

# ТЕОРЕТИЧЕСКИЕ И МЕТОДОЛОГИЧЕСКИЕ ПРОБЛЕМЫ СОВРЕМЕННОГО ОБРАЗОВАНИЯ

*Материалы международной научно-практической конференции*

*18-20 октября 2010 г.*

Москва 2010

**УДК 37**  
**ББК 74**

Теоретические и методологические проблемы современного образования: Материалы международной научно-практической конференции 18-20 октября 2010 г.: Москва 2010 – 340 с.

Представлены материалы докладов научно-практической конференции «Теоретические и методологические проблемы современного образования»

*«Теоретические и методологические проблемы современного образования: полное или частичное воспроизведение или размножение, каким бы то ни было способом материалов, опубликованных в настоящем издании, допускается только с письменного разрешения авторов»*

ISBN 978-5-9902373-2-2



9 785990 237322



Романович В.А. ©

Руководитель методического объединения учителей физической культуры и ОБЖ, соискатель ученой степени кандидат педагогических наук, МОУ «Октябрьская средняя общеобразовательная школа»  
Тюменская область, ХМАО-ЮГРА, гп. Октябрьское

## ТЕОРЕТИЧЕСКИЕ И МЕТОДОЛОГИЧЕСКИЕ ПРОБЛЕМЫ И ПЕРСПЕКТИВЫ СОВРЕМЕННОГО ФИЗКУЛЬТУРНОГО И СПОРТИВНОГО ОБРАЗОВАНИЯ В ШКОЛЕ

На протяжении многих десятилетий физическая культура в школах не смогла создать и обеспечить базовых условий для последующего успешного самоопределения и самосовершенствования в этой сфере, содействии возникновению у большинства населения устойчивых традиций самостоятельных занятий спортом и физическими упражнениями на протяжении всей индивидуальной жизни.

В ряде причин, обуславливающих потребность радикально улучшить результативность учебного процесса – изменение целевой направленности учебного предмета. Выдвигаемое на передний план в последнее время, целевая ориентация – формирование всесторонне и гармонически развитой личности. показала свою не дееспособность в сфере физической культуры школьников. Такая целевая установка, объективно не может достигаться в рамках учебного предмета «Физическая культура», в лучшем случае, это может касаться всей системы образования и воспитания. С другой стороны, развитие общества, характеризующееся все более интенсивным совершенствованием производственных отношений и высоких научно-технических технологий, настоятельно предъявляет все более высокие требования к подготовке и развитию подрастающего поколения. Ясно, что данная целевая установка не способна в современных условиях удовлетворять потребности социума. Данный фактор, является доминирующий в плане влияния на формирование теоретико-методологических основ учебного предмета, потому что конкретизация целевой установки, по сути, меняет вектор физического воспитания в школе. Вызывая последовательное изменение содержания образования, средства, формы, методы организации учебного процесса.

Предложенная Л.И. Лубышевой (2004) [1] концепция учебного предмета «Спортивная культура», представляется чрезвычайно важной на современном этапе развития общества. Для современного подростка, юноши, молодого человека спортивная культура должна стать наиболее доступным и действенным средством коррекции дефектов морфофункционального развития организма. Улучшение общественного статуса и престижа личности, совершенствование психофизических способностей, обеспечения социальной защиты, формирования самодисциплины и уверенности в жизни, мобильности, жизнеспособности и успешности. Отсюда потребность личности в освоении ценностей спортивной культуры, реализуемые через учебный предмет «Спортивная культура». Как, важный фактор, который обуславливает не «косметическое» обновление теории и практики преподавания данной дисциплины в общеобразовательной школе, а коренное «хирургическое» преобразование теоретико-методологического основания.

Процесс реорганизации физической культуры школьников назрел давно. Еще в начале 90-х годов В.К. Бальсевич [2] предложил использовать конверсионные элементы спортивной культуры в культуре физической, назвав этот процесс «спортризацией». Основой для конверсионных проникновений может



служить адаптации высоких технологий спортивной подготовки к потребностям и условиям физического воспитания детей, подростков и молодежи. Речь идет о творческом переносе передовых методик, наработанных в области спорта, в практику физического воспитания. Ценностный потенциал спортивной подготовки уникален, поскольку прошел многократную проверку и отбор на самых разных уровнях спортивной подготовки спортсменов.

Центральной идеей необходимости введения спортивного образования является содействие обеспечению условий для разрешения, имеющего место противоречия между объективной необходимостью высокого уровня спортивной культуры личности и субъективной недооценкой ее роли, как на государственном уровне, так и в жизни человека и современного общества в целом. Реализация данной идеи представляет собой главное условие, ключевой элемент нового педагогического мышления при попытках решения проблем в образовании и воспитании современной личности. Ее осуществление предполагает коренное преобразование всех компонентов педагогического процесса, направленного на формирование спортивной культуры учащейся молодежи, ставя в его центр - личность занимающегося, уровень его спортивной образованности. *Уровень спортивной культуры личности определяется, прежде всего, степенью образованности, компетентности в избранном виде спорта, самодисциплине и спортивного стиля жизни, обуславливающий наличие осознанной потребности использования спортивной и физической тренировки на протяжении всей жизни.*

Физическое воспитание школьников в определяющей степени зависит от четкости постановки цели, т.е. от точного и ясного определения ожидаемого результата деятельности. Важная роль цели обусловлена тем, что она в любой деятельности представляет собой главный системообразующий фактор, без которого система теряет смысл своего существования.

«Недостаточная разработанность проблемы целеобеспечения процесса реформирования школьной физической культуры явилась одним из главных факторов, оказавших крайне негативное влияние на разработку концептуальных подходов к совершенствованию процесса физического воспитания школьников» [3, с.151].

Для решения этой проблемы следует исходить не из их абсолютизации и противопоставления, а из диалектически организованного и иерархически устроенного взаимоотношения. С таких позиций становится очевидным наличие нескольких уровней целеполагания. Ее решение открывает пути для определения содержания, конкретизации наиболее действенных средств, методов и форм осуществления учебно-воспитательной деятельности, повышения эффективности контроля ее результативности, обеспечения взаимосвязи и преемственности различных звеньев педагогического процесса и спортивного и физического воспитания в целом.

Цель - содействие всестороннему гармоническому развитию личности - в данной системе взглядов предстает в качестве наиболее общей цели всей системы воспитательных воздействий в обществе, являясь общей для всех направлений воспитательной работы: нравственного, этического, эстетического, умственного, трудового и физического воспитания. Данная формулировка представляет собой высший порядковый уровень проблемы целеполагания в человеческом обществе, отражая ее философский смысл. На таком уровне понятие «цель» не имеет конкретной направленности и не обладает свойствами системообразующего фактора для какого-либо конкретного вида деятельности, чем и обусловлена ее непригодность для использования в конкретной практической работе.

Цель спортивного образования - формирование спортивной культуры личности.

В данной системе взглядов предстает в качестве стратегической цели - всей системы спортивного и физического воспитания школьников, отражающую особенную специфику этого процесса по сравнению с другими видами комплексной системы воспитательных воздействий в обществе. Данная формулировка, очень точно отражая главную направленность всего учебного процесса, носит еще слишком общий характер, являясь единой для всех компонентов и форм спортивного воспитания. Создавая условия для проектирования возможностей по реализации главной целевой ориентации этого процесса, она еще не обладает достаточной конкретностью и диагностичностью для того, чтобы определять конкретную специфику относительно каждого из компонентов и форм спортивного воспитания и служить главным условием определения их конкретного содержания. Поэтому в соответствии с методологией целеполагания необходимо осуществить дальнейшие шаги по конкретизации целей, дифференциации в соответствии двух основных компонентов - интеллектуального и двигательного. Дифференциация определяет специфику двух основных целей процесса спортивного воспитания в школе: учебной (теоретической) и спортивной (физической).

Основной целью интеллектуального компонента учебной работы является обеспечение спортивного образования.

Основной целью двигательного компонента учебной работы является обеспечение спортивного и



физического совершенства, которое достигается учебно-тренировочным процессом.

Именно такой целевой дуализм, равнозначность, взаимозависимость и взаимообусловленность, создает базовую основу и важнейшее условие содействия успешному формированию спортивной культуры личности школьников. В представленных формулировках данные цели отражают вполне осязаемый, достижимый, диагностируемый, конкретный результат учебной деятельности, предполагающий возможность разработки и успешной реализации столь же конкретных педагогических технологий. Выполнение роли базовой основы, без которой процесс формирования спортивной культуры личности оказывается невозможным, возводит эти цели в ранг ведущих целей предмета «Спортивная культура».

Формулирование конкретных двух целей учебной работы по спортивной культуре в школе, является основанием для очень важного вывода.

Что основная направленность, обеспечивающая интеллектуальный компонент учебной работы - не может быть никакой другой, кроме, как - образовательной. Направленность, обеспечивающая двигательный компонент учебной работы - не может быть никакой другой, кроме, как - тренировочной.

Изложенные позиции имеют значение, для обеспечения более ясного видения логики, преемственности, взаимообусловленности целей различного уровня, они позволяют и более четко различать специфику разных видов и форм спортивно-физкультурной работы, что дает основания надеяться на их более целенаправленное и эффективное использование в практической деятельности.

В соответствии с общей стратегической целью учебного предмета «Спортивная культура», можно выделить три основные стратегические задачи:

1. Использование ценностного потенциала спорта, как средство для формирования спортивной культуры личности.

2. Формирование у учащихся мотивации, интереса и потребности в занятиях спортивной деятельностью и восприятие спортивного стиля жизни, как неотъемлемой части своей жизнедеятельности.

3. Использование возможностей спорта для формирования здоровья учащихся.

Наличие двух конкретных целей учебной работы позволяет дифференцировать и внести более конкретные коррективы в определение двух групп основных задач, решение которых должно обеспечить их достижение.

#### **Задачи спортивного образования:**

– освоение основ специальных знаний, формирование естественнонаучного мировоззрения школьников в сфере спортивной и физической культуры;

– формирование умений инструктивно-методического характера, необходимых для самостоятельного использования различных видов и систем физических упражнений в целях организации активного отдыха, повышения работоспособности, укрепления здоровья, спортивной и физической тренировки;

– обеспечение условий для формирования у школьников объективных представлений о своих физических возможностях, познания особенностей собственного организма, способов улучшения самочувствия и формирование здоровья;

– содействие общекультурному развитию учащихся, формированию навыков межличностного общения и общественного поведения, профилактике вредных привычек, формированию спортивного стиля жизни;

– формирование знаний, позволяющих реализовать индивидуальные возможности в современной жизненной практике;

– содействие правильному самоопределению в спортивно-физкультурной деятельности, необходимое для удовлетворения индивидуальных интересов и потребностей.

#### **Задачи спортивного (физического) совершенствования:**

– формирование здоровья;

– расширение функциональных возможностей организма путем воздействия спортивной и физической тренировки на развитие основных физических качеств, органов и систем;

– совершенствование спортивного опыта школьников в избранных видах спорта;

– содействие оптимальному, генетически обусловленному физическому развитию учащихся;

– содействие воспитанию нравственных и волевых качеств, развитию психических процессов и индивидуальных свойств личности.

Выделенные две группы задач достаточно четко, обеспечивают решение проблемы сбалансированного воздействия на интеллектуальный и двигательный компоненты спортивной культуры личности. Их успешное решение призвано способствовать формированию базовой основы



для организации спортивного и физического самосовершенствования, представляющих собой важнейшие факторы формирования в обществе устойчивых традиций самостоятельных занятий физическими упражнениями на протяжении всей индивидуальной жизни человека.

Важнейшим компонентом системы общего среднего образования является его содержание. Традиционно содержание образовательного процесса в сфере физической культуры связано главным образом с формированием двигательных умений и навыков. Такое однонаправленное понимание, к сожалению, всегда занимало и занимает в настоящее время, господствующее положение. Спортивное образование, несомненно, имеет свою специфику, связанную с ярко выраженной двигательной активностью. Вместе с тем столь же очевидным и бесспорным является и тот факт, что оно должно содержать в себе все те общие элементы, которые характеризуют его именно как общеобразовательный процесс.

Содержание учебного процесса по спортивной культуре в школе предполагает его интенсификацию, которая должна состоять в использовании экстенсивных технологий, основанных на повышении объема и интенсивности нагрузок – спортивной и физической тренировки. Поэтому, ведущим компонентом содержания спортивного образования, является – спортивная деятельность. Спортивная культура в школе предполагает переориентацию с простого воспроизведения некоторого количества образцов двигательных действий на активное и сознательное спортивное и физическое совершенствование. Именно, спортивная деятельность, подготовка и участие в соревнованиях и, прежде всего спортивная тренировка, обеспечивает познания возможностей собственного организма, познание целесообразного воздействия на протекание физиологических процессов, лежащих в основе роста и развития организма, совершенствования его двигательной функции, должна рассматриваться в качестве одного из главных результатов.

Другим важным элементов содержания учебно-воспитательного процесса спортивного образования, является процесс передачи и усвоения информации, способов познания. К сожалению, практика свидетельствует, что этот важный элемент образовательного процесса крайне слабо представлен, а зачастую полностью выпадает из системы физического воспитания в школе.

Можно согласиться с мнением В.П. Лукьяненко что, «... широкая распространенность такого понимания содержания физкультурного образования, согласно которому в процессе выполнения физических упражнений «автоматически» возникает образовательное воздействие на субъект обучения. Такой «функциональный автоматизм» в реализации образовательных возможностей физических упражнений вызывает вполне обоснованные возражения и не выдерживает серьезной критики» [3, с.166]. Признание статуса предмета «Спортивная (физическая) культура» базовой общеобразовательной дисциплины обуславливает необходимость привести его содержания в полное соответствие с ним. Для этого необходимы теоретические уроки, которые имеют самое прямое и непосредственное отношение именно к образованию и могут быть использованы в образовательных целях в его школьном звене.

Ведущей идеей преобразования содержания физической культуры в спортивную, является его перевод с акцента на обучение физическим упражнениям - на сбалансированное воздействие, как на двигательную, так и на психическую функции, интеллектуальный и двигательный компоненты спортивной культуры личности школьников.

В этой связи одним из основных положений спортивного образования старших школьников, является направленность на такое содержание, которое изначально имело бы социально значимый, культурный смысл, а не сводилось к абсолютизации одного из ее компонентов. В отличие от сложившегося довольно примитивного представления об учебном занятии по физической культуре, лишь как о форме организации обучения двигательных умений и навыков.

Спортивное образование позволяет сформировать новое представление, характеризующее его спортивную и образовательную направленность, как формы обеспечения должного уровня спортивного, физического совершенствования и спортивной образованности, являющейся базовой основой и неременным условием успешного формирования спортивной культуры личности.

Необходимо осознание того факта, что без создания соответствующих условий для спортивной и физической тренировки, достижение хоть каких-либо положительных сдвигов в физической (телесной) сфере человека и его уровне здоровья – не возможен, ни при каких условиях.

С другой стороны, без полноценных знаний, составляющих интеллектуальную основу спортивной и физической культуры, ее успешное формирование, также представляется проблематичным.

Социальная и личностная важность ценности тренировки и связанные с ней знания, определяют компетентность человека в сфере спортивной и физической культуры. На этой основе создается возможность свободного выбора путей, средств и методов и их эффективной реализации в процессе самосовершенствования. Именно низкий уровень компетентности в области спортивной и физической



культуры во многом предопределяет пассивное отношение большинства людей к физическому самосовершенствованию, ведение спортивного стиля жизни, реальному включению в спортивную и физкультурную деятельность.

Формальное отношение к вопросу о структурировании содержания учебного процесса спортивного образования, влечет за собой появление грубых ошибок в технологическом обеспечении процесса спортивного (физического) совершенствование и освоение знаний. Факт безусловного наличия между этими процессами реально существующих тесных взаимосвязей, основанных на принципах единства обучения воспитания и развития, никак не может отменить наличие существенных различий между ними, которые находят свое отражение в специфике целей, которыми, в свою очередь, определяется специфика задач, средств, методов и форм их реализации. В этой связи структура содержания «Спортивной культуры» должна предполагать выделение как минимум двух блоков: двигательного совершенствования, являющегося основой ее двигательного компонента и образовательного, представляющего собой базовую основу интеллектуального компонента спортивной культуры. Объективная необходимость выделения двигательного и интеллектуального компонентов в содержании обусловлена существенно отличающимися предметами основного воздействия. В первом из них в качестве такового выступает двигательный аппарат, физиологические функции, физическая природа человека, во втором - интеллект, умственные способности занимающихся. Естественно, что столь разные предметы воздействий требуют и существенно различных средств, методов, форм организации занятий. Однако этому довольно очевидному факту не придается должного внимания в теории и практике организации учебной работы по физической культуре в школе, что находит убедительное подтверждение в единообразии используемых средств, методов и форм в практике организации образовательного процесса по этому предмету.

**Блок двигательного совершенствования**, основан на спортивной и физической тренировке. Он включает непосредственное формирование спортивных умений и навыков, воздействие на процесс развития физических качеств, формирование двигательных способностей и как результат участие в соревнованиях различного уровня. В своей совокупности эти элементы содержания представляют собой процесс обогащения двигательного опыта и совершенствования физиологических функций, механизмов адаптации организма, обеспечивающих двигательную активность, и являются базовой основой двигательного компонента спортивной культуры. Содержание двигательного компонента ориентирует учебный процесс на творческое использование возможностей ценностей спортивной практики. В содержание этого компонента обязательно включены соревнования, которые позволяют учащимся объективно оценить свои достижения, а преподавателям вносить коррективы в соответствии с показанными результатами в тренировочный процесс. Особенность нового подхода к реализации двигательного компонента содержания определяется направленностью не просто на выполнение двигательных действий, а на спортивную и физическую тренировку на основе учета сенситивности, индивидуальных особенностей и возможностей организма учащихся. Его реализация предполагает творческое использование теоретических знаний и инструктивно-методических умений, приобретаемых в процессе освоения содержания образовательного блока.

**Образовательный блок** включает формирование специальных спортивных знаний, инструктивно-методических умений, способов познания собственного организма и целесообразного воздействия на его функции с целью оптимизации процесса их развития. В своей совокупности эти элементы содержания представляют собой основу интеллектуального компонента спортивной культуры и методическую основу спортивного и физического самосовершенствования. Результатом реализации этого компонента содержания является повышение целенаправленности познавательной и практической деятельности, формирование мотивации и осознанной потребности в систематических занятиях спортом. Данный компонент содержания выступает в роли своеобразного «фермента», существенно активизирующий и направляющий спортивную деятельность личности. Именно этот блок характеризует уровень образованности в сфере спортивной культуры.

Очень важно подчеркнуть, что в целостной структуре спортивного воспитания именно двигательному компоненту принадлежит главная роль в развитии физического потенциала человека. Данное заключение является неоспоримым. Соотношение интеллектуального и двигательного компонентов не должна сводиться к оспариванию важности того или другого, а состоять в том, чтобы правильно расставить акценты в их соотношениях, когда речь идет о формах спортивного и физического воспитания. Когда речь идет об уроке, как ведущей форме образовательного процесса, приоритет, несомненно, должен быть отдан формированию знаний и способов познания, интеллектуальному компоненту спортивной и физической культуры. В процессе реализации форм спортивной деятельности ведущие позиции должны занимать спортивная и оздоровительная тренирующая направленности,



предполагающие непосредственное воздействие на физиологические, адаптационные системы организма. Сделанные акценты устанавливают оптимальное соотношения интеллектуального и двигательного компонентов, которое в настоящее время отсутствует.

Дифференцирование элементов учебного процесса спортивного образования предполагает исключение неоднородности содержания. Декларируемая возможность решения всех задач физического воспитания школьников (образовательных, воспитательных и оздоровительных) в рамках занятий только одного вида – академических уроков, приводит к значительной путанице в представлении о цели, приоритетной направленности, месте (в учебном расписании или за его пределами) учебного предмета. В результате такого подхода, с одной стороны «выпадает» очень ценный учебный материал общетеоретического и инструктивно-методического характера, не вписываясь в логику и закономерности практических занятий. С другой стороны, – организация тренировочного процесса и связанная с этим необходимость поддержания высокой моторной плотности, соблюдения закономерностей сочетания нагрузки и отдыха и др., в рамках академического 40-а минутного урока – бесперспективна.

Конструктивным разрешением данного противоречия в старшей школе (9-11 класс), является введение пяти видов учебных занятий по предмету «Спортивная культура» в школе: теоретических, инструктивно-методических, спортивных, общефизических и оздоровительных [4]. Поскольку такое деление предполагает существенно различный характер деятельности, то возникает необходимость не просто разведения этих видов, но и осуществления дифференцирования каждого из них в соответствии с основными определяющими их объективными факторами.

Занятия первых двух видов, содержание которых связано с формированием интеллектуального компонента спортивной культуры, обеспечением необходимого уровня образованности в этой сфере, в наибольшей мере соответствуют специфике классно-урочной формы занятий. Поэтому их содержание должно реализовываться на теоретических уроках в рамках учебного расписания общеобразовательной школы.

Виды содержания практических занятий проводятся в форме тренировки, а также соревнования, которые выступают, как результат эффективности практических занятий. Учебно-тренировочные занятия, дифференцируются по уровнями (спортивный, оздоровительный и адаптивный), которым соответствует определенный вид тренировки – спортивная, общефизическая и оздоровительная. Характеризующая специфика этих видов, по своей сути имеет значительно меньше общего с уроком – как формой. Кроме того, многие их характеристики (значительные физические нагрузки, эмоциональный фон, необходимость проведения специальных гигиенических мероприятий и др.) находятся в противоречии с условиями и закономерностями организации учебной работы по другим предметам. Поэтому их размещение в конце учебного расписания, преимущественно во второй половине учебного дня, в одинаковой мере способствует, как общей организации учебного процесса в школе, так и решению задач спортивного воспитания. Только в этом случае могут быть обеспечены условия для организации спортивных и тренировочных занятий по интересам в соответствии с возможностями, склонностями, индивидуальными потребностями учащихся и состоянию здоровья. Такие занятия носят ярко выраженную тренировочную направленность.

Выделение данных видов учебных занятий, уточнение их содержания и приоритетной направленности позволяет внести ясность и конкретизацию в целый ряд дискуссионных вопросов. В частности, это позволяет эффективно сочетать образовательную и тренировочную направленность учебных занятий, предполагая организацию учебных групп с переменным составом учащихся в зависимости от предпочтений того или иного вида спортивной деятельности, спортивно-игрового интереса и т.п.

Организация реального процесса спортивного образования в общеобразовательной школе, является достаточно сложной социально-психологической и управленческой задачей. Организаторам этого процесса предстоит решить целый комплекс масштабных и в то же время разных по уровням задач. Преодоления традиционных представлений о физическом воспитании школьников, сложившихся управленческих стереотипов о «второсортности» предмета «Физическая культура», до нахождения адекватных подходов к личности каждого учащегося, его интересам, склонностям, потребностям и потенциальным возможностям, совершенствования в том или ином виде спортивной или физкультурной деятельности. В основе организации спортивного образования в МОУ «Октябрьская средняя общеобразовательная школа» положены принципы организации спортивно ориентированного физического воспитания по инновационной образовательной технологии. Организационная модель спортивного образования логически предопределяется динамикой формирования личности школьника на протяжении всего школьного периода – социализации.



Возрастной этап старшей школы (9-11 класс) характеризуется, как – «персонализация личности – процесс самореализации в реальной творческой деятельности, в целостности многообразия приобретенных качественных свойств и способностей, выражающийся в представленности в социальных отношениях других, активном воздействии на них даже за пределами их наличного взаимодействия» [5].

На этапе спортивного совершенствования все учебно-тренировочные занятия указываются в конце академического расписания, преимущественно во второй половине дня. В недельном микроцикле их должно быть не менее трех, продолжительностью 60-120 минут. Интеллектуальный компонент – теоретические знания по спортивной и физической культуре – обеспечиваются на теоретических уроках, обозначенных в рамках общешкольного расписания.

Не существует единой программы, способной обеспечить эффективность спортивного и физического воспитания всех учащихся образовательного учреждения, что требует дифференциации учебного процесса в соответствии с уровнями физической подготовленности учащихся, степени сформированности мотиваций к спортивной деятельности, а также состоянию здоровья.

Организация учебного процесса спортивного образования, носит разно уровневый характер.

**1. Спортивный уровень,** предполагает тренировки по избранному виду спортивной специализации, выбираемый учащимися по согласию родителей с правом изменения вида спорта. Состоит из трех учебно-тренировочных занятий (90-120 мин) по избранному виду спорта и проводятся по соответствующим программам. Базовую часть программного материала, обязательную для всех учащихся, составляют: еженедельный теоретический урок, в рамках академического расписания, и занятия по общей физической подготовке, в рамках тренировочной процесса, в независимости от выбранной учащимися специализации.

**2. Оздоровительный уровень,** предполагает одно теоретическое занятия в рамках расписания и учебно-тренировочные занятия по общей физической подготовке, которые проводятся два-три раза в неделю по 60-120 минут в конце общешкольного расписания. Содержание практического раздела программного материала определяются действующими программами по физической культуре для средних общеобразовательных школ.

**3. Адаптивный уровень.** Для учащихся имеющих отклонения в состоянии здоровья, а также с низким уровнем физической подготовленности, организуются занятия в группе «Здоровья». Они проводятся за рамками академического расписания, три раза в неделю по 40-60 минут при отдельном обучении мальчиков и девочек.

### Литература

1. Лубышева Л. И. Спортивная культура как инновационное направление модернизации физического воспитания в общеобразовательной школе, / Материалы научно-практической конференции г. Кировск (Мурманская обл.). – М.: 2004 г. – 94 с.
2. Бальсевич. В. К. Конверсия высоких технологий спортивной подготовки как актуальное направление совершенствования физического воспитания и спорта для всех // Теория и практика физической культуры. - 1993. - № 4. - с. 21-23.
3. Лукьяненко В. П. Современное состояние и концепция реформирования системы общего образования в области физической культуры. Монография. - М.: Советский спорт, 2005. - 256 с.
4. Романович В. А., Световец В. И. Спортивно ориентированное физическое воспитание в Октябрьской школе. - М.: Изд-во АНО НИЦ «Теория и практика физической культуры и спорта», 2006. - 264 с.
5. Матвеев А. П. Концепция структуры и содержания образования по физической культуре в школы // Физическая культура: воспитание, образование, тренировка. - 2005. - № 6. - с. 2-5.