

---

УДК 371.7  
ББК 74.200.54  
П 31

**В.А. Петьков**

*Доктор педагогических наук, профессор, заведующий кафедрой физического воспитания Армавирской государственной педагогической академии; E-mail: valerype@mail.ru*

## **ПРОЕКТИРОВАНИЕ ФИЗКУЛЬТУРНО-ОЗДОРОВИТЕЛЬНОЙ ДЕЯТЕЛЬНОСТИ ОБЩЕОБРАЗОВАТЕЛЬНОЙ ШКОЛЫ**

*(Рецензирована)*

**Аннотация.** В контексте гуманистически ориентированной парадигмы образования рассмотрен подход к проектированию физкультурно-оздоровительной деятельности общеобразовательной школы. Предложена модель, обеспечивающая высокую эффективность физкультурно-оздоровительной деятельности педагогов и школьников.

**Ключевые слова:** педагогическое проектирование, здоровье, физкультурно-оздоровительная среда, модель, технология, компетенции учителя.

**V.A. Petkov**

*Doctor of Pedagogy, Professor, Head of Physical Training Department of Armavir State Pedagogical Academy; E-mail: valerype@mail.ru*

## **DESIGNING PHYSICAL TRAINING AND HEALTH IMPROVING ACTIVITY AT COMPREHENSIVE SCHOOL**

**Abstract.** The paper discusses the approach to designing the physical training and health improving activity of comprehensive school in the context of humanistically focused paradigm of education. The model is suggested to provide high efficiency of physical training and health improving activity of teachers and pupils.

**Keywords:** pedagogical designing, health, the physical training and health improving environment, model, technology, the competence of the teacher.

Техногенный характер развития цивилизации привел к изменениям статуса человека в мире, созданная им искусственная среда обитания вступает в противоречие с естественной средой, что отрицательно влияет на экологию и здоровье социума. Решающим фактором, определяющим возможность предотвращения этого противоречия и его разрешение, является сам человек с его представлениями о мире и своем месте в нем, формирующимися прежде всего через социальный институт образования [1, 2]. В связи с этим одной из целей образования становится создание условий для развития у школьника осознанного отношения к собственной телесности, здоровью и пониманию значимости физической культуры в этом

процессе. Эта цель может быть реализована посредством стимулирования познавательной активности учащихся в сфере физической культуры и здорового образа жизни, его эффективной организации, созданием условий для его развитие. Конечным результатом станет формирование и саморазвитие здоровьесберегающего потенциала физической культуры личности, что соответствует логике личностно ориентированной парадигмы образования в сфере физической культуры [2, 4].

Таким образом, актуализируется интегративный подход к изменению практики физкультурного и валеологического образования, обеспечивающий процесс физического развития и здоровьесбережения человека, на основе

проектирования и самопроектирования физического потенциала физической культуры личности.

Личностно ориентированный подход к проектированию физкультурно-оздоровительного процесса предполагает разработку алгоритма деятельности педагогического коллектива общеобразовательной школы, обеспечивающей рост ценности физической культуры и здоровья учащихся, на основе свободного выбора ими индивидуальных физкультурно-оздоровительных маршрутов [3]. В условиях общеобразовательной школы он может быть реализован в процессе диалогического взаимодействия педагога и ученика, которое направлено на согласование целей совместной физкультурно-оздоровительной деятельности, средств их достижения и критериев оценки, связанных с освоением образовательной среды и находящих свое выражение в умениях разрешения субъектом личностных проблем, связанных с физическим развитием и здоровьем.

Анализ имеющихся работ по проектированию моделей и педагогических технологий развития учебно-воспитательной системы образовательных учреждений показывает, что ни одна из них не может быть полностью взята за основу при организации физкультурно-оздоровительной деятельности школы (В.В. Белич, И.В. Бестужев-Лада, А.Я. Наин, В.Д. Шадриков, И.С. Якиманская). Сложность создания модели физкультурно-оздоровительной деятельности школы обусловлена тем, что успешность функционирования и реализация такой модели во многом зависит от уровня профессиональной подготовленности учителей и наличия у них соответствующих физкультурных и здоровьесберегающих компетенций.

При разработке основ организации физкультурно-оздоровительной деятельности школы мы опирались на труды И.А. Аршавского, А.Г. Асмолова, М.Я. Виленского, В.И. Ильинича, Сеницын Ю.Н., Сажина Н.М. Г.Н. Серикова, Н.А. К.Д. Чермита и др.

Проект модели физкультурно-оздоровительной деятельности школы

включает в себя совокупность форм и методов организации, содержания, средств и направлений физкультурно-оздоровительной работы педагогов и способов повышения их профессиональной компетентности в этой сфере. В качестве базовых компонентов в неё включены:

— блок организации и управления развитием физкультурно-оздоровительной деятельности образовательного учреждения;

— блок адаптации школьников к физическим нагрузкам в системе занятий физической культурой;

— блок мотивационной поддержки физкультурно-оздоровительной деятельности.

В блок организации и управления входит:

а) внешняя управленческая деятельность государственных органов (от министерства до областных, городских районных органов, до руководителя школы);

б) внутришкольное управление учебно-воспитательным процессом, повышением профессиональной компетентности педагогов;

в) системные взаимосвязи в реализации управленческих решений.

В реализации физкультурно-оздоровительной деятельности школьного коллектива нами выделены следующие виды:

1) создание авторских программ по учебным предметам естественно-научного цикла, ориентированных на углубленное изучение биологических основ физической культуры и здорового образа жизни;

2) усиление здоровьесберегающего компонента в системе занятий физической культурой и спортом, внешкольной спортивной и досуговой деятельности учащихся;

3) переориентация содержания деятельности служб сопровождения на разработку технологии оздоровительной работы со школьниками (переход на новый режим работы, адекватный потребностям школьников в восстановлении и отдыхе в течение учебного года, организация рационального сбалансиро-

рованного с физиологическими потребностями питания, витаминизация, комплексные оздоровительные процедуры в системе врачебно-гигиенического обеспечения и др.);

4) рациональное использование материально-технических ресурсов и финансовых средств в физкультурно-оздоровительных целях, дополнительное обеспечение оздоровительной деятельности;

5) формирование профессиональной готовности педагогов за счёт развития их компетенций в сфере физической культуры и здоровья.

Оптимизация управления предполагала переориентацию педагогического коллектива, служб сопровождения на приоритетное использование здоровьесберегающих форм деятельности во всех сферах внутришкольной жизни: от принятия управленческих решений до их реализации в учебной, воспитательной, внеклассной, внешкольной, хозяйственной, финансово-экономической деятельности. Управление развитием физкультурно-оздоровительной деятельности школы происходило с соблюдением принципов инновационных преобразований в работе по повышению профессиональной компетентности педагогического коллектива.

*Блок адаптации* к физическим нагрузкам включает:

1) учёт и создание адаптивной ситуации;

2) способы реализации адаптивного потенциала учащихся;

3) учёт и управление адаптивными реакциями (краткосрочная и долговременная адаптация);

4) использование здоровьесберегающих эффектов адаптации применительно к отдельным системам и к организму в целом.

*Блок мотивационной поддержки* содержит приёмы педагогического стимулирования становления ценностных ориентаций школьников, включающие развитие потребностей школьников в занятиях физическими упражнениями, последовательность в формировании ценностных ориентаций и выборе способов реализации потребностей к здо-

ровому образу жизни и форм занятий физическими упражнениями с оздоровительной направленностью [6].

Соблюдение принципа личностных предпочтений обеспечивается:

— индивидуальным дозированием физической нагрузки на уроках физической культуры;

— добровольным выбором физических упражнений для домашних занятий и специализации в школьных факультативах;

— индивидуальным выбором средств закаливания и разработкой рекомендаций по их применению;

— разработкой индивидуальных средств восстановления после физической нагрузки;

— приобщение к аутотренингу и нетрадиционным видам релаксации;

— формирование навыков оздоровительного дыхания;

— разработка индивидуальных комплексов физических упражнений, назначаемых с лечебной целью (совместно с методистом лечебной физической культуры).

Установлено, что реализация модели физкультурно-оздоровительной деятельности в учебно-воспитательном процессе школы становится возможной, если:

а) условием полноценной её реализации выступает сознательная целенаправленная деятельность педагогов;

б) эта деятельность социально детерминирована, т.е. отвечает интересам самих учащихся, а через них — интересам общества.

Эти условия обеспечивают оптимизацию педагогического взаимодействия коллектива учителей с группой субъектов управления, реализующих идеи здоровьесберегающей организации учебно-воспитательного процесса в образовательном учреждении.

Реализация модели физкультурно-оздоровительной деятельности строилась посредством:

— активного участия школьников в реализации физкультурно-оздоровительных проектов;

— овладения приёмами рациональной организации учебно-воспитательного процесса учителями;

---

— использования средств физической культуры в оздоровлении школьников (физкультпауз, игр и спортивных развлечений на большой перемене, гимнастики до начала занятий, чередование психоэмоциональных нагрузок с отдыхом).

Инновационная направленность реализации модели обеспечивалась следующим алгоритмом действий:

1) разрабатывались программно-методические основы обеспечения личностно ориентированной образовательной парадигмы в условиях субъект-субъектного управления физкультурно-оздоровительной деятельностью учебно-воспитательного процесса;

2) определялись нетрадиционные методы развития интеллектуальной, эмоционально-волевой сфер и физического потенциала личности учащихся. Выявлялась специфика механизмов управления здоровьесберегающей деятельностью учащихся;

3) вырабатывались адекватные методы оценивания результатов оздоровительной работы (качество знаний, ценностные ориентации в сфере здорового образа жизни), осуществлялась разработка единого подхода к оценке знаний и умений учащихся с помощью контрольных испытаний (тестов), позволяющих идентифицировать степень сформированности различных признаков, описывающих уровень овладения знаниями основ физкультурно-спортивной деятельности и ведения здорового образа жизни.

Процесс обеспечения профессиональной готовности педагогов за счёт формирования их физкультурных и здоровьесберегающих компетенций связан с развитием умений педагога управлять своим поведением и умений воздействовать на личность учащихся. Мы исходили из предположения, что повышение профессиональной компетентности учителя в физкультурно-оздоровительной деятельности в конечном итоге обеспечит повышение качества физкультурных и валеологических знаний учащихся, их соответствие запросам современного социума.

Организованный в 2006-2011 гг. на базе МСОШ №3 г. Краснодара педаго-

гический эксперимент по реализации концептуальной модели физкультурно-оздоровительной деятельности состоял из трех этапов. На *первом* этапе предусматривалось освоение приемов физкультурно-оздоровительной деятельности коллективом школьных педагогов. На *втором* этапе обеспечивался мониторинг — отслеживание результатов этой деятельности. На *третьем* этапе разрабатывались перспективные направления совершенствования собственной физкультурно-оздоровительной деятельности учащихся. Реализация модели осуществлялась в рамках гуманистической парадигмы образования, что обеспечивало его культурологическую полноценность. Это связано с тем, что достижения в сфере здорового образа жизни за счёт присвоения ценности физической культуры, используемые в здоровьесберегающих целях, расширяют культурологическое пространство личности, освоение которого становится для школьника нравственно-оправданной деятельностью.

Эффективность модели в повышении качества знаний учащихся оценивалась комиссией экспертов управления образованием и наиболее авторитетными преподавателями, членами экспертной комиссии было отмечено, что при неуклонном повышении качества знаний учащихся остаются неиспользованными резервы личностно ориентированного обучения, в ряде случаев невостребован инновационный потенциал здоровьесберегающего образовательного процесса.

Изменение исходных принципов управления учебно-воспитательным процессом означало для нас переход от эпизодических наставлений и призывов к физической культуре и здоровому образу к научно-обоснованному освоению системы ценностей, несущих в себе здоровьесберегающие начала, определение ценностных предпочтений к занятиям и физическими упражнениями с установкой на сохранение и укрепление здоровья. Это стало одним из организационно-педагогических оснований перестройки процесса изучения учебных предметов, предусмотренных

базисным учебным планом в объеме, позволяющим:

— раскрыть естественно-научные, психолого-педагогические, социальные основы взаимосвязи физической культуры и здорового образа жизни;

— осуществить индивидуализацию физических нагрузок и форм занятий физическими упражнениями в соответствии с уровнем физической подготовленности и состоянием здоровья;

— перейти от оценочно-нормативной к развивающей системе в физическом воспитании учащихся;

— обеспечить непрерывность отслеживания результатов физкультурно-оздоровительной деятельности посредством мониторинга знаний и умений организации здорового образа жизни, режима учебных занятий и активного отдыха.

В ходе исследования установлено, что эффективность физкультурно-оздоровительной деятельности школы обеспечивается при соблюдении следующих педагогических условий:

1) изменение исходных принципов организации и управления учебно-воспитательным процессом;

2) непрерывное повышение профессиональной компетентности педагогического коллектива в овладении методами и технологиями физкультурно-оздоровительной деятельности;

3) развитие познавательных потребностей и мотиваций учащихся на овладения знаниями основ физической культуры здорового образа жизни;

4) формирование ценностных ориентаций на занятия оздоровительными физическими упражнениями;

5) оптимизация занятий физическими упражнениями, обеспечивающая адаптацию к физическим нагрузкам и оздоровительный эффект;

6) переход от субъект-объектных отношений между учителем и учащимся в учебно-воспитательном процессе к субъект-субъектным.

Предложенный подход к проектированию физкультурно-оздоровительной деятельности коллектива учителей школы прошёл апробацию и обеспечил достижение позитивных результатов в повышении уровня физической культуры и здоровья школьников, развитии профессиональной компетентности педагогов в сфере здорового образа жизни.

#### Примечания:

1. Аршавский И.А. Возрастная физиология. Л.: Наука, 1975. С. 16.
2. Сериков В.В. Личностный подход в образовании: концепция и технологии. Волгоград, 1994. С.42-43.
3. Якиманская И.С. Личностно ориентированное обучение в современной школе. М.: Сентябрь, 1996. 96 с.
4. Соловьёв Г.М., Крикунов В.А. Технологическая модель реализации оздоровительных программ: метод. пособие. Ставрополь: Изд-во СГПУ, 1996. 47 с.
5. Щедрина А.Г. Онтогенез и теория здоровья: метод. аспекты. Новосибирск: Наука, 1989. С. 136.
6. Синицын Ю.Н., Сажина Н.М. Педагогическая технология мотивирования учащихся к обеспечению здоровья // Вестник Адыгейского государственного университета. Сер. Педагогика и психология. Майкоп: Изд-во АГУ, 2011. Вып.3. С. 100-106.

#### References:

1. Arshavsky I.A. Age physiology. L.: Nauka, 1975. P. 16.
2. Serikov V.V. Personal approach in education: conception and technologies. Volgograd, 1994. P.42-43.
3. Yakimanskaya I.S. Personality-centered education at modern school. M.: September, 1996. 96 pp.
4. Solovjyov G.M., Krikunov V.A. Technological model of realization of health-improving programs: learner's guide. . Stavropol: SGPU Publishing house, 1996. 47 pp.
5. Shchedrina A.G. Ontogenesis and health theory: method. aspects. Novosibirsk: Nauka, 1989. P. 136.
6. Sinitsyn Yu.N., Sazhina N.M. Pedagogical technology of pupils' motivation to health support // The Bulletin of the Adyghe State University. Series «Pedagogics and psychology». Maikop: AGU Publishing house, 2011. Issue 3. P. 100-106.