

Министерство образования Республики Беларусь

Учреждение образования «Барановичский государственный университет»

**ЗДОРОВЬЕСБЕРЕГАЮЩИЕ
ТЕХНОЛОГИИ И СИСТЕМЫ:
ПСИХОЛОГО-ПЕДАГОГИЧЕСКИЕ
И МЕДИКО-БИОЛОГИЧЕСКИЕ АСПЕКТЫ**

Материалы II Международной
научно-практической конференции

(Барановичи, 20 мая 2016 года)

Барановичи
БарГУ
2016

УДК 796(063)

Представлены результаты практической, экспериментальной, научной и инновационной деятельности работников и специалистов Республики Беларусь, Российской Федерации, Украины и Польши в области физической культуры и спорта.

Адресуется студентам учреждений высшего образования, преподавателям физической культуры, тренерам по спорту, магистрантам, аспирантам, научным работникам.

Редакционная коллегия:

А. В. Никишова (гл. ред.), И. А. Ножка (отв. секретарь),
А. Н. Герасевич, А. В. Земоглядчук, К. С. Тристеня, В. И. Козел

Рецензенты:

доктор педагогических наук, профессор, заведующий кафедрой физического воспитания и спорта Белорусского государственного университета В. А. Коледа,
кандидат педагогических наук, доцент, заведующий кафедрой физического воспитания и спорта учреждения образования «Могилёвский государственный университет имени А. А. Кулешова» Т. Е. Старовойтова

Научное издание

**ЗДОРОВЬЕСБЕРЕГАЮЩИЕ
ТЕХНОЛОГИИ И СИСТЕМЫ:
ПСИХОЛОГО-ПЕДАГОГИЧЕСКИЕ
И МЕДИКО-БИОЛОГИЧЕСКИЕ АСПЕКТЫ**

Материалы II Международной
научно-практической конференции

(Барановичи, 20 мая 2016 года)

Ответственный за выпуск Е. Г. Хохол
Технический редактор А. Ю. Сидоренко
Компьютерная вёрстка С. М. Глушак
Корректор С. А. Березнюк

Подписано в печать 05.09.2016. Формат 60 × 84 ¹/₁₆. Бумага ксероксная.
Отпечатано на копировально-множительной технике. Усл. печ. л. 13,00. Уч.-изд. л. 12,90.
Тираж 6 экз. Заказ 613.

Учреждение образования «Барановичский государственный университет».

Свидетельство о государственной регистрации издателя, изготовителя,
распространителя печатных изданий № 1/424 от 02.09.2014.

Ул. Войкова, 21, 225404 г. Барановичи.

Тел. 8 (0163) 45 46 28, e-mail: rio@barsu.by.

ISBN 978-985-498-729-3

© БарГУ, 2016

ФОРМИРОВАНИЕ ПСИХОЛОГО-ПЕДАГОГИЧЕСКОЙ КУЛЬТУРЫ И СОЦИАЛЬНО-ЛИЧНОСТНЫХ КОМПЕТЕНЦИЙ УЧАЩИХСЯ И СТУДЕНТОВ СРЕДСТВАМИ ФИЗИЧЕСКОЙ КУЛЬТУРЫ, СПОРТА И ТУРИЗМА

УДК 37.032

Е. В. Антипова¹, кандидат педагогических наук, доцент, **В. А. Антипов²**,
кандидат педагогических наук, **С. П. Евсеев³**, доктор педагогических наук, профессор
¹ ФГУ СПбНИИФК, Санкт-Петербург, Российская Федерация
² СПбУ МВД России, Санкт-Петербург, Российская Федерация
³ Министерство спорта Российской Федерации, Москва, Российская Федерация

ФОРМИРОВАНИЕ ФИЗИЧЕСКОЙ КУЛЬТУРЫ ЛИЧНОСТИ НА ОСНОВЕ АНТРОПНЫХ ТЕХНОЛОГИЙ И КЛЮЧЕВЫХ ОБРАЗОВАТЕЛЬНЫХ КОМПЕТЕНЦИЙ

Введение. Одной из важнейших социальных задач на современном этапе развития российского общества является повышение качества жизни населения, а её составляющей — сохранение и укрепление личного и общественного здоровья нации. В соответствии со стратегией развития физической культуры и спорта в Российской Федерации до 2020 года целевые показатели систематически занимающихся физической культурой и спортом должны составлять в общей численности населения 40%, а лиц с ограниченными возможностями, систематически занимающихся адаптивной физической культурой и паралимпийским спортом, — 20% [1]. По состоянию на 31 декабря 2016 года в стране систематически занимались физическими упражнениями и спортом 43 464,4 тыс. человек, или 31,9% населения. Причём численность занимающихся по месту жительства, месту работы и в учреждениях дополнительного образования составляла 50,2% [2]. При этом в занятия физическими упражнениями и паралимпийским спортом вовлечено лишь 5% россиян с ограниченными возможностями, а в возрастной категории населения Санкт-Петербурга от 61 года и старше — 3,9% от общего числа жителей мегаполиса. По месту жительства населения физическими

упражнениями и массовыми видами спорта занимается 6,9% россиян, на предприятиях, в организациях и учреждениях — 33,4% (таблица 1).

Вышеприведённая статистика свидетельствует о сложившемся противоречии между потребностью минимизации факторов риска здоровья среди населения трудоспособного возраста, старшей возрастной категории, укрепления здоровья и повышения качества жизни лиц с ограниченными возможностями здоровья, увеличения численности занимающихся именно в этих возрастных и социальных группах, с одной стороны, и несформированными устойчивыми ценностными ориентациями населения к физической культуре и спорту — с другой. Таким образом, проблема состоит в формировании физической культуры личности и устойчивых ценностных ориентаций к физической культуре и спорту общества в целом. В сущности, это национальная идея здорового образа жизни. Базисным основанием являются государственность, культура и свобода, а сама национальная идея выступает как некий идеал, идея отражения исторических особенностей развития страны и её перспектив, как организующая, движущая сила исторического развития [4]. Национальная идея здорового образа жизни состоит в вовлечении основной части населения различных категорий в систематические занятия физическими упражнениями и спортом, с учётом исторических особенностей развития России и исторического спортивного наследия, и является составляющей движущей силой в экономическом развитии страны, поскольку здоровье нации, её безопасность, воспроизводство человеческого капитала и качество жизни населения напрямую зависят от здорового образа жизни, обеспеченного физической активностью населения, отказом от вредных привычек, сформированностью физической культуры личности и ценностными ориентациями общества к здоровому и активному образу жизни.

Основная часть. Целью исследования являлся поиск средств формирования физической культуры личности в процессе профилактики

Т а б л и ц а 1 — Численность систематически занимающихся физической культурой и спортом в Санкт-Петербурге по состоянию на 31.12.2013 [3, с. 11]

Возрастная категория, лет	Численность занимающихся	Доля в общей численности занимающихся, %
0—14	367 996	29,0
15—30	583 046	45,9
31—60	269 767	21,2
61 и старше	49 584	3,9

вредных привычек среди старших школьников. Методы исследования: анализ и обзор литературных источников, социологический опрос, организационное проектирование, преобразующий педагогический эксперимент, методы статистической обработки данных.

В результате получения оценки отношения школьников к занятиям физическими упражнениями и спортом, вредным привычкам, на основе антропно ориентированных образовательных технологий была разработана профилактическая образовательная программа, апробация которой проводилась в общеобразовательной школе Санкт-Петербурга. В педагогическом эксперименте приняли участие 15 юношей и 12 девушек экспериментальной группы (далее — ЭГ) и 14 юношей и 8 девушек контрольной (фоновой) группы (далее — КГ), все учащиеся 10-х классов школы № 108.

Решение образовательно-обучающих задач, как правило, в дидактике осуществляется с помощью предметноориентированных, дидактикоориентированных и личносно развивающих технологий. Основное отличие личносно развивающих технологий от традиционно применяемых состоит в смещении акцентов с получения знаний на умение применять их на практике и приобретение способности к самоутверждению индивидуума в социуме и культуре. Антропно ориентированное обучение имеет основную задачу преобразовать знания и полученную научную информацию в проектно-дидактическую модель образовательного развития индивидуума [5, с. 32—33]. Объём экспериментальной образовательной программы в ЭГ составлял 68 часов, в том числе — 22 теоретических занятия; в КГ, которая получала знания по физической активности и факторам риска здоровья на уроках в рамках базовой программы «Основы безопасности жизнедеятельности», — 17 теоретических уроков. Критериями эффективности экспериментальной программы по схеме «до» и «после» являлись: учебно-образовательные, информационные, коммуникативные, общекультурные компетенции, а также компетенции личностного самосовершенствования и ценностно-смысловые. Отличительной особенностью учебных занятий в ЭГ служило непосредственное активное участие самих учащихся в образовательном процессе. Так, школьники после прохождения I теоретического раздела «Здоровье человека для личности и общества» самостоятельно готовили материал и выступали с 5-минутными докладами, а после завершения теоретического курса — с подготовленными самостоятельно 10-минутными докладами в 5—6-х классах своей школы. Педагогический эксперимент показал, что положительные изменения учебно-образовательных компетенций произошли и в экспериментальной, и в контрольной группах юношей, однако в ЭГ они коснулись 80% учащихся, в КГ — только 28,6%. Среди девушек недостоверные изменения отмечены

у 33,3% учащихся ЭГ и у 12,5% десятиклассниц КГ. Достоверность различий распределения процентных долей выявлялась с помощью критерия Фишера. Информационные компетенции оценивались только в ЭГ. И у юношей, и у девушек, которым была предоставлена возможность проявить самостоятельность и свои креативные способности, отмечена положительная динамика приобретения информационных компетенций. Коммуникативные компетенции, критериями которых служили представление доклада, его мультимедийная презентация, внимание аудитории и ответы докладчика на вопросы аудитории, увеличились у 60% юношей и 75% девушек ЭГ. Критериями общекультурных компетенций являлись знания по истории античных и современных Олимпийских игр, спорта высших достижений и паралимпийского спорта, оздоровительной и адаптивной физической культуры. Отмечены достоверные положительные изменения у 73,3% юношей и 75% девушек ЭГ. Компетенции личностного самосовершенствования оценивались «до» и «после» проведения эксперимента по двум критериям: самооценка знаний о вредных привычках, факторах риска здоровья и здоровом образе жизни, а также готовность участия в качестве волонтера в профилактике наркомании. Были получены достоверные изменения компетенций в ЭГ юношей по знаниям о вредных привычках и недостоверные данные по умению противостоять вредным привычкам. Самооценка знаний о вредных привычках и здоровом образе жизни повысилась у 75% девушек ЭГ. Готовность принять участие в антинаркотических мероприятиях своей школы высказали 86,7% юношей и 91,7% девушек. Ценностно-смысловые компетенции включали показатель осознанного отказа от вредных привычек. Наиболее существенной разница случаев оказалась у юношей ЭГ по отношению к КГ [6, с. 192—212].

Заключение. Проведённый многолетний педагогический эксперимент показал, что применение антропно ориентированных образовательных технологий в процессе формирования физической культуры личности является более эффективным по сравнению с традиционными образовательными технологиями, поскольку антропные технологии позволяют учащемуся проявить самостоятельность и креативность, повышают интерес к занятиям. Приобретение ключевых образовательных компетенций способствует осознанному восприятию предмета, формирует устойчивые ценностные ориентации к здоровому образу жизни, физической активности и воспитывает важнейшие качества личности, благодаря которым человек отказывается от вредных привычек, осознанно противостоит им.

Список цитируемых источников

1. Стратегия развития физической культуры и спорта в Российской Федерации на период до 2020 года [Электронный ресурс] : распоряжение Правительства Рос. Федерации от 7 авг. 2009 г. № 1101-р. URL: <http://www.minsport.gov.ru/activities/federal-programs/2/26363/> (дата обращения: 02.04.2016).

2. Сводный отчёт по форме федерального статистического наблюдения № 1-ФК «Сведения о физической культуре и спорте» за 2015 год [Электронный ресурс]. URL: <http://www.minsport.gov.ru/sport/physical-culture/statisticheskaya-inf/> (дата обращения: 31.03.2016).

3. Государственная программа Санкт-Петербурга «Развитие физической культуры и спорта в Санкт-Петербурге на 2015—2020 годы» [Электронный ресурс] : приложение к постановлению Правительства Санкт-Петербурга от 23.06.2014 № 498 // Электрон. фонд правовой и нормативно-технической документации. URL: <http://docs.cntd.ru/document/822403599> (дата обращения: 31.03.2016).

4. Вырщиков А. Н., Никонов К. М. Российская национальная идея. Некоторые суждения о государственности, демократии и культуре, свободе и человеческом достоинстве [Электронный ресурс]. URL: <http://pandia.ru/text/77/30/98995.php> (дата обращения: 31.03.2016).

5. Дмитриев С. В. Антропно ориентированные образовательные технологии становления субъекта профессиональной деятельности // Физ. воспитание студентов. 2011. № 3. С. 30—36.

6. Антипов В. А., Евсеев С. П., Черкашин Д. В. Первичная профилактика распространения наркотизма и наркомании в молодёжной среде : моногр. / под ред. Е. В. Антиповой. СПб. : ФГБУ СПбНИИФК, 2014. 262 с.

Материал поступил в редакцию 13.04.2016

УДК 796.011.1

В. В. Братухин, А. И. Самусик, Е. В. Чурилов
БарГУ, Барановичи

ФИЗИЧЕСКОЕ САМОВОСПИТАНИЕ И САМОСОВЕРШЕНСТВОВАНИЕ — УСЛОВИЕ ЗДОРОВОГО ОБРАЗА ЖИЗНИ

Введение. Физическое самовоспитание понимается как процесс целенаправленной, сознательной, планомерной работы над собой, ориентированный на формирование физической культуры личности. Он включает совокупность приёмов и видов деятельности, определяющих и регулирующих эмоционально окрашенную, действенную позицию личности в отношении своего здоровья, психофизического состояния, физического совершенствования и образования.

© Братухин В. В., Самусик А. И., Чурилов Е. В., 2016