

Министерство образования Республики Беларусь

Учреждение образования «Барановичский государственный университет»

**ЗДОРОВЬЕСБЕРЕГАЮЩИЕ  
ТЕХНОЛОГИИ И СИСТЕМЫ:  
ПСИХОЛОГО-ПЕДАГОГИЧЕСКИЕ  
И МЕДИКО-БИОЛОГИЧЕСКИЕ АСПЕКТЫ**

Материалы II Международной  
научно-практической конференции

(Барановичи, 20 мая 2016 года)

Барановичи  
БарГУ  
2016

УДК 796(063)

Представлены результаты практической, экспериментальной, научной и инновационной деятельности работников и специалистов Республики Беларусь, Российской Федерации, Украины и Польши в области физической культуры и спорта.

Адресуется студентам учреждений высшего образования, преподавателям физической культуры, тренерам по спорту, магистрантам, аспирантам, научным работникам.

Редакционная коллегия:

А. В. Никишова (гл. ред.), И. А. Ножка (отв. секретарь),  
А. Н. Герасевич, А. В. Земоглядчук, К. С. Тристеня, В. И. Козел

Рецензенты:

доктор педагогических наук, профессор, заведующий кафедрой физического воспитания и спорта Белорусского государственного университета В. А. Коледа,  
кандидат педагогических наук, доцент, заведующий кафедрой физического воспитания и спорта учреждения образования «Могилёвский государственный университет имени А. А. Кулешова» Т. Е. Старовойтова

---

*Научное издание*

**ЗДОРОВЬЕСБЕРЕГАЮЩИЕ  
ТЕХНОЛОГИИ И СИСТЕМЫ:  
ПСИХОЛОГО-ПЕДАГОГИЧЕСКИЕ  
И МЕДИКО-БИОЛОГИЧЕСКИЕ АСПЕКТЫ**

Материалы II Международной  
научно-практической конференции

(Барановичи, 20 мая 2016 года)

Ответственный за выпуск Е. Г. Хохол  
Технический редактор А. Ю. Сидоренко  
Компьютерная вёрстка С. М. Глушак  
Корректор С. А. Березнюк

Подписано в печать 05.09.2016. Формат 60 × 84 <sup>1</sup>/<sub>16</sub>. Бумага ксероксная.  
Отпечатано на копировально-множительной технике. Усл. печ. л. 13,00. Уч.-изд. л. 12,90.  
Тираж 6 экз. Заказ 613.

Учреждение образования «Барановичский государственный университет».

Свидетельство о государственной регистрации издателя, изготовителя,  
распространителя печатных изданий № 1/424 от 02.09.2014.

Ул. Войкова, 21, 225404 г. Барановичи.  
Тел. 8 (0163) 45 46 28, e-mail: [rio@barsu.by](mailto:rio@barsu.by).

ISBN 978-985-498-729-3

© БарГУ, 2016

**К. С. Буркевич, С. А. Пуйман**, кандидат педагогических наук, доцент  
Частное учреждение образования «Институт современных знаний  
им. А. М. Широкова», Минск

## **ОРГАНИЗАЦИОННО-ТЕХНОЛОГИЧЕСКИЕ УСЛОВИЯ ОРГАНИЗАЦИИ СПОРТИВНО-ОЗДОРОВИТЕЛЬНЫХ ПРАЗДНИКОВ В УЧРЕЖДЕНИЯХ ДОШКОЛЬНОГО ОБРАЗОВАНИЯ**

**Введение.** В системе физического воспитания ребёнка дошкольного возраста особое место занимают детские спортивно-оздоровительные праздники, которые зарекомендовали себя как наиболее приемлемая и эффективная форма активного отдыха детей. Многолетняя практика работы дошкольных учреждений образования нашей страны показала значительную эффективность спортивно-оздоровительных праздников в активном приобщении каждого ребёнка к здоровому образу жизни и регулярным занятиям физической культурой. Вместе с тем следует отметить, что в образовательном процессе учреждений дошкольного образования наблюдается увлечение вербальными методами воспитания, слабо внедряются формы коллективной творческой деятельности, детские массовые праздники порой не отвечают потребностям формирования социально значимых качеств личности. Поэтому представляется актуальным обратиться к обобщению передового опыта лучших дошкольных учреждений по организации мероприятий спортивно-оздоровительной направленности.

**Основная часть.** Программа спортивно-оздоровительных праздников отличается насыщенностью и традиционно включает разнообразные физические упражнения, игры с простейшими элементами спорта, подвижные развивающие игры, спортивные упражнения, игры-эстафеты, а также занимательные тематические кроссворды, викторины и загадки. Так, на детском празднике в зимнее время возможно использование физических упражнений и игр, характерных для зимних условий, — катание на санках, игры и соревнования на лыжах и коньках, элементы игр в хоккей, игры-эстафеты на льду, на снегу и т. п.

Широкое использование детских музыкальных произведений, игровых приёмов делает праздник эмоционально ярким, надолго запоминающимся событием в жизни ребёнка и всей семьи.

Интересно и увлекательно проходят летние и зимние спортивно-оздоровительные праздники под девизами: «Будем спортом заниматься», «Зимушка-зима», «Зимние забавы», «Праздник Нептуна». В рациональном сочетании с другими видами работы по физическому воспитанию и формированию здорового образа жизни они помогают создать необходимый воспитанникам двигательный режим, развивают ловкость, быстроту, силу воли, выносливость, ориентировку в пространстве и другие лично значимые качества и способности.

Участие в детских праздниках и подготовка к ним объединяет детей и взрослых общими переживаниями, укрепляя межличностные отношения представителей разных поколений [1]. Красочное оформление места проведения праздника и отдельных видов соревнований, оригинальные костюмы, красивые цветные эмблемы, звучание музыки, торжественное открытие и закрытие праздника влияют на развитие у ребят эстетических переживаний и чувств.

Художественное оформление места проведения праздника должно вызывать у детей приподнятое настроение и радостное ожидание праздника. В помещении детского сада и на участке развешиваются гирлянды, шары, разноцветные флажки, картинки, плакаты со спортивной тематикой. Территория участка заранее приводится в порядок — поливаются зелёные насаждения, посыпаются песком дорожки, на площадке красиво располагаются пособия и игрушки, развешиваются плакаты соответствующей тематики.

В зимнее время прилегающая к детскому саду территория украшается снежными фигурами хорошо знакомых детям животных, персонажей сказок, расчищаются от снега дорожки, заливается каток, дорожки для скольжения, приводятся в порядок снежные постройки (горки, валы, снежные крепости и лабиринты), прокладывается лыжня. Места выступления детей зимой украшаются цветами, флажками, льдинками, серпантинном, мишурой.

В обязанности ответственного за художественное оформление праздника входит подготовка объявления для родителей, праздничных плакатов, транспарантов, пригласительных билетов для шефов, гостей праздника.

В праздничном оформлении помещения, территории детского сада вместе с воспитателями и родителями активное участие принимают дети. На занятиях по изобразительному искусству (рисование, аппликация) старшие дошкольники могут выполнять различные поделки для украшения физкультурной площадки и гимнастического зала. Дети оказывают помощь воспитателю в подготовке пособий и физкультурного инвентаря, уборке участка, изготовлении костюмов для отдельных персонажей, сооружении построек из снега.

Воспитатели привлекают детей к расчистке катка, прокладыванию лыжни, разметке беговых и велосипедных дорожек, подготовке мест для игр, костюмов и других атрибутов праздника. Даже самые маленькие, не только участники, но и болельщики, получают задания, соответствующие уровню их подготовленности.

Сама атмосфера детского праздника, совместная деятельность детей и взрослых, достижение результатов командой, преодоление трудностей сплачивает детский коллектив, воспитывает чувство взаимной ответственности.

Организаторам праздника необходимо позаботиться о том, чтобы никто из детей не находился в рядах постоянных зрителей, болельщиков, желательно, чтобы дети все вместе и поочередно командами участвовали в разных номерах программы, помогали ведущим и судьям.

Одним из важнейших требований к организации спортивно-оздоровительных праздников является проведение их в разные сезоны года. Например, физкультурный праздник может быть организован не только на участке дошкольного учреждения, но и в близлежащем парке, на стадионе, в естественных условиях природного окружения — в лесу, на лугу, берегу озера, реки. От конкретного места проведения праздника во многом зависит его тематика, структура, специфика, подготовительные работы и оформление.

Технология подготовки спортивно-оздоровительного праздника включает составление программы, планирование всей работы по организации спортивно-массового праздника как целостной системы. Необходимо определить название или образный девиз праздника, предусмотреть распределение обязанностей между его организаторами, составить план работы каждого из них на определённый срок. От этого во многом зависит успех праздника.

В программе следует подробно отразить цель и задачи праздника, дату и время его проведения, предполагаемую длительность, место проведения.

Предварительная работа воспитателя включает в себя: регулярное освоение гимнастических упражнений во время физкультурных занятий; ежедневное участие детей в подвижных и спортивных играх, предусмотренных образовательной программой; проведение тематических бесед, рассматривание картин, книг, показы видеофрагментов, отражающих спортивные достижения нашей страны. Значительный воспитательный эффект дают проведение занятий по изобразительному искусству на тему «Спорт в нашей жизни», оформление альбомов, стендов, отражающих успехи воспитанников.

Совместная работа воспитателей с родителями начинается с распределения обязанностей, создания команды из числа родителей, участву-

ющих в празднике, проведения консультаций, подготовки места для организации соревнований, спортивной одежды и костюмов для выступлений, праздничных сюрпризов и плакатов, участия в художественном оформлении, создания сценария и реализации программы праздника, организации фото- и видеосъёмки праздника.

Одним из важнейших разделов работы при подготовке к спортивно-оздоровительному празднику является разработка сценария. При этом следует учитывать основную идею, девиз праздника. Так, например, для праздников, проходящих под девизом «Солнце, воздух и вода — наши лучшие друзья», «В здоровье — сила», «Мы растём здоровыми, крепкими, весёлыми», главными задачами являются пропаганда здорового образа жизни, значимости физической культуры в жизни любого человека, гигиенических факторов, естественных сил природы как важнейших средств укрепления здоровья, формирование у детей интереса к занятиям физическими упражнениями и играми.

При составлении сценария физкультурного праздника, независимо от того, где и в каких условиях он проводится, следует стремиться к тому, чтобы его содержание было разнообразным, интересным, создавало возможность активного участия всех групп детей, доставляло радость и удовольствие не только участникам праздника, но и зрителям, детям и взрослым, приглашённым на праздник гостям.

Физкультурные номера чередуются с исполнением песен, танцевальных номеров, с чтением стихотворений. В программе спортивно-оздоровительного праздника большое место должны занять развивающие подвижные игры на свежем воздухе, эстафеты, коллективные выступления детей, в которых они демонстрируют, какими стали крепкими, сильными, быстрыми. В литературно-художественном материале, стихотворениях, песнях, обращениях команды к команде раскрывается значение утренней гимнастики, различных видов спорта, весёлых игр на свежем воздухе. Уместно использование стихотворений, игровых образов, сюжетных ситуаций, позволяющих в шуговой форме показать, к чему приводят отрицательное отношение к гигиене, пренебрежение физкультурными занятиями, боязнь свежего воздуха и т. п.

С показательными номерами могут выступить и приглашённые на праздник гости: гимнасты, фигуристы, бывшие воспитанники детского сада, учащиеся спортивных школ, взрослые сотрудники дошкольного учреждения, родители, шефы.

Поддержанию интереса, созданию приподнятого, праздничного настроения способствует включение в содержание праздника «сюрпризного момента» — неожиданное появление Зимы, Деда Мороза, Снегурочки, весёлых скоморохов, Бабы Яги, Красной Шапочки, доктора Айболита и других сказочных героев. Их общение с детьми и гостями

праздника, участие в играх, танцах, награждении победителей эстафет и соревнований оживляет праздник, привлекает внимание к происходящему, доставляет детям много веселья и радости, надолго остаётся в памяти.

**Заключение.** По окончании праздника подводятся итоги, проходит церемония награждения, общий хоровод, танцы, парад участников. При подведении итогов, анализе достигнутых результатов в командных соревнованиях, играх, эстафетах необходимо учитывать индивидуальные данные и возможности каждого, отмечать старательность, честное выполнение правил детьми. Важно заботиться о поддержании дружеских отношений в коллективе, предупреждать случаи неуважения, недоброжелательного отношения к товарищу, зазнайства.

Критерии оценки эффективности проведения спортивно-оздоровительных праздников включают уровень заинтересованности детей, их родителей, а также выполнение требований образовательного стандарта.

#### Список цитируемых источников

1. Шебеко В. Н. Теория и методика физического воспитания детей дошкольного возраста : учеб. пособие. Минск : Выш. шк., 2010. 288 с.

Материал поступил в редакцию 10.04.2016

УДК 377.5 (14.33.07)

**Н. В. Данилевич, О. К. Левчук, Л. В. Резвицкая**  
*БГПУ, Минск*

### **ЭФФЕКТИВНОСТЬ ПОДДЕРЖИВАЮЩЕГО КУРСА ПЛАВАНИЯ ДЛЯ СТУДЕНТОВ-СПОРТСМЕНОВ, ЗАКАНЧИВАЮЩИХ СПОРТИВНУЮ КАРЬЕРУ**

**Введение.** Ни для кого не секрет, что, заканчивая обучение в школе и переходя на I ступень образования в учреждения высшего образования, многие спортсмены завершают свою спортивную карьеру. Бросив все свои силы на обучение, забывают о своём спортивном прошлом, а главное — уменьшают уровень физических нагрузок до минимума. Многие спортсмены заканчивают свою карьеру из-за травм. А как избежать контрактуры в суставе, если любая нагрузка даётся с болью.