

**МИНИСТЕРСТВО ОБРАЗОВАНИЯ И НАУКИ ЛУГАНСКОЙ  
НАРОДНОЙ РЕСПУБЛИКИ ГОСУДАРСТВЕННОЕ  
ОБРАЗОВАТЕЛЬНОЕ УЧРЕЖДЕНИЕ ВЫСШЕГО  
ПРОФЕССИОНАЛЬНОГО ОБРАЗОВАНИЯ ЛУГАНСКОЙ  
НАРОДНОЙ РЕСПУБЛИКИ  
«ЛУГАНСКИЙ НАЦИОНАЛЬНЫЙ УНИВЕРСИТЕТ  
ИМЕНИ ТАРАСА ШЕВЧЕНКО»**

**Институт физического воспитания и спорта**



**ОЛИМПИСКИЙ СПОРТ, ФИЗИЧЕСКАЯ КУЛЬТУРА, ЗДОРОВЬЕ  
НАЦИИ В СОВРЕМЕННЫХ УСЛОВИЯХ**

**Материалы XIV Международной  
научно-практической конференции**

**Под общей редакцией  
Заслуженного работника образования Украины,  
доктора пед. наук России и Украины, профессора Г.Н. Максименко**

**(Луганск, 20-21 апреля 2017 года)**

**Луганск, 2017**

<b>Ротерс Т.Т., Посохова Е.М.</b> Урок физической культуры как основная форма внедрения дыхательных упражнений для школьников различных возрастных групп.....	189
<b>Сероштан В.М., Хвостиков П.П., Лаптинова Т.В., Скляр М.С.</b> Показатели специальной физической подготовленности и здоровья студентов как критерии для коррекции в организации учебного процесса по физическому воспитанию	193
<b>Собянин Ф.И.</b> Традиции и новации в спорте.....	200
<b>Сотникова Е.В.</b> Методика обучения базовым элементам с предметами гимнасток 5-6 лет .....	203
<b>Соколов В.Н., Прокудин Б.Ф., Веселкин М.С.</b> Начальное обучение плаванию детей младшего школьного в малых бассейнах .....	207
<b>Ткачева А.И., Загной Т.В.</b> Периодизация многолетней подготовки спортсменов в плавании.....	213
<b>Чанкова А.Г., Трофименко Е.А.</b> Пути повышения эффективности физического воспитания среди студенческой молодёжи.....	217
<b>Чорноштан А.Г., Семенюк В.В.</b> Особенности развития координации движений у детей среднего школьного возраста .....	223
<b>Штанько М.С.</b> Методика развития основных физических качеств у девушек 17-20 лет специализирующихся в стретчинге .....	228
<b>Шилина Е.В., Прокудин Б.Ф., Веселкин М.С.</b> Художественная гимнастика как универсальные учебные действия детей младшего школьного возраста на уроках физической культуры .....	234
<b>Штана Ю.А.</b> Основные пути совершенствования урока физической культуры	241
<b>Щербаков В.С., Богданова В.А.</b> Модель перспективы развития и управление системой соревнований в северном многоборье на примере ЯНАО.....	245

## ПРОБЛЕМЫ ФИЗИОЛОГИИ ФИЗИЧЕСКИХ УПРАЖНЕНИЙ И ЗДОРОВЬЯ ЧЕЛОВЕКА

<b>Антипова Е.В., Антипов В.А.</b> Пути формирования культуры здоровья личности и общества.....	253
<b>Бурлакова Т.Л.</b> Валеологическое воспитание младших школьников: сущность проблемы.....	258
<b>Давыдович И.И.</b> Спортивная медицина и врачебный контроль в сфере фитнеса	262
<b>Игнатьева С.С.</b> Химия пищи и рационального питания. Контроль над массой тела с помощью программы-приложения Runtastic .....	265
<b>Кетрова Е.В., Антоненко М.Н., Зотин В.В.</b> Инновационные оздоровительные технологии в физическом воспитании студентов высших учебных заведений как средство формирования ЗОЖ .....	268
<b>Комарова И.Г., Брейкина О.А.</b> Технология деятельности куратора студенческой группы по воспитанию культуры здоровья будущих специалистов	271

Алексеевко, Е. В. Дробот; Российская акад. естествознания, Изд. дом Акад. естествознания. - Москва: Изд. дом Акад. естествознания, 2015. - 449 с.

9. Субботин, С.И. Социально-экономические факторы здоровья / С.И. Субботин, А.А. Буянов // Бюллетень медицинских Интернет-конференций. - № 1. – Т. 6. – 2016. – С. 79.

10. Устав (Конституция) Всемирной организации здравоохранения. – [Электронный ресурс]. – URL: <http://apps.who.int/gb/bd/PDF/bd47/RU/constitution-ru.pdf>. - Дата обращения: 1.03.2017.

**Бурлакова Татьяна Леонидовна**

## ВАЛЕОЛОГИЧЕСКОЕ ВОСПИТАНИЕ МЛАДШИХ ШКОЛЬНИКОВ: СУЩНОСТЬ ПРОБЛЕМЫ

**ГОУ ВПО ЛНР «Луганский национальный университет  
имени Тараса Шевченко»**

***Аннотация.** Валеологическое воспитание младших школьников: сущность проблемы. Бурлакова Т.Л. В статье автор рассматривает актуальные вопросы валеологического воспитания младших школьников, определяет сущность проблемы валеологического воспитания, как педагогического воздействия, ориентированного на формирование индивидуального здоровья школьника; подает основные подходы к определению сущности валеологического воспитания младших школьников.*

***Annotation.** Valeological education of primary school pupils: the point of the problem. Burlakova Tatiana. The author considers topical issues valeological education of younger pupils, defines the essence of the problem valeological education as pedagogical impact, based on the formation of the individual student health; delivers basic approaches to defining the essence valeological education of younger pupils.*

***Ключевые слова:** валеологическое воспитание, сохранение здоровья, индивидуальное здоровье, культура здоровья, система образования, младшие школьники.*

***Key words:** Valeological education, health preservation, individual health, health culture, the education system, junior schoolchildren.*

**Введение – актуальность рассматриваемой в статье проблемы.** Просмотр ценностных ориентаций социального развития человека характерен для современного этапа реформенных преобразований в нашей стране. На первый план выдвигается одна из важнейших ценностей человека – его личное здоровье и жизнь. Во все времена проблема здоровья человека в числе первоочередных и жизненно важных потребностей привлекает внимание многих ученых и специалистов. Во всех цивилизованных странах главным богатством человека считается его здоровье. А состояние здоровья детей и подростков является важнейшим показателем здоровья нации, одной из характеристик социально-экономического, нравственного, научного и культурного развития общества.

Введение валеологического воспитания в общеобразовательную систему раскрывает этап позитивного, жизнерадостного развития и формирования нового поколения, является весьма важным фактором в развитии общества. Интеграция процессов формирования, укрепления и сохранения здоровья в практику образования свидетельствует о необходимости школьника расширять связи с окружающим миром, насыщать жизнь проявлениями прежде всего из-за собственного познания и развития, расширение своих возможностей.

Наряду с формированием нравственных, мировоззренческих, интеллектуальных, творческих свойств школьника, положительного мировосприятия окружающей среды ученые заявляют о необходимости воспитания индивидуального здоровья, как стратегии собственного развития. Сегодня постепенно набирает силу осознание того, что не только активное участие в развитии науки и культуры способствует гармонизации человека с окружающим миром, но и способность владеть собственным духовным, психическим и физическим здоровьем.

Система образования в нашей стране базируется на принципах обеспечения перспективного и системного обучения и воспитания, учету постепенно подлежат различные стороны развития личности, в том числе и валеологического. Современные учителя начальных классов наделяются новыми профессиональными обязанностями, а перед высшими учебными заведениями стоит насущная необходимость подготовки специалистов к осуществлению валеологического воспитания [3, с. 12].

**Обзор литературы.** Валеологическое воспитание на сегодняшний день в определенной степени представлено в теоретико-методологических и прикладных формах. Вопрос валеологического образования, педагогических воздействий с целью формирования здоровья школьников, сохранения их и укрепления активно изучаются исследователями в таких направлениях: оздоровление в условиях обучения (Н. Гонтаровский), методика преподавания валеологии (М. Гринева), организация и методика проведения физкультурно-оздоровительных мероприятий в режиме учебного дня младших школьников (А. Ващенко), интеграционный подход к воспитанию у младших школьников здорового образа жизни (С. Кондратюк), педагогические аспекты формирования здорового образа жизни у младших школьников, проживающих в зоне повышенной радиоактивности (Ю. Цюпак), роль и место педагогической валеологии в системе украинского национального образования (А. Царенко).

Ко многим поискам ученых в сфере валеологического образования и воспитания побудила определенное расхождение и неопределенность в предмете данной отрасли и дисциплины. Отдельные исследователи (А. Ващенко, Н. Белый) считают, что валеология призвана решать вопросы здоровья индивида с той целью, чтобы предупредить значительное количество обращений за помощью к медицинским работникам, соглашаясь с мнением о медицинских корнях этой дисциплины и описывая ее появление, как расширение разделов медицины, когда возникает потребность в более совершенном изучении отдельных категорий.

Известный ученый Е. Вайнер, считает, что «валеология – это межнаучное направление познания здоровье человека, о путях его обеспечения, формирования и сохранения в конкретных условиях жизнедеятельности» [1, с. 5].

Так, валеологическое воспитание постепенно заявляет о себе, как педагогическое воздействие, ориентированное на формирование индивидуального здоровья школьника. Как отмечают исследователи, в частности Л. Татарникова, предметом валеологии является индивидуальное здоровье, что рассматривается как самостоятельная медико-социальная категория, и возможности управления им. Школьная валеология, на ее взгляд, призвана исследовать закономерности вовлечения личности в процесс самооздоровления [4, с. 28].

Итак, специалисты в области валеологии (Т. Бойченко, Г. Давидюк, Н. Колотий, И. Поташнюк, Н. Пясецкий и др.) претендующих на ее развитие и масштабное внедрение определяют предметом валеологии индивидуальное здоровье, тем самым акцентируя внимание на наличии самостоятельного предмета этой отрасли и доводя ее целесообразность. Индивидуальное здоровье они понимают как способность человека самому себе помочь, помочь в силу того, что медицина оказывается иногда или полностью бессильны.

Отдельные ученые (А. Ващенко, С. Кондратюк) указывают, что для гармоничного развития младшие школьники должны быть обязательно ознакомлены с системой природных факторов, влияющих на здоровье (воздух, вода, солнце, почва, растения), особенностями природы, как ритмичность природных процессов (смена дня и ночи, времен года) и организма человека (изменение активности и отдыха, ритмичная работа сердца, легких и других внутренних органов), зависимостью состояния здоровья от повседневного образа жизни и др.

В ряде исследований здоровья часто определяется, прежде всего, из-за приспособленности к воздействию окружения, способность реагировать, изменяться, адаптироваться, противодействовать и т.п. Отсюда валеологическое воспитание призвано поднимать такие важные проявления самоопределения личности, как ее взаимодействие с природой и окружающей средой.

Валеологическое воспитание также определяется как социально-педагогическое воздействие, предусмотренное созданием условий для соответствия каждого человека общественным и производственным стандартам здоровья. Взаимодействие человека и социума не менее сказывается на здоровье, поэтому, по словам И. Суцевой, все больше утверждается точка зрения, согласно которой здоровье определяется взаимодействием биологических и социальных факторов, то есть внешние воздействия опосредуются особенностями функций организма и его регуляторной системой [5, с. 11].

Ученые (Л. Сущенко, И. Суцева и др.) Убеждены, что в процессе валеологического воспитания важным является акцент на соответствии требованиям социальной среды, доведение организма или поддержание его в

таком состоянии, обеспечивать полноценное и эффективное выполнение социальных функций. Именно поэтому, активно осуществляются поиски новых социальных технологий и способов обеспечения необходимого уровня здорового развития человека, развиваются направления оптимизации образа жизни и социального поведения, активизируются оздоровительные системы и программы.

В содержательном плане целостность процесса валеологического воспитания личности учащихся обеспечивается отражением в цели и содержание валеологического образования опыта, накопленного человеком во взаимосвязи его четырех элементов: знаний о личном здоровье, здоровый образ жизни; о путях формирования, сохранения и укрепления здоровья, в том числе о способах организации личных рациональных двигательных действий, связанных с данным процессом; умений и навыков сохранения здоровья; опыта творческой деятельности, направленной на укрепление здоровья, культуры здоровья и опыта эмоционально-ценностного и волевого отношения к себе и окружающему миру [2, с. 49].

Валеологическое воспитание в своей сущности предусматривает учет многих факторов: уровня развития общественного сознания, состояния медицинского обеспечения, компетентности социальных и образовательных работников, а также готовности самих учащихся к саморазвитию, сохранению и укреплению их здоровья и ведения здорового образа жизни.

Валеологическое воспитание младших школьников как современная педагогическая необходимость актуально, прежде всего, в связи с психологическими и физическими особенностями данного возрастного периода. Валеологическое воспитание как педагогическое воздействие, осуществляемое с целью положительного насыщения жизнедеятельности школьника путем раскрытия его возможностей, занимает ту нишу воспитательных воздействий, созданных в противовес осознанию заботам о здоровье и в случае негативных его проявлений, или возможных угроз заболеваний о применении форм валеологического воздействия с целью устранения существующих рисков.

Валеологическое воспитание должно учитывать взаимодействующий процесс, от которого зависит здоровье человека и нации – общество и индивид, общественную жизнь. Таким образом, мы определяем валеологическое воспитание как процесс педагогического воздействия на школьника с целью создания культуры индивидуального здоровья и организации школьной среды, в котором ученики могли бы реализовать свою валеологическую компетентность [3, с. 8].

**Выводы и перспективы дальнейших исследований.** Понятие валеологическое воспитание – рассматривается как качественный, системный и динамичный процесс, опирающийся на общекультурное развитие личности школьника, как неотъемлемая часть всего учебно-воспитательного процесса образовательного учреждения, определяет его культурное пространство, выполняет культуросозидающую, образовательную, воспитательную и развивающую функции. Системообразующим фактором валеологического

воспитания личности учащихся является феномен целостности. Оно обладает ценностным потенциалом, ядром которого выступает рефлексивная, творческая деятельность, направленная на формирование, сохранение и укрепление духовного, психического, физического и социального здоровья учащихся.

Интегративная структурно-функциональная иерархическая модель валеологического воспитания личности учащихся представлена взаимосвязанными мотивационно-ценностным, содержательно-операционным, информационно-познавательным и творчески-деятельностным компонентами.

Разработать организационно-методические основы валеологического воспитания личности учащихся возможно, если весь педагогический коллектив образовательного учреждения, родители в своей деятельности будут придерживаться не только разработанных традиционных педагогических и психологических закономерностей воспитания, но и принципов управления валеологического воспитания учащихся данного процесса.

### **Список использованной литературы**

1. Вайнер Э. Н. Валеология: Учеб. для вузов. / Э. Н. Вайнер– М.: Флинта, 2001. – 414 с.
2. Ващенко Е. Здоровый образ жизни – важный фактор воспитания личности: теоретико-методологический аспект. / Е. Ващенко // Начальная школа. – №4 – 2004. – С. 48-50.
3. Пясецкий Н. А. Формирование валеологической культуры будущих учителей в высших учебных заведениях I-II уровней аккредитации: Автореф. дис ... канд. пед. наук: 13.00.04 / Киевский национальный ун-т им. Тараса Шевченко. – М., 2004. – 20 с.
4. Татарникова Л. Г. Педагогическая валеология: Генезис. / Л. Г. Татарникова. – Тенденции развития. – СПб., РЕТРОС, 1995. – 348 с.
5. Сущева И. В. Формирование здорового образа жизни гимназистов 1-3 классов в учебно-воспитательном процессе: Автореф. дис ... канд. пед. наук: 13.00.07 / Институт проблем воспитания АПН Украины. – М., 2003. – 19 с.