

## МЕТОДИКИ ПРЕПОДАВАНИЯ ФИЗИЧЕСКОЙ КУЛЬТУРЫ И СПОРТА В ШКОЛЕ

### METHODS OF TEACHING PHYSICAL CULTURE AND SPORT IN SCHOOL

**S. Garbuzov  
N. Satosova**

*Summary.* This article describes the main approaches to physical education in school, which are part of the General methodology of teaching physical education in school. Also, the main stages of methods of teaching the subject «Physical culture», given their substantive characteristics and features of the formation of methods of the relevant periods. The modern state of teaching of physical culture and sports in schools is considered, the problems accompanying training and tasks of development of methodology of teaching are defined.

*Keywords:* physical development, physical culture, schoolchildren, sports exercises, teaching methods, school program, integrated approach.

**Гарбузов Сергей Петрович**

*К.п.н., доцент, ФГБОУ ВО «Армавирский  
государственный педагогический университет»  
garbuzow.sergey2017@yandex.ru*

**Сатосова Наталья Леонидовна**

*К.б.н., доцент, ФГБОУ ВО «Армавирский  
государственный педагогический университет»  
natalis-74@yandex.ru*

*Аннотация.* В данной статье рассмотрены основные подходы к физкультурному образованию в школе, которые являются частью общей методики преподавания физической культуры в школе. Также определены основные этапы методики обучения предмету «Физическая культура», дана их содержательная характеристика и особенности формирования методик соответствующих периодов. Рассмотрено современное состояние преподавания физической культуры и спорта в школах, определены проблемы, сопровождающие обучение, и задачи развития методологии преподавания.

*Ключевые слова:* физическое развитие, физическая культура, школьники, спортивные упражнения, методика преподавания, школьная программа, комплексный подход.

**Ф**изическая культура является одним из аспектов общей культуры общества, сферой социальной деятельности, направленной на укрепление здоровья личности, развитие физических способностей, применение физических навыков населения на благо общества. Основными показателями уровня физической культуры в обществе являются здоровье и физическое развитие населения, роль физической культуры в воспитании и образовании, производстве, повседневной жизни, структура свободного времени; другими важными показателями являются качество физического воспитания, организация любительского спорта, победы в крупных спортивных соревнованиях.

Основными формами физической культуры являются физические упражнения; серия физических упражнений и физических соревнований; закаливание тела; гигиена труда и быта; физические упражнения, такие как походы, езда на велосипеде и катание на лодках; и физический труд как отдых для людей, которые работают на сидячих работах [1].

В социалистическом обществе Физическая культура является правом народа и важным средством воспитания нового человека, гармонично сочетающего интеллектуальное богатство, нравственную чистоту и физическое совершенство.

В настоящее время особое внимание уделяется укреплению здоровья школьников. Они испытывают серьезные эмоциональные и умственные перегрузки во время учебы, особенно во время экзаменов, им необходимо «выплеснуть» все свои знания, полученные в течение 6–12 месяцев обучения в течение 3–4 недель. Такие испытания, в течение длительного цикла обучения, существенно влияют на функции тела и ума студента. В конечном итоге школьник приобретает проблемы со здоровьем. В то же время физическая активность и образ жизни школьников недостаточно используются в качестве важных факторов укрепления здоровья. Отсюда и задача ученического спорта и, соответственно, методик преподавания физической культуры — исключить возможность таких необратимых негативных последствий.

Поэтому школы должны обеспечивать учеников регулярными спортивными упражнениями, способствующими формированию культуры здоровья. Это должно быть основное направление школьных программ физической культуры. В течение длительного образовательного цикла ученики должны научиться самостоятельно совершенствовать свой адаптационный потенциал и в полной мере реализовать его в процессе будущей профессиональной деятельности с помощью физической культуры и спорта.

Очевидно, что из-за отсутствия таких условий количество учеников с особыми заболеваниями увеличивается. В целях устранения вышеуказанных проблем и достижения установленных целей повышения уровня здоровья школьников важно совершенствовать методики преподавания физической культуры и спорта в школах [5].

В учебной литературе выделяют несколько подходов к физкультурному образованию в школе, в том числе основанные на приоритете образовательной направленности учебной работы, на приоритете учета особенностей организации учебного процесса и на приоритете тренировочной направленности учебных занятий [2].

Если в основе преподавания физической культуры ставится ее образовательная направленность, то формирование школьной программы организуется с учетом либо комплексного, либо базово-вариативного, либо образовательного подходов.

Комплексный подход к организации преподавания физической культуры в школе предполагает внедрение физкультурных занятий и в сам учебный процесс, и в рамках уроков физкультуры, и посредством проведения общешкольных и внеклассных физкультурных мероприятий. Базово-вариативный подход схож с комплексным в части организации занятий физкультурой. Вместе с тем, он учитывает местные (социально-культурные) и региональные особенности обучения школьников. В основе образовательного подхода лежит идея формирования у школьников знаний и двигательных умений, и навыков. Второстепенными задачами в рамках указанного подхода являются укрепление здоровья школьников, развитие физической способностей и качеств, рост интереса к спорту.

Все указанные подходы имеют как положительные, так и отрицательные особенности.

Так, к плюсам комплексного подхода можно отнести разностороннее развитие школьников, а к минусам — небольшое количество учебных часов на дисциплину, слабо развитый методический инструментарий обучения, отсутствие учета влияния региональных особенностей (климат, национальность, экология и др.).

Положительной особенностью базово-вариативного подхода является его достаточно развитая теоретическая составляющая, тогда как минусом подхода можно назвать невозможность использования иных вариантов обучения в рамках установленного федерального стандарта.

Образовательный подход к обучению физической культуре в школе учитывает свойственные конкретному возрастному этапу развития школьника наилучшее сочетание условий для формирования его антропологических, физических и психических качеств. Но в итоге это негативно сказывается на достижении иных воспитательных задач: повышению уровня здоровья организма, рост и развитие физических качеств и др.

В случае, если в основе преподавания физической культуры ставятся особенности организации учебного процесса, то формирование школьной программы организуется с учетом либо регионального, либо дифференцированного, либо инструкторского подходов.

В основе преподавания физической культуры школьников в рамках регионального подхода лежит учет климато-географических особенностей месторасположения учебного заведения. В рамках дифференцированного подхода к преподаванию принято выделять спортивное, физкультурное, физкультурно-спортивное и лечебное обучение школьников. Указанные виды обучения своей спецификой имеют именно цель преподавания, которые условно можно установить как подготовка юных спортсменов, укрепление здоровья школьников, развитие интереса к физкультуре, укрепление показателей здоровья отдельных категорий школьников из специальных медицинских групп (соответственно).

Дифференцированный подход к обучению физкультурой также подразумевает разделение на внутришкольные группы и внутри классные коллективы исходя из особенностей физического развития, что в итоге также накладывает особые техники обучения в зависимости от указанных делений.

Задачей инструкторского подхода является развитие у школьников самостоятельных умений по физическому совершенствованию, а основной функцией преподавателя — консультации и инструктаж об особенностях занятий физической культурой и спортом.

Указанные подходы также имеют как положительные, так и отрицательные особенности.

Минусом регионального подхода является тот факт, что в результате занятий физической культурой уровень такого развития существенно отличается в разных районах страны. Тогда как положительным моментом является тот факт, что учитывается именно внешняя среда, которая является важным фактором, влияющим на общий процесс занятий спортом.

Положительным моментом в рамках дифференцированного подхода можно установить более качествен-

ный процесс совершенствования физического развития школьников, тогда как отрицательной стороной является усложнений техник и методик преподавания, а также необходимость дополнительного исследования здоровья школьников.

Инструкторский подход с одной стороны несет развитие педагогики сотрудничества, а с другой — необходимость разработки новых технологий обучения и контроля за результатами.

В случае, если в основе преподавания физической культуры ставятся особенности тренировочной направленности учебных занятий, то формирование школьной программы организуется с учетом либо тренировочного, либо спортивно-видового, либо ежедневного подходов.

Тренировочный подход основа на проведение занятий физической культуры исключительно в форме тренировок, нацеленных на развитие работоспособности школьников и их здоровья.

Плюсом данного подхода является повышение уровня здоровья школьников, а минусом — узконаправленность занятий.

Спортивно-видовой подход отличается от иных методик преподавания физической культуры в школе именно тем, что в нем используется один или максимум два вида спорта, которые нацелены на развитие физических качеств школьников и их здоровья. Кроме того, используется одна программа методического обучения.

Ежедневные тренировки и занятия лежат в основе ежедневного подхода к организации занятий физкультурой. В результате повышается двигательная активность школьников и появляется привычка обучающихся к занятиям спортом.

Методика обучения предмету в разные периоды характеризовалась определенными характеристиками. Без учета опыта предыдущих поколений невозможно создать качественную методику преподавания, которая позволит достичь максимальных эффектов для школьников и их здоровья.

Так, до 1920 года (первый исторический период) предмет «физическая культура» только включался в учебные планы и только становился частью учебного процесса. На данном этапе только зарождалось понимание важности занятий физической культурой для подрастающего поколения. На втором этапе (с 1920 по 1940 годы) стала формироваться теоретическая база преподавания, учебно-методические комплексы и программы. Далее, на третьем этапе (с 1950 по 1970 годы) методологические основы преподавания укрепили свое положение, стала развиваться именно методология преподавания, школы обучения.

В период с 1980 по 2000 годы (четвертый этап) наблюдалось перерождение теории обучения в педагогическую систему преподавания учебного предмета и технику ее реализации. На пятом этапе (с 2000 по настоящее время) происходит постоянное совершенствование стандартов преподавания, нормативной базы в области преподавания физической культуры [4].

Развитие физической культуры и студенческого спорта, формирование здорового образа жизни молодежи являются приоритетами молодежной политики в современной России [3]. Федеральные государственные образовательные стандарты третьего поколения играют важную роль в реализации инициатив по созданию спортивных клубов и развитие спорта. Однако раздел «Физическая культура» этих стандартов недостаточно развит в теоретическом и технологическом аспектах, что существенно ограничивает возможности повышения адаптационного потенциала и здоровья школьников.

Кстати, в настоящее время важно обеспечить теоретическую и технологическую преемственность между школьниками и университетскими учебными планами по физическому воспитанию в основных аспектах физической культуры и спорта, повысить адаптационный потенциал и укрепить здоровье школьников. Кстати, преемственность компонентов системы физической культуры и спорта, связанных с дошкольным, общим средним, средним техническим образованием, высшим профессиональным, дополнительным и послевузовским профессиональным образованием, особенно важна сегодня.

#### ЛИТЕРАТУРА

1. Алексеев, С. В. Физическая культура и спорт в Российской Федерации: новые вызовы современности: Монография / С. В. Алексеев, Р. Г. Гостев, Ю. Ф. Курамин. — М.: Теор. и практ. физ. культ., 2013. — 780 с.
2. Архипова Л. А. Методика преподавания физической культуры в начальной школе: учебное пособие. Тюмень: Издательство Тюменского государственного университета, 2013. — 264 с.
3. Денисов Н. Л. Медико-профилактическая деятельность студентов / Успехи современного естествознания, 2008. — № 5. — С. 94–95.

4. Железняк Ю. Д. Методика обучения физической культуре: учебник для студ. учреждений высш. проф. образования / Ю. Д. Железняк, И. В. Кулишенко, Е. В. Крякина; под ред. Ю. Д. Железняка. — М.: Издательский центр «Академия», 2013. — 256 с.
5. Кикотя В. Я. Барчукова И. С. Физическая культура и физическая подготовка: Учебник. / Под ред. В. Я. Кикотя, И. С. Барчукова. — М.: ЮНИТИ, 2016. — 431 с.

© Гарбузов Сергей Петрович ( garbuzow.sergey2017@yandex.ru ), Сатосова Наталья Леонидовна ( natalis-74@yandex.ru ).

Журнал «Современная наука: актуальные проблемы теории и практики»



Арзамасский государственный педагогический университет