

#

**ПОВЫШЕНИЕ УРОВНЯ
НАУЧНО-МЕТОДИЧЕСКОГО ОБЕСПЕЧЕНИЯ
ОРГАНИЗАЦИИ ЗАНЯТИЙ
ФИЗИЧЕСКОЙ КУЛЬТУРОЙ И СПОРТОМ
И ИНТЕРЕСА К НИМ**

Методические рекомендации

Москва — 2012

**МИНИСТЕРСТВО ОБРАЗОВАНИЯ И НАУКИ РОССИЙСКОЙ ФЕДЕРАЦИИ
ФЕДЕРАЛЬНОЕ ГОСУДАРСТВЕННОЕ БЮДЖЕТНОЕ НАУЧНОЕ УЧРЕЖДЕНИЕ
«ЦЕНТР ИССЛЕДОВАНИЯ ПРОБЛЕМ ВОСПИТАНИЯ,
ФОРМИРОВАНИЯ ЗДОРОВОГО ОБРАЗА ЖИЗНИ,
ПРОФИЛАКТИКИ НАРКОМАНИИ,
СОЦИАЛЬНО-ПЕДАГОГИЧЕСКОЙ ПОДДЕРЖКИ ДЕТЕЙ И МОЛОДЕЖИ»**

Методические рекомендации

**Повышение уровня научно-методического обеспечения
организации занятий физической культурой и спортом
и интереса к ним**

Москва — 2012

УДК 796.011.3
ББК 75.4
С 38

С38 Сиягина Н.Ю., Сиягин Ю.В., Зайцева Н.В., Богачева Т.Ю., Артамонова Е.Г., Барышева А.Н. Повышение уровня научно-методического обеспечения организации занятий физической культурой и спортом и интереса к ним. Методические рекомендации /Под общ. ред. Сиягиной Н.Ю., Н.В. Зайцевой. — М., 2012. — 51 с.

ISBN 978-5-905430-01-5

Настоящие рекомендации подготовлены в рамках реализации проекта «Анализ степени удовлетворенности обучающихся в образовательных учреждениях уровнем организации занятий физической культурой и спортом и научно-методическое обоснование повышения уровня организации занятий и интереса к ним» федеральной целевой программы «Развитие физической культуры и спорта в Российской Федерации на 2006–2015 годы», выполненного по заказу Минобрнауки России.

Рекомендации направлены на решение проблемы повышения уровня научно-методического обеспечения организации занятий физической культурой и спортом и интереса к ним.

В рекомендациях изложен психолого-педагогический взгляд на проблему, проведен анализ степени удовлетворенности обучающихся в образовательных учреждениях занятиями физической культурой и спортом, обоснованы пути повышения уровня организации занятий физической культурой и спортом и развития интереса к ним.

Материалы рекомендаций представляют обобщенный взгляд авторов на проблему.

Рекомендации могут быть полезны преподавателям физической культуры, педагогам, психологам, социальным работникам, специалистам системы дополнительного образования и специалистам управления образованием.

ISBN 978-5-905430-01-5

УДК 796.011.3
ББК 75.4

© Министерство образования и науки Российской Федерации, 2012
© ФГБНУ «ЦПВиСППДМ», 2012
© Сиягина Н.Ю., Сиягин Ю.В., Зайцева Н.В.,
Богачева Т.Ю., Артамонова Е.Г., Барышева А.Н., 2012

Оглавление

Введение	5
Раздел 1. Анализ степени удовлетворенности обучающихся в образовательных учреждениях уровнем организации занятий физической культурой и спортом.....	6
Раздел 2. Обобщенная характеристика современного учителя физической культуры, его деятельности и уровня ее научно-методической обеспеченности	20
Раздел 3. Рекомендации по повышению уровня научно-методического обеспечения организации занятий физической культурой и спортом и интереса к ним.....	29
Заключение	35
Список литературы и других использованных источников.....	36
Приложение 1	38
Приложение 2	41
Приложение 3	48
Приложение 4	50

ВВЕДЕНИЕ

Здоровье причисляется к числу важнейших личных приоритетов человека, при этом до настоящего времени у детей и молодежи не сформирована внутренняя готовность к его сохранению и укреплению, к систематическим занятиям физической культурой и спортом.

Исследования свидетельствуют об ухудшении здоровья населения, в том числе и детского в России¹: только 10% детей приходят в школу абсолютно здоровыми. Среди неуспевающих в учении детей 85–90% отстают не из-за лени или недоразвитости, а вследствие плохого состояния здоровья. По статистике, каждый четвертый больничный лист выдается по уходу за больным ребенком. Современные дети в большинстве своем испытывают «двигательный дефицит», гиподинамию, поскольку и в школе, и дома большую часть времени проводят в статичном положении (за столом, у телевизора, за компьютером и т.д.). Это влечет за собой нарушение осанки, искривление позвоночника, плоскостопие, задержку возрастного развития быстроты, ловкости, координации движения, выносливости, гибкости и силы. Гиподинамия вызывает развитие обменных нарушений и поэтому 30–40% современных российских детей имеют избыточный вес. У таких детей чаще регистрируются травмы, в 3–5 раз выше заболеваемость ОРВИ.

Общая тенденция снижения уровня здоровья отражается и в данных о его состоянии у юношей призывного возраста: более 30% из них не могут быть призванными в армию². За последние 12 лет, количество граждан, годных к военной службе, сократилось почти на треть (с 92,7% до 67%). Более 40% призывников не могут выполнить самые низкие нормативы по физической подготовке. Увеличилось количество граждан, освобожденных от призыва на военную службу, в связи с диагностированием у них алкоголизма и наркомании.

У современных школьников отсутствуют сформированность ценности здоровья, готовность к активному образу жизни: по самым позитивным подсчетам, утренней гимнастикой или оздоровительным бегом регулярно занимаются лишь 7–8%, совершают оздоровительные прогулки при хорошей погоде по выходным дням еще столько же. Остальные 85% даже при высоком рейтинге ценности здоровья в сознании, в реальной жизни не ведут здоровый образ жизни³.

Важную роль в формировании и укреплении здоровья обучающихся могут сыграть *учителя физической культуры*. Но и здесь имеются значительные проблемы: те учителя, которые увлечены спортивной работой с детьми, имеют хорошие результаты этой работы, сами имеющие хорошее здоровье — недо-

¹ Чертюк Т.Я., МакароваЗ.С., М.Н. Белова М.Н., Капустян Б.Н. и др. , 2010 г.

² Богачева Т.Ю. Здоровье в системе жизненных ценностей современного специалиста.- Дисс. на соискание ученой степени канд.псих.н. - РАГС при Президенте РФ, 2010 г.

³ Там же.

вольны условиями и оплатой своего труда и хотели бы заниматься такой работой вне школы 23,4%. Почти 36% опрошенных преподавателей физической культуры сами не совсем здоровы. 14,7% — не любят свою работу и отбывают урочные часы как наказание.

Учителя осознают фактор негативного влияния уровня собственного здоровья на педагогический процесс: до 2% респондентов проявляют себя агрессивно; 21,7% испытывают апатию, желание уйти от действительности; такое же количество учителей подвержены эмоциональным взрывам; для 41,3% педагогов характерно раздражение. Почти 90% учителей физической культуры отмечают, что «не хотят работать из-за постоянно возникающих затруднений в ходе их профессиональной деятельности».

Вышесказанное **актуализирует** выделенную проблему и необходимость настоящих методических рекомендаций, направленных на ее психолого-педагогический анализ, изучение степени удовлетворенности обучающихся в образовательных учреждениях занятиями физической культурой и спортом и обоснование путей повышения уровня организации занятий физической культурой и спортом и развития интереса к ним.

Базовыми понятиями в решении проблемы являются «здоровый образ жизни» и «ценность здоровья». В рамках настоящих рекомендаций обосновывается основополагающая роль комплексного психолого-акмеологического подхода в повышении эффективности их формирования путем освоения приоритетных ценностей, связанных не только с сохранением жизни и укреплением здоровья, но и с переводом этого процесса в разряд самоорганизующихся.

Вышесказанное обусловило логику изложения материала в настоящих методических рекомендациях.

РАЗДЕЛ 1.

АНАЛИЗ СТЕПЕНИ УДОВЛЕТВОРЕННОСТИ ОБУЧАЮЩИХСЯ В ОБРАЗОВАТЕЛЬНЫХ УЧРЕЖДЕНИЯХ УРОВНЕМ ОРГАНИЗАЦИИ ЗАНЯТИЙ ФИЗИЧЕСКОЙ КУЛЬТУРОЙ И СПОРТОМ

Физическая культура в образовательном учреждении сегодня представлена как учебная дисциплина и важный базовый компонент формирования целостного развития личности учащегося. Она призвана обеспечивать необходимый уровень развития жизненно важных двигательных навыков и физических качеств, способствовать гармонизации телесного и духовного единства личности, формированию у них таких общечеловеческих ценностей, как здоровье, творческая активность и др.

Урок физической культуры является основной формой физического воспитания в школе. В настоящее время для многих учащихся урок физической культуры является одной из основных (и зачастую единственной) форм двигательной активности, что связано со слабой вовлеченностью детей и подростков в спортивные секции, клубы по интересам и внеклассные мероприятия, низкой

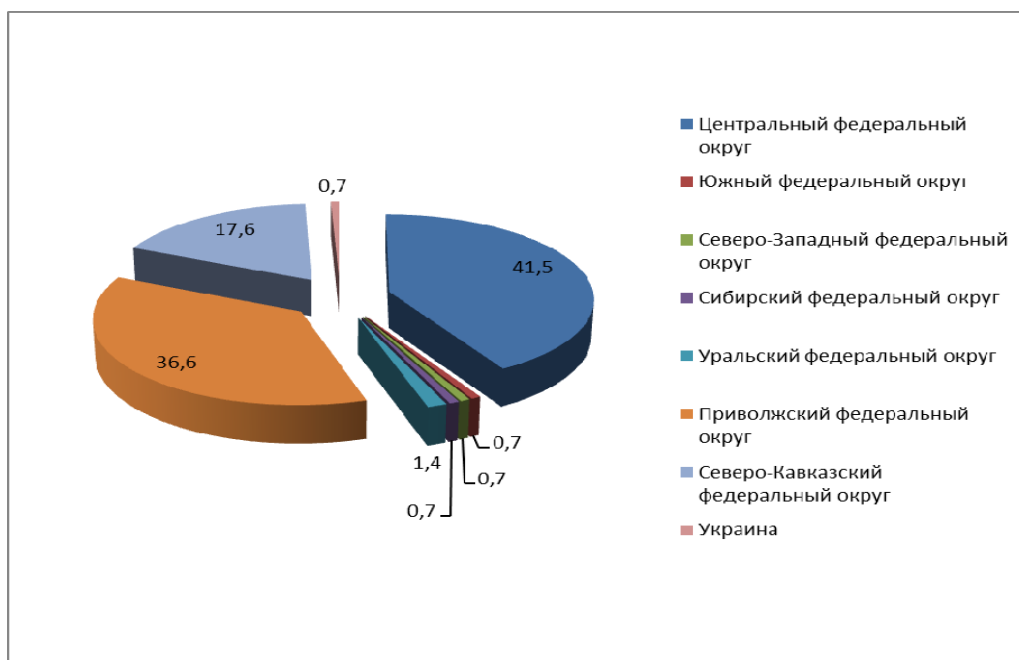
посещаемостью учащимися спортивных и оздоровительных мероприятий вне школы, отсутствием должного внимания со стороны родителей к привлечению детей к самостоятельным занятиям физическими упражнениями, организации активного досуга ребенка в семье.

Тем не менее, даже определенные рамками учебного времени уроки физической культуры не являются для современных школьников желанными и любимыми. Этим и обусловлено проведение исследования по изучению степени удовлетворенности обучающихся в образовательных учреждениях уровнем организации занятий физической культурой и спортом⁴.

В исследовании приняли участие представители регионов 7-ми федеральных округов России различных возрастных групп: от 8 до 26 лет, в том числе 43% юношей и 57% девушек (Рисунок 1-2). Такое распределение по регионам, полу и возрасту обеспечивает репрезентативность выборки.

Проведенный опрос позволил выявить серию парциальных⁵ показателей оценки степени удовлетворенности обучающихся в образовательных учреждениях уровнем организации занятий физической культурой и спортом (по 100 балльной шкале).

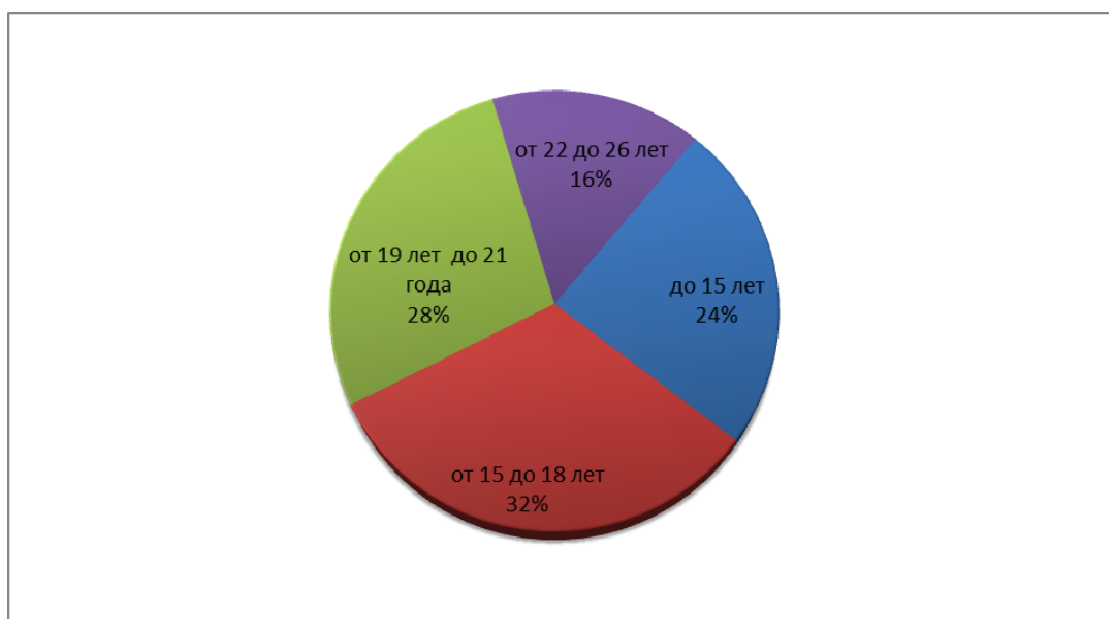
Рисунок 1. Представленность статистических данных по федеральным округам России и зарубежья (в процентах).



⁴ Далее приведены данные исследования, проведенного в 2012 году среди 1420 обучающихся в образовательных учреждениях 15-ти регионов России. Один опросный лист поступил из Украины (Днепропетровская область). Опросные листы представили: Республика Башкортостан; Республика Татарстан; Ставропольский край; Краснодарский край; Астраханская область; Вологодская область; Курганская область; Московская область; Самарская область; Саратовская область; Тульская область; Ульяновская область; Челябинская область; Ярославская область; город Москва.

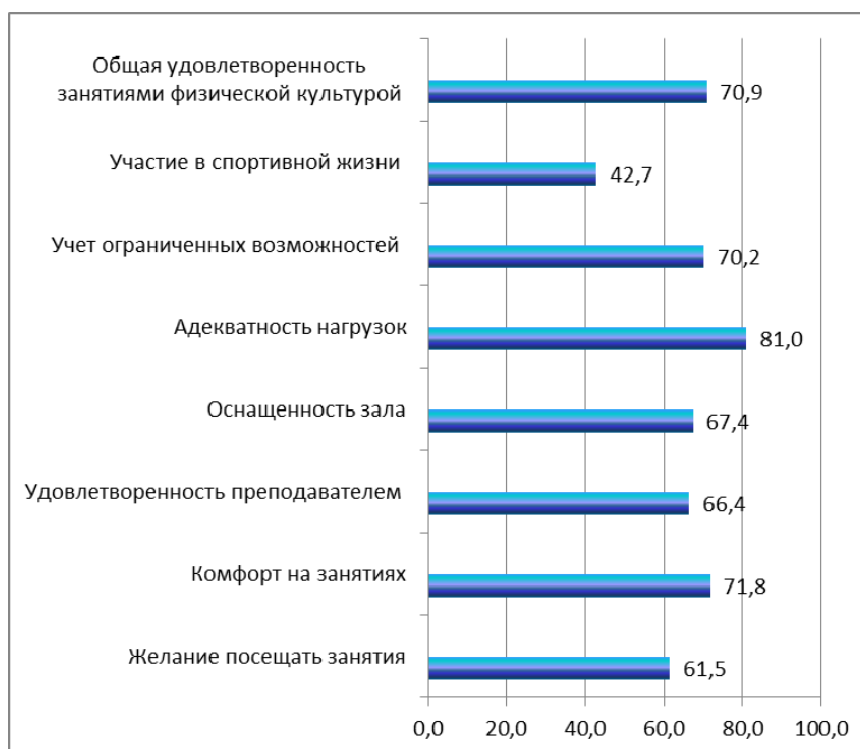
⁵ Парциальный (лат. partialis – частичный) – частичный, ограниченный, не являющийся генерализованным.

Рисунок 2. Распределение участников исследования по возрастным группам (в процентах к общему числу опрошенных).



Как видно из Рисунка 3, опрошенные демонстрируют достаточно высокий уровень общей удовлетворенности занятиями физической культурой и спортом — 70,9 балла из ста максимальных. Вместе с тем, активное участие в спортивной жизни — показатель, имеющий наименьшие значения — 42,7 баллов из 100 возможных, явно невысок.

Рисунок 3. Интегральный и парциальные показатели удовлетворенности занятиями физической культурой и спортом (по 100 балльной шкале).



Все остальные показатели находятся на уровне от 60 до 70, что позволяет говорить о достаточно высоком уровне удовлетворенности.

Более детальный анализ по возрастным группам, по полу и по регионам показал отсутствие ярко выраженных различий. Обнаружилось, что **юноши значительно более удовлетворены занятиями физической культурой и спортом, чем девушки — 77,8 против 65,4.**

Это различие выступает статистически значимым и может свидетельствовать о недостаточном учете гендерного фактора в организации занятий физической культурой и спортом в образовательных учреждениях.

При этом обнаружилось, что **опрошенные юноши значительно выше, чем девушки оценивают и собственное состояние здоровья — 83,3 и 76,5 баллов по столбальной шкале, соответственно.**

Анализ различий общего индекса удовлетворенности по возрастным группам показывает, что наибольших значений он достигает в самой младшей и самой старшей группах из числа опрошенных (таблица 1).

Таблица 1. Индекс общей удовлетворенности занятиями физической культурой и спортом в различных возрастных группах опрошенных (по 100 балльной шкале).

до 15 лет	75,5
от 15 до 18 лет	68,9
от 19 лет до 21 года	65,0
от 22 до 26 лет	78,8

Наименьшие показатели удовлетворенности занятиями физической культурой и спортом оказались в возрастной группе от 19-ти лет до 21 года.

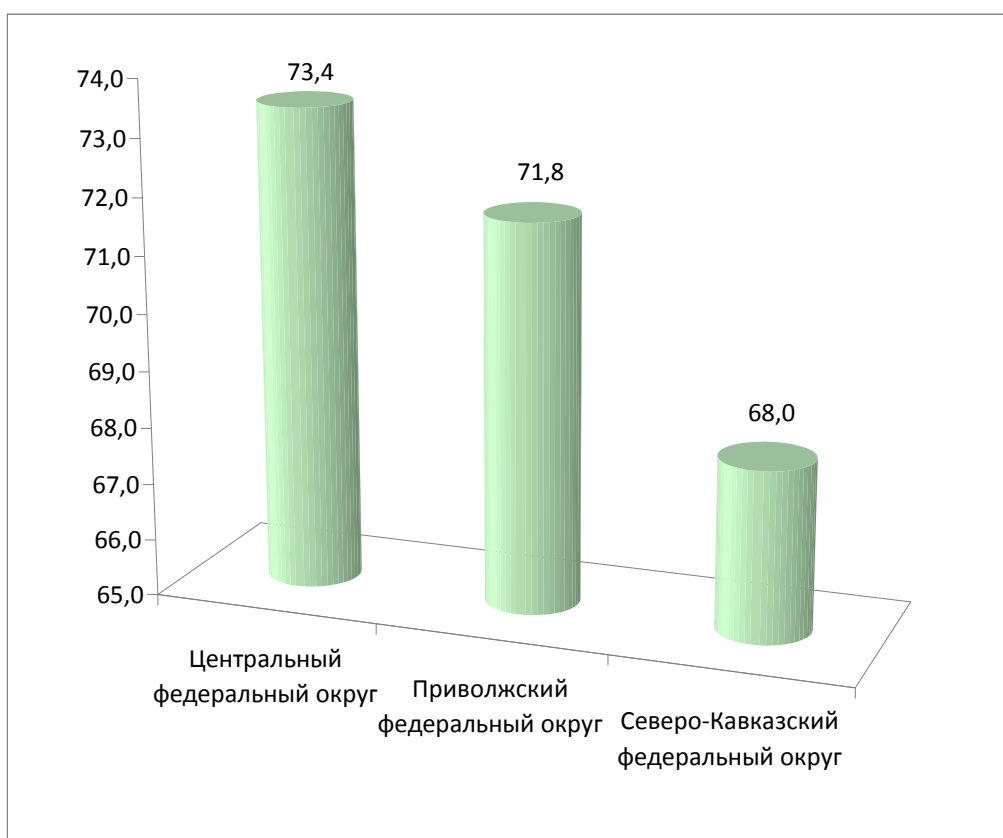
Что касается региональных отличий, то они также не носят ярко выраженного характера.

Вместе с тем из рисунка 5 видно, что наименьшую удовлетворенность демонстрируют представители Северо-Кавказского федерального округа, а наивысшие показатели характерны для Центрального федерального округа. Весьма интересно, при этом, что именно жители этого федерального округа выше всего оценивают **уровень собственного здоровья — 86 баллов** по столбальной шкале.

Представители же Центрального и Приволжского федеральных округов оценивают его несколько ниже: 78,3 и 77,9 баллов, соответственно⁶.

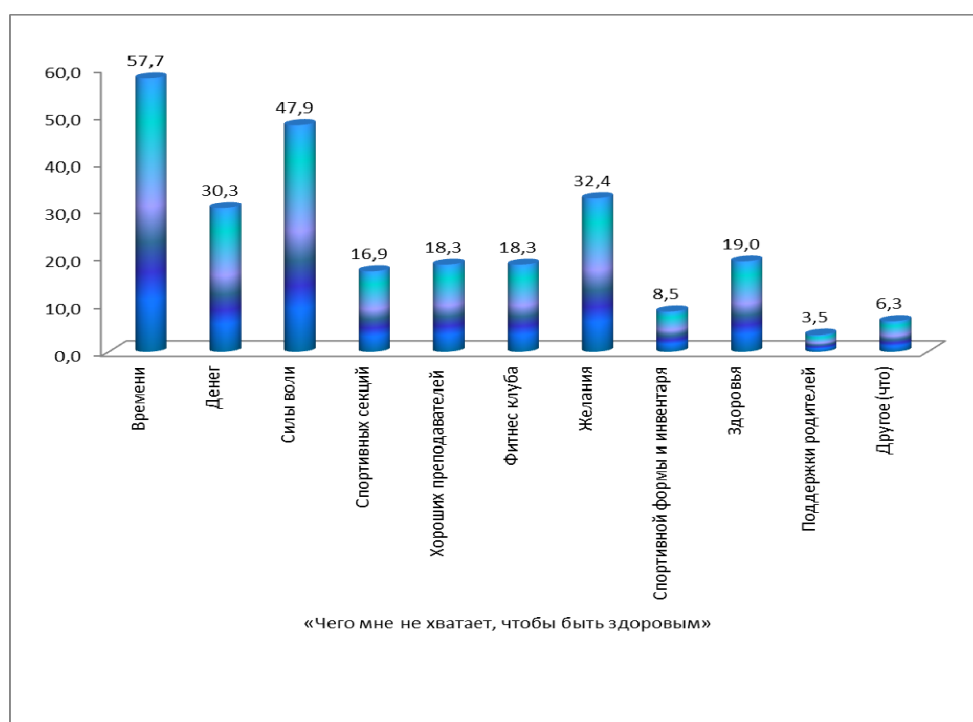
⁶ С полными данными проведенного исследования можно ознакомиться в ФГБНУ «Центр исследования проблем воспитания, формирования здорового образа жизни, профилактики наркомании, социально-педагогической поддержки детей и молодежи». Контактный телефон 8-499-973-55-86.

Рисунок 4. Индекс общей удовлетворенности занятиями физической культурой и спортом в различных регионах РФ (по 100 балльной шкале).



Интересные данные были получены при ответе на вопрос о том, чего не хватает опрошенным, чтобы быть здоровыми (рисунок 5).

Рисунок 5. Распределение ответов на вопрос «Чего мне не хватает, чтобы быть здоровым» по всей выборке в процентах).



Как видно из рисунка 5, на первом месте стоит отсутствие времени, на втором — недостаток силы воли и на третьем — мотивации.

То есть на первый план респонденты ставят, прежде всего, субъективный фактор. Такие объективные факторы как недостаток спортивных секций, отсутствие квалифицированных тренеров получили минимальные баллы. Более того, даже финансовый фактор оказывается на этом фоне не столь значимым.

Весьма важно, что различное влияние объективных факторов наблюдается по гендерному признаку. Так, если отсутствие фитнес клубов в качестве фактора мешающего сохранению здоровья отмечают только 5% юношей, то среди девушек его отмечают 27%. Наблюдается различие и по такому фактору, как поддержка родителей. Среди юношей ее отмечают 1,7%, а у девушек эта цифра составляет 5%.

Интересен сопоставительный анализ влияния факторов, препятствующих сохранению здоровья по федеральным округам России (таблица 2).

Таблица 2. Распределение ответов на вопрос «Чего мне не хватает, чтобы быть здоровым» по федеральным округам России (в процентах).

	Центральный ФО	Приволжский ФО	Северо- Кавказский ФО
Времени	52,5	67,3	48,0
Денег	35,6	25,0	24,0
Силы воли	45,8	48,1	44,0
Наличия спортивных секций	16,9	13,5	24,0
Хороших преподавателей физической культуры, тренеров	23,7	11,5	24,0
Фитнес клуба	18,6	19,2	12,0
Желания	30,5	38,5	24,0
Спортивной формы и инвентаря	11,9	7,7	4,0
Здоровья	18,6	21,2	16,0
Поддержки родителей	5,1	1,9	4,0

Обращают на себя внимание два отличия: влияние финансового фактора, который существенно более значим в Центральном федеральном округе, и недостаток спортивных секций, который наиболее остро ощущается в Северо-Кавказском федеральном округе.

Влияние остальных факторов носит достаточно сходный характер, хотя интересно, что больше всего недостаток времени отмечают жители Приволжского федерального округа. При этом, как ни странно, меньше всего выражена у представителей этого округа и мотивационная составляющая.

Более того, при оценке заботы о собственном здоровье именно представители этого федерального округа показали наименьшую оценку.

Индекс заботы о здоровье у представителей Приволжского федерального округа составил 44,2 балла по столбальной шкале, в то время как в двух других округах он оказался практически равным и составил в среднем 72 балла.

Достаточно интересные данные были обнаружены при анализе этих данных по возрастным группам (таблица 3).

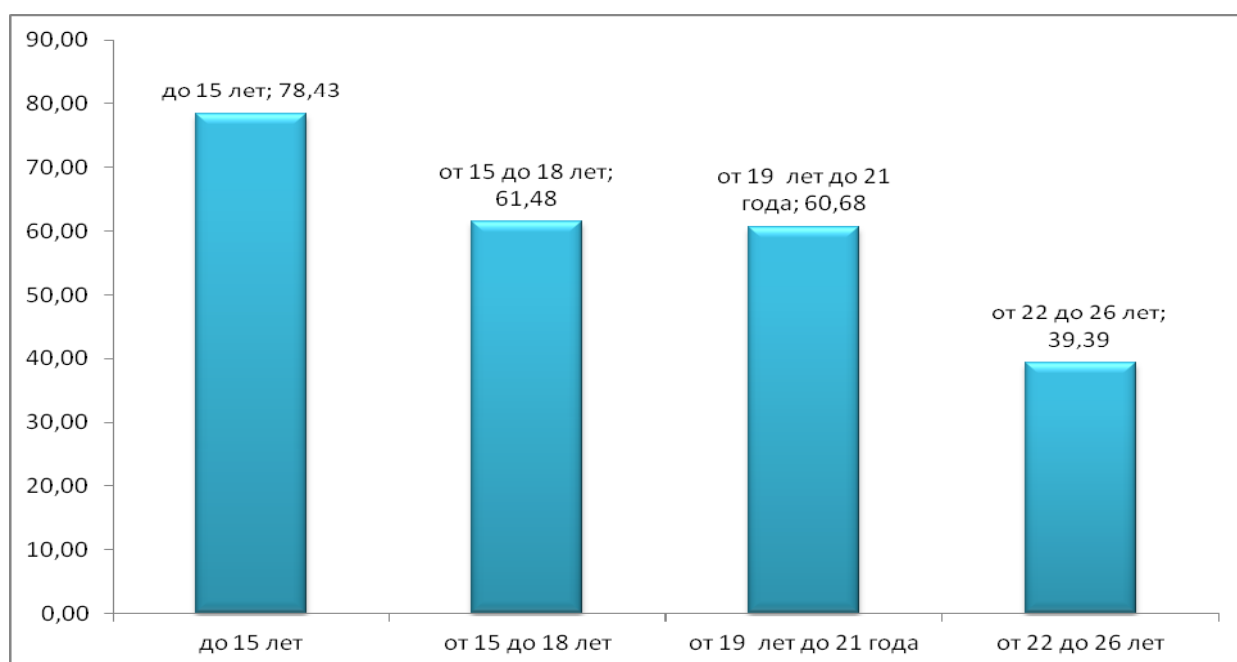
Таблица 3. Распределение ответов на вопрос «Чего мне не хватает, чтобы быть здоровым» по возрастным группам (по 100 балльной шкале).

	до 15 лет	от 15 до 18 лет	от 19 лет до 21 года	от 22 до 26 лет
Времени	47,1	62,2	56,4	72,7
Денег	17,6	35,6	30,8	31,8
Силы воли	38,2	53,3	48,7	54,5
Наличия спортивных секций	26,5	11,1	12,8	13,6
Хороших преподавателей физической культуры, тренеров	29,4	15,6	15,4	4,5
Фитнес клуба	17,6	26,7	10,3	18,2
Желания	35,3	37,8	28,2	27,3
Спортивной формы и инвентаря	17,6	11,1	2,6	0,0
Здоровья	17,6	26,7	17,9	9,1
Поддержки родителей	8,8	4,4	0,0	0,0

В таблице выделены факторы, которые, по мнению опрошенных, в наибольшей степени выступают препятствием на пути укрепления здоровья. Видно, что в наибольшей степени неудовлетворены преподавателями физической культуры представители самой молодой возрастной группы. Практически 30% детей до 15 лет отмечают это в своих опросных листах. Эта же группа отмечает и недостаток специализированных спортивных секций.

Анализ полученных результатов по возрастным группам позволил выявить еще более значимые отличия и определить круг проблем, которые необходимо решать для повышения эффективности организации занятий физической культурой и спортом в образовательных учреждениях разного уровня образования.

Рисунок 6. Самооценка уровня заботы о своем здоровье (в баллах по 100 балльной шкале) представителей различных возрастных групп опрошенных.



В плане возрастных различий обращает на себя внимание и самооценка заботы о своем здоровье, которая линейно падает с возрастом опрошенных (рисунок 6).

С точки зрения целей и задач данного исследования наибольший интерес представляет сопоставление по различным выделенным группам не только интегральных, но и парциальных показателей удовлетворенности занятиями физической культурой и спортом.

Таблица 4. Парциальные показатели удовлетворенности занятиями физической культурой и спортом. Сравнительный анализ по регионам (по 100 балльной шкале).

	Центральный ФО	Приволжский ФО	Северо- Кавказский ФО
Желание посещать занятия	52,0	75,6	53,3
Комфорт на занятиях	71,4	71,7	75,6
Удовлетворенность преподавателем	61,0	71,2	74,7
Оснащенность зала	64,7	69,6	69,2
Адекватность нагрузок	83,1	80,1	80,0
Учет ограниченных возможностей	80,8	58,3	70,7
Ознакомление с правилами здорового образа жизни,	57,6	42,3	46,7
Участие в спортивной жизни	42,4	40,4	53,3

Как мы уже отмечали, наименьший индекс общей удовлетворенности, демонстрирует по результатам опроса Северо-Кавказский федеральный округ. Вместе с тем, по целому ряду парциальных показателей он не особенно отличается от двух других. Единственное, что достаточно явно — степень участия школьников и студентов в спортивной жизни. Несколько хуже здесь обстоят дела и с оснащенностью залов, но это отличие статистически не очень значимо.

Обращает на себя внимание значимо более высокие показатели интереса к занятиям в Приволжском федеральном округе. Это достаточно интересно, в связи с отмеченными нами низкими мотивационными показателям заботы о своем здоровье именно представителей данного региона России. Другими словами, занятия проводятся интересно, но особого желания заботиться о своем здоровье у обучающихся нет.

Одной из причин этого может выступать недостаточно активная просветительская работа, которая, судя по ответам, плохо поставлена во всех регионах, а особенно именно в Приволжском федеральном округе. Единственный округ, в котором этот показатель превышает 50 по стобалльной шкале — это Центральный округ. Здесь же самая высокая оценка адекватности физических нагрузок, удовлетворенность тренерами и преподавателями, а также организация работы с детьми и молодежью с ограниченными возможностями.

Хуже всего обстоят дела с учетом особенностей детей и молодежи с ограниченными возможностями в Приволжском округе.

Из представленных в таблице 5 результатов видно, прежде всего, что хуже всего ситуация складывается в вузах — старшая возрастная группа опрошенных. Здесь индекс оценки по стобалльной шкале по такому показателю, как ознакомление с правилами здорового образа жизни, составляет всего 36,8 — группа обучающихся в возрасте от 19 лет до 21 года и 42,4 балла в группе старше 21 года. Как мы отмечали, и в целом ситуацию трудно назвать благоприятной.

Таблица 5. Парциальные показатели удовлетворенности занятиями физической культурой и спортом. Сравнительный анализ по возрастным группам (по 100 балльной шкале).

	до 15 лет	от 15 до 18 лет	от 19 лет до 21 года	от 22 до 26 лет
Желание посещать занятия	77,5	47,4	52,1	78,8
Комфорт на занятиях	73,8	66,4	71,0	78,2
Удовлетворенность преподавателем	63,7	64,4	65,8	72,7
Оснащенность зала	70,0	62,9	65,9	75,0
Адекватность нагрузок	85,3	65,9	91,5	84,8

Учет ограниченных возможностей здоровья	70,6	71,1	69,2	66,7
Ознакомление с правилами здорового образа жизни	59,8	51,9	36,8	42,4
Участие в спортивной жизни	70,6	33,3	30,8	43,9

Неудовлетворительно обстоят дела и с участием в спортивной жизни. Только в одной возрастной группе — школьники до 15 лет, этот показатель достаточно высок. По всем остальным группам его значения ниже критических. При достаточно высоких значениях удовлетворенности личностью преподавателя физической культуры, видно, что он «западает» в младшей возрастной группе. Это позволяет говорить о необходимости более качественной методической подготовке учителей, работающих в младших возрастных группах обучающихся.

Обращают на себя внимание и весьма низкие показатели удовлетворенности и интереса к занятиям в группе обучающихся от 15 до 18 лет. На этом фоне наиболее позитивно складывается обстановка в старшей возрастной группе. Вместе с тем, более глубокий анализ мотивации посещения занятий показывает, что данная ситуация в значительно большей степени связана с внешней мотивацией обучающихся.

Безусловно, внутренняя мотивация присутствует в общей системе мотивации посещения занятий физической культурой и спортивных секций.

Из рисунка 7 видно, что значительная часть сегодняшних школьников понимает значимость занятий для укрепления собственного здоровья. Эту составляющую мотивации выделяют 40,8% опрошенных. Позитивное влияние занятий физической культурой на здоровье и самочувствие отмечают 27,5% опрошенных.

Вместе с тем, среди причин посещения занятий многие опрошенные выделяют внешнюю мотивацию. При этом девушки демонстрируют значительно более высокие показатели по значимости этого фактора. Так, если в среднем, как это видно из рисунка, подобную составляющую мотивации отмечает 40,1% опрошенных, то среди юношей он составляет 30%, а среди девушек — 46,9%, что подтверждает вывод о необходимости более активно учитывать гендерные различия при организации и проведении занятий. Кроме того, значительная часть опрошенных (5,0% юношей и 6,2% девушек) вообще стараются их пропускать.

Рисунок 7. Мотивы посещения занятий физической культурой в процентах (в связи с возможностью множественного выбора общая сумма превышает 100%).



Достаточно интересно распределение ответов на этот вопрос по возрастным группам (таблица 6).

Таблица 6. Возрастные различия в мотивах посещения занятий физической культурой в процентах (в связи с возможностью множественного выбора общая сумма превышает 100%).

	до 15 лет	от 15 до 18 лет	от 19 лет до 21 года	от 22 до 26 лет
они укрепляют мое здоровье	50,0	35,6	35,9	50,0
движение доставляет мне радость	32,4	15,6	10,3	40,9
чтобы получить оценку (зачет)	29,4	42,2	43,6	50,0
занятия улучшают мое настроение и самочувствие	35,3	24,4	17,9	40,9
чтобы научиться красиво двигаться, иметь стройную фигуру и сильные мышцы	35,3	15,6	15,4	13,6

занятия привлекают меня спортивными играми	29,4	6,7	23,1	27,3
не посещаю	0,0	8,9	7,7	4,5

Интерес представляет практически линейная зависимость от возраста формальной мотивации посещения занятий (ради получения оценки), которая в старшей возрастной группе составляет 50%. Интересно, что в этой же группе достаточно высоко представлена мотивация укрепления здоровья. То есть, налицо достаточно четкая дифференциация, которая наблюдается в этом возрасте.

Наибольший уровень внутренней мотивации, как это видно из таблицы, наблюдается в возрастной группе до 15 лет. Постепенно, с возрастом, вес этой мотивации понижается.

Весьма интересны в этом плане и гендерные различия. Как мы уже отмечали, девушки демонстрируют более высокий уровень внешней мотивации. Более того, именно этот вид мотивации выходит здесь на первый план.

Исследование позволило получить и ряд других данных о степени удовлетворенности обучающихся в образовательных учреждениях уровнем организации занятий физической культурой и спортом (Рисунки 8, 9 и 10).

Рисунок 8. Процент посещающих спортивные секции (по федеральным округам России).

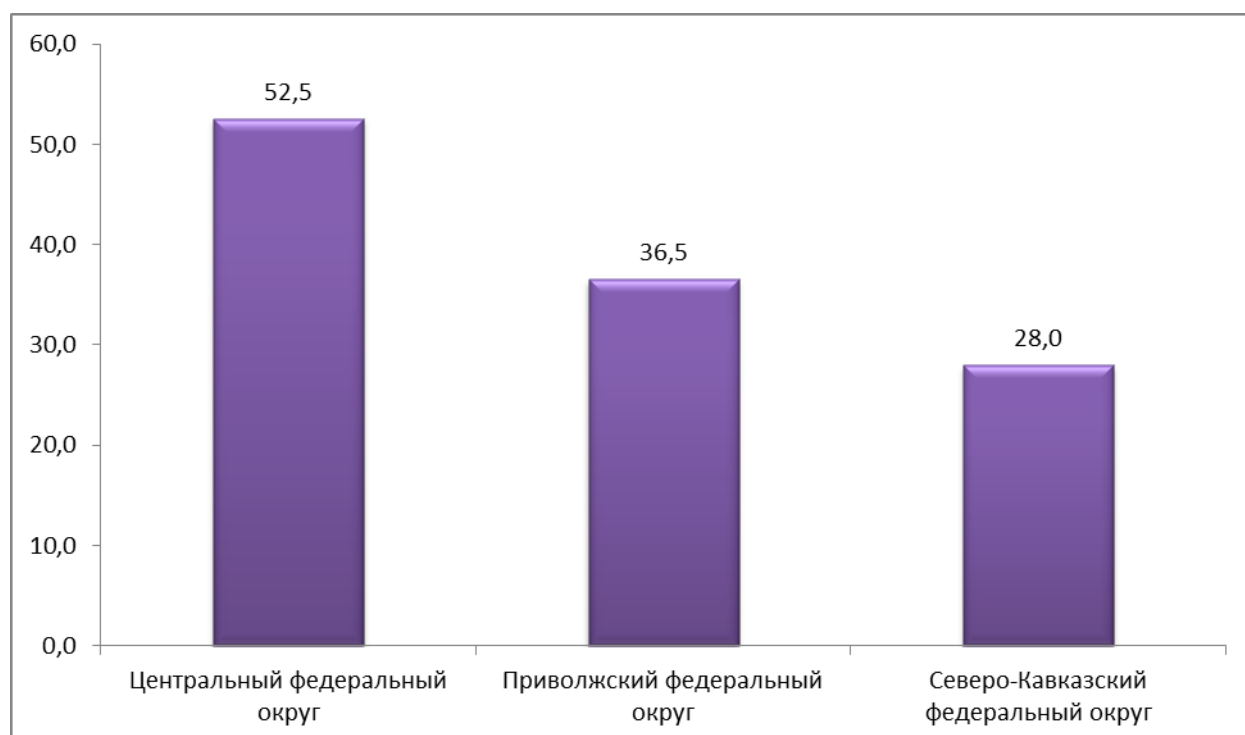


Рисунок 9. Процент посещающих секции (гендерные различия).

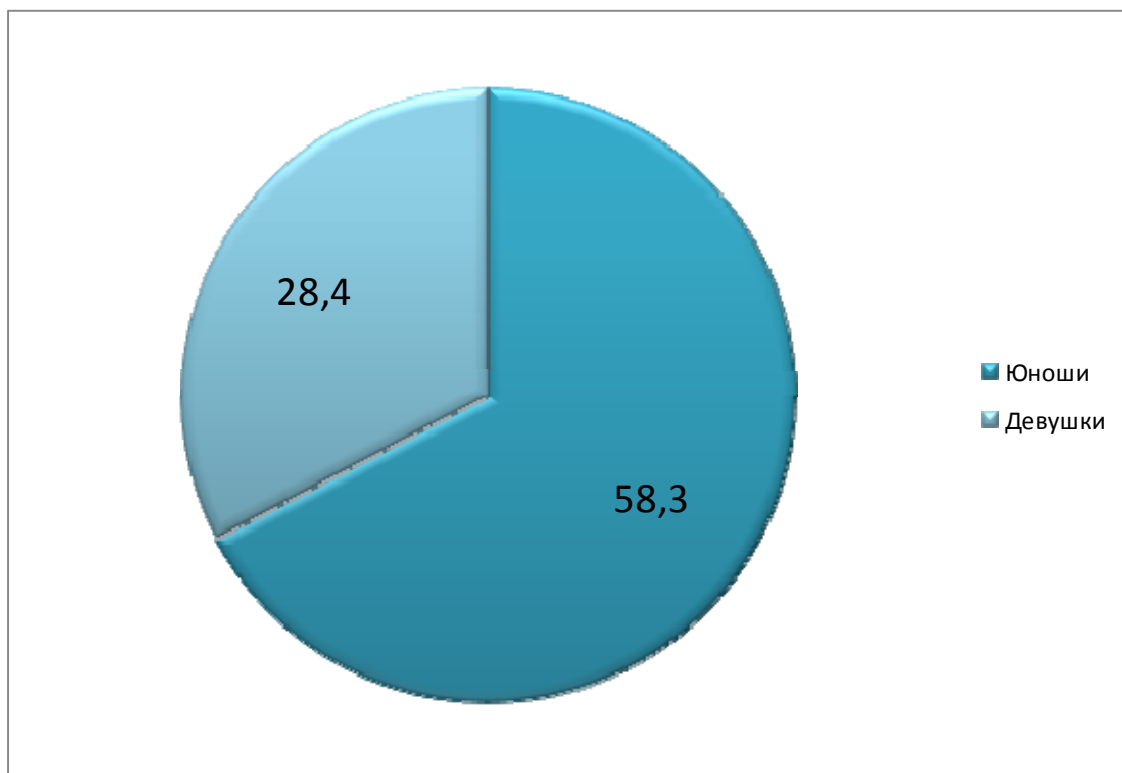
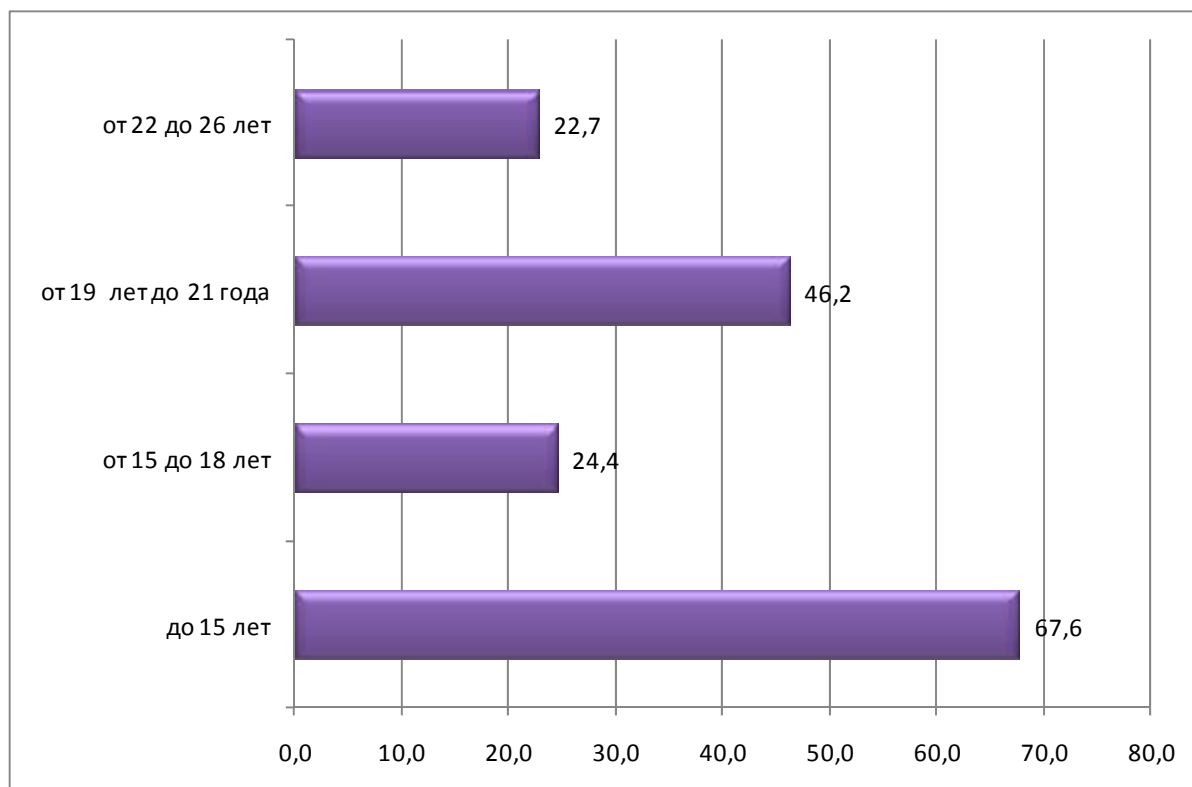


Рисунок 10. Процент посещающих секции (анализ по возрастным группам).



Кроме того, был зафиксирован **ряд закономерностей**.

Так, оказалось, что одной из причин снижения удовлетворенности уроками физической культуры учащиеся выдвигали их малую эмоциональность и привлекательность (21% юношей и почти 56% девушек).

Удовлетворенность уроками физической культуры в сравнении с юношами у девушек гораздо ниже.

Регулярное использование в уроке игрового и соревновательного методов, увеличение количества таких упражнений до 30–40% от времени занятий позволило наблюдать положительную динамику заинтересованности и удовлетворенности в занятиях физической культурой, как у юношей, так и у девушек. У 45% обучающихся возникла потребность в дополнительных занятиях физкультурой и спортом.

Положительная динамика наблюдалась и при анализе результатов участия обучающихся в районных и городских спортивных мероприятиях, спартакиадах школьников, а также в олимпиаде по физкультуре: рост привлекательности занятий физической культурой и спортом в этом случае увеличивается на 28,6%. При этом отмечена ярко выраженная тенденция нежелания девушек принимать участие в спортивных мероприятиях, проводимых в собственном образовательном учреждении.

Выявилась также закономерность, что с возрастом снижается не только интерес учащихся к урокам физической культуры, но и эмоциональное восприятие урока. Так, радость, хорошее настроение после уроков испытывают в младшем школьном возрасте около 60% учащихся, в среднем звене — чуть меньше 30%, в старшей школе — 26,8%, а в вузе этот процент опять возрастает почти до 60%.

От младших к старшим классам увеличивается и усталость после занятий физическими упражнениями (22,6% младшего школьного возраста, 29,8% — среднего звена, 34,6% старшеклассников)

В вузе на усталость после занятий физической культуры указали 28,2% девушек и 16,8% юношей.

Поддержание интереса у школьников во многом зависит от того, испытывают ли они удовлетворение на уроке физической культуры, и формируется ли у них удовлетворенность от занятий физкультурой.

Выявились факторы такого положения дел: неинтересные занятия; недостаток игр, эстафет; отсутствие индивидуального подхода к ученикам; большие нагрузки; плохое отношение учителя.

Главными причинами падения удовлетворенности уроками физической культуры выступили: отсутствие эмоциональности урока, скучные физические упражнения и игры, малая или чрезмерная физическая нагрузка, плохая организация урока в целом и др.

Неудовлетворенные уроками учащиеся обычно ходят на них лишь ради оценки и для избегания неприятностей. А вот учащиеся, испытывающие состояние удовлетворенности на уроках, работают на них ради своего физического совершенствования.

Таким образом, как показало исследование **степень** удовлетворенности уроками физической культуры — это необходимый компонент отношения школьников к таким урокам. Поэтому учителю физической культуры, чтобы учебный процесс был более эффективным, необходимо знать о степени удовлетворенности учеников его уроками, а при ее отсутствии, вскрыть причину этой неудовлетворенности и наметить программу ее преодоления.

РАЗДЕЛ 2.

ОБОБЩЕННАЯ ХАРАКТЕРИСТИКА СОВРЕМЕННОГО УЧИТЕЛЯ ФИЗИЧЕСКОЙ КУЛЬТУРЫ, ЕГО ДЕЯТЕЛЬНОСТИ И УРОВНЯ ЕЕ НАУЧНО-МЕТОДИЧЕСКОЙ ОБЕСПЕЧЕННОСТИ

Сегодня *физическая культура* рассматривается как составная часть культуры общества, а *физическое воспитание* — как важнейшее направление социальной политики государства. Являясь составной частью общей культуры и профессиональной подготовки учащихся, физическая культура — обязательный раздел гуманитарной части образования, значимость которого проявляется через гармонизацию духовных и физических сил, формирование таких общечеловеческих ценностей, как здоровье, физическое и психическое благополучие, физическое совершенство.

В настоящее время в профессиональной деятельности учителя и преподаватели физической культуры руководствуются Конституцией РФ, Законом РФ от 10.07.1992 N 3266–1 (ред. от 01.04.2012) «Об образовании», Федеральным законом от 04.12.2007 N 329-ФЗ (ред. от 07.05.2009 № 82-ФЗ) «О физической культуре и спорте в Российской Федерации», региональными Законами «О физической культуре и спорте».

Профессиональная деятельность в сфере физической подготовки в школе и вузе также регулируется Федеральным законом от 21 ноября 2011 г. N 323-ФЗ «Об основах охраны здоровья граждан в Российской Федерации», Приказом Минобрнауки России от 28 декабря 2010 г. N 2106 «Об утверждении федеральных требований к образовательным учреждениям в части охраны здоровья обучающихся, воспитанников», Стратегией развития физической культуры и спорта до 2020 года (утверждена распоряжением Правительства Российской Федерации от 7 августа 2009 г. № 1101-р), Федеральной целевой программой «Развитие физической культуры и спорта в Российской Федерации на 2006–2015 годы», утвержденной постановлением Правительства Российской Федерации от 11 января 2006 г. № 7, ФГОС основного общего образования (утвержден приказом Минобрнауки России от 17.12.2010 г. № 1897), ФГОС начального общего образования (утвержден приказом Минобрнауки России от 06.10.2009 г. № 373, изменен приказом Минобрнауки России от 22.09.2011 г. № 2357), Национальной образовательной инициативой «Наша новая школа», утвержденной 04 февраля 2010 г., Федеральным законом «О высшем и послевузовском профессиональном образовании» от 22 августа 1996 г. N 125-ФЗ.

Современная парадигма образования предусматривает сочетание обязательного и вариативного его содержания образования в области физической культуры и требует от педагога высокого уровня профессионализма. Согласно квалификационных характеристик «Единого квалификационного справочника должностей руководителей, специалистов и служащих», принятого Минздравсоцразвития России 14 августа 2009 года (№ 593) **учитель физкультуры должен знать:** приоритетные направления развития образовательной системы Российской Федерации; законы и иные нормативные правовые акты, регламентирующие образовательную, физкультурно-спортивную, оздоровительную деятельность; Конвенцию о правах ребенка; основы педагогики, психологии, теории и методики физического воспитания; правила охраны жизни и здоровья обучающихся; методику проведения занятий на спортивных сооружениях и снарядах; формы составления отчетной документации; теорию и методы управления образовательными системами; современные педагогические технологии продуктивного, дифференцированного, развивающего обучения, реализации компетентностного подхода, методы установления контакта с обучающимися разного возраста, их родителями, педагогическими работниками; технологии диагностики причин конфликтных ситуаций, их профилактики и разрешения; основы экологии, экономики, социологии; трудовое законодательство; основы работы с текстовыми редакторами, электронными таблицами, электронной почтой и браузерами, мультимедийным оборудованием; правила внутреннего трудового распорядка образовательного учреждения; правила по охране труда и пожарной безопасности. Особо подчеркивается необходимость освоения учителем физкультуры методов формирования профессиональной, коммуникативной, информационной, правовой компетентностей. Преподавание физической культуры также требует от педагога не только владения профессиональными знаниями, умениями и навыками, но и высокой физической и технической подготовленности.

Основными задачами педагога по физическому воспитанию являются:

- знакомство с необходимыми знаниями в области физической культуры и спорта;
- охрана и укрепление здоровья обучающихся;
- формирование жизненно необходимых двигательных умений и навыков обучающихся в соответствии с их возрастными, гендерными и индивидуальными особенностями;
- развитие физических качеств обучающихся;
- воспитание потребности и умения самостоятельно заниматься физическими упражнениями, сознательно применять их в целях оздоровления и укрепления здоровья;
- содействие воспитанию нравственных и волевых качеств, развитию психических процессов и свойств личности и др.

Одной из главных задач учителей физической культуры выступает формирование у учащихся положительного отношения к физической культуре

и спорту и интереса к ним. Этой работе должна быть подчинена вся система учебно-воспитательной работы образовательного учреждения.

Эффективное исполнение функций требует от учителя физкультуры довольно сложной системы знаний, навыков и умений, высокоразвитых специальных, интеллектуальных, нравственных и других качеств. Мастерство учителя физкультуры проявляется в продуктивном решении педагогических задач в плане формирования у воспитанников определенных качеств, отражающих сформированность в их сознании ценности здоровья и потребность вести здоровый образ жизни. Деятельность учителя физкультуры следует оценивать по объективно наблюдаемым признакам положительной динамики здоровья обучающихся. К основным критериям эффективности деятельности учителя физкультуры следует относить увлеченность детей и подростков целью и содержанием физкультурной деятельности, многосторонность и разнообразие ее форм и методов. Важным критерием эффективной педагогической деятельности выступает степень готовности учителя к деятельности по развитию физической культуры своих учеников.

В последние годы Министерством образования и науки Российской Федерации был разработан ряд документов, обеспечивающих возможность оценки качества подготовки выпускников основной школы по физической культуре⁷.

В соответствии с этими документами уроки физической культуры призваны формировать у учащихся устойчивые мотивы и потребности в бережном отношении к своему здоровью, ценность здоровья и жизни, целостное развитие физических и психических качеств, творческое использование средств физической культуры в организации здорового образа жизни. В процессе освоения учебного материала должно обеспечиваться формирование целостного представления о единстве биологического, психологического и социального в человеке, законах и закономерностях развития и совершенствования его психосоматической природы.

Согласно приведенных документов, целью уроков физической культуры выступает формирование личности обучающегося посредством освоения основ содержания физкультурной деятельности на уроках и в спортивных секциях.

Особенностями примерной программы образовательной области «Физическая культура» в основной школе являются⁸:

— соотнесенность с Базисным учебным планом общеобразовательных

⁷ Приказ Минобрнауки России «Об утверждении федерального базисного учебного плана и примерных учебных планов для образовательных учреждений Российской Федерации, реализующих программы общего образования» от 09.03.2004 №1312 (в редакциях от 20.08.2008 №241, от 03.06.2011 №1994, от 01.02.2012 №74); ФГОС основного общего образования (утвержден приказом Минобрнауки России от 17.12.2010 г. № 1897); ФГОС начального общего образования (утвержден приказом Минобрнауки России от 06.10.2009 г. № 373, изменен приказом Минобрнауки России от 22.09.2011 г. № 2357); Письмо Минобрнауки России «О введении третьего часа физической культуры в недельный объем учебной нагрузки обучающихся в общеобразовательных учреждениях» от 19.11.2010 № 6842-03/30 и др.

⁸ См.: Оценка качества подготовки выпускников основной школы по физической культуре / Авт.-сост. А. П. Матвеев, Т. В. Петрова. - М, 2001.

учебных учреждений, определяющим образовательную область «Физическая культура», обязательной составляющей основного образования;

— направленность на реализацию принципа вариативности, задающего возможность подбирать содержание учебного материала в соответствии с возрастными особенностями учащихся, материально-технической оснащенностью учебного процесса (спортивный зал, пришкольные спортивные площадки, стадион, бассейн), видом учебного учреждения (городские, малокомплектные или сельские школы) и регионально-климатическими условиями;

— объемность и многообразие знаний, средств и форм физкультурной деятельности очерчивается ценностными ориентациями на общеприкладную и спортивно-рекреационную подготовку учащихся, и соответственно этому основу учебного предмета составляет содержание физкультурной деятельности с общеприкладной и спортивно-рекреационной направленностью и др.

С учетом принципа достаточности и сообразно структурной организации физкультурной деятельности, содержание учебного материала структурируется в соответствующих разделах программы: «Основы знаний о физкультурной деятельности» (информационный компонент учебного предмета), «Способы физкультурной деятельности с общеприкладной и спортивно-рекреационной направленностью» (операциональный компонент учебного предмета), «Требования к уровню подготовки выпускников» (мотивационный компонент учебного предмета). Учебное содержание каждого из разделов программы излагается в логике от общего (фундаментального) к частному (профилированному) и от частного к конкретному (специализированному), что задает определенную логику в освоении школьниками учебного предмета, обеспечивает перевод осваиваемых знаний в практические навыки и умения (опредмечивание знаний).

Вышесказанное лежит в основе преподавания физической культуры в образовательном учреждении.

Практически все 100% опрошенных нами учителей физкультуры⁹, показывают хорошую эрудицию в вопросах выполнения программных требований по предмету, наличия знаний об истории спорта и олимпийского движения. Более 24% опрошенных учителей работают по рабочему плану, который они называют и тематический план, и поурочный план, и учебный план. Однако детальный анализ таких планов показал, что в 67% случаев он составлен он без учета возрастного подхода и не всегда учитывает индивидуальные особенности здоровья.

Как показал опрос, одно из основных требований к деятельности учителя физической культуры - безопасное проведение образовательного процесса – также не всегда неукоснительно выполняется: 17% учителей физкультуры отметили, что не всегда проводят занятия в специально отведенном помещении, иногда такие занятия проводятся просто на улице, лыжные трассы для занятий

⁹ Опрос проводился в Приволжском, Центральном и Южном федеральных округах в июне-августе 2012 г. В нем приняло участие свыше 250 учителей физической культуры. Выборка состояла на 42% из мужчин и на 68% из женщин.

учащихся в зимнее время специально не прокладываются, их безопасность оценивается только самим таким учителем. 9% учителей физкультуры отметили, что не готовы в экстренных случаях оказать меры первой медицинской (врачебной) помощи пострадавшему, в таких ситуациях считают первостепенным сообщением администрации образовательного учреждения о случившемся.

Лишь 23,6% знает, чем объясняется нарушение осанки, 26,2% - какие физические нагрузки может выдержать ученик после простудного заболевания, почти 86% - не смогли назвать правила безопасности при беге, отжимании, подтягивании.

При этом практически 85% учителей физической культуры отметили, что профессиональны в своей деятельности и в повышении своей квалификации только около 23% считают необходимым «Сформировать базовый уровень знаний и умений».

Ряд вопросов проведенного опроса был направлен на изучение позиции учителя физической культуры в части компенсации методической базы. Процент опрошенных, указавших те или иные средства, приведен в таблице (таблица 7).

Таблица 7. Средства получения недостающих знаний.

Средства получения недостающих знаний	%
Интернет	20,8
Литература	55,4
Курсы (в т.ч. повышения квалификации, специальные курсы, и т.п.)	14,7
Общение с коллегами, специалистами	29,1
Самообразование	18,9

Выявился факт, что традиционные направления повышения профессиональной компетентности такие как различные образовательные курсы, занимают в этом списке последнее место, значительно уступая самостоятельному изучению литературы и общению с коллегами и специалистами в рамках методических объединений.

При этом, весьма отрадным выступает факт активного использования в качестве средства повышения профессиональной компетентности возможностей сети интернет.

Существенной разницы по половому признаку с точки зрения активности использования этих форм нет, за исключением того, что учителя физической культуры женщины несколько активнее читают, а мужчины больше предпочитают получение информации в процессе живого общения.

В значительной мере удовлетворенность занятиями физической культурой обеспечивается при достаточном количестве различного спортивного оборудования, спортивного инвентаря и частоты использования его на занятиях физической культурой; наличии различных спортивных площадок. Из 40,8% опрошенных, утвердительно ответивших на вопрос «Посещаете ли вы спортив-

ную секцию?», наибольшее число обучающихся занимаются в секциях баскетбола (16,4%), волейбола (11,9%), плавания (10,4%), футбола (7,5%), легкой атлетики (6%), аэробики (5,6%). При этом, некоторые из опрошенных посещают несколько секций¹⁰. Заметим, что все ответившие на этот вопрос положительно отметили наличие хорошей спортивной базы и хороших учителей физической культуры.

Представляют интерес ответы на вопрос «Какие формы физкультурно-оздоровительной работы использует преподаватель на занятиях?». 12,7% опрошенных затруднились назвать конкретные формы, 4,2% ответили – «никакие», а 5,6% - «разные». То есть в общей сложности 22,5% обучающихся не смогли дифференцировать формы физкультурно-оздоровительной работы, используемые их педагогом на занятиях.

Четверть респондентов отметили, что в их образовательных учреждениях за последний учебный год не было проведено ни одного спортивного мероприятия, а 8,5% ответили, что им ничего не запомнилось.

Среди наиболее запомнившихся спортивных мероприятий респонденты назвали:

- футбольные матчи - 8,5%;
- соревнования по волейболу – 7%;
- соревнования по баскетболу – 7%;
- кросс – 6,3%;
- спартакиада - 5%;
- универсиада – 2,8 %;
- «Зарница» -2,1%;
- «Веселые старты» - 2,1%.

От 0,7% до 1,4% набрали соревнования по плаванию, по рукопашному бою, по самбо, велогонка, эстафеты, «Лыжня России», день бега и некоторые другие.

Анализ ответов на данный вопрос позволяет говорить о незначительном числе спортивных соревнований в образовательном учреждении в течение учебного года и недостаточном их освещении в рамках спортивной жизни образовательного учреждения. Большая часть обучающихся не принимает в ней участия даже в качестве болельщиков.

Каким же, по мнению обучающихся, должен быть современный преподаватель физической культуры? На один из ключевых вопросов, связанных с компетентностью преподавателя были даны ответы, представленные в таблице 8.

Таблица 8. Качества необходимые современному преподавателю физической культуры (в процентах)

Качество	%
Хорошая спортивная форма	10,6

¹⁰ По данным опроса обучающихся в образовательных учреждениях, проведенного в 2012 г.

Молодой, с физкультурным образованием	7,7
Требовательный	7
Внимательный	6,3
Чувство юмора	4,9
Умеющий объяснять и заинтересовывать	3,5
Ведущий ЗОЖ	3,5
Прогрессивный и современный	2,8
Подающий пример	2,1
Понимающий	2,1
С индивидуальным подходом	2,1
С опытом	1,4
Адекватный	1,4
С медицинским и психологическим образованием	1,4
Умный	0,7
Любящий детей	0,7
Имеющий разряд	0,7

27,5% опрошенных воздержались от ответа на данный вопрос, 4,9% - не знают, каким должен быть педагог по физкультуре, 0,7% - отметили, что им «все равно». Некоторая часть обучающихся назвала не качества преподавателя, а некий образ: киногерой – 0,7%, знаменитый спортсмен – 1,4%, фитнес инструктор -0,7%, или своего учителя - «наш учитель пример» – 4,9%.

В то же время на вопрос «Если бы вы были преподавателем физической культуры, как бы вы проводили занятия?» обучающиеся не смогли дать точных развернутых ответов, то есть в большинстве своем они не осознают, как хотят заниматься физической культурой и спортом, каким должно быть занятие, чтобы оно было интересно им и приносило пользу здоровью.

Среди ответов встречаются отдельные пожелания: весело и интересно (9,15%), с играми (8,35%), в соревновательной форме (2,1%), с индивидуальным подходом (4,2%), «мальчики и девочки отдельно» (0,7%), на воздухе (0,7%), со снаряжением (0,7%), группами по интересам (0,7%) и т.д.

Только 7% опрошенных в качестве примера приводят своего учителя. 7,7% работали бы по программе, т.е. в четко заданных рамках. 31% респондентов воздержались от ответа, 10,6% - не знают, как бы они проводили занятия, 5,6% ответили, что никогда не будут преподавать.

Незначительное число опрошенных (от 0,7% до 1,4%) дали эмоционально окрашенные ответы: «чутко», «очень хорошо», «строго», «творчески» и т.д.

Опрос учителей физической культуры показал¹¹, что их профессиональная деятельность не в полной мере соответствует современным требованиям. Часть из них (около 32,5%), имея достаточно прочную основу профессиональных знаний, обладает недостаточной сформированностью умений творчески решать социально-педагогические задачи, возникающие в педагогическом про-

¹¹ Опрос проводился в Приволжском, Центральном и Южном федеральных округах в июне-августе 2012 г. В нем приняло участие свыше 250 учителей физической культуры. Выборка состояла на 42% из мужчин и на 68% из женщин.

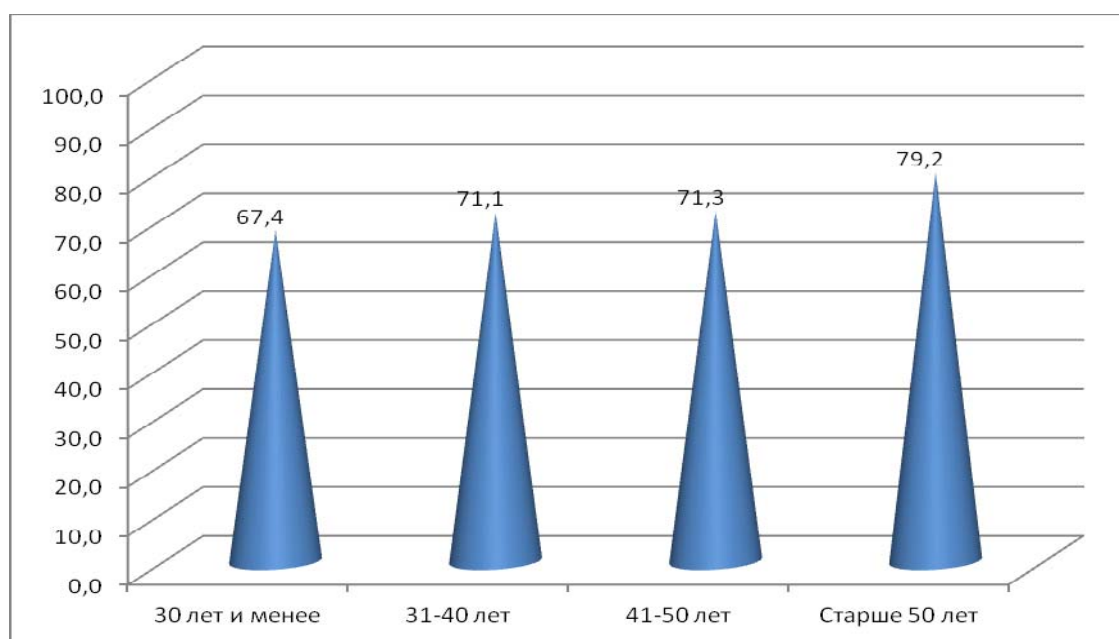
цессе.

Выделилась часть преподавателей (27,4%), не владеющая навыками творческой деятельности, и при этом не испытывающая потребности в самообразовании и профессиональном самосовершенствовании. Кроме того, учителя физической культуры озабочены «непрестижностью» своей профессии в обществе (отметило более 32%).

В то же время опрос показал достаточно высокий уровень самооценки профессиональной компетентности учителей физической культуры: 30% опрошенных оценили свою компетентность как высокую, 57% — как среднюю.

Оценивая свою собственную профессиональную деятельность по 100 балльной шкале, учителя физкультуры также продемонстрировали достаточно высокий уровень самооценки — 72,4 из 100 максимальных баллов. Достаточно высокой самооценкой характеризуются все возрастные группы учителей (рисунок 11).

Рисунок 11. Самооценка профессиональной деятельности учителей физкультуры по 100 балльной шкале.



В диссертационной работе Богачевой Т.Ю.¹² при описании профессиональной деятельности специалистов, формирующих ценность здоровья у обучающихся, были выделены и проанализированы такие психолого-акмеологические характеристики как: «готовность к развитию ценности здоровья», «готовность к восприятию здоровья как ценности» и «готовность к реализации здорового образа жизни» и показано, что они не равнозначно присутствуют у разных учителей физической культуры. Мы считаем наличие таких характеристик важной составляющей компетентности специалиста.

¹² Богачева Т.Ю. Здоровье в системе жизненных ценностей современного специалиста.- Дисс. на соискание ученой степени канд.псих.н. - РАГС при Президенте РФ, 2010 г.

Наибольший вес имеет «готовность к восприятию здоровья как ценности». В проведенном исследовании она представлена почти у 76% участников исследования. Эта характеристика включает три взаимосвязанных компонента: ценностно-мотивационный, когнитивный и поведенческий.

Анализ названных компонентов позволил обосновать **4 уровня такой готовности:**

- *реактивный* (отсутствие потребности специалиста в ведении здорового образа жизни, нежелание выполнять или принимать к сведению рекомендации по ведению здорового образа жизни) - 15%;

- *репродуктивный* (проявление размытых потребностей к ведению здорового образа жизни, несформированность системы знаний о здоровом образе жизни и здоровьесберегающем поведении) - 55%;

- *эвристический* (полное представление о здоровом образе жизни, устойчивом положительном отношении к видам деятельности, направленным на ведение здорового образа жизни, преодоление вредных привычек) - 20%;

- *креативный* (наличие индивидуальной концепции здорового образа жизни, устойчивое целостное отношение к здоровью, сформированные навыки здорового образа жизни) - 10%.

Выделенные аспекты следует учитывать учителям физической культуры в своей деятельности.

Проведенный опрос позволил сделать ряд принципиальных выводов:

- прежде чем заняться деятельностью по сохранению и укреплению здоровья школьников, учителя физической культуры должны уделять внимание укреплению собственного здоровья;

- следует поднимать престиж учителя физической культуры, что в целом направлено на решение поставленной задачи формирования у россиян ценностного отношения к здоровью;

- необходимо осуществить разработку научно-методического обеспечения занятий физической культурой и спортом, направленную на соблюдение интересов и потребностей обучающихся и сохранение и укрепление их здоровья;

- выделенная категория специалистов нуждается в специальных программах повышения их квалификации в области здоровья и его укрепления и сохранения как у школьников, так и у себя;

- система повышения квалификации должна быть ориентирована на развитие у учителей физической культуры таких качеств как «готовность к развитию ценности здоровья», «готовность к восприятию здоровья как ценности» и «готовность к реализации здорового образа жизни».

Для повышения уровня методического обеспечения развития физической культуры и спорта в образовательных учреждениях, созданию и внедрению в образовательный процесс эффективной системы физического воспитания, ориентированной на особенности развития детей и подростков необходимо:

1. Продолжение разработки вопросов теории и методологии физической культуры в целом на уровне, отвечающем, современным требованиям.

2. Укрепление социального статуса и имиджа учителей физической культуры, организация переподготовки кадров с учетом современных требований к организации и проведению образовательного процесса, внедрение в него новейших технологий и научных разработок.

3. Разработка методических рекомендаций о принципах организации физической культуры и спорта в образовательных учреждениях и методики организации работы по обеспечению спортивных услуг в образовательных учреждениях, включающих рекомендации по совершенствованию учебно-воспитательного процесса, внеклассной и кружковой работы в образовательных учреждениях различных видов.

РАЗДЕЛ 3.

РЕКОМЕНДАЦИИ ПО ПОВЫШЕНИЮ УРОВНЯ НАУЧНО-МЕТОДИЧЕСКОГО ОБЕСПЕЧЕНИЯ ОРГАНИЗАЦИИ ЗАНЯТИЙ ФИЗИЧЕСКОЙ КУЛЬТУРОЙ И СПОРТОМ И ИНТЕРЕСА К НИМ

Организация деятельности по повышению уровня научно-методического обеспечения организации занятий физической культурой и спортом и интереса к ним требует разработки ее научно-методических основ и **научно-методического обеспечения**, которые могут быть изложены в следующей логике:

- обоснование теоретической базы научно-методического обеспечения организации занятий физической культурой и спортом и интереса к ним;
- описание необходимого научно-методического обеспечения организации занятий физической культурой и спортом;
- описание технологии и конкретных методик организации занятий физической культурой и спортом;
- обоснование технологии и конкретных методик развития интереса к занятиям физической культурой и спортом.

Именно такой комплексный подход комплексным выступает залогом успешности процесса физического воспитания.

Остановимся на анализе каждого из названных направлений и рекомендациях по их реализации.

Теоретическая база научно-методического обеспечения организации занятий физической культурой и спортом и интереса к ним.

Как было отмечено выше, основополагающую роль в решении проблемы может сыграть реализация психолого-акмеологического подхода (А.А. Деркач, Т.Ю. Богачева, В.Г. Зазыкин, Н.В. Зайцева, Ю.Н. Казаков, Н.В. Кузьмина, Е.В. Селезнева, М.Ф. Секач, Н.Ю. Синягина, Л.А. Степнова и др.), который, являясь интегративным, в отношении формирования ценности здоровья позволяет включить все возможности, имеющиеся в арсенале ряда наук о человеке (психология, медицина, биология, физиология, педагогика, социология и др.)

и выстроить следующую логику формирования ценности здоровья и основ формирования здорового образа жизни:

- повышение знаний о роли и месте здоровья в жизни и деятельности специалиста;
- определение первоочередных организационных и научно-методических мер, связанных с сохранением жизни и укреплением здоровья;
- выявление влияния мега-, макро-, мезо- и микрофакторов, влияющих на формирование здорового образа жизни специалиста в современном обществе;
- разработка нового содержания программ формирования ценности здоровья и реализации здорового образа жизни современного специалиста с учетом социально-экономических, культурно-исторических, этнонациональных и климатогеографических факторов;
- построение интегративной системы связей между различными институтами и службами, занимающимися проблемами формирования здорового образа жизни, разработке оценочных критериев и технологии непрерывного мониторинга их деятельности.

Научно-методическое обеспечение организации занятий физической культурой и спортом.

В качестве научно-методического обеспечения организации занятий физической культурой и спортом должны использоваться программы, построенные на возрастном, индивидуальном и гендерном подходах; поурочные планы, предусматривающие контроль динамики развития обучающихся; программа мониторинга достижений.

Алгоритм разработки программ по физическому образованию, отдельному виду спорта, учебно-методического пособия в соответствии с элементами педагогической технологии может быть представлен в следующей последовательности:

- анализ предыдущей физкультурно-спортивной деятельности,
- определение содержания обучения с учетом современных требований,
- подготовка материалов для осуществления мотивационного компонента,
- подбор методик для объективного контроля за качеством усвоения знаний, умений и навыков.

Содержательная характеристика должна раскрывать образовательную программу как индивидуальный маршрут обучающегося, отражающий его потребности, мотивы и интересы. Нормативный текст программы должен содержать в себе: цели программы, учебный план, описание организационно-педагогических условий и педагогических технологий, системы методик педагогической деятельности, ожидаемых результатов реализации программы и дальнейших перспектив индивидуального образовательного маршрута.

Программы по физическому образованию должны быть ориентированы на современные направления формирования здорового образа жизни, развития физкультуры и спорта, отраженных в концепциях олимпийского образова-

ния, спортивно-ориентированного физического воспитания, Президентских состязаний и др.

Технологии и конкретные методики организации занятий физической культурой и спортом.

Педагогическая технология — это совокупность средств и методов воспроизведения теоретически обоснованных процессов обучения и воспитания, позволяющих успешно реализовывать поставленные образовательные цели.

Возможные формы работы, рекомендуемые к применению на занятиях физической культурой¹³:

— *Использование активных методов организации занятий по физической культуре - занятия на тренажерах* (для целенаправленного воздействия на тот или иной сегмент, орган, функциональную систему. Использование тренажеров позволяет дозировать нагрузку по силе, темпу, амплитуде движений. Занятия на тренажерах интересны, доступны и являются эффективным способом борьбы с гиподинамией); *спортивные игры* (для развития двигательной активности, повышения функционального и состояния и эмоционального настроя); *езда на велосипеде* (для развития ловкости, равновесия, глазомера, координации движений, ориентировки в пространстве, ритмичности, силы, устойчивости вестибулярного аппарата и др.); *бег* (укрепление сердечно-сосудистой и дыхательной системы, различных групп мышц, суставов и связок. Бег — естественное движение, привычное для детей с раннего возраста. Выполняется преимущественно на свежем воздухе, не требует специального оборудования. По возможности надо чаще использовать бег босиком по песку, мелкой воде, земляным и травянистым дорожкам с поворотами и уклонами, убедившись в отсутствии предметов, могущих привести к травмам); *плавание* (закаливание организма, активация обмена веществ, регуляция деятельности нервной системы, формирование правильной осанки, повышение выносливости организма и сопротивляемости его простудным заболеваниям), а также *лыжные прогулки, катание на коньках* и др. Подведение итогов реализации таких форм организации занятий по физической культуре возможно на *спортивных праздниках*, которые целесообразно проводить в школе не реже 4-5 раз в год.

Еще одной активной технологией выступают *Дни здоровья*, во время которых проводятся соревнования по спортивным играм, подвижным играм на местности, по развитию туристических навыков, бегу, прыжкам, метанию, лыжным гонкам, устраиваются различные аттракционы (катание на санках, перетягивание каната, преодоление полосы препятствия), народные игры (русская лапта, зимние игры на снегу и др.). Во время соревнований и игр организаторами ведется наблюдение за состоянием здоровья учащихся, учитывается уровень подготовки школьников и индивидуальные особенности их физического развития. Успешное проведение Дня здоровья во многом зависит от четкой

¹³ Следует учитывать рекомендованный оптимальный режим занятий физической культурой в образовательном учреждении - не менее трех раз в неделю по 45–60 минут в день.

организации предусмотренных мероприятий, участия в них всех работников школы, умелого взаимодействия ответственных лиц в осуществлении намеченной программы.

Использование игрового и соревновательного методов для повышения двигательной активности и достижения удовлетворенностью уроками физической культуры.

Игровой метод, в силу всех присущих ему особенностей, вызывает глубокий эмоциональный отклик и позволяет удовлетворить в полной мере двигательную потребность занимающихся, тем самым, способствует созданию положительного эмоционального фона на занятиях и возникновению чувства удовлетворенности, что в свою очередь создает положительное отношение детей к занятиям физическими упражнениями.

Основная определяющая черта соревновательного метода — сопоставление сил в условиях упорядоченного соперничества, борьбы за первенство или возможно высокое достижение. Фактор соперничества в процессе состязаний, а также условия организации и проведения создают особый эмоциональный и физиологический фон, которые усиливает воздействие физических упражнений и может способствовать максимальному проявлению функциональных возможностей организма. Соревновательный метод также характеризуется наличием правил ведения состязаний, что помогает избежать отрицательных эмоций при подведении итогов.

Соединение этих двух методов возможно *в спортивной игре*, по своему воздействию которая является наиболее комплексным и универсальным средством развития ребенка, поскольку содействует формированию ориентации в пространстве, скорости реакции, координации двигательных действий, способности к согласованию отдельных движений, развитию силовых, скоростных качеств, выносливости. Рекомендуется также проводить активные спортивные внеклассные мероприятия: школьный турнир по баскетболу (футболу, пионерболу, волейболу и т.д.), семейные состязания «Вместе с мамой, вместе с папой», уличные турниры «Румяные щечки», «Футбол на снегу», «Рыцарский турнир», «Веселые старты», командные соревнования «Вместе веселее» и др.

Творческий подход к применению игрового и соревновательного методов упражнения, а также соблюдение вышеназванных правил, позволяет создать положительный эмоциональный фон на занятиях, что способствует появлению интереса школьников к урокам физической культуры.

Развитие физической культуры необходимо проводить и на других предметах. Учитель физической культуры должен предлагать применение на каждом уроке *физкультминуток*. Они благотворно влияют на восстановление умственной работоспособности, препятствуют нарастанию утомления, повышают эмоциональный уровень учащихся, снимают статические нагрузки. Физкультминутки обязательно проводятся в начальных и средних классах.

Информационные технологии в уроке физкультуры. Использование компьютерных технологий на уроках физкультуры сегодня актуально для того, чтобы образовательный процесс стал более интересным и понятным современ-

менному школьнику. Внедрение компьютерных технологий в образовательный процесс возможно, например, в виде *компьютерных презентаций*, которые учащиеся воспринимают с большим интересом, чем традиционные устные формы изложения материала. В презентации включаются сведения о важности здоровья, успехи российского спорта, фотографии известных спортсменов, необходимые содержательные материалы по теме урока.

Более инновационной формой являются *компьютерные программы развития*, предполагающие расчёт траектории занятий физической культурой каждого школьника, фиксирование его достижений и составление перспектив дальнейшего продвижения в сфере формирования физической культуры.

Технологии и конкретные методики развития интереса к занятиям физической культурой и спортом.

Одной из главных задач учителей физической культуры общеобразовательных школ, должна стоять задача по формированию у учащихся положительного отношения к физической культуре. Это возможно на основе формирования интереса к физической культуре путем влияния на мотивационную сферу обучающегося. Следует различать внешнюю и внутреннюю мотивацию и понимать, что истинный интерес формируется при наличии внутренней мотивации, которая возникает, если ученик испытывает удовлетворение от самого процесса и условий занятий физической культурой, от характера взаимоотношений с педагогом, одноклассниками во время этих занятий. При этом следует знать, что интересы учащихся к занятиям физической культурой бывают разными. Это и стремление укрепить здоровье, сформировать осанку, это и желание развить двигательные и волевые качества. Интересы мальчиков и девочек также различны: девочки часто всего думают о красивой фигуре, гибкости, изяществе движений и походки, реже о развитии быстроты, выносливости, силы. Мальчики же хотят развить силу, выносливость, быстроту, ловкость. Интерес также связан с возрастом обучающихся: у старшеклассников на первом месте стоят мотивы, связанные с их жизненными планами, подготовкой себя к определенной профессиональной деятельности, тогда как младшие школьники руководствуются игровыми или познавательными интересами. Удовлетворение интереса не приводит к его исчезновению, а наоборот, интерес может укрепляться, развиваться, становиться более глубоким и разносторонним. Проявление интереса, является показателем успешности деятельности учителя физической культуры.

При целенаправленном формировании интереса к физической культуре педагогически оправдано как воздействие на отдельные мотивы, так и комплексное воздействие на мотивационную сферу в целом, например, успешное формирование учебно-познавательных мотивов достигается осознанием связи между обучением и развитием физических качеств.

Для поддержания активного интереса к физической культуре необходимо систематически давать школьнику соответствующую информацию, которая должна раскрывать сущность и важность того или иного упражнения для обучающегося. Например, начиная обучение упорному прыжку, следует

пояснить, что такой прыжок - не самоцель, но многократные прыжки укрепляют силу мышц, развивают координацию движений, вырабатывают умение ориентироваться в пространстве.

Каждого школьника необходимо сориентировать на доступный и подходящий для него результат, достижение которого должно восприниматься им как успех, над собой.

Помимо удовлетворенности уроком, у школьников имеется еще и отношение к физической культуре, как к учебному предмету, которое характеризуется, с одной стороны, пониманием значимости этого предмета, а с другой — ожиданием того, что на уроках данного предмета можно удовлетворить свои интересы, потребности в двигательной активности и реализации собственных задач здорового образа жизни. Если учащийся испытывает состояние удовлетворенности, происходит и формирование положительно-активного отношения к физической культуре.

Формирование интереса к занятиям физической культурой должно основываться на передовых методах обучения, в максимальной степени способствующих эффективному проведению занятий при высоком уровне их привлекательности.

Исключительно важно применение средств наглядности, учебных карточек и стендов, технических средств обучения. Наглядность — абсолютно необходимое условие эффективной передачи, усвоения информации и успешного формирования у школьников интереса к физической культуре. Поэтому различные средства наглядности должны применяться с самых первых этапов формирования интереса к физической культуре.

Обязательным условием успешного формирования у школьников активного, устойчивого интереса к физической культуре является формирование результативных мотивов. Без ориентации на результат деятельность по развитию физической культуры обучающегося неэффективна как в плане формирования активного интереса к ней, так и в плане физической подготовки школьников.

В качестве примеров приведем ряд техник на формирование устойчивого интереса к физической культуре.

Техника «Приз здоровья». Суть ее заключается в том, что уже в начале учебного года вводится «Приз здоровья» - это может быть и мяч, и хорошая именная книга и игрушка и что-то другое. Такой приз вручается ребенку, который не пропустил ни одного учебного дня за четверть, полугодие, год.

Техника «Дерево здоровья»: на стене прикрепляется дерево (елка, яблоня, другое). На него, после каждой четверти заносятся имена и фамилии учеников, кто ни разу не болел – если это яблоня, то на яблоках, если елка – на елочных игрушках, если лиственное дерево – то на листочках). По итогам года самые здоровые ученики получают награду, как то поощряются.

Техника «Сочинение о важности здоровья». Важное значение для усвоения детьми представлений о здоровом образе жизни имеют их собственные разработки по этой теме – это могут быть сочинения и рефераты соответствующей тематической направленности. Работа над темой поможет детям осоз-

нать проблему здоровья и поставить себе самим конкретные задачи по сохранности и укреплению собственного здоровья. Такие детские работы могут послужить поводом для дискуссии. Темы сочинений и рефератов могут быть самыми разными как заданными учителем, так и разработанные самим учеником. Например: «Здоровье - основа личного счастья и успеха в жизни»; «Здоровье и питание»; «В здоровом теле – здоровый дух!»; «Почему лучше быть здоровым и богатым, чем больным и бедным?»; «Почему так говорят: люблю жену здоровую, сестру богатую?»; «Как вырасти здоровым и умным?» и т.д.

ЗАКЛЮЧЕНИЕ

В настоящих рекомендациях, направленных на решение проблемы повышения уровня научно-методического обеспечения организации занятий физической культурой и спортом и интереса к ним, изложен психолого-педагогический взгляд на проблему, проведен анализ степени удовлетворенности обучающихся в образовательных учреждениях занятиями физической культурой и спортом, обоснованы пути повышения уровня организации занятий физической культурой и спортом и развития интереса к ним.

Рассмотрены и проанализированы характеристика современного учителя физической культуры и его деятельности; степень удовлетворенности обучающихся в образовательных учреждениях уровнем организации занятий физической культурой и спортом; уровень научно-методического обеспечения занятий физической культурой и спортом.

Обоснована теоретическая база научно-методического обеспечения организации занятий физической культурой и спортом и интереса к ним.

Описано необходимое научно-методическое обеспечение организации занятий физической культурой и спортом.

Приведено описание конкретных технологий и методик организации занятий физической культурой и спортом.

Обосновано применение конкретных методик развития интереса к занятиям физической культурой и спортом.

Материалы для рекомендаций представляют обобщенный взгляд авторов на проблему.

Рекомендации могут быть полезны учителям физической культуры, педагогам, психологам, социальным работникам, специалистам системы дополнительного образования и специалистам управления образованием.

Список литературы и других использованных источников

1. Абрамов Э.Н., Дружинин В.И. Повышение квалификации преподавателей физической культуры // Методист. — 2009. — № 6. — С. 5–10.
2. Абрамов Э.Н. Портфель профессиональных достижений преподавателя физической культуры // Физическая культура в школе. — 2007. — № 3.
3. Антуфьев Д.А. Учитель физической культуры должен... Размышления преподавателя о своей работе // Физическая культура в школе. — 2009. — № 5.
4. Асеев В.Г. Мотивация поведения и формирования личности. — М.: Мысль, 1976.
5. Бегидова С.Н., Хазова С.А. Акмеологическая направленность личности специалиста по физической культуре и спорту // Педагогическое образование и наука. — 2008. — № 8.
6. Железняк Ю.Д., Петров П.К. Основы научно-методической деятельности в физической культуре и спорте. Учебное пособие. — М.: Издательский центр «Академия», 2009.
7. Зимняя И.А. Социально-профессиональная компетентность как целостный результат профессионального образования (идеализированная модель) // Проблемы качества образования. Кн. 2. — М.; Уфа: Исследовательский центр проблем качества подготовки специалистов, 2005. — С. 10–19.
8. Ильин Е.П., Лихачев Л.В. Типы зависимостей общей удовлетворенности занятиями физическим воспитанием и спортом от частных видов удовлетворенности. — Л.: ЛГПИ, 1985.
9. Ильин Е.П. Психология физического воспитания: Учеб. Пособие для студентов пед. ин-тов по спец.№ 2114 «Физическое воспитание». — М.: Просвещение, 1987.
10. Кардялис К., Кардялене Л., Шукис С., Янкаускаене Р. Отношение будущих специалистов физической культуры к здоровому образу жизни // Социологические исследования — 2007. — № 12. — С. 129–132.
11. Левина Е.И. Мотивационная обусловленность занятий массовой физической культурой среди учащейся молодежи: выпускная квалификационная работа. — Смоленск, 2009.
12. Леонтьев А.Н. Потребности, мотивы и эмоции. — М., 1971.
13. Методические рекомендации для преподавателей физической культуры по составлению годового и тематического планирования // Серия: «Инструктивно-методическое обеспечение содержания образования в Москве». / Отв. ред. Л.Е. Курнешова. — М.: Центр «Школьная книга», 2007.
14. Митин А.Е., Филиппова С.О., Митин Е.А. Теоретические и методические подходы к применению гуманитарных технологий в подготовке специалистов по физической культуре: монография / под ред. В.А. Бордовского. — СПб.: Белл, 2009. — 395 с.
15. Отчет по проекту «Научно-методические основы организации физической культуры и спорта в образовательных учреждениях общего образова-

ния», научн. рук. — д.псих.н., профессор Н.Ю. Синягина. Рукопись. — ФГНУ «ЦПВ и СППДМ», 2006.

16. Отчет по проекту «Разработка и апробация модульной программы формирования и развития психолого-педагогической компетентности учителей физической культуры в общеобразовательных учреждениях (для трех возрастных групп: начальной, средней и старшей ступеней)», науч. рук. Синягина Н.Ю. Рукопись. — ФГНУ «ЦПВ и СППДМ», 2009.

17. Петров П.К. Информационные технологии в физической культуре и спорте. — М.: Академия, 2008.

18. Преподавание физической культуры в образовательных учреждениях города Москвы в 2009–2010 учеб. году. Методические рекомендации. — М.: МИОО, 2009. — 320с.

19. Синягина Н.Ю., Кузнецова И.В. Как сохранить и укрепить здоровье ученика: психологические установки и упражнения. — М.: Владос, 2004. — 161 с.

20. Туманян Г.С. Здоровый образ жизни и физическое совершенствование. — М.: Академия, 2008.

21. Хозяинов Г.И., Кузьмина Н.В., Варфоломеева Л.Е. Акмеология физической культуры и спорта. — М.: Академия, 2008.

22. Цукерман М.И., Левченко И.Н. Культура здоровья школьника. Сборник мет.мат-в. — М.: МГПИ, 2009.

23. Шамова Т.И., Воровщиков С.Г. Экспериментальные школы: перспективное направление развития профессиональной компетентности руководителей и педагогов / Повышение профессиональной компетентности работников образования: актуальные проблемы и перспективные решения: Сборник статей Вторых педагогических чтений научной школы управления образованием. — М., 2010. — С. 28–29.

24. Шитов Д.Г., Онищенко А.Н. Анализ мотивационной сферы студенческой молодежи в процессе здоровьесберегающей деятельности// Актуальные вопросы педагогики и психологии: материалы международной заочной научно-практической конференции. — Новосибирск, 2011.

25. Щетинина С.Ю. Мониторинг удовлетворенности школьников уроками физической культуры// Ученые записки университета им. П.Ф. Лесгафта. — 2007. — № 5. — С. 100–107.

АНКЕТА¹⁴

Инструкция по заполнению анкеты:

Уважаемые друзья!

Внимательно прочитайте предлагаемые вопросы и как можно полнее ответьте на них. Помните: «плохих» и «хороших» ответов нет!

При необходимости изложите собственный взгляд на проблему.

Заранее благодарим!

1. Несколько вопросов о Вас:

— Образовательное учреждение

— Место проживания

— Возраст (полных лет).

— Пол: *(нужное подчеркнуть)*

женский

мужской

2. Оцените в баллах от 1 до 10 собственное здоровье в целом *(поставьте любой знак в нужной ячейке)*.

1	2	3	4	5	6	7	8	9	10
---	---	---	---	---	---	---	---	---	----

3. Выберите 3 основные причины для характеристики следующего суждения «Чего мне не хватает, чтобы быть здоровым» *(нужное подчеркнуть)*.

- Времени
- Денег
- Силы воли
- Наличия спортивных секций
- Хороших преподавателей физической культуры, тренеров
- Фитнес клуба
- Желания
- Спортивной формы и инвентаря
- Здоровья
- Поддержки родителей
- Другое (что)

4. Можно ли сказать, что Вы заботитесь о своем здоровье *(нужное подчеркнуть)*?

— да

— скорее да, чем нет

— скорее нет, чем да

— нет

5. Сколько раз неделю проходят в вашем образовательном учреждении занятия

¹⁴ Анкета разработана на основе методик Н.Ю. Синягиной, Н.В.Зайцевой и Т.Ю.Богачевой.

физической культурой?

6. Почему Вы посещаете занятия физической культурой (нужное подчеркнуть)?

- они укрепляют мое здоровье
- движение доставляет мне радость
- чтобы получить оценку (зачет)
- занятия улучшают мое настроение и самочувствие
- чтобы научиться красиво двигаться, иметь стройную фигуру и сильные мышцы
- занятия привлекают меня спортивными играми
- не посещаю
- другое_

7. Если бы была возможность не посещать занятия физической культурой в образовательном учреждении (нужное подчеркнуть):

- я бы расстроился (лась)
- мне все равно
- я был(а) бы рад(а)

8. Комфортно ли Вам на занятиях физической культурой? Оцените в баллах от 1 до 10 (поставьте любой знак в нужной ячейке).

1	2	3	4	5	6	7	8	9	10
---	---	---	---	---	---	---	---	---	----

9. Работают ли в вашем образовательном учреждении спортивные секции? Какие?

10. Посещаете ли спортивную секцию? Если ДА, то какую?

11. Хотели бы Вы, чтобы у Вас был другой преподаватель по физической культуре (нужное подчеркнуть)?

- нет, не хотел(а) бы
- мне все равно
- хотел(а) бы

12. Оцените в баллах от 1 до 10 уровень оснащенности спортивного зала вашего образовательного учреждения спортивным оборудованием, инвентарем (поставьте любой знак в нужной ячейке).

1	2	3	4	5	6	7	8	9	10
---	---	---	---	---	---	---	---	---	----

13. Какие формы физкультурно-оздоровительной работы использует преподаватель на занятиях?

14. Занятия физической культурой в вашем образовательном учреждении проводятся (нужное подчеркнуть):

- в спортивном зале
- на спортплощадке на территории образовательного учреждения
- в бассейне

- на стадионе
- на катке
- на лыжной трассе

15. Какие формы занятий устраивают Вас в большей степени?

16. Справляетесь ли Вы с предлагаемой физической нагрузкой на занятиях (нужное подчеркнуть)?

- да
- нет
- иногда

17. Учитываются ли особенности обучающихся с ограниченными возможностями здоровья?

- да
- нет
- иногда

18. Как Вы себя чувствуете после занятия физической культурой в вашем образовательном учреждении?

19. Знакомит ли Вас преподаватель с правилами здорового образа жизни, современными здоровьесберегающими технологиями?

- да
- нет
- иногда

20. Принимаете ли Вы участие в спортивной жизни вашего образовательного учреждения (игры, соревнования и т.д.)?

- да
- нет
- иногда

21. Назовите наиболее запомнившиеся Вам спортивные мероприятия за последний учебный год

22. Каким должен быть, на Ваш взгляд, современный преподаватель физической культуры? Опишите.

23. Удовлетворены ли Вы в целом тем, как проводятся занятия физической культурой в вашем образовательном учреждении?

- да
- скорее да, чем нет
- скорее нет, чем да
- нет

24. Если бы Вы преподавали физическую культуру, как бы Вы проводили занятия?

ОПРОСНЫЙ ЛИСТ

по изучению развития психолого-педагогической компетентности учителей физической культуры, работающих в общеобразовательных учреждениях¹⁵

Цель: изучение уровня психолого-педагогической компетентности учителей физической культуры, работающих в общеобразовательных учреждениях и разработка и апробация модульной программы его повышения.

Задачи:

1. Провести изучение уровня психолого-педагогической компетентности учителей физической культуры, работающих в общеобразовательных учреждениях (на выборке не менее 250 учителей физкультуры и не менее чем в 7 регионах РФ).

2. Осуществить анализ уровня профессиональной и социальной компетентности учителей физической культуры, выявление их потребностей в знаниях по различным направлениям профессиональной деятельности, умениях и навыках при решении педагогических задач, в том числе:

- разработка, организация и проведение урока физкультуры на основе современных здоровьесберегающих педагогических технологий;
- взаимодействие с учеником и классом во время урока;
- педагогическая диагностика трудностей в освоении образовательной программы у различных контингентов детей;
- адаптация обучающихся, воспитанников с ограниченными возможностями здоровья к условиям обучения и воспитания;
- взаимодействие с родителями (законными представителями), коллегами-учителями, специалистами смежных областей (медицинскими работниками, классными руководителями, педагогами-психологами, социальными педагогами и т.д.);
- педагогическая работа с ребенком.

3. На основе полученных результатов сформулировать основные направления модульной программы формирования и развития психолого-педагогической компетентности учителей физической культуры в общеобразовательных учреждениях (для трех возрастных групп: начальной, средней и старшей ступеней) и провести ее апробацию на указанной выборке.

Инструкция по заполнению опросного листа:

Уважаемые коллеги!

Внимательно прочитайте предлагаемые вопросы и как можно полнее ответьте на них. Помните: «плохих» и «хороших» ответов нет!

При необходимости изложите собственный взгляд на проблему и пути ее решения в виде предложений, эссе и др.

Ждем от вас письменный и электронный варианты опросных листов.

Заранее благодарим!

1. Оцените в баллах от 1 до 10 собственное здоровье в целом.

1	2	3	4	5	6	7	8	9	10
---	---	---	---	---	---	---	---	---	----

¹⁵ Опросный лист разработан на основе методик Н.Ю.Синягиной и Т.Ю.Богачевой.

2. Постарайтесь проранжировать (распределить по местам в зависимости от их значимости: от 1 — незначима, до 10 — очень значима) следующие ценности:

Хорошее образование
Материальное благополучие
Известность
Слава
Здоровье
Сила воли
Наличие ясной цели
Дружная семья
Хорошие друзья
Полезные связи
Другое (что)

3. Постарайтесь проранжировать (распределить по местам в зависимости от их значимости: от 1 — незначима, до 10 — очень значима), что из перечисленного ниже в наибольшей, а что в наименьшей степени влияет на жизненный успех.

Хорошее образование
Материальное благополучие
Известность
Слава
Здоровье
Сила воли
Наличие ясной цели
Дружная семья
Хорошие друзья
Полезные связи
Другое (что)

4. Выберите 3 основные причины для характеристики следующего суждения «Чего мне не хватает, чтобы быть здоровым».

Времени
Денег
Силы воли
Наличия спортивных секций
Хороших тренеров
Фитнес клуба
Желания
Спортивной формы и инвентаря
Здоровья
Поддержки родителей
Другое (что)

5. Оцените, пожалуйста, в баллах от 1 до 10 насколько здоровье сегодня важно, для того, чтобы сделать успешную карьеру?

1	2	3	4	5	6	7	8	9	10
---	---	---	---	---	---	---	---	---	----

6. Оцените, пожалуйста, в баллах от 1 до 10 то, насколько Ваше собственное здоровье оказало влияние на Вашу карьеру

1	2	3	4	5	6	7	8	9	10
---	---	---	---	---	---	---	---	---	----

Ответьте, пожалуйста, на несколько общих вопросов.

7. Как часто Вы болели в детстве и юности?

1. — очень часто
2. — часто
3. — скорее часто, чем редко
4. — скорее редко, чем часто
5. — редко
6. — очень редко

8. Курите ли Вы, а если Вы бросили курить, то, сколько лет Вы до этого курили?

1. — не курил
2. — 1–2 года
3. — 3–5 лет
4. — 6–10 лет
5. — более 10 лет
6. — курю до сих пор

9. Как Вы оцениваете уровень своей жизни?

1. — живу хорошо, ни в чем себе не отказываю
2. — живу нормально
3. — средств на жизнь хватает с трудом
4. — средств на жизнь не хватает
5. — иной ответ

10. В конце рабочей недели Вы обычно:

1. — испытываете сильную усталость
2. — испытываете легкую усталость
3. — чувствуете себя также, как и в начале недели
4. — чувствуете себя хуже, только после напряженной недели
5. — чувствуете себя хуже, если долго не были в отпуске
6. — чувствуете себя бодрее, чем в начале недели

11. Можно ли сказать, что Вы заботитесь о своем здоровье?

1. — да
2. — скорее да, чем нет
3. — скорее нет, чем да
4. — нет

12. Считаете ли Вы свою карьеру успешной?

1. — да
2. — скорее да, чем нет
3. — скорее нет, чем да
4. — нет

13. Оцените в баллах факторы риска здоровья субъектов образовательного процесса:

- курение (наличие и интенсивность)
- алкоголь (интенсивность)
- питание (разнообразие и рациональность)
- движение (физическая активность и нагрузки)
- сон (недостаточность)
- стресс (индивидуальная восприимчивость)

14. Отметьте наиболее сложные для Вас направления профессиональной деятельности:

- разработка, организация и проведение урока физкультуры на основе современных здоровьесберегающих педагогических технологий;
- взаимодействие с учеником и классом во время урока;
- педагогическая диагностика трудностей в освоении образовательной программы у различных контингентов детей;
- адаптация обучающихся, воспитанников с ограниченными возможностями здоровья к условиям обучения и воспитания;
- взаимодействие с родителями (законными представителями), коллегами-учителями, специалистами смежных областей (медицинскими работниками, классными руководителями, педагогами-психологами, социальными педагогами и т.д.);
- педагогическая работа с ребенком.

15. Хватает ли Вам знаний по вышеперечисленным направлениям в Вашей профессиональной деятельности?

1. — да
2. — скорее да, чем нет
3. — скорее нет, чем да
4. — нет

16. В каких знаниях Вы чувствуете потребность?

- разработка, организация и проведение урока физкультуры на основе современных здоровьесберегающих педагогических технологий;
- взаимодействие с учеником и классом во время урока;
- педагогическая диагностика трудностей в освоении образовательной программы у различных контингентов детей;
- адаптация обучающихся, воспитанников с ограниченными возможностями здоровья к условиям обучения и воспитания;
- взаимодействие с родителями (законными представителями), коллегами-учителями, специалистами смежных областей (медицинскими работниками, классными руководителями, педагогами-психологами, социальными педагогами и т.д.);
- педагогическая работа с ребенком.

17. Какой путь Вы чаще выбираете для получения недостающих знаний?

18. Каким образом Вы используете психолого-педагогические знания при решении различных педагогических задач?

19. Опишите содержательные основы реализуемых Вами образовательных программ (чьи идеи, концепции реализуются, назвать, перечислить основные)

20. Проанализируйте, насколько реализуемые Вами программы увязаны с основными целями и задачами концепции модернизации образования

21. Отметьте, насколько реализуемые Вами программы потом анализируются вами и отражаются в дальнейшей деятельности

20% 40% 50% 80% 100%

22. Опишите основные авторские мероприятия, проводимые вами при обучении школьников

23. Назовите формы работы с детьми с ограниченными возможностями здоровья, применяемые Вами в Вашей деятельности

24. Укажите формы повышения Вами Вашей профессиональной компетентности:

- специальная подготовка в вузе
- повышение квалификации в системе повышения квалификации страны
- повышение квалификации в системе повышения квалификации региона
- повышение квалификации в системе повышения квалификации отрасли
- переподготовка в системе повышения квалификации
- прохождение спецкурсов, специальных программ — перечислить

- саморазвитие

25. Укажите периодичность повышения Вами профессиональной компетентности

Раз в год
Раз в три года
Раз в пять лет
Не повышал никогда
Другое

26. Проранжируйте нижеприведенные направления деятельности учителя физической культуры в порядке убывания значимости (на первом месте — самое значимое)

___ разработка, организация и проведение урока физкультуры на основе современных здоровьесберегающих педагогических технологий;

___ взаимодействие с учеником и классом во время урока;

___ педагогическая диагностика трудностей в освоении образовательной программы у различных контингентов детей;

___ адаптация обучающихся, воспитанников с ограниченными возможностями здоровья к условиям обучения и воспитания;

___ взаимодействие с родителями (законными представителями), коллегами-учителями, специалистами смежных областей (медицинскими работниками, классными руководителями, педагогами-психологами, социальными педагогами и т.д.);

___ педагогическая работа с ребенком;

___ другое (укажите, что).

27. Опишите уровень достижений собственной профессиональной деятельности (медали, дипломы, грамоты, др. награды)

28. Назовите наиболее значимые практические результаты Вашей профессиональной деятельности (описать и отметить особо занятые в различных мероприятиях места, полученные отзывы, реальные достижения)

29. Оцените собственную профессиональную деятельность в баллах 20 30 50 70 100

30. Как Вы оцениваете оснащенность библиотеки, методического кабинета Вашего учебного заведения литературой, материалами по физкультурно-оздоровительной работе (дать характеристику использования)

31. Как Вы оцениваете условия Вашей деятельности (оснащенность необходимым организационно-техническим оборудованием, спортивным инвентарем, дидактическими и техническими средствами и др.).

32. Охарактеризуйте компетентность Ваших коллег, преподавателей физической культуры

33. Назовите критерии оценки результативности Вашей профессиональной деятельности

34. Назовите критерии оценки уровня профессиональной компетенции преподавателя физической культуры

35. Назовите перечень характеристик, к которым должен стремиться преподаватель физической культуры в реализации задач своей профессиональной деятельности

36. Составьте валеологический портрет современного преподавателя физической культуры

37. Несколько вопросов о Вас:

Ваш пол

1. — мужской

2. — женский

Ваш возраст _____ (полных лет)

Ваша профессия _____

Ваша должность _____

Ваш общий трудовой стаж _____

Где Вы постоянно проживаете (город, село, др.) _____

**Рекомендуемые показатели
степени удовлетворенности обучающихся уровнем организации занятий
физической культурой и спортом**

Приведенные показатели дают возможность составить общий анализ степени удовлетворенности обучающихся в образовательных учреждениях уровнем организации занятий физической культурой и спортом в системе образования.

1. Уровень заинтересованности (внутренняя мотивированность) обучающихся в занятиях физической культурой и спортом.

Показатель выражается: в интересе к урокам физкультуры и спорту, увлеченности спортивным образом жизни, наличии значимого примера (сверстников, значимых взрослых, увлеченных спортом), позитивного имиджа поддержания хорошей спортивной формы.

2. Степень сформированности у обучающихся ценности здорового образа жизни.

Показатель выражается: во владении информацией о значимости здоровья и здорового образа жизни, в актуальности ценности здоровья в личной системе ценностей и осознании значимости здорового образа жизни на социальном уровне и для будущей карьеры.

3. Уровень готовности обучающихся к укреплению и сохранению собственного здоровья.

Показатель выражается: в личностной ориентированности на поддержание хорошей физической формы для сохранения и укрепления здоровья, нацеленность на систематическую самоорганизацию по поддержанию собственного здоровья в дальнейшей жизнедеятельности.

4. Степень удовлетворенности обучающихся занятиями физической культурой и спортом в образовательном учреждении.

Показатель выражается: в удовольствии от занятий физкультурой — внутренняя положительная эмоциональная окрашенность и физическая удовлетворенность («мышечная радость»).

5. Сбалансированность физической нагрузки.

Показатель выражается: в оптимальном количестве занятий физкультурой в неделю и посильности физической нагрузки, в использовании индивидуального и возрастного подходов учителем физкультуры, учете особенностей обучающихся с ограниченными возможностями здоровья.

6. Удовлетворенность психологическим климатом на занятии.

Показатель выражается: в удовлетворенности взаимоотношениями с одноклассниками (однокурсниками) во время занятий физической культурой, а также позицией педагога в отношении поддержания командного духа, позитивной оценки достижений каждого обучающегося, недопущения насмешек, конфликтных ситуаций и т.п.

7. Уровень оснащенности учебного процесса.

Показатель выражается: в удовлетворенности наличием достаточного количества различного спортивного оборудования, спортивного инвентаря и частоте использования его на занятиях физической культурой; наличием различных спортивных площадок.

8. Уровень компетентности учителей физической культуры.

Показатель выражается: в удовлетворенности качеством преподавания информации о здоровом образе жизни, здоровьесберегающих технологиях и т.д. учителем; формой проведения занятий и общения с обучающимися в процессе занятий. Также значимы достижения учителей физической культуры (уровень внешней результативности деятельности учителя: внутришкольный, городской, областной, всероссийский, международный).

9. Степень разнообразия форм и методов занятий физической культурой и спортом.

Показатель выражается: в удовлетворенности разнообразием и чередованием видов упражнений на занятиях физической культурой, а также в посещении действующих спортивных секций в данном образовательном учреждении во внеучебное время.

10. Уровень активности участия в спортивных мероприятиях образовательного учреждения.

Показатель выражается: в количестве и разнообразии проводимых в образовательном учреждении мероприятий (внутришкольные, городские, областные, всероссийские, международные), в удовольствии и частоте участия в них, в значимости достигнутых результатов (как личных, так и командных).

Все вышеназванные показатели диагностируются по степени выраженности: **высокая, средняя, низкая.**

ТЕЗАУРУС

Возрастной подход — учет и использование закономерностей развития личности (физиологических, психических, социальных), а также социально-психологических особенностей групп воспитуемых, обусловленных их возрастным составом.

Гендерный подход — учет социально-биологической характеристики пола в воспитательно-образовательном процессе. Целью гендерного подхода в образовании является деконструкция традиционных культурных ограничений развития потенциала личности в зависимости от пола, осмысление и создание условий для максимальной самореализации и раскрытия способностей девушек и юношей в процессе педагогического взаимодействия.

Здоровье человека — состояние полного физического, духовного и социального его благополучия, а не только отсутствие болезней и физических дефектов.

Здоровый образ жизни — способ жизнедеятельности, направленный на сохранение и укрепление здоровья; соблюдение определенных норм, правил и ограничений в повседневной жизни, способствующих сохранению здоровья, оптимальному приспособлению организма к условиям среды, высокому уровню работоспособности в учебной и профессиональной деятельности.

Интерес — потребностное отношение или мотивационное состояние, побуждающее к познавательной деятельности, развертывающейся преимущественно во внутреннем плане.

Компетентность — уровень образованности, который характеризуется способностью решать задачи в различных сферах жизнедеятельности на базе теоретических знаний (на основе использования научных понятий, принципов, научных законов, теорий, методов науки). Компетентность трактуется как выраженная способность применять знания и опыт для решения профессиональных социальных и личностных проблем. Под психолого-педагогической компетентностью понимаются знания, умения, навыки, а также способы и приемы их реализации в деятельности. Расшифровывая этот феномен, ученые подчеркивают, что речь идет о специальной и профессиональной компетентности в области преподаваемой дисциплины; методической компетентности в области способов формирования знаний, умений у учащихся, социально-психологической компетентности в области процессов общения, дифференциально-психологической компетентности в области мотивов, способностей, направлений деятельности учащихся.

Мотивация — побуждение к действию; динамический процесс психофизиологического плана, управляющий поведением человека, определяющий его направленность, организованность, активность и устойчивость; способность человека деятельно удовлетворять свои потребности.

Удовлетворенность — устойчивое долгосрочное оценочное отношение субъекта к выполняемой им деятельности (учебной, трудовой, спортивной, общественной) в целом или отдельным ее сторонам, возникающее в результате неоднократно испытанного удовлетворения от совершавшейся работы.

Физическое воспитание — педагогический процесс, направленный на достижение хорошего здоровья, физического и двигательного развития ребенка.

Физическое образование — одна из сторон физического воспитания, направленная на овладение профессиональными знаниями, двигательными навыками.

Физическое развитие — это процесс изменения форм и функций организма под воздействием условий жизни и воспитания. В узком смысле слова это: антропометрические и биометрические понятия (рост, вес, окружность грудной клетки, состояния осанки, жизненная емкость легких.) В широком понимании это — физические качества (выносливость, ловкость, быстрота, сила, гибкость, равновесие, глазомер).

Физическая подготовленность — уровень развития двигательных умений и навыков, физических качеств человека. В результате глубокого изучения возможностей

детского организма были разработаны нормативные показатели по всем основным видам физических упражнений и требования к качеству их выполнения.

Физическая подготовка — это профессиональная направленность физического воспитания.

Ценность — значимость (полезность, необходимость, желательность и т. д.) для людей тех или иных материальных, духовных или природных объектов, явлений, других людей. М. Рокич считал ценность разновидностью убеждения, занимающего центральное место в системе убеждений человека относительно того, как следует или не следует себя вести, или относительно какой-либо конечной цели существования, которую стоит или не стоит достигать.

Ценность здоровья — специфический блок ценностных ориентаций, связанных со здоровьем и здоровым образом жизни. Сформированность ценности здоровья от социально-демографических и специфических психолого-акмеологических характеристик: готовность к развитию ценности здоровья, готовность к восприятию здоровья как ценности и готовность к реализации здорового образа жизни, а также от стиля жизни.