

УДК 796.034.2

ОРГАНИЗАЦИОННО-ПЕДАГОГИЧЕСКОЕ ОБЕСПЕЧЕНИЕ ЗАНЯТИЙ ФИЗИЧЕСКОЙ КУЛЬТУРОЙ ПО МЕСТУ ЖИТЕЛЬСТВА

Абрамович Д.В., Марков К.К.

*Иркутский национальный исследовательский технический университет,
Иркутск, e-mail: mrdiman@yandex.ru*

Возвращение системы массовой физической культуры во дворы становится все более актуальной проблемой больших и малых городов России настоящего времени. В данной статье представлен вариант организационно-педагогической модели в виде муниципального казенного учреждения, посредством которой началось возрождение системы регулярных занятий по месту жительства на территории г. Иркутска. Модель включает в себя весь объем необходимых и достаточных ресурсов и функций с целью создания оптимальных условий для занятий физической культурой различных групп населения. Педагогический контроль динамики физического развития и физической подготовленности проводился расширенным мониторингом с необходимым математико-статистическим обеспечением. Приведены данные годичного эксперимента на спортивных объектах по месту жительства и проведено сравнение с детьми и подростками, занимающимися в спортивных секциях общеобразовательных школ.

Ключевые слова: физическая культура, физическое здоровье, мониторинг, спорт по месту жительства, внеурочная занятость, здоровый образ жизни

ORGANIZATIONAL AND PEDAGOGICAL PROVISION OF PHYSICAL CULTURE BY PLACE OF RESIDENCE

Abramovich D.V., Markov K.K.

Irkutsk National Research Technical University, Irkutsk, e-mail: mrdiman@yandex.ru

Return the system mass physical culture in the courtyards is an increasing concern of cities and towns in Russia this time. This article provides the option of organizational and pedagogical models in the form of municipal government institutions through which the revival of a regular classes system at their residence place on the territory of Irkutsk. The model includes all the necessary and sufficient resources and functions in order to create optimal conditions for physical activity of the population different groups. Pedagogic supervision of the physical development and physical preparedness dynamics conducted advanced monitoring with the necessary mathematical-statistical software. Provides details of the one-year experiment at sports facilities in their place of residence and comparison with children and young people involved in sports clubs in secondary schools.

Keywords: physical culture, physical health, monitoring, sport residence, school employment, healthy lifestyle

Физическая культура и спорт как важный социальный элемент пронизывает все уровни современного социума, при этом оказывает широкое воздействие на основные сферы жизнедеятельности общества. Они влияют на национальные отношения, деловую жизнь, общественное положение, формируют моду, духовные ценности и образ жизни людей.

Именно в последние десятилетия были приняты ключевые акты, которые задают вектор развития этой отрасли в нашей стране на долгую перспективу: Концепция развития физической культуры и спорта в РФ на период до 2005 г.; Постановление Правительства РФ «Об общероссийской системе мониторинга состояния физического здоровья населения, физического развития детей, подростков, молодежи» (2001); Федеральная целевая программа «Развитие физической культуры и спорта в РФ на 2006–2015 годы» (2006); Федеральный Закон «О физической культуре и спорте в РФ» (2007); Стратегия развития физической культуры и спорта на период до 2020 года

(2009); Федеральная целевая программа «Развитие физической культуры и спорта в РФ на 2016–2020 годы» (2015) и др.

Федеральное законодательство в условиях сегодняшнего дня четко разделяет обязанности и полномочия, которые соответствующие органы в структуре исполнительной власти субъекта РФ и муниципального уровня исполняют и реализуют в части развития отрасли физическая культура и спорт. Федеральные законы № 131-ФЗ от 06.10.2003 г. «Об общих принципах организации местного самоуправления в РФ» и № 329-ФЗ от 04.12.2007 г. «О физической культуре и спорте» закрепили основным полномочием местного самоуправления обеспечение условий для развития физической культуры.

Поэтому поиск и научный анализ результатов, достигнутых в работе по месту жительства с подрастающим поколением, продолжает оставаться актуальной научной и практической проблемой для России в целом и для отдельных её субъектов и муниципальных образований, таких как г. Иркутск.

В то же время укрепление позиций здорового образа жизни (ЗОЖ), популяризация физической культуры среди различных групп населения становится все более приоритетной задачей, решать которую необходимо всеми имеющимися способами и методами [8, 9].

Актуальность развития физической культуры по месту жительства среди детей и подростков школьного возраста обусловлена тем, что не все могут и хотят заниматься каким-либо конкретным видом спорта в ДЮСШ. Ситуация усугубляется и тем, что не всегда родители и дети могут правильно и с первого раза определиться с видом спорта, по которому оптимально осуществлять физическую подготовку. При этом несовершенство методики спортивного отбора детей, порой в совокупности с непрофессиональными амбициями взрослых, которые представляют успехи своего ребенка в спорте, где у него нет перспектив, приводит к значительному «отсеву» занимающихся. После чего эти дети в лучшем случае выбирают другой вид спорта, а во многих случаях теряют интерес к физкультурно-спортивной деятельности. Именно развитие навыков на спортивной площадке по месту жительства может обеспечить своего рода спортивную ориентацию для дальнейшего понимания выгодной (более успешной) спортивной специализации подрастающего поколения в будущем.

Дефицит двигательной активности подрастающего поколения необходимо компенсировать регулярными занятиями физической культурой и массовым спортом [4]. С учетом отсутствия должного внимания к физической культуре в школе необходимо делать упор на развитие внешкольных форм оздоровительной спортивно-массовой работы [3, 7]. В работах многих авторов высказывается мысль о том, что школьные программы существенно перегружены и необходимо смещать занятия физической культурой на различные внешкольные формы. В сложившейся ситуации спортивные площадки, расположенные на придомовой территории, могут явиться недорогой и достаточно действенной панацеей для сохранения здоровья населения, в первую очередь детей и подростков. А их шаговая доступность является серьезной мотивационной составляющей для занятий физической культурой всех групп населения. Для этих целей необходима качественная модернизация спортивной инфраструктуры по месту жительства.

На основе анализа научной литературы выявлена недостаточная разработанность вопроса организации и проведения заня-

тий физической культурой на придомовой территории, отсутствие единых подходов и представлений о структуре и содержании этого процесса. Работа с населением по месту жительства – сложный процесс, требующий концентрации внимания, творческих проявлений со стороны инструктора. Спортивные объекты в шаговой доступности посещают одновременно лица совершенно разных возрастов, а задача инструктора – организовать работу так, чтобы занятие представляло интерес абсолютно для каждого участника. Этот процесс должен отличаться от образовательного, применяемого в учебном заведении. Программы в данном случае носят рамочный характер, позволяя комплектовать нужный набор мероприятий, принимая во внимание интересы, возраст, пол, состояние здоровья и потребности занимающихся.

Цель исследования – разработать и применить на практике организационно-педагогическую модель в виде муниципального учреждения, которая обеспечит развитие спортивно-массовой работы по месту жительства.

Результаты исследования и их обсуждение

В 2011 году предложена организационно-педагогическая модель [1; 2] развития спортивно-массовой работы на муниципальном уровне (рисунок).

В системе городского хозяйства было создано специализированное муниципальное казенное учреждение «Городской спортивно-методический центр» г. Иркутска (МКУ «ГСМЦ») для организации спортивно-массовой работы с населением по месту жительства с целью привлечения к регулярным занятиям физической культурой широкого круга лиц. Системообразующим фактором данной модели является укрепление состояния здоровья населения занятиями физической культурой по месту жительства.

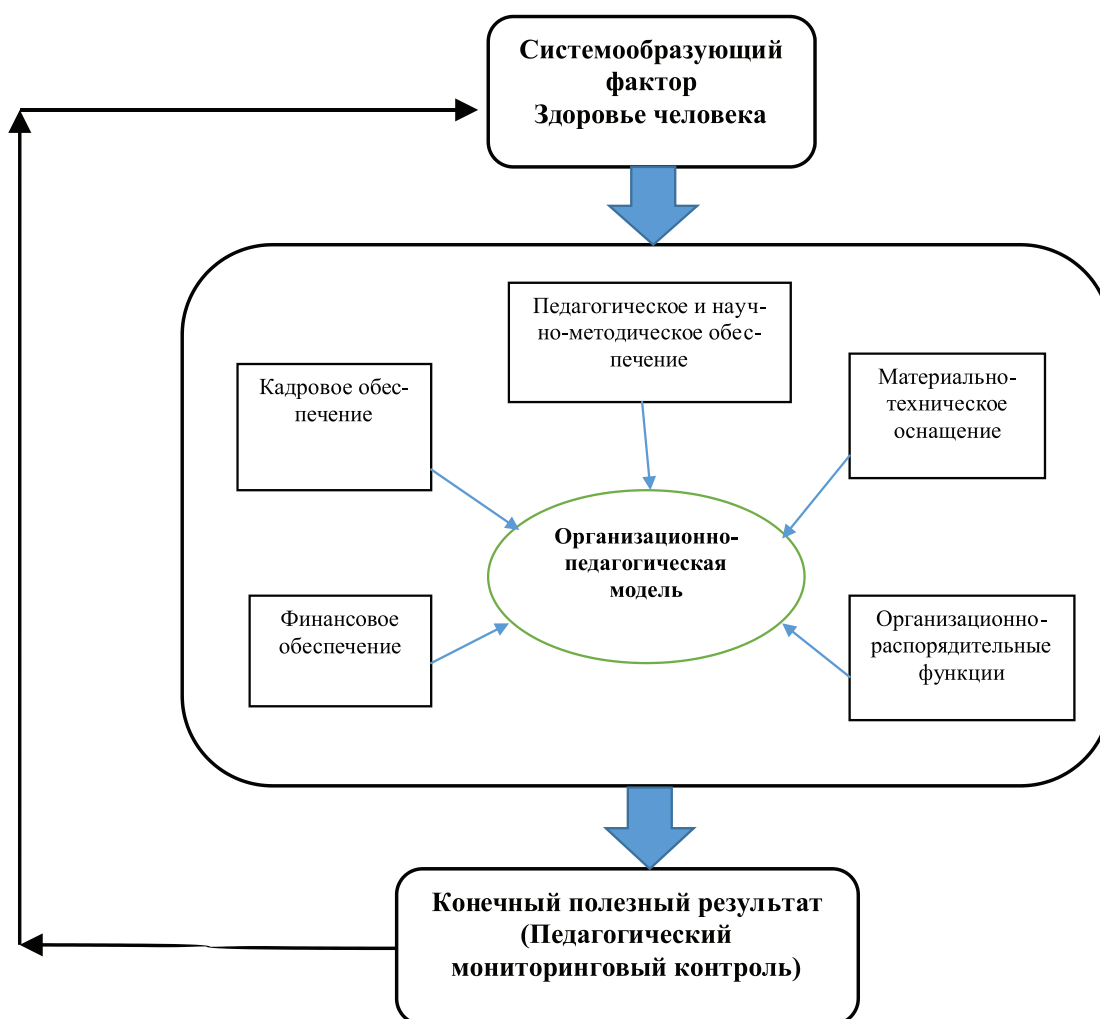
Педагогическое и научно-методическое обеспечение. Для проведения педагогического эксперимента в рамках данного исследования в соавторстве с сотрудниками МКУ «ГСМЦ» г. Иркутска с учетом климато-географических условий, городских спортивных традиций и на основе нормативных документов, регламентирующих работу спортивных учреждений были разработаны методические рекомендации, в соответствии с которыми инструкторами-методистами осуществлялись занятия на спортивных площадках по месту жительства с учащимися среднего и старшего школьного возраста экспериментальной группы. Для организации системной деятельности

был разработан годичный план-схема цикла подготовки детей и подростков на спортивных площадках по месту жительства. В нем структурно были выделены предполагаемые этапы в зависимости от базового вида спорта. Работа была выстроена на основе классической программы ДЮСШ, ориентированной на подготовку по хоккею с мячом. Универсальность и доступность средств хоккея, широкий спектр физических упражнений и коллективно-групповых действий, многообразие технико-тактических элементов в комплексе с когнитивной деятельностью создают объективные предпосылки и благоприятные педагогические условия для успешного решения задач не только спортивно-физического, но и мотивационно-ценностного воспитания школьников.

Для организации системной деятельности был разработан годичный план-схема цикла подготовки детей и подростков на

спортивных площадках по месту жительства. В нем структурно были выделены предполагаемые этапы в зависимости от базового вида спорта (хоккей с мячом), на основе которого строилась вся работа. При планировании изначально весь учебный материал года обучения распределялся по месяцам, а затем по недельным циклам, в которых проводились занятия комплексного характера с преимущественной направленностью на те или иные виды подготовки. В тренировочных занятиях основной упор делался на общую физическую подготовку с акцентом на развитие гибкости, ловкости, быстроты, силы, выносливости и т.д. с целью гармоничного развития всех мышечных групп.

Занятия были построены по классической схеме – выделялись три их функционально связанные составные части: подготовительная – разминка, основная, заключительная.



Организационно-педагогическая модель развития спортивно-массовой работы по месту жительства

Подготовительная часть занимала 15–20% от общего времени занятия, решала задачи подготовки испытуемых к выполнению упражнений в основной части тренировки, обеспечения общей функциональной готовности их организма к активной мышечной деятельности и специальной готовности к выполнению подводящих и подготовительных упражнений. Она способствовала формированию новой установки в работе внутренних органов, дыхательной системы и деятельности системы кровообращения, постепенно увеличивая легочную вентиляцию и газообмен, осуществляя подготовку опорно-двигательного аппарата к предстоящим нагрузкам.

Основная часть занятий занимала 65–75% всего времени тренировочного процесса, в ходе которого упор делался на общефизическую подготовку и осуществлялось направленное воздействие на развитие физических качеств.

Заключительная часть тренировочных занятий составляла по продолжительности 10–15% времени занятия. Главная цель заключительной части – постепенное снижение функциональной активности организма занимающихся и приведение его в относительно спокойное состояние.

В недельном плане работы особое внимание уделялось: подвижным играм, игровым видам спорта, элементам легкой атлетики и эстафетам. Так же были предусмотрены не менее двух раз в годичном цикле подготовки контрольные испытания занимающихся для получения объективной информации о влиянии проводимых занятий по месту жительства на уровень их физического развития и физической подготовленности. Наряду с этим было запланировано участие в трех открытых городских соревнованиях в течение всего календарного года по хоккею, футболу и стритболу.

Кадровое обеспечение. Утвержденное штатное расписание созданного учреждения позволило сформировать квалифицированный состав инструкторов-методистов, которые прошли повышение квалификации по вопросам организации физкультурно-массовой работы среди городского населения и приступили к работе по месту жительства.

Финансовое обеспечение. Для решения вопросов обеспечения деятельности учреждения, с учетом подготовленных и согласованных смет, применяя программно-целевой подход при подготовке и утверждении долгосрочной целевой программы «Здоровое поколение на 2013–2017 годы», необходимые бюджетные средства были предусмотрены в муниципальном бюджете.

Материально-техническое оснащение. Спортивные сооружения должны отвечать требованиям эксплуатации – быть безопасными и многофункциональными, современными и надежными, чистыми и ухоженными. Уже к 2015 году количество таких объектов в г. Иркутске, расположенных во всех его округах, достигло 47 единиц (около 60000 м² спортивной площади), все объекты были закреплены на праве оперативного управления за МКУ «ГСМЦ».

Организационно-распорядительные функции. Специализированное учреждение, наделенное статусом юридического лица с правом ведения самостоятельной хозяйственной деятельности, организационно-правовым статусом типа «казенное», утвержденной сметой и штатным расписанием способно решать весь перечень вопросов по организации физкультурно-спортивной деятельности населения на территории городского округа.

Для проверки работоспособности организационно-педагогической модели в 2013–2014 гг. был проведен педагогический эксперимент, в рамках которого были обследованы две группы детей и подростков 11–17 лет:

1-я группа (контрольная, 352 человека) – дети и подростки посещали уроки физической культуры и одну из спортивных секций (настольный теннис, волейбол, баскетбол, футбол, бадминтон) 3 раза в неделю по 2 часа, созданных на базе общеобразовательных учреждений. Их обследование и тестирование осуществлялось в реальных условиях учебного процесса при согласовании с департаментом образования комитета по социальной политике и культуре администрации г. Иркутска на уроках физической культуры в МБОУ СОШ № 14, 50 и МАОУ центр образования № 47;

2-я группа (экспериментальная, 376 человек) – школьники посещали уроки физической культуры и занимались на основе годовой программы подготовки по хоккею с мячом игровыми видами спорта, элементами легкой атлетики и общефизической подготовкой по месту жительства с той же интенсивностью (3 раза в неделю по 2 часа) с инструкторами-методистами МКУ «Городской спортивно-методический центр». Эта группа была сформирована посредством размещения информации в школах, находящихся в шаговой доступности к спортивным площадкам, обозначенных для эксперимента по согласованию с МКУ «ГСМЦ» г. Иркутска в 4-х административных округах.

Необходимо отметить, что обе группы на начальном этапе были однородны: обязательные программные занятия по физической культуре в общеобразовательных

учреждениях выполнялись всеми участниками эксперимента в полном объеме, дополнительные занятия у контрольной и экспериментальной групп строились по разным методикам, но общий объем недельных занятий был на одном уровне – 6 часов.

Для измерения данных физического здоровья испытуемых использовались пробы и тесты в соответствии с Постановлением Правительства РФ № 916 от 29.12.2001 г. «Об общероссийской системе мониторинга состояния физического здоровья населения, физического развития детей, подростков и молодежи» и порядком его проведения. На каждом этапе, в соответствии с методическими рекомендациями осуществлялось измерение следующих параметров физического развития: рост, вес, окружность грудной клетки, динамометрия мышц кисти, частота сердечных сокращений, жизненная емкость легких, проба Штанге, проба Генче. Также проводилось определение физической подготовленности по следующим тестам: челночный бег, вис на перекладине (девочки, девушки), подтягивание (мальчики, юноши), подъем туловища, прыжок в длину с места, наклон вперед сидя, бег 20 метров с хода, бег 1000 метров [5; 6].

В исследовании показано, что созданное учреждение МКУ «ГСМЦ» г. Иркутска успешно решает весь комплекс возложенных на него задач: формирование постоянного состава инструкторов-методистов для работы с населением и обучение его по современным программам; методическое сопровождение физкультурной деятельности; содержание физкультурно-спортивных объектов и обеспечение их необходимым инвентарем и оборудованием.

Данные контрольных измерений физического здоровья детей и подростков 11–17 лет, участвующих в эксперименте, показали, что дополнительные занятия детей и подростков физической культурой по месту жительства оказали большее положительное влияние на физическую подготовленность мальчиков и юношей, чем на подготовленность их сверстниц. Это подтверждается данными эксперимента и позволяет сделать вывод, что они были более мотивированы на занятия по разработанной программе. Причиной этому мог послужить тот факт, что уклон в подготовке делался на хоккей с мячом.

Кроме того, по результатам анализа физической подготовленности мальчиков (юношей) можно сделать вывод, что в возрасте 11–13 лет различия между группами преимущественно не являются достоверными, а в 14–17 лет по значениям всех показателей лидируют юноши экспериментальной группы, причем различия уже

достоверны ($p < 0,05$). Это подтверждает эффективность примененной экспериментальной методики.

Проведенное исследование позволило сделать следующие **выводы**:

1. Доказана целесообразность создания специализированного учреждения, которое является успешным вариантом организационно-педагогической модели для развития спортивно-массовой работы с населением по месту жительства и решает весь комплекс возложенных на него задач.

2. С использованием технологий мониторинга доказано положительное влияние занятий физической культурой на плоскостных сооружениях по месту жительства на физическое развитие и физическую подготовленность детей и подростков среднего и старшего школьного возраста.

3. Показано, что физкультурно-массовая работа с детьми и подростками на спортивных площадках по месту жительства не только увеличивает их двигательную активность, но и является приемлемой альтернативой спортивным секциям, организованным в общеобразовательных школах.

Список литературы

1. Абрамович Д.В. Материально-техническая база, как важнейший элемент в развитии физической культуры и массового спорта (на примере г. Иркутска) // Ученые записки университета имени П.Ф. Лесгафта. – 2016. – № 4 (134). – С. 9–13.
2. Абрамович Д.В., Шпорин Э.Г. Влияние дополнительных занятий по физической культуре во внеурочное время на физическую подготовленность средних и старших школьников // Теория и практика физической культуры. – 2016. – № 4. – С. 36–37.
3. Завьялов А.И., Лебединский В.Ю., Миндиашвили Д.Г., Шикота И.И. Совершенствование физического воспитания школьников: монография. – Иркутск, Мегалит, 2007. – 180 с.
4. Кудрявцев М.Д., Галимов Г.Я., Марков К.К., Кадач О.В. Новые подходы к построению развивающего обучения школьников на уроках физической культуры в общеобразовательной школе // Вестник Красноярского государственного педагогического университета им. В.П. Астафьева. – 2013. – № 4 (26). – С. 152–154.
5. Лебединский В.Ю. Физическое развитие и физическая подготовленность детей, подростков и молодежи: методические рекомендации / под общ. ред. д-ра мед. наук, проф. В.Ю. Лебединского. – Иркутск, ИрГТУ, 2002. – 24 с.
6. Лебединский В.Ю., Койпышева Е.А., Рыбина Л.Д. Физическое развитие дошкольников, школьников и студентов: монография. – Иркутск, Иркутский национальный исследовательский технический университет, 2016. – 207 с.
7. Пономарев В.В., Приходов Д.С., Яцковский А.В., Пашков О.Н. Педагогическая технология оценки формирования общих физкультурных компетенций у учащихся старших классов // Физическая культура: воспитание, образование, тренировка. – 2015. – № 3. – С. 14–16.
8. Семенов Л.А. Мониторинг и проблемы физического воспитания детей и подростков // Физическая культура: воспитание, образование, тренировка. – 2014. – № 2. – С. 49–52.
9. Сидоров Л.К. Методологические и концептуальные аспекты формирования двигательной потребности в системе непрерывного образования // Физическая культура: воспитание, образование, тренировка. – 2005. – № 4. – С. 2–4.