ФИЗИЧЕСКАЯ КУЛЬТУРА

И СПОРТ

2024, Том 2, №1

Подписано к публикации: 28.03.2024

Главный редактор журнала

Правдов Михаил Александрович

доктор педагогических наук, профессор

Члены редакционной коллегии

Андрущишин Иосиф Францевич (РФ, г. Алматы) – доктор педагогических наук, профессор

Ахметов Султан Меджидович (РФ, г. Краснодар) – доктор педагогических наук, профессор

Волошина Людмила Николаевна (РФ, г. Белгород) – доктор педагогических наук, профессор

Врублевский Евгений Павлович (РБ, г. Гомель) – доктор педагогических наук, профессор

Григорьев Валерий Иванович (РФ, г. Санкт-Петербург) – доктор педагогических наук, профессор

Кузнецова Зинаида Михайловна (РФ, г. Набережные Челны) – доктор педагогических наук, профессор

Макарова Элина Владимировна (РФ, г. Москва) – доктор педагогических наук, доцент

Махов Александр Сергеевич (РФ, г. Москва) – доктор педагогических наук, доцент

Неверкович Сергей Дмитриевич (РФ, г. Москва) – доктор педагогических наук, профессор, академик РАО

Понимасов Олег Евгеньевич (РФ, г. Санкт-Петербург) – доктор педагогических наук, профессор

Сабирова Ирина Александровна (РФ, г. Воронеж) – доктор педагогических наук, доцент

Свечкарёв Виталий Геннадьевич (РФ, г. Майкоп) – доктор педагогических наук, профессор

Седых Нина Викторовна (РФ, г. Волгоград) – доктор педагогических наук, профессор

Синявский Николай Иванович (РФ, г. Сургут) – доктор педагогических наук, профессор

Собянин Федор Иванович (РФ, г. Белгород) – доктор педагогических наук, профессор

Филимонова Светлана Ивановна (РФ, г. Москва) – доктор педагогических наук, профессор

Эбзеев Мурат Магомедович (РФ, г. Карачаевск) – доктор педагогических наук, профессор

Эйдельман Любовь Николаевна (РФ, г. Санкт-Петербург) – доктор педагогических наук, доцент

Ямалетдинова Галина Александровна (РФ, г. Екатеринбург) – доктор педагогических наук, доцент

E-mail: vks-journal@yandex.ru
Сайт: https://vks-journal.ru

© Физическая культура и спорт, 2024

Содержание

Егорычева Э.В.

Физическая культура в общем образовательном процессе высшей школы 4-10

Егоров Д.Е., Черепанова И.О.

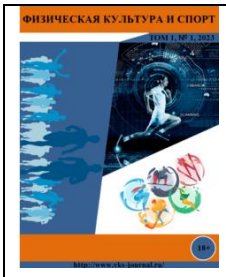
Значимость преподавания теории и методики спорта
в подготовке будущих тренеров 11-17

Жован Г.Ф., Кутергин Н.Б.

Методические основы организации обучения базовым видам спорта 18-25

Бондарь Е.А., Макарова Э.В.

Адаптивная физическая культура в современном образовательном пространстве 26-33



Научно-исследовательский журнал «***Физическая культура и спорт / Physical Culture and Sport»***
https://vks-journal.ru
2024, Том 2, № 1 / 2024, Vol. 2, Iss. 1 https://vks-journal.ru/archives/category/publications
Научная статья / Original article
Шифр научной специальности: 5.8.4. Физическая культура и профессиональная физическая подготовка (педагогические науки)
УДК 796.011.3

[1] *Егорычева Э.В.,*
[1] *Московский государственный автономный политехнический университет*

Физическая культура в общем образовательном процессе высшей школы

Аннотация: публикация отражает основные моменты интеграции компонентов физической культуры в высшее образование, а также позволяет подчеркнуть актуальность данной тенденции. Обращая внимание на физкультуру как на один из инструментов становления профессиональной компетентности, автор подчеркивает ее значимость в контексте подготовки студентов по различным направлениям.

Кроме того, в статье рассматриваются ключевые моменты реализации физической подготовки в высшей школе и возможность осуществления индивидуального подхода в обучении в зависимости от образовательных целей. Физическая культура, по мнению автора, является средством, успешно совершенствующим духовные и физические качества студентов и поэтому актуальна в течение всего периода обучения в вузе.

Ключевые слова: физическая культура, личностные качества, профессиональная компетентность, высшее образование, направление подготовки, выносливость, ловкость

Для цитирования: Егорычева Э.В. Физическая культура в общем образовательном процессе высшей школы // Физическая культура и спорт. 2024. Том 2. № 1. С. 4 – 10.

Поступила в редакцию: 12 ноября 2023 г.; Одобрена после рецензирования: 10 января 2024 г.; Принята к публикации: 28 марта 2024 г.

[1] *Egorycheva E.V.,*
[1] *Moscow State Autonomous Polytechnic University*

Physical education in the general educational process of higher education

Abstract: the publication reflects the main points of the integration of physical education components into higher education, and also allows us to emphasize the relevance of this trend. Paying attention to physical educa-

tion as one of the tools for the formation of professional competence, the author emphasizes its importance in the context of training students in various fields.

In addition, the article discusses the key points of the implementation of physical training in higher education and the possibility of an individual approach to learning, depending on educational goals. Physical education, according to the author, is a means of successfully improving the spiritual and physical qualities of students and is therefore relevant throughout the entire period of study at the university.

Keywords: physical education, personal qualities, professional competence, higher education, field of study, endurance, dexterity

For citation: Egorycheva E.V. Physical education in the general educational process of higher education. Physical Culture and Sport. 2024. 2 (1). P. 4 – 10.

The article was submitted: November 12, 2023; Approved after reviewing: January 10, 2024; Accepted for publication: March 28, 2024.

Введение

Современное общество предъявляет серьезные требования к личности специалиста, а также тем функциям, которые он выполняет на рабочем месте. В соответствии с этим изменяется и содержание образовательного процесса, который отражает интеграцию инновационных компонентов в обучение. Физическая культура, которая ранее рассматривалась как дисциплина общего профиля, зачастую формальная в исполнении, теперь может характеризоваться в качестве инструмента, способствующего становлению профессиональной компетентности, а также совершенствования личностных и физических качеств, будущих специалистов [1, 2].

Динамично изменяющиеся условия социума обуславливают важность варьирования реализации педагогического инструментария в высшей школе. Те дисциплины, которым придавалось не столь большое значение в предыдущие периоды (так называемые, базовые дисциплины) на настоящий момент возможно назвать актуальными и приоритетными в плане формирования профессиональных компетенций [5, 6].

Материалы и методы исследований

В числе таких дисциплин возможно отметить физическую культуру, которая представляет собой не просто общеразвивающую дисциплину, а специфическое средство духовного, интеллектуального и физического развития студентов. Немаловажным фактором, как считает А.Ю. Мунгалов [3] является ухудшение показателей качества жизни и здоровья населения, что, в свою очередь ведет к снижению эффективности выполнения трудовых функций. Поэтому физическая культура как напрямую, так и косвенно, влияет на становление личности будущего специалиста. С одной стороны, она способствует развитию физических свойств и качеств, которые необходимы в повседневной жизни (ловкость, выносливость, концентрация внимания), с другой позволяет совершенствовать такие компетенции как коммуникативность, умение рабо-

тать в команде, личностные качества (внимательность, сообразительность, память). Это позволяет говорить о гармоничном развитии личности и о соответствии образовательных результатов современным ФГОСам ВО, которые в своей основе имеют компетентностный и деятельностный подходы и ориентированы на практическое применение знаний, умений и навыков, полученных студентами в ходе обучения.

Говоря о практической направленности физической культуры, важно понимать то, где возможно применить имеющиеся навыки, реализовывать двигательную активность. Большинство профессий в современном обществе актуализирует необходимость развития физической активности в целом и отдельных ее компонентов.

Результаты и обсуждения

А.К. Прибыток [5] говорит о том, что физическая подготовка как результат занятий физической культурой включает в себя совокупность различных навыков мастерства, уровень овладения различными приемами деятельности, которые позволяют сделать реализацию трудовых функций более эффективной. Физическая культура необходима к интеграции в образовательный процесс не только как учебная дисциплина, но и как инструментарий, который помогает развиваться будущему специалисту, формировать определенные компетенции общепрофессионального и специального характера. Она охватывает практически все сферы жизнедеятельности: социальную, бытовую, учебную, профессиональную и играет немаловажную роль в формировании здорового образа жизни. Причем это актуально как для здоровых, нормотипичных людей, так и для личностей с ограниченными возможностями здоровья. Формируя основы духовной и материальной культуры, занятия спортом, физическая подготовка позволяют использовать их в качестве эффективного способа реабилитации и адаптации к жизни социума. Именно поэтому включение дисциплины в образовательный процесс в вузе является обязательным для всех направлений подготовки. Уровень здоровья и качество жизни населения играют существенную роль для обеспечения национальной безопасности различных регионов и государства в целом, поэтому физическая культура входит в федеральный компонент учебных планов всех специальностей в различных государственных и негосударственных вузов. Включение данной дисциплины в обучение на настоящий момент актуально в двух разделах: «Основы физической подготовки», «Прикладная физическая культура», что обеспечивает овладение студентами теоретическими знаниями и практическими навыками в контексте физической подготовки.

Сочетание данных разделов помогает разобраться с теоретико-методологическими основами дисциплины, а также совершенствовать физические качества, необходимые для различных профессий (ловкость, координацию, скорость реакции, умение переключать внимание и пр.).

А.Ю. Мунгалов, К.В. Гавричкова, В.В. Зотин [3] конкретизируют основные функции физической культуры в высшем образовании:

- функция созидания. Позволяет достигать специфического уровня развития физических и психологических качеств, а также совершенствования студента как будущего специалиста. Личность должна адаптироваться к изменениям в обществе, особенностям социальных процессов, в том числе, к учебной и профессиональной деятельности;

- ценностно-ориентационная отражает систему личностных и профессиональных ценностей, их интеграцию в социальной активности студентов. Здесь осуществляется поиск ориентиров, формирование картины мира;

-проектно-творческая. Способствует развитию креативных способностей, стимулирует самоактуализацию, самопознание и развитие необходимых свойств и качеств;

-коммуникативно- регулятивная. Позволяет активизировать взаимодействие с различными личностями, социальными группами и обществом в целом.

Данные функции реализуются не только в образовательном процессе, но также и в повседневной деятельности студентов, становясь неотъемлемыми компонентами жизни, в частности формирования здоровых привычек, ценности активного образа жизни, хорошей физической формы, а также совершенствования интеллектуальных способностей.

Изучая функции физической культуры в высшем образовании, нельзя не сказать о такой важной, как адаптация (социализация) личности в учебной, трудовой деятельности и в целом в социуме.

Адаптационные механизмы студентов формируются непосредственно в образовательном процессе, когда происходит непосредственное общение с однокурсниками, преподавателями и конечно же, студенческая среда является для этого максимально благоприятной, т.к. у коммуникантов есть много схожих характеристик, в том числе общих занятий. Занятия физической культурой, в особенности соревновательные либо командные виды спорта, позволяют почувствовать общность, сопричастность с командой, а также совершенствовать личностные качества.

Исходя из анализа данных функций, нами были выделены основные образовательные результаты в контексте двигательной активности и личностных качеств (табл. 1).

Таблица 1

Образовательные результаты в личностной и двигательной сфере, получаемые в ходе занятий студентов физической культурой.

Table 1

Educational results in the personal and motor spheres obtained during students' physical education classes.

Функция	Двигательная сфера	Личностная сфера
Проектно-творческая	Возможность планировать физическую нагрузку и ее результаты	Становление умений прогнозирования развития ситуаций
Коммуникативно-регуляционная	Командная деятельность	Развитие навыков общения
Ценностно-ориентационная	Принятие спортивных норм, ценностей	Объединение личностных и социальных ценностей
адаптационная	Совершенствование компонентов двигательной активности	Формирование механизмов личностной социализации

Т.Н. Поборончук, Х.А. Каримов, А.С. Горбачев подчеркивают физиологический аспект адаптационной функции физической культуры. На современном этапе развития общества отмечается ухудшение состояния физического и психического здоровья студентов, актуализируется необходимость здорового образа жизни, а также понимания того, что физическую активность необходимо увеличивать. Мобильность в суставах, гибкость, торможение развития хронических заболеваний, а также укрепление сердечной, нервной, костно-мышечной системы обуславливает значимость включения общефизических упражнений в учебную деятельность студентов. Начало занятий с зарядки должно стать обязательным компонентом образовательного процесса в целом, а не только занятий физической культурой. Это повышает сопротивляемость болезням, стрессоустойчивость, закаляет и стабилизирует мотивацию к учебной деятельности. Данные факты, в свою очередь повышают продуктивность учебы, увеличивают возможность усвоения материала. Это особенно важно в условиях, когда студентам необходимо сосредоточиться на учебе и не отвлекаться на внешние факторы. Физическая культура позволяет развивать концентрацию и способность переключения внимания, память, мышление и различные психические процессы, способствующие успешному обучению.

А.Н. Мирошникова [2] актуализирует значение физической культуры в системе высшего образования в контексте взаимосвязи интеллектуальной и физической деятельности и параллельного развития умственных и физических способностей. Как подчеркивает автор, включение компонентов физической культуры в высшее образование способствует развитию межкультурных, духовных, межнациональных отношений, формируя общий уровень культуры студентов. При это важно отметить, что культура является одним из важнейших компонентов профессиональной компетентности и речь идет не об отдельном виде культуры (физической, материальной и пр.), а о комплексном понимании социокультурной деятельности (профессиональной, образовательной, спортивной) в контексте развития человечества.

Физическая культура является частью культуры общесоциальной и конечно же, важна для формирования профессиональной компетентности и становления будущего специалиста. Так как в данную дисциплину включаются не только практические компоненты развития физических качеств непосредственно (зарядка, упражнения, сдача нормативов), а еще и теоретические знания (информация о здоровом образе жизни, двигательной активности, роли физической культуры в жизни человека), то предмет «Физическая подготовка» является достаточно важным, особенно для тех профессий, которые связаны с различной степенью двигательной активности. Важна физическая культура для направлений, связанных со спортом, тренерством и двигательной активностью. Здесь физическая культура имеет непосредственное отношение к профессиональной деятельности, т.к. качества и свойства, необходимые для специалиста в данной области являются естественными и приоритетными при выполнении трудовых функций.

Отдельно необходимо сказать о профессиях, связанных с небольшой двигательной активностью, и, следовательно, занятые в них специалисты подвержены различным заболеваниям сердечнососудистой, костно-мышечной системы, поэтому профилактика подобных проблем является для них наиболее актуальной. В данном случае физическая культура еще в период обучения способствует «закладыванию основ» правильного образа жизни и осознания необходимости активизации знаний, умений и навыков по физической активности. Исходя из этого, здоровый образ жизни, занятия физической культурой становятся не обязатель-

ной необходимостью, а неотъемлемой частью личных ценностей и активизации психологических и физических ресурсов.

Опираясь на Закон «О физической культуре и спорте» от 2007 г., необходимо уточнить, что именно данный вид деятельности нацелен на нравственное и физическое совершенствование личности, всестороннее развитие человека и утверждение здорового образа жизни. Причем в отношении данных понятий это должна быть не обязанность, а потребность, обусловленная внутренними духовными ценностями и желанием обладания здоровьем.

Выводы

Таким образом «вырисовывается» профессиональный портрет специалиста, включающий и нравственно- этические качества, и элементы физической подготовки, которые в своей совокупности дают компетентность со всеми ее компонентами. Формирование общекультурных компетенций у студентов представляет собой достаточно сложный процесс воздействия на физическую и личностную сферу в контексте саморегуляции поведения, установления самодисциплины, принятия нормативов и развития личностных физических и психологических ресурсов. У человека, который занимается физической культурой, как подчеркивает Т.Н. Поборончук [4], возникает «доминанта движения» и поэтому он нацелен на постоянное развитие, совершенствование, стремление сделать активность больше и полезней для организма. Тем самым включаются резервы психики и физический потенциал, образуя пространство реализации имеющихся ресурсов и подключения тех, которые начинают вырабатываться у личности.

Значимость физической культуры подчеркивается тем, что она включается «в народное воспитание» и представляет собой инструмент формирования гармоничной, высокообразованной личности, которая представляет собой не только конкурентоспособного специалиста, но и активного члена общества с устойчивой гражданской позицией.

А.Ю. Мунгалов, К.В. Гавричкова, В.В. Зотин [3] подчеркивают, что физическая культура является важным компонентом жизни современного социума, совершенствуя потребности людей в развитии и здоровом образе жизни. Занятия спортом – это уже не столько мода, сколько тот вид активности, который необходим для поддержания достойного качества жизни и уровня здоровья у человека. Поэтому увеличение объема преподавания данной дисциплины в высшей школе, на наш взгляд, достаточно важно для того, чтобы обеспечить пространство для личностного и профессионального развития студентов. Кроме того, важность физической культуры подчеркивается тем, что во всех ФГОСах прописана необходимость гармоничного развития личности и комплекс требований к специалисту, которые отражают личностные, профессиональные, общекультурные компетенции. Данные компоненты возможно сформировать лишь в контексте полноценной организации образовательного процесса с обязательным включением физической активности.

Список источников

1. Анистратова Е.С., Ефимов-Комаров В.Ю., Ефимова-Комарова Л.Б., Долотцев П.А. Современные интерпретации базовой дисциплины "физическая культура" в высшем образовании // Ученые записки университета Лесгафта. 2022. № 6 (208). С. 14 – 21.

2. Мирошникова А.Н., Дамдинова Ю.В., Багинова А.Л., Лизандер О.А. Роль физической культуры в системе высшего образования // Теория и практика современной науки. 2019. № 4 С. 146 – 150.

3. Мунгалов А.Ю., Гавричкова К.В., Зотин. В.В. Физическая культура в системе высшего образования // Актуальные проблемы авиации и космонавтики. 2022. С. 1132 – 1133.

4. Поборончук Т.Н., Каримов Х.А., Горбачев А.С. Физическое воспитание и физическая культура в системе высшего образования // Актуальные проблемы авиации и космонавтики. 2022. Т. 3. С. 1137 – 1139.

5. Прибыток А. К. Физическая культура и спорт в системе высшего образования // StudNet. 2020. № 11. С. 1 – 7.

6. Сугробова Н.Ю. Обучение студентов педагогического вуза умению планировать и анализировать свою деятельность на практических занятиях // Живая психология. 2023. Т. 10. № 3 (43). С. 132 – 136.

References

1. Anistratova E.S., Efimov-Komarov V.Yu., Efimova-Komarova L.B., Dolotcev P.A. Modern interpretations of the basic discipline "physical education" in higher education. Scientific notes of Lesgaft University. 2022. No. 6 (208). P. 14 – 21.

2. Miroshnikova A.N., Damdinova Yu.V., Baginova A.L., Lizander O.A. The role of physical education in the system of higher education. Theory and practice of modern science. 2019. No. 4 P. 146 – 150.

3. Mungalov A.Yu., Gavrichkova K.V., Zotin. V.V. Physical education in the system of higher education. Actual problems of aviation and cosmonautics. 2022. P. 1132 – 1133.

4. Poboronchuk T.N., Karimov H.A., Gorbachev A.S. Physical education and physical culture in the system of higher education. Actual problems of aviation and cosmonautics. 2022. Vol. 3. P. 1137 – 1139.

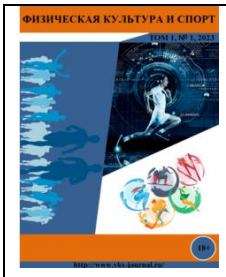
5. Pribytok A.K. Physical culture and sports in the system of higher education. StudNet. 2020. No. 11. P. 1 – 7.

6. Sugrobova N.Yu. Teaching students of a pedagogical university the ability to plan and analyze their activities in practical classes. Living Psychology. 2023. Vol. 10. No. 3 (43). P. 132 – 136.

Информация об авторе

Егорычева Э.В., кандидат педагогических наук, доцент, Московский государственный автономный политехнический университет

© Егорычева Э.В., 2024



Научно-исследовательский журнал «***Физическая культура и спорт / Physical Culture and Sport»***
https://vks-journal.ru
2024, Том 2, № 1 / 2024, Vol. 2, Iss. 1 https://vks-journal.ru/archives/category/publications
Научная статья / Original article
Шифр научной специальности: 5.8.4. Физическая культура и профессиональная физическая подготовка (педагогические науки)
УДК 796.011.3

[1] Егоров Д.Е., [1] Черепанова И.О.,
[1] Московский государственный автономный политехнический университет

Значимость преподавания теории и методики спорта в подготовке будущих тренеров

Аннотация: работа раскрывает роль и значение физической подготовки, а также теории и методики спорта при подготовке будущих тренеров. Автор подчеркивает необходимость сочетания теоретико- методологической и практической основы в становлении профессиональной компетентности тренера, а также значимости овладения методикой спортивной деятельности в контексте работы тренеров.

Теория и методика спорта изучаются в единстве и совокупности как неотъемлемые компоненты осуществления профессиональных тренерских функций. Именно поэтому в работе основное внимание уделяется одинаковой значимости как теории, так и практики спорта и физической культуры.

Ключевые слова: теория спорта, методика спорта, тренер, профессиональные функции, профессиональная компетентность, термины и определения, физическая активность, преподавание

Для цитирования: Егоров Д.Е., Черепанова И.О. Значимость преподавания теории и методики спорта в подготовке будущих тренеров // Физическая культура и спорт. 2024. Том 2. № 1. С. 11 – 17.

Поступила в редакцию: 15 ноября 2023 г.; Одобрена после рецензирования: 13 января 2024 г.; Принята к публикации: 28 марта 2024 г.

[1] Egorov D.E.,[1] Cherepanova I.O.,
[1] Moscow State Autonomous Polytechnic University

The importance of teaching the theory and methodology of sports in the training of future coaches

Abstract: the work reveals the role and importance of physical training, as well as the theory and methodology of sports in the preparation of future coaches. The author emphasizes the need to combine theoretical, methodolog-

ical and practical foundations in the formation of professional competence of a coach, as well as the importance of mastering the methodology of sports activities in the context of the work of coaches.

The theory and methodology of sports are studied in unity and totality as integral components of the implementation of professional coaching functions. That is why the work focuses on the equal importance of both the theory and practice of sports and physical education.

Keywords: sports theory, sports methodology, coach, professional functions, professional competence, terms and definitions, physical activity, teaching

For citation: Egorov D.E., Cherepanova I.O. The importance of teaching the theory and methodology of sports in the training of future coaches. Physical Culture and Sport. 2024. 2 (1). P. 11 – 17.

The article was submitted: November 15, 2023; Approved after reviewing: January 13, 2024; Accepted for publication: March 28, 2024.

Введение

Современная профессия тренера, отражая требования социума, возможности подготовки спортсменов и цели достижения определенных спортивных результатов, имеет свою специфику.

Тренеру необходимо не только владеть определенным видом спорта и обучать ему будущих спортсменов, но и обладать достаточно высоким воспитательным и образовательным потенциалом. Организуя работу с обучающимися различного возраста, уровня подготовки и образовательных запросов, тренер должен ориентироваться на те цели, которые он ставит вместе с будущими спортсменами, те победы и достижения, которые они хотят получить.

Именно поэтому первостепенное значение уделяется не просто образовательным и спортивным результатам, а методике их получения.

Методическая грамотность тренера включает знание особенностей не только спортивной деятельности, но и тех содержательных компонентов, которые характеризуют тренера как преподавателя. При этом важно понимать, что знания, информацию о спорте необходимо интегрировать с педагогической компетентностью, умением преподать необходимую информацию.

Материалы и методы исследований

Учитывая требования современных профессиональных стандартов, а также ФГОСов ВО, необходимо отметить, что компетентность включает в себя методический и методологический компоненты, компетенции, которые позволяют интегрировать науку и практику. Как отмечают Б.Ф. Вашляев, И.Р. Вашляева и пр. [1], спортивная деятельность создает особое профессиональное пространство, которое обеспечивает возможности самореализации как спортсменов, так и тренеров. Поэтому говоря о методической (теоретической) и практической подготовке тренеров, важно детально изучить ее особенности и определить ключевые моменты, на которые нужно обратить внимание. В контексте изучения вышеуказанных стандартов важно

подчеркнуть, что образовательный процесс в плане первичной подготовки будущих тренеров либо повышения квалификации уже работающих специалистов базируется на следующих концепциях:

-аксиологический подход. Основной акцент делает на принятии профессиональных ценностей и понимании того, что значимость спорта, преподавания спортивной деятельности играет ключевую роль в становлении тренера и как личности, и как специалиста;

- компетентностный подход отражает наличие комплекса компетенций, включающих знание теории и методики спортивной деятельности и специфику ее преподавания;

-деятельностный подход – это прежде всего практика. Апробация полученных знаний и навыков на тренировках, соревнованиях и регулярных занятиях с обучающимися позволяет выявлять эффективность тренерской работы.

Результаты и обсуждения

Современный тренер – это профессия, которая сочетает в себе педагогический, спортивный, общепознавательный компоненты, имеющие в своей основе личностные и коммуникативные качества студентов как будущих специалистов.

Знание методики физической культуры и спорта и практика ее реализации позволяет обеспечить тесное единство научных положений и деятельностных основ воплощения современных ФГОСов ВО в жизнь. Говоря о деятельностном подходе, важно понимать, что именно он позволяет учитывать специфику физической культуры и спорта и работу тренера, т.к. она связана непосредственно с двигательной активностью, проявлениями специфических свойств и качеств личности, которые необходимы в работе. Без сочетания теоретико- методологических знаний и практических навыков в области спорта невозможно говорить о построении эффективной преподавательской, тренерской деятельности.

Другим важным подходом, позволяющим интегрировать теорию и методику спорта, является аксиологический. Он призван подчеркнуть ценность спорта, показать значимость занятий физической культурой и важность когнитивного и эмоционального авторитета тренера, который обладает достаточными знаниями и в то же время способен вовлечь обучающихся в активную деятельность, заинтересовать спортивной деятельностью, соревновательными элементами.

Знание теории спорта, как подчеркивают Б.Б. Ибрагимов [3] и Е.Н. Лямзин [5] позволяет организовывать преподавательскую деятельность и вооружать будущих спортсменов необходимыми знаниями о различных терминах физической культуры, видах упражнений, возможности распределения физической нагрузки, а также измерении показателей здоровья (пульс, давление и пр.). Кроме специальных знаний в области теории спорта актуальны компетенции в смежных дисциплинах, таких как анатомия, физиология и иных науках, имеющих отношение к строению человека, изучению влияния нагрузок на организм и иных факторов, значимых для организации занятий физической культурой.

Теоретические знания тренера актуальны и в области психологии и педагогики, т.к. для эффективного обучения будущих спортсменов необходимо знать основы возрастной психологии, специфику организации образовательного процесса, а также особенности методики преподавания физической культуры. Однако,

как подчеркивает Б.Б. Ибрагимов, невозможно овладеть методикой, не зная методологии (основных концепций, теорий, точек зрения в контексте педагогического процесса и обучения физической культуре). Ценностный и деятельностный подходы, как основа современных ФГОСов ВО, способствуют актуализации тех знаний, которые имеются у тренера и позволяют осуществлять подготовку будущих спортсменов.

Ценность профессии тренера заключается именно в том, чтобы организовать пространство для обучающихся по развитию спортивных навыков и совершенствованию физической активности.

Теоретическая база, как отмечает Б.Б. Ибрагимов, должна расширяться и углубляться в контексте изменения ступеней обучения. Начальная, допрофессиональная подготовка подразумевает овладение будущими тренерами первичной терминологией и дальнейшее усложнение материала. Впоследствии профессиональные курсы повышения квалификации, переподготовки позволяют расширить теоретико- методологическую базу профессиональной компетентности будущего тренера и на этой основе формировать «методическую копилку», подбирать наиболее приемлемые и комфортные методики работы с будущими спортсменами.

Без теоретических знаний невозможно обойтись ни в одной профессии и тренер не является исключением. Концептуальные основы физической культуры, которые рассматриваются в трудах Б.Ф. Вашляева, И.Р., Вашляевой и Ф.Б. Вашляева, являются фундаментом для построения практической деятельности в сфере спортивной подготовки. Имея достаточный запас теоретических знаний, будущий тренер создает прочную методологическую основу для своей профессиональной деятельности.

Как подчеркивает вышеуказанный автор, и мы с ним в этом согласны, количество часов теоретической подготовки должно быть достаточным для того, чтобы будущий тренер свободно владел:

-методологическими основами физической культуры и спорта (основные виды, представители различных концепций, специфические термины и определения);

- психолого- педагогические основы спортивной деятельности, включающие особенности преподавания разных видов спорта, работу со всеми категориями спортсменов. Особое внимание уделяется физической и спортивной подготовке лиц с ОВЗ.Это актуализировано изменениями в ФЗ «Об образовании» и Федеральной программой «Доступная среда»;

- знаниями о методах и приемах разрешения проблемных, конфликтных ситуаций, работой с проигрышами и неудачами спортсменов;

- теоретическими основами организации и проведения сборов, соревнований.

Подобный список можно еще долго продолжать, однако, важно подчеркнуть, что в рамках современных ФГОСов ВО, соблюдая компетентностный подход, будущий тренер долен обладать рядом общекультурных, профессиональных компетенций, включающих знаниевые, теоретико- методологические категории.

Спортивная деятельность, по мнению Б. Ф. Вашляева, представляет собой специфический вид действий, поведения, поступков, которые имеют целью достижение спортивного результата в зависимости от направленности и вида спорта. Однако, интеграция базовых, традиционных и инновационных знаний в области преподавания теории спорта представляет собой обширное проблемное поле для исследования. В контексте данного процесса возникают противоречия в уровне компетентности преподавателей, которые готовят будущих тренеров и образовательными потребностями студентов.

Кроме того, С.Г. Сериков и О.А. Клестова [8] говорят о том, что формировать необходимо именно актуальные компетенции, которые отражают требования общества, содержание ФГОСов, а также специфические характеристики спортивной деятельности.

Данные компетенции, по мнению указанных авторов, включают:

-наличие профессиональных знаний и умений;

-аналитические компетенции и их интеграцию в практическую деятельность;

- организацию взаимодействия со студентами, реализацию принципов сотрудничества и деятельности, нацеленной на достижение определенных спортивных результатов;

- подбор оптимальных методов и способов тренировки будущих спортсменов в контексте индивидуальных и командных видов спорта.

А.З. Кулбахтина, упоминаемая в работе С.Г. Серикова актуализирует социальные функции тренерской деятельности в контексте формирования механизмов адаптации и выработки новых, интересных способов тренерства, адекватных образовательным потребностям и целям, поставленным тренером и будущими спортсменами для того, чтобы спроектировать индивидуальный образовательный и спортивный маршрут.

Для того, чтобы тренерская деятельность была эффективной, начальным этапом работы необходимо определить диагностику физического и психологического уровня спортсменов. Для того, чтобы ее результаты были максимально полными, тренер долен обладать компетенциями в области и теории, и методики спортивной деятельности, т.к. без понимания терминологии и того, какие цели возможно поставить перед спортсменом, невозможно говорить о достижении желаемого эффекта.

Профессиональный стандарт направления «тренер-преподаватель» предполагает сформированность понятий о том, какие знания, умения, навыки, компетенции в области спорта должны присутствовать у тренера и в каком контексте их необходимо включать в преподавательскую деятельность. Проанализировав работы отечественных авторов, мы составили таблицу, исходя из которой можно выявить возможности интеграции теории и методики спорта в подготовке будущих тренеров (табл. 1).

Таблица 1

Знания в теории и методике спорта, реализуемые в процессе подготовки будущих тренеров.

Table 1

Knowledge in the theory and methodology of sports, implemented in the process of training future coaches.

Компетенции	Теория спорта	Методика спорта
Общепрофессиональные компетенции	Знание основных терминов и определений в области физкультуры и спорта	Использование изученной терминологии при формировании индивидуального образовательного плана
Познавательные компетенции	Овладение теорией выполнения конкретных упражнений для построения программы индивидуальных нагрузок	Составление плана дифференцированных тренировок и определение уровня спортивных достижений

Продолжение таблицы 1

Continuation of Table 1

Общекультурные компетенции	Формирование представлений о критериях психофизиологической диагностики, возможных результатах спортивной деятельности	Способность анализировать полученные в ходе первоначальной диагностики данные о физическом развитии спортсмена

Выводы

Исходя из анализа данной таблицы, мы можем конкретизировать взаимосвязь теории и методики спорта при формировании различных видов компетенций, определенных профессиональным стандартом «Тренер-преподаватель».

Подводя итоги нашей работе, важно подчеркнуть, что и теория, и методика спорта находят свое применение в процессе подготовки будущих тренеров и достаточно важным является интеграция данных компонентов в образовательном процессе.

Список источников

1. Вашляев Б.Ф., Вашляева И.Р., Вашляев Ф.Б. О спортивной деятельности // Научные и образовательные основы в физической культуре и спорте. 2022. № 3. С. 13 – 17.

2. Волков А.В. Аксиологический подход к формированию профессиональных компетенций педагога по физической культуре и спорту на основе анализа учебной литературы // Мир науки. Педагогика и психология. 2020. № 3. С. 1 – 22.

3. Ибрагимов Б.Б. Сопоставительный анализ учебных планов курсов повышения квалификации тренеров по спорту // Fan-Sportga. 2019. № 2. С. 11 – 18.

4. Козин В.В., Гераськин А.А. Тактико-техническая подготовка молодых спортсменов с учетом ситуационной обусловленности деятельности // Здоровье человека, теория и методика физической культуры и спорта. 2017. № 4 (7). С. 53 – 61.

5. Лямзин Е.Н., Малолетов О.Л., Алисултанов А.Т. Сущность специальной физической подготовки // Проектирование. Опыт. Результат. 2023. № 1. С. 43 – 45.

6. Масленников П.Ю., Криличевский В.И. Исследование отношения к образовательному процессу в системе высшего образования будущих тренеров // Ученые записки университета Лесгафта. 2020. № 2 (180). С. 248 – 252.

7. Носов С.М., Шутова Т.Н., Носова А.В. Разработка курсов повышения квалификации тренеров спорта высших достижений на основе социологического исследования // Известия ТулГУ. Физическая культура. Спорт. 2020. № 5. С. 91 – 99.

8. Сериков С.Г., Клестова О.А. Содержательное обеспечение формирования актуальных компетенций будущих тренеров по компьютерному спорту в образовательном процессе вуза // Вестник ЮУрГУ. Серия: Образование. Педагогические науки. 2023. № 4. С. 38 – 51.

References

1. Vashlyaev B.F., Vashlyaeva I.R., Vashlyaev F.B. On sports activities. Scientific and educational foundations in physical education and sports. 2022. No. 3. P. 13 – 17.

2. Volkov A.V. Axiological approach to the formation of professional competencies of a teacher of physical education and sports based on the analysis of educational literature. The world of science. Pedagogy and psychology. 2020. No. 3. P. 1 – 22.

3. Ibragimov B.B. Comparative analysis of the curricula of advanced training courses for sports coaches. Fan-Sportga. 2019. No. 2. P. 11 – 18.

4. Kozin V.V., Geraskin A.A. Tactical and technical training of young athletes taking into account the situational determinacy of activities. Human health, theory and methods of physical education and sports. 2017. No. 4 (7). P. 53 – 61.

5. Lyamzin E.N., Maloletov O.L., Alisultanov A.T. The essence of special physical training. Design. Experience. Result. 2023. No. 1. P. 43 - 45.

6. Maslennikov P.Yu., Krilichevsky V.I. Study of attitudes towards the educational process in the system of higher education of future coaches. Scientific notes of Lesgaft University. 2020. No. 2 (180). P. 248 – 252.

7. Nosov S.M., Shutova T.N., Nosova A.V. Development of advanced training courses for high-performance sports coaches based on a sociological study. Izvestiya Tula State University. Physical Education. Sport. 2020. No. 5. P. 91 – 99.

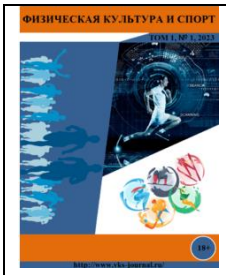
8. Serikov S.G., Klestova O.A. Substantive support for the formation of relevant competencies of future computer sports coaches in the educational process of the university. Bulletin of SUSU. Series: Education. Pedagogical Sciences. 2023. No. 4. P. 38 – 51.

Информация об авторах

Егоров Д.Е., кандидат педагогических наук, доцент, Московский государственный автономный политехнический университет

Черепанова И.О., кандидат педагогических наук, доцент, Московский государственный автономный политехнический университет

© Егоров Д.Е., Черепанова И.О., 2024



Научно-исследовательский журнал «***Физическая культура и спорт / Physical Culture and Sport»***
https://vks-journal.ru
2024, Том 2, № 1 / 2024, Vol. 2, Iss. 1 https://vks-journal.ru/archives/category/publications
Научная статья / Original article
Шифр научной специальности: 5.8.5. Теория и методика спорта(педагогические науки)
УДК 796.077.5

[1] Жован Г.Ф., [1] Кутергин Н.Б.,

[1] Белгородский государственный технологический университет им. В.Г. Шухова

Методические основы организации обучения базовым видам спорта

Аннотация: работа отражает содержание организации обучения тем вида спорта, которые являются базовыми составляют основу спортивной и физической подготовки. Автор изучает особенности формирования методических основ организации образовательного процесса для того, чтобы реализовать данный процесс максимально эффективно. Рассматривая концептуальные положения методологии подготовки мы приходим к пониманию методики как компонента практической реализации физической и спортивной подготовки студентов и поиску методов подбора оптимальных нагрузок и графиков тренировок.

Ключевые слова: базовые виды спорта, методические основы, организация образовательного процесса, спортивная подготовка, компетентность методика преподавания, учебно-методический комплекс

Для цитирования: Жован Г.Ф., Кутергин Н.Б. Методические основы организации обучения базовым видам спорта // Физическая культура и спорт. 2024. Том 2. № 1. С. 18 – 25.

Поступила в редакцию: 14 ноября 2024 г.; Одобрена после рецензирования: 16 января 2024 г.; Принята к публикации: 28 марта 2024 г.

[1] Zhovan G.F.,[1] Kutergin N.B.,

[1] Belgorod State Technological University named after V.G. Shukhov

Methodological foundations of the organization of training in basic sports

Abstract: the work reflects the content of the organization of training in those sports that are basic and form the basis of sports and physical training. The author studies the peculiarities of the formation of the methodological foundations of the organization of the educational process in order to implement this process as efficiently as possible. Considering the conceptual provisions of the training methodology, we come to understand the methodology

as a component of the practical implementation of physical and sports training of students and the search for methods for selecting optimal loads and training schedules.

Keywords: basic sports, methodological foundations, organization of the educational process, sports training, competence teaching methods, educational and methodical complex

For citation: Zhovan G.F., Kutergin N.B. Methodological foundations of the organization of training in basic sports. Physical Culture and Sport. 2024. 2 (1). P. 18 – 25.

The article was submitted: November 14, 2023; Approved after reviewing: January 16, 2023; Accepted for publication: March 28, 2023.

Введение

Современная преподавательская деятельность, в том числе, в области физической культуры и спорта, имеет свои особенности, которые обусловлены требованием общества к выпускникам как будущим специалистам. Кроме того, ФГОСы ВО также содержат положения об основах организации образовательного процесса, в том числе, его методического обеспечения.

Несмотря на то, что спорт и физическая культура являются прикладными направлениями, ориентированными в основном на деятельность, методика их преподавания очень важна, т.к. содержит ключевые моменты данных дисциплин. Специфика спортивного направления заключается в наличии базовых видов спорта, которыми рекомендуется овладеть всем студентам вне зависимости от направления подготовки.

Материалы и методы исследований

Базовые виды спорта, по мнению различных авторов, обладают рядом функций, которые приносят максимальную пользу для будущих специалистов, а именно:

-развитие координации движений, силы, ловкости и скорости;

-укрепление костно- мышечной системы и опорно- двигательного аппарата;

- совершенствование психических процессов (память, мышление, концентрация внимания);

-формирование умений работать в команде и принимать на себя социальную ответственность;

-развитие универсальных компетенций, в том числе, креативности, коммуникативности и когнитивных процессов.

Данные функции реализуются в следующих видах спорта: футбол, хоккей, теннис, плавание и пр., которые предполагают наличие основных навыков физической подготовки у человека и возможность их применения не столько в профессиональной спортивной, сколько в повседневной деятельности.

Исходя из этого, обучение базовым видам спорта актуально, востребовано и входит в учебные планы и программы и активно используется на различных направлениях подготовки. Учитывая то, что обучение базовым видам спорта является компонентом различных учебных дисциплин, в том числе, таких как «При-

кладная физическая культура», «Основы спортивной подготовки» и др., важно понимать, что его методическое обеспечение играет серьезную роль в обеспечении качества образовательного процесса.

Результаты и обсуждения

Именно поэтому максимально значимым является вопрос об изучении методических особенностей обучения студентов базовым видам спорта и пониманию того, насколько важна общефизическая и спортивная подготовка для обучения и профессиональной деятельности на различных направлениях, даже предполагая отсутствие отраслевой взаимосвязи со спортом и физической культурой.

Опираясь на деятельностный подход, необходимо говорить о возможности формирования интегративных учебно- методических комплексов, ориентированных на преподавание именно базовых видов спорта.

Базовые виды спорта включают комплекс необходимых умений и навыков для того, чтобы способствовать гармоничному развитию личности и воспитывать будущего специалиста, который умеет адекватно реагировать на различные сложные и проблемные ситуации.

Как отмечают Д.В. Губа, М.В. Зайнетдинов, А.В. Родин [2], именно в базовых видах спорта формируются универсальные компетенции и те необходимые умения, которые определены современными ФГОСами и ориентированы на становление будущего специалиста. Сформированность универсальных компетенций (коммуникативность, командная работа, развитие когнитивных процессов и пр.) является результатом усвоения учебного материала и понимания того, насколько занятия физической культурой и спортом важны в повседневной жизни.

Отдельные дисциплины «Теория и методика обучения базовым видам спорта», «Спортивные и подвижные игры» позволяют воздействовать на студентов комплексно, определяя ключевые моменты физической и психологической подготовленности. Данные учебные предметы позволяют осуществлять не только физическую подготовку, но и тренировать психическое здоровье, повышать уровень и качество знаний и навыков в данной области, активно применять изученные игры в быту. Кроме учебного, данные дисциплины имеют еще и рациональный аспект, вооружая обучающихся практическими навыками двигательной активности, организации спортивных игр, командной деятельности и прочих практических видов спорта.

Ю.В. Тихомиров и М.А Правдов [4] в своей работе актуализируют значимость преподавания базовых видов спорта и понимание того, что теннис, плавание, футбол, волейбол и иные виды спортивной деятельности являются основополагающими в физической подготовке и формировании здорового образа жизни личности. Теория и методика преподавания базовых видов предполагает интеграцию связанных компонентов спортивной деятельности, методики спорта, а также теоретических компонентов данной дисциплины, включающих знания о видах спорта, командных играх, индивидуальных занятиях, а также особенностях реализации данных видов спорта в жизнь. В своем исследовании указанные авторы опираются на В.К. Бальсевича и Л.И. Лубышеву, которые разработали методику спортизации и приобщения большей части молодежи и студентов к занятия спортом и освоению именно базовых видов.

Понятие «базового вида спорта» включает овладение первичными навыками и компетенциями, позволяющими в дальнейшем осуществлять успешную профессиональную деятельность. Данные исследователи разработали модель обучения базовым видам спорта, включающую теоретические и методические компоненты (рис. 1).



Рис. 1. Теоретические и методические компоненты в модели обучения базовым видам спорта.

Fig. 1. Theoretical and methodological components in the model of teaching basic sports.

Из данной таблицы видна взаимосвязь между содержательными (теоретическими) компонентами, которые отражают понятие мотивации, поступков, деятельности, а также осознания важности процесса обучения базовым видам спорта. В данном случае можно говорить о становлении метакогнитивных навыков, позволяющих осознать свой уровень физической подготовки, возможность участия в базовых видах спорта и включение их в повседневную деятельность.

Методика преподавания базовых видов спорта предполагает организацию самого образовательного процесса, те методы и технологии, которые ориентированы на выработку у студентов основных компонентов тех компетенций, которые будут необходимы при выполнении дальнейших обобщенных и узкоспециальных трудовых функций.

Именно поэтому знание теории базовых видов спорта является важнейшим инструментом для становления метапредметных знаний и компетенций и значимым компонентом закладывания основ здорового обра-

за жизни. Список базовых видов спорта утверждается Министерством спорта РФ и представляет основной перечень тех направлений, в отношении которых личности необходимо развиваться.

Л.И. Лубышева и Г.Ф. Толмачев [1] конкретизируют, что так называемая «спортизация» включает в себя формирование культуры спорта, включения его в систему личностных ценностей и принятие занятий спортом не только в качестве учебных дисциплин либо компонентов здорового образа жизни, но и в контексте становления нового мировоззрения, предполагающего активность, ценностное отношение к спорту, увлечение различными видами спортивной деятельности, укрепление физического и психического здоровья.

Говоря о теории и методике преподавания спорта, необходимо помнить, что эти два компонента взаимосвязаны и являются ключевыми в организации образовательного процесса. Понимание и эмоциональное принятие занятий теннисом, плаванием, гимнастикой возможно лишь при формировании устойчивой мотивации и осознания значимости данных дисциплин в жизни человека. При этом студенту необходимо понимать, что любой из этих видов спорта оказывает благотворное влияние на организм, способствует укреплению физического и психического здоровья и позволяет в дальнейшем проектировать эффективную профессиональную деятельность.

Подходя к методике преподавания вышеуказанных видов спорта, важно отметить, что большинство способов и приемов должны быть интерактивными, с включением преподавателя в спортивную деятельность для того, чтобы личным примером демонстрировать значимость спортивных мероприятий и достижений. В ходе реализации данной методики у студентов формируется понимание победы, успеха, активизируется соревновательный компонент в сознании и ощущение причастности к той общности, которая вовлечена в данную спортивную деятельность. Тем самым наряду с личностными качествам происходит формирование референтной группы для спортсмена, осознание его места в этом профессиональном либо учебном сообществе.

Кроме того, в контексте базовых игровых видов спорта, как подчеркивают Д.В. Губа, М.В. Зайнетдинов, А.В. Родин, оптимизируется усвоение учебного материала таких дисциплин как общая физическая подготовка и физическая культура, что наиболее актуально в контексте реализации прикладного компонента: обучения студентов занятиям данными видами спорта. Занятия в бассейне, на теннисном корте, на волейбольной площадке не только развивают, они вооружают знаниями о стратегии и тактике победы, включают множество нюансов, которые важны для становления специалиста.

По мнению Т.В. Зайчиковой повышению качества физического образования необходимо уделять внимание на всех направлениях подготовки, не исключая специальности, которые не связаны с физической активностью. Данный автор предлагает целый комплекс компетенций, которые формируются в результате обучения базовым видам спорта и говорит об эффективности методики преподавания, основанной на интеграции теории и практики (табл. 1).

Таблица 1

Комплекс компетенций, которые развиваются в ходе овладения базовыми видами спорта [4].

Table 1

A set of competencies that are developed during the mastery of basic sports [4].

Компетенции	Характеристика
Общекультурными компетенциями (ОК):	владением культурой мышления, способностью к обобщению, анализу, восприятию информации, постановке цели и выбору путей её достижения (ОК-1)
	готовностью использовать методы физического воспитания и самовоспитания для повышения адаптационных резервов организма и укрепления здоровья (ОК-5)
	готовностью к взаимодействию с коллегами, к работе в коллективе (ОК-7)
	готовностью использовать основные методы, способы и средства получения, хранения, переработки информации, готовностью работать с компьютером как средством управления информацией (ОК-8)
	готовностью использовать нормативные правовые документы в своей деятельности (ОК-13)
Профессиональные компетенциями (ПК)	осознанием социальной значимости своей будущей профессии, обладанием мотивацией к осуществлению профессиональной деятельности (ОПК-1)
	владением основами речевой профессиональной культуры (ОПК-3)
	способностью нести ответственность за результаты своей профессиональной деятельности (ОПК-4)
В области педагогической деятельности (ПК)	способностью решать задачи воспитания и духовно-нравственного развития личности обучающихся (ПК-2)
	готовностью применять современные методики и технологии, методы диагностирования достижений обучающихся для обеспечения качества учебно-воспитательного процесса (ПК-3)
	способностью организовывать сотрудничество обучающихся, поддерживать активность и инициативность, самостоятельность обучающихся, их творческие способности» (ПК-7)
	готовностью к обеспечению охраны жизни и здоровья обучающихся в учебно-воспитательном процессе и внеурочной деятельности (ПК- 8)
В области культурно-просветительской деятельности (ПК)	способностью выявлять и использовать возможности региональной культурной образовательной среды для организации культурно-просветительской деятельности (ПК-10)
В области научно-исследовательской деятельности (ПК)	готовностью использовать систематизированные теоретические и практические знания для определения и решения исследовательских задач в области образования (IIК-11)

Данная таблица нам показывает, что задействованы практически все универсальные компетенции, которые необходимо формировать в образовательном процессе высшей школы, и практическая направленность данной деятельности очевидна.

Однако этот, и другие авторы [2], говорят о том, что практику, в том числе деятельность в базовых видах спорта, невозможно реализовывать без становления теоретических основ данной науки. Именно поэтому разработчикам учебных курсов на федеральном уровне показалось целесообразным разделение спортивных и физических дисциплин на два блока:

-теоретический, в котором происходит знакомство с основами физической культуры, мотивация студентов к занятиям базовыми видами спорта, изучение стратегии и тактики игры и спортивной деятельности;

-прикладной, отражающий апробацию полученных знаний, предполагающий непосредственно занятия спортом и выбор приоритетных интересов и направлений.

Выводы

Таким образом, подытоживая наше исследование, необходимо отметить, что базовые виды спорта рекомендуются к освоению студентами всех направлений и положительно сказываются на физическом и психическом здоровье. Для того, чтобы мотивация занятия ими была стабильной и тактика спортивной деятельности – правильной, необходимо говорить об интеграции теории и методики в едином предмете, определенном учебным планом обязательным для изучения.

Список источников

1. Бардамов Г.Б., Тагангаева Н.А., Толмачев Г.Ф. Развитие силовых качеств в процессе физического воспитания // Ученые записки университета Лесгафта. 2022. № 12 (214). С. 52 – 57.

2. Губа Д.В., Зайнетдинов М.В., Родин А.В., Плешаков А.А., Антипов А.В. Оценка сформированности компетенций в базовых игровых видах спорта при изучении студентами программного материала // ТиПФК. 2022. № 3. С. 107 – 109.

3. Зайнетдинов М.В., Берулава К.М. Организационно-методические аспекты преподавания базовых спортивных дисциплин в вузе физкультурного профиля // ТиПФК. 2023. № 1. С. 106.

4. Тихомиров Ю.В., Правдов М.А. Модель формирования профессиональной компетентности у будущих учителей физической культуры на основе совершенствования методики преподавания базовых и новых видов физкультурно-спортивной деятельности // Russian Journal of Education and Psychology. 2015. № 3 (47). С. 164 – 172.

References

1. Bardamov G.B., Tagangaeva N.A., Tolmachev G.F. Development of strength qualities in the process of physical education. Scientific notes of Lesgaft University. 2022. No. 12 (214). P. 52 – 57.

2. Guba D.V., Zainetdinov M.V., Rodin A.V., Pleshakov A.A., Antipov A.V. Evaluation of the formation of competencies in basic game sports when students study program material. TiPFK. 2022. No. 3. P. 107 – 109.

3. Zainetdinov M.V., Berulava K.M. Organizational and methodological aspects of teaching basic sports disciplines at a university with a physical education profile. TiPFK. 2023. No. 1. P. 106.

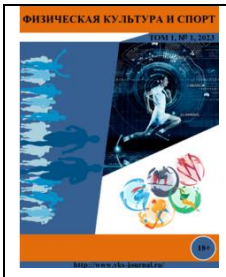
4. Tikhomirov Yu.V., Pravdov M.A. Model of formation of professional competence of future physical education teachers based on improvement of methods of teaching basic and new types of physical education and sports activities. Russian Journal of Education and Psychology. 2015. No. 3 (47). P. 164 – 172.

Информация об авторах

Жован Г.Ф., кандидат педагогических наук, доцент, Белгородский государственный технологический университет им. В.Г. Шухова

Кутергин Н.Б., кандидат педагогических наук, профессор, Заслуженный мастер спорта России, Отличник физической культуры и спорта РФ, Белгородский государственный технологический университет им. В.Г. Шухова

© Жован Г.Ф., Кутергин Н.Б., 2024



Научно-исследовательский журнал «***Физическая культура и спорт / Physical Culture and Sport»***
https://vks-journal.ru
2024, Том 2, № 1 / 2024, Vol. 2, Iss. 1 https://vks-journal.ru/archives/category/publications
Научная статья / Original article
Шифр научной специальности: 5.8.6. Оздоровительная и адаптивная физическая культура (педагогические науки)
УДК 796.011.3

[1] Бондарь Е.А., [2] Макарова Э.В.,
[1] Белгородский государственный технологический университет им. В.Г. Шухова,
[2] Московский государственный автономный политехнический университет

Адаптивная физическая культура в современном образовательном пространстве

Аннотация: данная работа ориентирована на выявление роли и значимости адаптивной физкультуры в образовательном процессе и актуализацию включения элементов адаптивной физической культуры в образовательное пространство вне зависимости от ступени и направления образования.

Кроме того, автор изучает содержание и компоненты адаптивной физкультуры не только как учебной дисциплины, но и как инструмента социализации участников образовательного процесса с особыми потребностями и ограничениями здоровья. Также этот вид физической культуры характеризуется с точки зрения технологии повышения уровня физического здоровья и психического благополучия.

Ключевые слова: адаптивная физическая культура, образовательный процесс, лица с ОВЗ, важность упражнений, здоровый образ жизни, образовательное пространство, значимость физической активности

Для цитирования: Бондарь Е.А., Макарова Э.В. Адаптивная физическая культура в современном образовательном пространстве // Физическая культура и спорт. 2024. Том 2. № 1. С. 26 – 33.

Поступила в редакцию: 22 ноября 2023 г.; Одобрена после рецензирования: 20 января 2024 г.; Принята к публикации: 28 марта 2024 г.

[1] *Bondar E.A.*, [2] *Makarova E.V.*,
[1] *Belgorod State Technological University named after V.G. Shukhov,*
[2] *Moscow State Autonomous Polytechnic University*

Adaptive physical education in the modern educational space

Abstract: this work is focused on identifying the role and importance of adaptive physical education in the educational process and updating the inclusion of elements of adaptive physical education in the educational space, regardless of the stage and direction of education.

In addition, the author studies the content and components of adaptive physical education not only as an academic discipline, but also as a tool for the socialization of participants in the educational process with special needs and health limitations. Also, this type of physical education is characterized in terms of technology to increase the level of physical health and mental well-being.

Keywords: adaptive physical education, educational process, people with disabilities, the importance of exercise, healthy lifestyle, educational space, the importance of physical activity

For citation: Bondar E.A., Makarova E.V. Adaptive physical education in the modern educational space. Physical Culture and Sport. 2024. 2 (1). P. 26 – 33.

The article was submitted: November 22, 2023; Approved after reviewing: January 20, 2024; Accepted for publication: March 28, 2024.

Введение

Вопросы интеграции адаптивной физической культуры в образовательное пространство не являются новыми, однако, актуализировались только в последнее время. Это обусловлено последними изменениями, внесенными в ФЗ «Об образовании», а также появлением различных федеральных программ и проектов, посвященных адаптации и социализации лиц с ОВЗ («Доступная среда», «Активное долголетие» и пр.).

Именно это обусловило появление в образовательных учреждениях обучающихся с особыми образовательными потребностями, а также программ и дисциплин, ориентированных на удовлетворение указанных специфических интересов. в соответствии с этим актуализировалась необходимость разработки особого инструментария, способствующего формированию механизмов физической и психологической социализации подобных обучающихся. Одним из таких инструментов возможно назвать интеграцию в образовательный процесс адаптивной физической культуры. Цель данного вида физкультуры улучшить физические функции, улучшить общее состояние здоровья и способствовать социальной интеграции. Реализация адаптивной физической культуры в школе имеет высокую актуальность, так как способствует инклюзии детей с ограниченными возможностями и формированию у них навыков физической активности, здоровья и социальной интеграции.

Материалы и методы исследований

Функции адаптивной физической культуры отражают основные направления социализации, развития и обучения лиц, которые включены в процесс физической культуры и спорта, повышают способности к обеспечению физической безопасности и психологического здоровья обучающихся с ОВЗ. Количество подобных учащихся и студентов, как отмечают К.Р. Грибакина и И.В. Тюрина, с каждым годом увеличивается, дифференцируются диагнозы и конечно же, подходы, которые должны реализовываться в каждом конкретном случае, тоже совершенно различны. Адаптивную физическую культуру возможно назвать уникальным инструментом, который способен воздействовать на физическое и психическое здоровье человека и повысить его уровень.

В качестве основных функций указанные авторы выделяют:

- вооружение лиц с ОВЗ специальными знаниями относительно правильного выполнения физических упражнений, формирования двигательных навыков, восстановления утраченных способностей;

- воздействие на сознание лиц с ОВЗ в контексте формирования ЗОЖ как духовной ценности и активизации физической активности. Также здесь важным является психолого-педагогическое сопровождение личностного и физического развития, укрепление мотивации занятий физической культурой;

- коррекционно-развивающая функция заключается в активизации дополнительных физических и психологических ресурсов лица с ОВЗ, составление индивидуального плана реабилитации и формирования физических навыков.

Исследуя содержательные аспекты интеграции адаптивной физической культуры в образование, указанные авторы говорят о том, что именно эта педагогическая технология позволяет не переводить обучающихся на дистанционное, домашнее обучение, а максимально реализовывать учебные и воспитательные функции в образовательном процессе. Причем, данные функции, как мы подчеркивали выше, связаны с активизацией физической активности и общим развитием обучающихся.

Результаты и обсуждения

Включение подобного вида физической культуры во внеурочную, внеаудиторную деятельность, создание специальных адаптивных курсов позволяет сохранить полноценную жизнедеятельность лиц с ОВЗ, в том числе, в рамках реализации федеральной программы «Доступная среда». Это, в свою очередь, обеспечивает социализацию данных лиц, более успешное их обучение и профессиональную деятельность.

Адаптивная физическая культура это сложный социально- педагогический и спортивный феномен, который включает три компонента:

- медицина позволяет учитывать не только степень ограничения, диагноз, но и физический потенциал лица с ОВЗ, разработать программу занятий в соответствии с его уровнем;

- коррекционная педагогика отражает особенности психолого-педагогического сопровождения подобных обучающихся, разработку индивидуального плана реабилитации и актуализацию работы с дефектологом, логопедом, инструктором и реабилитологом;

- физическая культура включает в себя комплекс упражнений, ориентированный на развитие общефизических навыков, развитие компенсаторных функций организма, отдельных органов, систем и частей тела и способствует физическому оздоровлению.

Исходя из этого, нами выделены основные субъекты реализации адаптивной физической культуры и их функции (табл. 1).

Таблица 1

Субъекты образовательного процесса в контексте реализации адаптивной физической культуры [1, 4].

Table 1

Subjects of the educational process in the context of the implementation of adaptive physical education [1, 4].

Субъект	функции
Инструктор АФК	Осуществление непосредственного процесса работы по физической культуре
Социальный педагог	Организация работы с обучающимся, его семьей и ближайшим окружением
Реабилитолог	Разработка индивидуального плана реабилитации и координирование его исполнения
Психолог	Психологическое сопровождение, работа с тревожностью, страхами
Медицинский работник	Осуществление контроля за состоянием здоровья лица с ОВЗ, разработка рекомендаций по сопровождению процесса занятий физкультурой

Проанализировав данную таблицу, можно сделать вывод о том, что адаптивная физическая культура – это не просто дисциплина, позволяющая активизировать физический потенциал обучающегося, но и мощный педагогический инструмент воздействия на его здоровье и психику. Именно поэтому адаптивная физкультура (АФК) включена в комплекс наиболее важных, базовых направлений работы с лицами, имеющими ОВЗ. С.П. Евсеев, которого упоминает в своей работе С.О. Никитин [1], подчеркивает, что АФК – это отдельный подход, включающий комплекс коммуникативных, спортивно-оздоровительных мероприятий, направленный на формирование механизмов социализации и адаптации лиц с ОВЗ в обществе.

Подводя итоги нашего исследования, необходимо отметить серьёзность изучаемой тематики и актуальность различных ее аспектов. Адаптивная физическая культура рассматривается не только как особая дисциплина, но и как инструмент социализации тех обучающихся, которые не могут самостоятельно приобрести навыки коммуникации, активизировать двигательную активность. Именно потому физическая активность является одним из наиболее эффективных средств становления жизненно необходимых умений, в особенности в контексте адаптивного компонента.

Адаптивная физическая культура является специфическим видом спортивно-оздоровительной деятельности, которая отражает особенности адаптационного процесса в контексте обучения и воспитания вне за-

висимости от возрастной категории обучающихся. В особенности это касается тех ситуаций, когда учащиеся, студенты имеют физические ограничения и особенности развития, позволяющие включать их в маломобильные категории населения. Исходя из этого, необходимо определить те принципы интеграции адаптивной физической культуры, которые помогут сделать процесс социализации более эффективным:

- распределение нагрузки в соответствии с образовательным и физическим уровнем обучающихся с учетом проектируемых образовательных результатов и возможности достижения поставленных целей;

- разработка индивидуального плана реабилитации для каждого обучающегося, имеющего образовательные потребности и конкретизация участия всех субъектов образовательного процесса в подготовке и реализации адаптивной физической культуры;

- сочетание общих и специальных упражнений, которые позволяют не только оптимизировать нагрузку на каждого обучающегося, но и активизировать психологические ресурсы (мотивацию, способности, целеустремленность) для того, чтобы адаптация прошла более успешно.

Мы предполагаем, что реализация данных принципов позволит систематизировать и корректировать по ходу содержательные моменты и выявлять риски и проблемы на ранней стадии их возникновения. Специфика работы с лицами, имеющими различные ограничения по здоровью, обуславливает необходимость разработки особой методики физической подготовки, которая учитывает не только основные характеристики диагноза, но и возможности обучающихся, а также тот «пороговый уровень» достижений, на который они ориентированы.

М.Р. Попова, Р.В. Стрельников, Б.А. Мхце [2] утверждают, что для лиц с ОВЗ необходимо организовать специальное образовательное пространство, которое обеспечивает условия развития и обучения подобных обучающихся. то пространство должно быть комфортно для обучающихся, педагога (тренера, инструктора) и обеспечить реализацию учебных задач, удовлетворение образовательных потребностей.

Данное пространство состоит из множества компонентов, каждый из которых имеет свое предназначение. В ФЗ № 329 «О физической культуре и спорте в Российской Федерации» конкретизированы основные направления физической подготовки, в том числе, организация работы с обучающимися специальных групп, тех, которые освобождены от физической культуры, а также студентов, имеющих статус ограничений возможности жизнедеятельности. Учитывая особые физические и образовательные потребности, последняя группа нуждается в усиленной социальной защите и особой организации образовательного процесса, физической и спортивной подготовки.

Адаптивная физическая культура, как отмечает М.Р. Попова, представляет собой одну из разновидностей прикладной физической культуры с элементами теории. Лица, вовлеченные в процесс адаптации, должны обладать определенными теоретическими знаниями и методическими основами реализации этого направления. Компонент «адаптации» отражает целевой функционал этого вида физической культура, включая в себя элементы коммуникации, социализации и формирования универсальных и общепрофессиональных компетенций.

Специальные педагогические условия, как отмечает вышеуказанный автор, обеспечивают полноценное развитие обучающихся специальной медицинской группы и остальных лиц, имеющих статус ОВЗ. При этом данные условия реализуются в контексте:

-определенной насыщенности учебным материалом, содержательными характеристиками занятий;

- дифференцированным подходом к занятиям и тренировкам, обеспечению комфортности работы на занятиях;

- трансформируемости (применения принципов общей физической подготовки к адаптивной физической культуре);

- вариативности и полифункциональности, позволяющих реализовывать методы адаптивной физической культуры в отношении обучающихся, имеющих разные диагнозы и ограничения жизнедеятельности.

Выводы

Данные компоненты обеспечивают реализацию адаптивной физической культуры вне зависимости от возраста обучающихся и категории учебного заведения, т.к. в соответствии с изменениями в Законе об образовании, достаточно много категорий обучающихся могут воспользоваться правом на образование, соблюдая принципы инклюзивности и доступности. Именно в этом контексте необходимо не только проводить занятия по адаптивной физической культуре, но и организовывать обучение педагогов, которые будут задействованы в данном процессе.

Несмотря на то, что этот предмет относится к категории физической культуры, преподаватель (тренер, инструктор) должен обладать психолого- педагогическими, методическими и общепрофессиональными компетенциями и навыками оказания первоначальной помощи. Поэтому целесообразно говорить о специальных курсах, семинарах, различных мероприятиях, которые позволят повысить общий уровень компетентности педагога и, соответственно, качество занятий по адаптивной физической культуре.

Обучающиеся при этом не только укрепляют здоровье и повышают мобильность суставов, костно- мышечной и сердечно-сосудистой системы, но и совершенствуют коммуникативные навыки, приобретают знания о здоровом образе жизни.

Исходя из вышесказанного, адаптивная физическая культура должна рассматриваться как образовательный феномен, который ориентирован на взаимодействие педагога и обучающегося и имеет множество результатов физического и психолого- педагогического развития. Именно поэтому важно определить основные направления совершенствования содержания адаптивной физической культуры для организации работы с различными категориями лиц с ОВЗ. Это позволит обеспечить получение полноценного образования и реализовать все условия, отражающие доступность и эффективность современной образовательной среды.

Список источников

1. Никитин С.О., Попович А.А., Гладкова Т.В., Погибельный В.В., Чеусов С.А. Организация занятий физической культурой и спортом лиц с ограниченными возможностями здоровья и инвалидов в волгоградском государственном университете // Ученые записки университета Лесгафта. 2022. № 11 (213). С. 406 – 413.

2. Попова М.Р., Стрельников Р.В., Мхце Б.А. Педагогические условия построения процесса физического воспитания студентов специальной медицинской группы в адаптивной безопасной развивающей образовательной среде вуза // МНКО. 2021. № 4 (89). С. 222 – 225.

3. Скукин Н.К. Исследование перспектив инклюзивного образования и адаптивной физической культуры // Материалы Всероссийской научно-практической конференции «Наука и социум». 2018. № 8. С. 33 – 36.

4. Эльгайтаров А.А., Енокаева С.С., Батчаева К.Х.д., Петьков В.А. Принципы проектирования и условия реализации образовательных технологий в адаптивной физической культуре студентов вузов // Ученые записки университета Лесгафта. 2019. № 10 (176). С. 386 – 389.

5. Эйдельман Л.Н., Фокин А.М., Яцковец А.С. Педагогическое сопровождение инклюзивного образовательного процесса с применением дистанционных образовательных технологий // Ученые записки университета Лесгафта. 2022. № 10 (212). С. 507 – 511.

References

1. Nikitin S.O., Popovich A.A., Gladkova T.V., Pogibelny V.V., Cheusov S.A. Organization of physical education and sports classes for persons with disabilities and disabled people at Volgograd State University. Scientific Notes of Lesgaft University. 2022. No. 11 (213). P. 406 – 413.

2. Popova M.R., Strelnikov R.V., Mkhtse B.A. Pedagogical conditions for building the process of physical education of students of a special medical group in an adaptive safe developing educational environment of the university. MNKO. 2021. No. 4 (89). P. 222 – 225.

3. Skukin N.K. Study of the prospects of inclusive education and adaptive physical education. Proceedings of the All-Russian scientific and practical conference "Science and Society". 2018. No. 8. P. 33 – 36.

4. Elgaytarov A.A., Enokaeva S.S., Batchaeva K.Kh.d., Petkov V.A. Design principles and conditions for the implementation of educational technologies in adaptive physical education of university students. Scientific Notes of Lesgaft University. 2019. No. 10 (176). P. 386 – 389.

5. Eidelman L.N., Fokin A.M., Yatskovets A.S. Pedagogical support of the inclusive educational process using distance educational technologies. Scientific Notes of Lesgaft University. 2022. No. 10 (212). P. 507 – 511.

Информация об авторах

Бондарь Е.А., кандидат педагогических наук, доцент, Белгородский государственный технологический университет им. В.Г. Шухова

Макарова Э.В., доктор педагогических наук, доцент, Московский государственный автономный политехнический университет

© Бондарь Е.А., Макарова Э.В., 2024