

УДК 796.01

ИННОВАЦИОННЫЕ ФОРМЫ И МЕТОДЫ СОВРЕМЕННОГО ФИЗИЧЕСКОГО ВОСПИТАНИЯ

Фирсин С.А.

ФГБОУ ВПО «Московский государственный университет путей сообщения», Москва,
e-mail: firsinsa@yandex.ru

Проведен анализ современной системы физического воспитания, поиск новых идей и подходов к его организации. В статье предпринята попытка критически проанализировать всю эту работу. На основе анализа отечественных и зарубежных публикаций выявлены основные концептуальные подходы к модернизации теории физического воспитания. Обосновывается положение о наличии кризисной ситуации в разработке новой теории этого воспитания и детально анализируются основные показатели этой ситуации. Особое внимание автор уделяет изложению тех методологических принципов и положений, на основе которых должна разрабатываться новая теория физического воспитания.

Ключевые слова: физическое воспитание, воспитание здоровья, двигательное воспитание, спортивное воспитание

INNOVATIVE CONTEMPORARY FORMS AND METHODS OF PHYSICAL EDUCATION

Firsin S.A.

FGBOU VPO «Moscow State University of Railway Transport», Moscow, e-mail: firsinsa@yandex.ru

The analysis of the modern system of physical education, the search for new ideas and approaches to its organization. The article attempts to critically analyze all the work. Based on the analysis of domestic and foreign publications identified the main conceptual approaches to modernization theory of physical education. Position about a crisis in the development of a new theory of education and analyzed in detail the main indicators of this situation. Particular attention is paid to the presentation of the methodological principles and regulations on the basis of which should be developed a new theory of physical education.

Keywords: physical education, health education, motor training, sports training

За последние десятилетия в нашей стране и за рубежом все чаще наблюдается критика современного физического воспитания, особенно его организации и результатов в учебных заведениях. Высказывается мнение о том, что «многие школьные программы физвоспитания во всем мире находятся в глубоком кризисе» и даже говорится о «всемирном кризисе физического воспитания в школах» и других учебных заведениях [1].

Необходимость пересмотра подходов к физическому воспитанию, выстроить их как комплексную, эффективную и современную систему, было высказано президентом России В.В. Путиным 13 марта 2013 года в центре образования «Самбо-70».

Данная ситуация выдвигает на повестку дня проблему модернизации современной системы физического воспитания и теории этого воспитания.

Основная цель исследования – провести анализ современной системы физического воспитания отечественных и зарубежных публикаций, выявить основные концептуальные подходы к модернизации теории физического воспитания поиск новых идей и подходов к его организации.

За последний период за рубежом появилось много концепций и разнообразных подходов к физическому воспитанию.

Но в этих материалах затрагиваются лишь отдельные аспекты, направления современного физического воспитания и, как правило, применительно к тем или иным группам населения (например, к школьникам или студентам) или странам. Отсутствует общая теоретическая оценка предлагаемых концепций, не выявляется их соответствие основным принципам и положениям современной логики и методологии науки. Все это затрудняет полноценную оценку современного состояния разработки новой теории физического воспитания.

Результаты исследования и их обсуждение. Роланд Науль и Кристиан Рихтер выделяют три концепции физического воспитания, которые, по их мнению, являются приоритетными не только для педагогов их страны, но также для Финляндии, Голландии и Англии:

- 1) «воспитание здоровья» («Gesundheitserziehung»);
- 2) «двигательное воспитание» («Bewegungserziehung»);
- 3) «спортивное воспитание» («Sporterziehung») [2].

Такой подход к теории физического воспитания и ее практической реализации характерен и для США. Иллюстрацией может служить разработанная в последние годы американскими учеными и практика-

ми образовательная система под названием «Превосходная физическая подготовка» («Physical Best») – программа всесторонней физической подготовки в процессе физического воспитания, призванная помочь воспитуемым сформировать умения, знания, интересы, поведение, ориентирующие на физически активный, здоровый образ жизни [3].

В последнее время, как в европейских странах, так и в США, большую популярность приобретает концептуальный подход к физическому воспитанию, предусматривающий широкое использование фитнес-технологий, методов, методик. В последнее время ориентация физического воспитания на фитнес приобретает все большее число сторонников. Предпринимаются активные попытки внедрения соответствующих фитнес-программ и технологий в систему физического воспитания, в том числе в школах, вузах и других учебных заведениях [3, 4].

Слово «фитнес» (от англ. «to be fit for» быть пригодным к чему-либо, бодрым, здоровым) в переводе с английского означает «годность, пригодность». Данный термин был введен в США для обозначения физической пригодности. Иногда его понимают и в более узком физическом плане – как эффективность сердечной деятельности и легких, способность суставов двигаться свободно, хорошо развитую мускулатуру, силу, гибкость, аэробную выносливость, отсутствие лишнего веса.

Однако смысловое значение слова «фитнес» постепенно эволюционировало: от «физического здоровья человека, выражающегося в его годности к физической работе» к стремлению к оптимальному качеству жизни, включающему социальный, психический, духовный и физический компоненты [3, 4].

Согласно определению, одобренному Всемирной организацией здравоохранения, фитнес (fitness) – способность решать повседневные задачи, энергично и проворно, не утомляясь, активно проводить свое свободное время и спокойно переносить неприятности. В «Оксфордском энциклопедическом словаре по спорту и спортивной медицине» (1994), переведенном на многие языки мира, термин «фитнес» (“fitness”) обозначает не только хорошую физическую кондицию, но и интеллектуальное, эмоциональное, социальное и духовное начала [4].

В реализации этого направления физического воспитания важное значение придается разработке новых тренажеров и других технических средств воздействия на тело человека, автоматизированным системам управления и т.д.

В физическом воспитании учащихся образовательных учреждений применяется комплекс и других форм двигательной активности, видов спорта, игр – аэробика, танцы, гимнастика, бадминтон, теннис, пинг-понг, катание на коньках и скейт-бордах, стрельба из лука, боулинг, плавание, борьба, йога, различные командные игры.

По мнению многих специалистов, организация педагогической деятельности на принципах лично-ориентированной, лично-развивающей педагогики определяет повышение внимания к «эстетическому направлению» физического воспитания, ориентации физкультурно-спортивной активности на решение эстетических задач, воспитание эстетической культуры и культуры движений личности.

Для реализации такого подхода разработаны и внедряются в практику организации физического воспитания эстетически ориентированные технологии, формы, методы, методики:

- артпедагогики, художественного (выразительного) движения (метод Л.Н. Алексеевой), пластико-ритмической, анти-стрессовой пластической, художественной гимнастики, танцевально-ритмической гимнастики, сюжетно-ролевой ритмической гимнастики, «ритмо-двигательной оздоровительной физической культуры» и т.д.;
- танцевально-игровых упражнений;
- эвритмических упражнений;
- системе упражнений “body ballet”;
- организации работы театра физического воспитания, спорта, движений, пантомимы и т.п.;
- развития пластики, ритмичности и других эстетических способностей;
- «спонтанного танца»;
- эстетотерапии.

Многие исследователи, ориентированные на модернизацию системы физического воспитания, подчеркивают необходимость «игровой рационализации» этой педагогической деятельности, широкого использования игровых форм организации физкультурно-спортивной деятельности и таких простейших из этих форм, как подвижные игры.

Отмечается особенно важное значение народных и национальных подвижных игр, видов спорта. Они повышают интерес к физкультурно-спортивной деятельности, а также содействуют духовно-нравственному, в том числе патриотическому воспитанию.

Для внедрения в практику физического воспитания предлагаются и другие виды подвижных игр: сюжетные игры, импровизационно-творческие подвижные игры,

рефлексивно-метафорические двигательные игры, игры на основе «интеграции интеллектуального и двигательного компонентов» и т.д. [2, 3, 4]

Разработчики программы развития российской игровой культуры «Наш Олимп», направленной на возрождение незаслуженно забытых и создание новых обучающих, интеллектуально и физически развивающих отечественных игр предлагают комплекс таких игр, которые условно разделены на четыре самостоятельные группы:

– настольно-спортивные игры (малые спорт формы, VCA)

– динамические игры с мячом на площадках и воде;

– интеллектуальные игры – логические и за шахматной доской;

– психолого-коррекционные игры.

К их числу относятся, например, спортивно-динамические игры (синплей – командная игра со специальными ракетками, легким «прыгучим» мячиком и треугольными воротами; футболей – командная игра на волейбольной площадке волейбольным мячом с элементами футбола и волейбола; оздоровительно-развлекательные тренажеры ситак, которые позволяют оживить для детей компьютерные игры, добавив к ним в увлекательной форме физические нагрузки) и такие интеллектуальные игры, как современные динамичные «королевские» шахматы (кингчесс), «московские» и «президентские» шашки [3, 4].

Д.Д. Вишневский и С.В. Якимович предлагают использовать «социоориентированные игры–тренировки» [5, 6].

Д.Д. Вишневский, под этими играми понимает специфическую форму организации жизни и деятельности детей и подростков в условиях спортивно-оздоровительного центра, имеющую следующие признаки, интегрирующие признаки, как игры, так и тренировки:

– систематическое и целенаправленное моделирование определенных жизненных ситуаций, с которыми воспитанник сталкивается в реальной жизни или может столкнуться в будущем;

– обязательное принятие условий (правил, образа жизни коллектива);

– обязательное моделирование определенных отношений и видов коллективной и индивидуальной деятельности, направленных на достижение конкретного, ценностного для всех участников результата;

– направленность на создание ситуаций успеха, переживания удовлетворения, как от процесса деятельности, так и от планируемого или достигнутого результата;

– создание посильных трудностей (барьеров) и установка на их преодоление за

счет мобилизации физических и эмоционально-волевых усилий;

– систематическая эмоциональная нагрузка в результате смены деятельности;

– направленность на совершенствование умений и навыков конструктивного межличностного взаимодействия;

– совершенствование физических и личностных качеств путем системы специальных упражнений [5].

Д.Д. Вишневский выделяет следующие группы игр–тренировок:

1) игры–тренировки спортивной направленности: акробатические и гимнастические упражнения, спортивная борьба, рукопашный бой, силовая гимнастика и пр.;

2) подвижные игры;

3) интеллектуальные игры–тренировки;

4) координационные игры–тренировки;

5) коммуникативные игры–тренировки;

6) игры – тренировки психо-мышечной релаксации и концентрации;

7) игры-развлечения;

8) социально-тренировочные игры;

9) игры – драматизации и концерты;

10) игры – походы в природном окружении.

Таким образом, анализ основных концептуальных подходов отечественных и зарубежных исследователей к современному физическому воспитанию показывает, что в целом проделана значительная работа по определению важных направлений, целевых установок, «руководящих идей», инновационных форм и методов новой теории физического воспитания.

Авторы инновационных подходов и программ отталкиваются от общеизвестной концепции физического воспитания, согласно которой физическое воспитание – это обучение движениям (двигательным действиям) и воспитание физических качеств.

В противовес этой концепции, как правило, выдвигается (в том числе в официальных документах) положение о том, что главной целью физического воспитания должно быть формирование физической культуры личности. Однако конкретизируется данное положение по-разному. Во-первых, крайне неопределенно истолковывается само понятие «физическая культура личности». Во-вторых, в предлагаемых новациях из всего многообразия различных аспектов этого сложного социокультурного явления на первый план выдвигается тот или иной его аспект, те или иные цели, которым придается статус «главной, руководящей идеи». Однако, как признает большинство ученых и практических специалистов, современная система физического воспитания является недостаточно эффективной [4].

В.И. Столяров отметил наиболее популярные подходы к решению данной проблемы.

1. Особенно широко представлен подход, когда приоритет отдается оздоровительной направленности физического воспитания. В связи с этим предлагается для внедрения в практику множество конкретных валеологических, ориентированных на здоровье, технологий – «здоровьесбережения», «здоровьестроительства», «здоровьесформирования», «здоровьесамосохранения» и т.п.

Некоторые сторонники оздоровительной направленности физического воспитания делают акцент на формировании не просто здоровья, а здорового образа (стиля) жизни. В последние годы все более популярной становятся программы формирования культуры здоровья.

2. Популярным является подход, согласно которому приоритетной должна быть образовательная направленность физического воспитания. Обосновывается положение о том, что в физическом воспитании в первую очередь необходимо повышение уровня физкультурной образованности учащихся – формирование у них комплекса соответствующих знаний, интересов потребностей и т.д.

3. В последние годы широкое распространение получает такое понимание физического воспитания, которое опирается на «культурологический подход» к трактовке воспитания как процесса введения человека в мир культуры, освоения культурных ценностей. В соответствии с этим физическое воспитание понимается как деятельность по использованию разнообразных средств (физических упражнений, гигиенических средств и т.д.) для формирования тела человека (его телосложения, двигательных способностей, тех или иных компонентов здоровья) в соответствии с принятыми в обществе культурными образцами и идеалами.

4. Многие специалисты основную цель физического воспитания усматривают в ином – в приобщении учащихся к физкультурной двигательной деятельности, к занятиям физическими упражнениями на основе формирования у них знаний о пользе этих занятий, о их позитивном влиянии на организм человека и т.д., что содействует мотивации на данную деятельность.

5. Другой подход, особенно активно пропагандируемый в последние годы в нашей стране, подчеркивает важное значение спортивной деятельности (особенно спортивной тренировки) в физическом воспитании и потому делает акцент на спортивной ориентации этой педагогической деятель-

ности, приобщение обучаемых к спорту, к ценностям спортивной культуры. Наиболее ярко этот подход представлен в концепции так называемой «спортизации» физического воспитания, предусматривающей вместо уроков физкультуры (аналогичных занятий в вузе) вовлечение всех учащихся в активные и регулярные занятия спортом.

Некоторые ученые и педагоги при таком подходе к физическому воспитанию важное значение придают олимпийскому образованию.

6. В научных публикациях широкое распространение имеет и такой подход, согласно которому физическое воспитание понимается не как приобщение учащихся к физкультурной или спортивной деятельности, а как воспитание (физическое, эстетическое, нравственное, экологическое и т.д.) посредством физкультуры и спорта. В зарубежных публикациях физическое воспитание в этом плане часто кратко характеризуется как «воспитание посредством физического».

7. За рубежом в течение длительного времени главной идеей теории физического воспитания была идея образования. Однако, начиная с конца 60-х–начале 70-х годов, наряду со сторонниками этой идеи предлагаются и другие подходы.

В поиске средств решения этой задачи следует учитывать, что особенно важную роль в целенаправленном формировании, коррекции, изменении в нужном направлении физических, психических, социокультурных качеств и способностей, а также поведения детей, подростков, молодежи может и должно играть физическое воспитание.

Заключение

Таким образом, отечественными и зарубежными исследователями проделана огромная работа не только по критике, но также по выявлению важных направлений, «руководящих идей», инновационных форм и методов современного физического воспитания. Однако, несмотря на определенные достижения правомерно говорить не только о наличии некоторых нерешенных проблем, но в определенном смысле даже о кризисной ситуации в разработке фундаментальных концептуальных оснований современного физического воспитания. Показателями этой ситуации являются: нередко допускаемое сведение системы физического воспитания к отдельным направлениям, целям, задачам, формам и методам или произвольное признание лишь некоторых из них; различная содержательная интерпретация даже основных и исходных понятий теории

физического воспитания (таких, например, как «физическое воспитание», «физическая культура», «физкультурная деятельность» и др.) и соответствующая многозначность используемых терминов; нарушение даже элементарных логических правил при введении понятий; допускаемое на основе этой неопределенности и неоднозначности понятийного аппарата смешение различных концепций физического воспитания и т.д.

В этой ситуации вряд ли можно рассчитывать и на создание полноценных, эффективных прикладных проектов, программ, технологий этой педагогической деятельности применительно к тем или иным половозрастным группам населения, в тех или иных учебных заведениях, в учебное или внеучебное время и т.д.

Поэтому необходима преодолеть односторонний подход к пониманию его целей, задач, форм и методов, предложить системную характеристику этой педагогической деятельности, учитывающую все позитивное в изложенных выше и других новациях.

Список литературы

1. Столяров В.И., Фирсин С.А., Баринов С.Ю. Содержание и структура физкультурно-спортивного воспитания детей и молодежи (теоретический анализ). – Саратов: ООО Издательский центр «Наука», 2012. – 268 с.
2. Столяров В.И. Исходные положения общей теории комплексного физического воспитания // Материалы Всероссийской научно-практической конференции «Основные направления развития олимпийского и паралимпийского движения, спортивного резерва и массовой физической культуры в рамках празднования 80-летия ФГБУ СПбНИИФК» – Изд. СПбНИИФК – СПб., 2013. – С. 58-66.
3. Столяров В.И. Состояние и методологические основы разработки новой теории физического воспитания – Саратов: ООО Издательский центр «Наука», 2013. – 204 с.
4. Столяров В.И. Фундаментальные теоретические основы современной системы комплексного физического воспитания // Физическая культура: воспитание, образование, тренировка. – 2013. – № 2. – С. 2–6.
5. Вишневецкий Д.Д. Социально ориентированная игра-тренировка как средство развития социальной активности школьников-подростков в условиях спортивно-оздоровительного центра: Автореф. ... канд. пед. наук. – Красноярск, 1999. – 23 с.
6. Якимович С.В. (2003). Физическое воспитание школьников во внеурочное время на основе социально ориентирующих игр: Дис. ... канд. пед. наук. – Волгоград, 2003. – 141 с.