

ФОРМИРОВАНИЕ ПРАВИЛЬНОЙ ОСАНКИ У ДОШКОЛЬНИКОВ

Петрукович Н.П.,
аспирантка УО «ПолесГУ», г. Пинск, Республика Беларусь
Научный руководитель – Врублевский Е.П., доктор пед. наук, профессор

В дошкольный период формируются основы физического здоровья ребенка. В связи с этим особая роль отводится правильно организованному физическому воспитанию в условиях детского сада и семьи. Остро стоит проблема формирования здоровья детей дошкольного возраста. Среди хронических заболеваний одно из первых мест занимают болезни костно-мышечной системы. Несмотря на усилия специалистов разного профиля, число детей с нарушениями опорно-двигательного аппарата с каждым годом увеличивается. Так, по данным Научно – исследовательского института ортопедии и травматологии, количество детей с 3-й и 4-й степенями сколиотической болезни за последние пять лет увеличилось в 3 раза [7].

Для правильной работы органов дыхания, кровообращения, пищеварения, для нормальной деятельности нервной системы большое значение имеет правильно сформированная в дошкольном детстве осанка. Осанка – привычное положение тела ребенка, развивается в процессе индивидуального становления на основе наследственных факторов под воздействием воспитания. Наследственные факторы могут обуславливать похожие варианты осанки у родителей и детей, предрасположенность к определенному виду нарушений осанки. В то же время условия физического воспитания дают возможность не только сформировать соответствующую эстетическим и физиологическим требованиям осанку ребенка, но и исправить, создать новый вариант осанки [4].

Цель исследования – разработка системы коррекционных мероприятий с целью формирования у дошкольников правильной осанки.

Методы исследования – анкетирование, диагностика стопы и осанки.

По результатам исследования была определена направленность в работе по физическому воспитанию дошкольников – целенаправленное обучение детей способам формирования правильной осанки.

Такого рода работа осуществлялась в определенной системе в ходе различных мероприятий физкультурно-оздоровительной работы.

1. Утренняя гимнастика. Были разработаны комплексы утренней гимнастики с учетом профилактики и коррекции: традиционные комплексы с упражнениями имитационного характера; с предметами и без них; игровые упражнения на развитие внимания, точности выполнения действий; оздоровительный бег и релаксация. Хорошее средство формирования правильной осанки и профилактики ее нарушений - комплексы гимнастических упражнений с предметами.

2. Физкультурные занятия. В процессе проведения подвижных игр и коррекционных упражнений акцент ставился на тренировке навыков удержания головы и туловища в правильном положении, правильной ходьбы. В занятия были включены игры на координацию движений и равновесия, которые чередовались с дыхательными упражнениями. К положительным результатам приводит и включение в занятия акробатических упражнений, направленных на развитие гибкости позвоночника.

3. Активный отдых. В физкультурные развлечения были включены элементы игр, упражнений, эстафет, направленных на профилактику нарушений осанки.

Таким образом, внедрение в практику работы физкультурно-коррекционных мероприятий данной системы, в которой присутствует обучение, воспитание и оздоровление позволило достичь положительных результатов по обучению детей навыкам правильной осанки, что подтверждено результатами диагностики.

Литература:

1. Боковец, В.С. Стройность и красота / В.С. Боковец // Пралеска. – 2000. – № 9. – С. 16-18.
2. Брэгг Поль. Оздоровление позвоночника / Поль Брэгг. – Воронеж, 1993. – 214 с.
3. Вареник, Е.Н. Физкультурно-оздоровительные занятия с детьми 5-7 / Е.Н. Вареник. – М, 2006. – 183 с.

4. Галанов, А.С.. Игры, которые лечат / А.С. Галанов. – М., 2006. – 117 с.
5. Ефименко, Н. Театр физического развития и оздоровления / Н. Ефименко. – М., 1999. – 146 с.
6. Кудрявцев, В. Развивающая педагогика оздоровления / В. Кудрявцев. – М., 2000. – 196 с.
7. Косенок, Р.Р. Как улучшить состояние здоровья детей в условиях д/у / Р.Р. Косенок // Здоровье лад жыцця. – 2003. – № 9. – С. 12-15.

ФОРМИРОВАНИЕ ПРОФЕССИОНАЛЬНЫХ КАЧЕСТВ ПЕДАГОГА ПО ФИЗИЧЕСКОЙ КУЛЬТУРЕ

Петрукович Н.П.,
аспирантка УО «ПолесГУ», г. Пинск, Республика Беларусь
Научный руководитель – Врублевский Е.П., доктор пед. наук, профессор

На современном этапе развития педагогической науки одной из актуальных проблем является разработка путей совершенствования профессионального мастерства педагога, что обусловлено закономерностями общественного развития и высокой социальной значимостью проблемы повышения качества подготовки специалиста-профессионала, основанной на гуманистических идеалах и принципах [2, 5].

Специфика физкультурных вузов заключается в том, что важнейшим компонентом содержания профессиональной подготовки педагогов по физической культуре является интенсивная двигательная деятельность. Поэтому студент должен владеть не только общепедагогическими знаниями и умениями, но и специальными качествами, которые в большей мере зависят от его двигательного-технического потенциала [1].

Основными задачами двигательной подготовки должны быть: обобщение и углубление теоретических знаний в этой области, а также формирование специальных умений и навыков.

Таким образом, актуальной педагогической проблемой является поиск инновационных подходов к решению задачи профессионального двигательного совершенствования специалиста.

Качество профессиональной подготовки педагогов по физической культуре, двигательные-технические качества и общий уровень профессионального мастерства могут быть качественно улучшены за счет комплексного подхода, основанного на инновационных педагогических, психологических и физиологических средствах воздействия, учитывающих принципы единства и взаимосвязи в развитии двигательных-технических качеств и особенностей профессиональной деятельности педагога.

Цель исследования – разработка комплексных технологий формирования профессиональных качеств в процессе подготовки педагогов по физической культуре с использованием эффективных нетрадиционных педагогических, психологических и физиологических методов воздействия.

Методы исследования – педагогические, психологические и физиологические.

В исследовании участвовали две группы студентов: контрольная и экспериментальная. Контрольная группа занималась с использованием традиционных педагогических методов; обучение экспериментальной группы осуществлялось с использованием дополнительно комплекса нетрадиционных психологических и физиологических методик.

Результаты оказались следующими. Была выявлена зависимость между методикой развития силы и ее результатом. Так, в экспериментальной группе прирост статической и динамической сил гораздо значительнее, нежели в контрольной группе.

При сравнении исходных и конечных (итоговых) результатов соревнований, показанных испытуемыми экспериментальной группы, было установлено, что у испытуемых, использующих для развития максимальной силы комплекс нетрадиционных методик, в отличие от студентов, практикующих традиционные методы развития силовых способностей, в ходе проведения педагогического эксперимента произошло достоверное улучшение спортивного результата.

Таким образом, проведенное исследование позволяет обосновать действенность комплексного подхода к формированию профессиональных качеств в процессе подготов-