

# ФИЗИЧЕСКОЕ ВОСПИТАНИЕ И ЗДОРОВЬЕСБЕРЕЖЕНИЕ

---

УДК 373.1:371.8

*А. В. Аксёнова*

## СОВРЕМЕННОЕ СОСТОЯНИЕ ФИЗИЧЕСКОГО ВОСПИТАНИЯ В МАССОВОЙ НАЧАЛЬНОЙ ШКОЛЕ

Рассмотрены педагогические аспекты реализации физического воспитания в начальной школе. Определенный подход при организации физического воспитания способствует социальному ориентированию младших школьников. Сегодня социальное ориентирование – обязательная направленность педагогического процесса.

**Ключевые слова:** *младшие школьники, физическое воспитание, социальное ориентирование, социализация, олимпийское образование, паралимпийское образование.*

Сегодня термин «физическое воспитание» используется применительно к учебным заведениям, в которых реализуются программы по общеобразовательному предмету «физическая культура». Физическое воспитание осуществляется через такие формы организации, как уроки физической культуры, физкультурно-оздоровительные мероприятия в режиме учебного дня (физкультпаузы, подвижные перемены, спортчасы), внеклассные и спортивно-массовые мероприятия.

Сегодня на основании приказа Минобрнауки от 30 августа 2010 года № 889 установлено минимальное количество уроков физической культуры – три в неделю. Кроме того, удовлетворяют потребность учащихся начальной школы в двигательной активности удобно за счет часов, предусмотренных внеклассной работой нового образовательного стандарта (ФГОС НОО). Помимо решения оздоровительных задач жизненные и образовательные реалии диктуют новые требования к физическому воспитанию массовых начальных школ. Это обусловлено несколькими факторами. Современное образование в обществе рассматривается как важный механизм социализации детей. Эта тенденция нашла свое отражение в содержании нового образовательного стандарта, провозглашающего приоритет воспитания личности над передачей узко-предметных знаний [1, 2, 3].

Сегодня много в литературе сказано о приоритете личностно ориентированного и индивидуального подхода к каждому ребенку со стороны педагога, однако неоднородность контингента обучаемых практически в каждом классе массовых начальных школ усиливает одновременно и потребность в индивидуальной работе со школьниками, и сложности ее осуществления на практике [4].

Физическая культура как общеобразовательный предмет весьма выделяется на фоне остальных, так как ребенок на занятиях по этому предмету учится проявлять не только интеллектуальные способности как на большинстве других предметных занятиях, но и проявляет многообразие физических и личностных качеств, учится внимательно и бережливо относиться к своему телу, более активно взаимодействовать со сверстниками в коллективно-групповых заданиях, проявлять организаторские и лидерские способности [5].

Все перечисленные факторы усиливают воспитательное значение физической культуры в школе, делают актуальными изучение педагогических условий проведения

урочных и внеклассных занятий. Немало ученых и представителей общественности высказывается за модернизацию физического воспитания. Мы полностью поддерживаем педагогов, позиция которых заключается в обязательной связи физических упражнений с различными учебными предметами: математика, технология, музыка. В арсенале специалистов по работе с детьми, в частности в сфере физической культуры, появились термины «сюжетные» и «интегрированные» упражнения, игры, уроки. Прогрессивная часть педагогов все чаще отдает приоритет проведению сюжетных уроков. Значимым аспектом учебного процесса по физической культуре, но часто упускаемым педагогами, является изучение теоретических знаний и выполнение домашних заданий, что подкрепляет стереотипы о физической культуре как о процессе выполнения только двигательных действий.

Современные требования к уроку физической культуры диктуют обязательность использования в их содержании фитнес-технологий, к которым сегодня теоретики и практики физического воспитания относят оздоровительную аэробику, ритмическую гимнастику, шейпинг, йогу, занятия с фитболами и гантелями. Фитнес-технологии подразумевают позитивный эмоциональный фон на занятиях и обязательное музыкальное сопровождение.

Классическим методом обучения и воспитания детей по праву считается игровой метод, поэтому в литературе не угасает интерес к подвижным играм. Исследователи и педагоги-практики предлагают применять подвижные игры для решения оздоровительных задач, задач обучения двигательным действиям и формирования мотивации к урокам физической культуры.

Анализ научной и специальной методической литературы показал, что сегодня достаточно освещены вопросы использования передовой частью педагогов фитнес-технологий на уроках физической культуры, развития межпредметных связей посредством интегрированных комплексов упражнений, игр и уроков, релаксационной направленности учебного процесса, вопросы реализации теоретической части программы. Однако существует ряд проблем, препятствующих распространению этого опыта, среди них основными являются высокая загруженность и профессиональное выгорание педагогов, недостаток материально-технического оснащения. Кроме того, в сознании значительной части общества существует множество непреодолимых стереотипов о сущности и значении физической культуры, сводящих это сложное социокультурное явление только к непосредственному выполнению физических упражнений, развитию физических качеств и формированию двигательных навыков. Подобный подход исключает формирование ценностей, мировоззрения, мотивации к занятиям, личностных качеств.

Актуальными и по сей день остаются идеи отечественных педагогов XIX в. К. Д. Ушинского, Е. А. Покровского, П. Ф. Лесгафта, раскрывающих значение физического воспитания для нормально развивающейся личности. Физическое воспитание неотделимо от нравственного, трудового, патриотического, эстетического, умственного и других видов воспитания, что свидетельствует о многогранном влиянии занятий на формирующегося человека. В последние годы все чаще встречаются исследования, посвященные физическому воспитанию с развивающей, коррекционной, реабилитационной, профилактической и оздоровительной направленностью. Эта тенденция подтверждает постепенный переход физической культуры на решение не только предметных, но и социально значимых задач. История не первое столетие подтверждает жизнеспособность этих идей.

Основоположник системы физического воспитания в России П. Ф. Лесгафт (XIX–XX вв.) активно занимался научными исследованиями и общественной работой, пропагандируя необходимость физического образования (аналог современного термина «физическая культу-

ра») для гармоничного формирования личности человека и укрепления его здоровья. Анализ научных трудов Лесгафта позволяет говорить о наличии в его работах идеи важности социального развития детей на занятиях, особое место в данном контексте занимает организация игры. Игрой Лесгафт называл упражнение, с помощью которого ребенок готовится к взрослой жизни. В процессе игры ребенок приучается к действиям, которые ложатся в основу его норм, привычек, обычаев, культуры общения и поведения [6].

П. Ф. Лесгафт отмечал, что цель обучения – содействовать образованию ребенка, содействовать выработке самостоятельных образов и положений, что доказывает первостепенность создания условий социально ориентированного педагогического процесса, то есть с акцентом на формирование личностных качеств: мобильности, ответственности, творческого подхода, субъектной позиции школьника. Во многом по этой причине Лесгафт помимо занятий считал полезными прогулки, посещение различных учреждений, ремесленных и промышленных заведений, в процессе которых ребенок знакомится с реальными условиями жизни и, как следствие, социализируется [6, с. 184–190]. Именно подобное построение работы с детьми в школе, по мнению ученого, следует считать эффективными условиями социального ориентирования.

Педагогические наблюдения показывают, что снижению интереса младших школьников к урокам физической культуры способствуют непосильные физические нагрузки, предлагаемые школьникам в рамках занятий, подбор педагогом подвижных игр и физических упражнений без учета мнения и пожеланий детей, монотонность проведения урока, однообразие заданий и условий, отсутствие ситуаций успешности школьника на уроке.

Педагогу важно уделять внимание взаимоотношениям детей между собой. В среднем в каждом классе обучается от 20% до 33% детей, с кем одноклассники не хотели бы взаимодействовать в учебной деятельности, и от 4% до 25%, с кем не хотели бы общаться как на уроках, так и вне школы. Решению этой важной задачи при правильном подходе может способствовать подбор игр и заданий специальной направленности: на сплочение, взаимодействие, преодоление тактильного барьера, это игры типа «хороводы», «жмурки», то есть задания, в которых ребенок имеет тактильный контакт с другим человеком, а также возможность ощутить себя частью единого целого, может взять на себя ответственность за принятие командного решения.

Большинство опрошенных педагогов физической культуры (86%) отмечают имеющиеся затруднения при проведении урочных и внеклассных мероприятий по предмету «физическая культура» в младших классах, среди них в порядке значимости: сложности оказания индивидуального подхода к проблемным занимающимся (86%); медленная адаптация некоторых учащихся к новым условиям обучения в начальной школе; недостаточные умения школьников устанавливать личные отношения со сверстниками, общаться, играть, взаимодействовать в играх; низкий интерес и мотивация к занятиям физической культурой со стороны значительной части детей [5].

Чаще всего в настоящее время внеклассные мероприятия по физической культуре в начальных школах практически не имеют единой логики, параллельно с этим недостаточно используется содержание теоретического раздела по олимпийскому образованию, для начальных школ вообще отсутствуют какие-либо сведения о Паралимпийских играх для людей с физическими ограничениями здоровья, несмотря на преддверие зимних Олимпийских и Паралимпийских игр в г. Сочи в 2014 году, впервые проводимых в России. Более интересной и полезной для детей внеклассной работой должны стать циклы связанных между собой мероприятий. Считаем, что для этого прекрасно подходит тематическая область «олимпийское и паралимпийское образование».

Обобщение данных литературного обзора и результатов экспериментального исследования привело к выводу, что наиболее актуальными проблемами социального ориентирования младших школьников в рамках учебного предмета «физическая культура» являются следующие:

- повышение и сохранение интереса со стороны младших школьников к урочным и внеклассным формам физического воспитания;
- культивирование представления у учащихся начальных классов о физической культуре не только как об учебном предмете, но и как о важном общественном явлении;
- разработка содержания уроков и внеклассных мероприятий по предмету «физическая культура», способствующего развитию у детей в начальной школе познавательной сферы, коммуникативных, нравственных и поведенческих, рефлексивных качеств, способствующих улучшению атмосферы личного и делового общения на занятиях;
- введение важного теоретико-практического раздела физического воспитания младших школьников – олимпийское и паралимпийское образование, используемого нами в качестве основы содержания внеклассной работы в экспериментальных классах с целью социального ориентирования учащихся.

В таблице представлены требования к урочной и внеклассной работе по предмету «физическая культура». Решение воспитательных задач следует считать успешным, а эффективность социального ориентирования высокой при достижении учащимися начальных классов показателей высокого уровня по каждому из четырех компонентов.

Таблица 1

*Критерии эффективности социального ориентирования младших школьников в процессе физического воспитания*

Показатели	Уровни		
	Низкий уровень	Средний уровень	Высокий уровень
Коммуникативный			
Умение играть в коллективные игры, способность выполнить функции судьи, страховщика, показывающего упражнение, способность договориться с членами команды, способность выполнять упражнения в паре	Избегает заданий в парах, группах, коллективных играх, отказывается выполнять лидирующие функции	Высокий интерес к коллективным заданиям, страх выполнения лидирующих ролей	Доброжелателен к коллективу и отдельным ученикам, проявляет организаторские способности
Нравственно-поведенческий компонент			
Готовность оказать помощь учителю и однокласснику, способность играть в игры, не нарушая правила, самостоятельность при выполнении задания без контроля педагога	Осуществляет помощь только по инструкции педагога, несамостоятелен, нарушает правила игр и заданий	Осуществляет помощь только по инструкции педагога, частично проявляет самостоятельность, нарушает правила игр и заданий без контроля педагога	Проявляет инициативу в осуществлении помощи, способен работать самостоятельно, не нарушает правила игр и заданий даже без контроля педагога
Рефлексивный компонент			
Умение оценить технику выполнения физического упражнения товарища, умение объективно оценить успешность своих действий на уроке	Не способен адекватно оценить себя и товарища, завышает собственную оценку	Способен адекватно оценить товарища, команду, класс, испытывает затруднения в собственной оценке (значительно занижает или завышает)	Способен адекватно оценить себя и товарища

Показатели	Уровни		
	Низкий уровень	Средний уровень	Высокий уровень
Познавательный компонент			
Проявление интереса к физической культуре, умение выполнять простейшие строевые упражнения, понимание сути физического упражнения по словесному описанию учителя, понимание правил игры, способность создавать простейший комплекс упражнений на месте и словесно описать правила подвижной игры, умение понимать инструкции педагога	Демонстрирует отрицательное или равнодушное отношение к физической культуре, с трудом понимает инструкции педагога и правила игр, слабое проявление самостоятельности и оригинальности в творческих заданиях	Равнодушное или позитивное отношение к физической культуре, в общем понимает инструкции педагога и правила игр, слабое проявление самостоятельности и оригинальности в творческих заданиях	Позитивное отношение к физической культуре, понимает инструкции педагога и правила игр, проявление самостоятельности и оригинальности в творческих заданиях

Теория утверждает, а практика доказывает, что коммуникативные качества учащихся развиваются при условии, что педагог активно применяет творческие задания, конкурсы в группах и парах, командные игры и эстафеты, позволяет детям в группе распределять обязанности и принимать командные решения, то есть осуществляет помощь, а не авторитарно принимает решение за школьников. Нравственные и поведенческие качества – при условии, что учитель физической культуры предлагает детям в рамках занятий образцы нравственного поведения знаменитых людей, примеры проявления трудолюбия, целеустремленности, старания, организует занятия, основанные на сотрудничестве школьников между собой, а также акцентирует внимание школьников в ходе уроков физической культуры и внеклассных занятий на олимпийских и паралимпийских ценностях. Рефлексивные качества совершенствуются в процессе заданий с элементами взаимо- и самооценивания. На занятиях физической культурой ребенок получает огромное количество знаний об истории, ритуалах международного спортивного движения, интересные факты о жизни выдающихся представителей спорта, названия видов спорта, инвентаря, правила соревнований. Это способствует активному развитию познавательной сферы младших школьников, расширению их кругозора.

### Список литературы

1. Винниченко Н. Л. Сетевое взаимодействие в реализации Программы воспитания и социализации школьников // Научно-педагогическое обозрение. 2013. № 2. С. 64–69.
2. Григорьева Е. В. Стандарты второго поколения в начальной школе // Герценовские чтения. Начальное образование. 2010. Т. 1. С. 152–156.
3. Федеральный государственный образовательный стандарт начального общего образования: текст с изм. и доп. на 2011 г. / Мин-во образования и науки Российской Федерации. М.: Просвещение, 2011. 33 с.
4. Кальт Е. А. Учебные задачи как содержательный компонент дидактических игр в организации адаптивной системы обучения математике учащихся 5–6 классов: автореф. дис. ... канд. пед. наук. Омск, 2005. 22 с.
5. Селютина А. В. Социальное развитие младших школьников средствами адаптивной педагогики (на примере физического воспитания) // Вестн. Томского гос. пед. ун-та. 2012. № 5 (120). С. 175–179.
6. Лесгафт П. Ф. Избранные труды / сост. Н. И. Решетень. М.: Физкультура и спорт, 1987. 358 с.

Аксёнова А. В., старший преподаватель.

**Томский государственный педагогический университет.**

Ул. Киевская, 60, Томск, Россия, 634061.

E-mail: selutina-anasta@yandex.ru

Материал поступил в редакцию 30.12.2013.

*A. V. Aksenova*

## **MODERN CONDITION OF PHYSICAL TRAINING AT MASS ELEMENTARY SCHOOL**

Pedagogical aspects of realization of physical training at elementary mass school are considered in the article. The certain approach at the organization of physical training promotes social orientation of younger schoolchildren. Today social orientation is an obligatory orientation of the pedagogical process.

**Key words:** *younger schoolchildren, physical training, social orientation, socialization, Olympic education, paralympic education.*

### **References**

1. Vinnichenko N. L. The network interoperability in realization of the Program of education and socialization of students. *Pedagogical review*, 2013, no. 2, pp. 64–69 (in Russian).
2. Grigoryeva E. V. Standards of the second generation at elementary school. Gertsensovsky readings. *Primary education*, 2010, vol. 1, pp. 152–156 (in Russian).
3. *Federal state educational standard of the primary general education: the text with changes and additions for 2011*. Moscow, Education, 2011. 33 p. (Standards of the second generation) (in Russian).
4. Kalt E. A. *Educational tasks as a substantial component of didactic games in the organization of adaptive system of training in mathematics of pupils of 5-6 classes*. Abstract of thesis candidate of ped. sci. 2005. 22 p. (in Russian).
5. Selyutina A. V. Social development of younger students by means of adaptive pedagogy (data: physical training). *Tomsk State Pedagogical University Bulletin*, 2012, vol. 5 (120), pp. 175-180 (in Russian).
6. Lesgaft P. F. *The chosen works*. Compiler N. I. Resheten. Moscow, Fizicheskaya kultura I sport Publ., 1987. 358 p. (in Russian).

**Tomsk State Pedagogical University.**

Ul. Kievskaya 60, Tomsk, Russia, 634061.

E-mail: selutina-anasta@yandex.ru