



**МЕДИЦИНСКИЕ,
ОЗДОРОВИТЕЛЬНЫЕ
И ЭКОЛОГИЧЕСКИЕ
АСПЕКТЫ**

*Материалы Международной
научно-практической
конференции 19 октября 2018 г.*

Печатается по решению заседания кафедры физической культуры и медико-биологических дисциплин АГПУ от 29 августа 2018 г., протокол № 1

УДК –614

ББК-51.1

М 42

Научный редактор

А.И.Мацко - кандидат педагогических наук, доцент, зав.кафедрой физической культуры и медико-биологических дисциплин АГПУ

Ответственные редакторы

В.Г.Василенко - доцент кафедры физической культуры и медико-биологических дисциплин АГПУ

Е.Б.Тютюнникова - доцент кафедры физической культуры и медико-биологических дисциплин АГПУ

Ж.А.Арушанян – доцент кафедры физической культуры и медико-биологических дисциплин АГПУ

Медицинские, оздоровительные и экологические аспекты здоровья: материалы Международной научно-практической конференции (г.Армавир, 19 октября 2018 г.) / Научн. ред.А.И. Мацко, отв. ред. В.Г.Василенко, Е.Б.Тютюнникова, Ж.А.Арушанян – Армавир: ИП Калегин Ю.В., 2018.– 160 с.

В сборнике материалов международной научно-практической конференции собраны статьи врачей, преподавателей вузов, учителей, магистрантов, студентов Армавира, Краснодара, Ставрополя, Москвы, Санкт-Петербурга, Республики Калмыкия, Адыгеи, Махачкалы, Украины, отражающие проблемы влияния окружающей среды на здоровье, здорового образа жизни и здоровьесбережения, укрепления здоровья и профилактики заболеваний у населения, вопросы истории медицины.

Сборник рекомендован преподавателям вузов, техникумов, учителям школ, школьникам и студентам, а так же всем тем, кто интересуется проблемами укрепления здоровья.

Печатается в авторской редакции

СОДЕРЖАНИЕ
ОБРАЗОВАНИЕ ЭКОЛОГИЧЕСКОЙ И ВАЛЕОЛОГИЧЕСКОЙ КУЛЬТУРЫ

Арушанян Ж.А.

Воспитание экологической культуры обучающихся как приоритетное направление в воспитательной работе

Киричек Е.Г.

Формирование культуры здоровья детей школьного возраста

Ожафина Л.М.

Проблемы эффективности природопользования на современном этапе

Иванова Л.Н.

Российские студенческие отряды как способ пропаганды здорового образа жизни

Иванова Г.Н.

Экологическое воспитание на уроках окружающего мира в начальной школе

И. ЗДОРОВЬЕСБЕРЕГАЮЩЕЕ ОБРАЗОВАТЕЛЬНОЕ ПРОСТРАНСТВО

Адамин Л.Л., Эпоева К.В.

Особенности здоровьесберегающей образовательной педагогической среды

Бектерева Е.Н., Давыдова Т.А.

Формы и методы работы по здоровьесбережению в ДОУ Белоус Ю.А.

Организация внеурочной работы с учащимися по здоровьесбережению через проектно-исследовательскую деятельность

Бирюкова Е.А.

Основные условия адаптации студентов к обучению в СПО

Василенко А.Н.

Применение информационных ресурсов в образовании

Дьяконова К.Ю.

Использование дистанционных образовательных технологий на уроках математики

Гамисева О.Н.

Социализация учащихся на уроках истории и обществознания посредством овладения правовыми знаниями умениями и навыками

Кравцова А.А.

Использование проектной деятельности на уроках информатики

Киркосянц И.В., Маркова Е.А.

Здоровьесберегающие технологии и среда в ДОУ

Иванова О.В.

Использование кроссенса, в работе с детьми с ОВЗ, как метода развития познавательной инициативы, логического и творческого мышления
Скрябина И.Н., Кабак С.В.
Использование элементов здоровьесберегающих технологий в условиях дошкольного учреждения
Филиппенко О.Н.
Формирующая функция учителя истории (обоснование выбора собственной педагогической концепции)

III. МЕДИЦИНСКИЕ АСПЕКТЫ ЗДОРОВЬЯ: ИСТОРИЯ И СОВРЕМЕННОСТЬ

Василенко В.Г.
Смертность от инфекций наружных покровов в Армавире в дореволюционный период
Василенко В.Г.
Возникновение и развитие санитарно-курортного дела на Кавказе
Бадугинова М.В.
Из истории развития курортов Калмыкии
Маньшеч С.Б., Маньшеч К.Б., Качаева М.Г., Рахманова А.А.
Донской травматологический институт: страницы истории в годы Гражданской войны
Пылков О.С.
«Между туземцами он пользовался большою доверенностью» (К вопросу о деятельности российских военных врачей на Северном Кавказе)

IV. ОХРАНА ЗДОРОВЬЯ И ПРОФИЛАКТИКА ЗАБОЛЕВАНИЙ

Арушаниян К.К.
К вопросу о морально-правовой ответственности людей за сбережение своего здоровья
Балтрушайтите Я.Е., Арушаниян Ж.А.
Воздействие табака на эндотелий сосудов и микроциркуляторное русло
Бокарева Л.А.
УЗИ и его влияние на женский организм и плод при беременности
Буренкова П.Д.
Особенности возникновения и прогрессирования школьной близорукости
Варзарева В.Г.
Воздействие состояния озеленения городов на психофизическое состояние жителей
Евсеева Ю.С.
Влияние алкоголя на сердечно-сосудистую систему человека
Закарян Г.З.
Концепция здорового образа жизни
Кутуева А.В.
Причины ипохондрии в системно-векторной психологии

Ковалева А., Арушаниян Ж.А.
Влияние сна на организм человека
Козлов А.В.

Влияние наркотиков на организм человека
Лыскова А.С., Тютюникова Е.Б.

Генетические аспекты гепатолентикулярной дегенерации (болезнь Вильсона-Конадонова) и возможности ее лечения

Маньшеч К.Б., Алжичева М.Д., Алиева Н.А.

Предупреждение ишемического инсульта у женщин с сахарным диабетом в республике Дагестан

Орехова М.Н., Арушаниян Ж.А.

Синдром Кангра

Орехова Е.А., Арушаниян Ж.А.

Психологическое здоровье школьников

Орлова Е.Н.

Слайс - убийца молодежи!

Федорова Н.В.

Здоровый образ жизни в студенческой среде

Чернышкан А.Н., Тютюникова Е.Б.

Нейрофизиологические основы стресса

Чернышкан А.Н.

Генетические аспекты муковисцидоза и возможности его лечения диетотерапией.

V. ОЗДОРОВИТЕЛЬНОЕ И ЛЕЧЕБНОЕ ЗНАЧЕНИЕ ФИЗИЧЕСКОЙ КУЛЬТУРЫ И СПОРТА

Адамян Л.Л.

Особенности проведения занятий по физической культуре в школе, работающих по системе Д.Б.Эльконина – В.В.Давыдова

Балакшерева Н.А.

Воздействие спортивных занятий на организм занимающихся

Балакшерева Н.А., Лафцкая А.В.

Современные виды фитнес-тренировок

Бирюкова О.А.

Влияние йоги на здоровье

Гарбузов С.П., Аванесов В.С., Стешенко Д.С.

Роль информационных технологий в самосовершенствовании конкурентоспособных специалистов в области физической культуры и спорта

Кондратьев И.В., Баженова М.Ю.

Формирование прикладных знаний, умений и навыков, физических и специальных качеств, в процессе ППФП

Леонтьев А.С.

К вопросу о методике обучения рукопашному бою

Лысенко О.А., Кудиева М.А., Фильев А.А.

3. Кочеткова Л. Оздоровление детей в условиях детского сада - Москва, «Сфера», 2005.

О. В. Иванов
ИСПОЛЬЗОВАНИЕ КРОССЕНСА, В РАБОТЕ С ДЕТЬМИ С ОВЗ, КАК МЕТОДА РАЗВИТИЯ ПОЗНАВАТЕЛЬНОЙ ИНИЦИАТИВЫ, ЛОГИЧЕСКОГО И ТВОРЧЕСКОГО МЫШЛЕНИЯ

Слово «кроссенс» означает «пересечение смыслов» и придумано авторами по аналогии со словом «кроссворд», которое в переводе с английского означает «пересечение слов» [1]. Эта уникальная идея принадлежит писателю, педагогу и математику Сергею Федину и доктору технических наук, художнику и философу Владимиру Бусленко. Чтобы разгадывать кроссворды детям нужно уметь читать и писать, или же постоянно обращаться к помощи взрослых. С кроссенсами – другое дело. Поняв смысл и суть, дети могут разгадывать кроссенсы сами, и даже составлять их, подбирая необходимые по теме и смыслу картинки. Картинки, то есть изображения – это образы. «В педагогике понятие «образ» чаще всего незаслуженно играет второстепенную роль, а если задуматься - куда нас приведет слово «образование»? [3] По сути, педагог занимается созданием у ребенка образа мира и себя самого в нём. В последующей жизни человек активно пользуется накопленными в учебной практике образами для принятия решений и выбора пути. Поэтому, я, основываясь на идее метода, предлагала детям с ОВЗ для разгадывания кроссенса с полем из двух, а затем – из четырех квадратов. Суть метода и его педагогического значения это не меняло. Играть можно как с одним ребенком, так и с группой.

При организации работы с обучающимися с ОВЗ в условиях реализации ФГОС особого внимания требует вопрос отбора методов и приемов, используемых в организации образовательной деятельности обучающихся. Каждый учитель использует в своей профессиональной деятельности определенный набор наиболее эффективных, на его взгляд, методов, а также приемов, которые помогают реализовать данный метод на практике. Один из наиболее применяемых на данный момент методов – метод технологии критического мышления, который направлен на развитие самостоятельного, творческого, образного, логического мышления. Среди приемов, которые можно использовать при реализации данного метода можно назвать кроссенс, о котором и пойдет речь.

«Кроссенс - это ассоциативная головоломка нового поколения» [2] Он представляет собой стандартное поле из девяти квадратов, похожее на поле «Крестиков - ноликов». В отличие от кроссворда, где все клеточки пусты, в кроссенсе они уже заполнены картинками.

Суть метода – разгадать кроссенс, составив рассказ – ассоциативную цепочку, посредством взаимосвязи изображений. Девять изображений расставлены таким образом, что каждая картинка имеет связь с предыдущей и последующей, а центральная объединяет по смыслу сразу несколько. В ассоциативном ряду можно использовать только существенные

образы, рекомендуется начинать читать сверху вниз и слева направо, так как образам получается цепочка завернутая «улиткой». Центральным является квадрат в центре, он может быть связан по смыслу со всеми изображениями в кроссенсе. Связи могут быть как поверхностными, так и глубокими, но в любом случае это отличное упражнение для развития логики и творческого мышления. «Авторами утверждалось, что при решении кроссенса развиваются все аспекты мышления – память, ассоциативное видение и поиск информации, неординарности мышления» [2].

Кроссенсы бывают двух уровней сложности: «базовый», в котором каждый квадрат на поверхности» и тогда ученик должен объяснить их, и «высокого уровня», в котором изображение связаны образным, символическим смыслом; в этом случае ученик должен разгадать кроссенс. Составление кроссенса достаточно кропотливая, но интересная работа, чтобы создать эту головоломку, нужно отобрать понятия, предметы или явления, которые необходимы в работе над заданной темой, затем определить логику связей и ассоциативные связи между ними, установить порядок следования квадратов друг за другом, выявить центральное (связующее) понятие и подобрать картинку, визуализирующее каждое из понятий.

Использование кроссенса на уроке открывает широкие возможности творческого мышления и ученикам. Первому он позволяет нестандартно и интересно для учеников проверить знания, объяснить новый материал, закрепить ранее изученную тему; вторым приносит удовольствие от решения поставленной задачи, поскольку часто решение оказывается нетривиальным и неожиданным. Разгадывание кроссенса порой приносит «непрогнозируемые» результаты, в том случае, если учащиеся, развивая ассоциативный ряд, находят настолько глубокие связующие нити между понятиями и ассоциациями, что даже автор кроссенса не закладывал их в данную головоломку. Подобные неожиданные вездга приятны, поскольку доказывают, что дети включены в работу и демонстрируют активную работу воображения и творческого мышления.

Использование кроссенса допустимо на любом из этапов урока, будь то объяснение домашнего задания, объяснение нового материала или закрепление ранее изученного. Кроссенс сам может стать творческим домашним заданием для учеников в парах или группах. «Учителю кроссенс дает возможность показать связь усвоенных понятий с жизнью, реализовать межпредметные связи, а главное, он позволяет заинтересовать изучаемым материалом учащихся, поскольку открывает новые оттенки смыслов в знакомых и привычных предметах» [3].

Эффективность кроссенса как приема в процессе обучения очевидна. Он позволяет развивать все виды компетенций и формировать необходимые условия успеха:

1. Личностные УУД формируются в процессе объяснения и разгадывания кроссенса, для ребенка с ОВЗ – это очень значимо:

- «Я смог!», «У меня получилось!» - происходит повышение позитивной самооценки, самоуважения;

- в связи с необходимостью размышлять, придумывать собственные, личностные ассоциации появляется возможность реализации потребности в творческом самовыражении;

- происходит нравственно-этическое оценивание героев и их поступков, заложенных в кроссенсе, исходя из морально-этических норм и личностных приоритетов учеников.

2. Металпредметные УУД формируются в процессе первоначального осмысления кроссенса:

- определение направления деятельности - откуда начать, обдумывание того, что более трудно и над чем необходимо поразмышлять глубже;

- развитие речевой деятельности и умение аргументировать собственную точку зрения.

Н.Н.Скрябина, С.В.Кабак **ИСПОЛЬЗОВАНИЕ ЭЛЕМЕНТОВ ЗДОРОВЬЕСБЕРЕГАЮЩИХ ТЕХНОЛОГИЙ В УСЛОВИЯХ ДОШКОЛЬНОГО УЧРЕЖДЕНИЯ**

С раннего детства мы — педагоги дошкольного образования должны прививать навыки здорового образа жизни детям, выбирая оптимальные методы и формы работы. Особенность педагогической деятельности в работе с детьми дошкольного возраста состоит в том, чтобы у ребенка сформировать навыки, необходимые для поддержания здоровья. Здоровье детей мы рассматриваем как состояние физического, психического и социального благополучия.

Комплексная, целенаправленная работа по валеологическому воспитанию составляет ответственное звено в развитии личности ребенка и позволяет научить детей использовать полученные знания на практике, на благо своему здоровью. Любое занятие общеразвивающего или оздоровительного характера должно доставлять ребенку радость. Необходимо соблюдать при этом принцип: здоровые нагрузки, а не перегрузки укрепляют организм.

Особенно эффективно оздоровительную работу проводить с использованием такого средства в решении воспитательных, образовательных и коррекционных задач, как музыка. Тем более что именно она из всех видов искусства является самым сильным средством воздействия на человека.

Музыкальное развитие ребенка в аспекте здоровьесбережения своей эффективностью уже давно не вызывает сомнений. Музыка с древнейших времен использовалась врачами для лечения и оздоровления пациентов, а в настоящее время её лечебный эффект доказан научно. Ученые даже создали в официальной медицине целое направление — музыкотерапию. К примеру, в Санкт-Петербурге успешно работает центр, в котором врачи-композиторы сочиняют для каждого больного ребенка их «личную» музыку, излечивающую даже ДЦП и умственную отсталость.

Большинство людей используют ее просто интуитивно для поднятия настроения, работоспособности, улучшения самочувствия, и тем более активной жизни не обходится без музыки.

Ученые выяснили, что детский организм гармонизирует звук «ля» первой октавы, при помощи изменения ритмического рисунка мелодии можно даже изменить состав крови, не говоря уж о кровяном давлении. Недавно влиятельные музыканты на организм человека, ученые выяснили, какие заболевания педиатры излечивают определенными болезнями. Например, для лечения ранних заблеваний хороша скрипичная и фортепьянная музыка, ЧХФ и эмпиризма в кардиологии, виолончель помогает людям с большими проблемами, гитары и кларнет придут на помощь печени, флейта поможет расслабиться и запросто справляется с бессонницей. Музыка Моцарта связывает многопрофильной: её прописывают при усталости, головной боли, депрессии и даже при простуде. Этот феномен, ещё до конца не объясненный, назвали «эффект Моцарта».

Музыка композиторов — романтиков (Шопен, Шуберт, Лист, Гайдн (Чайковский)) хорошо снимает стрессы, помогает концентрации внимания. Духовная и религиозная музыка хорошо снимает болевую синдром, слова «Пер Гюнг» Грига нормализует сон и работу головного мозга. Музыка Моцарта способствует развитию умственных способностей в детях.

В дошкольниками привычные виды музыкальной деятельности можно разнообразить с пользой для здоровья и развития. На музыкальных занятиях пальчиковые игры проводятся чаще всего под музыку - как попевки, песенки, сопровождаются показом иллюстраций, пальчикового или занавеса театра. Особое место занимают «пальчиковые сказки» - занятия дошкольникам - «Рукавичка», «Теремок», «Колобок» и др. направлены для возможности их показа движениями рук и чаще всего имеют сюжетную форму.

Дыхательная гимнастика корректирует нарушения речевого дыхания, помогает выработать диафрагмальное дыхание, а также продолжительное спокойное и правильное распределение выдоха. Периферические органы человеческого организма, голос, артикуляция неразрывно связаны и взаимодействуют между собой под контролем центральной нервной системы. Нарушение функций речевого дыхания считается: подъем грудной клетки вверх и расширение живота на вдохе; слишком большой вдох; учащенность дыхания; учащенность выдоха; неумение делать незаметный добор воздуха; сбалансированная осанка. Суть методики по восстановлению и развитию своей формы в осознанном управлении всеми фазами акта дыхания через диафрагму дыхательных мышц и регулировку работы дыхательного центра.

Выполнение дыхательной гимнастики помогает сохранить, укрепить здоровье ребенка. Она дает возможность зарядиться бодростью и жизнера-