

УДК 377

Ольга Викторовна Булдашева
г. Шадринск

Деятельностный подход к формированию у будущих педагогов физической культуры и спорта готовности к здоровьесбережению школьников

Статья посвящена актуальной проблеме подготовки будущих педагогов к здоровьесбережению школьников. Роль педагогов физической культуры и спорта в этом процессе первостепенна, поскольку именно они имеют в своем арсенале средства физической культуры, позволяющие укрепить здоровье занимающихся. В работе уточняется понятие «готовность будущего педагога физической культуры и спорта к здоровьесбережению школьников». Автор предлагает использовать деятельностный подход в формировании готовности, поскольку включение студентов в различные виды деятельности позволяет формировать умения и навыки здоровьесохранения, расширять опыт здоровьесбережения школьников. С целью формирования готовности студентов к сохранению и укреплению здоровья школьников предлагается использовать практикоориентированные задания, игровые, проектные технологии, метод анализа конкретных ситуаций, а также включать задания по здоровьесохранению в производственной практике.

Ключевые слова: здоровье, здоровьесбережение, готовность будущего педагога физической культуры и спорта к здоровьесбережению школьников, игровая технология, проектная технология, технология кейс-стади, производственная практика.

Olga Viktorovna Buldasheva
Shadrinsk

An activity-based approach to the formation of future teachers of physical education readiness for the schoolchildren's healthcare

The article is devoted to the urgent problem of preparing future teachers for the schoolchildren's healthcare. The role of physical education teachers in this process is paramount as they have the means of physical culture that allow them to strengthen the health. The paper clarifies the concept of "the readiness of the future teacher of physical education for the schoolchildren's healthcare". The author suggests using an activity-based approach in the formation of readiness as the inclusion of students in various types of activities allows them to form healthcare skills and expand the experience of schoolchildren's healthcare. In order to form students' readiness to preserve and strengthen the schoolchildren's healthcare it is proposed to use practice-oriented tasks, game and project technologies, a method of analyzing specific situations as well as to include tasks on schoolchildren's healthcare during practice.

Keywords: health, healthcare, readiness of the future teacher of physical education for the schoolchildren's healthcare, game technology, project technology, case study technology, practice.

Сегодня среди существующих социальных проблем в обществе центральное место принадлежит проблеме сохранения здоровья подрастающего поколения. В ряде исследований подтверждается тенденция ухудшения здоровья детей [1,2].

Отсюда одним из приоритетных направлений работы образовательных организаций является деятельность коллектива по здоровьесохранению обучающихся, внедрению здоровьесберегающих технологий в образовательный процесс. Это повышает потребность образовательной организации в специалистах, не только компетентных в своем учебном предмете, но и готовых к созданию здоровьесберегающей среды в школе. Исследователи

(Б.А. Артеменко, З.И. Тюмасева, Н.Е. Пермякова, И.Л. Орехова, Э.Ф. Антонова) отмечают, что современный педагог недостаточно владеет умениями и навыками здоровьесохранения школьников. Профессиональная подготовка современных студентов в области здоровьесбережения происходит зачастую больше в плане освоения теоретических основ [6]. Отсюда вопросы подготовки будущих специалистов, готовых к здоровьесбережению школьников, к осуществлению здоровьесберегающей деятельности как никогда актуальны. Выше сказанное относится ко всем педагогам, в том числе к будущим педагогам физической культуры и спорта.

В целях исследования обратимся к анализу понятий «здоровьесбережение», «готовность к здоровьесбережению».

В научной литературе «здоровьесбережение» рассматривается как активность будущих педагогов в области физической культуры и спорта, направленная на улучшение и сохранение здоровья, а также согласованность и единство всех уровней их жизнедеятельности. В исследовании Н.В. Бирюковой здоровьесбережение рассматривается в качестве целенаправленной работы по сохранению здоровья субъекта образовательного процесса, способствующей преобразованию интеллектуально-эмоциональной сферы личности, и обеспечивающей формирование ценностного отношения к собственному здоровью и здоровью окружающих.

Вопросами готовности к сохранению здоровья занимались М.М. Безруких, Ф.Н. Гोनоблин, В.И. Ковалько, Н.В. Кузьмина, Н.К. Смирнов, А.И. Щербаков и др. В определении понятия «готовность будущего педагога физической культуры и спорта к здоровьесбережению школьников» мы основываемся на взглядах Н.В. Ипполитовой, которая указывает, что готовность – это «сложное интегративное личностное качество, характеризующее активно-действенное субъективное состояние личности и мобилизованность сил для выполнения поставленной профессионально-педагогической задачи» [10, С. 24]. Отсюда рассматриваемый вид готовности определяем как интегративное личностное образование, представленное единством теоретической, практической и личностной составляющих, взаимосвязь которых обеспечивает активно-действенное субъективное состояние личности и мобилизованность сил для выполнения задач сохранения и укрепления здоровья обучающихся.

Важным условием, обеспечивающим успешное формирование готовности будущих педагогов физической культуры и спорта к здоровьесбережению школьников, является использование в процессе профессиональной подготовки возможностей учебных дисциплин [6]. О.А. Деминцева указывает на необходимость включения в содержание учебных дисциплин вопросов здоровьесбережения [4].

Рассмотрим, какие учебные дисциплины позволяют освоить основы здоровьесбережения школьников на примере будущих педагогов физической культуры, обучающихся по направлению 44.03.05 Педагогическое образование (профиль «Физическая культура», «Безопасность жизнедеятельности»). В процессе изучения психологии студенты осваивают основные закономерности развития личности, знакомятся с особенностями развития психических процессов, что позволяет найти оптимальный подход при обучении и воспитании школьника с учетом его индивидуальных и возрастных особенностей. Дисциплина «Педагогика» знакомит с закономерностями процесса обучения, формами и методами, приемами обучения и воспитания, видами воспитания, здоровьесберегающими технологиями – эти знания позволяют организовать образовательный процесс с позиций сохранения здоровья детей. При освоении учебного предмета «Безопасность жизнедеятельности» у студентов формируются представления об общих принципах обеспечения безопасности условий жизнедеятельности, способах защиты в опасных и чрезвычайных ситуациях с целью сохранения жизни и здоровья человека, а также основы здорового образа жизни. Изучение дисциплины «Физическая культура и спорт» направлено на формирование у студентов представлений о роли двигательной активности в развитии

функциональных возможностей организма для успешного решения профессиональных и жизненных задач.

Медико-биологические дисциплины, среди которых можно выделить «Анатомию и физиологию», «Гигиену физического воспитания и спорта», «Физиологию физкультурно-спортивной деятельности», «Спортивную биохимию», также обладают большим потенциалом в формировании готовности будущих педагогов физической культуры и спорта к здоровьесбережению школьников. Указанные дисциплины направлены на формирование не только профессиональных компетенций будущих педагогов, но и способствуют формированию сохранения и укрепления здоровья школьников, в частности в процессе занятий двигательной активностью. Так, представления о строении и функционировании организма важны для организации безопасных занятий ФКиС. Дисциплина «Гигиена ФВиС» знакомит с гигиеническими требованиями и нормами при организации занятий двигательной активностью, которые необходимо учитывать, поскольку это способствует сохранению высокой работоспособности и укреплению здоровья занимающихся. Предмет «Физиология ФСД» направлен на формирование физиологических основ работы организма занимающихся во время мышечной деятельности, что обеспечивает безопасное для здоровья функциональное развитие организма занимающегося. В процессе изучения спортивной биохимии студенты знакомятся с особенностями биохимических процессов во время занятий физическими упражнениями и в период восстановления после мышечной работы, что позволяет грамотно планировать физическую нагрузку, применять восстановительные меры, подбирать эффективные средства и методы воспитания двигательных качеств, не нанося ущерб здоровью.

Следует заметить, что для осуществления здоровьесбережения недостаточно овладения будущими педагогами совокупностью знаний, необходимо формировать умения и навыки здоровьесбережения, способность применять полученные знания на практике, расширять опыт деятельности в области сохранения и укрепления здоровья школьников. С этой позиции основополагающим методологическим подходом к процессу формирования готовности у будущих педагогов к здоровьесбережению школьников выступает деятельностный подход. Эффективным условием формирования готовности будущих педагогов физической культуры и спорта к здоровьесбережению школьников является целенаправленное включение студентов в организацию здоровьесберегающей деятельности. Проблеме внедрения в образование деятельностного подхода посвящены исследования ученых Л.С. Выготского, А.В. Хуторского, М.Н. Скаткина, И.Я. Лернера, Д.Б. Эльконина, В.В. Давыдова, М.И. Махмутова, А.Н. Леонтьева, П.Я. Гальперина и др.

Основополагающим положением деятельностного подхода является то, что развитие и формирование личности невозможно вне деятельности, опирающейся на традиции, ценности, существующий опыт, сформированные в процессе развития общества. Отсюда студентов следует включать в разнообразные виды деятельности, способствующие формированию профессиональных компетенций, готовности к осуществлению профессиональных функций учителя.

Деятельностный подход к формированию готовности будущих педагогов физической культуры и спорта к здоровьесбережению школьников предполагает такой способ организации учебно-познавательной деятельности студентов, при которой они не пассивно воспринимают учебную информацию, а активно участвуют в образовательном процессе. При деятельностном подходе создаются условия для использования теоретических знаний на практике, происходит формирование умений и навыков сохранения и укрепления здоровья школьников, появляется возможность использовать умения в жизненных ситуациях здоровьесбережения. С позиций рассматриваемого подхода студентов следует включать в решение таких учебных задач, где они могут самостоятельно сформулировать проблему, найти способы ее решения, решить и проконтролировать правильность решения [9].

Освоение основ здоровьесбережения школьников будущими педагогами происходит в процессе аудиторной и внеаудиторной работы. Студенты, обучающиеся по направлению 44.03.05 Педагогическое образование (профиль «Физическая культура», «Безопасность жизнедеятельности»), в процессе изучения дисциплин медико-биологического цикла включаются в деятельность по выполнению разного рода заданий практического характера. Так, при освоении студентами содержания медико-биологических дисциплин («Физиология ФСД», «Спортивная биохимия», «Гигиена ФВиС», «Анатомия и физиология», «Первая помощь пострадавшему», «Антидопинговая политика и фармакологическое обеспечение спортивной деятельности» и др.) применяют следующие технологии: проектная, игровая, технология кейс-стади. Выше обозначенные технологии используются с целью медико-биологической и педагогической подготовки будущих педагогов для осуществления ими профессиональных функций без ущерба здоровью детей. Рассмотрим, какие варианты заданий можно предложить бакалаврам педагогического образования (профиль «Физическая культура», «Безопасность жизнедеятельности») с целью формирования у них готовности к сбережению здоровья школьников.

Использование игр (деловых, ролевых, организационно-деятельностных) в образовательном процессе будущих педагогов физической культуры и спорта учит решать различные задачи, возникающие в работе учителя, в том числе и связанные со здоровьесбережением учащихся. Игровая деятельность выступает как деятельность, в которой происходит формирование предпосылок к переходу умственных действий в практический план [7]. Отсюда, игра становится эффективной формой отработки вариантов поведения будущих педагогов в различных профессиональных ситуациях.

Включение метода анализа конкретных ситуаций (кейс-метода) в подготовку студентов к здоровьесбережению школьников предполагает анализ предложенного описания реальной ситуации практической деятельности, в результате которого необходимо самостоятельно найти выход из данной ситуации. К несомненным плюсам данного метода относят возможность будущих педагогов в процессе анализа определять проблему, выбирать необходимую информацию для ее решения, в ходе открытого обсуждения находить оптимальные варианты решения. В ходе работы над кейсом студенты расширяют опыт решения профессиональных проблем. Приведем пример ситуации, которую можно предложить студентам для расширения опыта решения проблем сбережения здоровья детей: *молодой специалист проводит урок физической культуры в 7 классе в спортивном зале, где температура воздуха +14⁰С, относительная влажность воздуха 60%, скорость движения воздуха 0,2 м/с. На перемене была проведена влажная уборка и проветривание. Продолжительность урока 40 минут. Подготовительная часть урока продолжалась 7 мин., основная – 25 мин., заключительная – 8 мин. Подготовительная часть урока включала общеразвивающие упражнения для подготовки всех групп мышц, а также всех суставов. После разминки ЧСС занимающихся составила 180 уд/мин. Основная часть включала работу по развитию двигательных качеств. В начале основной части были проведены упражнения на развитие общей выносливости, затем мышечной силы, в конце основной части включены упражнения на развитие быстроты. В заключительной части проведена подвижная игра. Проанализировать ситуацию. Допустил ли педагог методические ошибки?*

Будущие педагоги физической культуры и спорта с целью формирования готовности к сохранению здоровья детей включаются в проектную деятельность. Темы проектов разрабатываются так, чтобы прослеживалась связь с реальными ситуациями педагогической профессии, чтобы в результате работы над проектом можно было получить практикоориентированный результат (рекомендации, программу, план и т.д.). Включение проектов в процесс обучения позволяет студентам овладеть новыми знаниями и сформировать умения в условиях самостоятельного целеполагания, планирования и выполнения практико-ориентированного задания; приобрести практический опыт решения проблем, связанных со здоровьесохранением [2]. Так, в завершении освоения учебной

дисциплины «Физическая культура и спорт» студенты первого курса педагогического вуза разрабатывают и реализовывают проект «Экзаменационный стресс и способы его профилактики» для студентов университетского колледжа. Использование проектов в подготовке будущих педагогов позволяет развивать у студентов инициативу, самостоятельность, обеспечивает установление связи между знаниями и умениями их применять в решении практических задач [3].

Таким образом, благодаря включению студентов в деятельность по здоровьесбережению осуществляется связь между теоретическим обучением и практико-ориентированным содержанием, будущие педагоги расширяют опыт осуществления профессиональных действий в области сохранения здоровья детей.

Формированию готовности студентов к сбережению здоровья школьников способствует работа по проведению курсовых исследований. Тематика курсовых работ по теории и методике физического воспитания и спорта подбирается таким образом, чтобы методические аспекты переплетались с вопросами здоровьесохранения детей. Примерами таких работ являются «Организация оздоровительного плавания с детьми младшего школьного возраста», «Роль учителя физической культуры в профилактике респираторных заболеваний у учащихся начальной школы», «Роль школьного спортивного клуба в формировании здорового образа жизни школьников», «Профилактика респираторных заболеваний у детей цифрового поколения средствами физической культуры» и др. В процессе работы над курсовым исследованием студенты не только изучают методические аспекты организации занятий физической культурой, роль физической культуры в сохранении здоровья, но и разрабатывают методические рекомендации, технологические карты уроков, составляют планы работы по сохранению и укреплению здоровья детей, разрабатывают программы по здоровьесбережению школьников, юных спортсменов и т.д.

Большую роль в формировании готовности студентов к сбережению здоровья школьников играет производственная практика, в процессе которой появляется возможность для овладения студентами умениями и навыками здоровьесберегающей деятельности [5,6,8]. Так, будущие бакалавры педагогического образования (профиль «Физическая культура», «Безопасность жизнедеятельности») в процессе прохождения проектно-технологической практики помимо прочих заданий выполняют комплекс заданий здоровьесберегающей направленности. Приведем примеры такого рода заданий:

1. Оценка учебного расписания уроков в школе с гигиенических и физиологических позиций. Студенты анализируют недельное расписание уроков с точки зрения соблюдения гигиенических правил; выявляют нарушения требований, закрепленных в санитарных правилах и нормах; составляют новое оптимальное расписание для определенного класса в соответствии с санитарно-эпидемиологическими требованиями к условиям и организации обучения в общеобразовательных организациях.

2. Оценка организации активного отдыха на переменах (студенты оценивают содержание, продолжительность, учет возрастных особенностей, состояния здоровья школьников).

3. Санитарно-гигиеническое обследование мест занятий физической культурой и спортом. Студенты проводят санитарно-гигиеническое обследование школьного спортивного зала по следующей схеме: оценивают наличие зеленых насаждений по периметру спортивного сооружения; используемые строительные и отделочные материалы; планировку основных и вспомогательных помещений; размеры зала; количество, расположение, размеры окон; организацию искусственного освещения; состояние естественной и искусственной вентиляции; микроклиматические условия в зале; состояние оборудования и инвентаря. По результатам обследования студенты заполняют протокол обследования, пишут заключение о соответствии/несоответствии нормативам и требованиям; формулируют предложения по улучшению санитарно-гигиенических условий в спортивном зале.

4. Санитарно-гигиеническая оценка проведения учебного занятия по физической культуре. Студенты оценивают санитарно-гигиенические требования к одежде и обуви занимающихся, соответствие места занятия физической культурой санитарно-гигиеническим требованиям, требования гигиены к организации урока (наличие всех структурных частей урока физической культуры; соответствие их продолжительности установленным нормам; соответствие упражнений в подготовительной и заключительной частях назначению этих структурных элементов урока; соответствие физической нагрузки в основной части цели и задачам урока; распределение обучающихся на группы здоровья, оценка характера физической нагрузки в соответствии с группой здоровья; организации медицинского контроля за состоянием обучающихся во время урока ФК). По результатам обследования студенты формулируют заключение о соответствии/несоответствии нормативам и требованиям; предлагают варианты по улучшению организации урока ФК.

5. Оценка проведения урока с позиций здоровьесбережения. Студентам следует проанализировать виды учебной деятельности на уроке, их продолжительность, чередование, условия использования технических средств обучения (продолжительность, соблюдение гигиенических требований, необходимость использования при изучении данной темы), наличие, содержание и своевременность физкультминуток, использование здоровьесберегающих технологий на уроке.

Выполнение подобных заданий позволяет в условиях практической деятельности применять полученные знания, формировать у студентов умения по организации здоровьесберегающей деятельности для школьников в процессе занятий физической культурой.

Положительный эффект в формировании готовности студентов к сбережению здоровья школьников дает включение студентов в деятельность по проведению мероприятий оздоровительной направленности. Так, студенты старших курсов активно привлекаются к организации и проведению «Декады здоровья». В рамках декады проводятся следующие мероприятия:

- мастер-классы: «Диагностика здоровья» (оценка уровня здоровья, проведение функциональных проб, выработка практических рекомендаций обследуемому); «Сохранить здоровье педагога» (опросник о состоянии здоровья, практические советы по выходу из стрессовых ситуаций, дыхательная гимнастика, фитнес для мышц глаза, упражнения для снятия психомышечного напряжения, правила информационной гигиены, составление трекера полезных привычек); «Основы построения оздоровительного урока физической культуры в школе» (ознакомление с теоретическими основами построения оздоровительного урока, а также с возможностями применения здоровьесберегающих технологий на уроках физической культуры);

- круглые столы по темам «Современные проблемы сохранения здоровья детей во время занятий физической культурой и спортом», «Охрана здоровья педагогического состава школы» и др.

- митапы: «Использование здоровьесберегающих технологий на уроках», «Средства физической культуры в профилактике негативных последствий стресса» и др.

- акции по популяризации здорового образа жизни «ЗОЖ – мой выбор», «Быть здоровым модно!» и др.

Студенты под руководством педагогов проводят и активно участвуют в перечисленных мероприятиях. Это позволяет будущим педагогам проявить себя активными носителями знаний, применить сформированные умения в реальных практических ситуациях вне учебных занятий. В данной деятельности студенты становятся полноправными субъектами, что позволяет им осознать деятельность по здоровьесбережению как ценностную.

В современной реальности целесообразность формирования у подрастающего поколения навыков здорового образа жизни, проведение работы по их здоровьесбережению

не вызывает сомнений. Студенты – будущие молодые педагоги в области физической культуры и спорта – должны владеть технологиями здоровьесбережения обучающихся, осуществлять процесс обучения без ущерба здоровью детей, быть готовыми к сохранению и укреплению здоровья школьников. Подготовка студентов к решению профессиональных задач, в том числе и здоровьесохраняющих, должна осуществляться на основных положениях деятельностного подхода, когда будущие педагоги включаются в такие виды деятельности, позволяющие приобрести не только знания, но и умения и навыки в области сохранения здоровья. Учебный процесс, построенный таким образом, позволяет достичь желаемого результата – формирует готовность будущего педагога физической культуры и спорта к здоровьесохранению детей.

СПИСОК ИСПОЛЬЗОВАННЫХ ИСТОЧНИКОВ

1. Артеменко, Б.А. Предпосылки подготовки студентов педагогического вуза к здоровью ориентированной деятельности в образовании / Б.А. Артеменко, З.И. Тюмасева, Н.Е. Пермякова, И.Л. Орехова, Э.Ф. Антонова. – Текст : непосредственный // Ученые записки университета Лесгафта. – 2020. – № 7 (185). – С. 15-22.
2. Булдашева, О.В. Подходы к развитию технологического компонента в структуре профессиональной подготовки управленческо-педагогических кадров в сфере физической культуры и спорта / О.В. Булдашева, И.С. Осипова. – Текст : непосредственный // Современные наукоемкие технологии. – 2021. – № 11-1. – С. 112-117.
3. Декина, Е.В. Выстраивание взаимодействия студента и преподавателя на различных этапах проектной деятельности / Е.В. Декина, К.С. Шалагинова. – Текст : непосредственный // Проектирование и экспертиза в современном образовании: методология, методы, практика : материалы I-й Всерос. науч.-практ. конф. – Калуга : Калужский гос. ун-т им. К.Э. Циолковского, 2019. – С. 26-34.
4. Деминцева, О.А. Критериальная оценка готовности будущих педагогов к здоровому образу жизни / О.А. Деминцева. – Текст : непосредственный // Вестник Марийского государственного университета. – 2019. – № 4. – С. 473-479.
5. Жиркова, З.С. Педагогическая практика студентов – подготовка к основным видам профессиональной деятельности / З.С. Жиркова. – Текст : непосредственный // Фундаментальные исследования. – 2012. – № 6-2. – С. 360–364.
6. Зими́на, И.С. Формирование готовности будущего педагога к организации здоровьесберегающей образовательной среды / И.С. Зими́на, Е.В. Кондратенко. – Текст : непосредственный // Вестник Марийского государственного университета. – 2019. – № 3 (35). – С. 335-343.
7. Касьянова, Н.С. Методические аспекты применения игровых методов на уроках ОБЖ при изучении раздела «Гражданская оборона» / Н.С. Касьянова. – Текст : непосредственный // Вестник Шадринского государственного педагогического университета. – 2022. – № 3 (55). – С. 49-54.
8. Медведева, Н.А. Формирования готовности будущих педагогов к охране жизни и здоровья обучающихся / Н.А. Медведева, Л.В. Кашицына. – Текст : непосредственный // Мир науки, культуры, образования. – 2022. – № 4 (95). – С. 100-102.
9. Приходченко, Е.И. Деятельностный подход в обучении / Е.И. Приходченко, А.С. Кузьмичева, Н.И. Мотузенко. – Текст : непосредственный // Вестник Донецкого педагогического института. – 2017. – № 2. – С. 22-27.
10. Развитие личности будущего педагога в контексте профессиональной подготовки : монография / Н.В. Ипполитова. – Шадринск : ШГПИ, 2010. – 240 с. – Текст : непосредственный.

СВЕДЕНИЯ ОБ АВТОРЕ:

О.В. Булдашева, доцент кафедры теоретических основ физического воспитания и безопасности жизнедеятельности, ФГБОУ ВО «Шадринский государственный педагогический университет», г. Шадринск, Россия, e-mail: buldasheva.olya@yandex.ru.

INFORMATION ABOUT THE AUTHOR:

O.V. Buldasheva, Associate Professor, Department of Theoretical Foundations of Physical Education and Life Safety, Shadrinsk State Pedagogical University, Shadrinsk, Russia, e-mail: buldasheva.olya@yandex.ru.