРИЗМА

ХIII Международная научно-практическая конференция,
посвященная 70-летию кафедры физического воспитания УГАТУ

Уфа 2019



Министерство науки и высшего образования Российской Федерации
Министерство молодежной политики и спорта РБ
ФГБОУ ВО «Уфимский государственный авиационный
технический университет»

ФГБОУ ВО «Уфимский государственный нефтяной технический университет»
ФГБОУ ВО «Башкирский государственный педагогический
университет им. М. Акмуллы»

Бирский филиал ФГБОУ ВО «Башкирский государственный университет»
ФГБОУ ВО «Национальный государственный университет физической
культуры, спорта и здоровья им. П. Ф. Лесгафта»

Башкортостанское отделение Петровской академии наук и искусств

АКТУАЛЬНЫЕ ПРОБЛЕМЫ ФИЗИЧЕСКОЙ КУЛЬТУРЫ, СПОРТА И ТУРИЗМА

*XIII Международная научно-практическая конференция,
посвященная 70-летию кафедры физического воспитания УГАТУ*

Уфа 2019

Актуальные проблемы физической культуры, спорта и туризма: материалы XIII Международной научно-практической конференции / Уфимск. гос. авиац. техн. ун-т. – Уфа : РИК УГАТУ, 2019. – 585 с.

Содержатся статьи, включенные в программу XIII Международной научно-практической конференции «Актуальные проблемы физической культуры, спорта и туризма», посвященной 70-летию кафедры физического воспитания УГАТУ, состоявшейся в г. Уфе 21–23 марта 2019 г.

Рассматриваются актуальные теоретические и практические вопросы формирования системы оздоровления учащейся молодежи средствами физической культуры, совершенствования процесса подготовки спортсменов различного квалификационного уровня и научно-медицинского обеспечения физической культуры, спорта и туризма.

Редакционная коллегия:

Н. К. Криони – д-р техн. наук, профессор, ректор УГАТУ

С. В. Чертовских – канд. техн. наук, профессор, проректор по УР

Г. И. Мокеев – зав. кафедрой физического воспитания, д-р пед. наук, профессор (ответственный редактор)

К. В. Шестаков – канд. пед. наук, доцент кафедры физического воспитания УГАТУ

Н. В. Тютюкова – зав. учебно-методическим кабинетом кафедры физического воспитания УГАТУ

Материалы публикуются в авторской редакции.

Тимербаев Р. Н., Лутфуллина А. С. УРОВЕНЬ ФИЗИЧЕСКОЙ ПОДГОТОВЛЕННОСТИ СТУДЕНТОВ I–IV КУРСОВ, ЗАНИМАЮЩИХСЯ В ГРУППАХ РАЗНОЙ ФИЗКУЛЬТУРНО-СПОРТИВНОЙ НАПРАВЛЕННОСТИ ОБЩЕНАУЧНОГО ФАКУЛЬТЕТА УГАТУ	182
Тулубаева А. С., Тулубаева В. И. АНАЛИЗ УРОВНЯ ФИЗИЧЕСКОЙ ПОДГОТОВЛЕННОСТИ СТУДЕНТОК УГАТУ СПЕЦИАЛИЗАЦИИ «АЭРОБИКА» ЗА 2017–2018 УЧЕБНЫЙ ГОД	187
Троя А. Г. СРАВНИТЕЛЬНЫЙ АНАЛИЗ ДИНАМИКИ ФИЗИЧЕСКОЙ ПОДГОТОВЛЕННОСТИ СТУДЕНТОВ УФИМСКОГО ГОСУДАРСТВЕННОГО АВИАЦИОННОГО ТЕХНИЧЕСКОГО УНИВЕРСИТЕТА	191
Усманов В. Ф., Арсенова О. Е. ОСОБЕННОСТИ СОДЕРЖАНИЯ И МЕТОДИКИ ПРОВЕДЕНИЯ ФИЗКУЛЬТУРНЫХ ЗАНЯТИЙ С ДОШКОЛЬНИКАМИ 6-7 ЛЕТ	196
Федулина И. Р., Глинчикова Л. А., Тимченко Т. В., Гараева И. К. ФИЗИЧЕСКАЯ КУЛЬТУРА И СПОРТ КАК СОЦИАЛЬНО-ЦЕННОСТНАЯ СИСТЕМА ...	198
Филиппов В. Ю., Ардеев Р. Г. АКТУАЛЬНЫЕ ПРОБЛЕМЫ ОРГАНИЗАЦИИ ФИЗИЧЕСКОГО ВОСПИТАНИЯ В СОВРЕМЕННОЙ ШКОЛЕ	203
Филиппов В. Ю., Ардеев Р. Г. ИСПОЛЬЗОВАНИЕ ПОДВИЖНЫХ ИГР КАК СРЕДСТВО УКРЕПЛЕНИЯ ЗДОРОВЬЯ И РАЗВИТИЯ ДЕТЕЙ ДОШКОЛЬНОГО ВОЗРАСТА	205
Филиппов Н. А., Романов В. М. СОЦИАЛЬНЫЕ ФУНКЦИИ СПОРТА И ИХ ВЛИЯНИЕ НА РАЗВИТИЕ ОБРАЗОВАТЕЛЬНОЙ СИСТЕМЫ	208
Хабибуллин И. Н., Закиров И. М., Усманов В. Ф. ВОСПИТАНИЕ ГИБКОСТИ У ДЕТЕЙ МЛАДШЕГО ШКОЛЬНОГО ВОЗРАСТА	211
Черемхина И. П., Тютюкова Н. В. ОПЫТ ПРОВЕДЕНИЯ СОРЕВНОВАНИЙ ПО ФИТНЕС-АЭРОБИКЕ В УФИМСКОМ ГОСУДАРСТВЕННОМ АВИАЦИОННОМ ТЕХНИЧЕСКОМ УНИВЕРСИТЕТЕ	213
Черепанова И. О., Дунаев К. С., Шагова О. В. ВЛИЯНИЕ ТУРИЗМА НА ОБЩУЮ ФИЗИЧЕСКУЮ ПОДГОТОВКУ ФИГУРИСТОВ НА ЭТАПЕ СПОРТИВНОЙ СПЕЦИАЛИЗАЦИИ	216
Шадрина Е. Ю. АКТУАЛЬНЫЕ ПРОБЛЕМЫ ЗАНЯТИЙ ЛЫЖНЫМ СПОРТОМ СТУДЕНТОВ ФАРМАЦЕВТИЧЕСКОГО ФИЛИАЛА ГБПОУ «СОМК»	219
Щербакова А. С., Дмитренко Л. А. ПОДГОТОВКА МЛАДШИХ ШКОЛЬНИКОВ К СДАЧЕ НОРМ ВФСК ГТО В СРЕДНИХ ОБЩЕОБРАЗОВАТЕЛЬНЫХ УЧРЕЖДЕНИЯХ	221
Шукина С. М., Ардеев Р. Г. ВОСПИТАНИЕ ГИБКОСТИ У ДЕТЕЙ СТАРШЕГО ДОШКОЛЬНОГО ВОЗРАСТА	225
Яннурова Е. Л., Крутько В. Б. ФИЗИЧЕСКАЯ ПОДГОТОВЛЕННОСТЬ ДЕВУШЕК VI СТУПЕНИ К ВЫПОЛНЕНИЮ ОБЯЗАТЕЛЬНЫХ НОРМАТИВОВ ГТО	228

Таким образом, воспитание интереса и желания заниматься лыжным спортом возникнет и разовьется, только тогда, когда все звенья образования (родители, педагоги, сокурсники) будут «в одной упряжке», когда у студентов будут сформированы интерес, потребность, устойчивая положительная мотивация, а систематические занятия физической культурой помогут приобрести определенный уровень знаний и физической подготовленности.

Щербак А. С., Дмитренко Л. А.

Кубанский государственный университет физической культуры, спорта и туризма, Краснодар, Россия

ПОДГОТОВКА МЛАДШИХ ШКОЛЬНИКОВ К СДАЧЕ НОРМ ВФСК ГТО В СРЕДНИХ ОБЩЕОБРАЗОВАТЕЛЬНЫХ УЧРЕЖДЕНИЯХ

Аннотация: в исследовании представлены результаты оценки уровня физической подготовленности младших школьников по результатам выполнения испытаний комплекса ГТО. Установлено соотношение знаков отличия, на которые могут претендовать учащиеся разных классов. Показана возможность применения нормативов ВФСК ГТО, как элемента управления содержанием уроков физической культуры в школе.

Ключевые слова: учащиеся младших классов, уровень физической подготовленности, содержание уроков физической культуры.

Sheherbakov A. S., Dmitrenko L. A.

Kuban state university of physical culture, sport and tourism, Krasnodar, Russia

TRAINING YOUNGER STUDENTS TO DELIVER THE STANDARDS OF ASC RLD IN SECADRY EDUCATIAL INSTITUTIS

Annotation: The study presents the results of assessing the level of younger students physical training according to the results of GTO complex tests. The ratio of insignia has been established that secd grade students can claim. The possibility of applying the standards of the VFSK GTO as an element of cten management of physical educati lesss at school is shown.

Keywords: primary school students, the level of physical training, the cten of physical educati lesss.

Введение

Комплексе «Готов к труду и обороне» введен в действие в целях создания эффективной системы физического воспитания, направленной на развитие человеческого потенциала и укрепление здоровья населения. Одним из направлений развития комплекса ГТО является научно-методическое сопровождение его реализации [2].

Цель исследования – изучить возможность применения нормативов ВФСЖ ГТО, как элемента управления содержанием уроков физической культуры в школе.

Задачи исследования:

1. Провести испытания по программе Комплекса среди учащихся вторых классов общеобразовательной школы и установить соотношение знаков отличия, на которые могут претендовать школьники.
2. Определить задачи физической подготовки на уроках физической культуры для улучшения результатов выполнения испытаний I и II ступени комплекса ГТО.

Исследование проводилось на базе МБОУ СОШ № 66 г. Краснодара среди учащихся вторых классов. Испытания I ступени Комплекса выполняют дети в возрасте от 6 до 8 лет, II ступени – 9-10 лет. В параллели вторых классов дети в возрасте 8 лет составляют 60 % и дети в возрасте 9 лет – 40 %. Все испытуемые проходили тестирование, соответствующее I ступени Комплекса. Оценивание результатов проводилось соответственно их возрасту. Испытания проводились в середине учебного года и условия их проведения были ограничены спортивным залом. Поэтому обязательное испытание «Смешанное передвижение на 1км», которое оценивает общую выносливость, планируется проводить позднее, во время уроков на открытом воздухе.

Результаты обязательных испытаний представлены на рисунках 1-3. Более 75 % учащихся показали готовность к выполнению норматива «Челночный бег 3x10м», который отражает развитие быстроты и ловкости. Непосредственно челночному бегу достаточно внимания было уделено в течение 1 четверти. В течение 2 четверти развитию координации способствовали упражнения из раздела «Гимнастика». Младший школьный возраст по данным Лях В. И. [1] является наиболее благоприятным для формирования координационных способностей. При этом автор отмечает, что нереализованный потенциал этого качества в младшем школьном возрасте достаточно трудно, а иногда, и невозможно наверстать позднее. Поэтому, несмотря на достаточно хорошие показатели, которые продемонстрировали учащиеся в этом испытании необходимо уделить этому качеству должное внимание при планировании уроков физической культуры в 3 четверти, где основным средством физического воспитания выступают спортивные и подвижные игры.

При выполнении контрольного испытания «Сгибание и разгибание рук в упоре лежа на полу» учащиеся продемонстрировали низкий уровень развития силовой выносливости мышц верхнего плечевого пояса. 56 % учащихся вторых классов не готовы к прохождению данного испытания в рамках комплекса.



Рис. 1. Результаты испытания «Челночный бег 3x10м (с)», %

В выполнении данного упражнения принимают активное участие мышцы груди и плеча, статическую работу выполняют мышцы брюшного пресса, шеи, передняя зубчатая мышца. Последние, участвуют в поддержании вертикального положения человека, и их тренированность влияет на формирование правильной осанки. В этом возрасте, у детей часто еще не сформировано правильное положение лопатки существенную роль, в котором играет передняя зубчатая мышца. Поэтому, при планировании содержания уроков физической культуры во вторых классах особое внимание необходимо уделить укреплению поструральных мышц тела.

Анализ содержания календарно-тематического плана уроков показал, что проведению тестирования предшествовал раздел программы, в котором средствами физического воспитания выступали упражнения из раздела «Гимнастика». Считается, что занятия гимнастикой в первую очередь способствуют укреплению опорно-двигательного аппарата. Изучение содержания занятий показало, что из 24 уроков 18 было посвящено развитию координационных способностей и всего 6 были направлены на укрепление опорно-двигательного аппарата. В дальнейшем целесообразно пересмотреть комплекс средств, включенных в данный раздел.



Рис. 2. Результаты испытания «Сгибание и разгибание рук в упоре лежа на полу (количество раз)», %

Учащиеся вторых классов продемонстрировали достаточно высокие показатели подготовленности при выполнении испытания «Наклон вперед из положения стоя с прямыми ногами на гимнастической скамье», отражающий показатели гибкости (рисунок 3). 92 % испытуемых выполнили данное контрольное упражнение на уровне соответствующем с различным знаком отличия.

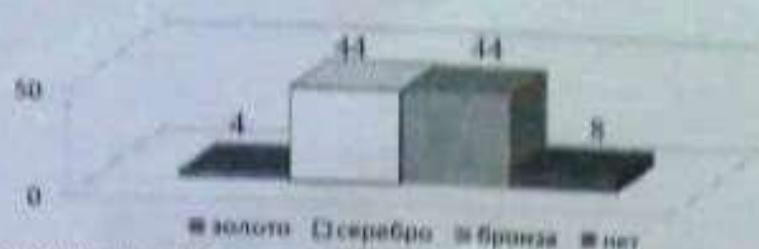


Рис. 3. Результаты испытания «Наклон вперед из положения стоя с прямыми ногами на гимнастической скамье (от уровня скамьи - см)», %

К дополнительным испытаниям Комплекса относится упражнение «Прыжок в длину с места толчком двумя ногами». При выполнении данного упражнения всего 2% учащихся показали результат, соответствующий какому-либо значку. Данный результат можно объяснить тем, что согласно программе по физической культуре взрывная сила мышц ног развивается средствами легкой атлетики, раздел которой запланирован на 4 четверть.

Испытуемые вторых классов показали высокий результат при выполнении испытания «Поднимание туловища из положения лежа на спине» (рисунок 4). 24 % учащихся показали результат соответствующий золотому знаку отличия и 76% серебряному.



Рис. 4. Результаты испытания «Поднимание туловища из положения лежа на спине», (количество раз за 1 мин), %

Достаточно хороший результат учащиеся вторых классов продемонстрировали в испытании, относящемся к обязательным во II ступени Комплекса «Бег на 30м (с)» (рисунок 5).



Рис. 5. Результаты испытания «Бег на 30м (с)», %

Данное упражнение было включено в программу тестирования в связи с тем, что 40 % испытуемых составляют ученики в возрасте 9 лет. Не прошли испытания всего 20 % учащихся.

Выводы. Тестирование учащихся вторых классов показало, что они имеют хороший уровень подготовленности в упражнениях, отражающих уровень координационных способностей, где количество выполнивших

норматив на знак отличия достигает 76 %, быстроты – 80 %, гибкости – 92 %, выносливости мышц брюшного пресса – 100 %.

Слабый уровень подготовленности испытуемые продемонстрировали в испытаниях отражающих силовую выносливость верхнего плечевого пояса, где 56 % учеников не выполнили норматив и взрывную силу мышц ног, где с испытанием не справились 98% школьников. В соответствии полученными результатами целесообразно внести коррективы в содержание уроков в разделе «Гимнастика» во 2 четверти и «Спортивные и подвижные игры» в 3 четверти.

СПИСОК ЛИТЕРАТУРЫ:

1. Лях В. И. Координационные способности: диагностика и развитие /В. И. Лях. – М.: ТВТ Движон, 2006. – 290с.
2. Римави А. И. Методика подготовки старшеклассников к сдаче норм комплекса ГТО с использованием средств пляжного волейбола / А. И. Римави и др. // Физическая культура, спорт – наука и практика. – 2018. - №3. – С. 9-15.

Щукина С. М., Ардеев Р. Г.

Бирский филиал Башкирского государственного университета, Бирск, Россия

ВОСПИТАНИЕ ГИБКОСТИ У ДЕТЕЙ СТАРШЕГО ДОШКОЛЬНОГО ВОЗРАСТА

Аннотация: в статье говорится о целесообразности включения комплекса общеразвивающих упражнений, представляющего собой систему специально разработанных движений для воспитания гибкости.

Ключевые слова: стретчинг, гибкость, методика ее воспитания, подвижные игры, игровой метод.

Shchukina S. M., Ardeev R. G.

Birsk branch Bashkir state university, Birsk, Russia

EDUCATI FLEXIBILITY IN CHILDREN OF SENIOR PRESCHOOL AGE

Annotation: The article deals with the expediency of including a complex of General developmental exercises, which is a system of specially designed movements for flexibility education

Keywords: stretching, flexibility, methods of its educati, outdoor games, game method.

МИНИСТЕРСТВО СПОРТА РОССИЙСКОЙ ФЕДЕРАЦИИ

КУБАНСКИЙ ГОСУДАРСТВЕННЫЙ УНИВЕРСИТЕТ
ФИЗИЧЕСКОЙ КУЛЬТУРЫ, СПОРТА И ТУРИЗМА

**МАТЕРИАЛЫ
IV ВСЕРОССИЙСКОЙ НАУЧНО-ПРАКТИЧЕСКОЙ КОНФЕРЕНЦИИ
С МЕЖДУНАРОДНЫМ УЧАСТИЕМ
«ТЕОРИЯ И МЕТОДОЛОГИЯ ИННОВАЦИОННЫХ НАПРАВЛЕНИЙ
ФИЗКУЛЬТУРНОГО ВОСПИТАНИЯ ДЕТЕЙ
ДОШКОЛЬНОГО ВОЗРАСТА»**

(г. Краснодар, 29 апреля 2014 года)

**Краснодар
2014**

УДК 373.203.71 (06)
ББК 74.100.5я 73
Т 33

Редакционная коллегия:

профессор С. М. Ахметов, профессор А.А. Тарасенко,
профессор Г.Д. Алексанянц, профессор Ю.К. Чернышенко,
профессор М.М. Шестаков, профессор А.И. Погребной,
профессор В.А. Баландин, профессор Б.Ф. Курдюков, профессор
Е.В. Демидова, доцент Е.А. Пархоменко, доцент Л.И. Просоедова

Т 33

Материалы IV Всероссийской научно-практической конференции с международным участием «Теория и методология инновационных направлений физкультурного воспитания детей дошкольного возраста» (г. Краснодар, 29 апреля 2014 года) [Текст]: материалы конференции / ред. колл. С.М. Ахметов, А.А. Тарасенко, Г.Д. Алексанянц, Ю.К. Чернышенко, М.М. Шестаков, А.И. Погребной, В.А. Баландин, Б.Ф. Курдюков, Е.В. Демидова, Е.А. Пархоменко, Л.И. Просоедова. – Краснодар: КГУФКСТ, 2014. – 194 с.

В сборнике материалов конференции представлены результаты исследований и разработок, проведенных специалистами дошкольного образования по актуальным проблемам физкультурного воспитания детей дошкольного возраста.

УДК 373.203.71 (06)
ББК 74.100.5я 73

© Кубанский государственный университет
физической культуры, спорта и туризма, 2014

ОРГАНИЗАЦИЯ ЗДОРОВОГО ОБРАЗА ЖИЗНИ ДЕТЕЙ ДОШКОЛЬНОГО ВОЗРАСТА

Е. А. Абу Аль-Нади, Ю. К. Чернышенко
Кубанский государственный университет физической культуры, спорта и
туризма

Здоровый образ жизни рассматривается с двух позиций: как фактор здоровья, полноценного развития ребенка и как главное условие формирования у него навыков здорового поведения. Для реализации этой позиции необходимо создание в дошкольном учреждении оптимальных условий, таких как: эколого-гигиенические условия, психологический комфорт, рациональный распорядок дня, оптимальная двигательная активность, закаливание. Для ознакомления дошкольников с основами здорового образа жизни в детском саду желательно организовать: 1) музыкально-физкультурный зал с современным оборудованием; 2) физкультурный уголок в групповой комнате с пособиями, которые стимулируют активные движения детей, способствуют закреплению двигательных умений, освоенных на занятиях физкультурой. Каждое пособие остается в уголке не более 5-7 дней, пока оно вызывает интерес у детей и правильно ими используется, а затем заменяется другим; 3) спортивная площадка (на участке детского сада); 4) уголок релаксации в групповой комнате; 5) медицинский кабинет. Одним из приоритетных направлений деятельности ДООУ являются охрана и укрепление здоровья детей. В дошкольном учреждении должны быть организованы оздоровительные, профилактические и противоэпидемические мероприятия, включающие систему эффективных закаливающих процедур, разработанных для каждого возраста с учетом группы здоровья ребенка: контрастное закаливание ног; ходьбу, солевое закаливание ног; контрастные воздушные ванны; влажные обтирания; босохождение; точечный массаж; полоскание горла и рта настоями трав; максимальное пребывание детей на свежем воздухе; оздоровительные комплексы. Мероприятия по укреплению иммунитета в период обострения гриппа, вакцинация детей должны проводиться согласно национальному календарю профилактических прививок. Все дети должны быть привиты по возрасту, своевременно. Особое место отводится физкультурно-оздоровительной работе. Систематически должны проводиться закаливание, утренняя гимнастика, корригирующая гимнастика, физкультурные занятия, использоваться физминутки во время занятий, организовываться двигательная активность детей на свежем воздухе, спортивные развлечения. Для реализации всей системы по формированию здорового образа жизни у детей необходимо проводить активную, целенаправленную работу с родителями. В течение года большое внимание уделять организации консультаций, родительских собраний, заседаний комитетов, на которых рассмотрение вопросов о здоровье детей будет приоритетным. Таким образом, если правильно организовать развивающую среду с учетом возрастных особенностей детей, привлекать к

Научное издание

**МАТЕРИАЛЫ
IV ВСЕРОССИЙСКОЙ НАУЧНО-ПРАКТИЧЕСКОЙ КОНФЕРЕНЦИИ
С МЕЖДУНАРОДНЫМ УЧАСТИЕМ
«ТЕОРИЯ И МЕТОДОЛОГИЯ ИННОВАЦИОННЫХ НАПРАВЛЕНИЙ
ФИЗКУЛЬТУРНОГО ВОСПИТАНИЯ ДЕТЕЙ
ДОШКОЛЬНОГО ВОЗРАСТА»
(г. Краснодар, 29 апрель 2014 года)**

Материалы конференции

Ответственный редактор	М.Т. Гандалоева
Технический редактор	В. А. Прусова
Корректор	С. С. Деркачева
Оригинал-макет подготовила	Т.А. Логачева

Подписано в печать 21.07.2014 г.

Формат 60x90/16.

Бумага для офисной техники.

Усл. печ. л. 12,1. Тираж 140 экз. Заказ № 26.

Отпечатано на множительной технике.

Редакционно-издательский отдел
Кубанского государственного университета
физической культуры, спорта и туризма»
350015, г. Краснодар, ул. Буденного, 161

Сылкина М.И., Иванова Н.В., Городецкая Ю.Ю., Курдюкова Е.А. АНАЛИЗ ПОЛОЖЕНИЯ МОЛОДЕЖИ НА РОССИЙСКОМ РЫНКЕ.....	144
Сылкина М.И., Иванова Н.В., Курдюкова Е.А. СОЦИАЛЬНЫЕ СЕТИ КАК ФАКТОР СОЦИАЛИЗАЦИИ ПОДРОСТКОВ.....	145
Таболкина Л.А. ОРГАНИЗАЦИЯ ОЗДОРОВИТЕЛЬНО-ПЕДАГОГИЧЕСКИХ МЕРОПРИЯТИЙ В ДОУ НА СОВРЕМЕННОМ ЭТАПЕ.....	147
Тасуева М.И., Смутьская Е.В., Желудко М.Б. ПАЛЬЧИКОВАЯ ГИМНАСТИКА КАК ОСНОВНОЙ ВИД УПРАЖНЕНИЙ ДЛЯ РАЗВИТИЯ УСТНОЙ И ПИСЬМЕННОЙ РЕЧИ ДОШКОЛЬНИКОВ С СИНДРОМОМ ДАЙНА.....	149
Тимохина С.В., Рохмань С.Д. ОБУЧЕНИЕ РИСОВАНИЮ КАК СРЕДСТВО ПОВЫШЕНИЯ ПСИХОФИЗИЧЕСКОГО ЗДОРОВЬЯ ДЕТЕЙ СТАРШЕГО ДОШКОЛЬНОГО ВОЗРАСТА.....	151
Тимошенко А.А. СОЦИАЛИЗАЦИЯ ДОШКОЛЬНИКОВ С ОВЗ В СОВРЕМЕННОМ ОБЩЕСТВЕ И ОБРАЗОВАТЕЛЬНАЯ ПОДДЕРЖКА РОДИТЕЛЕЙ.....	152
Узденова Д.М., Иванова Н.В., Городецкая Ю.Ю. ИНТЕРНЕТ В ЖИЗНИ СТУДЕНТОВ.....	155
Фесенко И.В., Бабаева Т.Ю., Рассадина Э.В. ИСПОЛЬЗОВАНИЕ СКАЗКОТЕРАПИИ В ПСИХОЛОГО-ПЕДАГОГИЧЕСКОМ СОПРОВОЖДЕНИИ ДЕТЕЙ С ОГРАНИЧЕННЫМИ ВОЗМОЖНОСТЯМИ.....	157
Хамидуллина А.Ю. ОРГАНИЗАЦИЯ И СОДЕРЖАНИЕ СОВРЕМЕННОЙ ФИЗКУЛЬТУРНО- ОЗДОРОВИТЕЛЬНОЙ ДЕЯТЕЛЬНОСТИ РОДИТЕЛЕЙ И ДЕТЕЙ ДОШКОЛЬНОГО ВОЗРАСТА.....	158
Ханжабова А.Д. ПРОБЛЕМА ПОДГОТОВКИ ПЕДАГОГИЧЕСКИХ КАДРОВ ДЛЯ ДОШКОЛЬНЫХ ОБРАЗОВАТЕЛЬНЫХ УЧРЕЖДЕНИЙ.....	160
Хвичавя Е.В. ВЗАИМОДЕЙСТВИЕ СПЕЦИАЛИСТОВ ДОУ И РОДИТЕЛЕЙ В ПРОЦЕССЕ ФИЗКУЛЬТУРНОГО ВОСПИТАНИЯ ДЕТЕЙ.....	161
Цыганкова Н.Н., Каравая Т.Ю. ОРГАНИЗАЦИЯ ЗДОРОВОГО ОБРАЗА ЖИЗНИ ДЕТЕЙ ДОШКОЛЬНОГО ВОЗРАСТА.....	163
Чекалина С.В., Алексеева Е.А., Айрапетян Б.Б. ЗДОРОВЬЕСБЕРЕГАЮЩИЕ ТЕХНОЛОГИИ В ДЕТСКОМ САДУ.....	165
Червонько С.Н., Козлова Е.Е. ДИФФЕРЕНЦИРОВАННЫЙ ПОДХОД К ВЗАИМОДЕЙСТВИЮ ДЕТСКОГО САДА С СЕМЬЕЙ В ФОРМИРОВАНИИ ОСНОВ ЗДОРОВОГО ОБРАЗА ЖИЗНИ У ВСЕХ УЧАСТНИКОВ ОБРАЗОВАТЕЛЬНОГО ПРОЦЕССА.....	167
Черных И.В., Баландин В.А. ИСПОЛЬЗОВАНИЕ СПОРТИВНОГО ОБОРУДОВАНИЯ И ИНВЕНТАРЯ ДЛЯ ВСЕСТОРОННЕГО РАЗВИТИЯ ДЕТЕЙ СТАРШЕГО ДОШКОЛЬНОГО ВОЗРАСТА.....	169

Чернышенко Ю.К., Зайцева М.А. НАУЧНО-МЕТОДИЧЕСКИЕ ПОДХОДЫ К РЕШЕНИЮ СОЦИАЛЬНО- ПСИХОЛОГИЧЕСКИХ ЗАДАЧ ФИЗИЧЕСКОГО ВОСПИТАНИЯ ДЕТЕЙ ДОШКОЛЬНОГО ВОЗРАСТА.....	171
Чертовская Е.И. ОРГАНИЗАЦИЯ САМОСТОЯТЕЛЬНОЙ ДВИГАТЕЛЬНОЙ АКТИВНОСТИ ДЕТЕЙ В УСЛОВИЯХ ДОУ И СЕМЬИ.....	172
Шарпак Л.А. ЗДОРОВЬЕСБЕРЕГАЮЩИЕ ТЕХНОЛОГИИ В РАБОТЕ ДОШКОЛЬНЫХ ОБРАЗОВАТЕЛЬНЫХ УЧРЕЖДЕНИЙ.....	173
Щека Н.А., Тетюкова А.В. ОРГАНИЗАЦИЯ ФИЗКУЛЬТУРНО-ОЗДОРОВИТЕЛЬНОЙ РАБОТЫ С ДЕТЬМИ, СТРАДАЮЩИМИ БРОНХИАЛЬНОЙ АСТМОЙ.....	175
Шпакова Л.А., Кузнецова Е.А. МЕТОДИКА ЗАКАЛИВАНИЯ ДЕТЕЙ 5-6 ЛЕТ В УСЛОВИЯХ ДЕТСКОГО ОБРАЗОВАТЕЛЬНОГО УЧРЕЖДЕНИЯ.....	178
Шраменко М.П. ОРГАНИЗАЦИЯ ЗДОРОВОГО ОБРАЗА ЖИЗНИ ДЕТЕЙ ДОШКОЛЬНОГО ВОЗРАСТА.....	180
Шурухина Л.А., Щербакова А.С. ФОРМИРОВАНИЕ ЗДОРОВОГО ОБРАЗА ЖИЗНИ ДЕТЕЙ ДОШКОЛЬНОГО ВОЗРАСТА В ДЕТСКОМ САДУ И СЕМЬЕ.....	182
Ясюк А.А. ПОДВИЖНАЯ ИГРА, КАК СРЕДСТВО ВСЕСТОРОННЕГО РАЗВИТИЯ РЕБЕНКА.....	184

в повседневной жизни, и дети хорошо это видят. Кроме того, выполнение необходимых правил здорового образа жизни требует от человека значительных волевых усилий, что крайне затруднительно для ребенка-дошкольника, имеющего недостаточно сформированную эмоционально-волевою сферу. Поэтому в работе с детьми важно помнить и соблюдать заповеди, сформулированные гениальным русским режиссером К. С. Станиславским: Трудное надо сделать привычным, а привычное - легким и приятным.

Исходя из этого, занятия оздоровительно-педагогического характера должны быть систематичными и комплексными, вызывать у ребенка положительные эмоциональные реакции, по возможности содержать элементы дидактической игры и двигательные упражнения. Кроме того, материалы подобных занятий должны находить отражение во всех режимных моментах дошкольного учреждения.

Купить здоровье нельзя, его можно только заработать собственными постоянными усилиями. Но для того чтобы сохранить здоровье ребенка, необходимо объединить усилия всех взрослых, окружающих его (родителей, воспитателей, врачей, учителей), с целью создания вокруг него атмосферы, наполненной потребностями, традициями и привычками здорового образа жизни.

ФОРМИРОВАНИЕ ЗДОРОВОГО ОБРАЗА ЖИЗНИ ДЕТЕЙ ДОШКОЛЬНОГО ВОЗРАСТА В ДЕТСКОМ САДУ И СЕМЬЕ.

Л. А. Шурухина, А. С. Щербакова

**Муниципальное бюджетное дошкольное образовательное учреждение
муниципального образования г. Краснодар «Центр развития ребенка -
детский сад № 217 «Светлана»**

Основы здорового образа жизни закладываются еще в детстве, т. к. именно в этот период дети впитывают информацию, а следовательно, легче образуются культурные привычки. Поэтому с раннего детства наиболее актуальной является задача развития у детей осознанной потребности в здоровье и становлении практических навыков ведения здорового образа жизни.

Здоровый образ жизни семьи – это радость в доме, это залог счастливой и благополучной жизни детей в гармонии с миром.

Несмотря на заинтересованность родителей в сохранении здоровья ребенка, им не всегда удается грамотно решать многие вопросы. Поэтому ДОУ оказывает существенную помощь семье в сохранении и укреплении физического и психологического здоровья ребенка.

Триаду здоровья составляют: рациональный режим, закаливание и движение. Движение – это жизнь, поэтому с детства необходимо прививать

потребность в активном образе жизни. В детском саду с этой целью используются познавательно-игровые, оздоровительно-игровые виды деятельности, доступные ребенку дошкольного возраста, которые обеспечивают ему активность и самостоятельность в способах проявления бережного отношения к своему здоровью. Проводятся игровые часы на воздухе, оздоровительные часы в бассейне, состоящие из игр разной подвижности, спортивных упражнений; комплексы двигательных и речевых упражнений, пальчиковых игр. Дети с 3-х лет посещают кружки по плаванию, гимнастике и хореографии, в которых, в первую очередь, решаются оздоровительные задачи: профилактика нарушений осанки, формирование навыков погружения в воду, выполнения дыхательных упражнений, развитие активных движений в подвижных играх.

Успешно решать задачу по формированию здорового образа жизни можно только при условии комплексного использования всех средств физического воспитания и в тесном взаимодействии с родителями.

Основы здоровья, образа жизни, оздоровительные привычки закладываются в семье с раннего детства. Поэтому вопросы воспитания здорового ребенка решаются в тесном контакте с семьей.

Главной задачей семьи является создание условий для реализации потребности ребенка в двигательной активности. Условия, в которых ребенок живет в семье, имеют не менее существенное значение для формирования его здоровья, чем условия его пребывания в детском саду.

С целью привлечения к формированию ЗОЖ у детей разработана система мероприятий для родителей и детей:

- проведение родительских собраний, консультаций («Спортивный уголок дома», «Семейные традиции», «Отдыхаем на природе»);
- хорошо зарекомендовали себя индивидуальные практикумы для родителей с демонстрацией вариантов использования спортивного инвентаря и игрушек («Домашний стадион»);
- организация выставок «Семейные спортивные развлечения», «Мы - спортивная семья»;
- выпуск стенгазеты «Спортивные достижения»;
- вовлечение родителей в спортивно-оздоровительную работу детского сада осуществляется систематически: родители участвуют в организации и проведении семинаров-практикумов, спортивных соревнований, в летних туристических походах, турнирах по шахматам и шашкам;
- проведение спортивных развлечений и праздников вместе с родителями («Мама, папа, я - спортивная семья», «Путешествие в страну Здоровья», «Быстрые, ловкие, умелые», «Богатыри», «Спортивные эстафеты», Летняя и Зимняя Олимпиады).

В рамках краевой акции «Россия вперед» посвященной Олимпиаде 2014 года в Сочи, провели спортивное развлечение «Малые Олимпийские игры» среди воспитанников старшего дошкольного возраста. Малые Олимпийские игры проходили с соблюдением всех спортивных традиций: поднятием

олимпийского флага, зажжением Олимпийского огня и исполнения гимна Олимпиады. К Олимпиаде готовились заранее. Были проведены презентации об истории олимпийского движения, конкурсы стихов, кричалок, рисунков, плакатов о видах спорта среди детей и взрослых. По завершении Олимпиады все дети получили медали.

Традицией детского сада стало отмечать праздник – День туризма, который проходит 27 сентября. Мероприятие проводится на территории учреждения в «Уголке леса» и на эколого-оздоровительной тропе. Дети вместе с родителями играют в подвижные и интеллектуальные игры, соревнуются в эстафетах, ставят палатки, демонстрируют свои физические качества, интеллектуальные способности.

Таким образом, родители воспитанников нашего детского сада стали более внимательно относиться к здоровью и физическому развитию своих детей, находят возможность заниматься физической культурой, создают условия в семье, чтобы дети росли физически здоровыми, крепкими. Повысился интерес к физической культуре и у детей, и у взрослых, увеличилась готовность родителей к сотрудничеству и помощи в организации физкультурно-оздоровительных мероприятий.

Вся эта систематическая работа детского сада с семьей способствует закладыванию основ формирования личной культуры и приобщению детей к здоровому образу жизни.

ПОДВИЖНАЯ ИГРА КАК СРЕДСТВО ВСЕСТОРОННЕГО РАЗВИТИЯ РЕБЕНКА

Ясюк А.А.

**Кубанский государственный университет физической культуры,
спорта и туризма**

Физкультурные занятия - основная форма систематического обучения детей физическим упражнениям. Основной задачей является обучение детей правильным двигательным навыкам и воспитание физических качеств.

Занятия обеспечивают физическое развитие, укрепление здоровья, воспитание эмоционально-положительного отношения к физкультуре и спорту, всестороннее развитие личности ребенка.

При сочетании движений необходимо учитывать степень интенсивности для каждой возрастной группы. Физкультурное занятие может проводиться в игровой форме или сочетать гимнастические упражнения и подвижную игру.

Занятия в игровой форме могут содержать целостную сюжетно-игровую ситуацию, отражающую в условной форме окружающий мир ребенка и состоящую из разнообразных имитационно-образных элементов основных движений. В подвижной игре дети проявляют выдержку и волю, быстро реагируют на неожиданные изменения игровой ситуации, а также чувство

товарищества и взаимопомощи, честности, справедливости, смелости и решительности. Активное проявление детьми на занятиях всех указанных качеств в силу их повторяемости постепенно переносится в повседневную жизнь. В процессе игры ребенок направляет свое внимание на достижение цели, а не на способ выполнения движения. Он действует целеустремленно, приспосабливаясь к игровым условиям, проявляя ловкость, тем самым совершенствуя движения.

В каждой игре существуют сигналы к изменению игровых действий и движений детей. Такая активная двигательная деятельность тренирует нервную систему ребенка, совершенствуя и уравнивая процессы возбуждения и торможения. Преимущество игры среди различных физических упражнений - в эмоциональной насыщенности, они придают особую привлекательность, доставляющую радость и удовлетворение; в характере двигательной деятельности - работают массы крупных мышц (бег, прыжки, метания); в разнообразии движений, устраняющем опасность утомления.

Игровая деятельность, в какой бы форме она ни выражалась, всегда радует ребенка, а подвижная игра с многообразными моментами веселой неожиданности особенно благотворно влияет на повышение положительных чувств у детей. В этом источнике радостных эмоций заключается великая воспитательная сила.

Все игры имеют свою классификацию. Так различают сюжетные, несюжетные и игры с элементами спортивных игр. Они соответствуют каждой возрастной группе. Игры следует варьировать с целью решения поставленных педагогических задач - совершенствование движений, воспитание физических качеств, повышение интереса к игре.

РОССИЙСКАЯ ФЕДЕРАЦИЯ КРАСНОДАРСКИЙ КРАЙ
АДМИНИСТРАЦИЯ МУНИЦИПАЛЬНОГО
ОБРАЗОВАНИЯ ГОРОД КРАСНОДАР
МУНИЦИПАЛЬНОЕ КАЗЁННОЕ УЧРЕЖДЕНИЕ
МУНИЦИПАЛЬНОГО ОБРАЗОВАНИЯ ГОРОД КРАСНОДАР

**КРАСНОДАРСКИЙ
НАУЧНО-МЕТОДИЧЕСКИЙ
ЦЕНТР**

ИНН 2310063396

Коммунаров ул., 150, г. Краснодар, 350000

Тел/факс: (861) 255-13-24, 255-93-23

e-mail: ginmac@mail.ru

от 07.05.2018 № 743-У

на № _____ от _____

СПРАВКА

Дана Щербаковой Алёне Сергеевне, учителю физической культуры МБОУ СОШ № 39 города Краснодара, в том, что она в апреле 2018 года принимала участие в профессиональном конкурсе молодых учителей «Учительские вёсны», выполнив конкурсные задания: письменный тест и подготовку сценария урока.

Директор МКУ КНМЦ



Ф.И. Ваховский

Федеральное государственное бюджетное образовательное учреждение
высшего образования

“КУБАНСКИЙ ГОСУДАРСТВЕННЫЙ УНИВЕРСИТЕТ
ФИЗИЧЕСКОЙ КУЛЬТУРЫ, СПОРТА И ТУРИЗМА”

Удостоверение является документом
о повышении квалификации

Регистрационный номер ПК-2253/18

Дата выдачи 29 июня 2018 года

УДОСТОВЕРЕНИЕ

О ПОВЫШЕНИИ КВАЛИФИКАЦИИ

ПК-1 № 002446

Настоящее удостоверение выдано Щербаковой
(фамилия, имя, отчество)
Алёне Сергеевне

в том, что он(а) с “18” июня 2018 г. по “29” июня 2018 г.

прошел(а) обучение в (на) ФПК Кубанского государственного
(наименование)
университета физической культуры, спорта и туризма
образовательного учреждения (подразделения) дополнительного профессионального образования)

по программе «Современные подходы к методике
(наименование проблемы, темы, программы дополнительного профессионального образования)
преподавания самбо при реализации ФГОС в школе»

в объёме 72 часов
(количество часов)



Ректор (директор) [Signature]

Секретарь [Signature]

Город Краснодар 2018 год

Автономная некоммерческая профессиональная
образовательная организация «Кубанский институт
профессионального образования»

УДОСТОВЕРЕНИЕ № 1269

Выдано: Щербаковой Алёне Сергеевне
Место работы: МАОУ СОШ № 66 г. Краснодар
Должность: учитель физической культуры
в том, что она прошла обучение в
АНПО «Кубанский ИПО» по программе
**«Обучение педагогических работников навыкам
оказания первой помощи»** в объеме 24 часа.
Аттестована в соответствии с протоколом
№ 45 от 13 декабря 2018 г.
Аттестация включает в себя проверку знаний по
оказанию первой помощи пострадавшим при
несчастных случаях, травмах, отравлениях и других
состояниях и заболеваниях, угрожающих жизни и
здоровью

Дата следующего обучения 13.12.2019 г.

Председатель комиссии:

О.Л. Шутов

13.12.2018 г.

