

# Концептуальные основы совершенствования системы физического воспитания подрастающего поколения в Республике Беларусь

- 1 Значимость и проблемы современного физического воспитания
- 2 Методологические основы современного физического воспитания
- 3 Основные направления совершенствования физического воспитания
- 4 Ресурсное обеспечение реализации процесса совершенствования современного физического воспитания

# **1 Значимость и проблемы современного физического воспитания**

- Физическое воспитание в системе образования традиционно ответственно за физическое развитие и физическую подготовку молодого поколения к жизни. В Республике Беларусь оно функционирует и развивается на основе опыта и традиций советской системы физического воспитания. Теоретико-методические основы и содержание этой системы были ориентированы на подготовку подрастающих поколений к определенным условиям жизни. В настоящее время эти условия изменились. Они предъявили новые требования к физическому воспитанию.

- Физическое воспитание формирует систему ценностных ориентаций личности на здоровый образ жизни, обеспечивает мотивационную, информационную, функциональную и двигательную готовность к нему.
- Оно осуществляется в соответствии с общими и специфическими для него закономерностями, принципами и правилами педагогического процесса. Влияет на интеллектуальные, психические, морально-волевые и другие качества личности.

- Основной формой физического воспитания в дошкольном, общем, профессиональном, высшем образовании являются обязательные учебные занятия. В процессе таких занятий изучается учебная дисциплина «Физическая культура» (в школе «Физическая культура и здоровье») – структурная единица системы образования. Физическое воспитание осуществляется также в процессе семейного, внешкольного, специального, дополнительного образования и в процессе самовоспитания.

- **Социально значимыми результатами** физического воспитания являются физическая подготовленность и физическое развитие занимающихся, знания, двигательные и методические умения, навыки и привычки, необходимые для физического самовоспитания, формирования здорового образа жизни, культурной организации свободного времени. К ним относятся также физическое и духовное оздоровление, повышение сопротивляемости организма заболеваниям, физическая реабилитация и рекреация.

- Физическое воспитание позволяет разносторонне воздействовать на личность. Вместе с тем многие социально значимые результаты физического воспитания достигаются в настоящее время лишь частично. Уровень физической подготовленности, отвечающий требованиям, предъявляемым службой в армии, оказывается недоступным значительной части юношей и мужчин – выпускников средних и высших учебных заведений. Как недостаточный может быть оценен уровень физической подготовленности девушек и женщин. Все это свидетельствует о ***проблеме физической подготовки учащихся и студентов.***

- Физическая подготовленность – только один из социально значимых результатов физического воспитания. Он быстро утрачивается после завершения учебы, если не поддерживается самостоятельно. В то же время с возрастом мотивация занятий физическими упражнениями снижается. Поэтому одной из основных задач обязательного физического воспитания является **формирование устойчивых мотивов физического самосовершенствования**. Они должны подкрепляться обязательным для всех общим физкультурным образованием.

- В настоящее время образовательные задачи физического воспитания, связанные с обучением знаниям, методическим умениям и навыкам, решаются, как правило, недостаточно эффективно. Это является следствием исторически сложившегося узко утилитарного «нормативного» подхода к физическому воспитанию, как средству физической подготовки молодежи. При таком подходе норматив, отражающий уровень физической подготовленности, являлся основным критерием эффективности физического воспитания. Необходимость физкультурного образования, как правило, признается, но учащиеся и студенты не получают его в достаточном объеме.

- В результате они оказываются неподготовленными к самостоятельному использованию средств физической культуры для самооздоровления, саморазвития, самоформирования нравственного сознания и нравственного поведения. «Физическая культура» как учебная дисциплина «выпадает» из образовательного и воспитательного пространства средних и высших учебных заведений. Все это позволяет рассматривать **проблему общего для всех физкультурного образования** как одну из наиболее актуальных, а ориентацию физического воспитания на общее физкультурное образование как приоритетную.

- Воспитание ребенка в семье является важным фактором его физического, психического, интеллектуального развития и укрепления здоровья. Эффективность физического воспитания детей в семье зависит от подготовленности к нему родителей, вчерашних учащихся и студентов. В то же время в подавляющем большинстве семей родители не готовы к полноценному физическому воспитанию детей.

- Это свидетельствует о **проблеме подготовки учащихся старших классов и студентов к физическому воспитанию в семье.** Причина этой проблемы заключается в несоответствии полученного физкультурного образования тем требованиям, которые предъявляет жизнь к учащимся и студентам после окончания обучения. Следствием этой проблемы являются отклонения в физическом, психическом, интеллектуальном развитии, состоянии здоровья детей, дающие тяжелые рецидивы в последующей их жизни.

- Одной из главных проблем, которую призвано решать физическое воспитание, является **проблема укрепления здоровья дошкольников, учащихся и студентов**. В настоящее время она решается недостаточно эффективно. С возрастом число здоровых учащихся и студентов уменьшается. Это отражает общую тенденцию снижения уровня здоровья населения, зависящую от комплекса факторов.

- Физическое воспитание является сильнодействующим фактором воздействия на организм. Состав учащихся и студентов неоднороден по уровню здоровья, физического развития и физической подготовленности. Одни и те же педагогические средства оказывают различное воздействие на разных людей. Работа с лицами, имеющими отклонения в состоянии здоровья, должна проводиться строго индивидуально. Поэтому одной из важнейших является **проблема индивидуализации физического воспитания**. Особую важность эта проблема приобретает в связи с необходимостью развития адаптивного физического воспитания.

## **2 Методологические основы современного физического воспитания**

- Физическое воспитание является открытой системой. Поэтому под влиянием изменения социокультурной ситуации и экономических условий продолжаются процессы трансформации системы взглядов, определяющих его целевые установки, содержание и педагогические технологии. Определяющим в этой системе взглядов является отношение к человеку.

- В соответствии с Конституцией Республики Беларусь человек рассматривается как высшая ценность общества и государства. Физическое воспитание, вводя человека в мир физической культуры, должно соответствовать этой конституционной норме. Для этого процесс вхождения человека в мир физической культуры должен являться не только процессом его «привлечения» к различным формам физкультурной деятельности и усвоения культуры в вербальной форме.

- Он должен стать процессом формирования физической культуры личности.
- Формирование физической культуры личности предполагает овладение соответствующими физкультурными ценностями. К ним относятся прежде всего интеллектуальные и духовные ценности, двигательные и методические умения и навыки и другие. В процессе овладения этими ценностями человек, включаясь в активную деятельность, формирует себя как общественную ценность.

- Для полноценного формирования физической культуры личности необходима активная, творческая физкультурная деятельность учащегося или студента. Обязательным ее условием является мотивация физического воспитания и самовоспитания. Основными факторами мотивации являются содержание физического воспитания, способ его реализации, система предъявляемых учебных и социальных требований, ценностные ориентации и др.

- Содержание физического воспитания должно быть доступным и актуальным для личности. Оно должно формироваться с учетом возрастно-половых особенностей, быть ориентированным на доминантные в данном возрасте потребности, учитывать психофизические, интеллектуальные и другие возможности занимающихся. В системе профессионального и высшего образования должны учитываться требования, предъявляемые профессией к физической культуре личности.

- Они находят свое отражение в содержании профессионально-прикладной физической подготовки – системы знаний, методических и двигательных умений и навыков, психофизических качеств и координационных возможностей, необходимых для успешного овладения профессией и для будущей профессиональной деятельности.

- Формирование физической культуры личности тесно связано с гуманистическими ценностями, обеспечивающими укрепление здоровья, сохранение и продление жизни человека.

- Физическая культура личности как сторона ее культуры является фактором, влияющим на поведение человека. От ее сформированности в значительной мере зависит самостоятельное использование средств физической культуры для физического самосовершенствования, формирования и поддержания здорового образа жизни, разумной организации здорового досуга.

- **Это позволяет определить в качестве цели физического воспитания формирование физической культуры личности.**  
Достигается цель в результате решения специфических и общепедагогических воспитательно-образовательных, оздоровительных и прикладных задач физического воспитания.

- *Специфические воспитательно-образовательные задачи* направлены на формирование устойчивых мотивов физического воспитания и самовоспитания, обучение физкультурным знаниям, методическим умениям и навыкам, двигательным умениям и навыкам, повышение функциональных возможностей и воспитание на этой основе физических качеств, включение в активную физкультурную или спортивную деятельность.

- *Общепедагогические воспитательно-образовательные задачи* направлены на формирование нравственного сознания и нравственного поведения, волевых качеств, трудолюбия, творческого отношения к физическому воспитанию и самовоспитанию, эстетическое и эмоциональное развитие, личности.

- *Оздоровительные задачи* направлены на укрепление физического здоровья и профилактику заболеваний, содействие правильному физическому развитию, повышение с помощью средств физической культуры умственной работоспособности, снижение отрицательного воздействия чрезмерной нагрузки на психику занимающихся, обусловленного напряженным режимом обучения.

- *Прикладные задачи* направлены на обучение умениям и навыкам сотрудничества со сверстниками, формирование представлений, знаний, умений и навыков, необходимых для обеспечения безопасности жизнедеятельности во время самодеятельных игр, физкультурных занятий, пребывания на природе, в быту, в экологически неблагоприятных условиях.

- В формировании физической культуры личности могут быть выделены пять этапов:
  - – начального практического приобщения к физической культуре (до 6 — 7 лет);
  - – начальной сформированности физической культуры личности (6 — 10 лет);
  - – базовой сформированности физической культуры личности (11-16 лет);

- – углубленной сформированности физической культуры личности (17 — 19 лет);
- – творческой сформированности физической культуры личности (19 — 23 года).
- Каждому этапу присущи содержательные характеристики физической культуры личности.

- Содержание и методика физического воспитания разрабатываются и используются с учетом состояния здоровья, половых различий, индивидуальных особенностей развития в онтогенезе психофизических качеств, свойств психики, комплекса морфофункциональных показателей. Важными ориентирами при разработке содержания и методики физического воспитания являются периоды ускорения и замедления физического развития, сенситивные периоды физической подготовленности, критические периоды психического развития.

# **3 Основные направления совершенствования физического воспитания**

- Одним из приоритетных направлений совершенствования физического воспитания является *следование традиционным гуманистическим принципам отечественной системы физического воспитания*, не потерявшим актуальность в наше время. К ним относятся принципы всестороннего гармонического развития личности, оздоровительной направленности, прикладности физического воспитания.

- Надежной гарантией поддержания своего физического состояния, укрепления здоровья средствами физической культуры, продления творческого долголетия является способность человека делать это самостоятельно. Поэтому центральным направлением совершенствования физического воспитания, не умаляя значимости других, является его **ориентация на физкультурное образование**

- Она достигается расширением и углублением знаний олимпийского движения, личной гигиены, значения физической культуры в современных условиях, ее влияния на телосложение, умственную и физическую работоспособность, жизнеспособность человека, обеспечивающих самостоятельное грамотное использование средств физической культуры в режиме учебного и рабочего дня, в процессе самостоятельных занятий, в семейной жизни, необходимых для самоконтроля.

- На уровне творческой сформированности физической культуры личности необходимы знания, позволяющие оперировать общими понятиями, ставить перед собой и самостоятельно решать задачи физического воспитания и самовоспитания. Наряду со знаниями в процессе физкультурного образования должны формироваться методические умения и навыки, необходимые для их практического применения.

- ***Становление саморазвивающейся личности*** является важным направлением реализации гуманистической идеи физического воспитания. Оно должно осуществляться на основе полноценного физкультурного образования и усвоения гуманистических ценностей, мотивирующих физическое самосовершенствование.

- Важным направлением совершенствования физического воспитания является **формирование физкультурных и спортивных интересов личности.** Для этого физическое воспитание должно быть эмоционально насыщенным, приносить полезные для занимающегося результаты, возбуждать и удовлетворять потребность в самопознании, вызывать чувство естественного удовлетворения от двигательной деятельности.

- Совершенствование физического воспитания предполагает в процессе проектирования и реализации содержания физического воспитания **соблюдение требований принципа соответствия возрастно-половым особенностям занимающихся.**

- Одним из ключевых для практики направлений совершенствования физического воспитания является **выделение в физическом воспитании базового и вариативного компонентов**. Базовый компонент включает знания, умения, навыки, уровни развития двигательных возможностей, обеспечивающие психофизическую адаптацию к изменяющимся условиям жизни. Он разрабатывается с учетом содержания традиционной национальной системы физического воспитания, которой соответствует формировавшееся многие десятилетия ресурсное обеспечение, и современных требований к физическому воспитанию.

- Физическое воспитание должно обеспечивать **связь с национальной культурой**. Система образования является социальным институтом, транслирующим на личность и общество ценности мировой и национальной культуры. Физическое воспитание, являясь элементом системы образования, также должно сохранять, передавать и умножать эти ценности, используя свои специфические средства, уходящие корнями в национальную культуру. К ним относятся прежде всего народные танцы и подвижные игры.

- Наряду с рассмотренными важными направлениями совершенствования физического воспитания являются его ***интеллектуализация и усиление оздоровительной направленности.*** Физическое воспитание должно все больше ориентироваться на образовательные и рекреационно-гедонистические функции. Предпочтение должно отдаваться современным привлекательным формам движений, отличающимся двигательной экспрессией, художественной выразительностью, допускающим творческую импровизацию.

# **4 Ресурсное обеспечение реализации процесса совершенствования современного физического воспитания**

- Основным механизмом реализации процесса совершенствования современного физического воспитания является *совершенствование кадрового, материально-технического, научного, методического обеспечения, врачебно-педагогического контроля, управления физическим воспитанием.* Основополагающим принципом реализации процесса совершенствования современного физического воспитания является *координация деятельности заинтересованных в решении его проблем.*

- Для реализации процесса совершенствования современного физического воспитания необходим современный специалист. Он должен освоить цикл социальных и гуманитарно-культурологических дисциплин, получить широкую общепрофессиональную теоретико-методическую, естественнонаучную и практическую подготовку, а также углубленную специальную подготовку к физическому воспитанию различных контингентов.

- Важным условием совершенствования кадрового обеспечения является система переподготовки и повышения квалификации кадров по физической культуре.
- Одним из основных условий реализации процесса совершенствования современного физического воспитания является *современная материально-техническая база физического воспитания*. Нельзя формировать физическую культуру личности в условиях, не отвечающих требованиям проведения учебного процесса. Изношенность табельного инвентаря и оборудования создает опасность для здоровья занимающихся.

- *Научное и методическое обеспечение физического воспитания дошкольников, учащихся и студентов является важным фактором, влияющим на эффективность национальной системы физического воспитания. Развитие прикладных и фундаментальных исследований в условиях ограниченных финансовых возможностей требует определения приоритетных направлений НИР, специализации исполнителей, координации, тщательного планирования тематики и экспертизы ее результатов. С этой целью целесообразно создать Межведомственный Совет координации и экспертизы НИР по физической культуре.*

- В настоящее время назрела необходимость *компьютеризации физического воспитания*, которая является одним из неиспользованных резервов его индивидуализации и повышения эффективности. В республике проведены исследования по компьютеризации физического воспитания. Учителями-новаторами накоплен немалый практический опыт по созданию АСИ и другим направлениям использования компьютерной техники.

- Физическое воспитание учащихся невозможно без медицинского обеспечения. Его осуществляют органы здравоохранения, лечебно-профилактические учреждения и система врачебно-физкультурных диспансеров. Специалисты должны обеспечивать *постоянный врачебный контроль в ходе физического воспитания. вести врачебно-педагогические наблюдения, организовывать диспансеризацию учащихся.*

- С целью совершенствования системы управления необходимо *внедрение новых технологи автоматизации информационных потоков, создания банков статистической отчетности, данных физического развития и физической подготовленности, другой педагогической и социологической информации.*