

Федеральное агентство по физической культуре и спорту РФ
Агентство по спорту и физической культуре Пермского края
Федеральное государственное образовательное учреждение
высшего профессионального образования –
Чайковский государственный институт физической культуры

**ФИЗИЧЕСКАЯ КУЛЬТУРА И СПОРТ
В ОБРАЗОВАТЕЛЬНЫХ УЧРЕЖДЕНИЯХ:
ПРОБЛЕМЫ И ПУТИ ИХ РЕШЕНИЯ**

**материалы всероссийской
научно-практической конференции
2 ноября 2007**

Физическая культура и спорт в образовательных учреждениях: проблемы и пути их решения: Сборник материалов Всероссийской научно-практической конференции (г. Чайковский, 2 ноября 2007). – Чайковский: Чайковский ГИФК, 2007. - 195 с.

Научный редактор:

Чумаков Василий Николаевич, кандидат педагогических наук, доцент, проректор по ИиНР Чайковского ГИФК.

Технические редакторы:

Окунева Татьяна Альбертовна,
Кошкина Галина Викторовна.

В большинстве регионов России наблюдается устойчивая тенденция ухудшения количественных показателей здоровья и физического развития детей и подростков, наряду с этим - и снижение мотивации к занятиям физической культурой и спортом. Одними из основных учреждений, в компетенции которых нивелирование данных негативных явлений – образовательные учреждения общей и специфичной (спортивной) направленности. В регионах России имеются специалисты, достаточно эффективно осуществляющие процесс физического воспитания и спортивной подготовки детей и подростков, помимо этого в Чайковском ГИФК накоплен уникальный опыт по направлениям: спортивно ориентированное физическое воспитание, социализация детей-сирот средствами физической культуры и спорта, средства и методы ФКиС в оздоровлении детей и подростков, организация учебно-тренировочного процесса в ДЮСШ. Систематизация и обобщение этой работы, рассмотренных в рамках конференции, позволит транслировать новые знания и опыт в деятельность образовательных учреждений России.

**ОСВОЕНИЕ ТЕХНОЛОГИИ СПОРТИВНО
ОРИЕНТИРОВАННОГО ФИЗИЧЕСКОГО ВОСПИТАНИЯ
В МОУ «ОКТЯБРЬСКАЯ СРЕДНЯЯ
ОБЩЕОБРАЗОВАТЕЛЬНАЯ ШКОЛА» ХМАО-ЮГРА**

*В.А. Романович
МОУ «Октябрьская средняя
общеобразовательная школа» ХМАО – ЮГРА*

В начале 90-х годов прошлого века была высказана идея широкого привлечения спорта к процессу физического воспитания школьников. Суть идеи заключается в адаптировании высоких спортивных технологий, хорошо зарекомендовавших себя в большом спорте, к повышению эффективности школьного физического воспитания. Это актуализирует возможность использования спорта в целях воспитания и социализации учащихся общеобразовательных школ. Многочисленные эксперименты, проведенные за последние годы и продолжающиеся в настоящее время, убедительно доказывают высокую эффективность спортивно-ориентированного физического воспитания школьников.

Однако на пути реализации технологии стоит ряд вопросов. Каким образом **осуществить постепенный, поэтапный переход?** Как, в сложившейся за многие годы традиционной системе физического воспитания, **исключая революционные методы** и относительно «безболезненно», перейти от классно-урочной формы к учебно-тренировочным занятиям, преимущественно вынесенных за рамки академического расписания, с другой стороны **сохранить его статус, образовательного предмета?** Как организовать физкультурно-спортивную среду в школе, где **каждый ученик, на протяжении всего периода обучения** нашел себе «нишу», адекватную его физической подготовленности, состоянию здоровья, интересам, способностям, и осознано мог осваивать уникальные ценности физической культуры и спорта?

В основе построения любой модели спортивно ориентированного физического воспитания, лежит использование отработанных в теории и практике спортивной подготовки средств управления процессом целенаправленного изменения состояния и рабочих возможностей морфофункциональных систем обучающихся, посредством использования приемлемых возможностей феномена тренировки (В.К. Бальсевич).

Физическая активность человека способствует изменению со-

состояния его организма, приобретению нового уровня развития физических качеств и способностей. Эти изменения не могут быть достигнуты никаким другим путем, кроме тренировки. Только на основе тренировки можно изменять физическое состояние. Поэтому, тренировка, должна стать главным и основным элементом содержания физической активности человека, а не являться прерогативой только для тех людей, которые занимаются спортом высших достижений или в системе базового спорта.

Основным вопросом физической тренировки является эффект тренировочной нагрузки, который зависит от ее величины, характера, последовательности выполнения занимающимися, ритма ее сочетаний с отдыхом и восстановлением работоспособности и, наконец, от содержания отдыха и его продолжительности.

Именно, невозможность организации тренировочного процесса в рамках существующей школьной системы физического воспитания, не позволяет большинству детей достигать физического совершенства.

Для большинства специалистов это является очевидным фактом. Осуществление коренных преобразований, в школьной физической культуре сдерживается объективными факторами, низким финансированием, плохой материально-технической базой и т.д.

Однако мы считаем, что при всех трудностях, большинство образовательных учреждений общего образования могут и должны осуществлять технологию спортивно-ориентированного физического воспитания.

Другой проблемой современной системы физического воспитания является, несоответствие классно-урочной формы организации обучения современным требованиям его качеству и эффективности, осознание того, что классно – урочная форма, организации учебного процесса по физической культуре, в рамках академического расписания, не может обеспечить дифференцированный подход. Однако, при всей важности и необходимости, выноса учебно-тренировочных занятий за рамки общешкольного расписания, его реализация требует переходной период. Так как переход от урочных занятий на внеурочные, является «психологическим барьером» не только для организаторов, управленцев и учителей, но, прежде всего для детей. По нашему мнению он должен осуществляться постепенно. Окончательный переход, к внеурочным занятиям, определения вида спортивной специализации и уровня физкультурной деятельности осуществляется с 9 класса. (Рис.1).

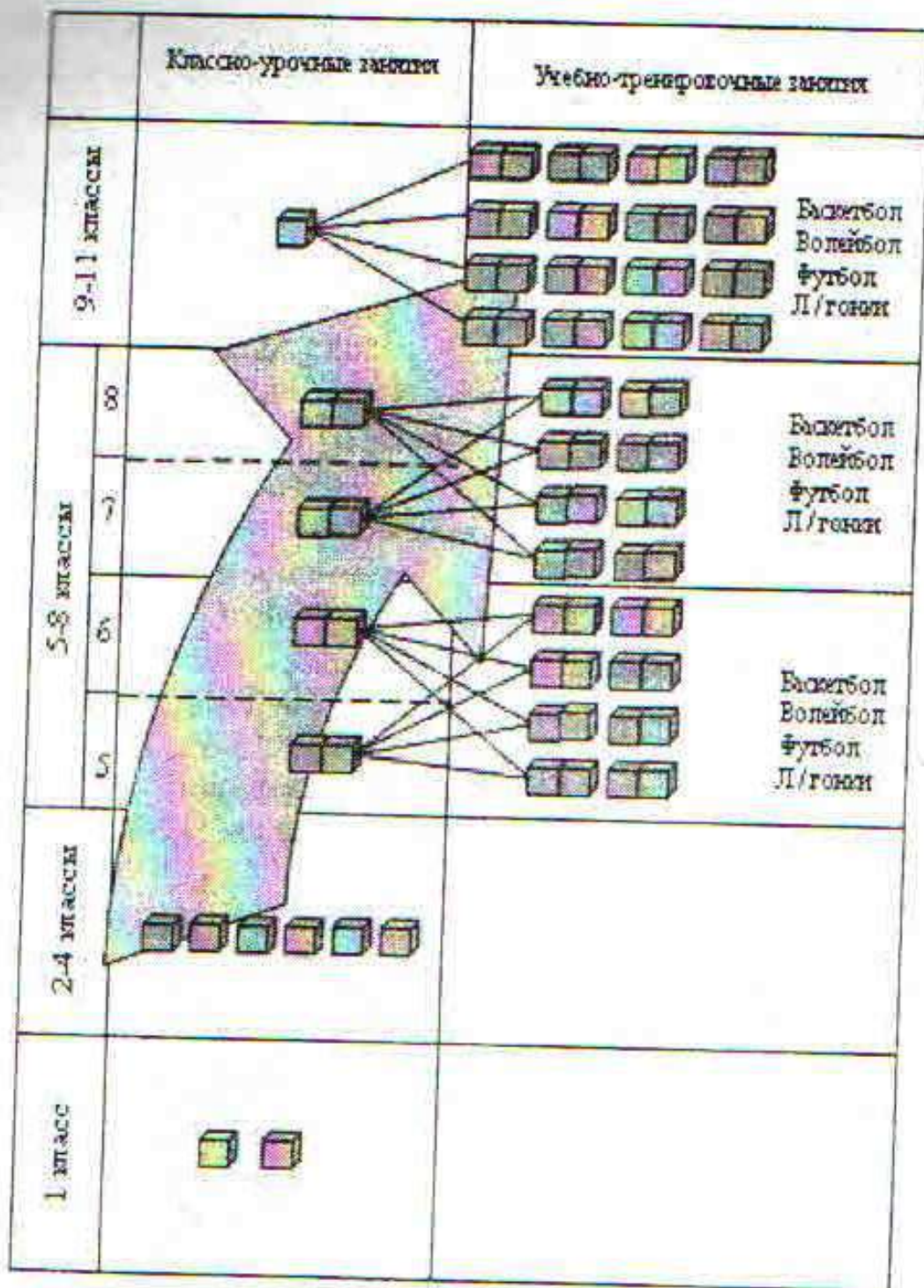


Рис. 1. Схема соотношения классно-урочных и внеурочных занятий.

В связи с этим следует фокусировать свои усилия на формировании эффективной структуры процесса физического воспитания школьников и создании нового педагогического мышления учителя физической культуры. Это предполагает, такую организацию процесса физического воспитания, при котором, обеспечивалась бы максимальная возможность, для освоения каждым школьником ценностей физической культуры и спорта в соответствии с его задатками, способностями, личностными установками, потребностями и интересами, уровнем физического развития и подготовленности.



Рис. 2. Схема возрастных этапов в динамике социализации.

Для этого мы предлагаем выделить четыре возрастных этапа (Рис.2), которые определяются в соответствии с динамикой формирования личности школьника, его – социализации.

В соответствии с этим, на каждом возрастном этапе, необходимо применять наиболее эффективные формы организации учебно-воспитательного процесса, соотношение классно-урочных форм и внеурочных занятий; основных и «малых» форм физического воспитания; теоретических уроков и учебно - тренировочных занятий.

Любая образовательная программа способна обеспечить эффективное физическое воспитание только ограниченной части учащихся образовательного учреждения. Как бы мы ни старались приобщить к спортивной культуре, всех детей и подростков в школе, этого сделать в ближайшее время не получится. Тем более, на этапе внедрения спортивно-ориентированной технологии физического воспитания. Это требует дифференциации учебного процесса в соответствии с уровнями физической подготовленности учащихся, степени сформированности мотиваций к спортивной деятельности, а также состоянию здоровья.

Так, на первом этапе (1 класс), происходит, адаптация ребенка к школьной среде. В данном возрасте, наиболее целесообразно, применение «малых» форм физического воспитания. Урок вызывает у вчерашнего дошкольника, большое психическое напряжение. В том числе и уроки физической культуры. Их количество не должно превышать, более двух раз в неделю. Целью, которых, является – введение ребенка в физкультурную деятельность. Учебный процесс должен быть максимально насыщен различными формами двигательной активности (физкультпаузы, физкультминутки, подвижные игры на переменах и т.д.). Оптимальное количество уроков, с одновременным увеличением объема двигательной активности, за счет максимального использования «малых» форм, позволит первокласснику успешно адаптироваться к школе. Нерешенность, этой задачи, в последствии может сказаться, как на успеваемости в целом, так и адекватном поведении школьника.

Второй этап (2-4 класс) (Рис.3), характеризуется, как – идентификация (по А. П.Матвееву), процесс вхождения в реальную деятельность, выражающийся в отождествлении себя с другими людьми, и включении в отношения с ними. Начало построения тренировочного процесса, спортивно-оздоровительный этап.

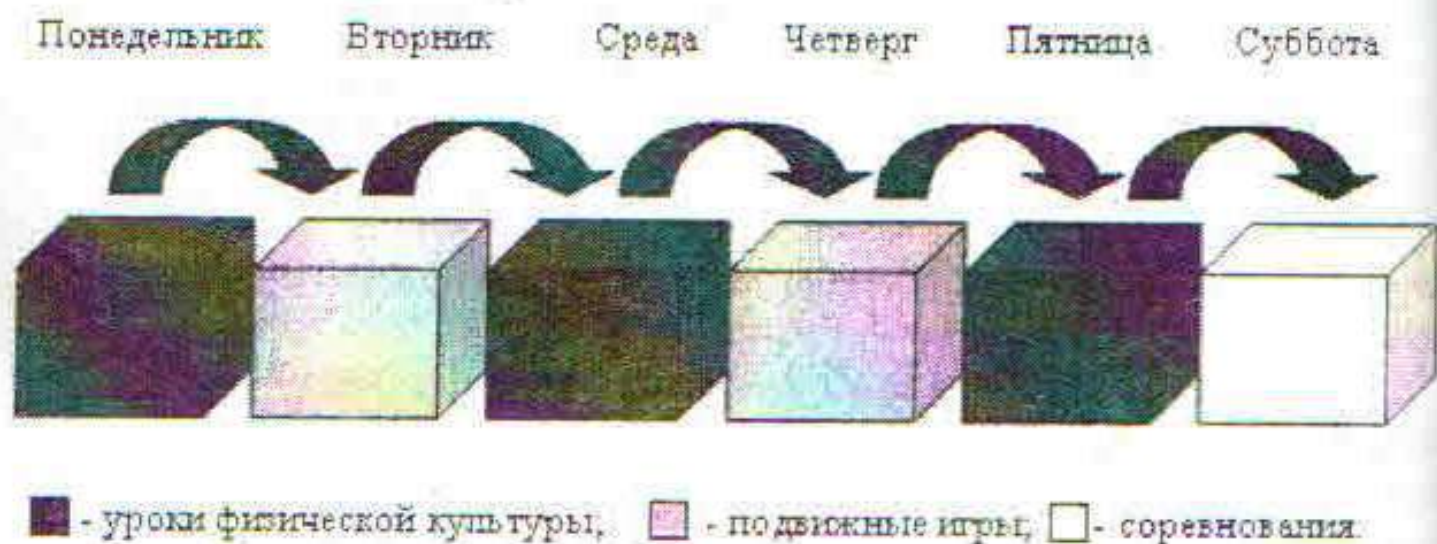


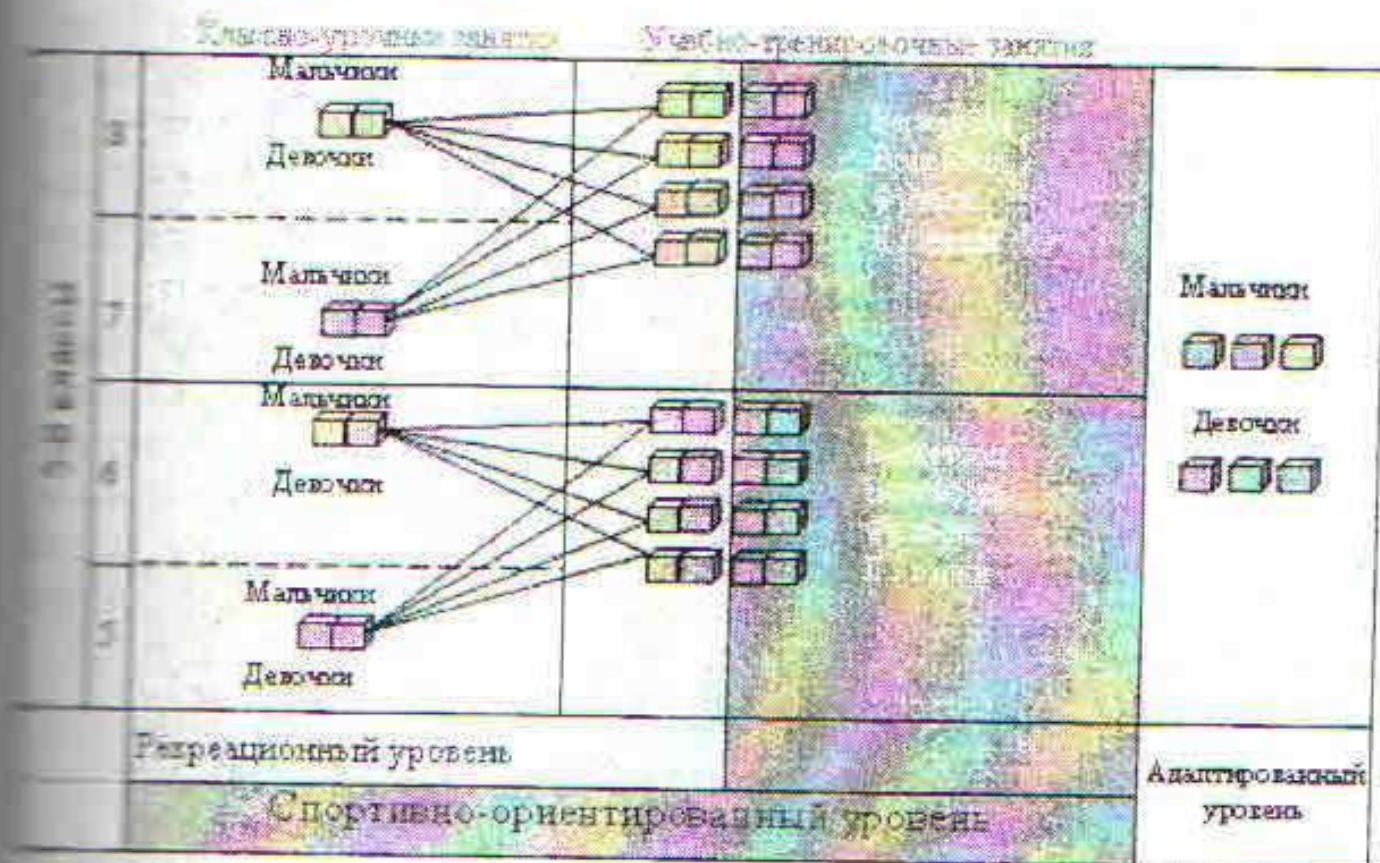
Рис. 3. Схема недельного тренировочного спортивно-оздоровительного этапа (2-4 класс).

Со второго класса водятся ежедневные тренировочные занятия в форме урока, в рамках академического расписания. Содержание уроков основано на общей физической подготовке, с обязательным включением, элементов технических приемов, тех видов спорта, по которым предполагается дальнейшая специализация учащихся. По нашему мнению, в данном возрасте предпочтение должно отдаваться, именно классно-урочной форме. Это вызвано, прежде всего, проблемами ранней специализации.

Возникают трудности, обусловленные сложностью прогнозирования перспектив развития детей, связанные с морфометрическими и функциональными особенностями формирования организма, основанными на естественно-возрастном развитии.

Третий этап (5-8 класс) (Рис.4) - индивидуализация – процесс развития в реальной деятельности, проявляющейся в приобретении отличительных свойств и способностей, активном включении во взаимодействие и сотрудничество с другими на основе общих интересов, целей и приобретаемых качественных свойств. Этот период является одним из сложных, не только в силу бурного периода физиологических изменений (половое созревание), но и психической неустойчивости, с одной стороны, и с другой, в стремлении самореализоваться, реализовать свое «Я».

Рис. 4 Система учебно-тренировочных тактико-



Эффективность системы физического воспитания в этом возрасте зависит от предоставляемой свободы выбора учащимся видов и программ спортивной или физкультурной деятельности. Только максимальная дифференциация учебного процесса, способна обеспечить каждому учащемуся свой путь и место, в реализации индивидуальной программы освоения ценностей физической культуры.

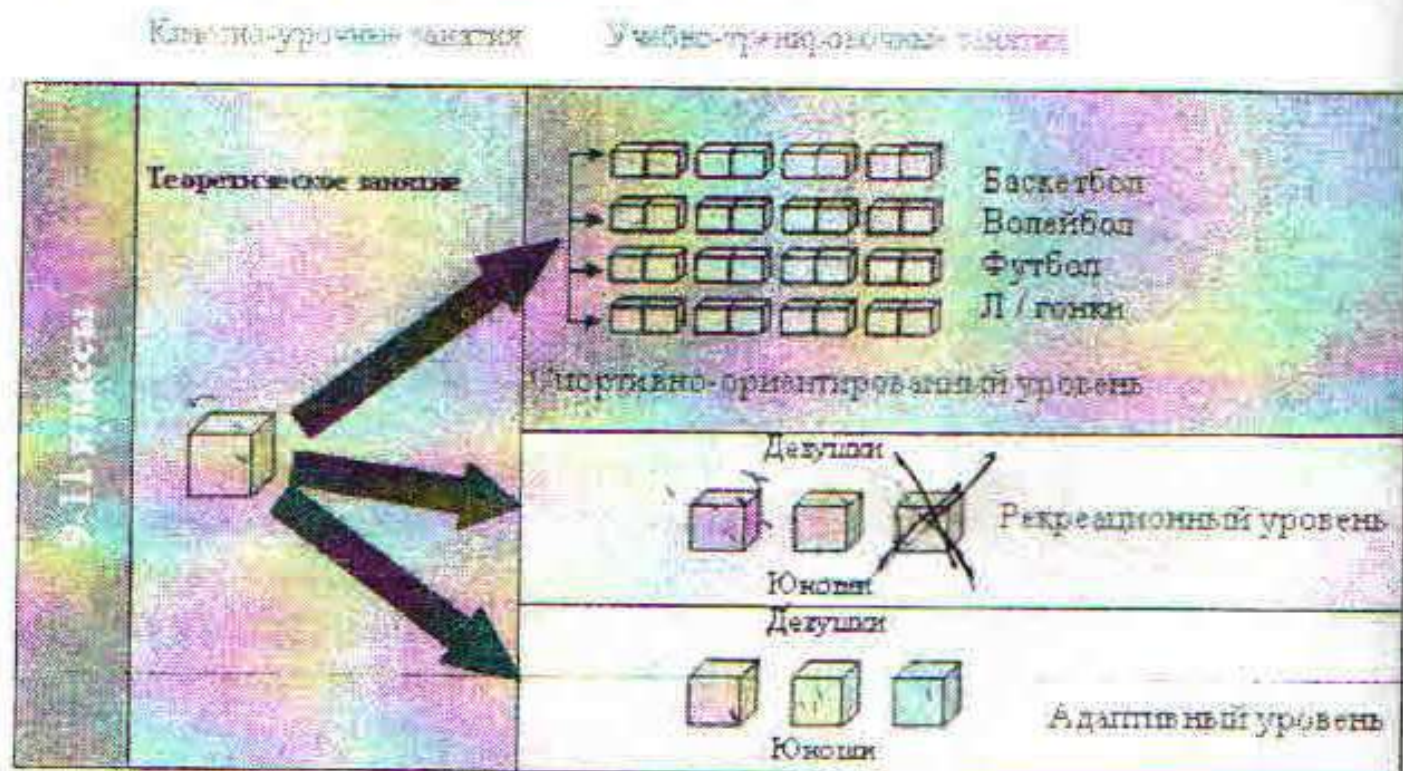
С 5 класса начинается этап спортивной специализации, формирование учебно-тренировочных групп. Учащимся предлагается выбрать по желанию, один из видов спорта, которые культивируются в школе или в системе дополнительного образования. Временные гра-

ницы урока (40-45 минут), не достаточны для достижения кумулятивной адаптации, соответственно не могут обеспечить тренировочный эффект. Поэтому основной формой, на данном этапе, является учебно-тренировочное занятие, состоящее из двоянных уроков (90-120 минут). Основная часть которых, вынесена за рамки общешкольного расписания.

Как было сказано выше, переход от урочных занятий к внеурочным, является «психологическим барьером» для детей. По нашему мнению он должен осуществляться постепенно. Структура учебного процесса на этапе начальной спортивной подготовки (5-8 класс) в недельном режиме (микроцикле) составляют, три учебно-тренировочных занятия. Одно, из которых обозначается в общешкольном расписании и проводится при раздельном обучении мальчиков и девочек. Содержание этих занятий составляет базовую часть программного материала. И выступает в целостной структуре спортивной подготовки, как общая физическая подготовка. Остальные учебно-тренировочные занятия по видам спорта выносятся за рамки академического расписания. Их содержание составляет вариативную часть программного материала.

Возрастной этап (9-11 класс). (Рис.5) Характеризуется как – процесс самореализации в реальной творческой деятельности.

Рис.5. Этап спортивного совершенствования (9-11 классы).



На этом этапе спортивного совершенствования все учебно-тренировочные занятия выносятся за рамки академического расписания. В недельном микроцикле их должно быть не менее четырех, про-

длительностью 90-120 минут. Интеллектуальный компонент – теоретические знания по физической культуре – обеспечивается на теоретических уроках, обозначенных в рамках общешкольного расписания.

Такая структура учебного процесса, по нашему мнению является, идеальной. Где основным компонентам содержания физической культуры (интеллектуальному и физическому), соответствовали бы соответствующие формы учебных занятий. Поскольку, эффективное усвоение знаний может осуществляться только на теоретических уроках, соответственно эффективное решение задач физического совершенствования, может и должно обеспечиваться на учебно-тренировочных занятиях, организуемых за пределами академического расписания.

Это согласуется с концепцией, разработанной Проблемным научным советом, организованным при Российской Академии Образования, в которой указывается о целесообразности построения учебного процесса в форме обязательных теоретических уроков физической культуры в рамках расписания, а физическая подготовка - в форме обязательных учебно-тренировочных занятий, организуемых за пределами академического расписания.

Предложенная технология постепенного перехода от традиционной системы, к организации спортивно-ориентированного физического воспитания в МОУ «Октябрьская средняя общеобразовательная школа» ХМАО-ЮГРА, безусловно, не претендует на статус окончательной разработки. Она будет корректироваться по мере освоения новых методов, средств и форм построения учебно-тренировочного процесса, а также самой жизнью.