

**Спиридонов Кирилл Сергеевич**

учитель

МБОУ «СОШ №12»

г. Чебоксары, Чувашская Республика

DOI 10.31483/r-99800

## **ПРЕДМЕТ «ФИЛОСОФИЯ СПОРТА» КАК ОБЪЕКТ ПОНИМАНИЯ УЧИТЕЛЕМ ФИЗИЧЕСКОЙ КУЛЬТУРЫ**

***Аннотация:** в данной статье рассмотрены проблемы физической культуры и спорта, исходя из практических авторских наблюдений, и перечислено, что нужно сегодня знать современному педагогу в области физической культуры и спорта, чтобы он мог эффективнее работать на занятиях. Для более обширного понимания проблема рассматривается в аспекте «философии спорта» как философской дисциплины, изучающей спорт как социальное и культурное явление в его взаимосвязях с вопросами этики, морали, философии права и иными вопросами общего порядка. Автор попытался донести информацию, что нужно для того, чтобы у детей на уроках по физической культуре в школе были хорошие результаты. Также из статьи можно почерпнуть что-то новое и интересное для себя, а что-то будет темой для дальнейших размышлений.*

***Ключевые слова:** предмет, процесс, изменение, развитие, закономерность, пространство, время, спорт, теория, методика, наблюдение, стратегия, высокие показатели, данные.*

Исходя из своих наблюдений на практике, вижу, что сегодня очень много «разных детей», в том смысле, что каждый ребенок по своим способностям, знаниям, навыкам и умениям, по группам здоровья, физическим и умственным склонностям видит и понимает физическую культуру по-разному. Поэтому и учитель должен понимать физическую культуру более обширно, как философию спорта, так как она описывает саму суть и смысл жизни человека и спорта как одно целое. Философия спорта изучает психологию, социологию, поведение, теорию и методику, и каждого человека рассматривает как отдельную часть и

потом обобщает. Чтобы добиться результатов, нужно каждого ученика обучать выполнять те действия, которые больше подходят для развития его физических навыков и тела. Но для начала нужно объяснить, как это работает. Если вы учитель, то нужно для начала понимать, чем живёт ученик, в каком он состоянии находится, придя на ваш урок. Закономерность в развитии: для формирования высоких показателей ученика нужна особая стратегия учителя, которая предполагает индивидуальное наблюдение за каждым учеником, так как у всех детей разные исходные данные. Пространство и время: это одни из главных понятий в философии спорта, они помогают понять сущность действия по отношению к ученику или спортсмену.

Пример.

Ученик не может пробежать дистанцию в три километра на нормативное время. Стоит ли его отправлять на эту дистанцию? Но этот ученик может подтягиваться 50 раз, или 15, что тоже больше нормы. Можно ему поставить «4» за четверть, но если применить философию спорта (можно на самом деле много предметов по этому вопросу применить, из диплома по физической культуре), то можно сказать, что, действительно, данные ученика говорят о том, что он не склонен к выполнению норматива по бегу.

Каждый ученик может в любой области применять знания по физической культуре и спорту. А в области физической культуры и спорта много разных профессий, и не стоит ученикам ставить заниженные оценки, если у них данные навыки не позволяют вести физически активный образ жизни, нужно им дать те знания, которые им помогут в жизни вести спортивную деятельность на уровне своих способностей, а также не стоит забывать рассказать ученикам о том, что можно переучиться на другую специальность. И если дать такие знания ученику, у него повысится кругозор и будет изменение в понимании философии спорта.

Пример.

Можете составить список всех спортивных профессий и всех видов спорта, раздать его ученикам или, лучше, повесить плакат в спортзале, чтобы все видели.

А вообще нужно агитировать и популяризировать физическую культуру, для этого и создают национальные и федеральные проекты, такие как «Демография» и «Спорт – норма жизни» и другие, это наша задача номер один.

В аннотации я написал, что нужно делать, для того чтобы увидеть результат. Я думаю, если вы сделаете ту часть, которую я описал выше, то результат уже будет заметен. Это я к тому, что каждый индивидуален, и урок нужно подстраивать под каждого ученика. На самом деле ничего сложного в этом нет. Приведу пример, как это можно сделать. В самом начале урока, на построении, объясняете всем, что каждый индивидуален и способности у каждого разные, и сегодня будут приниматься такие-то нормативы; кто хочет сдать любой норматив, то пожалуйста, вы всегда рады его засчитать; кто хочет рассказать про выбранную спортивную специальность, которая больше всего нравится и подходит кому-то, пожалуйста, можете рассказать или написать краткое изложение или конспект, и так далее. И я думаю, что результат будет налицо, и эффективность тоже.

Кто-то скажет, что так работать невозможно, потому что есть ФГОС и мы по нему работаем. Да, работаем по ФГОС, но не нужно забывать, что рабочую программу вы пишете сами. Хочу сказать, что рабочую программу можно скорректировать так, что за один урок, при желании, можно пройти очень много, как минимум, пройти весь раздел, к примеру, «Футбол».

Пример.

Раздел «футбол» – это целый модуль, но если захотеть, то вкратце перед уроком можно себе расписать конспект, где записать, что футбол – это игра ногами, в которой есть правила, по которым следует действовать, есть определённая тактика, игроки должны взаимодействовать между собой и думать. Дальше ставите задачи, например, ставите фишки, даёте мяч и говорите: «Обводите фишки», дальше бьёте по воротам. Потом набиваете мяч и тому подобное, вот, в принципе, основному уже и научились. Главное, привлечь внимание, а дальше вы увидите сами их заинтересованность, а кто не хочет играть, может делать статистику по игрокам, по голам и так далее.

Теория и методика физического воспитания, спортивной тренировки, оздоровительной и адаптивной физической культуры – часть этого всего я описал выше, но попытаюсь донести, как в новых условиях можно всё улучшить, и опишу про это всё ниже.

Итак, теория и методика в книгах описывается по-разному, но, как мы знаем, на уроке теорию сложно преподать детям, если нет заинтересованности.

Говорится так от теории к методике, от методики к практике, а от практики уже к результатам. Здесь, наверное, будет главная мысль: самое главное не бежать за результатом. Объясняю почему: если мы будем бежать за результатом, то мы уже не успеем за качеством. Что такое результат?

Результат – это мнение о самом себе. И здесь учитель должен понимать, что у каждого мнение разное о самом себе, и, чтобы оно улучшалось, нужно, во-первых, чтобы человек поверил в самого себя, что он может, а потом уже делал выводы. И во-вторых, что тоже, как и первое, самое главное, чтобы он поверил в вас и доверял вам. Ну и дальше ещё много важного, но я думаю, что вы поняли основную мысль.

Пример.

Есть ученики, которые до 10 класса доучились, а подтягиваться не могут, и в таком случае для них уже будет важно, что они научились подтягиваться один раз, и это для них будет 100-процентный результат. А вы в этот момент не должны забывать, какими словами его нужно приободрить и сказать: «Молодец», и показать, что ещё есть результат в 1000 процентов, и так далее.

Воспитание, тренировки, адаптированная физическая культура.

К вопросам воспитания нужно подходить обобщенно. Что это означает «обобщенно»? Это означает, что ученику нужно привить нравственную культуру – культуру физической культуры и спорта, которая относится к педагогике, а более точно, к педагогике вопросов – основ государственной политики в области общего образования, ну и, конечно же, философии и философии спорта.

Нужно прививать детям чувство патриотизма, образ здорового мышления, здоровый образ жизни, говорить, что нужно уважать взрослых, и попытаться на

их уровне донести до них эту информацию, чтобы вам поверили. И это возможно сделать, если вы будете много говорить на эту тему и увеличивать их мировоззренческий кругозор в правильном направлении. Для этого вам нужно повышать собственный кругозор, например, ходить на семинары, участвовать в конференциях и читать много научной и педагогической литературы.

### **Тренировки.**

Нужно учить учеников таким образом, чтобы они были умные и самостоятельные. То есть приходили домой, на спортивную площадку, в спортивный зал и соблюдали режим дня и не отходили от графика и плана своего внутреннего тренировочного процесса, также вели дневник самонаблюдений и следили за рационом питания и гигиеной и, конечно же, чтобы успевали делать уроки. Этому должны научить вы. Можно распечатать бумагу с графиком дня и раздать всем в качестве примера.

### **Адаптированная физическая культура.**

Для специальных групп учеников учитель должен составить программу адаптированную. Для этого нужно прописать, например, в рабочей программе специальные нормативы для таких учеников или то, что под каждого ученика программа подстраивается таким образом: учитель смотрит и записывает показатели в начале года и в конце года, и на их основании выставляет оценку или просто говорит результат. Ну и, конечно же, нужно учить их всему, что сказано выше.

### **Итоги**

Каждый учитель должен учиться каждый день, расширять свой кругозор, уметь анализировать, и тогда теория и методика физического воспитания, спортивной тренировки, оздоровительной и адаптивной физической культуры будет действовать и работать на высоком уровне.

### **Список литературы**

1. Жуков А.Д. Наука о спорте. Энциклопедия систем жизнеобеспечения. 1 том / А.Д. Жуков. – Магистр-пресс, 2011. – 1000 с. – ISBN 9785893172263.

2. Сластенин В.А. Педагогика. Учебное пособие для студентов высших педагогических учебных заведений / В.А. Сластенин, И.Ф. Исаев, Е.Н.Шиянов; под ред. В.А. Сластенина. – М.: Издательский центр «Академия», 2013. – 576 с.