

Здоровые дети - первый шаг

Идеи для настоящего и будущего

Прогноз

- долгосрочные целевые направления
- Внедрение в систему образования личностно-ориентированной модели общеобразовательного процесса.

Вариативность образования

- В связи с изменением экономического и политического устройства страны изменились и требования к общеобразовательной школе.
- Перед каждым выпускником школы стоит, по сути, вопрос о выборе профессии и связанным с этим выбором получением профессионального образования, на повестке дня стоит вопрос о вариативности самого образования.

Цель и направление

- Опишите стратегическое направление
- Опишите стратегическую цель
- Обоснуйте с нескольких точек зрения

Государственные структуры

Доступ

к

данным

Данные по физическим,
психоэмоциональным и
интеллектуальным
ресурсам своего
региона. (Трудовые
ресурсы)

Психофизиологический
и психоэмоциональный
статус

Уровень
адаптационных
резервов

Учет пропуска занятий
по состоянию
здоровья

Комплексная
оценка
состояния
школьника

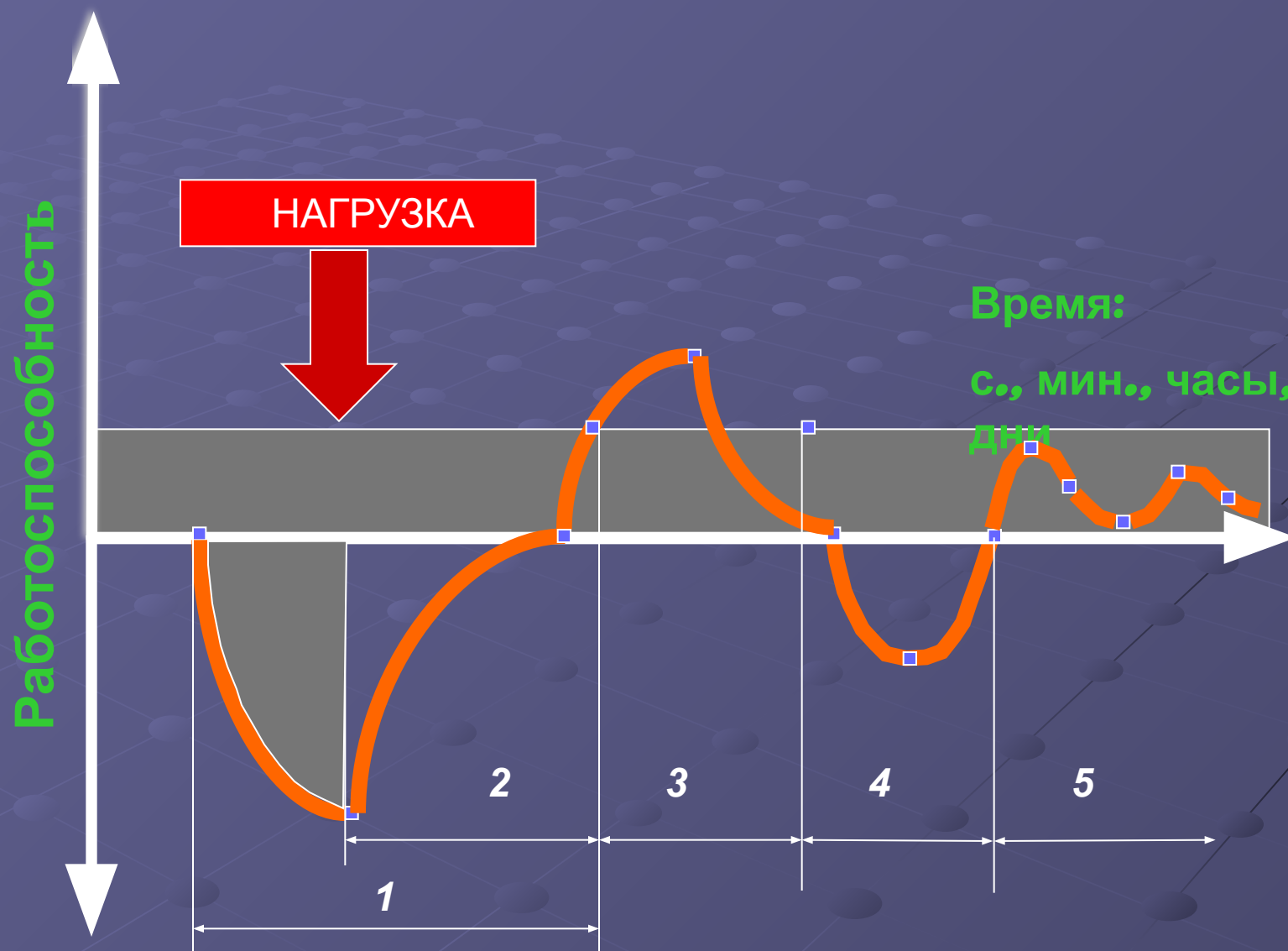
Оценка
соматического
статуса

Уровень
физического
развития и систем
энергообеспечения

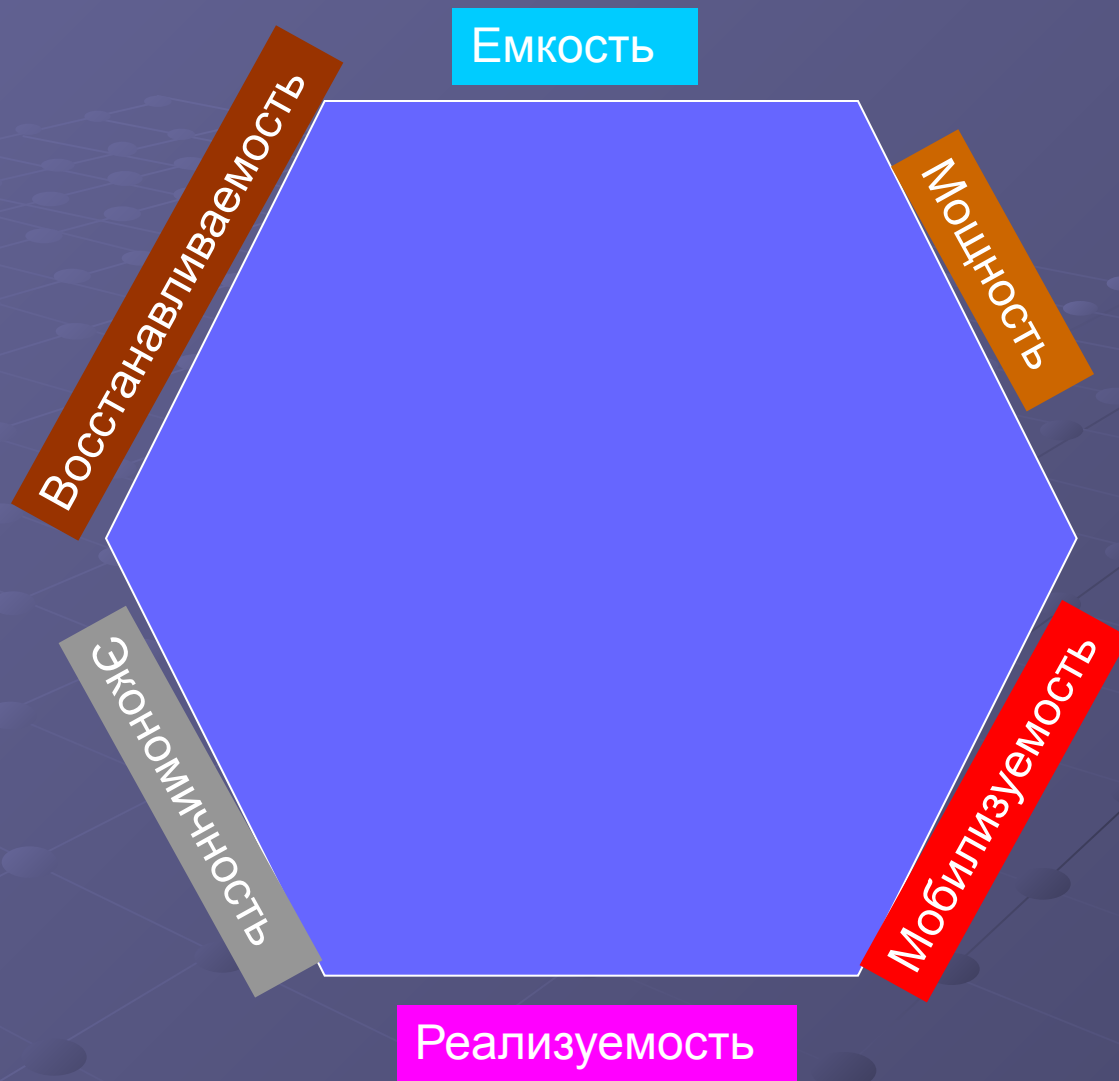
Показатель
успеваемости в
освоении школьной
программы



Реакция организма на физическую нагрузку



Многофакторная структура системы энергообеспечения



Емкость

Отражает устойчивость функциональных систем, размеры доступных для использования субстратных фондов и допустимый объем аэробных и анаэробных метаболических изменений при напряженной мышечной деятельности. Емкость биоэнергетической системы лимитирует максимальный объем (продолжительность) работы, который может быть выполнен за счет данной системы. Емкость характеризует функциональную стабильность, расходование энергетических субстратов и максимальные сдвиги внутренней среды организма.

Мощность

Характеризует скорость освобождения энергии в аэробных и анаэробных метаболических процессах и максимизацию производительности функциональных систем. Лимитирует (ограничивает) предельную *интенсивность* (мощность) работы, выполненной за счет энергии данной системы и определяет “предел” функциональных проявлений в условиях максимальных и субмаксимальных мышечных усилий в динамическом режиме. Она не гарантирует высокого уровня функциональной подготовленности в целом, поскольку слабо связана с таким обобщенным свойством как емкость энергетической системы.

Мобилизуемость

(подвижность) систем определяет скорость развертывания функциональных и метаболических реакций в процессе вработывания при мышечной работе. Чем быстрее в начале нагрузки, при переменах ее интенсивности “отвечают” функциональные системы обеспечения (метаболические реакции, буферные механизмы и т. д.) тем меньший образуется в организме дефицит кислорода, меньше накапливаются “регуляторные затруднения” функциональных систем в организме в целом, тем больше их итоговая производительность.

Реализуемость

Характеризуется потенциальными возможностями мобилизации функциональных и метаболических систем организма, резервными возможностями их проявления в наиболее благоприятных условиях.

Экономичность

Определяет степень использования функциональных резервов и энергии, освобождаемой в метаболических процессах, для выполнения мышечной работы различной интенсивности и продолжительности.

Восстанавливаемость

отражает скорость прохождения фаз адаптации функциональных и метаболических систем после нагрузки (декомпенсации, ранней и поздней компенсации, суперкомпенсации или наибольшей работоспособности, сниженной работоспособности, исходного или нового уровня работоспособности) и тем самым определяет степень готовности к повторной мышечной работе различной преимущественной направленности (аэробной, аэробно-анаэробной, анаэробно-гликолитической, анаэробно-креатинфосфатной).

Нынешняя ситуация

- Обзор современного состояния дел
- На слайдах используйте только названия пунктов; детали изложите устно

Как мы дошли до этого?

- Историческая справка
- Решения, потерявшие актуальность

Возможные решения

- Возможные стратегии
- Достоинства и недостатки каждой
- Стоимость каждого варианта

Рекомендации

- Рекомендуемые стратегии
- Прогноз результатов
- Что делать дальше
- Основные шаги