

Заярная Наталья Ивановна

доцент

Педагогический институт

ФГБОУ ВО «Тихоокеанский государственный университет»

г. Хабаровск, Хабаровский край

DOI 10.31483/r-85976

**ОРГАНИЗАЦИОННО-МЕТОДИЧЕСКИЕ МЕРОПРИЯТИЯ
В СИСТЕМЕ ФИЗИЧЕСКОГО ВОСПИТАНИЯ УЧАЩИХСЯ
УЧРЕЖДЕНИЙ ДОПОЛНИТЕЛЬНОГО ОБРАЗОВАНИЯ**

Аннотация: в статье рассматриваются основные аспекты организационно-методического обеспечения процесса физического воспитания учащихся учреждений дополнительного образования. Утверждается, что привлечение студентов к осуществлению процесса физического воспитания обеспечивает овладение студентами профессионально-педагогическими компетенциями.

Ключевые слова: физическое воспитание, дополнительное образование, средства гимнастики, спортивные игры, общая физическая подготовка, учебно-методическая работа, учащиеся, командный проект.

Духовное богатство человека, на высоком уровне развитые общепедагогические, специальные, профессиональные педагогические компетенции, высокий уровень физической дееспособности являются основными компонентами гармонично развитого индивида, отвечающими запросам современного общества на настоящем этапе развития социально-экономических отношений, о чем в своей статье упоминает Л.Г. Чернышева [4].

Как указывает С.Е. Оправхата, «физическая культура, являясь частью культуры общества, содержит в себе большой ценностный потенциал. Познание себя и своих возможностей в процессе занятий, стремление к красоте движений, переживание опыта борьбы, а также претворение высоких идеалов взаимоотношений – все это является свидетельством ее духовного содержания» [3, с. 4].

Рассматривая структуру физической культуры, В.М. Выдрин отмечает, что она сформировалась исторически и критериями выделения видов (компонентов) являются потребности общества и личности. К числу наиболее общих потребностей общества он относит необходимость создания здоровой, жизнедеятельной и мобильной нации, способной эффективно трудиться и защищать себя в случае необходимости. Говоря о потребностях личности, В.М. Выдрин предполагает, что у каждого индивидуума существует потребность в собственном всестороннем безграничном и гармоничном развитии.

По определению Л.П. Матвеева, «функции физической культуры – это объективно присущие ей свойства воздействовать на человека и человеческие отношения, удовлетворять и развивать определенные потребности личности и общества» [2].

По мнению специалистов в области физической культуры и спорта, особое место в воспитании гармонично развитой личности посредством организаций физкультурно-оздоровительной, спортивно-массовой работы принадлежит образовательным организациям (общеобразовательные школы, учреждения дополнительного образования, высшие и средние специальные учебные заведения) [5].

Центральное место по разрешению проблемы, по нашему мнению, занимает возобновление традиции проведения Всероссийского комплекса «Готов к труду и обороне».

Высокая идейная и политическая направленность комплекса заключается в общедоступности физических упражнений, включенных в его нормативы, их очевидной пользе для сохранения здоровья, усилении адаптационных механизмов занимающихся и в развитии общекультурных и общепрофессиональных компетенций занимающихся. Подготовка детей и молодежи к выполнению требований комплекса по сдаче нормативов (тестов) обеспечивается систематическими занятиями по программам физического воспитания в учебных заведениях, в пунктах начальной военной подготовки, в спортивных секциях и клубах, в группах общей физической подготовки.

Мы предположили, что организация комплексной работы с использованием подвижных и спортивных игр, гимнастики и общей физической подготовки (ОФП) в системе дополнительных (секционных) занятий позволит:

– с одной стороны, ускорить формирование ключевых компетенций студентов по организации здорового образа жизни, овладению навыками сбора необходимой информации, осуществлению учебного процесса на высоком методическом уровне с позиций здоровьесбережения, проведению тестирования физических качеств по наиболее информативным тестам;

– с другой, добиться развития и совершенствования скоростных, силовых, координационных, скоростно-силовых способностей и выносливости у подростков и приблизиться к успешной сдаче нормативов комплекса ГТО своей ступени, соответствующей возрасту.

Идея организации мероприятий предшествовал не только анализ научно-методической литературы по развитию физических качеств, выявление и отбор наиболее эффективных средств и методов развития основных физических качеств, отбор наиболее информативных контрольных тестов, способствующих определению уровня развития физических качеств по завершению проектов, но и мониторинг уровня развития физических качеств до и после эксперимента. Кроме того, оценены результаты сдачи норм ГТО учащихся МБОУ ДО ДЮСШ «Лидер» г. Хабаровска.

В рамках работы разработаны командные проекты «Преимущественное развитие физических качеств средствами общей физической подготовки (ОФП), способствующих сдаче нормативов комплекса ГТО учащимися образовательных учреждений Хабаровска» (наставник Н.И. Заярная) и «Подготовка школьников к сдаче нормативов ГТО средствами подвижных и спортивных игр» (наставник Е.А. Смирнова) и апробированы на базе спортивной школы.

На основе сформированных комплексов упражнений преимущественной направленности на развитие силы, быстроты, ловкости, координации движений, способствующие сдаче контрольных нормативов комплекса ГТО, проводились дополнительные занятия с учащимися. Придерживались общих прин-

ципов физического воспитания, учитывая индивидуальные физические способности каждого ребенка с использованием индивидуального и дифференцированного подходов.

Сроки реализации проекта: 6 месяцев (октябрь 2019 г. – март 2020 г.).

Этапы реализации проекта:

1-й этап (подготовительный): октябрь.

Проведение мониторинга, анкетирования, тестирования. Выявление учащихся, заинтересованных в сдаче нормативов комплекса ГТО.

2-й этап (основной): ноябрь – март.

Формирование устойчивого представления о необходимости совершенствования физических данных, определение путей и основных направлений деятельности. Использование активных средств и методов развития физических качеств, учитывая природный индивидуальный уровень подростка и требования.

3-й этап (рефлексивный) – март. Диагностика уровня развития физических качеств и их сравнение с нормативами комплекса ГТО.

Характеризуя требования к современному педагогу, Ю.С. Колосова, С.Е. Оправхата отмечают, что «педагог в области физической культуры и безопасности жизнедеятельности для грамотной организации процесса обучения должен обладать не только знаниями, умениями и навыками по своей дисциплине, но и рядом специальных качеств и способностей, которые являются главными помощниками деятельности» [1, с. 42].

В этой связи создание групповых проектов предусматривало привлечение студентов факультета физической культуры педагогического института Тихоокеанского государственного института, овладевших методикой преподавания спортивных дисциплин учебного плана, целесообразным использованием инновационных средств и методов физического воспитания с целью преемущественного развития физических качеств, необходимых для сдачи норм ГТО.

В соответствии с Федеральным государственным образовательным стандартом высшего образования студенты, привлекаемые к проектной работе,

должны владеть на определенном уровне компетенциями, необходимыми для работы с учащимися:

- ОК-8 – готовностью поддерживать уровень физической подготовки, обеспечивающий полноценную деятельность;
- ОПК-2 – способность осуществлять обучение, воспитание и развитие с учетом социальных, возрастных, психофизических и индивидуальных особенностей, в том числе особых образовательных потребностей обучающихся;
- ПК-2 – способностью использовать современные методы и технологии обучения и диагностики.

Опыт и практика показывают, что подвижные и спортивные игры являются важным фактором в решении проблем комплексного воспитания подрастающего поколения и приобщения их к труду. В связи с этим использование подвижных и спортивных игр, гимнастики и ОФП как средств развития физических качеств заключает в себя очень важную роль в системно-деятельностном подходе, что позволяет создать фундамент для формирования универсальных учебных действий.

Кроме того, они позволяют раскрыть особенности каждого учащегося, почувствовать себя более успешными. Анализируя школьную программу по физической культуре, выявлено, что ее разделы во многом соответствуют содержанию комплекса ГТО. Подобранные моделирующие многие виды деятельности средства стали эффективными средствами освоения таких разделов, как легкая атлетика, спортивные игры, гимнастика. А воспитание общей и скоростной выносливости, необходимой в кроссовом спринтерском беге, при освоении марш-бросков, элементов туризма, быстрота и координация движений, воспитываемые этими средствами, важны и для успеха в соревнованиях и по преодолению полосы препятствий ГТО.

Доказано, что использованные средства улучшили физическое развитие учащихся, благотворно воздействовали на нервную систему и укрепили здоровье, т.к. почти в каждом занятии присутствовали бег, прыжки, метания, упражнения на равновесие, гибкость и т. д. Организация занятий с учетом возрастных

особенностей и физической подготовленности занимающихся оказали благоприятное влияние на рост, развитие и укрепление опорно-двигательного аппарата, мышечной системы, на формирование правильной осанки. Кроме того, целесообразное использование разработанных программ с преимущественной направленностью на комплексное развитие физических качеств способствовало успешной сдаче школьниками нормативов комплекса ГТО.

По окончании внедрения командных проектов, систематизации полученной информации и анализа результатов тестирования физических качеств сделаны выводы, даны рекомендации тренерско-преподавательскому составу спортивной школы в рамках заседания круглого стола на тему «Обобщение передового педагогического опыта». Также на базе МБОУ ДО ДЮСШ «Лидер» г. Хабаровска проведены мастер-классы «Повышение уровня физической подготовленности учащихся средствами гимнастики» и «Подготовка школьников к сдаче нормативов ГТО средствами подвижных и спортивных игр», позволившие педагогам обогатить свой опыт и применить его на практике.

Список литературы

1. Колосова Ю.С. К вопросу об особенностях педагогической интуиции в профессиональной деятельности учителя физической культуры и безопасности жизнедеятельности / Ю.С. Колосова, С.Е. Оправхата // Безопасность жизнедеятельности, физическая культура и спорт: современное состояние и перспективы: сборник научных трудов / под ред. Р.С. Ткача, Е.Н. Ткач. – Хабаровск: Изд-во Тихоокеан. гос. ун-та, 2019. – С. 41–43.
2. Матвеев Л.П. Теория и методика физической культуры. Введение в предмет: учебник для высших специальных физкультурных учебных заведений / Л.П. Матвеев. – 3-е изд. – СПб.: Лань, 2003. – 160 с.
3. Оправхата С.Е. Смыслообразующие ценности физической культуры // Физическая культура, спорт, безопасность жизнедеятельности: актуальные проблемы, достижения и перспективы: сборник научных трудов / С.Е. Оправхата; под ред. Р.С. Ткача, Е.Н. Ткач; Министерство науки и высшего

образования Российской Федерации; Тихоокеанский государственный университет. – Хабаровск: Изд-во Тихоокеан. гос. ун-та, 2020. – 385 с.

4. Чернышева Л.Г. Духовно-нравственное воспитание в профессиональной подготовке будущего учителя физической культуры / Л.Г. Чернышева, А.И. Мацко // Социальные смыслы спортивной духовности: материалы научно-практической конференции с международным участием (Армавир, 21–22 ноября 2019 г.). – Армавир: Изд-во АГПУ, 2019. – С. 124–127.

5. Чернышева Л.Г. Роль воспитательного пространства университета в профессиональном становлении учителей физической культуры / Л.Г. Чернышева // Воспитание в современном мире: новые контексты – новые решения: материалы V Международной научно-практической конференции (Хабаровск, 29–30 октября 2019 г.). – Хабаровск: Изд-во Дальневосточ. гос. мед. ун-та, 2019. – С. 298–302.