

Тимерярова Н.Н.

Студентка бакалавриата

2 курс, исторический факультет

Стерлитамакский филиал «Башкирский государственный университет»

Россия, Республика Башкортостан, г. Стерлитамак

Крылов В.М.,

кандидат педагогических наук, доцент кафедры физвоспитания

Стерлитамакский филиал «Башкирский государственный университет»

Россия, Республика Башкортостан, г. Стерлитамак

ИННОВАЦИОННЫЕ ОЗДОРОВИТЕЛЬНЫЕ ТЕХНОЛОГИИ В ФИЗИЧЕСКОЙ ПОДГОТОВКЕ И ПРИОБЩЕНИИ К ЗДОРОВОМУ ОБРАЗУ ЖИЗНИ

Аннотация: В данной статье рассматриваются вопросы воспитания здоровья подрастающего поколения.

Annotation: This article examines the education of a healthy nation.

Ключевые слова: физическая культура, здоровье, здоровый образ жизни, онлайн-опросы, инновация.

Key words: physical culture, health, healthy lifestyle, online surveys, innovation.

Здоровье обучающихся ухудшается: функциональные возможности в процессе обучения снижаются, что затрудняет усвоение учебной программы. Образование должно не ухудшать, а улучшать здоровье обучающихся

посредством получения им знаний, формирования умений и навыков способствует укреплению здоровья.¹

Проблема актуальна, в программах многих предметов указаны темы посвящённые воспитанию здорового образа жизни обучающихся. Задача учебных заведений различного уровня состоит в приобщении обучающихся к физической культуре и ведению здорового образа жизни. Следовательно, необходимо приобщать обучающихся к сохранению и укреплению своего здоровья, пропагандировать и поддерживать здоровый образ жизни. Необходимо внедрять в образовательный процесс знания, которые направлены на формирование здорового образа жизни, начиная с раннего возраста (дошкольного) и заниматься самовоспитанием. Здоровый образ жизни не возможен без внедрения физкультурно-оздоровительных программ.

Но не смотря на все попытки здоровье обучающихся с каждым годом ухудшается, наблюдается пренебрежение физическим здоровьем обучающихся.

Сочетание чрезмерной нагрузки с преобладанием статического компонента в режиме дня на фоне нарушения режимных моментов, неосведомлённость педагогов относительно проблем развития и охраны здоровья учащегося. Низкий уровень грамотности родителей и детей в вопросах формирования, сохранения и укрепления здоровья.²

С другой стороны, анализ научно-методической литературы обнаруживает, что повышение темпов качественных изменений во всех сферах общественной жизни порождает потребность общества в воскообразных, способных самоопределяться в новых условиях специалистах,

¹ Зотова Ф.Р. Педагогические условия эффективной работы современной школы по сохранению здоровья учащихся в процессе обучения // Интеграция образования 2005. №4. С. 93-98.

² Зотова Ф.Р. Исследование влияния инноваций обучения на здоровье школьников / Зотова Ф.Р. // Шк. технологии. 2004. №1. С. 128 – 132.

что в свою очередь, вызывает необходимость модернизации образовательной системы.³

Иновация — введённый в употребление новый или значительно улучшенный продукт (товар, услуга) или процесс, новый метод продаж или новый организационный метод в деловой практике, организации рабочих мест или во внешних связях.⁴

В условиях модернизации образования происходит смена образовательной парадигмы: предлагаются иное содержание, другие подходы, иное поведение.

Иновационность: наличие оригинальных авторских идей и гипотез.

Развитие образования, прогресс в направлениях ее работы может осуществляться инновационный процесс: замена устаревших средств новыми для данных условий, использование новых идей, технологий.

Решить проблемы физического образования детей и молодёжи возможно на основе подхода, ориентированного на воспитание и развитие личности при воздействии на сферы сознания – познавательную, эмоционально-чувствительную.⁵

Проблема воспитания здоровой нации сегодня актуальна и связана с увлечением молодого поколения социальными сетями и интернетом, что приводит к сокращению времени двигательной активности.

Для реализации здорового образа жизни необходимо сформировать у обучающихся привычку сочетать умственный труд и физическую активность. Физическая нагрузка является важным средством укрепления здоровья. Даже

³ Беспалько В.П. Не пора ли менять стратегию образования / В.П. Беспалько // Педагогика. 2001. №1. С. 87 - 96.

⁴ Федеральный закон «О внесении изменений в Федеральный закон «О науке и государственной научно-технической политике»» № 254-ФЗ от 21 июля 2011 года

⁵ Баранов П.А. Воронцов А.В, Шевченко С.В. Обществознание: новый полный справочник для подготовке к ЕГЭ. 4 изд., М: АСТ, 2018. С. 22.

непродолжительная утренняя гимнастика может принести большую пользу, в развитии физических качеств и укреплении здоровья.⁶

Многие специалисты считают, что физическое воспитание необходимо вводить на всех курсах обучения в ВУЗах. Но следует искать другие пути решения.⁷

Перед педагогами всегда стояли вопросы: как сформировать у обучающихся мотивацию к занятиям физической культурой и спортом? Показать взаимосвязь полученных знаний в процессе организации практических занятий по физической культуре, направленных на улучшение физической подготовленности и здоровья.

На сегодняшний день всё молодое поколение пользуется гаджетами, поэтому разработка программ, в которых содержится рекомендации, как поддерживать свою физическую форму.

Эта проблема актуальна не только в пределах нашей страны, но и за рубежом. Примером служит законопроект в Китае о снижении времени проведения за компьютерами. Власти были обеспокоены здоровьем подрастающего поколения и попытались принять меры решения этой проблемы.

Следовательно существует необходимость вести работу по сохранению и укреплению психологического и физического здоровья обучающихся.

⁶ Кудрицкая Е.А., Рысюкевич Н.С., Курмашев В.И., Проволоцкий А.Н. Инновационные технологии в физической культуре на основе компьютерного моделирования // Инновационные образовательные технологии. 2016. № 1 (45). С. 48-52.

⁷ Курмашев В.И., Кудрицкая Е.А., Пролоцкий А.Н., Рысюкевич Н.С. Применение компьютерных технологий в физической культуре: материалы XIV Международной сессии по итогам НИР за 2015 год «Научное обоснование физического воспитания, спортивной тренировки и подготовки кадров по физической культуре, спорту и туризму». Часть 2, 2016. С. 241-243.

Список литературы:

1. Баранов П.А. Воронцов А.В, Шевченко С.В. Обществознание: новый полный справочник для подготовке к ЕГЭ. 4 изд., М: АСТ, 2018. С. 22.
2. Беспалько В.П. Не пора ли менять стратегию образования / В.П. Беспалько // Педагогика. 2001. №1. С. 87-96.
3. Зотова Ф.Р. Исследование влияния инноваций обучения на здоровье школьников / Зотова Ф.Р. // Шк. технологии. 2004. №1. С. 128 – 132.
4. Зотова Ф.Р. Педагогические условия эффективной работы современной школы по сохранению здоровья учащихся в процессе обучения // Интеграция образования 2005. №4. С. 93-98.
5. Кудрицкая Е.А., Рысюкевич Н.С., Курмашев В.И., Проволоцкий А.Н. Инновационные технологии в физической культуре на основе компьютерного моделирования // Инновационные образовательные технологии. 2016. № 1 (45). С. 48-52.
6. Курмашев В.И, Кудрицкая Е.А., Пролоцкий А.Н., Рысюкевич Н.С. Применение компьютерных технологий в физической культуре: материалы XIV Международной сессии по итогам НИР за 2015 год «Научное обоснование физического воспитания, спортивной тренировки и подготовки кадров по физической культуре, спорту и туризму». Часть 2, 2016. С. 241-243.
7. Федеральный закон «О внесении изменений в Федеральный закон «О науке и государственной научно-технической политике»» № 254-ФЗ от 21 июля 2011 года.