

УСТАНОВА АДУКАЦЫИ
“БРЭСЦКІ ДЗЯРЖАЎНЫ УНІВЕРСІТЭТ ІМЯ А.С. ПУШКІНА”
КАФЕДРА КУЛЬТУРОЛОГІІ
БРЭСЦКІ ГАРАДСКІ ВЫКАНАЎЧЫ КАМІТЭТ
УПРАЎЛЕННЕ ПА ФІЗІЧНАЙ КУЛЬТУРЫ, СПОРЦЕ І ТУРЫЗМЕ

**ЗАБАВЫ І ГУЛЬНІ Ў КУЛЬТУРЫ
ПРАВЯДЗЕННЯ ВОЛЬНАГА ЧАСУ
ГАРАДСКОГА НАСЕЛЬНІЦТВА**

Брэст 2005

УСТАНОВА АДУКАЦЫІ
“БРЭСЦКІ ДЗЯРЖАЎНЫ УНІВЕРСІТЭТ ІМЯ А.С. ПУШКІНА”

КАФЕДРА КУЛЬТУРОЛОГІІ

БРЭСЦКІ ГАРАДСКІ ВЫКАНАЎЧЫ КАМІТЭТ
УПРАЎЛЕННЕ ПА ФІЗІЧНАЙ КУЛЬТУРЫ, СПОРЦЕ І ТУРЫЗМЕ

ЗАБАВЫ І ГУЛЬНІ Ў КУЛЬТУРЫ ПРАВЯДЗЕННЯ ВОЛЬНАГА ЧАСУ ГАРАДСКОГА НАСЕЛЬНІЦТВА

Зборнік матэрыялаў міжнароднай
навукова-практычнай канферэнцыі
1–3 красавіка 2005 года

Брэст 2005

УДК 79.
ББК 71.1

Рэцэнзенты:

Доктар гістарычных навук, прафесар
А.А. Гарбацкі
Кандыдат палітычных навук, дацэнт
Я.У. Скакун

Рэдакцыйная калегія:

Кандыдат філасофскіх навук, дацэнт
Ул. П. Люкевіч
Кандыдат філасофскіх навук, дацэнт
П.П. Крусь
Кандыдат педагагічных навук, дацэнт
А.А. Зданевіч

*Друкуецца па рашэнні рэдакцыйна-выдавецкага савета
УА «БрДУ імя А.С. Пушкіна»*

**Забавы і гульні ў культуры правядзення вольнага часу
гарадскога насельніцтва [Тэкст] : зб. матэрыялаў міжнароднай
навукова-практычнай канферэнцыі, Брэст, 1-3 красавіка
2005 года. – Брэст: Выд-ва БрДУ, 2005. – 224 с. – 115 экз.
ISBN 985-473-133-2.**

У зборнік увайшлі матэрыялы міжнароднай навукова-практычнай канферэнцыі, якая адбылася на кафедры культуралогіі Установы адукацыі “Брэсцкі дзяржаўны ўніверсітэт імя А.С. Пушкіна” 1-3 красавіка 2005 года.

Аўтары надрукаваных матэрыялаў нясуць адказнасць за граматычную правільнасць, падбор і дакладнасць прыведзеных фактаў, лічбаў, цытат, уласных назваў, прозвішчаў, іменаў і іншай інфармацыі.

УДК 79
ББК 71.1

ISBN 985-473-133-2

© Выдавецтва УА “БрДУ
імя А.С. Пушкіна”, 2005

весь мир сконцентрирован в тебе. 1-4 – произносятся «Я – мир», поднять руки вверх-наружу, ощущая себя растворенным в нем. 5-8 – произносятся «Мир есть Я» выполнить исходное положение представляя, что весь мир концентрируется в тебе. Для звука «И» игра «Найди противоположность» или «Уравновесь себя» и т.д.

Таким образом на все звуки алфавита были составлены гимнастические упражнения, которые проводились игровым и соревновательным методами. Четырехкратное повторение жестов чередовалось с таким же количеством повторений этого же упражнения, выполняемого традиционным методом.

Изученные литературные источники, а также разработанные нами и примененные на практике эвритмические звукоподражательные игры в работе с детьми, с гимнастами (мальчики 5-8 лет) позволяют сделать некоторые выводы:

1. Звуковая эвритмия является духовным и физическим источником формирования личности ребенка.
2. Упражнения звуковой эвритмии формируют правильную осанку, помогают освоить общую гимнастическую школу движений.
3. На занятиях элементы звуковой эвритмии успешно решают задачи настройки детей к уроку, а в заключительной – восстановление физиологических функций организма.
4. Обладая «межпредметной связью» звуковая эвритмия с успехом может использоваться не только на уроках физической культуры, но и на смежных предметных уроках (при изучении букв и звуков алфавита, пении, декламации стихов и пр.).
5. Полезна она и для формирования профессионального мастерства студентов и учителей.

Subject of author's research is the opportunity of use on employment by sports gymnastics of art sound eurythmics for studying gymnastic school of movement.

К.И.БЕЛЫЙ

Беларусь, Брест, УО «БрГУ им. А.С.Пушкина»

ДИНАМИЧЕСКИЙ КОНТРОЛЬ ЗАКАЛЕННОСТИ ОРГАНИЗМА ДЕТЕЙ-ДОШКОЛЬНИКОВ И ЕГО СОЦИАЛЬНАЯ ЗНАЧИМОСТЬ

Условия жизни современного человека предъявляют повышенные требования к физиологическим механизмам, поддерживающим его здоровье. Поэтому в настоящее время особенно актуальным становится

поиск средств, способствующих повышению устойчивости организма к воздействию неблагоприятных факторов внешней среды и различным заболеваниям (2).

Закаливание как раз и является одним из таких средств – доступным, дешевым и весьма эффективным, в частности, в профилактике простудных заболеваний и гриппа, на долю которых приходится около 70% всей заболеваемости среди детей дошкольного возраста (3). Необходимо также отметить, что на протяжении ряда последних лет наблюдается стабилизация числа часто и длительно болеющих детей, что приводит к отставанию этих детей в физическом развитии, недостаточной физической подготовленности, сравнительно высокой нетрудоспособности матерей в связи с уходом за больными детьми (4).

Комфортные условия обусловленные НТП например: централизованное отопление в квартирах и на производстве, недостаточная вентиляция, общественный транспорт и т.д., приводят к снижению адаптационных возможностей организма, человек становится уязвимым при сравнительно небольших температурных колебаниях и сквозняках. Это касается, прежде всего, детей-дошкольников, так как их организм обладает значительно большей теплоотдачей, чем организм взрослого (1).

Учитывая важность закаливания ребенка в семье, недостаточную освещенность вопроса в литературе, целью нашего исследования было изучение проводимых закаливающих мероприятий с детьми в семье, их виды, частота, продолжительность и др. Особое внимание обращалось на выходные дни, время отпуска и летний оздоровительный период. Опрос родителей и воспитателей проводился по специально разработанной схеме, в которой нами отражены вопросы приобщения детей к закаливанию в семье, виды, частота и продолжительность отдельных процедур, степень занятости отдельных членов семьи, а также заболеваемость детей острыми респираторными заболеваниями и гриппом. Эти материалы сопоставлены с системой использования закаливающих процедур в дошкольном учреждении.

В целях контроля за эффективностью закаливающих процедур нами была проведена оценка степени закаленности организма детей с помощью модифицированной I – ММИ пробы Маршака. Для этого наполненный льдом цилиндр прикладывался на три секунды к средней трети ладонной поверхности предплечья после предварительного измерения температуры в этой точке с помощью электротермометра. Затем фиксировалось время восстановления температуры охлажденного участка до исходной. Всего 3-4кратно обследовано 485 детей в 4-х дошкольных учреждениях г. Минска.

Социологические исследования позволили установить следующее:

- около 50% родителей приобщают детей к закаливанию и занятиям физическими упражнениями;

- ребенок спит с открытой форточкой круглый год в 12% семей, в 27% семей – кроме зимы, в остальных случаях только летом;

- приобщение к закаливанию осуществляется обычно в летний период;

- из закаливающих процедур чаще всего использовались ходьба босиком, воздушные и солнечные ванны, реже – купание в открытом водоеме, душ.

Однако вышеперечисленные закаливающие мероприятия проводились в 90% случаев нерегулярно, бессистемно, непоследовательно. Это, естественно, не давало соответствующего эффекта, что подтверждено результатами обследований.

В целом число закаленных в популяции среди трехлетних детей колебалось в отдельных дошкольных учреждениях в пределах 30-35%, число недостаточно закаленных – 31-35%, число незакаленных 35-40%. При использовании бассейна число закаленных через год возросло до 61%, через два года до 77%. Соответственно уменьшилось количество незакаленных и слабо закаленных детей (через год 25% и 14%, через два 13% и 10%).

При отсутствии бассейна число закаленных детей практически оставалось в пределах 35-37%.

Полученные результаты были занесены в «Экран здоровья, который помещался в каждом из обследованных групп, что в определенной мере стимулировало интерес и внимание родителей к вопросам закаливания.

С целью упорядочения проводимых закаливающих процедур с детьми были разработаны и розданы родителям перед оздоровительным периодом практические рекомендации, включающие необходимый минимум закаливающих мероприятий в режиме обычного и выходного дня, на период отпуска. Рекомендации включали наиболее доступные, не требующие больших временных затрат закаливающие мероприятия: воздушные ванны (местные и общие), солнечные ванны, умывание после сна (ночного и дневного), контрастное обливание ног, ходьба босиком, купание в открытом водоеме или душ. Все предлагаемые процедуры были распределены в течение дня в зависимости от здоровья ребенка, его возраста, времени года, условий отдыха, степени закаленности организма.

Повторное обследование на степень закаленности организма после оздоровительного периода, т.е. через три месяца, выявило, что число детей, отнесенных в результате обследования к группе закаленных, практически удвоилось при соответствующем снижении числа

незакаленных, уменьшилась на 25-28% заболеваемость простудными инфекциями.

Полученные в результате работы данные позволяют сделать следующие выводы:

- в системе семья – дошкольное учреждение необходим постоянный динамический контроль за оценкой закаленности каждого конкретного ребенка;

- это позволит объективно информировать родителей о степени закаленности их детей и способах повышения эффективности закалывающих процедур у конкретного ребенка в конкретных условиях его микросреды.

Отдельно необходимо отметить исключительное значение такой общей закалывающей процедуры как купание в бассейне. Это подтверждали и полученные в результате исследования результаты, особенно значительно отличающиеся в количестве закаленных детей 4-5-летнего возраста.

Учитывая, что дошкольные учреждения нашей республики обеспечены бассейнами только на 0,6% необходимо больше времени уделять специфическим закалывающим мероприятиям местного и общего воздействия не только в дошкольных учреждениях, но особенно в семье.

Data obtained by the author allow to estimate a degree of hardness of an organism of the child in dynamics, to develop the individual program закалывания children with use of accessible procedures закалывания the general and local influence in view of age of preschool children.

1. Велитченко В.К. Физкультура для ослабленных детей. – М. :ФиС., 1986. – 80 с., ил.

2. Колгушкин А.Н., Короткова Л.И. Лекарство от простуды. – М. :Знание, 1989. – (Новое в жизни, науке, технике. Серия «Физкультура и спорт»; № 2).

3. Празников В.П. Закалывание детей дошкольного возраста. – 2-е изд., перераб. и доп. – Л. :Медицина, 1988. – 224 с.

4. Фролов В.Г. Возрастные особенности проявления общей выносливости у детей дошкольного возраста и методика ее воспитания в условиях детского сада. Автореф. канд. дисс. ... пед. наук. – М., 1977. – 24 с.