

**МИНИСТЕРСТВО ОБРАЗОВАНИЯ И НАУКИ  
ЛУГАНСКОЙ НАРОДНОЙ РЕСПУБЛИКИ**

**Государственное образовательное учреждение  
высшего профессионального образования  
Луганской Народной Республики  
«ЛУГАНСКИЙ НАЦИОНАЛЬНЫЙ УНИВЕРСИТЕТ  
ИМЕНИ ТАРАСА ШЕВЧЕНКО»**

**ИНСТИТУТ ПЕДАГОГИКИ И ПСИХОЛОГИИ**

**Кафедра дошкольного и начального образования**

# ***ПЕДАГОГИКА ЗДОРОВЬЯ***

**Сборник научно-популярных работ**

Луганск  
2017

УДК 37.015.31:613-053.2/.6(082)

ББК 74.005.5я43

П24

**Рецензенты:**

*Клименко А.С.*

– заведующий кафедрой теории и практики перевода романских и германских языков ЛНУ имени Владимира Даля, доктор филологических наук, профессор.

*Максименко Г.Н.*

– заведующий кафедрой олимпийского и профессионального спорта, доктор педагогических наук, профессор, академик Международной академии педагогических и социальных наук, заслуженный работник образования Украины.

*Белых А.С.*

– профессор кафедры педагогики ЛНУ имени Владимира Даля, доктор педагогических наук.

**Педагогика здоровья:** Сборник научно-популярных работ / Редкол. И.В. Чеботарёва, О.Г. Сущенко, Н.В. Вострякова; гл. ред. Т.Т. Ротерс; Луганский национальный университет имени Тараса Шевченко. – Луганск, 2017. – 188 с.

В сборнике представлены статьи по актуальным вопросам сохранения и развития здоровья, формирования ценностей здорового образа жизни у молодого поколения.

Материалы сборника могут быть использованы специалистами в области педагогики и психологии, аспирантами, студентами педагогических специальностей, педагогами-практиками, а также всеми теми, кто интересуется вопросами здоровьесбережения.

УДК 37.015.31:613-053.2/.6(082)

ББК 74.005.5я43

*Рекомендовано к печати научной комиссией  
Луганского национального университета имени Тараса Шевченко  
(протокол № 7 от 18.04.2017 года)*

© Коллектив авторов, 2017  
© ГОУ ВПО ЛНР «ЛНУ имени  
Тараса Шевченко», 2017

## СОДЕРЖАНИЕ

<b>Вступительное слово</b> .....	6
<b>Здоровье как социокультурная ценность</b>	
<i>Горащук В.П.</i> Содержание, структура и ценностные смыслы феномена «культура здоровья человека» .....	7
<i>Ротерс Т.Т.</i> Аналитический взгляд на совершенствование системы физического воспитания в контексте педагогики здоровья .....	16
<i>Андросова А.П.</i> Анализ инновационных подходов к процессу физического воспитания детей младшего школьного возраста .....	20
<i>Чорноштан А.Г.</i> Основы формирования индивидуального здоровья школьников Луганской Народной Республики в процессе внешкольной работы по физическому воспитанию .....	24
<i>Прихода И.В.</i> Диагностика физического состояния клиентов, занимающихся оздоровительной физической тренировкой в фитнес-клубе (методические рекомендации для фитнес-врачей) .....	33
<i>Барышева Е.И.</i> Моральное сознание личности как фактор психологического здоровья общества .....	43
<i>Пономарёв А.</i> Духовное здоровье человека и гигиена его души .....	50
<i>Карпинская Н.В., Шкуран О.В.</i> В здоровом духе – здоровое тело! (о бережном отношении к сакральному – собственной речи) .....	54
<i>Соннова М.В.</i> Духовное здоровье – основа гражданской культуры будущего педагога .....	60
<i>Грищенко Н.А.</i> Потенциал семьи в воспитании духовно здорового поколения .....	66



А.П. Андросова

## **АНАЛИЗ ИННОВАЦИОННЫХ ПОДХОДОВ К ПРОЦЕССУ ФИЗИЧЕСКОГО ВОСПИТАНИЯ ДЕТЕЙ МЛАДШЕГО ШКОЛЬНОГО ВОЗРАСТА**

Развитие общества на современном этапе диктует необходимость модернизации образовательного процесса на всех ступенях обучения детей в образовательных учреждениях. Это связано, в первую очередь, с поиском путей повышения эффективности обучения и воспитания подрастающего поколения, их активного участия в этом процессе за счет повышения мотивации, а также нацеленность на получение более высокого результата в конкретном виде деятельности. К тому же, по мнению Л.И. Лубышевой [6], сегодня общество предъявляет новые требования к выпускнику средней школы, которому предстоит осваивать профессию и входить в мир рыночных отношений, где требуется быть жизнеспособным, конкурентоспособным, успешным. Данные обстоятельства должны заставлять перестраивать традиционные системы обучения и воспитания и переходить на новые технологии. Происходящие в обществе процессы, безусловно, стимулируют учителя к разным видам инновационной деятельности.

Неотъемлемой частью образовательно-воспитательного процесса детей разного школьного возраста является физическое воспитание, которое выступает как средство физического развития организма ребенка в совокупности с развитием его умственных способностей и психо-эмоциональных состояний, что в целом влияет на всестороннее развитие личности. Также понимание важности влияния двигательной активности на уровень здоровья школьников, особенно в условиях значительных учебных нагрузок, ставит перед учеными задачу поиска новых подходов в процессе физического воспитания детей с целью интенсификации данного процесса и расширения образовательных возможностей. Поэтому внедрение инновационных подходов в процесс физического воспитания младших школьников имеет большое значение с точки зрения положительного влияния двигательной активности на организм учащихся.



Анализ научной литературы показал, что поиском инновационных подходов, их исследованием и внедрением в практику педагогического процесса по физическому воспитанию занимается ряд исследователей (Виленская Т.Е., Кузьмина Н.А., Полякова Т.А., Шарманова С.Б., Федоров А.И., Найданов Б.М., Сальников В.А. и др.). Мы рассмотрим некоторые предложенные инновации физического воспитания в младшем школьном возрасте, что даст возможность определить вектора научных исследований в данном направлении.

Так, Т.К. Ким [3] предложила методический комплекс по применению модифицированной «круговой тренировки» детей младшего школьного возраста, который позволяет дифференцировать объем, интенсивность и направленность физической нагрузки с учетом функциональных возможностей организма каждого учащегося, что обеспечивает более эффективную подготовку школьников к выполнению учебной программы.

В исследовании А.А. Зайчикова [2] представлено обоснование лично-ориентированного подхода в физическом воспитании младших школьников как средства развития физической культуры, что может быть реализовано в разных программах двигательной активности учащихся. Исследователь реализует предложенный им подход в разработанной авторской программе «Адаптированная программа по физической культуре (плавание) для учащихся 1–4 классов», которая позволяет в более сжатые сроки повысить уровень плавательных умений и навыков, а также мотивировать школьников к последующим занятиям плаванием.

Разработана и обоснована теоретико-методологическая концепция здоровьесбережения в процессе физического воспитания детей младшего школьного возраста. Её автор (Т.Е. Виленская [1]) дает более расширенное представление о базовом физическом воспитании детей младшего школьного возраста, основываясь на педагогических, кинезиологических, биомеханических и физиологических научных фактах, знание которых дает возможность повысить уровень здоровьесбережения и здоровьесформирования учащихся.



Н.А. Кузьмина [5] дает обоснование высокой оздоровительно-развивающей эффективности процесса физического воспитания детей младшего школьного возраста. Она основывается на функциональной интеграции урочных и внеклассных форм физического воспитания детей младшего школьного возраста с учетом проявления и развития выносливости и (или) быстроты ребенка. Предложенный индивидуализированный способ организации процесса физического воспитания школьников дополняет известные педагогические технологии стимулируемого тренировкой физического развития учащихся в условиях общеобразовательной школы.

Для внедрения экспериментальных форм обучения по физической культуре, а также проведения профилактических и оздоровительных мероприятий среди школьников с целью сохранения их высокой работоспособности в условиях информационно насыщенной образовательной среды и высоких статических нагрузок Д.А. Кушева [4] провела лонгитюдное исследование морфофункционального развития ребенка с учетом гендерного подхода в условиях интеграции новых образовательных физкультурно-оздоровительных технологий, на основании чего дала оценку суммарного влияния объема интенсивных как умственных, так и физических нагрузок на естественный ход онтогенеза.

А.В. Шукаева [8] обосновала положения программно-методического содержания, обеспечивающего мотивированную потребность младших школьников в занятиях физической культурой, с применением индивидуальных самостоятельных занятий физическими упражнениями и участием родителей в воспитательно-оздоровительном процессе на основе создания и деятельности семейного физкультурно-оздоровительного клуба.

Т.А. Поляковой впервые было предложено использование информационного подхода в процессе начальной спортивной ориентации, в основу которого положены комплексная методика выявления индивидуально-типологических особенностей учащихся и сведения о спортивно-оздоровительных учреждениях дополнительного образования. Предложенный Т.А. Поляковой [7] подход дал возможность разработать и обосновать модель технологии спортивной ориентации школьников для занятий различными ви-



дами спорта, а также критерии спортивной ориентации. Автором также был разработан алгоритм создания электронной базы данных учреждений спортивной направленности и сформирован пакет компьютерного обеспечения её функционирования, что может быть использовано в качестве рекламного продукта, пропагандирующего занятия различными видами спорта.

Однако, такой достаточно обширный круг инновационных разработок и их внедрения в практику воспитательно-образовательного процесса по физическому воспитанию, оставляет ряд нерешенных вопросов, что определяет перспективы последующих научных исследований. Так, на наш взгляд, перспективными являются исследования, связанные с поиском инновационных подходов, направленных на интенсификацию, дифференциацию и индивидуализацию учебно-воспитательного процесса учащихся младшего школьного возраста в процессе как урочных, так и неурочных форм организации физического воспитания через призму индивидуальных анатомо-физиологических особенностей, способностей и интересов конкретного учащегося.

## Литература

1. Виленская Т.Е. Теория и технология здоровьесбережения в процессе физического воспитания детей младшего школьного возраста. : дис. ... доктора пед. наук : 13.00.04 / Татьяна Евгеньевна Виленская. – Краснодар, 2007. – 515 с.
2. Зайчиков А.А. Личностно-ориентированный подход в физическом воспитании детей младшего школьного возраста. : дис. ... канд. пед. наук : 13.00.04 / Алексей Алексеевич Зайчиков. – Улан-Удэ, 2010. – 141 с.
3. Ким Т.К. Модификация «круговой тренировки» и ее комплексирование с другими методическими подходами в физическом воспитании детей младшего школьного возраста. : дис. ... канд. пед. наук : 13.00.04 / Татьяна Константиновна Ким. – Москва, 2004. – 257 с.
4. Куашева Д.А. Особенности морфо-функционального развития и физической подготовленности детей младшего школьного возраста в условиях применения новых образовательных и физ-



- культурно-оздоровительных технологий. : дис. ... канд. пед. наук : 13.00.04 / Дахамиль Аюбовна Куашева. – Майкоп, 2000. – 179 с.
5. Кузьмина Н.А. Модернизация процесса физического воспитания детей младшего школьного возраста на основе индивидуализированной методики с учетом развития двигательных качеств. : дис. ... канд. пед. наук : 13.00.04 / Наталья Алексеевна Кузьмина. – Великие Луки, 2010. – 192 с.
  6. Лубышева Л.И. Спортивная культура в школе / Л.И. Лубышева. – М. : НИЦ «Теория и практика физической культуры и спорта», 2006. – 174 с.
  7. Полякова Т.А. Спортивная ориентация детей младшего школьного возраста на основе информационного подхода. : дис. ... канд. пед. наук : 13.00.04 / Татьяна Андреевна Полякова. – Пермь, 2008. – 164 с.
  8. Шукаева А.В. Взаимодействие семьи и школы в формировании здорового стиля жизни у детей младшего школьного возраста на основе деятельности семейного физкультурно-оздоровительного клуба. : дис. ... канд. пед. наук : 13.00.04 / Алла Викторовна Шукаева. – Смоленск, 2006. – 213 с.



**А.Г. Черноштан**

### **ОСНОВЫ ФОРМИРОВАНИЯ ИНДИВИДУАЛЬНОГО ЗДОРОВЬЯ ШКОЛЬНИКОВ ЛУГАНСКОЙ НАРОДНОЙ РЕСПУБЛИКИ В ПРОЦЕССЕ ВНЕШКОЛЬНОЙ РАБОТЫ ПО ФИЗИЧЕСКОМУ ВОСПИТАНИЮ**

Внешкольное воспитание в Луганской Народной Республике составляет неотъемлемую часть системы общего среднего образования. Оно осуществляется различного типа внешкольными учреждениями и призвано содействовать всестороннему развитию способностей и склонности детей школьного возраста, воспитанию