



ФИЗИЧЕСКАЯ КУЛЬТУРА

*Евгений Владимирович ХРОМИН –
старший преподаватель кафедры
теоретических основ физического
воспитания факультета физической
культуры, кандидат педагогических наук*

УКД: 37. 012

КОНЦЕПЦИЯ УЧЕБНО-ТРЕНИРОВОЧНОЙ СПЕЦИАЛИЗАЦИИ ОБЩЕГО ФИЗКУЛЬТУРНОГО ОБРАЗОВАНИЯ ШКОЛЬНИКОВ И ЕЕ РЕАЛИЗАЦИЯ

АННОТАЦИЯ. В статье рассматриваются современные проблемные ситуации в общем физкультурном образовании учащихся и характеристика учебно-тренировочной специализации данного образования как один из способов их разрешения.

The author considers modern problematic situations in general physical education of school children as well as some characteristics of educational training specialization as one of the ways to solve the existing problems.

Изучение и осмысление характера и закономерностей развития физической культуры общества и личности в процессе освоения культурных ценностей — практически вечная проблема, получающая конкретную интерпретацию в зависимости от этапа становления общества, трактовки соотношения социального и биологического в человеке. Особое внимание привлекает непосредственное освоение ценностей физической культуры подрастающим поколением [1].

В настоящее время отечественная педагогическая наука, учитывая складывающиеся общественно-политические и социальные реалии, предлагает целый ряд методологически обоснованных положений, не только раскрывающих объективную необходимость в реформировании общеобразовательной школы в части общих основ образовательного процесса и разработки содержательных основ школьных учебных дисциплин, но и отражающих нацеленность самой реформы на развитие личности учащихся, их здоровья, потребностей и интересов применительно к различным сферам деятельности [1, 2, 3].

Не является исключением в этом процессе и сфера физической культуры. Общеизвестно, что практика оздоровительной физической культуры, в основе которой лежит государственная система физкультурного образования в общеобразовательных учреждениях, подвергается серьезной критике. Формируясь в условиях социальных ограничений, система физкультурного образования на протяжении многих лет была зарегламентированной, что не позволяло ей эффективно развиваться [4]. Однако демократизация жизни российского общества предопределила и наметившиеся перемены в оздоровительной физической культуре. Исследования В. К. Бальсевича, А. П. Матвеева, В. И. Ляха, В. Н. Литвинова, И. И. Сулейманова, Г. Б. Мейксона и других существенно продвинули разработку и обоснование концептуальных основ предметного содержания программно-методического обеспечения процесса становления физической культуры личности и форм его эффективной реализации в условиях общеобразовательной школы.

Анализ передового теоретического и практического опыта в области физического совершенствования школьников позволил выделить ряд концептуальных подходов к физкультурному образованию учащихся, таких как: комплексный (В. И. Лях, Л. Б. Кофман, Г. Б. Мейксон, 1992); базово-вариативный (В. И. Лях, Г. Б. Мейксон, 1993); образовательный (В. П. Рябинцев, 1990); дифференцированный (И. И. Сулейманов, Е. А. Короткова, 1993); тренировочный (Е. Н. Литвинов, М. Я. Виленский, Б. И. Туркунов, 1996); оздоровительный (1992); спортивно-видовой (В. В. Пономарев, 1993); региональный (Ш. Х. Ханкельдиев, 1991; В. В. Пономарев, 1991) и др.

Разнообразие современных подходов к физкультурному образованию школьников обусловлено особенностями образовательной школы, региональным местонахождением и материально-технической базой школы, квалификацией специалистов по физической культуре.

Нельзя не согласиться с тем, что такое разнообразие вносит значительные позитивные изменения в учебно-методическое обеспечение физкультурного образования школьников, но в то же время не в полной мере решает актуальные проблемы физкультурного образования.

Подтверждением вышесказанному являются результаты последних исследований состояния здоровья школьников [5]:

— число здоровых школьников составляет в младшем школьном возрасте 10-12%; в среднем — 8 и старшем 5%;

— хроническими недугами страдают 50% детей в возрасте 7-9 лет и 60% старшеклассников;

— за последние 10 лет вдвое увеличилась патология органов пищеварения, в 4 раза — случаев остеохондроза, сколиоза и плоскостопия, в 3 раза — болезней почек и мочевыводящих путей;

— 75-80% выпускниц школ имеют хронические заболевания, из них — 10% болезней, влияющих на будущее материнство;

— у 18,8% мальчиков и 19,8% девочек в возрасте до 17 лет наблюдается выраженный дефицит массы тела;

— 55% школьников имеют проблемы с психикой;

— трудности в усвоении даже базовых предметов испытывают 86% учащихся лицеев, 100% — гимназий и 73% — общеобразовательных школ.

Что еще можно ожидать, если, по статистическим данным, ежедневно физической культурой у нас в стране занимается только 18% учащихся, 50% — нерегулярно и 32% — вообще не занимается.

Причина такого резкого снижения двигательной активности учащихся скрывается как в содержании, так и в организации их физкультурного образования. Жесткая школьная система с ее учебным планом, одинаковым для всех учащихся



до окончания школы, препятствует творческой работе учителя, рассчитанной на учет, сохранение, формирование и развитие индивидуальности учеников, отсутствует возможность приобретения спортивного инвентаря, расширения материально-технической базы, увеличения учебной нагрузки, проведения дополнительных занятий физической культурой и спортом, не говоря уже о соревнованиях, чтобы хоть как-то привлечь интерес учащихся к занятиям физической культурой.

Все приведенные выше факты требуют поиска и научного обоснования новых путей совершенствования общего физкультурного образования.

Одним из путей разрешения проблемной ситуации, связанной с катастрофическим ухудшением состояния здоровья школьников, явился относительно новый подход, основанный на концепции учебно-тренировочной специализации физкультурного образования старших школьников, организационная основа которой заключается в интеграции основного и дополнительного физкультурного образования [6, 7].

Разработка концепции учебно-тренировочной специализации была обусловлена следующими обстоятельствами:

- возникновением опасной тенденции постоянно прогрессирующего ухудшения состояния здоровья школьников;
- введением в системе образования в качестве обязательного государственного образовательного стандарта в различных звеньях образования [8];
- социальным заказом со стороны общества, которое объективно заинтересовано в наличии определенного базового минимума физкультурной грамотности и подготовленности его членов, благодаря которому обеспечивается успешное выполнение тех или иных видов социальной деятельности;
- необходимостью формирования базового уровня физического совершенствования школьников, который рассматривается с социальной, педагогической и с биологической точек зрения [4];
- отсутствием научно обоснованного программно-организационного обеспечения данной концепции.

Сущность концепции учебно-тренировочной специализации физкультурного образования старших школьников заключается в более эффективном решении задач традиционного физкультурного образования школьников путем частичного использования принципов, средств и методов спортивной тренировки.

Для того, чтобы более точно раскрыть содержательную сторону концепции учебно-тренировочной специализации физкультурного образования школьников и соотношение в ней базового и вариативного компонентов, необходимо, на наш взгляд, дать рабочее определение следующим понятиям: основное общее физкультурное образование; дополнительное общее физкультурное образование в форме спортивной тренировки; учебно-тренировочная специализация общего физкультурного образования.

Согласно существующим представлениям в теории физической культуры [1, 9], основное общее физкультурное образование — это физкультурное образование учащихся в соответствии с учебным планом общеобразовательной школы и соответствующей ему учебной программой по физической культуре.

Дополнительное общее физкультурное образование в форме спортивной тренировки — это физкультурное образование учащихся, осуществляемое вне рамок обязательных занятий по физической культуре в общеобразовательном учреждении. Данное образование осуществляется в различных типах учреждений дополнительного образования, в том числе и со спортивной направленностью.

Учебно-тренировочная специализация общего физкультурного образования, в нашем понимании, это смешанная форма основного и дополнительного общего физкультурного образования учащихся.



С философских позиций выделение смешанной, пограничной формы общего физкультурного образования школьников не вызывает возражения, поскольку основное общее физкультурное образование и дополнительное общее физкультурное образование в форме спортивной тренировки представляют собой стороны противоречия диалектического по своей сути процесса общего физкультурного образования школьников. В этой связи З. М. Оруджев, И. Я. Мармусевич и В. В. Сушинский вводят понятия посредствующих звеньев, представляющих собой «... такие явления (либо понятия, их отражающие), которые непосредственно синтезируют в себе противоположные свойства крайних членов противоречия, не отождествляясь ни с одним из них» [10, с. 19]. В учебно-тренировочной специализации как форме основного и дополнительного общего физкультурного образования учащихся в «снятом» виде представлены элементы основного общего физкультурного образования и дополнительного общего физкультурного образования, но тем не менее она, т. е. смешанная форма общего физкультурного образования школьников, это специфическая форма общего физкультурного образования, не сводимая ни к тому, ни к другому виду общего физкультурного образования.

В зависимости от соотношения основного и дополнительного образования учебно-тренировочная специализация может быть направлена на решение задач основного общего физкультурного образования или дополнительного общего физкультурного образования. В нашем случае приоритет отдан решению задач основного общего физкультурного образования, а дополнительное физкультурное образование способствует более эффективному их решению.

Целью учебно-тренировочной специализации физкультурного образования старших школьников является содействие всестороннему, гармоничному развитию личности.

Достижение данной цели реализуется через решение традиционных задач, представленных в программе с направленным развитием двигательных способностей [11], а также задачи совершенствования в избранном виде тренировочной специализации.

Содержание учебно-тренировочной специализации физкультурного образования старших школьников состоит из двух основных частей: базовой и вариативной.

Базовый компонент учебно-тренировочной специализации составляет основу государственного стандарта общеобразовательной подготовки в сфере физической культуры и по своему содержанию полностью соответствует программе по физическому воспитанию учащихся 1-11 классов с направленным развитием двигательных способностей.

На выполнение программного материала базовой части отводится 60 часов в год (таблица 1).

Вариативную часть программы составляют тренировочные специализации по видам спорта с преимущественно аэробной, игровой, атлетической и художественно-эстетической направленностью, в частности, плавание, легкая атлетика, баскетбол, волейбол, атлетическая гимнастика, ритмическая гимнастика.

Вариативная часть содержания учебно-тренировочной специализации физкультурного образования старших школьников построена на частичном использовании принципов и средств спортивной тренировки по избранному учащимися виду спорта. Вид спорта определяется в начале учебного года с помощью анкетирования.

Таблица 1

Распределение учебного времени на различные виды программного материала (сетка часов) физкультурного образования учащихся 9–11 классов

| | Классы, пол | | | | | |
|---|-------------|----|-----|----|-----|----|
| | IX | | X | | XI | |
| | | Д | Ю | Д | Ю | Д |
| I. БАЗОВАЯ ЧАСТЬ | 60 | | 60 | | 60 | |
| 1. Основы теоретических знаний | 6 | 6 | 4 | 4 | 4 | 4 |
| 2. Двигательные способности | | | | | | |
| а) выносливость (легкая атлетика, лыжи) | 6 | 6 | 6 | 6 | 6 | 6 |
| б) силовая подготовка | | | | | | |
| - атлетическая гимнастика | 8 | 6 | 8 | 6 | 8 | 6 |
| - основная гимнастика | 8 | 8 | 6 | 6 | 6 | 6 |
| - единоборства | | | 6 | - | 6 | - |
| в) скоростные способности (легкая атлетика, лыжи) | 6 | 6 | 6 | 6 | 6 | 6 |
| 3. Координационные способности | | | | | | |
| - спортивные игры | 12 | 8 | 10 | 8 | 10 | 8 |
| - ритмическая гимнастика | - | 8 | - | 10 | - | 10 |
| 4. Двигательные умения и навыки | 12 | 10 | 10 | 10 | 10 | 10 |
| 5. Организационные умения (судейство, методика проведения уроков) | 2 | 2 | 4 | 4 | 4 | 4 |
| II. ВАРИАТИВНАЯ ЧАСТЬ | 76 | | 76 | | 76 | |
| Тренировочная специализация по плаванию | | | | | | |
| 1. Основы теории (история плавания, техника плавания, спасение утопающих) | 4 | | 4 | | 4 | |
| 2. Обучение технике плавания кролем на груди | 12 | | 10 | | 10 | |
| 3. Обучение технике плавания кролем на спине | 10 | | 8 | | 8 | |
| 4. Обучение технике плавания брассом | 8 | | 8 | | 8 | |
| 5. Обучение технике плавания баттерфляем | 6 | | 8 | | 8 | |
| 6. Техника стартов и поворотов в плавании | 6 | | 6 | | 6 | |
| 7. Специальная кондиционная и координационная подготовка пловцов | 12 | | 12 | | 12 | |
| 8. Прикладное плавание | 8 | | 8 | | 8 | |
| 9. Контрольные старты, эстафеты, соревнования | 8 | | 8 | | 8 | |
| 10. Организаторские умения (судейство, методика проведения тренировок) | 2 | | 4 | | 4 | |
| Общее количество часов | 136 | | 136 | | 136 | |

Содержание вариативного компонента учебно-тренировочной специализации физкультурного образования старших школьников составляют:

1. Специфические задачи каждой специализации.
2. Специальные принципы.

В данном случае происходит частичное использование принципов спортивной тренировки: непрерывность тренировочного процесса;

- единство общей и специальной физической подготовки;
- углубленная специализация и индивидуализация;
- тренирующий режим нагрузки.

3. Учебный материал по развитию специальных кондиционных и координационных способностей, технической подготовки.

Так, в качестве одного из примеров в таблице 1 представлен программный материал тренировочной специализации по плаванию с распределенным количеством времени на каждый раздел программы на период обучения учащихся в 9-11 классах.

Объем программного материала вариативной части на учебный год рассчитан на 76 часов.

Основные разделы программного материала как по плаванию, так и по другим видам тренировочной специализации составляют в соответствии с учебно-методическими пособиями по данным видам спорта, а также с учетом сенситивных периодов развития определенных умений и навыков этой возрастной группы. Под обучением (таблица 1) подразумевается наличие всех этапов из общей теории обучения двигательному действию.

Таким образом, отличительной особенностью содержания планирования учебно-тренировочной специализации физкультурного образования старших школьников является:

1. Наличие учебного материала для общего развития кондиционных и координационных способностей учащихся, а также общего двигательного обучения.

2. Удовлетворение потребностей учащихся старших классов в занятиях избранным видом спорта, на который отводится большая часть годовой учебной нагрузки.

3. Углубленное обучение и совершенствование в избранном виде спорта.

4. Частичное использование в занятиях принципов спортивной тренировки.

Наиболее эффективная организация учебно-тренировочной специализации в физкультурном образовании старших школьников возможна с учетом принципа дополнительности (Е. А. Ямбург; 1997), по нашему мнению, в интегрированном комплексе «общеобразовательная школа — образовательное учреждение дополнительного образования» (ОУДО), где управленческую и координационную работу осуществляет один руководитель, являющийся заместителем директора школы по физическому воспитанию и директором ОУДО, что необходимо для четкой координации совместной работы педагогических коллективов школы и ОУДО. Подтверждение вышесказанному мы видим в утверждении Е. А. Ямбурга: «... для того, чтобы заработал принцип взаимодополнения, а основное и дополнительное образование стали на деле сообщающимися сосудами, необходимы четкое планирование, организация и стимулирование совместной деятельности, что, на наш взгляд, легче осуществлять в едином учебно-воспитательном комплексе, включающем в себя подразделение (модуль) дополнительного образования» [3, с. 42].

Сущностью разработанных организационных основ учебно-тренировочной специализации физкультурного образования старших школьников является интеграция основного и дополнительного общего физкультурного образования учащихся на базе общеобразовательной школы.

В результате эксперимента определено содержание данных организационных основ, включающее в себя: организацию детско-юношеского клуба физической подготовки на базе общеобразовательной школы; увеличение учебной нагрузки в 2 раза (136 часов); отдельное обучение учащихся; организацию учебных групп (классов) по физкультурно-спортивным интересам.

В качестве доказательства обоснованности вышеуказанной концепции приведем данные экспериментального обоснования учебно-тренировочной специализации с преимущественным использованием вида спорта с аэробной направленностью, в частности плавания.

В период с 1993 по 1996 гг., уровень физической подготовленности учащихся экспериментальной группы как у юношей, так и у девушек оказался достоверно выше, чем учащихся контрольной группы.

При сравнении показателей уровня физической подготовленности учащихся контрольной и экспериментальной групп к моменту окончания 11 класса с норма-

тивными показателями уровня физической подготовленности учащихся 16-17 лет выявлено, что уровень физической подготовленности учащихся экспериментальной группы соответствует высокому нормативному уровню физической подготовленности, за исключением скоростно-силовых способностей, уровень развития которых оказался выше среднего. У учащихся контрольной группы уровень физической подготовленности оказался выше среднего нормативного.

Выявлено по результатам эксперимента, что все показатели физического развития учащихся как экспериментальной, так и контрольной групп достоверно повысились, но при этом показатели сердечно-сосудистой и дыхательной систем экспериментальной группы достоверно выше, чем у учащихся контрольной группы.

Таким образом, ведущими факторами повышения уровня физического состояния учащихся экспериментальной группы являются: педагогические — учебно-тренировочная специализация физкультурного образования школьников и увеличение объема учебной нагрузки; биологический — естественное развитие организма старших школьников.

Все вышесказанное позволяет сделать заключение о том, что из совокупности факторов, определяющих повышение уровня физического состояния (увеличение учебной нагрузки, тренировочная специализация учебного процесса и естественное развитие организма старших школьников), ведущим оказался фактор учебно-тренировочной специализации физкультурного образования.

В дальнейшем видится актуальным выявление оптимального содержания и технологии данной концепции как в основном общем физкультурном образовании, так и в системе высшего профессионального образования.

ЛИТЕРАТУРА

1. Матвеев А. П. Теоретико-методические основы формирования учебного предмета «Физическая культура в общеобразовательной школе»: Дис. ... д-ра пед. наук. М., 1997. 71 с.
2. Алексеев Н. А. Личностно-ориентировочное обучение: вопросы теории и практики: Монография. Тюмень: Изд-во ТГУ, 1996. 216 с.
3. Ямбург Е. А. Школа для всех // Адаптивная модель: Теоретические основы и практическая реализация. М.: Новая школа, 1997. 352 с.
4. Во исполнении Закона об образовании // Физ. культура в школе. 1993. № 6. с. 2-4.
5. Кузина А. Силы нет — ума не надо // МК в Тюмени. 1999. №25
6. Концепция учебно-тренировочной специализации физкультурного образования старших школьников: Метод. пособие / Авторы-сост.: В. Г. Хромин, В. Н. Потапов, Е. В. Хромин, И. И. Сулейманов. Омск: СибГАФК, 1998. 14 с.
7. Хромин Е. В. Учебно-тренировочная специализация физкультурного образования старших школьников: Автореф. дис. ... канд. пед. наук. Омск, 1998. 24 с.
8. Временный государственный образовательный стандарт // Физ. культура в школе. 1993. № 6. с. 4-9.
9. Сулейманов И. И. Система основных понятий теории физической культуры: Учеб. пособие. Тюмень: Вектор Бук, 1999. 16 с.
10. Оруджев З. М., Мармусевич И. Я., Сушинский В. В. Диалектический принцип всесторонности рассмотрения предмета и всестороннее развитие личности // Вестник Московского университета (Философия). 1979. С. 14-22.
11. Физическое воспитание учащихся 1-11 классов с направленным развитием двигательных способностей: Progr. Общеобразовательных учеб. заведений. М.: Просвещение, 1993. 65 с.