

Министерство спорта и туризма Республики Беларусь

Учреждение образования  
«Белорусский государственный университет физической культуры»

**АКТУАЛЬНЫЕ ПРОБЛЕМЫ  
ПОДГОТОВКИ ПЕДАГОГИЧЕСКИХ  
КАДРОВ В СФЕРЕ ФИЗИЧЕСКОЙ  
КУЛЬТУРЫ И СПОРТА: ИНТЕГРАЦИЯ  
НАУКИ И ПРАКТИКИ**

Материалы научно-методического семинара  
(с международным участием)

10 апреля 2024 года

Минск  
БГУФК  
2024

УДК 796.01:378(06)  
ББК 75:74.58я73  
А43

*Рекомендовано к изданию редакционно-издательским советом БГУФК*

**Редакционная коллегия:**

канд. пед. наук, доцент *Е. Е. Заколотная* (гл. ред.);  
канд. пед. наук *А. М. Федорова* (зам. гл. ред.);  
канд. пед. наук *В. А. Самойлова* (зам. гл. ред.);  
*Н. Д. Заколотная* (зам. гл. ред.)

**А43**      **Актуальные** проблемы подготовки педагогических кадров в сфере физической культуры и спорта: интеграция науки и практики : материалы науч.-метод. семинара (с междунар. уч.), Минск, 10 апр. 2024 г. / Белорус. гос. ун-т физ. культуры ; редкол.: Е. Е. Заколотная (гл. ред.) [и др.]. – Минск : БГУФК, 2024. – 168 с.  
ISBN 978-985-569-739-9.

В сборнике материалов научно-методического семинара «Актуальные проблемы подготовки педагогических кадров в сфере физической культуры и спорта: интеграция науки и практики» нашли отражение теоретические и методологические проблемы педагогики высшего образования, спорта высших достижений и физического воспитания.

Издание представляет интерес для преподавателей учреждений высшего образования, учителей физической культуры и здоровья, слушателей повышения квалификации в области физической культуры и спорта, а также для аспирантов, магистрантов, студентов.

**УДК 796.01:378(06)**  
**ББК 75:74.58я73**

**ISBN 978-985-569-739-9**

© Учреждение образования «Белорусский государственный университет физической культуры», 2024

## СОДЕРЖАНИЕ

<b>Ань Мэнбинь, Станкевич Т.И.</b> Физическое воспитание в школах Китая .....	5
<b>Бобрик Т.З.</b> Гражданско-патриотическое воспитание студенческой молодежи как основа духовного развития личности .....	9
<b>Брадчук А.А., Федорова А.М.</b> Проблемы буллинга в современной школе .....	13
<b>Валович В.Р., Заколотная Е.Е.</b> Влияние стиля управления педагога на духовно-нравственное становление обучающихся в учреждениях общего среднего образования.....	18
<b>Гордеева И.В., Царик И.А.</b> Особенности подготовки будущих учителей физической культуры к профилактике противоправного поведения подростков .....	24
<b>Дядюля К.Ю., Федорова А.М.</b> Проблемы обучения детей с особенностями психофизического развития на уроках физической культуры и здоровья .....	30
<b>Заколотная Е.Е.</b> Духовность и нравственность как базовые характеристики личности .....	34
<b>Заколотная Н.Д., Полозова В.А., Горшкова А.Р.</b> Факторы, влияющие на качество проведения занятий по лыжной подготовке на уроках физической культуры и здоровья в учреждениях общего среднего образования .....	40
<b>Захаренко М.В., Нарский А.Г., Трофимович И.И., Пташиц А.Я.</b> Организационно-методические аспекты подготовки квалифицированных толкателей ядра в весеннем подготовительном периоде .....	45
<b>Камолова Д.А., Уткиров Х.Р., Станкевич Т.И.</b> Индивидуальный подход к технической подготовке высококвалифицированных спринтеров с учетом их ошибок .....	50
<b>Клюева А.Д., Заколотная Е.Е.</b> Нравственный аспект лидерства в детском коллективе.....	56
<b>Кожедуб М.С., Севдалев С.В., Мудрагель К.О.</b> Спортивная среда ГГУ имени Ф. Скорины как дорожная карта повышения мотивации студентов к активной физкультурно-спортивной деятельности .....	63
<b>Курбацкий А.П., Баранев Ю.А., Станкевич Т.И., Харитонов Е.С.</b> Применение интегрированного подхода в спортивном отборе детей (хоккей с шайбой).....	68
<b>Летецкая А.Е., Бобрик Т.З.</b> Опыт прохождения педагогической практики: советы и рекомендации.....	74
<b>Макаров И.В.</b> Особенности проявления ловкости в спортивных единоборствах .....	78

<b>Малиновский А.С., Севдалев С.В., Иванов С.А.</b> Динамика показателей физической подготовленности абитуриентов, поступающих на специальность «Физическая культура».....	82
<b>Малмыго К.С.</b> Гендерное воспитание в учреждениях общего среднего образования.....	87
<b>Михальченко В.А., Станкевич Т.И.</b> Проблемы, возникающие в деятельности молодого специалиста .....	93
<b>Нарский Г.И., Нарский А.Г., Мельников С.В.</b> Совершенствование структуры образования отрасли «Физическая культура и спорт» .....	97
<b>Никитюк А.В.</b> Особенности развития физических качеств и техники легкоатлетических упражнений у юных легкоатлетов.....	101
<b>Осипенко Е.В.</b> Физическая культура как инструмент социализации и развития компетенций .....	107
<b>Панас А.А., Федорова А.М.</b> Современные проблемы физической подготовленности школьников 12–15 лет: результаты социологического исследования .....	113
<b>Ротерс Т.Т., Мещеряков А.И.</b> Подготовка будущих учителей физической культуры к профессиональной деятельности в контексте современных требований образования .....	117
<b>Самойлова В.А.</b> Экологическое воспитание как неотъемлемый компонент формирования личности будущих педагогов.....	123
<b>Соколовский Н.Н., Федорова А.М.</b> Стимулирование потребности у подростков в посещении уроков физической культуры и здоровья .....	129
<b>Станкевич Т.И., Ян Синьюй.</b> Методы оценки студентов бакалавриата в различных университетах Китая .....	132
<b>Старчанка У.М.</b> Да питання аб ацэньванні ефектыўнасці педагогічнай дзейнасці .....	137
<b>Трофимович И.И., Захаренко М.В., Геркусов А.С.</b> Особенности подготовки квалифицированных толкателей ядра в зимнем соревновательном периоде .....	141
<b>Украженко А.В., Федорова А.М.</b> Необходимость соблюдения субординации учащимися на уроках физической культуры и здоровья.....	144
<b>Федорова А.М.</b> Дисциплинированность учащихся как педагогическая проблема современной школы.....	150
<b>Шапорова А.Д., Федорова А.М.</b> Проблема дисциплины учащихся среднего школьного возраста на уроках физической культуры и здоровья .....	154
<b>Шатравский С.С., Онищук О.Н., Круталевич М.М.</b> Актуальные проблемы информации о физической культуре и здоровье в социальных сетях.....	159
<b>Шелудько А.А., Бобрик Т.З.</b> Отсутствие мотивации у школьников к занятиям физической культурой как социально-педагогическая проблема .....	164

**Ань Мэнбинь, Станкевич Т.И.**

*Учреждение образования «Белорусский государственный университет физической культуры»  
г. Минск, Республика Беларусь*

## **ФИЗИЧЕСКОЕ ВОСПИТАНИЕ В ШКОЛАХ КИТАЯ**

**Аннотация.** В данной статье анализируется подход физического воспитания школьников Китая, который является важным фактором физической подготовленности нации. Осуществляется обзор государственного управления в области физического воспитания школьников. Отмечается активное государственное участие в развитии физической культуры, спорта и здорового образа жизни населения КНР. Рассматриваются направления которые служат фундаментальным руководством для развития образования в Китае в новую эпоху.

**Ключевые слова:** физическое воспитание; КНР; школьники; физическая подготовленность.

**Введение.** В 2017 году была принята стратегия «Здоровый Китай» согласно которой здоровье народа приставляет собой важный показатель народного процветания. После 18-го Всекитайского съезда партии Центральный комитет партии во главе с товарищем Си Цзиньпином особое внимание стало уделяться развитию образования в Китае. Приоритетным направлением государственной политики Китая является воспитание здорового, воспитанного и нравственного подрастающего поколения. Модель воспитания включает в себя: нравственное, интеллектуальное, физическое, социальное и эстетическое воспитание. Содержание физического воспитания детей и учащейся молодежи КНР реализуется в соответствии с программно-планирующей документацией Министерства образования КНР «Стандарты программы физического воспитания и здоровья для обязательного образования» [1]. Основные требования к организации физического воспитания детей и учащейся молодежи КНР отражены в «Стандарте учебной программы по физической культуре и здоровью для старших общеобразовательных школ» [1, 2].

Основной целью физического воспитания в китайских школах является формирования нравственности и повышения всестороннего развития учащихся, а также важной работой для ускорения модернизации образования и создания сильной образовательной и спортивной нации, с уникальной функцией продвижения социалистических основных ценностей, воспитания у учащихся духа патриотизма, коллективизма и социализма, волевых качеств стремления к совершенству и упорной борьбы, а также реализации мудрости спорта и сердца спорта.

Физическое воспитание в школах Китая – это спортивные мероприятия, в которых школьники являются основными участниками, повышающие физическую подготовку учащихся, развивающие их моральные и волевые качества, укрепляющие их физическое и психическое здоровье путем воспитания интереса, отношения к спорту, привычек, знаний и способностей [3].

Цель исследования – выявление особенностей организации физического воспитания в школах Китайской Народной Республики.

**Основная часть.** Основной целью физического воспитания в китайских школах является повышение физической подготовленности учащихся и содействие их здоровому физическому и умственному развитию, повышение физического качества китайской нации и подготовка строителей и преемников для всестороннего развития нравственного, интеллектуального и физического воспитания в условиях социалистической модернизации. Нравственные качества школьника играют важную роль в Китайском обществе и являются неотъемлемой частью культуры этой страны. В школах Китая большое значение придается развитию таких моральных ценностей, как честность, доброта и уважение к окружающим. Особое внимание в Китае уделяется всестороннему развитию школьников, включая нравственное, интеллектуальное, физическое, эстетическое и трудовое развитие [1, 2, 3].

На сегодняшний день в государстве налажена система физического воспитания детей и молодежи в образовательных учреждениях. Физическое воспитание школьников является обязательной частью учебно-воспитательного процесса. Физическое воспитание детей включает в себя как обязательный компонент (урок, физкультурно-оздоровительные мероприятия в режиме учебного дня), так и внеурочные (занятия в кружках и секциях спортивного направления учебного заведения), которые дополняют обязательный компонент с учетом индивидуальных мотивов, потребностей, способностей.

1. Обязательное и внеурочное физическое воспитание состоит из пяти основных элементов: физическое воспитание (основной формой которого являются уроки физической культуры); внеклассные спортивные мероприятия (организуемые школой или самими учащимися, основным содержанием которых являются физические упражнения учащихся); подготовка спортивных команд и различные формы спортивных соревнований (такие как классные соревнования, межшкольные соревнования, различные виды отборочных соревнований, а также участие в региональных и национальных соревнованиях и т. д.); утренняя зарядка и гимнастика на переменах; охрана здоровья учащихся (направлены на то, чтобы ученики имели достаточно времени для сна, отдыха и упражнений, и в то же время уделяли внимание гигиене, питанию, профилактике заболеваний и т. д.) [1].

2. Программы физического воспитания в школах КНР ориентированы: на содействие здоровому росту и развитию тела учащихся, формированию



у них правильной осанки; развитие таких физических качеств учащихся, как сила, быстрота, ловкость и выносливость; развитие привычки к физическим упражнениям; создание условий для систематической спортивной подготовки учащихся и для поиска выдающихся спортивных талантов; воспитание нравственности, патриотизма в сочетании с физическим воспитанием.

3. Программа физического воспитания в школах (учебный план: зависит от школы): начальная школа ((1–6 класс) – 3 занятия в неделю); средняя школа ((7–9 класс) – 2 занятия в неделю); высшая школа ((10–12 класс) – 2–3 занятия в неделю).

После окончания средней школы ученики должны сдать тест (который состоит из 1000 метров для мальчиков и 800 метров для девочек, прыжков в длину стоя, прыжков в высоту, прыжков со скакалкой, приседаний, баскетбола, футбола, волейбола и т. д.). В некоторых районах Китая физкультура включена в общий балл экзамена средней школы.

4. Олимпийское образование в школах Китая: начиная с 2008 года в школах начали углубленное олимпийское образования во всех начальных и средних школах города должны проводиться уроки физкультуры, спортивные мероприятия; школьные программы и комплексные практические занятия, в среднем не менее трех часов в месяц; детским садам, имеющим такую возможность, также предлагается проводить образовательные мероприятия по олимпийской тематике.

В некоторых школах проводят мероприятие по сбору материала, например «Я расскажу вам олимпийские истории» позволяет учащимся узнать больше о зимних видах спорта. В начальных школах Пекина в процессе проведения олимпийского образования было создано множество учебных пособий с учетом местных особенностей. Например, в таких книгах, как «Олимпийское образование в Пекине 2022 и я» и «A Fond Memory of Childhood – My Journey to the Winter Olympics», запечатлены уникальные пути учеников по восприятию олимпийского образования и воспитанию олимпийского духа, а также собраны инновационные достижения учителей и учеников в занятиях зимними видами спорта [4,5].

В средних школах «Подсолнечный класс» позволяет учащимся с помощью друг друга познакомиться со спортом для людей с ограниченными возможностями, что помогает им лучше понять основные паралимпийские ценности «мужество, настойчивость, мотивация и равенство», а также добиться эмоционального взаимодействия между учащейся молодежью и людьми с ограниченными возможностями.

Благодаря продвижению в Интернете, олимпийское образование все-сторонне представлено в виде знаний о зимних Олимпийских играх. В качестве средства популяризации мероприятий по олимпийскому образованию через мобильную интернет-платформу используются микроблоги, микроблоггинг и т. д. для передачи коротких видеороликов с целью повышения

заразительности мероприятий по олимпийскому образованию на местах, чтобы зрители могли ощутить весь шик олимпийского движения.

Университеты по всей стране открыли специализации в области зимних олимпийских видов спорта.

**Выводы.** Подводя итог, можно сделать вывод о том, что физическом воспитанию в КНР способствовали следующие факторы: многовековые традиции физкультуры и гимнастики; развитие детского и юношеского спорта; активное государственное участие; олимпийское образование; развитие массового спорта и физической культуры для всех возрастных групп населения.

---

1. 中华人民共和国教育部. 义务教育体育与健康课程标准(2022年版) [M]. 北京: 北京师范大学出版社, 2022. [Министерство образования Китайской Народной Республики. Стандарты программы физического воспитания и здоровья для обязательного образования (издание 2022 года) [книга] // Пекин: Издательство Пекинского нормального университета. – 2022.

2. 中华人民共和国教育部. 普通高中体育与健康课程标准(2017年版2020年修订) [M]. 北京:北京师范大学出版社, 2017. [Министерство образования Китайской Народной Республики. Стандарты учебной программы по физической культуре и здоровью для старших общеобразовательных школ (издание 2017 года, пересмотренное в 2020 году) [книга] // Пекин: Издательство Пекинского нормального университета. – 2017.

3. 王占春. 国家体育锻炼标准[J]. 中国学校体育, 1996 (2): 66. [Ван Ч. Ч. Национальный стандарт физической культуры [статья] // Китай. Школьная физическая культура. – 1996. – № 2. – С. 66.

ИНТЕРНЕТ-КИТАЯ

4. Режим доступа: [http://www.moe.gov.cn/srcsite/A17/moe\\_938/s3273/202107/t20210721\\_545885.html](http://www.moe.gov.cn/srcsite/A17/moe_938/s3273/202107/t20210721_545885.html) (программа).

5. Режим доступа: [https://www.gov.cn/zhengce/zhengceku/2022-04/21/content\\_5686535.htm](https://www.gov.cn/zhengce/zhengceku/2022-04/21/content_5686535.htm) (Закон).



**Бобрик Т.З.**

*Учреждение образования «Белорусский государственный университет физической культуры»  
г. Минск, Республика Беларусь*

## **ГРАЖДАНСКО-ПАТРИОТИЧЕСКОЕ ВОСПИТАНИЕ СТУДЕНЧЕСКОЙ МОЛОДЕЖИ КАК ОСНОВА ДУХОВНОГО РАЗВИТИЯ ЛИЧНОСТИ**

**Аннотация.** В статье рассматривается проблема гражданско-патриотического воспитания молодежи в Республике Беларусь на современном этапе. Анализируется содержание понятий «патриотизм», «гражданственность» значение гражданско-патриотического воспитания студенческой молодежи и роль учреждений высшего образования в системе патриотического воспитания молодежи.

**Ключевые слова:** патриотизм; гражданско-патриотическое воспитание; студенческая молодежь; духовное развитие.

Для любого государства формирование общенациональной идеологии является приоритетным направлением его духовного развития. Республика Беларусь не является исключением. Система патриотического воспитания, должна стать фундаментом укрепления государственного суверенитета и национальной безопасности Республики Беларусь посредством консолидации общества и обеспечения народного единства.

Белорусское общество все более остро осознает необходимость для каждого человека знать культуру, историю и природу родного края. Понятия Отечество, Родина, патриотизм имеют высокий смысл. Воспитать гражданина-патриота без глубокого уважения к национальному наследию, традициям, истории и культуре Беларуси невозможно. Успешное решение задач патриотического воспитания студентов имеет для будущего Беларуси не меньшее значение, чем успехи в экономике или обеспечение обороноспособности страны. Показателем качества специалиста выступают не только его профессиональная подготовка, но и его гражданственность и патриотизм.

Патриотическое воспитание студенческой молодежи является ключевым фактором развития современной Республики Беларусь, обеспечения духовного единства народа и объединяющих его моральных ценностей, политической и экономической стабильности.

Проблема гражданско-патриотического воспитания – одна из наиболее актуальных. Прежде всего, это связано с изменениями, которые происходят в обществе и во всем мире в целом, это новое информационное пространство, выбрасывающее в мир современного человека новые предложения, это

новый уровень самосознания современного человека, новый уровень возможностей самоопределения.

Одна из базовых характеристик национального сознания – патриотизм – в содержательном смысле определяется в научной литературе как духовно-нравственный принцип, который включает в себя сложный комплекс чувств, эмоций, верований, традиций, стереотипов массового сознания, коллективные установки и действия [2].

Особая роль по реализации этой задачи возлагается на систему образования, и в особенности на систему высшего образования, где проходит завершающий этап политической социализации личности в специфической социокультурной среде.

В социальной структуре общества студенчество – социальная группа, по своему общественному положению ближе всего стоящая к интеллигенции и предназначенная в будущем к занятию высококвалифицированным трудом в различных отраслях науки, техники, управления, культуры [8].

В силу того, что эта часть молодежи получает образование, от сверстников ее представителей отличают некоторые особенности:

- широкий кругозор;
- открытость к инновациям и изменениям;
- высокий уровень социализации;
- наличие критического мышления;
- стремление к социальному успеху.

Такая ситуация сложилась потому, что в среде учреждений образования студентам приходится сталкиваться с людьми с разным социальным опытом и учиться взаимодействовать с ними.

Иными словами, студенты – это один из самых активных социальных слоев населения, обладающий высоким интеллектуальным потенциалом. Следовательно, студенты – это тот социальный слой общества, который, прежде всего, должен стать объектом патриотического воспитания.

Социокультурная среда является частью университетской среды, обеспечивающей гуманистическую направленность формирования духовного мира личности и базирующейся на социально-культурной инфраструктуре учреждения высшего образования (далее УВО). Она направлена на удовлетворение потребностей и интересов личности в соответствии с общечеловеческими и национальными ценностями. Значительный потенциал для реализации задач патриотического воспитания объективно заложен в образовательных учреждениях. В них всегда обучение и воспитание рассматривались как звенья одной цепи. В этой связи актуальной становится задача расширения содержания патриотического воспитания студентов с опорой на социально-культурную составляющую данного процесса.

Во всех словарях отмечается, что слово «патриотизм» греческого происхождения от слова «patris» – родина.

В. Даль определил патриотизм как «любовь к отчизне». Патриот, по В. Далю, – «любитель отечества, ревнитель о благе его, отчизнолюб, отечественник или отчизник» [6].

В Толковом словаре русского языка С.И. Ожегова патриотизм рассматривается как «преданность и любовь к своему отечеству, к своему народу» [4].

В Философском словаре патриотизм представлен как «нравственный или политический принцип, социальные чувства, содержанием которого является любовь к отечеству, преданность ему, гордость за его прошлое и настоящее, стремление защищать интересы родины» [7].

В Словаре иностранных слов современного русского языка «патриот, патриота, м. [греч. Patriotes – земляк] – человек, преданный своему народу, любящий свое отечество, готовый на жертвы и совершающий подвиги во имя интересов своей родины» [5].

Практически во всех словарях патриотизм определяется на уровне следующих личностных качеств: любовь к большой и малой Родине; преданность Отечеству; гордость за прошлое и настоящее своего народа; социальная толерантность; а также готовность подчинить свои личные интересы общим интересам страны, верно, служить ей и защищать ее.

Таким образом, можно сделать вывод, что понятия «гражданственность» и «патриотизм» тесно связаны. Гражданин обладает совокупностью прав и обязанностей. Патриот чувствует любовь к своей родине, а гражданин знает свои обязанности перед ней. То есть «гражданственность» – качество нравственно – политическое, важной составляющей которого является патриотизм. Гражданско-патриотическое воспитание направлено на воспитание гражданско-патриотической культуры личности, выражающейся в чувстве собственного достоинства, внутренней свободе личности, дисциплинированности, в уважении к другим гражданам и к государственной власти, гармоничном сочетании патриотических, национальных и интернациональных чувств, любящего свою Родину и готового к исполнению гражданского долга.

Воспитание в широком смысле являет собой процесс социализации человека, то есть усвоение человеком ценностей, установок, норм и образцов поведения, характерных для данного общества, социальной группы и воспроизводства человеком социальных связей и социального опыта. Воспитание в узком смысле – целенаправленная деятельность, призванная формировать у детей, молодежи определенные социально значимые качества личности, взгляды и убеждения. Гражданско-патриотическое воспитание – целенаправленная деятельность, призванная формировать у молодежи ценностные ориентации, качества, нормы поведения гражданина и патриота

В научной литературе отмечено, что патриотизм – одна из важнейших черт всесторонней гармонично развитой личности. «Гражданско-патриотическое воспитание студентов – это непрерывный, целенаправленный,

социально-обусловленный процесс становления и развития личности, как патриота и гражданина своей страны» [1].

Проблема патриотического воспитания не может быть решена без формирования у молодого поколения уважительного отношения к прошлому и настоящему своей страны. Одной из особенностей современного патриотического воспитания является увеличение значения связи человека с местом, где он родился, с его малой Родиной. Молодежь все чаще проявляет живой интерес к истории своего учреждения образования, района, города, края. Так история трансформируется из абстрактного понятия в историю событий и судеб людей, переплетенных с малой Родиной. Открытие новых музеев и выставок, организация и расширение всех видов краеведческой деятельности, поисковые работы, туристско-краеведческие программы, героико-патриотические акции – все это формы патриотического воспитания [3].

Эффективное патриотическое воспитание в высшей школе – это путь к духовно-нравственному возрождению общества. Патриотическое воспитание должно быть одним из значимых направлений в воспитательной работе и носить плановый, системный, деятельностный характер.

- 
1. Балыкова, И. Е. О значимости гражданско-патриотического воспитания студентов / И. Е. Балыкова, Л. М. Германова // Символ науки. – 2016. – № 12. – С. 161–162.
  2. Магарил, С. А. Смыслы патриотизма – исторические трансформации / С. А. Магарил // Социологические исследования. – 2016. – № 1. – С. 142–151.
  3. Бесова, М. А. Методика воспитательной работы: учеб.-метод. материалы / М. А. Бесова, Т. П. Чикиндина. – Могилев: МГУ им. А. А. Кулешова, 2012. – 108 с.
  4. Ожегов, С. И. Толковый словарь русского языка / С. И. Ожегов, Н. Ю. Шведова. – М., 2010. – С. 415.
  5. Словарь иностранных слов современного русского языка. – М.: «Аделант», 2014. – С. 496–800.
  6. Даль, В. И. Толковый словарь живого великорусского языка: в 4 т. / В. И. Даль. – М.: РИПОЛ классик, 2006. – Т. 3. – С. 544.
  7. Философский словарь / под ред. И. Т. Фролова. – 7-е изд., перераб. и доп. – М.: Республика, 2001. – С. 415.
  8. Шлыков, А. В. Патриотизм и патриотическое воспитание в вузе / А. В. Шлыков // Молодой ученый. – 2012. – № 8. – С. 386–388.

**Брадчук А.А., Федорова А.М., канд. пед. наук**

*Учреждение образования «Белорусский государственный университет физической культуры»*

*г. Минск, Республика Беларусь*

## **ПРОБЛЕМЫ БУЛЛИНГА В СОВРЕМЕННОЙ ШКОЛЕ**

**Аннотация.** В данной статье поднимаются вопросы травли и детского буллинга в школьной среде. Приводится мысль о том, что школьный буллинг является серьезной глобальной проблемой современного общества, требующая комплексного подхода. Рассматриваются основные черты буллера и жертвы в школьном коллективе, а также возраст, в котором чаще встречается это явление.

**Ключевые слова:** буллинг; жертва; травля; профилактика; буллер; средние общеобразовательные учреждения; учащиеся.

**Введение.** В настоящее время проблема буллинга в школе достаточно высока, она является одной из наиболее распространенных проблем в школьном возрасте. Исследования проведенные в различных странах показали, что буллинг существенно увеличивает риск суицида среди подростков, приводит к насилию и агрессии в коллективе, так же снижается успеваемость в учебе появляются проблемы с эмоциональным фоном и самооценкой ребенка. В процессе прохождения практики мы столкнулись с детьми, которые подвергались буллингу со стороны сверстников.

Буллинг (от англ. Bullying – «запугивание») в школе – это травля и агрессия по отношению к одному из учеников [1].

С точки зрения психологии буллинг – это запугивание, физический или психологический террор, направленный на то, чтобы вызвать у другого страх и тем самым подчинить его себе [2].

С точки зрения педагогики травля (буллинг) – это целая совокупность социальных, психологических и педагогических проблем, затрагивающих процесс длительного физического или психологического насилия со стороны индивида или группы в отношении индивида, который не способен защитить себя в данной ситуации:

1. Это агрессивное и негативное поведение.
2. Буллинг осуществляется регулярно.
3. Он происходит в отношениях, участники которого обладают неодинаковой властью.
4. Агрессивное и негативное поведение является умышленным [3].

Проведенные в разные годы исследования, показали, что наиболее часто буллинг встречается в начальных и средних классах, в возрасте до 14 лет, к старшей школе его показатели снижаются. Наиболее подвержены



буллингу учащиеся-подростки. В этом возрасте дети отличаются наиболее жестоким поведением, так как не полностью осознают причиняемый ими вред в сторону жертвы и ответственность за свои действия.

В старших классах присутствие буллинга тоже имеет место, но у старшеклассников появляется уже осознанность своих действий, они несут ответственность за причиняемый вред другим и начинают думать как это может отразиться на них в будущем. Так же влияют и физиологические факторы процессов созревания мозговых структур и способности у подростка к саморегуляции [4].

Цель исследования. Целью нашей работы было: изучение причин буллинга среди подростков с целью выявления основных факторов, способствующих возникновению этого явления.

**Основная часть.** Ученик, который агрессивно поступает в сторону другого ученика, называется «буллером». Как правило, «жертвой» для таких буллеров становятся учащиеся младше их по возрасту или ученики, которые хуже их в чем-либо. Агрессия и травля может проявлять по-разному: моральное давление, издевательство, оскорбления, физическое насилие, насмешка, порча вещей. С этими проявлениями чаще всего встречается жертва. Моральная и физическая травля со стороны сверстников сильно влияет на эмоциональное состояние учащихся, они постоянно испытывают стресс, напряжение и нежелание ходить в школу из-за боязни травли над ним.

Чаще всего буллерами становятся дети с низкой самооценкой, подвергающиеся насилию в семье, а также пережившие психотравмирующие моменты в прошлом [5]. Основной мотив буллера – самоутверждение.

Как правило, нападающим становится не один человек, к процессу подключаются и другие дети, которых объединяет ненависть и издевательство над учеником. В буллинге много ролей. Но неизменными являются три участника:

- буллер (придумывают и возглавляют издевательства),
- наблюдатели (могут просто быть в стороне, или же наоборот одобрять и подбадривать агрессора)
- жертва (на которую направлена агрессия и травля).

Распределение этих ролей не случайно – на него влияет психологическое состояние и особенности характера каждого участника этого конфликта. При этом последствия конфликтной обстановки ощущают на себе все учащиеся.

В любой ученической среде происходят разногласия и конфликты. Этого избегают даже самые дружные классы. Но чем же тогда простая конфликтная ситуация отличается от буллинга?

1. Самое главное отличие травли от конфликта – неравные силы.

В конфликте обе стороны одинаково сильны и могут равноценно влиять на ситуацию. В случае травли жертва ощущает себя беспомощной.



2. Конфликт чаще возникает спонтанно и длится недолго.

Он не планируется заранее и сопровождается выплеском накопившихся эмоций. Травля – это спланированное систематическое унижение одного ребенка группой других детей.

3. В конфликте обе стороны несут ответственность за происходящее.

В случае травли жертва не виновата в случившемся. Она не выбирала такую ситуацию. И стать жертвой может любой ребенок.

4. Стороны стараются уладить конфликт как можно быстрее. Травля – это повторяющееся действие, цель которого намеренно унижить жертву, эмоциональном и физическом насилии [5].

В рамках прохождения производственно-педагогической практики на базе школы № 181, можно было четко заметить как себя ведут дети по отношению к друг другу и в 5–9 классов выявить проблему буллинга. Часто буллинг в этих классах сопровождался не только одним учеником, активное участие в нем принимали другие учащиеся. Сначала агрессия и травля начиналась с мелких действий, но после с каждым разом, когда жертва не могла постоять за себя, увеличивалось давление на жертву. Психологи доказали, что ежедневное давление со стороны сверстников может серьезно повлиять как на дальнейшую социализацию ученика, так и на жизнь в целом.

Наблюдения за учащимися исследуемых классов показали, что буллинг в сторону жертвы возникал спонтанно, без видимых причин. Причем чаще всего буллингу подвергались успешные дети, у которых хорошо получается то, что они делают. На подавляющее большинство обучающихся обрушивался негатив со стороны сверстников, по причине похвалы или положительного внимания со стороны педагогов и учеников других классов. Так же практически любые физические характеристики, которые несоответствовали придуманным «нормам» могли привлечь внимание обидчиков. Жертвами становились ученики невысокого роста или наоборот высокого, с лишним весом или худощавого телосложения. Кроме того, подвергались нападкам буллеров дети другой расы и дети с болезнью или инвалидностью.

Для решения проблемы буллинга предпринимались совместные усилия со стороны педагогов и администрации школы. Проводились предметные беседы с учащимися, разъяснялись последствия травли. С учащимися которые проявляли неуважительное отношение друг к другу использовались индивидуальные формы беседы. На классных часах демонстрировались видеоматериалы на тему «буллинга в школе». С целью выявления негативных отношения друг к другу, школьные психологи, совместно с социальными педагогами, неоднократно проводили тестирование среди учащихся 2–11 классов. Во время занятий, студенты-практиканты, работая в классах где была выявлена эта причина, проводили профилактическую работу, показывая разницу между лидерством и доминированием.

Данная проблема требует серьезного внимания и вмешательства со стороны родителей, администрации школы и учителей. От решения этой проблемы зависит безопасное состояние ученика, его моральное и физическое здоровье.

Проблема становится куда серьезнее, если ребенок, которого травят, закрывается от всех, не рассказывает о своих переживаниях и при этом испытывает сильный стресс. Существует ряд признаков по которым можно понять что ребенок подвергается травле:

1. Отсутствие рассказов о школьной жизни
2. Проблемы с аппетитом
3. Тревожность
4. Печальный вид
5. Проблемы со сном
6. Нежелание идти в школу
7. Нежелание общаться
8. Длительное подавленное состояние
9. Постоянно плохое настроение
10. Нервное поведение
11. Потеря вещей или порванные вещи [6].

Очень важно вовремя заметить что у ребенка проблемы и грамотно помочь ему. Дети могут не сразу идти открыто на разговор, нужно проявить терпение и показать ребенку что он может довериться. Поддержать и ни в коем случае не осуждать жертву, наоборот сказать что он не виноват в случившемся. Показать что он не один на один с этой проблемой и ее можно решить. Обратиться к школьному психологу или преподавателю которому ученик больше доверяет.

**Заключение.** Проблема травли молодеет с каждым годом. Объясняется это тем, что дети начинают быстрее развиваться и адаптироваться в младшей школе. Буллинг наносит существенный вред всем, кто причастен к нему, будь это жертва или буллер. Жертва не только страдает от физической агрессии, но и получает психологическую травму, которая влияет на самооценку ребенка, его состояние в целом и дальнейшую социализацию. Для буллера ситуация не лучше, ведь зачастую именно такие дети в дальнейшем попадают в криминальные истории, у них формируется искаженное представление о разрешении конфликтов и нормах социального взаимодействия. Простые наблюдали за травлей, также переживают негативные эмоции такие как: страх оказаться на месте жертвы, негативное отношение к школе, бессилие в таких ситуациях, в которых возможно унижение одного человека другим.

Каждый должен контролировать свое поведение и осознавать последствия. Противостояние буллингу и создание безопасной и поддерживающей среды в школах – это залог здоровья и благополучия молодого поколения.

Родители могут сыграть важную роль в предотвращении проявлений буллинга. Важно учить своих детей уважать себя и окружающих, уметь решать проблемы конструктивно и без проявления агрессии.

---

1. Буллинг в школе: что делать, если ребенок стал жертвой [Электронный ресурс]. – Режим доступа: <https://journal.sovcombank.ru/semya/bulling-v-shkole-chto-delat-esli-rebenok-stal-zhertvoi/amp>. – Дата доступа: 19.01.2024.
2. Кон, И. С. Что такое буллинг и как с ним бороться? [Электронный ресурс] / И. С. Кон // Сексология. Персональный сайт И. С. Кона. – Режим доступа: <http://www.sexology.narod.ru/info178.html>. – Дата доступа: 19.02.2024.
3. Лэйн, Д. А. Школьная травля (буллинг) / Д. А. Лэйн // Детская и подростковая психотерапия. – СПб., 2001. – С. 240–276.
4. Что такое буллинг и что с этим делать? Советы психолога [Электронный ресурс]. – Режим доступа: <http://sch3.pinsk.edu.by/ru/main.aspx?guid=64751>. – Дата доступа: 19.01.2024.
5. Буллинг в подростковой среде [Электронный ресурс]. – Режим доступа: [https://cro.chel-edu.ru/1\\_CRO/ViDO/Урычева%20М.С.%20Буллинг%20в%20подростковой%20среде.pdf](https://cro.chel-edu.ru/1_CRO/ViDO/Урычева%20М.С.%20Буллинг%20в%20подростковой%20среде.pdf). – Дата доступа: 29.12.2023.
6. Буллинг в школе: что такое и как с ним бороться [Электронный ресурс]. – Режим доступа: <https://blog.rebotica.ru/bulling-v-shkole-chto-takoe-i-kak-s-nim-borotsya/>. – Дата доступа: 12.01.2024.

**Валович В.Р., Заколотная Е.Е., канд. пед. наук, доцент**

*Учреждение образования «Белорусский государственный университет физической культуры»*

*г. Минск, Республика Беларусь*

## **ВЛИЯНИЕ СТИЛЯ УПРАВЛЕНИЯ ПЕДАГОГА НА ДУХОВНО-НРАВСТВЕННОЕ СТАНОВЛЕНИЕ ОБУЧАЮЩИХСЯ В УЧРЕЖДЕНИЯХ ОБЩЕГО СРЕДНЕГО ОБРАЗОВАНИЯ**

**Аннотация.** В статье рассматривается проблема взаимодействия классного руководителя с младшими школьниками и влияние стиля управления детским коллективом на духовно-нравственное становление личности ребенка. В младшем школьном возрасте ученики признают авторитет учителя в силу авторитетности для них самой ролевой позиции педагога. Однако считать учителя хорошим педагогом на том основании, что он легко добивается от школьников подчинения и любой его совет воспринимается как приказ, подлежащий немедленному и беспрекословному исполнению, нецелесообразно

**Ключевые слова:** классный руководитель; стиль управления; младший школьник; духовно-нравственное становление; общее среднее образование.

**Введение.** В образовательном учреждении младший школьник становится субъектом учебной деятельности, в результате которой происходит формирование основных психических процессов и свойств личности, появляются главные новообразования данного возраста (произвольность, рефлексия, внутренний план действия, самоконтроль, освоение основ теоретического мышления). Ученик осознает «свое место» в мире общественных отношений, принимает социальную позицию школьника [1].

Согласно Л.С. Выготскому, в младшем школьном возрасте происходит усложнение эмоциональной сферы. Эмоции и чувства дошкольника мимолетны, ситуативны, в то время как переживания младшего школьника приводят к формированию достаточно устойчивого аффективного комплекса (чувство неполноценности и собственной значимости, компетентности и исключительности). Некоторые из этих аффективных комплексов, подкрепляясь соответствующими событиями и оценками будут фиксироваться в структуре личности и влиять на самооценку и уровень притязаний. Переживания ребенка приобретают для него новый смысл, между ними устанавливаются связи. Внешние события, ситуации, отношения составляют содержание переживаний, они своеобразно преломляются в сознании, и эмоциональные представления о них складываются в зависимости от логики чувств ребенка, его уровня притязаний, ожиданий.

На формирование эмоционально-волевой сферы младшего школьника оказывает влияние и социальная ситуация взаимоотношений со сверстниками и взрослыми, а именно: формальное равенство одноклассников и реальные различия в эмоционально-поведенческих проявлениях (я отличаюсь от других); формальное равенство в отношении к детям со стороны учителя и реальные различия в отношениях к более или менее способным (отношение учителя ко мне отличается); формальное отсутствие отметок в первом классе и реальная замена отметок другими видами поощрений-наказаний (меня оценивают, сравнивают с другими); высокая зависимость самооценки младшего школьника от внешней оценки учителя (учитель особенно значим); возникновение эмоционального отношения к результатам своей деятельности – формируется эмоциональная самоатрибуция (я всегда успешен, я не всегда успешен, я редко успешен, я никогда не могу быть успешным).

В формировании эмоционально-волевой сферы младшего школьника значительную роль играет авторитет учителя и его влияние на детей. Практика показывает, что наличие самых, казалось бы, необходимых личностных качеств, подкрепленных высоким профессионализмом, не всегда гарантирует учителю авторитет в глазах школьников. Так, ценимые в педагоге принципиальность, высокий интеллект, доброта, несомненно, помогают ему занять достойное место в системе межличностных отношений школьного коллектива, тем не менее не обеспечивают авторитетной позиции. А бывает и так, что несовместимые со званием учителя жестокость, нетерпимость к критике, заносчивость иногда помогают достичь внешнего послушания, добиться подчинения и выступают основанием, поддерживающим если не авторитет, то доминирующее положение педагога.

Этот, казалось бы, парадоксальный факт становится легко объяснимым, если при анализе авторитетных отношений будет учтена такая важная характеристика коллектива, как уровень его социально-психологического развития. Одни и те же личностные характеристики учителя по-разному проявляются и воспринимаются в коллективах различного уровня развития. Так, разумная требовательность педагога в высокоразвитом классе может выступить одним из тех оснований, на которых строится авторитет личности учителя. В классах же, не достигших уровня развития коллектива, эта же личностная характеристика, будучи расценена школьниками как излишняя строгость и придирчивость, окажется серьезным препятствием, мешающим педагогу найти общий язык с учащимися. Основываясь на том, что учащиеся младшего школьного возраста столкнулись с изменениями в их привычном образе жизни и со сменой доминирующего вида деятельности, то процесс формирования коллектива будет запускаться только после полной адаптации организма к новым условиям, дабы не вызвать стресс для организма [1–5].

Анализ проблем, с которыми встретилась практикант на производственной педагогической практике в период с ноября по декабрь 2023 года помог осознать актуальность и своевременность изучения взаимосвязи стиля управления коллективом и поведения младших школьников в различных ситуациях.

Цель исследования заключалась в оценке влияния стиля управления детским коллективом на нравственное поведение младших школьников.

**Методы и организация исследования.** В исследовании приняли участие младшие школьники учреждения общего среднего образования г. Минска. Методы исследования: наблюдение, беседа, воспитывающие ситуации.

**Результаты исследования и их обсуждение.** Одним из разделов документации, которую необходимо было предоставить по окончании практики, был раздел «Воспитательная работа» в прикрепленном классе. Практикант совмещала деятельность учителя физической культуры и здоровья с деятельностью классного руководителя. Для решения задач классного руководителя нужно было выполнить следующие задания: максимально погрузиться в образовательный процесс школы; выбрать одного ученика для детального изучения его личности и написания характеристики на личность учащегося; познакомиться с каждым учеником класса для написания характеристики на класс; выявить существующие проблемы в классе и принять меры по их коррекции. Для этого нужно было разработать программу воспитательной работы на весь период производственной педагогической практики.

За студентом-практикантом закрепили учащихся 4 «А» класса, которые учились во вторую смену. Если изначально практикант считала, что уроки во вторую смену имеют больше отрицательных сторон, чем положительных, то в процессе прохождения практики мнение изменилось. При проведении уроков во вторую смену в спортивном зале находился только один класс, что дало возможность сконцентрировать все внимание на учениках класса и способствовало ускорению процесса сближения учащихся и учителя.

До прихода учеников на занятия после каникул практикант изучила классный журнал: состав класса, их успеваемость, состояние здоровья и т. д. Из этого выяснилось, что 30 % учащихся класса являются отличниками, примерно 55 % относятся к «хорошистам» и только 15 % учащихся класса имеют успеваемость 6 баллов и ниже. Судя по многочисленным грамотам и дипломам, которые висели на стенде класса, ученики чаще всего занимали первые места в спортивных и других состязаниях. Мнение других учителей о классе было положительное, от чего практиканту скорее хотелось познакомиться с каждым учеником лично.

Первая встреча с 4 «А» классом произошла спонтанно в школьной столовой, когда практиканту поручили отвести класс на обед. Дети очень громко разговаривали и смеялись, баловались, оставили после себя грязные



столы и посуду. Классного руководителя в это время рядом не было. Ожидание студента увидеть воспитанных детей, практически каждого с положительными личностными качествами и реальная картина происходящего в тот момент вступили в явный конфликт. Чтобы понять каков же класс на самом деле практикант попросила разрешения у классного руководителя присутствовать на уроке и понаблюдать за классом в процессе учебного занятия, на что получила отказ: «Нечего дисциплину в классе разлагать, на своем уроке наблюдайте». Когда на следующий день практикант вместе с учителем по физической культуре пришли в класс, чтобы отвести детей в спортивный зал, все учащиеся сидели за партами уже в спортивной форме, классный руководитель за столом заполняла журнал, а в классе царила тишина. После урока по физической культуре дети дружным строем пошли в столовую на обед, где их уже ждала классный руководитель. Все спокойно сели на места, пообедали, задвинули стульчики, оставив чистые столы, отнесли всю посуду со столов. Было понятно, что на дисциплину и настроение в классе очень сильно влияет классный руководитель. Практикант решила разобраться в чем успех такого умелого управления классом.

Диалога с классным руководителем не получалось, чувство своей неполноценности и глупости у практиканта усиливалось. Кроме того, она испытывала непреодолимый страх перед классным руководителем, наконец-то понимая, что на дисциплинированность учащихся закрепленного класса влияют не какие-то волшебные методы воспитания учителя, а такой же страх у детей показаться глупым и смешным. В подтверждение этой догадки студент наблюдала несколько ситуаций во время проведения уроков по физической культуре:

Дети очень сильно боялись допустить ошибку в выполнении нового упражнения и поэтому отказывались выполнять его. Практикант при показе нового упражнения сознательно допускала ошибки в технике, смеялась над неудачной попыткой, дети смеялись вместе с ней. Затем объясняла им, что с первого раза не стоит ждать идеального выполнения, для хорошего результата нужно попробовать одно и то же действие много раз.

При сдаче норматива «прыжок в длину с места» от страха не оправдать ожидания учителя у младших школьников движения были настолько скованны, что они были похожи на роботов. Для решения этой проблемы систематически выполнялись упражнения для совершенствования скоростно-силовых способностей и увеличения взрывной силы. Старание поощрялось дополнительными баллами.

Учащиеся постоянно оказывались быть в центре внимания. В играх дети не хотели быть капитанами, занимать ведущие роли в играх. Зная, что один ученик занимается в секции футбола, студент попросила его показать элементы футбола, которые нужно было выполнить всему классу. Ребенок, сам того не понимая стал примером для подражания.

На переменах между уроками практиканта поразила неадекватная сдержанность в своих эмоциях и поведении детей. Младшие школьники предпочитали тихо сидеть за партами, чтобы не нарушать дисциплину в классе и не вызывать недовольство классного руководителя. В конце каждого урока по физической культуре практикант с детьми играли в подвижные игры, где учащиеся могли вдоволь набегаться и не скрывая своих эмоций, реагировать на ход игры.

Существует мнение, что учитель как бы изначально, вне зависимости от своей профессиональной подготовленности и личностных качеств наделен в глазах учащихся устойчивым авторитетом. В определенном смысле так оно и есть, если понятие «авторитет» рассматривать как синоним «власти», а авторитетным считать учителя, который легко добивается от школьников подчинения и любой совет которого воспринимается ими как приказ, подлежащий немедленному и беспрекословному исполнению. Характерные для авторитарного стиля руководства методы ролевого давления закономерно приводят к потере школьниками интереса к учебе, к безволию, к бездумному, слепому повиновению.

Большое значение при первой встрече имеет внешний вид человека. Именно это определяет то, что отразится в нашем впечатлении о человеке, что обеспечивает дополнительные преимущества при знакомстве. Внешний вид должен характеризовать вас как личность и отражать ваши возможности. Необходимо, чтобы он гармонировал с вашими внутренними качествами. По мнению ученых, аспекты, которые формируют первое впечатление о человеке на 60 % зависят от внешности и поведения, на 20 % – от его правильной и грамотной речи, и всего на 10 % – как он преподносит ее [4]

А.А. Бодалев выделил такие компоненты как: характеристика внешнего облика человека; одежда; прическа; эмоциональное состояние; поведение. Зарубежные исследователи выделили такие характеристики: одежда; осанка; поведение; особенности общения; качества личности.

Первое, что нам бросается в глаза – это лицо. И мы видим не столько его красоту, сколько выразительность. Именно оно показывает мимику человека, его чувства, переживания. Если человек выражает спокойствие, то мы оцениваем его положительно, но если он агрессивен и нервный, то наше впечатление меняется в противоположную сторону [2].

Важно учитывать, что индивид может контролировать свои слова и отчасти мимику, но он не способен следить за эмоциональным состоянием и поведением одновременно, язык жестов часто может выражать проявление истинных мыслей и навыков.

На формирование первого впечатления оказывают воздействие и особенности внешнего вида человека: его одежда, прическа и наличие аксессуаров. Одежда должна соответствовать стилю и месту, которое вы посещаете. Также не стоит забывать и о цвете одежды. Несмотря на то, как бы

вы сильно не любили определенные цвета, нужно их правильно сочетать, а иначе неправильно подобранная гамма может лишь только испортить представление о вас [3].

Общение с классным руководителем – молодой женщиной, очень привлекательной внешности вызывало непонятный страх и непреодолимую тревогу у студента-практиканта на протяжении всего периода производственной педагогической практики. Скорее всего такое гнетущее состояние испытывали и младшие школьники, которые подавляли жизнерадостность и активность, свойственные их возрасту, выглядели маленькими старичками, удрученными от груза жизненных проблем.

**Заключение.** Порой демонстрируемое школьниками послушание может быть лишь внешним и показным. В младшем школьном возрасте ученики признают авторитет учителя, поэтому управлять ими значительно проще, чем, например, подростками. Однако авторитет роли или, точнее сказать, авторитет власти, не подкрепленный авторитетом личности учителя, оказывает на учащихся деморализующее влияние, неизбежно порождая стремление уйти от ответственности, не брать на себя груз самостоятельных решений.

Исключительно авторитарный стиль педагогического управления образовательным процессом может привести к тому, что дети в дальнейшем будут не самостоятельны и не адаптированы к взрослой жизни.

- 
1. Сапин, М. Р. Анатомия и физиология человека (с возрастными особенностями детского организма): учеб. для студ. образоват. учр. сред. проф. образования / М. Р. Сапин, В. И. Сивоглазов. – М.: ИЦ Академия, 2009. – 384 с.
  2. Моисеева, Ю. А. Невербальные способы общения и их эффективное использование в повседневной жизни / Ю. А. Моисеева, Г. А. Чеджемов // Известия Института систем упражнения Самарского государственного экономического университета. – 2017. – № 1 (15). – С. 76.
  3. Бодалев, А. А. Личность и общение / А. А. Бодалев. – М.: Международная педагогическая академия, 1995. – 328 с.
  4. Выготский, Л. С. Психология / Л. С. Выготский. – М.: ЭКСМО-Пресс, 2000. – 1008 с.
  5. Прохорова, О. Г. Управление образовательной организацией: воспитательная деятельность: учеб. пособие / О. Г. Прохорова. – 2-е изд. – М.: Юрайт, 2024. – 117 с.

**Гордеева И.В., канд. пед. наук, доцент,**  
**Царик И.А., канд. пед. наук, доцент**

*Учреждение образования «Белорусский государственный  
педагогический университет»  
г. Минск, Республика Беларусь*

## **ОСОБЕННОСТИ ПОДГОТОВКИ БУДУЩИХ УЧИТЕЛЕЙ ФИЗИЧЕСКОЙ КУЛЬТУРЫ К ПРОФИЛАКТИКЕ ПРОТИВОПРАВНОГО ПОВЕДЕНИЯ ПОДРОСТКОВ**

**Аннотация.** Статья посвящена проблеме подготовки будущих учителей к профилактике противоправного поведения подростков. Авторами рассматривается специфика профилактической работы учителя физической культуры. Раскрываются этапы подготовки студентов к профилактической работе в контексте будущей профессиональной деятельности.

**Ключевые слова:** профессиональная подготовка; профилактика; противоправное поведение.

Одной из актуальных и социально значимых проблем, стоящих перед нашим обществом сегодня, является проблема профилактики противоправного поведения подростков. В решении этой проблемы ключевая роль отводится социальным институтам всех уровней, в том числе учреждениям общего среднего образования. Поэтому профилактика противоправного поведения подростков является неотъемлемой составляющей всего воспитательного процесса современной школы. В профилактическую работу включается весь педагогический коллектив: педагог-психолог, педагог социальный, классные руководители, учителя-предметники.

Важную роль в эффективном решении задач по профилактике противоправного поведения подростков играет готовность будущих учителей к этой деятельности. В этой связи в процессе профессиональной подготовки еще в период обучения в учреждении высшего образования (далее – УВО) следует особое внимание уделять формированию у будущих учителей положительной мотивации к овладению основами профилактики, стимулированию у них интереса к работе с подростками, склонными к противоправному поведению; формированию у них системы знаний о сущности профилактической работы учителя физической культуры и умений осуществления профилактики средствами физической культуры.

Методологическую основу процесса подготовки будущего учителя физической культуры к профилактике противоправного поведения подростков, как показал анализ научной литературы, составляет антропологический подход [1]. Антропологический подход – это целостная система

идей, ориентированных на человека [2]. Данный подход задает вектор направленности подготовки будущего учителя: приоритетность человековедческих вопросов, что выводит этот процесс «на уровень практического человекознания, то есть представленность образа Человека как био-психо-социо-культурной системы во всех структурных элементах (цель, содержание, методика, результат) образовательного процесса учреждения высшего образования [3]. В контексте антропологического подхода процесс подготовки студентов к профилактической работе характеризуется следующими особенностями:

- контекстное обучение выступает базовой педагогической моделью организации образовательного процесса (А.А. Вербицкий);

- преобладают активные методы обучения, обеспечивающие наполнение образовательной деятельности будущего учителя личностным смыслом, активизирующие познавательную активность и определяющие субъект-субъектные отношения;

- особое внимание акцентируется на развитии у студентов рефлексивных способностей с последующей мотивацией к саморазвитию и самореализации;

- в основе подготовки лежит оказание педагогической поддержки и содействие профессиональному и личностному становлению будущего педагога.

Процесс формирования готовности студентов к профилактической работе должен быть поэтапным и целенаправленным, где каждому этапу соответствуют свои задачи и содержание с учетом специфики получаемой специальности. Рассмотрим основные этапы подготовки студентов к профилактике противоправного поведения подростков на примере подготовки будущего учителя физической культуры.

Следует отметить, что работа учителя физической культуры по профилактике противоправного поведения подростков имеет свою специфику. Это объясняется особенностями его профессиональной деятельности в области физической культуры и спорта: форм, методов и средств.

Профилактическая работа осуществляется в рамках собственно-физкультурных форм построения занятий. Кроме урока по физической культуре, к ним относятся спортивно-массовые мероприятия, соревнования, туристические походы, подвижные перемены, физкультминутки и т. д. В профилактической работе учитель может применять средства физической культуры: гимнастику, подвижные и спортивные игры, туризм, спорт, физические упражнения и др. [4]. Особенным при использовании этих средств в решении задач профилактики является то, что кроме общепедагогических принципов, регламентирующих работу педагога, здесь актуальны и специальные принципы физического воспитания: непрерывность физического воспитания, системное чередование нагрузок и отдыха, постепенность наращивания развивающе-тренирующих воздействий,



циклическое построение системы занятий, возрастная адекватность направлений процесса физического воспитания (по Л.П. Матвееву).

Учитель физической культуры осуществляет как первичную, так и вторичную профилактику. Первичная профилактика предполагает работу с категорией подростков, которые еще не совершили противоправных действий, но имеют какие-либо предпосылки для этого (тяжелая жизненная ситуация, конфликтное поведение, повышенный уровень агрессивности, тревожности и т. д.). Вторичная профилактика – это работа с подростками, которые уже вступили в конфликт с законом, т. е. совершили правонарушение, но оно не подлежит уголовной ответственности в силу ряда обстоятельств.

Процесс подготовки будущего учителя физической культуры к профилактике противоправного поведения подростков осуществляется на протяжении всего периода обучения в УВО (с I по VIII семестр). Он состоит из четырех последовательных этапов: диагностико-ориентационного, информационно-содержательного, деятельностно-практического и результативно-оценочного этапа. Рассмотрим их более подробно.

Первый этап – диагностико-ориентационный – охватывает период с I по III семестр обучения студентов в УВО. На этом этапе очень важным является определение исходного уровня готовности студентов к профилактике противоправного поведения подростков. С этой целью применяются различные диагностические методики.

На диагностико-ориентационном этапе решается одна из важных задач – формирование у студентов положительной мотивации к овладению основами профилактики, освоению антропологических ценностей. В связи с этим подготовка студентов направлена на стимулирование у будущих учителей интереса к работе с подростками, склонными/ступившими в конфликт с законом, осознание важности и необходимости профилактической работы учителя физической культуры.

С этой целью в содержание учебных дисциплин включается профилактическая составляющая. Так, профилактической составляющей обогащается содержание социально-гуманитарных, общепрофессиональных и специальных дисциплин. Включение профилактической составляющей в их содержание подразумевает дополнение отдельных тем вопросами, которые касаются проблемы профилактики противоправного поведения подростков. Например, причины и факторы противоправного поведения подростков, формы его проявления; ценностные основания профилактической работы современного педагога; профилактический потенциал средств физической культуры и т. д. При этом содержание учебного материала конструируется через призму антропологии – психологической, педагогической, социальной. Это не противоречит направленности учебных дисциплин и в тоже время позволяет максимально актуализировать их профилактический потенциал.



Диагностико-ориентационный этап предполагает обогащение профилактической составляющей содержания воспитательной работы. Важное значение отводится организации работы кураторов академических групп по оказанию педагогической поддержки первокурсникам, а также организации профилактики правонарушений в студенческой среде. Это предполагает проведение кураторских часов по заранее подготовленной тематике.

Второй этап – содержательно-информационный – охватывает период с IV по VI семестр обучения. На этом этапе решается задача по формированию у студентов системы знаний об основах профилактической работы учителя физической культуры. Решение этой задачи предполагает установление междисциплинарных связей между изучаемыми предметами.

На этом этапе продолжается обогащение профилактической составляющей содержания учебных дисциплин через интеграцию содержания социально-гуманитарных, общепрофессиональных и специальных дисциплин. Такой подход дает студентам возможность изучить правовой аспект проблемы противоправного поведения подростков в контексте деятельности учителя физической культуры, проследить развитие идей о взаимосвязи профилактики с физическим воспитанием подростков, начиная со времен древнегреческих философов и до настоящих дней, изучить опыт педагогов-экспериментаторов XX века по работе с несовершеннолетними правонарушителями, ознакомиться с методами и формами физкультурно-оздоровительной работы с подростками, склонными к противоправному поведению.

На содержательно-информационном этапе подготовки продолжается обогащение профилактической составляющей содержания воспитательной работы. Содержание кураторских часов направлено на формирование у будущих учителей физической культуры ценностного отношения к здоровью, здоровому образу жизни.

Третий этап – деятельностно-практический – охватывает период с VI–VII семестр обучения. Основная его задача – это формирование у студентов умений и приобретение опыта организации профилактики противоправного поведения подростков с учетом специфики будущей профессиональной деятельности. На этом этапе студенты изучают методические аспекты профилактической работы. В ходе учебных занятий будущие учителя приобретают навыки решения проблемных ситуаций, разрешения конфликтных ситуаций, овладевают способами поведения в нестандартных ситуациях, отработывают навыки по оказанию подростку педагогической помощи и поддержки, построению индивидуальных образовательных траекторий.

Очень важным на данном этапе является включение в содержание программы педагогической практики дополнительных заданий профилактической направленности, которые предполагают анализ опыта профилактической работы классного руководителя, проведение диагностики учащихся по выявлению склонности к совершению правонарушений. На основании

полученных диагностических данных студенты составляют план профилактической работы в классе по предложенной схеме: направления работы, форма проведения, участники взаимодействия.

Особое внимание обращается на выполнение студентами задания по разработке и проведению зачетного воспитательного и спортивно-массового мероприятия, направленного на профилактику правонарушений подростков. С этой целью студентам предлагается определенная тематика мероприятий, в ходе проведения которых рекомендуется приглашать известных спортсменов, тренеров.

Во время практики работа по профилактике противоправного поведения учащихся организовывается как в урочное, так и во внеурочное время. На уроке «Физическая культура и здоровье» внимание будущих учителей акцентируется на применении в работе с подростками упражнений, подвижных и спортивных игр, которые направлены на стабилизацию психоэмоционального состояния учащихся, формирование у них нравственно-волевых качеств личности, устойчивой мотивации к занятиям физической культурой и спортом. Особое внимание уделяется антропоориентированным методам и приемам работы, что позволяет создать комфортную психологическую атмосферу на уроках физической культуры, условия для личностной самореализации подростков, раскрытия их внутреннего потенциала. Внеурочная работа предполагает организацию досуга учащихся, склонных/вступивших в конфликт с законом: привлечение их к участию в спортивно-массовых мероприятиях, соревнованиях, к занятиям в спортивной секции.

На этом этапе студенты привлекаются к участию в разработке и реализации социально значимых проектов. Такие проекты представляют собой как организацию физкультурной работы с подростками, так и проведение занятий по профилактике различных форм противоправных установок: зависимого, агрессивного, саморазрушающего поведения. Участие в проектах позволяет будущим учителями приобрести опыт взаимодействия с подростками, с которыми в учреждении образования проводится индивидуальная профилактическая работа.

Четвертый этап – результативно-оценочный – охватывает VIII семестр обучения в учреждении высшего образования. На этом этапе важное значение отводится рефлексивной деятельности. Определяется итоговый уровень готовности студентов к профилактике противоправного поведения подростков. Особое внимание уделяется организации защиты портфолио, что предполагает презентацию студентами своих достижений в ходе обучения, представление наиболее удачных разработок занятий с подростками, проектов, сценариев воспитательных и спортивных мероприятий.

На результативно-оценочном этапе студенты обобщают полученный опыт профилактической работы, включаются в научно-исследовательскую деятельность. Будущие учителя физической культуры готовят материалы

по проблеме противоправного поведения подростков и его профилактике с последующим их представлением в ходе выступления на студенческих научно-практических конференциях и т. д. Результативно-оценочный этап имеет важное значение, так как позволяет определить наиболее эффективные формы и методы подготовки будущих учителей к профилактической работе, оценить в целом степень ее эффективности.

Таким образом, актуальность подготовки учителя к профилактической работе обусловлена социально-педагогической значимостью решения проблемы, необходимостью ориентира на антропологический подход в воспитании современных подростков. Условием эффективности такой подготовки выступает учет специфики будущей профессиональной деятельности специалиста.

- 
1. Андреева, Е. В. Особенности подготовки будущего учителя на основе антропологического подхода: дис. ... канд. пед. наук: 13.00.08 / Е. В. Андреева. – Бийск, 2002. – 188 л.
  2. Фирсова, А. Е. Применение антропологического подхода в современной отечественной педагогической теории и инновационной образовательной практике: дис. ... канд. пед. наук: 13.00.01 / А. Е. Фирсова. – Волгоград, 2015. – 186 л.
  3. Виленский, М. Я. Культурологические основания личностно-ориентированного образования по физической культуре в высшей школе / М. Я. Виленский, О. Ю. Масалова // Вестник Адыгейского государственного университета. Серия 3: Педагогика и психология. – 2011. – № 2. – С. 10–14.
  4. Галицын, С. В. Педагогическая система физкультурной деятельности как средство профилактики социально-негативного поведения подростков: дис. ... д-ра пед. наук: 13.00.04 / С. В. Галицын. – Хабаровск, 2012. – 373 л.

**Дядюля К.Ю., Федорова А.М., канд. пед. наук**

*Учреждение образования «Белорусский государственный университет физической культуры»*

*г. Минск, Республика Беларусь*

## **ПРОБЛЕМЫ ОБУЧЕНИЯ ДЕТЕЙ С ОСОБЕННОСТЯМИ ПСИХОФИЗИЧЕСКОГО РАЗВИТИЯ НА УРОКАХ ФИЗИЧЕСКОЙ КУЛЬТУРЫ И ЗДОРОВЬЯ**

**Аннотация.** В данной статье рассматриваются проблемы интегрированного обучения детей на уроках физической культуры и здоровья в учреждениях общего среднего образования и пути их решения студентами–практикантами БГУФК.

**Ключевые слова:** интегрированное обучение, физическая культура, интеграция, учреждение общего среднего образования, учащиеся.

**Введение.** Проблема интегрированного образования и воспитания детей в учреждениях общего среднего образования приобретает все большую актуальность и значимость. Эта проблема сложна и многогранна, требующая серьезного изучения и анализа как со стороны общества, так и учебных заведений.

Вопросам интеграционного образования начали уделять внимание в начале 60-х годов XX века в странах Западной Европы. В 1962 году, в Италии, произошла интеграционная реформа школьной образовательной системы. Позже реформы в системе образования произошли в США, Великобритании, Швеции, Германии и др. Современная форма интеграции в образовании в Республике Беларусь официально началось лишь в середине 90-х годов XX века, после разработки и утверждения Министерством образования нормативно-правового документа «Временное положение об интегрированном обучении», в котором поднимаются вопросы интегрированного обучения и воспитания. Впоследствии, ряд вопросов, касающихся интегрированного обучения и воспитания, видов интеграции, закрепились в других документах, в том числе и в Законе Республики Беларусь «Об образовании лиц с особенностями психофизического развития (специальном образовании)» (2004 г.).

На сегодняшний день, в нашей стране создана и функционирует нормативно-правовая база, регламентирующая деятельность учреждений образования, осуществляющих образовательную интеграцию:

- Кодекс Республики Беларусь об образовании;
- Образовательный стандарт специального образования (основные нормы и требования);

– Инструкция о порядке создания специальных групп, групп интегрированного обучения и воспитания, специальных классов, классов интегрированного обучения и воспитания и организации образовательного процесса в них;

– учебные планы специального образования, утвержденные постановлением Министерства образования Республики Беларусь от 26.08.2011 № 242.

Согласно Кодексу Республики Беларусь об образовании «Классы интегрированного обучения и воспитания – это классы, в которых обучаются и воспитываются лица с особенностями психофизического развития, осваивающие содержание образовательной программы специального образования на уровне общего среднего образования, образовательной программы специального образования на уровне общего среднего образования для лиц с интеллектуальной недостаточностью, и лица, не имеющие таких особенностей, осваивающие содержание образовательных программ общего среднего образования» [1]. В этой связи, дети с различным уровнем способностей не только вместе обучаются, но и поддерживают друг друга, помогая адаптироваться к учебному процессу. В таких классах обычно работают специально подготовленные педагоги, которые владеют основами дидактики специального образования и могут создать благоприятную, поддерживающую и вдохновляющую обучающую среду.

Создание интеграционных классов в школе имеет несколько целей:

1. Инклюзивное образование: интеграционные классы способствуют созданию более инклюзивной образовательной среды, где дети с различными потребностями могут обучаться вместе с обычными учениками. Это способствует развитию уважения к различиям, толерантности и социальной интеграции.

2. Поддержка детей с особыми потребностями: В интеграционных классах дети с особыми образовательными потребностями получают возможность обучаться в более стимулирующей и социально-активной среде, а также получают поддержку от педагогов и специалистов.

3. Развитие социальных навыков: Участие в интеграционных классах позволяет всем ученикам развивать социальные навыки, учиться работать в коллективе, уважать других и сотрудничать [2].

**Цель исследования.** Изучить пути решения дидактических проблем в интегрированных классах на уроках физической культуры и здоровья.

Таким образом, создание интеграционных классов в учреждениях общего среднего образования направлено на создание более инклюзивной и поддерживающей образовательной среды, где каждый ученик может развиваться в соответствии со своими потребностями и способностями.

Опираясь на данную концепцию, в деятельности учебных заведений, осуществляющих образовательный и воспитательный процессы



в интегрированных классах, можно выделить социальную и педагогическую (учебную) интеграцию. Социальная интеграция предполагает социальную адаптацию ребенка с ограниченными возможностями в общую систему социальных отношений и взаимодействий, прежде всего в рамках той образовательной среды, в которую он интегрируется.

Педагогическая интеграция направлена на формирование у детей с ограниченными возможностями здоровья способности к усвоению учебного материала, определяемого общим учебным планом (совместное обучение в одной школе или в одном классе с нормально развивающимися детьми) [3].

Также, Н.Н. Малофеев [4] и Н.М. Назарова [5], рассматривая вопросы интегрированного образования, считают педагогическую интеграцию наиболее важной в социализации ребенка в связи с чем указывают на наличие в педагогической интеграции двух форм: интернальной и экстернальной.

Интернальная интеграция – это интеграция внутри системы специального образования.

Экстернальная интеграция предполагает взаимодействие специального и массового образования.

Для успешной реализации идей интегрированного обучения и воспитания существенное влияние оказывают правильно подобранные модели интеграции. Согласно Концепции развития инклюзивного образования лиц с особенностями психофизического развития в Республике Беларусь, выделяют следующие интегрированные модели:

Комбинированная – дети с уровнем психофизического и речевого развития, соответствующим или близким к возрастной норме, находятся в массовых группах или классах, получая постоянную коррекционную помощь учителя-дефектолога.

Частичная – дети с ОПФР вливаются в массовые группы (класса) часть дня.

Временная – все воспитанники специальных групп объединяются со здоровыми детьми на реже 1–2 раз в месяц для участия в различных мероприятиях воспитательного характера.

Полная – ребенок с ОПФР постоянно воспитывается среди здоровых сверстников [6].

Одно из основных направлений реформы и трансформации системы образования в Республике Беларусь – реализация права на образование без дискриминации. Однако, для реализации этих направлений необходимы преобразования не только в процессе обучения и воспитания, но и изменения в мировоззрении общества, отношениях между всеми участниками образовательного процесса, а также ценностных и нравственных установках.

Во время прохождения производственно-педагогической практики, студенты БГУФК столкнулись с проблемой интегрированного обучения. Было множество вопросов касательно образовательного процесса на уроках физической культуры и здоровья.



Довольно острой проблемой для студентов и преподавателей, работающих с интегрированными классами, является нехватки времени для проведения учебных занятий. Обычный урок идет 45 минут. Зачастую этого времени недостаточно чтобы выполнить все поставленные задачи в обычном классе, а в классе, где обучаются дети с особенностями, нехватка времени возрастает в разы.

Не менее значимым вопросом в образовательной деятельности учителя физической культуры и здоровья является нормирование нагрузки на учебных занятиях. На уроке физической культуры и здоровья класс находится в полном составе. Поэтому, для максимальной эффективности проведения занятия, педагог должен правильно рассчитать нагрузку для здоровых учащихся и детей с отклонениями. Согласно учебной программе, физические нагрузки для основной и подготовительных групп разные.

Для успешного осуществления образовательного и воспитательного процесса необходимо правильно выстроить взаимодействие с учащимися, у которых есть особенности в развитии. Учителям может потребоваться дополнительное время и усилия, чтобы правильно и доступно для их понимания преподнести информацию, дать правильные методические указания по выполнению упражнений, корректно делать замечания по исправлению ошибок.

**Заключение.** Подводя итоги, можно отметить, что в Республике Беларусь успешно развивается интегрированное обучение, благодаря которому дети с особенностями могут обучаться совместно со своими сверстниками, готовится к нормальной жизнедеятельности и становится полноценными гражданами общества.

- 
1. Кодекс Республики Беларусь об образовании [Электронный ресурс]. – Режим доступа: <http://www.pravo.by/main.aspx?guid=3871&p0=hk1100243>. – Дата доступа: 01.05.2024.
  2. Змушко, А. М. От интегрированного обучения к инклюзивному образованию: ключевые проблемы и задачи / А. М. Змушко. – Минск: Народная асвета, 2013. – № 1. – С. 18–23.
  3. Крестинина, И. Л. Проблемы интегрированного обучения лиц с особыми образовательными потребностями [Электронный ресурс] / И. Л. Крестинина, М. А. Салтыкова. – Режим доступа: <http://logoburg.com/modules/myarticles/article.php?storyid=223>. – Дата доступа: 01.05.2024.
  4. Малофеев, Н. Н. Инклюзивное образование в контексте современной социальной политики / Н. Н. Малофеев // Воспитание и обучение детей с нарушениями развития. – 2009. – № 6. – С. 3–10.
  5. Назарова, Н. М. Интегрированное (инклюзивное) образование: генезис и проблемы внедрения / Н. М. Назарова // Вестник Московского городского педагогического университета. Серия: Педагогика и психология. – 2009. – С. 8–18.

6. Концепция развития инклюзивного образования лиц с особенностями психофизического развития в Республике Беларусь, утвержденная 22.07.2015 г. [Электронный ресурс]. – Режим доступа: <https://nchtdm.by/files/2021/konceptinclusrasv.pdf>. – Дата доступа: 01.05.2024.

**Заколотная Е.Е., канд. пед. наук, доцент**

*Учреждение образования «Белорусский государственный университет физической культуры»  
г. Минск, Республика Беларусь*

## **ДУХОВНОСТЬ И НРАВСТВЕННОСТЬ КАК БАЗОВЫЕ ХАРАКТЕРИСТИКИ ЛИЧНОСТИ**

**Аннотация.** В данной статье духовность и нравственность представлены как базовые характеристики личности, осуществляющей любой вид деятельности. Сегодня высокий уровень интеллектуального развития входит в противоречие с уровнем развития нравственных качеств личности. Такое несоответствие сопровождается во всем мире терроризмом, гибридными войнами, рукотворными болезнями, экологическими катастрофами, экономическими кризисами.

**Ключевые слова:** духовность; нравственность; личность; ценности; самосовершенствование.

**Введение.** Первые образцы осмысления духовных начал человека и их проявлений в культуре связаны с текстами философских традиций Востока. Их сложные и многозначные контексты были творчески интерпретированы в исследованиях мыслителей различных направлений как религиозного знания, так и научного.

Несмотря на обширный круг литературы по данной проблеме, следует отметить, что отсутствуют обобщающие работы, систематизирующие накопленный материал о духовности как особом феномене культуры, ее источнике (источниках) и сущности. До сих пор не уделяется должного внимания причинам духовных трансформаций, механизмам и факторам духовной деградации. Не акцентируется также внимание на выявлении той тонкой грани в активности личности, перешагнув которую позитивные человеческие качества деформируются в свои противоположности. Само исходное значение понятия «духовность» достаточно противоречиво представлено в различных направлениях современного знания.

Накопленный багаж разнопланового теоретического и эмпирического материала, касающегося вопросов духовности, требует серьезного философского осмысления с позиций соотношения истории и современности, категорий сущности и явления, взаимосвязи теории и практики [1].

Изучением проблемы духовности занимались представители разных исторических эпох и научных направлений: философы, теологи, писатели, художники, врачи, психологи, педагоги. К ним можно отнести (Сократа, Анаксагора, Алкмеона, Гераклита, Демокрита, Анаксимена, Платона, Аристотеля, Эмпидокла (античность); Фому Аквинского (средневековье); Д. Юма, Г. Гегеля, Т. Гоббса, Д. Локка, В.И. Вернадского, А.Л. Чижевского, В.С. Соловьева, П.А. Флоренского, К.Э. Циолковского, Н.А. Бердяева, Л.Н. Толстого, Ф.М. Достоевского, А.М. Ремизова и др. В разные исторические эпохи изучение духовности определялось степенью развитости методологии ведущих наук о человеке и природе.

На протяжении тысячелетий складывались многие мировые религии (христианство, буддизм, мусульманство и др.) со своими канонами, ценностями и практикой формирования. Именно в учениях разных религий, в первую очередь, накапливалось и формировалось знание о духовности. И, конечно, сообразно ему формировались разные виды религиозной духовности [2].

Духовность, по определению В.И. Даля, представляется как все относящееся к Богу, церкви, вере, а также как все умственные и нравственные силы человека [3].

Со времени вхождения в научный оборот термин «духовность» в общественном сознании людей долгое время ассоциировался с понятием «религиозность личности», с верой в Бога и высшие духовные силы. Позднее это понятие стало наполняться новым светским содержанием, появились различные подходы и характеристики этого понятия [2].

С точки зрения аксиологического и антропологического подходов базовыми, сущностными характеристиками личности являются духовность и нравственность, связанные с мотивационной сферой внешне (нравственность) и внутренне (духовность). Духовность определяется как устремленность личности к избранным целям, ценностная характеристика сознания. Нравственность представляет собой совокупность общих принципов поведения людей по отношению друг к другу и обществу. В сочетании они составляют основу личности, где духовность – вектор ее движения (самовоспитания, самообразования, саморазвития). Духовность имплицитно несет в себе оценочный компонент и не может быть понята вне ее аксиологических характеристик, она непосредственно связана с аффективно-эмоциональной сферой. Как способность человека к духовной жизни, как сущностная черта, духовность имеет атрибутивный характер (она присуща всем без исключения человеческим индивидам), однако эта способность заложена в человеке

потенциально. Духовность может реализовываться в реальных человеческих поступках, в творениях культуры, в духовном переживании.

Достаточно полно и глубоко исследованы социальные аспекты нравственности как совокупности принципов и норм поведения людей по отношению друг к другу и обществу (А.Ф. Анисимов, К.В. Гавриловец, Т.Н. Гумницкий, А.А. Гусейнов, О.Г. Дробницкий, Н.В. Рыбакова, И.Ф. Харламов и др.), интерес к ее метафизическим корням усилился в последнее время. Стало очевидно, что уяснению этого понятия способствует выделение семантической пары «духовность – нравственность», поскольку, по мнению специалистов, между ними существует не только семантическая, но и онтологическая связь: нормы и принципы нравственности получают идейное обоснование и выражение в идеалах добра и зла, являющихся категориями духовности. Сущность духовности заключается в трансцендировании человеком наличной действительности и своих собственных пределов. В педагогическом обиходе духовность характеризуется как проявление «человеческого в человеке». Духовность – это то, что возвышает личность над физиологическими потребностями, этическим расчетом, рациональной рефлексией, то, что относится к высшей способности души человека, что заложено в основание его личности.

Духовная жизнь общества – это сфера действия различных форм общественного сознания, культуры, мировоззрения, образования. Нравственность является неотъемлемой составляющей этой сферы. Вопрос о соотношении понятий «духовность» и «нравственность» является чрезвычайно актуальным в настоящее время не только для теории, но и для практики образования.

Цель исследования заключается в установлении объективно существующей связи между духовностью и нравственностью, а также различия этих понятий.

**Методика и организация исследования.** Методы исследования: анализ и синтез научно-методической литературы.

**Результаты исследования и их обсуждение.** В Программе Сотрудничества между Министерством образования и Белорусской Православной церковью на 2011–2014 годы (от 08.01.2011), а также в Программе на 2020–2025 годы (от 26.03.2020) неоднократно упоминается часто употребляемое в настоящее время понятие «духовно-нравственное воспитание». Такое сопряжение понятий «духовное» и «нравственное» почти не встречается в психологической, богословской литературе, чаще всего это разные понятия.

Разводя понятия «нравственность» и «духовность» В.И. Слободчиков и Е.И. Исаев считают, что «духовность – это способность руководствоваться в своем поведении высшими ценностями социальной, общественной жизни, следование идеалам истины, добра и красоты, направленность на другого, общество, род человеческий. Нравственность есть одно из измерений

духовности человека». Именно благодаря духовности нравственные законы внутри человека действуют сильнее, чем давление любых внешних обстоятельств [4].

К.В. Гавриловец в учебном пособии «Духовность человека: педагогика развития» предлагает следующую структуру духовной сферы человека: системообразующими элементами духовности человека являются самопознание как постижение сущности своего бытия, творчество в отношении к самому себе, в самосовершенствовании и совершенствовании наличной действительности, любовь как самоотдача, как творение «чужой радости» [2].

Духовная жизнь общества – это сфера действия различных форм общественного сознания, культуры, мировоззрения, образования. Нравственность является неотъемлемой составляющей этой сферы, а также одним из самых важных и существенных факторов общественного развития и исторического прогресса. Нравственные качества могут выступать как показатели направления и уровня духовного становления личности, являясь основой их оценки и самооценки.

Нравственность заключается в добровольном самодеятельном согласовании чувств, стремлений и действий членов общества с чувствами, стремлениями и действиями сограждан. Нравственное чувство, по Канту, является «некоторой ощущаемой зависимостью частной воли от общей».

В отечественной педагогике проблемы нравственности и нравственного образования глубоко рассматривались И.И. Бецким М.В. Ломоносовым, К.Д. Ушинским, В.А. Сухомлинским, Ш.А. Амонашвили, А.С. Макаренко. Значительный вклад в разработку проблемы нравственного образования внесли: О.С. Богданова, Л.Ю. Гордин, М.Г. Казакина, В.А. Караковский, Т.Е. Конникова, И.С. Марьенко, Е.С. Протанская, К.Д. Радина, З.И. Равкин, Н.В. Рыбакова, И.Ф. Харламов, О.Г. Прохорова и др. [5].

Особенность духовно-нравственной сферы заключается в том, что она обнаруживает себя во всех сторонах человеческой жизни, регулирует человеческие отношения в семейно-бытовой и социальной сферах. Один и тот же поступок человека или какое-либо его физическое действие может оказаться моральным или аморальным в зависимости от того, выражает ли оно отношение человека к действующей в обществе системе ценностей. Прыжок в воду сам по себе – действие внеморальное, но прыжок, совершенный в целях спасения тонущего, – уже действие морального плана, ибо этот поступок выражает ценностное отношение человека к другой жизни, воплощает духовно-нравственные качества совершившего подобный поступок, его самоотверженность, отзывчивость, волю и мужество.

Наиболее важными компонентами нравственного образования можно считать следующие: нравственные знания; нравственные отношения, оценки; нравственные переживания; нравственно-волевые устремления; нравственный выбор целей и средств; совершенствование нравственных



поступков; проектирование у себя нравственных черт личности. Причем выделенные компоненты соотносятся с основными сферами индивидуальности человека: интеллектуальной, мотивационной, эмоциональной, волевой, предметно-практической.

Основу нравственного поведения составляют убеждения. Убеждения – это осознанная потребность личности, побуждающая к действию. Это глубокий и сильный мотив, обычно находящий свое выражение в конкретных поступках. Нравственные отношения – это всегда социально значимые взаимоотношения людей, тот ценностный каркас их связей, который закреплён в нравах, определяет понимание смысла и значимости своего бытия. В структуру нравственного сознания входят нравственные нормы, ценностные ориентации, мотивы, идеалы, представления о справедливости, счастье. Самопознание человеком своего духовного мира, как и познание мира в целом, сложно и всегда неполно. Вот почему так важна в этом процессе помощь со стороны социума, духовно-нравственных институтов общества, имеющих по своей природе гуманистическую направленность. К таким институтам относится и образовательная система, в которой взаимодействуют преподаватели и студенты как главные участники образовательного процесса.

Логика процесса духовного образования может быть выявлена через понятие «восхождение», которое предполагает понимание, осознание разницы между наличным состоянием человека и идеалом, деятельность человека по самоизменению. Поэтому логика духовного образования может быть представлена как последовательность трех стадий:

1. Понимание. На данной стадии осуществляется постижение личностью, с одной стороны, внешнего по отношению к нему мира – как материального, так и идеального, с другой стороны – собственного духовного мира. В процессе понимания внешнего мира выявляется то, на что человек может ориентироваться в своем духовном становлении (своего рода идеал). В процессе понимания собственного духовного мира постигаются возможности и перспективы духовного совершенствования.

2. Осознание «разности потенциалов» между идеальным и актуальным уровнями духовного становления. Именно объективное существование этой «разности потенциалов» делает возможным духовное становление человека.

При высокой самооценке исключается сама возможность позитивного становления – если в сознании человека нет разницы между «Я-идеальным» и «Я-реальным», то нет смысла в самосовершенствовании.

3. Самоизменение. Предыдущая стадия выступает предпосылкой духовного самоизменения человека. На инвариантность этой стадии, ее безусловную необходимость указывает Н.Е. Щуркова, обосновывая технологию создания ситуации успеха. Осознание «разности потенциалов» само по себе еще не обеспечивает духовного становления. Это возможно лишь тогда,



когда воспитанник не остается наедине с сознанием собственного несовершенства, а получает стимул к дальнейшему духовному росту и убеждается в его возможности. В педагогике утверждается, что за ситуацией неуспеха должна непременно следовать ситуация успеха [6].

Поскольку на различных этапах жизненного пути человека происходят изменения, меняется и смысл его жизнедеятельности. Жизнь и деятельность человека можно представить себе, как непрерывную постановку им целей и стремление к их достижению. Жизнь, не имеющая цели, что в действительности практически невозможно, не имеет смысла. «Если удовлетворить все желания человека, но отнять у него цель жизни, он станет несчастным и ничтожным существом», – писал великий русский педагог К.Д. Ушинский. Но поскольку поставленные человеком в своей жизни цели и их достижение затрагивают интересы других людей, человеческая деятельность приобретает нравственный смысл. Жизнь без цели, без духовно-нравственного начала превращается в мучение или своего рода летаргический сон.

Исходя из сказанного, духовность человека можно определить, как генетически и социально обусловленное интегрированное образование в структуре личности человека, в основе которого лежат развитые рефлексивные, альтруистические, нравственно-эстетические и коммуникативные качества и способности, которые как раз и обеспечивают определение, формирование и развитие нормативно-ценностной основы нравственности и морали.

Высокий уровень духовности как отдельных личностей, так и всего общества подразумевает создание более совершенного нравственного содержания и условий его морального проявления [7].

Соотнося понятия духовность и нравственность, отметим, что истоки нравственности коренятся в духовности. Кроме того, осмысленное, ответственное отношение к нравственным аксиомам, вековым нравственным нормам и их соблюдение являются одним из условий развития духовности.

**Заключение.** Нравственность можно измерить только поступками человека. Духовность – не что-то обретенное и наличное, а как потенциальная возможность нравственного совершенствования, как процесс духовно-нравственного становления, как предмет устремлений или цель.

Если духовность задает смыслы, то нравственность – правила и способы действия. Целесообразно рассматривать нравственность как механизм реализации духовности в отношениях с внешним миром и другими людьми.

- 
1. Хомутцов, С. В. Духовность, ее подобию и антиподы в культуре: автореф. дис. ... д-ра филос. наук: 24.00.081 / С. В. Хомутцов. – Барнаул, 2009. – 47 с.
  2. Духовность человека: педагогика развития: учеб. пособие / Н. В. Михалкович [и др.]; под ред. Н. В. Михалковича. – Минск: Тесей, 2006. – 400 с.
  3. Даль, В. Толковый словарь живого великорусского языка / В. Даль. – М., 1863. – Ч. 1. А–З. – 686 с.

4. Слободчиков, В. И. Основы психологической антропологии. Психология человека: введение в психологию субъективности: учеб. пособие для вузов / В. И. Слободчиков, Е. И. Исаев. – М.: Школа-пресс, 1995.
5. Богданова, О. С. Азбука нравственного воспитания: пособие для учителя / ред. И. А. Каиров, О. С. Богданова. – М.: Просвещение, 2017. – 318 с.
6. Щуркова, Н. Е. Прикладная педагогика воспитания: учеб. пособие / Н. Е. Щуркова. – СПб.: Питер, 2005. – 366 с.
7. Прохорова, О. Г. Управление образовательной организацией: воспитательная деятельность: учеб. пособие / О. Г. Прохорова. – 2-е изд. – М.: Юрайт, 2024. – 117 с.

**Заколотная Н.Д., Полозова В.А., Горшкова А.Р.**

*Учреждение образования «Белорусский государственный университет физической культуры»  
г. Минск, Республика Беларусь*

## **ФАКТОРЫ, ВЛИЯЮЩИЕ НА КАЧЕСТВО ПРОВЕДЕНИЯ ЗАНЯТИЙ ПО ЛЫЖНОЙ ПОДГОТОВКЕ НА УРОКАХ ФИЗИЧЕСКОЙ КУЛЬТУРЫ И ЗДОРОВЬЯ В УЧРЕЖДЕНИЯХ ОБЩЕГО СРЕДНЕГО ОБРАЗОВАНИЯ**

**Аннотация.** В настоящей статье рассмотрены проблемы в подготовке практикантов в качестве учителей физической культуры и здоровья. Приведены несоответствия между теоретической и практической подготовкой будущих специалистов. Выявлены факторы, влияющие на качество проведения учебных занятий по лыжной подготовке, предложены пути их устранения.

**Ключевые слова:** производственная педагогическая практика; лыжная подготовка; учреждение общего среднего образования; структура урока.

**Введение.** Каждый год студенты БГУФК при прохождении производственной педагогической практики сталкиваются с новыми сложностями, которые связаны как с изменениями программных требований, так и с тенденциями развития самих учащихся. О путях решения возникших проблем практиканты традиционно докладывают на ежегодной общеуниверситетской научной студенческой конференции, благодаря чему преподаватели и руководство университета получают обратную связь и имеют информацию о реальном положении дел в современных школах и гимназиях. Педагогическая

практика 2023/2024 учебного года не стала исключением в возникновении ряда обстоятельств, существенно усложнивших ее прохождение.

**Цель исследования.** Целью нашего исследования было изучение степени готовности студентов-практикантов БГУФК к изменениям в содержании учебного процесса на уроках физической культуры и здоровья во второй четверти учебного года.

**Основная часть.** В ходе теоретической подготовки к прохождению практики студенты усвоили информацию о том, что урок физической культуры и здоровья (ФКиЗ) имеет определенную структуру, состоящую из трех частей, их длительность и соотношение друг к другу [1, 2]. Однако не было уделено должного внимания тому, что данная структура урока может быть соблюдена не во всех четвертях учебного года. Исходя из того, что на практику студенты приходят во второй четверти, когда все занятия проходят в спортивном зале, то совершенно не имеют представления о тех особенностях, которые бывают, если занятие проводится на улице. Молодые специалисты в первый год самостоятельной работы неизбежно сталкиваются с непредвиденными ситуациями, поэтому нуждаются в постоянной помощи со стороны коллег, создавая им дополнительную нагрузку.

В ходе нашего исследования было опрошено 86 студентов БГУФК различных факультетов, завершивших производственную педагогическую практику. Основной вопрос был: насколько теоретическая подготовка в университете отражает современную действительность?

Как выяснилось в реальности, проводя урок на улице, учителю на выход из школы и на возвращение детей обратно приходится не только потратить часть перемены, но и затронуть учебное время. Кроме того, иногда еще необходимо зайти в гардероб, что отнимает массу времени и нарушает принятую структуру урока. Что уже говорить о занятии, на котором нужно успеть не только выйти и вернуться в школу, не только дважды зайти в гардероб, но и получить, а потом сдать лыжный инвентарь? В итоге на решение дидактических задач на таком уроке остается лишь две трети отведенного времени, что не совпадает с теоретической подготовкой будущих специалистов. Но если, с одной стороны, это нарушение принятых норм, то с другой – возможность научиться быстро реагировать, импровизировать и принимать решения, что крайне важно в педагогической деятельности.

В период прохождения педагогической практики (ноябрь – декабрь 2023г) участники образовательного процесса столкнулись с тем, что в учебную программу были внесены изменения и помимо гимнастики добавились занятия по лыжной подготовке. Обусловлено это было благоприятными погодными условиями и достаточным количеством снежного покрова. В рамках прохождения педагогической практики данная ситуация произошла впервые, поэтому подготовиться к ней заранее возможности не представилось.

В беседе с практикантами нами были определены следующие проблемы возникшие в ходе лыжной подготовки:

- учащиеся не успевали переодеваться на занятие, поэтому занимались в школьной форме;

- подготовительная и заключительная часть урока отводились на помощь учащимся в экипировке (подобрать ботинки по размеру и в соответствии с лыжным креплением, определить в лыжах правую и левую, правильно их застегнуть и снять и т. д.)

- неполноценность разминки была обусловлена дефицитом времени, а так же скованностью движения учащихся верхней одеждой;

- выдача и прием инвентаря захватывали часть урока и занимали обе перемены;

- подбор инвентаря по росту и размеру обуви зачастую происходил условно, что повышало риск травматизма на занятии.

Несомненно, отведенного времени на урок в период лыжной подготовки не хватает на полноценную реализацию поставленных задач из-за возникающих дополнительных сбивающих факторов. Например, непосредственно во время урока приходилось чинить молнии на куртках или завязывать на ботинках шнурки, так как ученики не умели этого делать, а в конце занятия распутывать узлы, чтобы следующий класс мог тоже воспользоваться инвентарем. Учитывая эти обстоятельства, возникает вопрос: а как же один учитель сам справляется со всеми дополнительными задачами, если в настоящий момент ему помогают практиканты?

Данные условия реализации образовательного процесса определенно создают контраст между уроками в школе и занятиями по лыжной подготовке в университете, где на учебное занятие отводится 6 академических часов, а за каждым студентом закрепляется соответствующий инвентарь. Также неожиданностью явилось и то, что в течение одной перемены из нескольких сломанных комплектов лыжного инвентаря практикантам и учителям следовало собрать один целый, чтобы следующий класс можно было максимально экипировать для занятия.

Изначально практиканты были убеждены, что данная ситуация сложилась из-за внезапного появления лыжной подготовки, когда согласно учебной программы должна быть гимнастика. Однако в беседе с учителями ФКиЗ они выяснили, что изменение программы создало проблему, но не существенно, так как данные ситуации свойственны занятиям по лыжной подготовке в принципе, и научиться с ними справляться возможно только опытным путем. Единогласно учителя подтвердили, что к подавляющему большинству специфических моментов данной профессии университет подготовить не может и, можно сказать, практикантам повезло увидеть различные внештатные стороны педагогической деятельности.

В ходе теоретической подготовки на занятиях по теории и методике физического воспитания при составлении планирования в журнале практики предусмотрено составление планов-конспектов, стандартно рассчитанных на 45 минут [1, 2].

Технология разработки плана-конспекта урока по учебному предмету «физическая культура и здоровье» и учебного занятия «час здоровья и спорта» подразумевает, что практикант овладевает следующими компетенциями:

- распределять данное время по циклам уроков для решения задач по формированию знаний, двигательных умений и навыков, развитию двигательных способностей;
- определять примерную продолжительность подготовительной, основной и заключительной частей учебного занятия в пределах отведенного времени с учетом пола, возраста, особенностей физического развития и физической подготовленности учащихся, содержания учебного материала и места проведения занятия;
- распределять учебный материал по учебным занятиям и время на решение основных задач урока;
- распределять время на каждый элемент содержания урока [3, 4].

Однако структура конспекта урока часто может не соответствовать действительной ситуации на занятии, что требует, на наш взгляд, коррекции данного вопроса при которой студенты не будут введены в заблуждение относительно реальных условий осуществления образовательного процесса. А так же будут понимать, насколько высока вариативность выбора учителем методов и средств на каждом уроке, исходя из создавшихся условий.

Так как практикантами было выяснено, что структура учебного занятия по лыжной подготовке существенно отличается по множеству параметров, то мы можем рекомендовать преподавателям БГУФК делать на этом акцент на протяжении всей подготовки будущих учителей ФКиЗ.

На наш взгляд, уроки в третьей четверти были бы наиболее продуктивны, если бы расписание позволяло поставить два учебных занятия подряд, либо закрепить за классом двух учителей, как это происходит в старшей школе. Грамотное распределение обязанностей учителей на уроке и привлечение в качестве помощников учащихся позволило бы гораздо эффективнее осуществить решение поставленных задач на уроке и уделить должное внимание каждому ученику.

Приспособиться к совместной организации урока и добиться качественного взаимодействия с учителями и детьми большинству практикантов удалось только во второй половине педагогической практики. Усложняло работу также невозможность закрепления определенного комплекта инвентаря за конкретным учащимся. Каждый урок приходилось заново подбирать детям ботинки (не всегда хватало нужного размера обуви), лыжи и палки.



Опрос учителей ФКиЗ показал, что трудности испытывают не только практиканты, но и молодые специалисты в особенности в первый год работы, так как для рационального распределения времени урока нужен немалый опыт. Но гораздо важнее этого оказывается хорошее взаимодействие с коллективом класса, ведь за счет организации учащихся и распределения между ними функций можно сэкономить время на уроке посредством взаимопомощи друг другу.

В данном случае на первый план выходят не образовательные, а воспитательные задачи. Практиканты отмечали, что учителя, имеющие авторитет у своих подопечных, независимо от стажа преподавания и квалификационной категории, уроки проводили более организованно, тратили меньше времени на разъяснения, а дисциплина была выше. Успешно завершившие прохождение педагогической практики студенты отмечали, что опора на коллектив класса сыграла ключевую роль в организации учебного процесса. И, изначально добившись взаимопонимания с учащимися, в дальнейшем можно решать возникающие проблемы практически любой сложности.

**Заключение.** В качестве вывода можно отметить, что данная ситуация сложилась весьма удачно для будущих специалистов, потому что выйдя за пределы программных требований, практиканты получили больше информации и шире представление о педагогической деятельности в целом. Кроме того, благодаря представленной информации студентов дневной формы получения образования мы обратили внимание на то, что студенты заочной формы педагогическую практику проходят именно в третьей четверти учебного года, а значит, также должны были столкнуться с данными сложностями. Однако при защите производственной практики студентами ЗФПО данные проблемы не озвучивались, что тем самым вызывает у нас интерес к продолжению данного исследования и проведению опроса с более широким охватом респондентов.

- 
1. Физическая культура и здоровье: контроль за учебной деятельностью учащихся: 5–11 классы: пособие для учителей учр. общ. сред. образования / В. А. Барков [и др.]; под ред. В. А. Баркова. – Минск: Аверсэв, 2013. – 160 с.
  2. Холодов, Ж. К. Теория и методика физического воспитания и спорта: учеб. пособие для студентов высш. учеб. заведений, обучающихся по спец. «Физ. культура» / Ж. К. Холодов, В. С. Кузнецов. – 12-е изд., стер. – М.: Академия, 2014. – 478 с.
  3. Учебная программа по учебному предмету «Физическая культура и здоровье» для X–XI классов учреждений образования, реализующих образовательные программы общего среднего образования с русским языком обучения и воспитания (повышенный уровень) [Электронный ресурс] / Национальный образовательный портал. – Режим доступа: [https://adu.by/images/2020/08/up-Fizkultura-X-XI-kl\\_povishennii\\_uroven\\_rus.docx](https://adu.by/images/2020/08/up-Fizkultura-X-XI-kl_povishennii_uroven_rus.docx). – Дата доступа: 08.03.2024.



4. Учебные программы по учебному предмету «Физическая культура и здоровье» для V–IX классов учреждений общего среднего образования с русским языком обучения и воспитания [Электронный ресурс]: утв. постановлением М-ва образования Респ. Беларусь 29 июля 2019 г., № 123 // Национальный образовательный портал. – Режим доступа: <https://adu.by/ru/homepage/obrazovatelnyj-protsess-2020-2021-uchebnyj-god/obshchee-srednee-obrazovanie-2020-2021/304-uchebnye-predmety-v-xi-klassy2020-2021/3824-fizicheskaya-kultura-i-zdorov-e.html>. – Дата доступа: 08.03.2024.

**Захаренко М.В., Нарский А.Г., канд. пед. наук, доцент,  
Трофимович И.И.**

*Учреждение образования «Гомельский государственный  
университет имени Ф. Скорины»*

**Пташиц А.Я.**

*Учреждение образования «Белорусский государственный  
университет транспорта»  
г. Гомель, Республика Беларусь*

## **ОРГАНИЗАЦИОННО-МЕТОДИЧЕСКИЕ АСПЕКТЫ ПОДГОТОВКИ КВАЛИФИЦИРОВАННЫХ ТОЛКАТЕЛЕЙ ЯДРА В ВЕСЕННЕМ ПОДГОТОВИТЕЛЬНОМ ПЕРИОДЕ**

**Аннотация.** В статье представлены упражнения, необходимые для подготовки квалифицированных толкателей ядра при их подготовке во время весенне-подготовительного этапа годичного тренировочного цикла. Выделенные упражнения несомненно будут способствовать реализации задач, поставленных на данном этапе подготовки.

**Ключевые слова:** толкание ядра; весенний подготовительный этап; годичный цикл подготовки; физические упражнения; средства подготовки.

**Введение.** Годичный цикл подготовки толкателей ядра представляет собой длительный процесс тренировочной и соревновательной деятельности, охватывающий целый ряд этапов: осенне-зимний подготовительный, зимний соревновательный, весенний подготовительный, весенне-летний соревновательный, переходный [1].

Общеизвестно, что на данных этапах, во время учебно-тренировочного процесса легкоатлетов, тренер уделяет большое количество времени для

развития всех компонентов спортивной тренировки (физическая, психологическая, тактическая подготовка). Важно отметить, что большинство сильнейших толкателей ядра предпочитают концентрировать свое внимание на подготовке к весенне-летнему соревновательному периоду (наиболее важные соревнования проводятся именно на данном этапе), где наблюдается пик их спортивной формы. Выбирая данный подход при подготовке спортсмена, значительная роль отводится весеннему подготовительному периоду (март – апрель) [2].

К основным задачам данного этапа относят:

1. Продолжить работу над повышением уровня развития специальных силовых способностей и «взрывной» силы спортсмена;
2. Совершенствовать техническую подготовленность;
3. Повысить уровень общей и специальной подготовленности;
4. Воспитывать моральные и волевые качества.

Проведенный анализ научно-методической литературы свидетельствует о высокой актуальности работ, связанных с использованием ряда средств при подготовке толкателей ядра во время весеннего подготовительного периода [3, 4].

**Цель исследования.** Целью нашего исследования является выбор оптимальных средств подготовки квалифицированных толкателей ядра на весеннем подготовительном этапе (годового тренировочного цикла) и составление примерного недельного тренировочного цикла.

**Методика и организация исследования.** В ходе нашего исследования был проведен анализ научно-методической литературы, нормативных документов, дневников тренеров и спортсменов.

**Результаты исследования и их обсуждение.** Для решения основных задач, поставленных на весенний подготовительный этап, были выбраны следующие средства:

– для повышения уровня общей физической подготовленности целесообразно использовать общеразвивающие подготовительные упражнения (беговые упражнения, прыжковые упражнения, выполняемые на дорожке), упражнения для развития подвижности в суставах, упражнения для расслабления мышечных групп (стретчинг); общий объем данных упражнений не менее 20 часов за этап;

– для совершенствования техники толкания ядра можно использовать толкание ядра весом 5, 6 и 7 кг с места (общий объем – 430 раз, интенсивность при выполнении – высокая). Толкание ядра весом 5, 6 и 7 кг избранным способом (методом кругового маха или со скачка), общий объем – 400 раз, высокая интенсивность при выполнении упражнений. Имитация фазы финального усилия, а также отдельных элементов техники (общий объем не менее 4 часов, интенсивность выполнения средняя и высокая).

– для развития быстроты необходимо использовать специальные беговые упражнения: бег на отрезках 25–30 м; бег с ускорением на отрезках 50–80 м, бег с низкого и высокого старта на отрезках 20–30 м (без использования стартовых колодок), бег и прыжки через барьеры доступной высоты (общий объем беговой работы около 5 км, при этом в марте объем больше, а интенсивность высокая, в то время как в апреле объем средний, интенсивность выполнения также высокая) [5].

– для развития силы применительно к толканию ядра можно использовать имитацию фазы финального усилия с отягощением (16–24 кг), общий объем – 140 повторений, интенсивность выполнения средняя и высокая. Толкание тяжелого ядра (8–10 кг) с места (общий объем – 80 повторений, в марте средний объем выполнения, в апреле – малый). Броски и толкание набивных мячей или ядер (снизу вперед, назад, через голову, сбоку, толкание двумя руками и одной от груди), метание диска (общий объем – 300 раз, в марте – средний объем выполнения данных упражнений, интенсивность повышенная; в апреле объем снижается, а интенсивность выполнения достигает высоких значений). Жим лежа одной и двумя руками с весом 50–80 % от максимального (общий объем – 26 т, в марте – средний объем выполнения, повышенная интенсивность). Сгибание кисти и пальцев в упоре лежа и вращение кистью гантели весом 5–10 кг до наступления небольшого мышечного утомления (общий объем – 50 повторений данного комплекса упражнений). Поднимание рук из-за головы с отягощением 15–25 кг (общий объем – 70 раз). Наклоны в стороны, повороты и вращение туловища с отягощением 15–20 кг в обе стороны (общий объем – 1000 раз, объем выполнения на данном этапе средний, повышенная интенсивность);

– для развития силы и быстроты разгибания ног (прыгучести) используются прыжки с места и с разбега толчком левой и правой, в высоту и длину, тройной прыжок с места, пятерной (общий объем – 85 отталкиваний, в марте объем выполнения больше, интенсивность высокая; в апреле – средний объем, повышенная интенсивность). Тяга штанги – рывковая, поднимание штанги на грудь и толчок ее от груди (60–80 % от максимального веса (общий объем – 440 кг, в марте – средний объем, повышенная интенсивность; в апреле – средний объем, высокая интенсивность)).

– в качестве средства развития общей выносливости, а также активного отдыха спортсменов рекомендуется использовать бег в медленном темпе (общий объем – 1,5–2 часа, в марте объем выполнения средний, интенсивность также средняя; в апреле – объем кроссовой подготовки меньше, интенсивность весьма небольшая). Лыжные прогулки – только в марте (общий объем – 4 часа). Спортивные игры (общий объем – 5 часов) [6].

– для повышения тренированности, приобретения опыта участия в соревнованиях, воспитания волевых качеств можно проводить контрольные

тренировки и дружественные соревнования в толкании ядра (в марте – 1 старт, в апреле – 1–2 старта).

Проанализировав ряд средств, необходимых для подготовки толкателей ядра на весеннем подготовительном этапе, нами был составлен примерный план недельной подготовки квалифицированных толкателей ядра на данном этапе годичного тренировочного цикла.

*Понедельник.* Бег с ускорениями через 40–50 м (800 м). Бег на 50 метров 2–3 раза. Отжимание в упоре лежа на пальцах – 2 по 10 раз. Толкание ядра с места с акцентом на работу правой ноги и правильный выпуск снаряда – 20 толчков, Толкание ядра с разгона, концентрируя внимание на технике – 20–30 толчков. Старты 6–10 раз по 25 метров в группе метателей. Тренировка с отягощениями (жим штанги, присед).

*Вторник.* Бег 4 по 100 м с заданной скоростью (12–14 с). Отжимание в упоре на пальцах – 3 по 10 раз. Толкание ядра с разгона с акцентом на технику – 10–20 толчков. Скольжение из начального положения при разгоне снаряда (имитационное упражнение), обращать внимание на сохранение равновесия и скорость движения маховой ноги. Бег 6 по 50 м, в быстром темпе.

*Среда.* Бег с ускорением 4–6 раз по 50–60 м. Толкание ядра в круге с разбега, в легком темпе, уделяя внимание технике – 4–6 раз по 10 мин. Непрерывное повторение толчков ядра – 8–10 мин., затем отдых 5 мин. Прыжки через низкие барьеры, расставленные через каждые 1,5–2 метра – 5–7 раз. Прыжки в длину с места – 8–10 раз. Тренировка с отягощениями (рывок, жим, толчки штанги от груди).

*Четверг.* Бег с ускорениями – 4 раза по 30 м. Затем бег на 400 метров попеременно: 20 метров – бег с высоким подниманием коленей и 20 метров – ходьба. Отжимание в упоре на пальцах – 6–10 раз. Толкание ядра с места – 10 толчков и с разбега – 10–20 толчков. Гимнастические упражнения: подъем туловища из положения лежа на скамейке – 3 по 20 сек с интервалом отдыха 2 мин. и подтягивания – 3 по 8–12 раз с интервалом отдыха 1 мин. Толкание набивного мяча в стенку, для развития силы пальцев и кисти. Бег 3 по 120 м, в быстром темпе.

*Пятница.* Бег с ускорениями – 4–6 раз. Толкание ядра с места – 10 толчков и с разгона в полную силу на результат – 6 толчков. Тренировка с отягощениями. Бег вверх по ступенькам стадиона – 2 раза [7].

*Суббота.* Кроссовый бег (15–20 мин). Тренировка с отягощениями (присед, выпрыгивания со штангой на плечах, жим штанги стоя)

*Воскресенье.* Активный отдых.

**Заключение.** Проведенный анализ литературных источников, дневников тренеров и спортсменов позволил выделить ряд средств, необходимых для подготовки квалифицированных толкателей ядра в весеннем подготовительном периоде годичного тренировочного цикла, а также составить примерный

план их недельной подготовки. Выделенные упражнения, несомненно, будут способствовать реализации задач, поставленных на данном этапе подготовки.

- 
1. Теория и методика избранного вида спорта: учеб. пособие для вузов / Т. А. Завьялова [и др.]; под ред. С. Е. Шивринской. – 2-е изд., испр. и доп. – М.: Юрайт, 2018. – 247 с.
  2. Панасюк, Н. Б. Толкание ядра [Электронный ресурс]: курс лекций / Н. Б. Панасюк. – Могилев: МГУ им. А. А. Кулешова, 2021. – 65 с.
  3. Матвеев, Е. Н. Методика преподавания при обучении техники толканию ядра с вращательного разбега / Е. Н. Матвеев // Теория и методика легкой атлетики: история, состояние и перспективы развития: сб. науч.-метод. материалов кафедры легкой атлетики / под ред. Т. А. Краус, А. Л. Оганджанова. – М.: Физическая культура, 2008. – С. 48–53.
  4. Бахри, М. Разработка методики повышения работоспособности метателей при совершенствовании техники (на примере толкания ядра): дис. ... канд. пед. наук: 13.00.04 / М. Бахри. – М., 1984. – 169 с.
  5. Миллер, В. И. Методика совершенствования технической и специальной физической подготовленности в толкании ядра вращательным способом: дис. ... канд. пед. наук: 13.00.04 / В. И. Миллер. – М., 2015. – 158 с.
  6. Позюбанов, Э. П. Метод ударных воздействий как способ развития специальных скоростно-силовых качеств метателей / Э. П. Позюбанов, И. А. Денисов, А. К. Стасюк // Вопросы теории и практики физ. культуры и спорта: респ. межведом. сб. – Минск, 1982. – Вып. 12. – С. 63–66.
  7. Никитушкин, В. Г. Современная подготовка юных спортсменов: метод. пособие / В. Г. Никитушкин. – М., 2009. – 112 с.

**Камолова Д.А., Уткиров Х.Р.**

*Узбекский государственный университет  
физической культуры и спорта  
г. Чирчик, Республика Узбекистан*

**Станкевич Т.И.**

*Учреждение образования «Белорусский государственный  
университет физической культуры»  
г. Минск, Республика Беларусь*

## **ИНДИВИДУАЛЬНЫЙ ПОДХОД К ТЕХНИЧЕСКОЙ ПОДГОТОВКЕ ВЫСОКОКВАЛИФИЦИРОВАННЫХ СПРИНТЕРОВ С УЧЕТОМ ИХ ОШИБОК**

**Аннотация.** В данной статье рассматривается специфика подготовки легкоатлетов специализирующихся в спринтерском беге. Автором выявлены основные ошибки, возникающие у бегунов на короткие дистанции. В учебно-тренировочный процесс включены специальные упражнения для исправления ошибок допускаемых в технике спринтеров, которые способствуют совершенствованию техники бега на короткие дистанции в годичном цикле тренировки.

**Ключевые слова:** индивидуальный подход в тренировочном процессе; ошибки в технике бега; бег на короткие дистанции; повышение эффективности; упражнения для устранения ошибок.

**Введение.** Спринтерский бег является одной из наиболее сложных технических дисциплин, где спортсмену за короткий промежуток времени необходимо преодолеть дистанцию на самой высокой скорости, продемонстрировать стартовую реакцию, высокую координацию движений, скоростную выносливость и совершенную технику бега. Высокие требования к технической подготовке спринтеров, predetermined высокой конкуренцией в данной дисциплине, ставят перед специалистами задачи выявления неиспользованных резервов увеличения скорости в беге на короткие дистанции, в том числе за счет оптимизации индивидуальной техники спортсменов.

В связи с экономическим кризисом заметно уменьшалось финансирование всего спорта в целом, что повлекло за собой не только уход ряда высококвалифицированных тренеров и специалистов в более высокооплачиваемые области, но и ряд проблем организационно-методического характера (проведение учебно-тренировочных сборов, участия в международных соревнованиях и т. д.).

Учитывая все вышесказанное возникают предпосылки к поиску новых путей повышения эффективности тренировочной деятельности легкоатлетов.



В нашем исследовании актуальным является вопрос оптимизации за счет определения ошибок в индивидуальной подготовке легкоатлета.

Анализ рекордов на короткие дистанции по всему миру показал, что у мужчин Усейн Болт установил рекорд в 2009 году. В течении 15 лет никто не превзошел данный результат (таблица 1). Если говорить о рекорде Узбекистана, который был установлен в 1985 году, прошло почти 40 лет [4].

Таблица 1 – Рекорды на короткие дистанции у легкоатлетов

№ п/п	Рекорд	Спортсмен	Дистанция	Время	Дата	Место
	Мировой (мужчины)	Усейн Болт	100 м	9.58 с	2009 г.	Берлин
	Мировой (мужчины)	Усейн Болт	200 м	19.19 с	2009 г.	Берлин
	Мировой (мужчины)	Вэйд Ван Никерк	400 м	43.03 с.	2016 г.	Рио-де-Жанейро
	Мировой (женщины)	Флоренс Гриффит-Джойнер	100 м	10.49 с.	1988 г.	Индианаполис
	Мировой (женщины)	Флоренс Гриффит-Джойнер	200 м	21.34 с.	1988 г.	Сеул
	Мировой (женщины)	Марита Кох	400 м	47.60 с.	1985 г.	Канберра
	Узбекистана (мужчины)	Петр Воробьев	100 м	10.31 с.	1985 г.	Ленинград
	Узбекистана (мужчины)	Олег Журавлев	200 м	20.74 с.	2008 г.	Алматы
	Узбекистана (мужчины)	Сергей Ловачев	400 м	45.37 с.	1984 г.	Киев
	Узбекистана (женщины)	Любовь Перепелова	100 м	11.04 с.	2000 г.	Бишкек
	Узбекистана (женщины)	Эльвира Барбашина	200 м	22.27 с.	1986 г.	Москва
	Узбекистана (женщины)	Марина Шмонева	400 м	50.52 с.	1990 г.	Киев

Как мы видим, результаты недостижимые для узбекских спринтеров. Это приводит к необходимости поиска путей совершенствования тренировочного процесса с учетом их уровня специальной физической подготовленности и индивидуальных ошибок спринтерского бега.

Во многих исследованиях рассматриваются различные аспекты методики воспитания скоростно-силовых качеств у спортсменов, раскрываются эффективные методы и средства развития необходимых качеств на всех этапах многолетней подготовки. Вместе с тем, можно отметить, что

к дифференцированному подходу формирования правильных технических навыков в соответствии с их амплуа, не уделяется достаточно внимания.

**Цель работы.** Повышение эффективности подготовки спринтеров на основе выявления допускаемых ими ошибок и применения, дифференцированного подхода к их исправлению.

**Основная часть.** Организация исследования. Экспериментальное исследование проводилось в период с марта 2022 г. по сентябрь 2023г. В исследовании участвовали 10 спринтеров группы высокого спортивного мастерства (ВСМ) тренера преподавателя Аметова О.О., студенты Узбекского государственного университета физической культуры и спорта (УзГУФКС) г. Чирчик, имеющие I взрослый разряд, кандидаты в мастера спорта, и шестеро из них члены национальной сборной команды Республики Узбекистан. Для совершенствования техники бега спринтеров были выявлены ошибки, допускаемые студентами в технике спринтерского бега и их уровень физических подготовленности. Следующим этапом был подбор индивидуальных упражнений для каждого спринтера с учетом их ошибок и их устранения в учебно-тренировочном процессе.

Для решения поставленных задач использовались следующие методы исследования: анализ научно-методической литературы; педагогические контрольные испытания (тестирование); фото электроника, видео-фото-съемки; педагогический эксперимент; математическая обработка данных исследования.

**Результаты исследования и их обсуждения.** Анализ научно-методической литературы показал, что дифференциация и индивидуализация учебно-тренировочного процесса представляется одной из форм управления подготовкой, в основе которой лежит учет особенностей и возможностей конкретных спортсменов при планировании средств и методов тренировки.

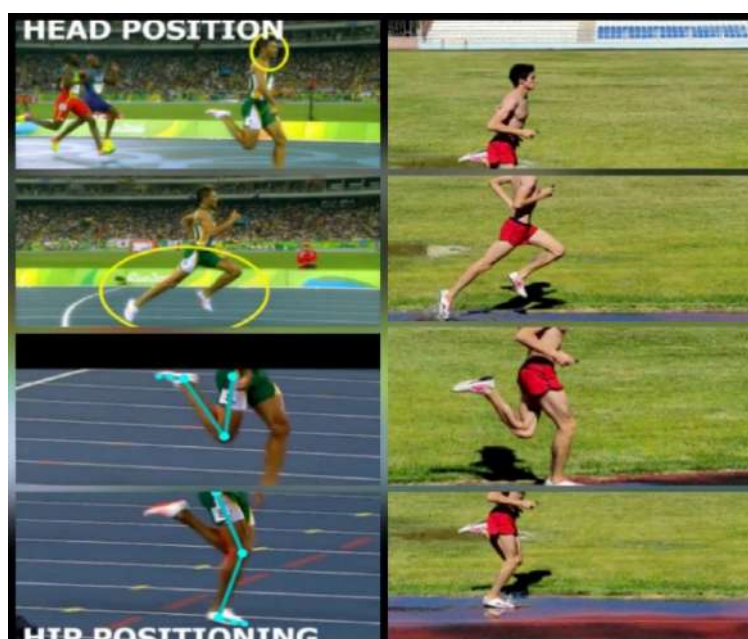
Следовательно, процесс подготовки спринтеров должен включать следующие этапы: сбор информации о спортсмене (данные физической, технической подготовки и подготовленности и т. д.); анализ полученной информации, в данном случае идет речь о технической подготовки в соответствии модельными и кинематическими характеристиками бега на короткие дистанции; принятия решения тренера о стратегии внесения изменений в техники подготовки; реализация тренировочной программ и планов подготовки спринтеров; контроль хода реализации и результаты эффективности в достижении спортивных результатов [2].

Перед началом эксперимента было проведено тестирование с целью выявления исходного уровня специальной физической подготовленности спортсмена. Исследование было разделено на несколько этапов.

В ходе исследования технической подготовки спортсменов (фотосъемок и экспертная оценка тренера) у студентов-спринтеров были выявлены индивидуальные ошибки (рисунок 1, рисунок 2).

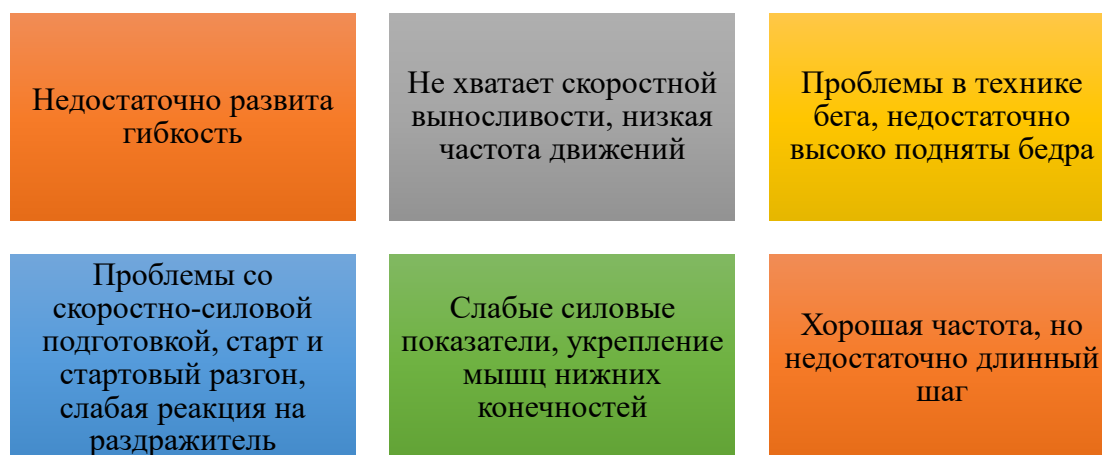


**Рисунок 1 – Короткие шаг при выходе со старта, слабая реакция на раздражитель**



**Рисунок 2 – Проблемы в технике бега, отклонение корпуса назад при беге на 400 м, сильное захлестывание голени**

В ходе эксперимента оценки спринтерского бега у всех атлетов исследуемой группы имелись ошибки: недостаточно развита гибкость; не хватает скоростной выносливости; низкая частота движений; проблемы в технике бега, недостаточно высоко подняты бедра; проблемы со скоростно-силовой подготовкой, старт и стартовый разгон; слабая реакция на раздражитель; слабые силовые показатели, укрепление мышц нижних конечностей; хорошая частота, но недостаточно длинный шаг (рисунок 3).



**Рисунок 3 – Структура ошибок в исследуемой группе до эксперимента**

Таким образом, выявленный нами перечень ошибок в фазах старта, стартового разгона и бега по дистанции, определил слабые места в технической подготовке легкоатлетов-спринтеров. С целью устранения недочетов, нами были разработаны комплексы упражнений на отработку определенных элементов техники бега.

Нами был проведен комплекс упражнений по устранению ошибок который предполагал: во первых использовались упражнения на растяжку (стретчинг), ОРУ, гимнастические упражнения, наклоны вперед, назад, боковые, шпагаты, мостики, акробатические упражнения, движения с помощью партнера или внешнего сопротивления; во вторых повторный бег: 6×60м, 6×100м через короткий промежуток отдыха, так же бег на 150 м последние 50 м – на время с ходу, бег на 500 м – последние 100 м – прыжки с ноги на ногу. Прыжки и прыжковые упражнения, силовые упражнения с отягощением, прыжки через барьеры на двух ногах; в третьих бег через мини барьеры, упражнения с резиной, бег с высоким подниманием бедра, прыжки через барьеры на двух ногах; Упражнения, выполняемые с заданной интенсивностью с максимальной скоростью повторным и интервальным методами. Спортивные скоростные игры, эстафетный бег, прыжковые упражнения на одной и двух ногах. Силовые тренировки (рывок+толчок), низкий старт (н/с) с отягощением, с резиной и н/с на яме с песком, прыжки с возвышенности вниз с выпрыгиванием как на одну, так и на вторую ногу; в четвертых совместная работа с тренерами по пауэрлифтингу, базовые упражнения со штангой: приседы, рывки и т. д, прыжки и прыжковые упражнения, запрыгивания со штангой на плечах на тумбу, бег с отягощениями, бег в горку; в пятых Развитие качества гибкости, бег через мини барьеры, бег по отметкам, прыжки через барьеры на двух ногах.

После применения в тренировочном процессе методов и средств, направленных на устранение индивидуальных ошибок каждого студента, произошли следующие изменения. Самый большой прирост был в силовых

упражнениях, он составил – 6,1 %, упражнения на взрывную силу – рывок на 5 % и взятия на грудь на 3,1 %, при определении скоростно-силовых качеств прирост составил – 3,1 %. Так же мы можем подтвердить результаты в избранном виде – улучшения у всех исследуемых, значительные у имеющих КМС. Из четверых КМС двое выполнили норматив МС. Из шестерых перворазрядников трое выполнили норматив КМС (таблица 2).

Таблица 2 – Средние показатели физической подготовленности бегунов на короткие дистанции в исследуемой группе (в начале и конце)

№ п/п	Параметры	В начале	В конце
1.	30м с\х.	2,98 с	2.90 с
2.	30м со старта	3.62 с	3.50 с
3.	Прыжок с места	276 см	287 см
4.	300м	36.8 с	36.1 с
5.	Приседы со штангой	104 кг	110 кг
6.	Взятие на грудь	76 кг	80 кг
7.	Рывок	52 кг	57 кг

**Закключение.** Анализ научно-методических литературных данных и обобщение практического опыта показал, что вопросы, связанные с техникой и исправлением ошибок в технике бега на короткие дистанции и подборе средств и методов, включаемых в спортивную тренировку для исправления индивидуальных ошибок недостаточно широко раскрыты.

Подтвердились высказывания, что приобретенные с детства ошибки (в технике бега) трудно поддаются исправлению. Четверым из участвующих в исследовании так и не удалось улучшить технику бега, т. е. динамический стереотип, закрепленный с юности, остаются на долго.

Анализ особенностей физической подготовленности бегунов на короткие дистанции в исследовательской группе быстроты, скоростно-силовых и силовых качеств, большие сдвиги произошли к КМС, чем у спортсменов I спортивного разряда, т. е. у них были зафиксированы незначительные темпы роста исследованных показателей физической подготовленности. Так, наибольший прирост показателей в беге на 30 м с ходу и со старта произошли у КМС, со старта – 2,8 % и 2,5 % с ходу. Результаты прироста показателей прыгучести, также наиболее высоки у спринтеров имеющих КМС. По тесту прыжок в длину с места – 3,1 %, а приседы со штангой – 6.1 %. Во всех видах силовых упражнений значительно улучшили рост мышечной силы, что указано в таблице № 2.

В результате исследования были отобраны специальные упражнения для исправления ошибок допускаемых в технике спринтеров, которые применялись индивидуально-дифференцированно, соответственно, для каждого исследуемого:



Внедрение в практику учебно-тренировочного процесса дифференцированного (индивидуального) подхода, при совершенствовании техники бега и развития необходимых скоростно-силовых качеств бегунов на короткие дистанции способствовало повышению результативности их выступления на соревнованиях. Из четырех КМС двое выполнили норматив МС, а из шести перворазрядников трое выполнили КМС.

1. Журбина, А. Д. Планирования средств физической подготовленности в учебном процессе студентов / А. Д. Журбина, В. И. Шалупин // Сб. ст. XIX Междунар. науч. конф., Белгород, 25–26 2023 г. – С. 213–219.
2. Сергеев, О. В. Методика формирования стрессоустойчивости у легкоатлетов-спринтеров / О. В. Сергеев, И. В. Манжелей // Физическая культура: воспитание, образование, тренировка. – 2017. – № 6. – С. 34–36.
3. Организационно-методические основы подготовки спортивного резерва: монография / Н. Г. Никитушкин [и др.]. – М.: Советский спорт, 2005. – 232 с.
4. Шакиржанова, К. Т. Киска масофага югуриш машгулоти ургатиш услубияти ва техникаси асослари. Укув-услубий кулланма / К. Т. Шакиржанова, Н. Т. Тухтабоев. – Ташкент, 2012. – 268 с.

**Клюева А.Д., Заколотная Е.Е., канд. пед. наук, доцент**

*Учреждение образования «Белорусский государственный университет физической культуры»  
г. Минск, Республика Беларусь*

## **НРАВСТВЕННЫЙ АСПЕКТ ЛИДЕРСТВА В ДЕТСКОМ КОЛЛЕКТИВЕ**

**Аннотация.** В данной статье рассмотрены особенности работы с лидерами в коллективе класса. Педагогу важно знать, что наличие лидера не должно исключать участие в жизни класса и мнение других учеников. Лидер должен стараться учитывать мнения и потребности всех участников класса. Поведение лидера на уроках – отправная точка для поведения большинства учеников класса.

**Ключевые слова:** семья; лидерство; коллектив; качества личности; нравственность.

**Введение.** Лидерство – отношения доминирования и подчинения в системе межличностных отношений в группе. Лидерами не рождаются, лидерами становятся, и развить в ребенке те или иные качества реально. Если



он позволяет себе шутить и не слушать учителя, это принимают остальные. Если он сосредоточен, дисциплинарных проблем в классе меньше, а нарушителей одергивают ровесники.

Полномочия лидера шире, чем у остальных учеников. Лидер озвучивает причины недовольства свои и класса. Он предлагает новое. В спорной ситуации ждут его реакции. Решение лидера принимает весь класс. Он способен взять ответственность за себя и за группу людей. С ним стремятся общаться, на него обращают внимание и его обсуждают [1].

Вообще слово лидерство (leadership) произошло от английского глагола «lead», что значит «вести». Если понятие лидерства уходит своими корнями в ведение, значит, есть ведущий, то есть лидер, и есть ведомые – те, кто следует за лидером. Легко согласиться, что настоящий лидер должен иметь последователей [2].

Как бы человек не стремился стать лидером, он им никогда не станет, если окружающие не воспримут его как лидера. К числу наиболее часто упоминаемых личностных черт относятся: доминантность, уверенность в себе, эмоциональная уравновешенность, стрессоустойчивость, креативность, предприимчивость, ответственность, надежность в выполнении задания, независимость, общительность. Разумеется, с готовым набором этих качеств человек не рождается. Все они представляют собой уникальный сплав, как природных особенностей человека, так и социально-исторических условий его жизни. Желание быть лидером присуще не малому числу людей. Но одного только желания и даже усилий по его реализации все же оказывается еще недостаточно. В качестве лидера человек должен быть, прежде всего, воспринят членами своей группы. Что же лежит в основе подобного восприятия? Почему именно в одном из членов группы коллеги склонны усматривать лидера, а в другом – нет? Лидерство возникает в системе неформальных, неофициальных отношений. Одни отношения могут носить преимущественно деловой характер, и связаны с решением основной стоящей перед группой задачи – так называемые деловые неформальные отношения. Другой тип неформальных отношений носит преимущественно эмоциональный характер, будучи связан не только с процессом труда, сколько с различными формами межличностного общения членов коллектива. В этом случае мы говорим о системе отношений неформального эмоционального плана.

Учитель, воспитатель, вожатый – постоянный руководитель общения, коммуникативный лидер. Любая наша задача решается в процессе взаимодействия, психологическая роль в группе определяется именно умением общаться. Подлинный учитель-лидер знает: ребятам нравится уверенность и немногословность, а если обнаружишь сомнение – ничего не добьешься. Речевая манера, жесткость режиссуры, точность формулировок, негромкая и неторопливая значительность речи, исключая суетливость

и непоследовательность, – все это черты подлинного лидера, совершенно необходимые для педагога. Мы даем ребятам возможность высказаться, творить, проявлять себя, но направляющая воля должна угадываться во всем, иначе возникнет анархия. Здесь, как и во всем, нужна мера: избыток авторитаризма подавляет, отчуждает, акцентированная демократичность может вызвать панибратство. Если лидер оказался втянутым в спор, что бывает крайне редко, он ничего не будет страстно доказывать, не станет угрожать, оправдываться, убеждать. Наоборот, он предоставит оппоненту право высказываться, будет ждать его суждений, аргументов, будет больше спрашивать, чем отвечать, ибо вопрос – самая выгодная позиция в споре. Лидер помнит: в споре нельзя торопиться, оправдываться, угрожать, что-либо внушать.

Итак, за собой ведет тот, чья идея наиболее привлекательна, чей образ наиболее полно воплощает общие представления об идеале. Но эта идея и этот образ имеют и соответствующую речевую маску, позволяющую быть всегда впереди. Если нет вдохновляющей идеи – лидер не состоялся [1–5].

Проблема лидера и лидерства в ученическом коллективе – одна из самых острых, актуальных в современной школе. Лидер в классе – опора классного руководителя. Лидеры – это ребята, которые самым естественным образом организуют своих сверстников, способствуют утверждению социально значимых ценностей и ориентации. Без воздействия через лидеров, любой коллектив, в том числе и коллектив детей невозможно настроить на достижение необходимой коллективу цели [4].

Цель исследования заключалась в выявлении положительных и отрицательных аспектов лидерства в коллективах класса учреждения общего среднего образования.

**Методика и организация исследования.** В исследовании приняли участие учащиеся пятого класса учреждения общего среднего образования г. Минска. Методы исследования: наблюдение, беседа, воспитывающие ситуации.

**Результаты исследования и их обсуждение.** Что лидерство может быть проблемой практикант выявила, когда приступила к педагогической деятельности на производственной педагогической практике в пятом классе одной из столичных школ. Из беседы с классным руководителем и другими педагогами была получена следующая информация: ученик 5 «А» класса обучался в учреждении общего среднего образования с первого класса; начальную школу окончил по общеобразовательной программе на отлично; семья полная, родители играют важную роль в жизни ребенка; воспитанию сына родители уделяют достаточно внимания: всегда посещают родительские собрания, проверяют дневник, следят за успеваемостью в школе; мама помогает готовиться к урокам, занимается с ним дополнительно, создает все условия для развития ребенка; папа контролирует поведение сына.

Физическое развитие соответствует возрастной норме. Состояние здоровья хорошее, активно занимается физкультурой и спортом. В процессе наблюдения за учеником на уроках и вне уроков практикантом выявлено, что в контакт вступает легко; очень общителен, жизнерадостный; постоянно находится в окружении одноклассников; повышенная работоспособность, быстро осваивает программный материал; всегда поможет одноклассникам в трудную минуту. Ученик всегда опрятный, любит чтобы все находилось на своем месте. Ответственно подходит к выполнению классных и школьных заданий. Выдвигает идеи как лучше сделать, выступить. В классе является неформальным лидером. На замечания учителей реагирует адекватно, считает их объективными. Энергичный, отзывчивый и доброжелательный мальчик. Принимает активное участие в организации и проведении различных мероприятий, как классных, так и общешкольных. Любит находиться в центре внимания, как одноклассников, так и учителей. В классе его мнение уважают и зачастую прислушиваются к нему.

В психолого-педагогической характеристике личности ученика, которую должны были составить практиканты по результатам прохождения производственной педагогической практики, в выводах и рекомендациях есть такие требования: указать основные достоинства и недостатки формирующейся личности учащегося, причины (внутренние и внешние) имеющихся недостатков. Поскольку идеальных людей нет, недостатки есть у каждого, их нужно было выявить с целью дальнейшего совершенствования личности ребенка. При идеальной характеристике лидера пятого класса, которую ему дали учителя, оказалось, что не все так однозначно. Проблема заключалась в том, что ученик присвоил себе руководящую роль не только среди своих одноклассников, но и среди некоторых преподавателей.

На уроках по физической культуре, которые проводила практикант он практически исключил ее из учебного процесса: самостоятельно проводил строевые и общеразвивающие упражнения; следил за правильностью их выполнения; делал замечания своим одноклассникам; всегда вызывался быть главным в какой-либо игре и ребята это поддерживали. В первую очередь, такое поведение ученика поддерживал сам учитель по физической культуре, не давая возможности практиканту выполнять свои прямые обязанности. Практикант пыталась занять место учителя по физической культуре на период практики и выполнять его функции, но дети ее не слушали, шумели, ждали, когда их начнет успокаивать и раздавать команды «самозванец-учитель». Ученику были отданы практически все полномочия учителя, которыми он с удовольствием пользовался на каждом уроке, являясь неформальным лидером класса.

«Формальное» лидерство связано с установленными правилами назначения руководителя и подразумевает функциональное отношение. «Неформальное» лидерство возникает на основе личных взаимоотношений

участников. Поэтому в школьных классах официальный лидер, занимающий руководящие должности, не всегда бывает самым авторитетным человеком в коллективе. Иногда его выдвигают не столько сами ребята, сколько взрослые; вот почему классный руководитель либо должен очень хорошо знать своих учеников, либо предоставлять им возможность самим выбирать старосту класса. Если же староста не будет являться одновременно и «неформальным» лидером, то человек, пользующийся большим авторитетом у учеников, будет деструктивно влиять на коллектив и эффективность результативности деятельности педагога и обучающихся будет невысокой. Вполне может возникнуть конфликт между формальным и неформальным лидером. Поэтому очень важно, чтобы учителя имели представления о том, кто же на самом деле является лидером класса [2].

Одноклассники привыкли к наличию лидера в классе и охотно подчинялись его требованиям. Формальный лидер – староста класса не имела влияния на одноклассников. Ее функции ограничивались выполнением поручений классного руководителя.

Практикант, чтобы понять причину такой активности ученика посетила уроки классного руководителя. Когда на ее уроках ребята так шумели, что невозможно было услышать, что говорила учитель – взрослая женщина пенсионного возраста, то она просила неформального лидера успокоить класс. Ребенок быстро реагировал на просьбу, вместо преподавателя повышал голос на ребят, что бы они успокоились, и одноклассники всегда слушали мальчика и успокаивались. Учитель фактически отказалась от своих обязанностей и «отдыхала» на уроках пятого класса, так как лидер хорошо справлялся с руководящей ролью; на уроке вела диалог только с ним, мало обращая внимание на одноклассников лидера. Даже если такое поведение учителя сознательное и такая «методика» применяется для того чтобы развивать лидерские качества, уверенность в себе и коммуникативные навыки ученика, занимающего роль лидера, то в таком случае страдает весь образовательный процесс и все учащиеся класса. А возможно учитель хочет просто переложить все свои обязанности на этого ученика, так как учащиеся недостаточно заинтересованы в уроке, им скучно, неинтересно, непонятно, поэтому они не слышат учителя. В любом случае это вина самого учителя. Обязанности педагога по любой учебной дисциплине заключаются в создании условий для проявления интереса к уроку, а не в заигрывании с лидерами класса.

Причин, по которой ребенок станет претендовать на роль родителей и преподавателей, выполняя их функции, несколько. Одна из распространенных ловушек в том, что родители детей-лидеров иногда ощущают себя в чем-то слабее собственного ребенка и отказываются от воспитательной функции по отношению к нему. Между тем каждый ребенок нуждается в авторитетах, образцах для подражания. Неправильное поведение родителей

в семье подготавливает благодатную почву для проявления лидерства со знаком минус, например, приказной тон, причем не только среди сверстников, но и в кругу семьи; своеволие, упрямство, агрессия в ответ на любые ограничения. Подобное поведение часто путают с лидерством и называют проявлениями сильного характера. И тогда родители, хоть и страдают от такого поведения детей, но в глубине души гордятся силой характера, раскованностью и энергией своего ребенка. Лидерство со знаком минус формируется и тогда, когда отцы прибегают к авторитету подавления ребенка. По каждому поводу такой отец раздражается, сердится, повышает голос не только на ребенка, но и на других членов семьи.

Не лучше ситуация, когда в семьях родители все разрешают ребенку. Малыш живет в атмосфере исполнения любой его прихоти, каприза. Дети командуют родителями, капризничают, упрямятся, требуют недозволенно.

Что касается конкретного ребенка-лидера, то практикант в беседе с ним выяснила, что его отец в силу своей профессиональной деятельности часто отсутствует дома. Воспитанием сына занимается в основном мать. Когда отец на недолгое время появляется дома, он задабривает сына подарками. Мальчику нравится, что его отец властный человек. «Отец-праздник» позволяет ребенку делать, все, он захочет и на замечания жены в присутствии ребенка реагирует достаточно негативно. В беседе с учеником выяснилось, что он хочет быть похожим на папу, потому что ему нравится всеми командовать, и чтобы все ему подчинялись. Такую тактику поведения ученика в школе поощряют некоторые педагоги, которые дают ему возможность отработывать ее с одноклассниками в полной мере.

Авторитет взрослого является основой воспитания. Важно создавать эмоционально положительную атмосферу в семье, соблюдать педагогический такт в отношениях друг с другом, с детьми. Требовательное отношение к себе – основа авторитета родителей. У взрослых не должно быть расхождения между словом и делом.

Влияние лидера на коллектив сверстников может быть, как положительным, так и отрицательным. Отрицательное влияние выражается в давлении, навязывании своих ценностей, а положительное влияние проявляется, когда лидер призывает одноклассников участвовать в жизни школы, подает хороший пример и т. п. Заметив негативное влияние лидера на класс, учитель должен принять меры. Унижать такого ученика нельзя, чтобы не настроить против себя класс.

**Заключение.** Обстановка в семье воздействует на ребенка независимо от субъективных желаний родителей, зачастую даже вопреки этим желаниям. Иногда родители стараются скрыть от детей свои несогласия, ссоры. Но ребенок очень чуток к изменению общего настроения в семье, к малейшему проявлению лжи и обмана. Таким образом, существует закономерная связь между психологическим климатом в семье и результатами



воспитания детей. Важным условием успешного воспитания детей является авторитет родителей.

Что касается учителя, то он должен быть авторитетной фигурой в классе, не перекладывать свои обязанности на учащихся; должен устанавливать границы, определенные правила и нормы поведения в классе, что помогает учащимся понять, что допустимо, а что нет.

Классный руководитель должен быть лидером в классе. Лидер – это тот, к кому обращаются в надежде быть выслушанными, если кто-то не уверен в своем праве делать окончательные суждения. Способность руководить – это способность знать мнение всех и каждого, синтезировать их, чтобы потом принять необходимые решения.

- 
1. Холодов, Ж. К. Теория и методика физического воспитания и спорта: учеб. пособие для студентов высш. учеб. заведений, обучающихся по спец. «Физ. культура» / Ж. К. Холодов, В. С. Кузнецов. – 7-е изд., стер. – М.: Академия, 2009. – 480 с.
  2. Белановская, О. В. Психология личности: учеб. пособие / О. В. Белановская. – Минск: БГПУ им. М. Танка, 2001. – 226 с.
  3. Ананьев, Б. Г. Психологическая структура личности и ее становление в процессе индивидуального развития человека / Б. Г. Ананьев // О проблемах современного человекознания. – М.: Мысль, 1977. – С. 187–274.
  4. Питина, Т. П. Лидерские качества как важная составляющая личности современного учителя [Электронный ресурс]. – Режим доступа: <https://cyberleninka.ru/article/n/liderskie-kachestva-kak-vazhnaya-sostavlyayuschaya-lichnosti-sovremennogo-uchitelya>.
  5. Москвин, С. Н. Управление человеческими ресурсами в образовательной организации: учеб. пособие для вузов / С. Н. Москвин. – 2-е изд., испр. и доп. – М.: Юрайт, 2024. – 142 с.

**Кожедуб М.С., Севдалев С.В., канд. пед. наук, доцент,  
Мудрагель К.О.**

*Учреждение образования «Гомельский государственный  
университет имени Ф. Скорины»  
г. Гомель, Республика Беларусь*

## **СПОРТИВНАЯ СРЕДА ГГУ ИМЕНИ Ф. СКОРИНЫ КАК ДОРОЖНАЯ КАРТА ПОВЫШЕНИЯ МОТИВАЦИИ СТУДЕНТОВ К АКТИВНОЙ ФИЗКУЛЬТУРНО- СПОРТИВНОЙ ДЕЯТЕЛЬНОСТИ**

**Аннотация.** В данной статье представлен широкий спектр воспитательного потенциала физкультурно-спортивной деятельности студентов ГГУ им. Ф. Скорины, способствующий укреплению и сохранению здоровья, необходимому уровню информационного обеспечения в вопросах двигательной активности и здорового образа жизни, всестороннему развитию физических, психических и нравственных качеств личности студентов.

**Ключевые слова:** университет (ГГУ); физическая культура; спорт; деятельность; студент; воспитание; сохранение здоровья.

**Введение.** Нашу эпоху сопровождает поразительная тенденция к существенным изменениям в традиционной организации общества, вызванным высокими темпами современной жизни. Из-за потери духовных и моральных ценностей человеческая жизнь приобретает все более хаотичный, быстротечный и нестабильный характер. С каждым новым поколением приходят изменения в моральные и социальные нормы общества, которые определяют отношения и поведение его членов, поскольку они воплощают инновационные концепции в жизнь [1].

Молодежь, находящаяся в процессе становления и непрерывной трансформации, играет важную роль в общественном развитии, обеспечивая его динамику и воспроизводство. Этот сегмент общества, в большей степени, не поддающийся систематическому контролю, также является носителем нереализованных потенциалов и свободы. И, именно поэтому, так важно сегодня обеспечить благоприятные условия для получения студенческой молодежью знаний, которые являются главной индивидуальной ценностью в XXI веке [1, 2].

Сегодня очевидно, что в образовательной сфере все больше внимания уделяется воспитанию, направленному на общекультурное развитие студентов и формирование новых духовных ценностей, которые служат основой для их профессиональной подготовки. В этом контексте важно отметить значительный воспитательный потенциал физкультурно-спортивной

деятельности, способствующей укреплению здоровья, поддержанию необходимого уровня информированности о вопросах физической активности и здорового образа жизни, а также всестороннему развитию физических, психических и нравственных качеств личности [1–4].

Преимущественной педагогической особенностью физкультурно-спортивной деятельности является возможность в процессе ее реализации каждым студентом осознать свою уникальность и место в профессиональной деятельности, выбрать формы и методы социально-культурного взаимодействия, а также развивать свои креативные, организаторские, эмпатические, лидерские качества, коммуникативную культуру [3].

Цель исследования заключается в изучении широкого спектра воспитательного потенциала физкультурно-спортивной деятельности студентов ГГУ им. Ф. Скорины, способствующий укреплению и сохранению здоровья, воспитанию и развитию студенческой молодежи.

Результаты исследования и их обсуждение. В Гомельском государственном университете имени Ф. Скорины создана современная материально-техническая база для занятий физической культурой и спортом. В учебно-спортивном комплексе, оснащенном современным профессиональным спортивным оборудованием, студенты занимаются игровыми видами спорта, спортивными единоборствами, различными видами фитнеса.

Для студентов с отклонениями в состоянии здоровья организованы занятия в зале оздоровительной физической культуры. С раннего утра и до позднего вечера любители упражнений с отягощениями тренируются в тренажерных залах спортивного комплекса, созданных руками преподавателей. На спортивных площадках университета регулярно проводятся различные соревнования между учебными группами и факультетами. Недавно введены в эксплуатацию новые спортивные залы, где проводятся секционные занятия по тяжелой атлетике, гиревому спорту и пауэрлифтингу. Кроме обязательных занятий по физическому воспитанию, здесь организуются спортивно-массовые мероприятия для студентов университета, в том числе, проживающих в общежитиях.

В рамках учебного курса по физическому воспитанию со студентами проводятся лекции и беседы по организации самостоятельных физкультурных занятий, мероприятий по здоровому образу жизни, режиму физических нагрузок. Студенты имеют возможность не только систематически заниматься физической культурой и спортом, но и приобретать навыки организации массовой оздоровительной работы, широко и активно использовать средства физической культуры и спорта в системе организации труда с учетом будущей профессии.

На занятиях по физическому воспитанию студентам разъясняется значение физической культуры, прививаются знания о правильном построении оздоровительно-тренировочного процесса с учетом состояния здоровья

и профессиональной деятельности, о поддержании своего физического состояния и функциональных возможностей на должном уровне. Содержание лекций-бесед включает специальную информацию о современных подходах к профилактике различных нарушений в состоянии здоровья средствами физической культуры, о двигательном режиме как составляющей части здорового образа жизни. В процессе освоения материала студенты получают сведения о факторах, формирующих здоровье человека, и расширяют знания об организации занятий физическими упражнениями и рациональному питанию различных возрастных групп.

Факультетом физической культуры проводится большая работа в сфере популяризации здорового образа жизни, ориентированная на укрепление здоровья, всестороннее и гармоничное развитие физических способностей, повышение работоспособности и успеваемости.

Так, кафедрой физического воспитания и спорта для студентов 2 курса факультетов университета организовывается поход выходного дня с посещением мемориального комплекса «Партизанская Криничка». Также регулярно проводятся соревнования между факультетами по туристическим навыкам, посвященные Дню Победы. Популярны в студенческой среде легкоатлетические и велосипедные пробеги, посвященные памятным датам.

Наши студенты занимаются в 22 спортивных секциях по 14 видам спорта, среди которых: дзюдо, каратэ, настольный теннис, волейбол, баскетбол, футбол, велоспорт, силовая гимнастика, аэробика и т. д. На постоянной основе проводится первенство университета среди факультетов по различным видам спорта и спортивно-массовые мероприятия среди студентов, проживающих в общежитиях.

Ежегодно среди иностранных студентов проводится Кубок ректора по мини-футболу, посвященный международному дню студенческого спорта. В этом учебном году более 250 человек участвовали в мероприятии по сдаче норм Государственного физкультурно-оздоровительного комплекса РФ. В апреле 2024 года запланировано проведение турнира по настольному теннису и бадминтону на призы Института Конфуция.

В рамках спортивно-комплексного мероприятия «Недели спорта и здоровья» ежегодно проходят следующие мероприятия: матчевая встреча по мини-футболу среди преподавателей и иностранных студентов, мастер-класс по дзюдо для студентов факультета физической культуры с чемпионом Олимпийских игр И. Макаровым, экскурсия для студентов 1 курса в музей-лабораторию «Спортивной славы Гомельщины», турнир по бадминтону среди преподавателей и студентов, велопробег по местам памяти боевой славы.

Более 200 студентов в составе сборной команды университета отстаивают честь университета в соревнованиях Республиканской универсиады.

Спортивные команды университета приняли участие во Всебелорусской студенческой лыжне, городской и областной лыжне, Минском, Брестском, Гомельском и Сожском полумарафонах, Спартакиаде союзных государств, патриотическом велопробеге, спортивной эстафете, посвященной 10-й годовщине создания Следственного комитета РБ, и других спортивно-массовых мероприятиях.

На факультете физической культуры более 50 лет назад был создан музей спортивной славы Гомельщины. За время его существования собран уникальный исторический материал о зарождении спортивного движения в Гомеле, о спортивных достижениях наших земляков в послевоенные годы и в период суверенной Беларуси.

Достойное место в экспозиции музея занимают редчайшие фотографии 20–40-х гг., на которых запечатлены руководители, члены первых спортивных кружков и спортсмены г. Гомеля, их грамоты, наградные листы, а также медали, кубки, памятные призы, спортивный инвентарь и личные вещи, переданные спортсменами, прославившими нашу область и страну на международных спортивных аренах и олимпийских играх разных лет.

На базе музея проводятся учебные занятия-экскурсии со студентами специальности «Физическая культура» и «Спортивно-педагогическая деятельность» по учебным дисциплинам «История физической культуры и спорта», «Цивилизация и олимпизм». Функционирует студенческая научно-исследовательская лаборатория «Старт», целью которой является привлечение студенческой молодежи к участию в творческой и научно-исследовательской деятельности в области истории развития и становления физической культуры и спорта в Гомельской области.

Для студентов и школьников организовываются обзорные и тематические экскурсии, в ходе которых они знакомятся с выдающимися выпускниками факультета и их достижениями, известными спортсменами прошлого и настоящего, нашими земляками.

С экспозицией музея знакомятся слушатели Института дополнительного образования и члены делегаций, посещающих с рабочими визитами университет. Участвует музей и в выездных выставках.

Более пяти лет осуществляет информационную деятельность в сфере популяризации физической культуры и здорового образа жизни «Спортивный пресс-центр ГГУ». Проводится активная работа по сбору, обработке и периодическому распространению актуальной информации о спортивных событиях в стране и мире, участие в которых принимают наши студенты. В статьях, размещаемых на официальном сайте, подробно освещаются итоги соревнований, проходящих в рамках Республиканских универсиад и других спортивных мероприятий. Публикуются интересные интервью с успешными спортсменами – студентами нашего университета.



**Заключение.** Таким образом, можно констатировать, что в университете созданы все условия для вовлечения максимального числа студентов в активную физкультурно-спортивную деятельность, способствующую всестороннему, целостному развитию личности. Очевидно, что спортивная среда университета удовлетворяет всему спектру потребностей студентов в сфере физической культуры и спорта. И, что особенно важно, воспитательный потенциал векторов деятельности, направленной на развитие и популяризацию физической культуры и спорта среди студентов, способствует формированию мировоззрения молодежи, содействует их устремлению к достижению физического, духовного и социального благополучия, развивает ценностное отношение к будущей профессии.

- 
1. Кожедуб, М. С. Взаимосвязь психологического климата в учебной группе с мотивацией студентов к обучению / М. С. Кожедуб // Эпоха науки. – 2021. – № 28. – С. 311–316.
  2. Шаповал, Е. А. Влияние Интернет-сетей на виртуальную социализацию молодежи и формирование ценностных ориентиров современной молодежи в РФ // Социодинамика. – 2019. – № 12. – С. 170–177.
  3. Хузина, Г. К. Роль физической культуры и спорта в духовном воспитании личности / Г. К. Хузина, И. О. Валиуллина // Актуальные исследования. – 2020. – № 4 (7). – С. 62–64.
  4. Яковлев, А. Н. Потребностно-мотивационные особенности физкультурно-спортивной деятельности студенток различных вузов / А. Н. Яковлев, Е. П. Врублевский, С. В. Севдалев // Сб. науч. ст. к 70-летию факультета физ. культуры. – Гомель, 2019. – С. 224–228.

**Курбацкий А.П., Баранаев Ю.А., канд. пед. наук, доцент,  
Станкевич Т.И., Харитонов Е.С.**

*Учреждение образования «Белорусский государственный  
университет физической культуры»  
г. Минск, Республика Беларусь*

## **ПРИМЕНЕНИЕ ИНТЕГРИРОВАННОГО ПОДХОДА В СПОРТИВНОМ ОТБОРЕ ДЕТЕЙ (ХОККЕЙ С ШАЙБОЙ)**

**Аннотация.** В данной статье рассматриваются проблемы и возможные решения спортивного отбора и ориентации в государственных учреждениях общего среднего образования на примере хоккея с шайбой. Основу содержания работы составляет разработанный авторами протокол тестирования для спортивного отбора и ориентации. Представленный протокол включает в себя три типа диагностики спортивной предрасположенности: биодиагностический, психодиагностический и спортивно-интегрированный. Разработка данного протокола направлена на использование учителями физической культуры, тренерами, родителями и позволит определить наиболее подходящий вид спорта для конкретного ребенка.

**Ключевые слова:** отбор и спортивная ориентация; тестирование; учитель физической культуры; учащиеся; тренер; спортсмен.

**Введение.** В настоящее время для достижения выдающихся спортивных результатов в профессиональном спорте необходимо учитывать все критерии подготовки спортсменов начиная с грамотного спортивного отбора.

Для увеличения процента остающихся спортсменов в выбранном виде спорта стоит уделить внимание их предрасположенности к определенному виду спорта. Очень часто наблюдается, что ребенок показывает большие результаты на ранних этапах многолетней подготовки, и только во взрослом спорте ощущает отставание от других спортсменов. Одним из наиболее существенных аспектов является предрасположенность к выбранному виду спорта.

Выбор спорта начинается с отбора и спортивной ориентации, цель которых заключается в поиске наиболее перспективных спортсменов, которые успешно усваивают учебно-тренировочный процесс и показывают высокие спортивные результаты в конкретном виде спорта.

Выбор неподходящего вида спорта может привести к замедлению развития тренированности спортсмена, психологического выгорания, а в дальнейшем и завершение занятием спортом.

Так, только 2 % учащихся специализированных учебно-спортивных учреждений достигают вершин спортивного мастерства. И только 10 % показывают результат в взрослом спорте [1].

Чем выше квалификация спортсмена, тем больше требований предъявляет спорт. Несоответствие к виду спорта может сыграть ключевую роль в спортивном результате. Иными словами, если соревнуются два спортсмена приблизительно одинакового уровня подготовленности, то одержать верх будет проще тому спортсмену, который предрасположен к виду спорта больше.

Таким образом рациональная система отбора позволит сформировать учебно-спортивные группы из талантливых и перспективных учеников и помогает определиться ребенку и родителям с видом спорта, который является наиболее подходящим.

**Актуальность.** В настоящее время имеется необходимость оснастить учителей физической культуры, тренеров и родителей наиболее современными методиками по спортивному отбору и ориентации. При этом существует множество методик для спортивного отбора [2, 7, 3], однако большинство из них не имеет широкого применения, так как требует специальных знаний и умений, а их проведение представляет собой сложный процесс.

**Цель исследования.** Разработать алгоритм спортивного отбора и ориентации на примере хоккея с шайбой.

**Основная часть.** Методика и организация исследования. В проведении исследования был сделан упор на 3 типа диагностики в спортивном отборе. Это биодиагностический тип, который включает в себя антропометрические данные ребенка (вес, рост, тип телосложения и др.). Психодиагностический тип учитывает развитие тех психических качеств, которые присущие спортсмену определенного вида спорта, например, в хоккее, это концентрация внимания. Третий тип, который нужно учитывать, это уровень физической подготовленности (спортивно-интегрированный) опираясь на основные физические качества в определенном виде спорта [4]

При оценке биодиагностического статуса использовалось мобильное приложение «SportSelection» [1]. Оно позволяет выявить морфологическое соответствие к определенному виду спорта.

На основе изученных данных более 10 000 спортсменов высокой квалификации в приложении были созданы эталонные антропометрические модели высококвалифицированных атлетов в 32 видах спорта, в том числе в хоккее.

В приложении используется формула для прогнозирования длины тела Хамиса – Роша [6], а для оценки типа телосложения – индекс гармоничности морфологического развития (ИГМР) [5].

Метод Хамиса – Роша считается наиболее достоверным в сравнении с другими методами. Этот метод основан на росте и весе ребенка, а также на среднем росте обоих родителей. Его точность составляет 93,2 % для мальчиков и 96,8 % для девочек [6].

ИГМР является достаточно объективным и стабильным индексом для оценки гармоничности морфологического развития детского организма.

Он характеризует определенную направленность развития – эктоморфную, мезоморфную и эндоморфную [5].

Преимущества индексного метода по сравнению с другими это логическая, лаконичная и наглядная запись, а также простота и практичность в использовании.

Так, приложение с помощью специального алгоритма производит расчеты для создания прогнозируемой антропометрической модели ребенка, сравнивает ее с реальными моделями спортсменов мирового уровня и сообщает результат в процентах соответствия по 32 видам спорта (рисунок 1).

Для получения результатов необходимо сделать несколько замеров ребенка (вес, окружность талии, окружность грудной клетки, рост стоя, рост сидя, рост отца, рост матери).



Рисунок 1 – Соответствие модельным характеристикам

В ходе изучения научно-методической литературы и опроса среди спортивных психологов было выявлено, что концентрация внимания является одним из главных психических качеств в хоккее. После чего, был определен тест, который является как информативным, так и оперативным. Таким образом, при отборе в хоккей оценка психодиагностический статуса выявлялась с помощью таблицы Шульте (рисунок 2).

20	13	16	9	17
7	10	14	8	4
15	24	11	6	23
22	25	18	2	1
12	21	3	19	5

Рисунок 2 – Таблица Шульте

При оценки физических качеств (спортивно-интегрированный статус) были выбраны следующие тесты: прыжок в длину с места (оценка скоростно-силовых способностей мышц ног); проба Ромберга (оценка координации, равновесия, чувство пространства); передвижение в упоре лежа «руки-ноги» (оценка ловкости, согласованности рук и ног). Данные тесты были рекомендованы Ассоциацией «Федерация хоккея Республики Беларусь».

**Результаты исследования и их обсуждение.** При проведении исследования был разработан протокол тестирования, который включает в себя все три типа диагностики спортивной предрасположенности (рисунок 3).

Протокол тестирования

Информация испытуемого	ФИО	Иванов И. И.	Иванов И. И.	Иванов И. И.	Иванов И. И.	Иванов И. И.
	Текущий возраст					
	Спорт					
	Позиция					
Оценка морфологического статуса	Дата рождения					
	Пол					
	Вес					
	Окружность талии					
	Окружность грудной клетки					
	Рост					
	Рост сидя					
	Размах рук					
	Рост отца					
	Рост матери					
Оценка физических качеств	Прыжок в длину с места (см.)					
	Проба Ромберга (с.)					
	Передвижение в упоре лёжа (с.)					
Тест на внимание	Таблица "Шульте"					

Исследователь: \_\_\_\_\_

Рисунок 3 – Протокол тестирования для спортивного отбора и ориентации



Модификация данного протокола под конкретный вид спорта делает его универсальным. Он является помощником для учителя физической культуры и тренера-преподавателя в спортивном отборе. Также протокол позволяет учитывать индивидуальные особенности детей. Заполнение протокола возможно на основании оценки каждого ребенка с последующим обобщением полученных данных в протоколе, показывающем результат по каждому типу диагностики. На рисунке 4 показан пример оценки одного ребенка по типам диагностики в процентном отношении.



**Рисунок 4 – Пример оценки протокола тестирования**

При анализе рисунка 4 можно выявить, что данный ребенок предрасположен к виду спорта хоккей с шайбой на уровне выше среднего. Использование данного протокола позволит учителю и тренеру выявить наиболее талантливых и перспективных детей.

Предложенный вариант протокола может использоваться не только при первичном отборе в средней образовательной школе, но и рекомендован в промежуточном отборе в рамках спортивной школы, который целесообразно проводить через 1,5 года. Имея результаты первичного и промежуточного отбора, тренер можем увидеть темпы прироста, т. е. на сколько быстро развивается данный ребенок в этом виде спорта, и тем самым выявить степень обучаемости. Не редко можно встретить ребят двух видов, одни разбираются в учебно-тренировочном материале очень быстро, а другим нужно больше времени.

Таким образом, если исходный уровень высокий, и темпы прироста большие, то мы можем говорить, что у ребенка высокие способности в это виде спорта. Если и исходный уровень низкий, и темпы прироста низкие, то у этого ребенка низкие способности в этом виде спорта (рисунок 5).

**Заключение.** Проведенное нами исследование позволило обосновать алгоритм спортивного отбора и ориентации на примере хоккея с шайбой на основании трех типов диагностики спортивной предрасположенности.



**Рисунок 5 – Оценка уровня способностей в определенном виде спорта**

Предложенный алгоритм для удобства его применения представлен в виде протокола тестирования. Ориентируясь на данную таблицу, учитель физической культуры и (или) тренер смогут учитывать индивидуальные особенности ребенка при спортивном отборе и ориентации, а также его предрасположенность к определенным видам спорта.

1. Баранаев, Ю. А. Инновационные подходы к спортивному отбору и ориентации детей и подростков: использование мобильного приложения SPORTSELECTION / Ю. А. Баранаев, В. А. Миронов // Мир спорта. – Минск, 2023. – № 4 (93). – С. 55–61.
2. Губа, В. П. Индивидуальные особенности юных спортсменов / В. П. Губа, В. Г. Никитушкин, П. В. Квашук. – Смоленск, 1997. – 220 с.
3. Дорохов, Р. Н. Спортивная морфология : учеб. пособие для высших и средних специальных заведений физической культуры / Р. Н. Дорохов, В. П. Губа. – М.: Спорт Академ Пресс, 2002. – 276 с.
4. Матвеев, Л. П. Общая теория спорта и ее прикладные аспекты / Л. П. Матвеев. – 4-е изд., испр. и доп. – СПб.: Лань, 2005. – 384 с.
5. Пушкарев, С. А. Критерии оценки гармоничного морфологического развития детей школьного возраста / С. А. Пушкарев, А. И. Герцена // Теория и практика физической культуры. – 1983. – № 3. – С. 18–21.
6. Khamis, H. J. Predicting adult stature without using skeletal age: the Khamis–Roche method / H. J. Khamis, A. F. Roche // Pediatrics. – 1994 – № 4. – P. 504–507.
7. Sterkowicz-Przybycień, K. L. Somatotype, body composition and proportionality in polish top greco-roman wrestlers / K. L. Sterkowicz-Przybycień, S. Sterkowicz, R. T. Zarów // Journal of human kinetics. – 2011. – № 28. – P. 141–154.

**Летецкая А.Е., Бобрик Т.З.**

Учреждение образования «Белорусский государственный  
университет физической культуры»  
г. Минск, Республика Беларусь

## **ОПЫТ ПРОХОЖДЕНИЯ ПЕДАГОГИЧЕСКОЙ ПРАКТИКИ: СОВЕТЫ И РЕКОМЕНДАЦИИ**

**Аннотация.** В статье рассматривается сущность педагогической практики, раскрываются ее цели, задачи и основные функции, отвечающие за формирование профессиональной компетенции у будущих учителей физической культуры, а также трудности, с которыми могут столкнуться практиканты в ходе педагогической практики, и их причины.

**Ключевые слова:** педагогическая практика; учитель физической культуры; профессиональные умения и навыки.

*«Ум заключается не только в знании,  
но и в умении применять знания на практике»*

Аристотель

Важным условием формирования профессиональной подготовки студентов является производственная педагогическая практика. Назначение практики студентов заключается в подготовке к основным видам профессиональной деятельности, реализации приобретенных профессиональных знаний, умений, навыков и профессиональной адаптации, т. е. вхождения в педагогическую профессию, освоения социальной роли, профессионального самоопределения, формирования позиций, интеграции личностных и профессиональных качеств.

Педагогическая практика студентов университета является неотъемлемой частью подготовки преподавательских кадров, способных решать актуальные задачи общеобразовательных учреждений, формировать личность, отвечающую современным требованиям общества.

Педагогическая практика является связующим звеном между подготовкой студента в университете и их самостоятельной педагогической деятельностью и обеспечивает соединение теоретической подготовки студента с педагогической практической деятельностью [2].

Ю.К. Бабанский в своей научной работе подчеркнул, что именно в процессе педагогической практики можно в полной мере осмыслить закономерности и принципы обучения и воспитания, овладеть профессиональными умениями и навыками, опытом практической деятельности [1].

Каждый год студенты БГУФК проходят педагогическую практику в учреждениях общего среднего образования города Минска. Ежегодно они

сталкиваются с различными проблемами, трудностями, возникшими в процессе прохождения данной практики. Целью данной работы является предупреждение возможных ситуаций, а также описание рекомендаций по их решению.

Перед практикой студенты изучают учебные дисциплины «Педагогика», «Теория и методика физического воспитания» и «Психология». Основной целью освоения данных дисциплин является формирование базовой профессиональной компетенции студентов как будущих специалистов в области физической культуры, стимулирование их саморазвития, самовоспитания и самообразования.

Для освоения, закрепления и углубления научно-методических знаний по теории и методике физического воспитания разработана рабочая тетрадь «Основы физического воспитания в системе образования». Для предотвращения сложностей в заполнении дневника практики необходимо тщательно заполнять рабочую тетрадь, писать заметки и вовремя сдавать тетрадь на проверку. Это сократит перечень вопросов, возникших при заполнении документации, а также приучит к регулярному и самостоятельному заполнению дневника практики.

Выполненные задания от кафедры педагогики и психологии являются допуском к защите практики. Для успешного выполнения заданий по педагогике на семинарских занятиях необходимо ответственно отнестись к выполнению управляемых самостоятельных работ.

В первый день производственно-педагогической практики студенты принимают участие в организационном собрании, на котором декан факультета, преподаватели кафедр теории и методики физического воспитания, педагогики и психологии объясняют структуру практики, задания данных кафедр и другое. Необходимо присутствовать на данном собрании.

Непосредственно в учреждении общего среднего образования студенты первым делом знакомятся с учителями физической культуры. Для хорошего первого впечатления студентам стоит аккуратно выглядеть, меньше говорить и больше слушать.

При возможности выбора закрепленного класса, руководствуйтесь возрастными особенностями учащихся. При первой встрече с закрепленным классом старайтесь также произвести хорошее впечатление. Большинству учащихся нравится, когда к ним приходят студенты. Старайтесь давать учащимся новые для них упражнения, больше хвалить их. В первые недели практики соблюдайте авторитарный стиль управления, плавно переходящий в демократический.

Каждый из нас в свое школьное время встречался с практикантами. В это время нам казалось, что этот добрый молодой учитель, который поставит всем десятки. С ними всегда было интереснее, поэтому вы можете повторить тот светлый образ.

Однако ждать уважения и примерного поведения от учеников не приходится. Иногда нужна жесткая дисциплина в классе, чтобы самому получить отличную оценку при проверке руководителя практики.

Каждому студенту педагогическая практика поможет выстроить отношения с учениками и попробовать себя в роли учителя. Однако найти общий язык со всем классом получится не у каждого. Выстраивайте диалог взрослый – взрослый и учите их нести ответственность за свое поведение.

Помните, что ученики должны к вам обращаться только по имени-отчеству. Это помогает дистанцироваться и показать свою роль в группе. Если вас будут называть по имени или, еще хуже, по отчеству, то никаких преподавательских отношений выстроить не получится.

Также старайтесь не прерывать урок, если вас будут пытаться отвлекать. Вы должны уметь настраивать дисциплину в классе. Где-то поможет наказание в виде плохой оценки за поведение на уроке, в каких-то случаях повлияет поход к директору после урока, а с кем-то их учеников стоит просто поговорить после урока.

Если практикант проспал урок на педагогической практике, то за это можно получить наказание. Конечно, скорее всего, вас уже подменил учитель и провел занятие. Бывает, что подменить может любой освободившийся учитель, чтобы провести урок по своему предмету.

Студенту опоздавшему, на свой урок может, быть снижена общая оценка от руководителя практики. Также этот случай может пойти в вашу характеристику, если вы не исправитесь в будущем.

Если вы проспали урок, но еще можете прибежать на него, позвоните скорее вашему однокурснику, который может провести урок за вас. Это спасет вас от плохой характеристики.

Характеристика вам нужна не только, чтобы получить отличную оценку за практику, но и для будущего трудоустройства. Ведь студентам без опыта работы важно показать на собеседовании отличные характеристики с места прохождения практики.

Таким образом, старайтесь не опаздывать на свои уроки во время педагогической практики.

На половине пути к защите практики студенты сдают свои дневники на промежуточный контроль. Необходимо тщательно к нему подготовиться: в соответствии с планированием заполнить все необходимое в дневнике, проверить даты, подписи учителей. При отсутствии обязательно заполненных страниц можно столкнуться с некоторыми проблемами: отставание или даже рекомендация к повторному прохождению практики. В свою очередь это ведет к снижению отметки за защиту практики или повторное прохождение практики, платно. Стоит отметить, что если вы пропустили один день практики, то вы пропустили 6 часов учебных занятий. При пропуске



определенного количества часов возможны лишение стипендии и другие неприятности.

Не откладывайте задания из дневника на последний момент, потом очень сложно все заполнить в последние дни практики.

В последней неделе практики тщательно проверьте наличие записей и подписей учителей. При отсутствии хотя бы одной подписи вас могут не допустить к защите – придется вновь ехать в учреждение общего среднего образования.

То есть, для успешного прохождения практики Вам необходимо правильно и подробно заполнять документацию, качественно проводить уроки, не пропускать практику без уважительных причин и уверенно отвечать во время защиты практики.

Педагогическая практика, во-первых, дает понять, насколько студент на самом деле заинтересован в выбранной специальности. Во-вторых, это реальная среда, позволяющая практиканту выявить свои сильные и слабые стороны. Они могут быть связаны с недостаточно прочными теоретическими знаниями, с отсутствием необходимых черт характера, с неуверенностью, страхами... Но чем раньше пробелы будут обнаружены и устранены, тем проще будет в будущем. В-третьих, после окончания учебы придется искать работу и студенты – не самая популярная категория потенциальных сотрудников. Основной аргумент работодателей – недостаток опыта. Однако этот недостаток компенсируется рекомендациями на тех студентов, которые хорошо проявили себя на практике, показали желание работать и развиваться [3].

Таким образом, педагогическая практика в школе – это трудный период, но именно она способствует формированию у студентов профессиональной индивидуальности, педагогического творчества, настойчивости в достижении целей и совершенствовании знаний и умений, необходимых для работы в образовательном учреждении.

- 
1. Бабанский, Ю. К. Методы обучения в современной общеобразовательной школе / Ю. К. Бабанский. – М.: Просвещение, 1985. – 208 с.
  2. Педагогика профессионального образования: учеб. пособие для студ. высш. пед. учеб. заведений / Е. П. Белозерцев [и др.]; под ред. В. А. Сластёнина. – М.: Академия, 2004.
  3. Клемешова, Н. С. Значение педагогической практики в профессиональном становлении будущих учителей / Н. С. Клемешова, И. Н. Вострикова // Молодой ученый. – 2021. – № 51

**Макаров И.В.**

*Учреждение образования «Гомельский государственный  
университет имени Ф. Скорины»  
г. Гомель, Республика Беларусь*

## **ОСОБЕННОСТИ ПРОЯВЛЕНИЯ ЛОВКОСТИ В СПОРТИВНЫХ ЕДИНОБОРСТВАХ**

**Аннотация.** В статье представлена классификация специфических особенностей ловкости, необходимых для максимальной реализации функциональных способностей дзюдоистов в соревновательной деятельности.

**Ключевые слова:** ловкость; специфические особенности; количественные и качественные характеристики; дзюдо.

**Введение.** Спортивные единоборства являются не только сложнокоординационными видами спорта в техническом исполнении, но и ситуативными и контактными, когда окружающая обстановка находится в постоянной динамике по ходу поединка и зависит не только от поведения самого спортсмена, но и от действий противника.

В таких условиях для повышения качества соревновательной деятельности возрастает ценность умения спортсменов перестраивать свою двигательную деятельность в соответствии с меняющейся обстановкой.

Цель исследования – изучить специфические особенности проявления ловкости в дзюдо.

**Основная часть.** Одним из олимпийских видов спортивных единоборств является дзюдо. В этом виде спорта действия спортсмена должны быть рассчитаны с математической точностью, но с обязательным присутствием импровизации. Дзюдоисту необходимо быть чувствительным и резким, обладать способностью к быстрой смене темпа и скорости проведения приемов, обладать неудержимым напором и хитростью, умением принятия оригинальных неожиданных решений, а также искусством опережать соперника во всех моментах схватки. Для успешной деятельности с такими требованиями дзюдоисты должны отличаться высоким уровнем развития специальных способностей, которые в теории связывают с понятием «ловкость».

Н.А. Бернштейн определяет ловкость как «способность двигательнo выйти из любого положения, т. е. способность справиться с любой возникшей двигательной задачей: правильно (т. е. адекватно и точно), быстро (т. е. скоро и скоро), рационально (т. е. целесообразно и экономично) и находчиво (т. е. изворотливо и инициативно)» [1, с. 267].

Количественная сторона правильности движений выражается в их точности. Развитие которой по ее основным разновидностям и проявлениям

обуславливает оптимальную конкретизацию в выборе средств, методов обучения и тренировки, значительно расширяет творческие возможности тренеров по организации спортивной подготовки, способствует повышению эффективности использования различных условий организации и проведения занятий [2].

Для реализации своего функционально-технического потенциала в условиях дефицита времени и пространства, а также непосредственном физическом контакте с соперником дзюдоистам необходимо обладать способностями к точному восприятию нахождения себя и противника на татами, умению дифференцировать свои усилия и прилагать их в нужной точке в нужное время. Кроме этого, при осуществлении любого двигательного действия спортсмена во время поединка, правильность его движений можно оценить с помощью количественных характеристик ловкости, таких как:

- точность силовых параметров движений: чувство прилагаемого усилия (направление, сила и величина прилагаемого усилия; последовательность включения мышц в работу); чередование напряжения одних мышечных групп с адекватным расслаблением других; соответствие развиваемого усилия характеру двигательного действия;

- точность временных параметров: чувство проходящего времени схватки; ритм движений своих и соперника; длительность всех фаз движения; чувство момента для выполнения броска;

- точность пространственных параметров: чувство ориентирования на татами; чувство дистанции с соперником; исходное положение, из которого движение начинается; конечное положение, в котором движение заканчивается; ряд мгновенных (непрерывно сменяющихся) промежуточных положений, которые принимает тело при движении – траектория движения спортсмена;

- точность пространственно-временных параметров: динамика скорости движений тела и его отдельных звеньев спортсмена и соперника;

- точность движений тела и его отдельных звеньев в ответ на внешний раздражитель;

- точность дифференцирования мышечных усилий в конкретной ситуации: управление тонической напряженностью мышц, обеспечивающих поддержание позы; управление координационной напряженностью (оптимальная активность мышечных сокращений, полный выход мышц из фазы сокращения в фазу расслабления, включение в действие только нужных мышечных групп).

Следующей чертой ловкости, по утверждению Н.А. Бернштейна, является быстрота результата. Она характеризует то, что делает ловкость. Применительно к дзюдо, быстрота результата заключается в выборе наиболее эффективного или оптимального решения в данный момент времени, и его осуществление без малейших колебаний и сомнений.



Рисунок – Особенности проявления ловкости в дзюдо

На вопрос «Как осуществляются дзюдоистом двигательные действия во время поединка?» отвечают такие характеристики ловкости, как рациональность и находчивость.

Качественная сторона рациональности – целесообразность. Это, прежде всего, биомеханическая целесообразность двигательного действия, то есть использование законов классической механики для создания дополнительной встречной силы, увеличения силы и скорости движений, создания надежной опоры и управления равновесием.

Количественной характеристикой рациональности выступает экономичность движений. Разумеется, из двух движений более ловким будет то, которое достигнет цели с меньшей затратой сил. Для этого спортсмен должен обладать способностью целесообразно координировать действия (согласовывать, соподчинять, организовывать их в единое целое) при построении и воспроизведении новых двигательных действий; а также, перестраивать координацию движений, при необходимости изменять параметры освоенного действия или переключаться на иное действие в соответствии с требованиями меняющихся условий.

И главную ценность проявления ловкости в дзюдо, представляет свойство находчивость – антиципация (предугадывание как намерений партнера, так и последствий своих собственных движений). Предугадывание двигательных действий соперника в дзюдо может быть результатом собственных тактических действий, это синтез прошлого опыта, накопленного дзюдоистом за время тренировочной и соревновательной деятельности.

Представленная нами классификация количественных и качественных сторон ловкости позволит специалистам расширить арсенал тренировочных средств для создания у дзюдоистов сенсорных коррекций («специфических чувств»), что даст возможность спортсменам максимально использовать свой функциональный потенциал и улучшить соревновательный результат. На рисунке представлены особенности проявления различных компонентов ловкости в дзюдо.

**Заключение.** Анализ соревновательной деятельности сильнейших дзюдоистов позволил выявить, что решающим фактором результативности является умение спортсменов перестраивать свою двигательную деятельность в соответствии с меняющейся обстановкой на татами, другими словами, от степени развития ловкости спортсмена. В статье представлена классификация специфических особенностей ловкости необходимых для максимальной реализации функциональных способностей дзюдоистов в соревновательной деятельности. Спортсмены, тонко чувствующие ситуацию и способные адекватно корректировать свои двигательные действия, имеют больше шансов добиться высоких спортивных результатов. Отсюда становится очевидной необходимость более детального изучения особенностей проявления ловкости в дзюдо, которая накапливается с двигательным опытом.



- 
1. Бернштейн, Н. А. О ловкости и ее развитии / Н. А. Бернштейн. – М.: Физкультура и спорт, 1991. – 288 с.
  2. Боровая, В. А. Формирование способности к точному выполнению соревновательного действия как основа технической подготовки копьеметателей / В. А. Боровая, Е. П. Врублевский // Вісник Чернігівського національного університету ім. Т. Г. Шевченка. – 2011. – № 91. – С. 142–146.

**Малиновский А.С., Севдалев С.В., канд. пед. наук, доцент,  
Иванов С.А.**

*Учреждение образования «Гомельский государственный  
университет имени Ф. Скорины»  
г. Гомель, Республика Беларусь*

## **ДИНАМИКА ПОКАЗАТЕЛЕЙ ФИЗИЧЕСКОЙ ПОДГОТОВЛЕННОСТИ АБИТУРИЕНТОВ, ПОСТУПАЮЩИХ НА СПЕЦИАЛЬНОСТЬ «ФИЗИЧЕСКАЯ КУЛЬТУРА»**

**Аннотация.** В статье рассмотрен вопрос, касающийся уровня физической подготовленности абитуриентов, поступающих на факультет физической культуры. На основании анализа данных контрольных нормативов, полученных за последние пять лет, был выявлен ряд особенностей, характеризующих уровень физической подготовки поступающих. Опираясь на полученные результаты в каждом контрольном нормативе, авторами даются практические рекомендации по подготовке к сдаче вступительных испытаний.

**Ключевые слова:** абитуриенты; физическая культура; физические качества; физическая подготовленность; контрольные нормативы.

**Актуальность и цель исследования.** Подготовкой педагогических кадров по специальности 6-05-0115-01 «Образование в области физической культуры» с 1949 года занимается факультет физической культуры учреждения образования «Гомельский государственный университет имени Франциска Скорины». Центральное место в подготовке квалифицированных специалистов в области физической культуры и спорта в Гомельском регионе принадлежит именно факультету физической культуры. За это продолжительное время работы было подготовлено множество специалистов, среди которых государственные деятели и видные ученые, заслуженные

работники отрасли физической культуры и спорта, тренеры, преподаватели, воспитатели и инструктора-методисты [1].

Для успешного овладения данной специальностью необходим высокий уровень здоровья и отличная физическая подготовка. Критерии отбора абитуриентов, поступающих на факультет физической культуры по мимо централизованного тестирования по белорусскому (русскому) языку и биологии включает в себя сдачу спортивных нормативов.

**Методы и организация исследования.** Исследование проводилось на базе УО «ГГУ им. Ф. Скорины». В нем были обработаны данные 489 абитуриентов (340 юношей и 149 девушек) поступающих на факультет физической культуры дневную форму обучения.

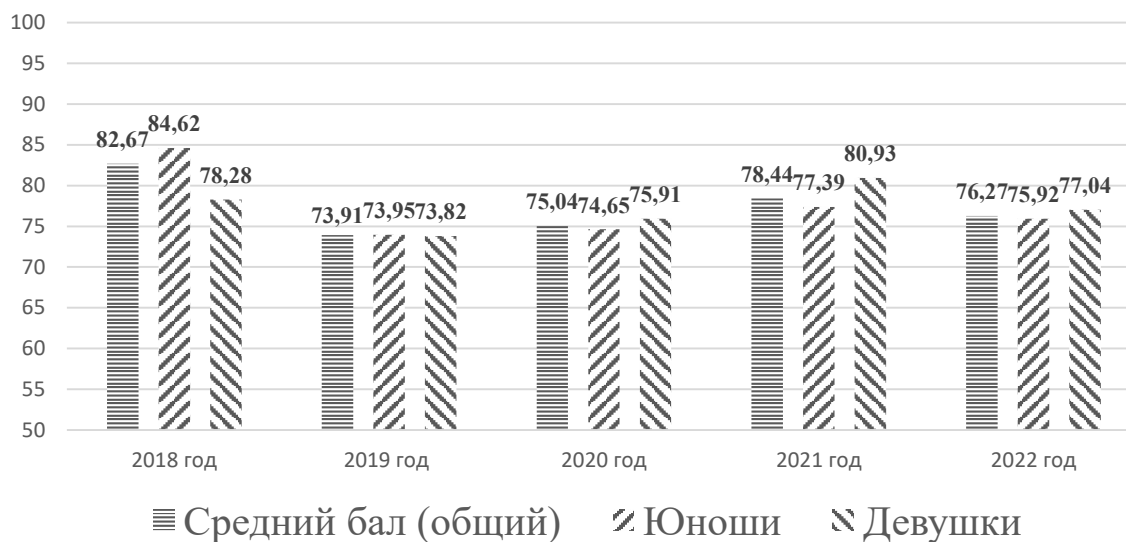
С целью совершенствования процесса вступительных испытаний министерство образования Республики Беларусь старается ежегодно давать новые методические рекомендации по набору педагогических тестов их выполнению для более качественной оценки физических качеств абитуриентов [2]. В таблице 1 представлены педагогические тесты входящие в программу вступительных испытаний за последние пять лет, также в ней можно увидеть динамику численности поступающих на дневное отделение.

Таблица 1 – Контрольные упражнения входящие в программу вступительных испытаний по дисциплине «Физическая культура и спорт» в период с 2018 по 2022 год

№	Контрольные нормативы	Год, количество абитуриентов (n)				
		2018 (n=140)	2019 (n=109)	2020 (n=74)	2021 (n=91)	2022 (n=75)
1	Подтягивание на высокой перекладине (юноши)	+	+	+	+	+
2	Поднимание туловища за 1 минуту (девушки)	+	+	+	+	+
3	Прыжок в длину с места	+	+	+	+	+
4	Наклон вперед из исходного положения «сидя на полу»	–	+	+	+	+
5	Челночный бег 4х9 м	+	–	+	+	+
6	Бег 30 м	+	+	+	+	+
7	Бег 1500 м (юноши)	–	+	+	+	+
8	Бег 1000 м (девушки)	–	+	+	+	+
9	Плавание	+	–	–	–	–

**Результаты исследования и их обсуждение.** На рисунке 1 представлена динамика физической подготовки абитуриентов, сдававших экзамен по физической культуре и спорту (спортивные нормативы), где итоговая отметка рассчитывалась как средняя арифметическая величина суммарного количества баллов, полученных абитуриентом по каждому из контрольных

упражнений, с последующим математическим округлением ее до десятых и умножением полученного значения на 10. Порядок и последовательность выполнения контрольных упражнений определяется предметной экзаменационной комиссией УО «ГГУ имени Ф. Скорины».



**Рисунок 1 – Динамика физической подготовки абитуриентов 2018–2022 год**

**Заключение и выводы.** Проводя детальный анализ полученных данных за пятилетний срок можно сделать вывод, что на общий результат педагогического тестирования мог повлиять ряд следующих особенностей при сдаче экзамена:

- в 2018 году в программу экзамена был включен норматив по плаванию, но его результат не входил в общую сумму баллов зачитывалось только 4 норматива;
- особенностью вступительной кампании 2019 году была сдача 5 педагогических тестов, которые выполнялись в один день и это повлияло на общую оценку (самый низкий результат за пять лет);
- в 2020–2022 годах экзамен стал включать в себя шесть нормативов, по результатам выполнения которых определяется уровень физической подготовленности абитуриента (уровень проявления скоростных, скоростно-силовых, силовых, координационных способностей, выносливости, гибкости). Вступительные испытания в этот период времени по дисциплине «Физическая культура и спорт» проводился в течение двух рабочих дней (в течение одного рабочего дня выполнялись по три контрольных упражнения).

Анализ данных, представленных в таблице выше, а также опираясь на методические указания по организации контроля и оценки результатов учебной деятельности учащихся общеобразовательных учреждений (таблица 2) свидетельствует о том, что абитуриенты демонстрируют уровень физической подготовки выше среднего [3].

Таблица 2 – Оценка уровня физической подготовленности учащихся общеобразовательных учреждений

Уровень физической подготовленности	Средний балл	Соответствие 10-балльной шкале
Высокий	9,5–10	10
	8,5–9,4	9
Выше среднего	7,5–8,4	8
	6,5–7,4	7
Средний	5,5–6,4	6
	4,5–5,4	5
Ниже среднего	3,5–4,4	4
	2,5–3,4	3
Низкий	1,5–2,4	2
	0,5–1,4	1
	0,4 и менее	0

При тестировании уровня физической подготовленности абитуриентов используются тестовые упражнения, критерии оценки которых предусмотрены школьной учебной программой. В нашем исследовании мы провели обработку данных результатов контрольных упражнений за пятилетний срок и выявили следующую закономерность влияния каждого отдельного упражнения на формирование итоговой оценки (рисунки 2, 3).

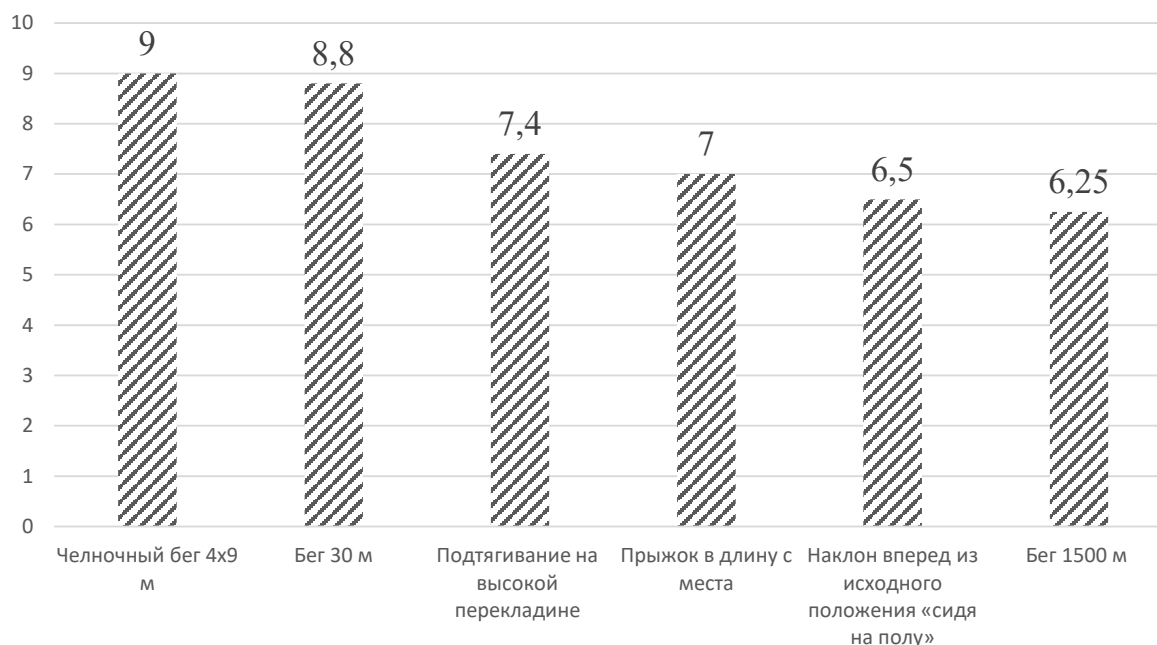
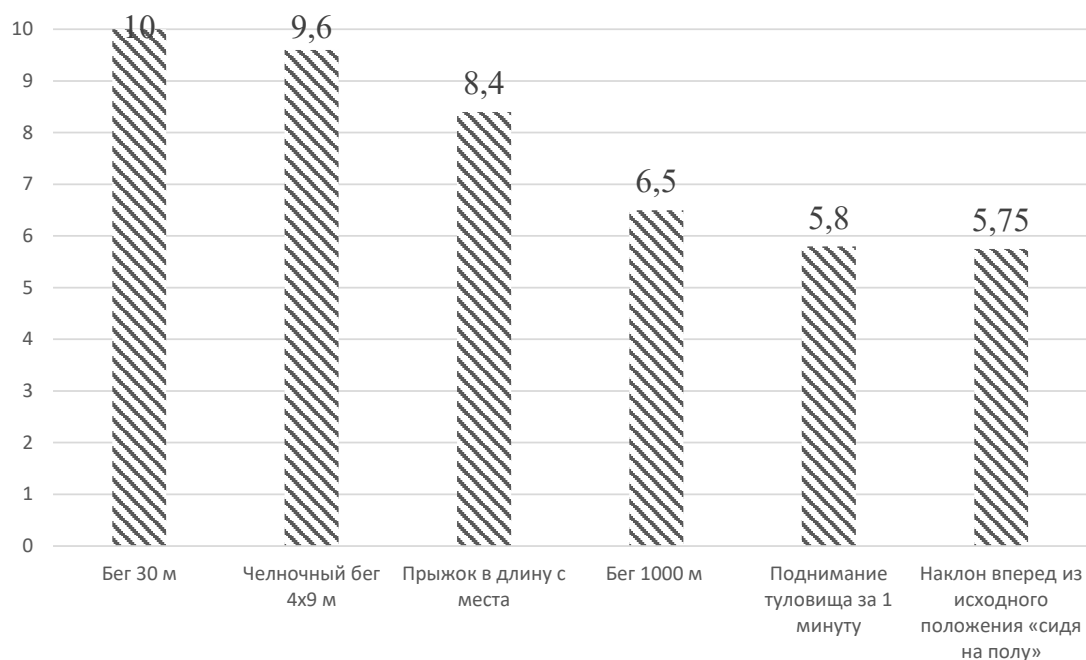


Рисунок 2 – Средней бал педагогических тестов (юноши) 2018–2022 год



**Рисунок 3 – Средней бал педагогических тестов (девушки) 2018–2022 год**

Высокий уровень развития юноши показывают в педагогических тестах челночный бег 4×9 м и в беге 30 м. Уровень выше среднего продемонстрирован в подтягиваниях на перекладине, прыжке в длину с места, наклоне вперед из исходного положения «сидя на полу». И средний уровень показан в беге на 1500 м.

Девушки высокий уровень физической подготовленности продемонстрировали в беге 30 м (результат этого норматив выполнялся девушками с средним балом 10 в последние пять лет), челночный бег 4×9 м. Уровень выше среднего продемонстрировали в прыжке в длину и беге 1000 метров. И средний уровень поднимание туловища за 1 минуту и наклоне вперед.

Опираясь на полученные данные, можно дать рекомендацию абитуриентом при подготовке к экзамену по дисциплине «Физическая культура и спорт (спортивные нормативы)» уделять большее внимание развитию в первую очередь развитию общей выносливости, гибкости и силовой выносливости.

1. История факультета физической культуры [Электронный ресурс]. – Режим доступа: <http://physcult.gsu.by/index.php/istoriya>. – Дата доступа: 23.03.2024.

2. Нормативные требования для направлений по дисциплине «Физическая культура и спорта» для лиц, поступающих для получения общего высшего образования в 2023 году [Электронный ресурс] // РЦФВС. – Режим доступа: [https://sporteducation.by/polojenaiy/%D0%A3%D0%92%D0%9E/%D0%9F%D1%80%D0%BE%D0%B3%D1%80%D0%B0%D0%BC%D0%BC%D0%B0%20%D0%A4%D0%9A%D0%B8%D0%A1\\_%D0%BF%D0%BE%D0%BB%D0%BD%D1%8B%D0%B9%20%D1%81%D1%80%D0%BE%D0%BA\\_2023.pdf](https://sporteducation.by/polojenaiy/%D0%A3%D0%92%D0%9E/%D0%9F%D1%80%D0%BE%D0%B3%D1%80%D0%B0%D0%BC%D0%BC%D0%B0%20%D0%A4%D0%9A%D0%B8%D0%A1_%D0%BF%D0%BE%D0%BB%D0%BD%D1%8B%D0%B9%20%D1%81%D1%80%D0%BE%D0%BA_2023.pdf). – Дата доступа: 23.03.2024.



**Малмыго К.С., Федорова А.М., канд. пед. наук**

*Учреждение образования «Белорусский государственный университет физической культуры»*

*г. Минск, Республика Беларусь*

## **ГЕНДЕРНОЕ ВОСПИТАНИЕ В УЧРЕЖДЕНИЯХ ОБЩЕГО СРЕДНЕГО ОБРАЗОВАНИЯ**

**Аннотация.** В статье рассматриваются вопросы гендерного воспитания детей школьного возраста. Анализируются особенности формирования гендерной идентичности детей. Выявляются факторы, указывающие на проблему гендерного воспитания.

**Ключевые слова:** гендерное воспитание; гендерное культура; подростки; ценности; гендер; учреждения общего среднего образования.

В современном мире, происходит подмена понятий можно отметить, что девочки становятся агрессивными и грубыми, а мальчики перенимают женский тип поведения. Многие девочки лишены скромности, нежности, терпения, не умеют мирно разрешать конфликтные ситуации. Мальчики же, наоборот, не умеют постоять за себя, слабы физически, лишены выносливости и эмоциональной устойчивости, у них отсутствует культура поведения по отношению к девочкам.

В подростковом возрасте происходит интенсивное нравственное и социальное формирование личности. Идет процесс формирования нравственных идеалов и моральных убеждений. Часто они имеют неустойчивый, противоречивый характер. Проявление эмоций у подростков часто бывает достаточно бурное. Особенно сильно проявляется гнев. Для данного возраста достаточно характерны упрямство, эгоизм, уход в себя, острота переживаний, конфликты с окружающими. Данные проявления связаны с процессом самоопределения, переосмысления своих связей с окружающими, своего места среди других людей. В современной педагогике особую актуальность приобретает проблема воспитания ребенка, как личности определенного пола, т. е. вопрос гендерного воспитания [7]. По мнению Н.И. Козлова, гендерные стандарты – одна из основ современной цивилизации.

Целью исследования является развитие гендерного воспитания в подростковом периоде.

Понятие «гендерное воспитание» стало использоваться лишь в начале XX века. На протяжении длительного периода при изучении проблем воспитания детей разного пола основное внимание уделялось вопросам полового просвещения, сексуальным аспектам взаимоотношений полов, при этом использовалось понятие «половое воспитание» [4].

Существует множество различных определений понятия «гендер». Слова «пол» и «гендер», «полоролевое» и «гендерное» воспитание и их производные часто употребляются учеными как синонимы [1]. Так поступают, например, современные исследователи Е.Н. Каменская, О.Г. Лопухова, А.В. Мудрик, С.Л. Рыков, Э. Маккоби. Анализ и обобщение данных понятий, позволяет нам сделать вывод, что гендер – это целенаправленный, сознательный процесс, сопровождающий развитие человека, который способствует повышению уровня гендерной культуры личности с целью успешной адаптации личности в современном обществе.

В.В. Созаев описывает гендерную культуру как индивидуально-личностную характеристику, часть общей культуры субъекта, содержащую гендерную компетентность, гендерную картину мира, специфические ценностные ориентации и модели поведения. Содержание гендерной культуры включает в себя:

- представление о мужественности/женственности, маскулинности/фемининности;
- представление о роли мужчин и женщин;
- гендерные ценности и гендерное самосознание;
- стратегии и формы гендерного поведения [2].

Гендерная культура личности понимается нами как уровень сформированности норм, ценностей и правил поведения, принятых в данный период времени в обществе для мужчин или женщин, в зависимости от биологического пола воспитанника [9]. Исходя из данного нами определения, целью гендерного воспитания мы видим успешную гендерную социализацию личности в современном обществе, которая достигается за счет повышения уровня гендерной культуры воспитанника. Эта цель достигается за счет решения следующих задач:

1. Формирование у человека гармоничных гендерных представлений, норм и ценностей, повышения уровня гендерной компетентности.
2. Мотивация воспитанника, создание готовности и установки соответствовать данным гендерным представлениям, нормам и ценностям.
3. Развитие умений, навыков поведения, соответствующего гендерным представлениям, нормам и ценностям.
4. Развития толерантности и умения творчески переосмысливать и гибко адаптироваться к изменениям гендерных представлений, норм и ценностей [3].

По сравнению с предыдущим периодом гендерная культура современного общества и семьи как основного социального института постепенно изменяется, что делает изучение данной проблемы также актуальным.

Педагогам, воспитателям и родителям нужно учитывать гендерный фактор в воспитательном процессе, прежде всего потому, что развитие личности, в основе которого стоит формирование человеком своих жизненных ролей, не может быть гармоничным без гендерно-ролевой социализации [8].

В «Концепции непрерывного воспитания детей и учащейся молодежи в Республике Беларусь» среди приоритетных направлений в формировании культуры личности выделено гендерное воспитание, направленное на формирование у учащихся представлений о роли и предназначении мужчины и женщины в современном обществе, на развитие у подрастающего поколения ценностного отношения к семье. Разработка гендерной проблематики у нас в республике только начинается.

Именно гендерное направление в воспитании дает возможность формировать в детях качество мужественности и женственности. Готовность к выполнению в будущем соответствующих полу социальных ролей, воспитывает культуру взаимоотношений между мальчиками и девочками.

В период от 3 до 7 лет у детей формируется гендерная устойчивость. Дети понимают, что девочки становятся женщинами, а мальчики – мужчинами, и эта принадлежность к полу не изменится в зависимости от ситуации или личных желаний ребенка [2].

Наблюдая за современными детьми, можно отметить, что девочки становятся агрессивными и грубыми, а мальчики перенимают женский тип поведения. Многие девочки лишены скромности, нежности, терпения, не умеют мирно разрешать конфликтные ситуации. Мальчики же, наоборот, не умеют постоять за себя, слабы физически, лишены выносливости и эмоциональной устойчивости, у них отсутствует культура поведения по отношению к девочкам.

Все это происходит из-за того, что родители не уделяют должного внимания «гендерному воспитанию» своих детей. Ребенок, в силу своей неопытности, не может самостоятельно сформировать представление о правилах поведения и социальной роли полов. Привить культуру поведения возможно только сообщая, обсуждая и объясняя поло-ролевые задачи, права и обязанности, которые общество закрепляет за мужчиной и женщиной [3].

Одним из весомых факторов, оказывающих влияние на современную молодежь в понимание сущности гендера, являются информационные технологии, СМИ, социальные сети. В XXI веке, каждый ребенок располагает широким спектром технических средств, который помогает получить доступ к информационному пространству, тем самым получая огромный поток информации. «Нефильтрованная информация», исходящая из различных источников, воспринимается ребенком как образец поведения, которому необходимо следовать и подражать. Подростки, ориентируясь на популярных блогеров, становятся невольными заложниками и трансляторами их мнений и суждений.

Еще одним фактором, оказывающим существенное влияние на гендерное воспитание – «отсутствие примера для подражания».

Воспитание ребенка без отца – очень сложная задача, прежде всего для матери. Но при желании и наличии определенных знаний и навыков можно

решить и эту проблему. Если вы воспитываете сына, то ваша задача будет состоять в правильной корректировке объектов для подражания, которые возникают у вашего ребенка. Примером может служить учитель в школе, тренер по виду спорта, дядя. Ребенок, видя рядом с собой сильного, смелого и ответственного мужчину, способного постоять за себя и за других, изъявит желание быть таким же. Ведь он начнет чувствовать себя мужчиной – надеждой и опорой для своей семьи.

С самого раннего детства родители сами приводят в действие механизм гендерного воспитания. С самого детства девочки проявляют «материнский инстинкт», выражающийся в интересе к куклам, к коляскам. Их, прежде всего, интересует человек, его взаимоотношения с другими людьми. Для них характерно проявление интереса к быту (посуда, мебель, еда). Так сложилось, что девочки больше общаются с мамами, сильнее привязаны к ним. У них сильнее развито непроизвольное внимание, они легче поддаются внушению, они поддаются эмоциям. Родители покупают им «девчачьи» игрушки: куклы, посуда, коляски, мебель. Тем самым, развивая в них то, что уже заложено природой [6].

Представители мужского пола обладают большей физической силой, выносливостью, стойкостью. С детства они больше привязаны к отцам, от них перенимают мужские качества. Мальчишки больше интересуются машинками, гонками, солдатиками, воинами и др. С детства они видят, как папы выполняют мужскую работу по дому: чинят, забивают гвозди, меняют водопровод и так далее. Непроизвольно весь труд разделяют на мужской и на женский. Сами родители учат мальчишек быть защитником для сестры, мамы, подруги. Родители покупают мальчикам машинки, автодороги, детские строительные инструменты, воинов и так далее, что само по себе приводит к разделению в воспитании. В обществе так сложилось, что существует воспитание мальчиков и девочек, особенности поведения и отношения.

Именно с раннего детства, с подбора цвета белья и покупки игрушек, с выбора игр начинается гендерное воспитание. Многие родители сами того не подозревая используют основы гендерного воспитания. Именно с семьи все и начинается. Но не стоит забывать, о социализации. В учреждениях образования, детских садах, школах общение между мальчиком и девочкой, может психологически влиять на потенциальное поведение. В роли педагога или воспитателя превалирует женский пол, если девочку будут обижать в раннем возрасте мужской пол, а педагоги поддерживать, помогать, у ребенка может сложиться впечатление безопасности, комфорта. Чтобы не возникало страха и опасности в коллективе к мальчикам, в классе должна быть благоприятная атмосфера. Внедрять игры по взаимодействию и доверию, сплоченности, открытости, уважению друг к другу.

Воспитание ребенка извечная проблема, но все же она требует внимания и нужно быть готовым, что на это уйдет достаточно много времени.

В рамках проблематики было проведено анкетирование, в котором приняли участие 60 учеников 7–8 классов как мужского, так и женского пола средних общеобразовательных учреждений г. Минска и областей, родители учащихся 7–8 классов и учителя.

Цель анкетирования: анализ организации воспитательно-образовательного процесса и семейного воспитания с учетом гендерного подхода. В анкетировании приняли участие.

Анкетирование было выстроено вариативно, чтобы у учащихся не возникало затруднений при ответах.

Так на вопрос «Разговаривают ли с вами родители о гендерном воспитании?» 85 % учеников ответили, что родители не проводят с ними разговоры на подобные темы, и лишь 15 % респондентов ответили утвердительно. Такие данные свидетельствуют о недооценивании родителями значимости вопросов гендерного воспитания в жизни подростков.

Нас также интересовал вопрос о половом взаимодействии учащихся в классе. На вопрос «С кем бы тебе было бы комфортнее в классе: со своим полом или как есть?», 90 % подростков ответили со своим полом, 10 % вместе.

Анализируя полученные данные можно сделать вывод, что подавляющее большинство опрашиваемых учеников (88 %) не имеют знаний о гендерном воспитании, так как родители не обсуждают эти вопросы с ними. Не взаимодействуют с одноклассниками, негативно настроены друг к другу, все это результат отсутствия пояснений о гендерном воспитании.

Не менее значимым для нас было понимание значимости гендерного воспитания в семье и отношение родителей к этой проблеме. Полученные результаты позволили бы подобрать и систематизировать формы и методы дальнейшей работы в этом направлении. В анкетировании приняло участие 55 родителя. Среди них 35 женщин и 20 мужчин.

Анализ результатов опроса женщин показал, что 68 % мам приписывают себе фемининные качества, 25 % женщин имеют андрогинные качества и лишь 17 % отнесли себя к маскулинному типу.

В процессе ответов на вопросы анкеты по выявлению знаний в гендерном воспитании большинство родителей признают недостаток знаний в поло-ролевом воспитании детей 70 % и 30 % родителей ответили, что знаний в данной области достаточно.

Уделяя внимание воспитанию мужественности у мальчиков, часть родителей соотносят ее с силой, целеустремленностью, решительностью, агрессией, амбициозностью, общительностью, высоким интеллектом. Такая позиция у 35 % родителей, и 45 % родителей, воспитывая у ребенка мужество, подразумевают под ним такие качества как вежливость, честность, забота, терпимость, порядочность, трудолюбие, чувство юмора, любящий; 20 % родителей



не могли описать личностные качества, которыми должен обладать мужчина. Папы учеников подходят к гендерному воспитанию детей более осознанно и считают, что эта проблема по большей степени должна касаться мальчиков.

### Анализ



Уровень гендерной компетентности родителей оказался недостаточно высоким. Представления родителей характеризовались фрагментарностью, отсутствием знаний в области семейного воспитания, гендерного развития, психофизиологических особенностей мальчиков и девочек подросткового возраста.

Было выявлено, что родители интуитивно осуществляют гендерное воспитание в семье с опорой на стереотипы мужественности и женственности, сложившиеся в обществе.

Педагогам, воспитателям и родителям нужно учитывать гендерный фактор в воспитательном процессе, прежде всего потому, что развитие личности, в основе которого стоит формирование человеком своих жизненных ролей, не может быть гармоничным без гендерно-ролевой социализации.

Педагоги владеют высоким уровнем знаний в области семейного воспитания, гендерного развития, психофизиологических особенностей мальчиков и девочек дошкольного возраста. В связи с этим нас интересовало их понимание важности гендерного воспитания в развитии подростков.

Исследование показало, что превалирующее большинство педагогов (97 %) понимают важность и необходимость гендерного воспитания школьников, но не у всех есть желание и стремление добиваться результата, проводить дополнительные беседы, так как это отнимает личное время учителей.

Таким образом, педагогам и родителям нужно учитывать гендерный фактор в воспитательном процессе, прежде всего потому, что развитие личности, в основе которого стоит формирование человеком своих жизненных ролей, не может быть гармоничным без гендерно-ролевой социализации.

1. Философский словарь Владимира Соловьёва. – Ростов н/Д: Феникс, 2000. – 464 с.
2. Педагогика: учеб. пособие для студ. высш. пед. учеб. заведений / В. А. Сластенин, И. Ф. Исаев, Е. Н. Шиянов; под ред. В. А. Сластенина. – М.: Академия, 2013. – 576 с.
3. Педагогика: учеб. для бакалавров / Л. П. Крившенко [и др.]; под ред. Л. П. Крившенко. – 2-е изд., перераб. и доп. – М.: Проспект, 2013. – 488 с.
4. Педагогика: краткий курс: учеб. пособие / М. Н. Недвецкая [и др.]. – М.: УЦ «Перспектива», 2013. – 408 с.
5. Степаненков, Н. К. Педагогика школы: учеб. пособие / Н. К. Степаненков. – Минск: Адукацыя і выхаванне, 2007. – 496 с.
6. Безрукова, В. С. Педагогика: учеб. пособие / В. С. Безрукова. – Ростов н/Д: Феникс, 2013. – 381 с.
7. Лихачев, Б. Т. Педагогика: курс лекций / Б. Т. Лихачев; под ред. В. А. Сластенина. – М.: ВЛАДОС, 2010. – 647 с.
8. Подласый, И. П. Педагогика: учеб. / И. П. Подласый. – М.: Высшее образование, 2006. – 540 с.
9. Педагогика: учеб. пособие для студентов пед. ин-тов / Ю. К. Бабанский [и др.]; под ред. Ю. К. Бабанского. – 2-е изд., доп. и перераб. – М.: Просвещение, 1988. – 479 с.

**Михальченко В.А., Станкевич Т.И.**

*Учреждение образования «Белорусский государственный университет физической культуры»  
г. Минск, Республика Беларусь*

## **ПРОБЛЕМЫ, ВОЗНИКАЮЩИЕ В ДЕЯТЕЛЬНОСТИ МОЛОДОГО СПЕЦИАЛИСТА**

**Аннотация.** В статье рассматриваются актуальные проблемы в работе молодого специалиста. Основное внимание уделено профессиональным трудностям с которыми сталкивается молодой специалист и как можно своевременно их решить. Предложены меры по их устранению и решению конфликтных задач.

**Ключевые слова:** педагогическая деятельность, профессиональные трудности, молодой специалист.

**Введение.** Концепция новых подходов к повышению качества образовательного процесса отражена в новом Кодексе об образовании [1]. Немаловажную роль в этом играют профессионализм и компетентность молодых

специалистов. В связи с тем что условия, в которых вынуждены работать молодые специалисты, претерпевают постоянные изменения, уже с самого начала своей деятельности молодые педагоги должны быть квалифицированными работниками соответствующего уровня и профиля, конкурентоспособными на рынке труда, ответственными, свободно владеть своей профессией и ориентироваться в смежных областях деятельности, способны к эффективной работе по специальности на уровне мировых стандартов, готовы к постоянному профессиональному росту, социальной и профессиональной мобильности.

Компетентный сегодня педагог обладает способностями к «самостоянию» в жизни, в которой изменения происходят настолько быстро, что он не может рассчитывать только на свои, ранее приобретенные, умения или умения своих коллег и руководителя, которые могут быть для него образцом в поведении. Он понимает, ориентируясь исключительно на них, то будет обязательно «опаздывать», поэтому он готов учиться постоянно, в течение всей своей профессиональной жизни.

В начале своей профессиональной деятельности молодой педагог сталкивается со многими трудностями, которые учителю со стажем кажутся пустяками.

Задачи, стоящие перед молодым педагогом:

- грамотно рассчитать время урока;
- логично выстроить последовательность этапов урока;
- преодолевать затруднения при объяснении материала;
- наладить контакт с учениками, коллегами и руководством;
- завоевать авторитет среди учеников, их родителей и коллег.

**Цель исследования.** Выявить профессиональные трудности в работе молодого специалиста и как можно своевременно их решить.

**Основная часть.** Для молодого специалиста важно понимать себя, уметь использовать свои знания и ресурсы в профессиональной деятельности. Молодой педагог должен осознавать свои потенциальные возможности профессионального роста.

Развитие коммуникативного потенциала, способности противостоять трудностям и конфликтам педагогической действительности содействует успешной адаптации молодого педагога и успешности педагогического процесса. Прежде всего нужно научиться, эффективно использовать время и усилия в учебно-воспитательном процессе. Постоянно заниматься своим самосовершенствованием и самообразованием. Творчески относиться к работе с полной самоотдачей. Не бояться совершить ошибку но при этом вовремя ее исключать [3].

Регулярное занятие физической культурой становится стилем жизни современного человека, и начинать это необходимо со школьной скамьи. Молодой специалист должен показывать как влияют регулярные физические

нагрузки на общее физическое здоровье, психоэмоциональное состояние и способствовать формированию у ученика здорового образа жизни. В своей работе ориентироваться на личность, индивидуальность, раскрытие возможностей обучаемого и оказание комплексной помощи в решении личностных проблем [3].

Следует отметить что молодой специалист испытывает трудности специфического характера. Ему не достаточно полученных знаний в университете. Он должен вести и вовремя сдавать отчетную документацию. Особое затруднение вызывает не преподавание предмета (данные вопросы на должном уровне прорабатываются в университете), а психологические аспекты педагогической деятельности. Молодому педагогу тяжело подобрать «ключик» к каждому ученику. Вызвать уважение со стороны класса, родителей и коллег.

Таким образом современное образования требует от молодого учителя физической культуры продолжать развивать творческую активность и способность к постоянному поиску. Поэтому молодой педагог должен понимать алгоритм деятельности, отвечать на вопрос «как?», не потерять уверенность в своих силах. По мнению молодых педагогов, коллеги-наставники, делясь опытом работы, «не считают нужным акцентировать внимание на мелочах, ведь для них эти мелочи элементарны и совершаются автоматически, а нам именно эти мелочи и нужны»[2, 3].

Приведем пример организации одного урока молодым специалистом:

- приходить в кабинет надо немного раньше звонка, убедиться, все ли готово к уроку. Стараться показать учащимся красоту организованного начала урока, стремиться к тому, чтобы на это уходило каждый раз все меньше и меньше времени;

- страницу с Вашим предметом в классном журнале, можно приготовить на перемене, чтобы не тратить на это время урока;

- молодой педагог не в коем случае не должен оставлять без присмотра учащихся на уроке и во время перемены. Не допускать к занятиям учащихся, не прошедших инструктаж по охране труда и технике безопасности при проведении занятий физической культуры. Не использовать неисправное спортивное оборудование и инвентарь.

- начинать урок надо энергично. Вести урок надо так, чтобы каждый ученик постоянно был занят делом. Паузы, медлительность, безделье приводят к нарушению дисциплины. Следует чаще обращаться с просьбами, вопросами к тем учащимся, которые могут заниматься на уроке посторонними делами;

- необходимо увлекать учащихся интересным содержанием материала. Контролировать темп урока, помогать слабым ученикам, то есть держать в поле зрения весь класс. Особенно следите за теми учащимися, у которых неустойчивое внимание и кто часто отвлекается. Учитель должен предотвращать попытки нарушить дисциплину;

– оценивая знания, надо придавать своим словам деловой, заинтересованный характер. Следует указать ученику, над чем ему надо поработать, чтобы заслужить более высокую оценку;

– заканчивая урок рекомендуется оценкой всего класса и отдельных учащихся, чтобы они получили удовлетворение от результатов своего труда. Следует замечать положительные стороны в работе недисциплинированных ребят.

**Заключение.** Таким образом, современный ритм жизни требует от молодого учителя постоянного самосовершенствования, творческого отношения к работе, непрерывного профессионального роста, и полной самоотдачи. В каждом педагоге должны жить любовь и уважение к детям, без них – никуда. Резюмируя все вышесказанное, нужно подчеркнуть важность конструктивного диалога направленного на изучение социально-педагогического опыта деятельности молодого учителя через участие в научно-практических конференциях.

---

1. Кодекс Республики Беларусь об образовании 13 янв. 2011 г., № 243-З [Электронный ресурс]: принят Палатой представителей 2 дек. 2010 г.: одобр. Советом Респ. 22 дек. 2010 г.: с изм. и доп. от 23 июля 2019 г., № 231-З Нац. центр правовой информ. Респ. Беларусь. – Минск, 2024.

2. Кондратьева, И. П. Основы педагогического мастерства: учеб. пособие / И. П. Кондратьева, Е. И. Бараева. – Минск: Респ. ин-т высш. шк., 2018. – 232 с.

3. Новое поколение профессионалов в образовании: векторы профессионально-личностного развития молодого педагога: сб. материалов Всерос. науч.-практ. конф., Ульяновск, 30–31 окт. 2019 г. / под общ. ред. С. В. Данилова [и др.]. – Чебоксары: Среда, 2019. – 252 с.



**Нарский Г.И., д-р. пед. наук, профессор,  
Нарский А.Г., канд. пед. наук, доцент, Мельников С.В.**

*Учреждение образования «Гомельский государственный  
университет имени Ф. Скорины»  
г. Гомель, Республика Беларусь*

## **СОВЕРШЕНСТВОВАНИЕ СТРУКТУРЫ ОБРАЗОВАНИЯ ОТРАСЛИ «ФИЗИЧЕСКАЯ КУЛЬТУРА И СПОРТ»**

**Аннотация.** В статье рассматриваются новые подходы к организации системы образования отрасли «Физическая культура и спорта». Основное внимание уделено конкурентоспособности и повышению уровня знаний тренеров на опыте научно-исследовательской лаборатории олимпийских видов спорта. Предложены подходы к совершенствованию физической работоспособности высококвалифицированных спортсменов.

**Ключевые слова:** система образования; физическая культура и спорт; тенденции в образовании; научно-исследовательская работа.

**Введение.** В настоящее время решение проблемы оптимизации образовательного процесса, использования эффективных педагогических технологий является весьма актуальной для развития системы вузовского и послевузовского образования. Ведущая роль в образовательном процессе по физической культуре и спорту принадлежит новым подходам в обучении, которые позволяют адаптировать полученную информацию к реальным условиям учебно-тренировочного процесса.

Решение учебных задач имеет строго дифференцированные цели. Они изначально отдают приоритет активной учебной деятельности слушателя. Как следствие, он становится инициативным в поисках новых знаний, приобретения умений и навыков методического и практического характера, решения новых творческих задач. Это коренным образом меняет социальную сущность обучения. Оно перестает не только трансформировать знания, умения и навыки, но и начинает их создавать и воспроизводить.

**Цель исследования.** Теоретико-экспериментальное обоснование новых подходов к оптимизации образовательного процесса отрасли «Физическая культура и спорт».

**Результаты исследования и их обсуждение.** Подготовка современных высококвалифицированных кадров является важнейшей стратегией устойчивого развития отрасли физической культуры и спорта. К сожалению, бытует мнение, что тренеры-практики, на которых ложится основная роль в подготовке высококвалифицированных спортсменов, и их подходы в работе, основанные на практическом опыте, могут вполне обойтись без

научно-методического сопровождения, предопределяя этим двум основополагающим направлениям идти как бы параллельным курсом. В этой связи взаимоотношение между специалистами-практиками и научными работниками порой уходит в сторону непонимания.

Следует отметить, что уже более 20 лет на факультете физической культуры учреждения образования «Гомельский государственный университет им. Ф. Скорины» функционирует научно-исследовательская лаборатория олимпийских видов спорта (НИЛ ОВС), которая проводит научные исследования в области спортивной подготовки и осуществляет научно-методическое сопровождение ведущих спортсменов Республики Беларусь и стран ближнего зарубежья. Сегодня работа НИЛ ОВС в спортивных и околоспортивных кругах действует как своего рода пароль, который условно разделяет людей на посвященных и непосвященных. Деятельность лаборатории вызывает неподдельный интерес именитых спортсменов и их тренеров именно благодаря доведенному до абсолюта индивидуальному подходу к каждому. Атлеты, тренеры, врачи команд получают не просто набор данных о текущем состоянии спортсмена, но и ценнейшие, а порой и неожиданные сведения о физических, физиологических и психических особенностях организма. На этом и основаны конкретные персональные рекомендации по оптимизации и корректировке учебно-тренировочного процесса.

За многолетний период работы в лаборатории обследовались спортсмены национальных команд Республики Беларусь по одиннадцати видам спорта и лучших футбольных, хоккейных и гандбольных клубов страны. Среди них – победители и призеры Олимпийских игр, Чемпионатов мира и Европы, которые неоднократно отмечали огромный вклад НИЛ ОВС в достигнутые ими наивысшие результаты.

Можно подчеркнуть, что слагаемых спортивного результата много. Это физическая, функциональная, психологическая, техническая, тактическая, морально-волевая подготовка и еще ряд направлений. В то же время опыт нашей работы показывает, что, если спортсмен физически и функционально не готов, то «ломается» и техника, и тактика и, как следствие, не удастся продемонстрировать высокий уровень спортивных результатов. В таких случаях следует говорить о развитии физической работоспособности спортсменов, которую, в свою очередь обеспечивают сердечно-сосудистая, дыхательная, мышечная и нервная системы. В процессе работы нам удалось освоить новейшие инструментальные методики, которые обеспечивают контроль за деятельностью этих систем.

В частности, можно отметить, индивидуальное определение точки порога анаэробного обмена, выявляемое при соотношении данных по двум методикам (эргоспирометрия и определение уровня лактата в крови); выявление максимального потребления кислорода и выделения углекислого газа в процессе мышечной работы; установление эффективности дыхания

во время мышечной деятельности по соотношению показателей жизненной емкости легких (в покое) и дыхательного объема во время нагрузки (фиксируемого за 1 вдох); соотношение мощности работы и скорости педалирования при выполнении тестирующей работы на велоэргометре и ряд других.

Учет динамики исследуемых показателей позволяет нам говорить об управлении тренировочным процессом, так как в процессе спортивной тренировки происходят различные изменения спортсменов как системы на педагогическом, физиологическом и психологическом уровнях [1]. Следует отметить, что важным фактором спортивной деятельности является скорость получения, воспроизведения и передачи информации о текущем состоянии спортсмена тренеру. Как следствие, объектом управления состоянием спортсмена (оперативного, текущего, этапного) является его ответная реакция на соревновательные и тренировочные нагрузки. И самым главным в управлении является перевод его состояния из одного уровня в другое с помощью различных воздействий, к которым относятся физические упражнения (их объем и интенсивность), восстановительные мероприятия, режим питания и т. п.

Необходимо добавить, что в настоящее время ученые и практики во всем мире пытаются решить проблему возникновения утомления в процессе соревновательной деятельности и места его возникновения, к которым можно отнести [2]:

- энергетические системы (АТФ-КФ, гликолиз, аэробная производительность);
- нарушение сократительного механизма мышечных волокон;
- нервную систему;
- накопление промежуточных продуктов метаболизма.

Следует подчеркнуть, что ни один из этих параметров в отдельности не сможет объяснить все аспекты утомления. Необходим комплексный подход и, соответственно, контроль за показателями, которые отражают динамику ответной реакции организма на предъявленные нагрузки. Эффективность же процесса подготовки во многом обусловлена использованием средств и методов контроля как инструмента управления, позволяющего осуществлять взаимосвязь между тренером и спортсменом, и на этой основе повышать уровень управленческих решений [3].

Опыт работы с национальными командами по видам спорта и лучшими игровыми клубами нашей республики позволили по-новому подойти к освещению результатов исследований: в структуре лекционного курса для студентов дневной и заочной формы обучения на факультете физической культуры, лекций для слушателей института повышения квалификации и переподготовки кадров в обязательном порядке включаются изученные факты и практические рекомендации, основу которых составляют как отдельные

интересующие фрагменты, так и зачастую целые направления проведенных и проверенных на практике результатов наших исследований [4, 5].

Следует подчеркнуть, что, когда человек информирован и оценивает свои возможности как средство достижения результата в своей профессиональной деятельности, то получаемые им знания о резервах и причинах повышения результативности в работе естественным образом начинают формировать мотивацию к получению новых знаний. Все сказанное не есть словообильные рассуждения, а экономический эффект от внедрения новых подходов к управлению тренировочным процессом еще никто не подсчитывал. Однако многолетние знакомства тренеров и спортсменов с наработками НИЛ ОВС позволяют констатировать, что ею обоснованы эффективные современные и новаторские подходы в решении проблем повышения эффективности в работе отрасли физической культуры и спорта [6, 7, 8]. Нам представляется, что дальнейшее изучение отмеченных проблем при объединении усилий наших ученых и наших последователей в лице учителей физической культуры и здоровья и тренеров разной квалификации позволят добиваться еще больших успехов.

**Заключение.** Можно констатировать, что рассмотренные вопросы не исчерпывают всех тех актуальных проблем, которые имеются в настоящее время. Их изучение представляет особый интерес и огромное значение. Только объединив усилия тренеров и ученых, можно получить реальную картину, позволяющую вплотную приблизиться к действительной возможности успешного развития и совершенствования системы образования с сохранением имеющегося богатого педагогического опыта.

- 
1. Костюкевич, В. М. Управление тренировочным процессом футболистов в годичном цикле подготовки / В. М. Костюкевич. – Винница: Планер, 2006. – 683 с.
  2. Уилмор, Дж. Х. Физиология спорта и мышечной деятельности: пер. с англ. / Дж. Х. Уилмор, Д. Л. Костилл. – К.: Олимпийская литература, 2005. – 503 с.
  3. Нарский, Г. И. Управление тренировочным процессом в игровых видах спорта / Г. И. Нарский, С. В. Шеренда, А. Я. Иванец // Опыт и современные технологии в развитии оздоровительной физической культуры, спортивных игр и туризма. Научно-педагогическая школа профессора А. Г. Фурманова: материалы Междунар. науч.-практ. конф. – Минск, 2009. – С. 294–296.
  4. Организация макроцикла подготовки высококвалифицированных спортсменов, специализирующихся в современном пятиборье / С. В. Севдалев [и др.] // Теория и практика физической культуры. – 2023. – № 9. – С. 94–96.
  5. Мельников, С. В. Алгоритм управления спортивной тренировкой высококвалифицированных пловцов на основании данных этапного контроля / С. В. Мельников // Мир спорта. – 2022. – № 2 (87). – С. 35–38.

6. Нарский, Г. И. Этапный контроль как эффективное средство управления подготовкой высококвалифицированных спортсменов / Г. И. Нарский, А. Г. Нарский, С. В. Мельников // Высшая школа. – 2015. – № 3 (107). – С. 19–21.
7. Севдалев, С. В. Функциональная подготовленность высококвалифицированных спортсменов, специализирующихся в современном пятиборье / С. В. Севдалев, Г. И. Нарский, А. Г. Нарский // Вестник спортивной науки. – 2022. – № 4. – С. 14–19.
8. Нарский, Г. И. К проблеме оптимизации тренировочного процесса высококвалифицированных гребцов-академистов на этапах годичного цикла подготовки / Г. И. Нарский, А. Г. Нарский, С. В. Мельников // Прикладная спортивная наука. – 2018. – № 1 (7). – С. 20–26.

**Никитюк А.В.**

*Учреждение образования «Гомельский государственный  
университет имени Ф. Скорины»  
г. Гомель, Республика Беларусь*

## **ОСОБЕННОСТИ РАЗВИТИЯ ФИЗИЧЕСКИХ КАЧЕСТВ И ТЕХНИКИ ЛЕГКОАТЛЕТИЧЕСКИХ УПРАЖНЕНИЙ У ЮНЫХ ЛЕГКОАТЛЕТОВ**

**Аннотация.** В статье рассматриваются ключевые аспекты развития физических качеств и техники легкоатлетических упражнений у юных легкоатлетов. Авторы анализируют влияние различных тренировочных программ на улучшение скорости, силы, выносливости и гибкости юных спортсменов. Основываясь на комплексном подходе, который включает теоретический анализ и практическое исследование, статья предлагает новые методики, направленные на оптимизацию тренировочного процесса. Исследование подтверждает, что методически правильно организованная система тренировок способствует не только физическому развитию, но и повышает мотивацию и интерес к занятиям легкой атлетикой. Статья содержит статистический анализ полученных данных, демонстрирующий значимость внедрения индивидуально адаптированных тренировочных программ для достижения высоких спортивных результатов.

В заключение авторы делают вывод о необходимости ранней специализации и целенаправленной работы над техникой выполнения упражнений, подчеркивая важность научно обоснованного подхода в подготовке юных легкоатлетов. Результаты исследования могут быть использованы для совершенствования методик тренировок и формирования рекомендаций



по оптимизации тренировочного процесса в детско-юношеской легкой атлетике.

**Ключевые слова:** юные легкоатлеты; физические качества; упражнения; техника.

**Введение.** Современный спорт постоянно развивается, и легкая атлетика не является исключением. Важность физической подготовки и технического мастерства в легкоатлетических дисциплинах неоспорима, особенно когда речь идет о подрастающем поколении спортсменов. Исследования показывают, что методически правильно организованная система комплексного развития является ключевым условием для прогресса юных атлетов. Спортивная ориентация детей и подростков играет решающую роль не только в их личном развитии, но и в подготовке спортивной смены и отборе перспективных спортсменов для достижения высоких результатов на национальном и международном уровнях.

В контексте глобальной спортивной арены актуальность развития физических качеств и техники легкоатлетических упражнений у юных легкоатлетов обусловлена несколькими факторами. Во-первых, ранняя специализация и профессиональная подготовка могут служить фундаментом для долгосрочного успеха в спорте. Во-вторых, оптимизация тренировочных процессов и методик обучения способствует улучшению здоровья и благополучия подрастающего поколения. В-третьих, систематическое изучение и усовершенствование подходов к тренировке юных атлетов способствует повышению общего уровня спортивных достижений страны.

В последние годы было проведено множество исследований, посвященных развитию физических качеств и техники легкоатлетических упражнений у юных спортсменов. Татьяна Дмитриевна Федотова, Виктор Иванович Федотов и Александр Петрович Горяинов в своей работе рассматривают легкоатлетические упражнения как средство улучшения физического здоровья учащихся средних классов [1]. Они подчеркивают важность легкой атлетики как базового вида спорта для развития физических качеств и укрепления здоровья школьников.

Фируза Рахматулловна Зотова и Абд Алрхман Хусам Алхусни [2] представили исследование, направленное на разработку и экспериментальное обоснование эффективности методики подготовки легкоатлетов 7–8 лет на спортивно-оздоровительном этапе. Их работа основана на программе «IAAF Kids Athletics» и включает элементы игрового блока, направленные на повышение скоростных, координационных и скоростно-силовых способностей.

Другие исследователи [3, 4] также обращают внимание на специальные упражнения, направленные на развитие физических качеств легкоатлета. Эти работы подчеркивают значимость индивидуального подхода

и адаптации тренировочных программ для максимального развития потенциала юных атлетов.

Вышеизложенное подтверждает актуальность темы и значимость для спортивной науки и практики.

Цель исследования – комплексный анализ и оптимизация процессов развития физических качеств и технического мастерства в легкоатлетических упражнениях у юных спортсменов.

Исследование направлено на выявление наиболее эффективных методов и подходов к тренировке, которые способствуют улучшению физической подготовленности и технической исполнительности, а также на оценку влияния различных тренировочных программ на динамику развития физических и технических навыков юных легкоатлетов.

**Методика и организация исследования.** Для достижения поставленной цели исследования был выбран комплексный подход, включающий как теоретический анализ существующих научных работ, так и практическое исследование с участием юных легкоатлетов. Методологической основой исследования послужили работы отечественных и зарубежных ученых в области физического воспитания и спорта, а также методики тренировочного процесса.

Эмпирическая база исследования включала наблюдение и эксперименты, проведенные среди юных легкоатлетов в возрасте от 10 до 15 лет, занимающихся в спортивной секции на базе ГУО «Мышанская средняя школа» Гомельской области.

Были использованы следующие методы сбора данных:

- тестирование физических качеств: измерение скорости, силы, выносливости и гибкости;
- видеоанализ техники выполнения упражнений: использование современных программ для анализа движений спортсменов;
- анкетирование и интервьюирование: сбор мнений и самооценок юных атлетов относительно их тренировочного процесса.

Организационные аспекты включали разработку и утверждение плана исследования, подбор и подготовку участников, а также обеспечение необходимыми материально-техническими и методическими ресурсами.

Обработка и анализ данных проводились с использованием статистических методов, включая дескриптивную статистику, корреляционный и регрессионный анализы. Это позволило оценить взаимосвязи между различными физическими качествами и техникой выполнения упражнений, а также определить наиболее значимые факторы, влияющие на успехи юных легкоатлетов.

Исследование проводилось в соответствии с этическими нормами и стандартами, принятыми в научном сообществе, с соблюдением прав и интересов участников эксперимента.

**Результаты исследования и их обсуждение.** Развитие физических качеств и техники легкоатлетических упражнений у юных спортсменов является ключевым аспектом в их спортивной подготовке. Вот основные моменты, которые следует учитывать:

1. Комплексное развитие физических качеств (необходимо обеспечить разностороннее физическое развитие, включая силу, быстроту, выносливость, гибкость и ловкость; важно правильно организовать тренировочный процесс, чтобы способствовать улучшению спортивных результатов).

2. Специализированные упражнения (использование легкоатлетических упражнений, таких как прыжки, бег, метания, для развития специфических физических качеств; подбор упражнений должен соответствовать возрастным и индивидуальным особенностям юных легкоатлетов).

3. Методика тренировок (применение различных методов тренировок, включая игровые формы и силовые упражнения, для стимуляции развития двигательных навыков; важно учитывать стадию развития ребенка и адаптировать тренировочные нагрузки соответственно).

4. Развитие техники (техническое мастерство в легкоатлетических дисциплинах требует постоянного внимания и корректировки, использование видеоанализа и других современных технологий может помочь в улучшении техники выполнения упражнений).

5. Скоростно-силовые способности (развитие скоростно-силовых качеств, таких как взрывная сила и силовая выносливость, является важным для успеха в легкой атлетике, скоростно-силовые упражнения повышают зрелищность и эффективность движений).

6. Психологическая подготовка (развитие силы воли и мотивации также играет важную роль в спортивном росте юных атлетов).

7. Отбор и специализация (на начальных этапах важно правильно определить способности юных спортсменов для их дальнейшей специализации в определенных видах легкой атлетики).

Эти данные могут служить основой для более глубокого изучения вопроса и разработки эффективных программ тренировок для юных легкоатлетов.

Полученные нами данные демонстрируют статистически значимое улучшение физических качеств у юных легкоатлетов после внедрения новой тренировочной программы. Улучшение скорости бега на 100 метров на 0,4 секунды ( $p < 0,05$ ), увеличение длины прыжка на 15 см ( $p < 0,01$ ), сокращение времени бега на 1500 метров на 10 секунд ( $p < 0,05$ ) и улучшение гибкости на 5 см ( $p < 0,01$ ) свидетельствуют о положительном влиянии разработанной методики на развитие физических качеств юных спортсменов. Эти результаты подтверждают эффективность примененных подходов и могут быть использованы для дальнейшего совершенствования тренировочных процессов в детско-юношеской легкой атлетике.

В ходе исследования нами получены следующие результаты:

1. Улучшение физических качеств: юные легкоатлеты показали значительный прогресс в скорости, силе, выносливости и гибкости после внедрения разработанных тренировочных программ.

2. Совершенствование техники: видеоанализ позволил выявить ключевые аспекты техники выполнения упражнений, которые были улучшены благодаря целенаправленным корректировкам в тренировочном процессе.

3. Позитивное восприятие изменений: анкетирование показало, что спортсмены положительно оценивают новые методики тренировок, отмечая повышение мотивации и интереса к занятиям легкой атлетикой.

**Обсуждение результатов.** Следует отметить, что в настоящее время отсутствует единое мнение о средствах и методах физической подготовки легкоатлетов на начальном этапе. На наш взгляд, необходимо использовать средства, направленные на сопряженное развитие различных физических качеств с целью профилактики дисгармоничного развития спортсменов.

Комплексный подход к тренировочному процессу, включающий индивидуальные корректировки и использование современных технологий анализа, способствует более эффективному развитию физических качеств и технического мастерства. Результаты подтверждают гипотезу о том, что методически правильно организованная система тренировок является важным условием для достижения высоких спортивных результатов.

Также было выявлено, что ранняя специализация и внимание к технике выполнения упражнений имеют значительное влияние на спортивное развитие юных атлетов. Это подчеркивает необходимость внедрения специализированных программ тренировок уже на начальных этапах спортивной подготовки.

В целом, исследование демонстрирует, что систематический и научно обоснованный подход к тренировочному процессу может значительно улучшить как физические качества, так и техническую исполнительность юных легкоатлетов, что является важным фактором для их дальнейшего спортивного роста и развития.

**Заключение.** 1. Эффективность комплексного подхода: Исследование подтвердило, что комплексный подход к тренировочному процессу, включающий индивидуальные корректировки и использование современных технологий анализа, значительно улучшает физические качества и техническое мастерство юных легкоатлетов.

2. Важность ранней специализации: Результаты показали, что ранняя специализация и систематическая работа над техникой выполнения упражнений имеют важное значение для спортивного развития и достижения высоких результатов.

3. Позитивное влияние на мотивацию: Новые методики тренировок были положительно восприняты юными спортсменами, что способствовало повышению их мотивации и интереса к занятиям легкой атлетикой.

4. Необходимость научно обоснованного подхода: Исследование подчеркнуло необходимость использования научно обоснованных методов и подходов в тренировочном процессе для достижения оптимальных результатов.

5. Роль индивидуального подхода: Адаптация тренировочных программ под индивидуальные особенности каждого юного атлета является ключевым фактором для эффективного развития физических и технических навыков.

---

1. Федотова, Т. Д. Легкоатлетические упражнения как одна из форм улучшения физического здоровья учащихся средних классов / Т. Д. Федотова, В. И. Федотов, А. П. Горяинов // Здоровье человека, теория и методика физической культуры и спорта. – 2019. – № 5 (16). – С. 138–144.

2. Зотова, Ф. Р. Эффективность методики подготовки легкоатлетов 7–8 лет на спортивно-оздоровительном этапе, разработанной на основе программы «IAAF KIDS ATHLETICS» / Ф. Р. Зотова, А. А. Х. Алхусни // Наука и спорт: современные тенденции. – 2022. – № 4. – С. 45–53.

3. Лалаева, Г. С. Применение разработанной программы с использованием специального комплекса прыжковых упражнений в тренировочном процессе легкоатлетов 9–10 лет [Электронный ресурс] / Г. С. Лалаева, Е. Ю. Дьякова. – Режим доступа: <https://cyberleninka.ru/article/n/primenenie-razrabotannoy-programmy-s-ispolzovaniem-spetsialnogo-kompleksa-pryzhkovykh-uprazhneniy-v-trenirovochnom-protseesse/viewer>. – Дата доступа: 11.04.2024.

4. Ильина, И. А. Рациональное использование специальных беговых упражнений на занятиях по легкой атлетике [Электронный ресурс] / И. А. Ильина. – Режим доступа: <https://cyberleninka.ru/article/n/ratsionalnoe-ispolzovanie-spetsialnyh-begovykh-uprazhneniy-na-zanyatiyah-po-legkoy-atletike/viewer>. – Дата доступа: 11.04.2024.



**Осипенко Е.В., канд. пед. наук, доцент**

*Учреждение образования «Гомельский государственный университет имени Ф. Скорины»  
г. Гомель, Республика Беларусь*

## **ФИЗИЧЕСКАЯ КУЛЬТУРА КАК ИНСТРУМЕНТ СОЦИАЛИЗАЦИИ И РАЗВИТИЯ КОМПЕТЕНЦИЙ**

**Аннотация.** В данной статье рассматривается роль физической культуры в процессе социализации и развития социальных компетенций у обучающихся. Авторы анализируют, как систематические занятия физической культурой способствуют формированию коммуникативных навыков, умению работать в команде, лидерским качествам и уверенности в себе. Исследование основывается на анкетировании школьников и наблюдениях за их поведением в процессе занятий спортом и физическими упражнениями.

Статья предлагает новый взгляд на физическую культуру не только как на средство укрепления здоровья, но и как на важный фактор социального развития личности. Подчеркивается, что включение физической культуры в образовательный процесс может стать эффективным инструментом для повышения социальной адаптации и компетентности обучающихся. В статье представлены практические рекомендации для образовательных учреждений по интеграции физической культуры в учебные программы с целью формирования гармонично развитой личности.

**Ключевые слова:** физическая культура; социализация; социальные компетенции; обучающиеся; образовательный процесс.

**Введение.** В мире, где каждый шаг формирует будущее, физическая культура возвышается как мост между здоровьем и обществом. Она не просто тренировка тела, но и гимнастика разума, ведущая к социальной гармонии и компетентности.

В современном обществе физическая культура выходит за рамки простого средства поддержания здоровья и физической формы. Она становится мощным инструментом социальной интеграции и развития ключевых компетенций, необходимых для успешного взаимодействия в социальной среде. Настоящая статья посвящена анализу роли физической культуры в формировании социальной компетентности обучающихся, что является актуальной задачей педагогической науки и практики.

Социальная компетентность – это совокупность психологических, коммуникативных и поведенческих навыков, которые позволяют индивиду эффективно и адекватно взаимодействовать в различных социальных контекстах.

В контексте образовательного процесса, физическая культура предоставляет уникальные возможности для развития этих навыков через

групповые занятия, спортивные игры и соревнования, которые требуют командной работы, взаимопомощи и соблюдения правил.

**Актуальность.** В условиях динамично меняющегося мира, где социальные взаимодействия и компетенции становятся ключевыми факторами успешной социализации, физическая культура приобретает новое значение. Она выступает не только как средство укрепления здоровья, но и как эффективный инструмент развития социальных навыков и компетенций, особенно среди учащихся.

Современные образовательные системы все чаще признают важность интеграции физической культуры в общее образовательное пространство как средства формирования социально-адаптированных личностей. Исследования [1–3] показывают, что регулярные физические упражнения и спортивные занятия способствуют развитию коммуникативных навыков, лидерских качеств и уверенности в себе, умению работать в команде.

Однако, несмотря на признание этих фактов, до сих пор существует недостаток комплексных исследований, посвященных изучению конкретных механизмов, через которые физическая культура влияет на социальную компетентность. Вопросы о том, какие виды физической активности наиболее эффективны для развития определенных социальных навыков, какие методики могут быть использованы в образовательных учреждениях, и как оценить влияние физической культуры на социальную адаптацию, остаются открытыми.

Таким образом, актуальность данной статьи обусловлена необходимостью глубокого анализа взаимосвязи между физической культурой и социальной компетентностью, а также разработкой эффективных подходов и программ, которые могут быть реализованы в образовательной практике для формирования социально-компетентной молодежи.

Цель исследования – анализ теоретических основ формирования социальной компетентности, исследование механизмов, через которые физическая культура влияет на социальную компетентность учащихся.

В контексте образовательного процесса, физическая культура предоставляет уникальные возможности для развития этих навыков через групповые занятия, спортивные игры и соревнования, которые требуют командной работы, взаимопомощи и соблюдения правил.

**Методика и организация исследования.** Исследование, проведенное на базе ГУО «Средняя школа № 28 г. Гомеля имени Э.В. Серёгина», было организовано с целью изучения влияния физической культуры на социальную компетентность учащихся.

Основной целью было выявление и анализ взаимосвязи между регулярными занятиями физической культурой и развитием социальных навыков у школьников. Задачи включали разработку и апробацию образовательных программ, направленных на усиление социальной компетентности.

Исследование охватило учащихся различных возрастных групп, чтобы оценить эффекты физической культуры на разных этапах развития детей.

Методы исследования: анализ научно-методической литературы, анкетирование, наблюдение, тестирование и интервью, методы математической статистики.

**Результаты исследования и их обсуждение.** Физическая культура оказывает значительное положительное влияние на социальную компетентность учащихся, способствуя развитию их коммуникативных навыков и умения работать в команде. Регулярные занятия физической культурой и спортом улучшают не только физическое, но и психическое здоровье, что в свою очередь способствует улучшению качества социального взаимодействия и академических успехов.

Физическая активность требует от учащихся общения и взаимодействия с партнерами и педагогами (тренерами), что улучшает их способность к вербальной и невербальной коммуникации. Спортивные игры и занятия в группах предоставляют множество возможностей для развития этих навыков.

Командные виды спорта особенно ценны для развития умения работать в команде. Учащиеся учатся доверять друг другу, разделять ответственность и совместно стремиться к достижению общих целей.

Физическая культура также способствует развитию лидерских качеств. Учащиеся, занимающиеся спортом, часто становятся лидерами, принимая на себя ответственность за результаты команды и мотивируя своих товарищей.

Спортивные достижения повышают самооценку и уверенность в себе, что является важным аспектом социального взаимодействия. Учащиеся, которые чувствуют себя уверенно, более склонны к активному участию в социальной жизни.

Таким образом, физическая культура играет ключевую роль в развитии социальной компетентности учащихся, обогащая их социальный опыт и способствуя формированию здоровой и гармонично развитой личности.

Для развития социальных навыков и компетенций у обучающихся могут использоваться следующие средства:

1. Компетентностные задачи: задачи, направленные на развитие предметных и метапредметных компетенций, такие как задачи по математике и информатике, которые требуют от учащихся применения знаний в практических ситуациях.

2. Проблемно-исследовательские методы: методы, позволяющие учащимся самостоятельно исследовать проблемы, формулировать гипотезы и находить решения, что способствует развитию критического мышления.

3. Активные и коллективные формы обучения: групповые проекты и дискуссии, которые стимулируют учащихся к сотрудничеству и обмену идеями.

4. Коммуникативные навыки: развитие умений эффективно общаться, использовать вербальные и невербальные средства коммуникации, аргументировать свое мнение.

5. Перцептивные навыки: обучение учащихся пониманию эмоционального состояния других, эмпатии и взаимоподдержке.

6. Организаторские навыки: планирование и организация коллективной деятельности, разрешение конфликтов, оценка ресурсов.

7. Рефлексивные навыки: развитие умений самоконтроля, саморегуляции, самоанализа и оценки своего поведения и поступков других.

8. Участие в общественно-полезной деятельности: вовлечение учащихся в работу органов самоуправления и общественных организаций для повышения их социальной активности и гражданской компетентности.

Эти средства помогают формировать у обучающихся не только знания и умения, но и социальные навыки, необходимые для успешной адаптации и взаимодействия в обществе.

Развитие социальных навыков и компетенций в рамках физического воспитания обучающихся может быть достигнуто через следующие методы:

1. Групповые занятия и командные игры: они способствуют развитию коммуникации, сотрудничества, уважения и доверия. Командные виды спорта учат детей работать вместе ради общей цели.

2. Соревнования и спортивные мероприятия: участие в соревнованиях помогает развивать стрессоустойчивость, управление эмоциями, а также лидерские качества и чувство ответственности.

3. Индивидуальный подход: учет личных интересов и способностей каждого ученика для максимального развития его потенциала и укрепления самооценки.

4. Разнообразие упражнений: включение различных видов физической активности для развития гибкости, координации, силы и выносливости, что также способствует социальному взаимодействию.

5. Формирование эмпатии и уважения: через спортивные игры и упражнения дети учатся понимать и уважать чувства других, а также развивают способность к эмпатии.

6. Развитие организаторских навыков: поощрение учащихся к участию в организации спортивных мероприятий и управлении командами для развития лидерских и организационных навыков.

7. Интеграция с другими видами воспитания: связывание физического воспитания с социальным, культурным и нравственным воспитанием для формирования гармоничной личности.

Эти методы помогут обучающимся не только улучшить физическое состояние, но и развить важные социальные навыки и компетенции, необходимые для успешной жизни в обществе.

Оценка социальных навыков и компетенций у обучающихся может быть выполнена с использованием различных методов и инструментов:

1. Наблюдение: педагоги и психологи могут наблюдать за поведением учащихся в различных социальных ситуациях, таких как групповые занятия, игры, проектная работа, чтобы оценить их взаимодействие с другими.

2. Самооценка: учащиеся могут самостоятельно оценивать свои социальные навыки, используя анкеты или дневники, что помогает им осознать свои сильные и слабые стороны.

3. Взаимооценка: учащиеся могут оценивать социальные навыки своих сверстников в ходе совместной работы над проектами или во время групповых обсуждений.

4. Психологические тесты и опросники: существуют специализированные тесты и опросники, разработанные для оценки различных аспектов социальной компетентности, такие как коммуникативные навыки, эмпатия, умение работать в команде.

5. Ролевые игры и симуляции: эти методы позволяют учащимся проявить и развить социальные навыки в контролируемой среде, что облегчает их оценку.

6. Анализ случаев (кейс-метод): обсуждение и анализ реальных или гипотетических ситуаций помогает оценить способность учащихся применять социальные навыки в практических контекстах.

7. Портфолио: сбор работ учащихся, отражающих их социальные достижения и участие в различных мероприятиях, может служить основой для оценки их социальной компетентности.

8. Интервью и беседы: индивидуальные или групповые беседы с учащимися могут дать понимание их социальных навыков и способности к рефлексии.

Эти методы и инструменты помогают получить объективную и всестороннюю оценку социальных навыков и компетенций у обучающихся, что важно для их дальнейшего развития и социализации.

Согласно результатам проведенного анкетирования школьников, можно констатировать, что 91 % респондентов подтвердили необходимость занятий физической культурой и спортом. Было отмечено, что у этих учащихся повысилась социальная компетентность, что проявилось в улучшении коммуникативных навыков и способности эффективно работать в команде. 37 % убеждены в больших воспитательных возможностях спорта, включая развитие коммуникативных навыков и умения работать в команде. 41 % респондентов имеют представления об оздоровительных механизмах физической культуры, что включает улучшение психологического состояния и социальной адаптации.

**Обсуждение результатов.** Исходя из данных анкетирования, можно сделать вывод, что физическая культура оказывает значительное влияние



на социальную компетентность школьников. Большинство учащихся признают важность физических упражнений не только для физического здоровья, но и для развития личностных качеств. Улучшение коммуникативных навыков и способности к командной работе, отмеченное учащимися, подчеркивает роль спорта в формировании социально-адаптированных личностей. Также стоит отметить, что значительная часть респондентов осознает психологические и воспитательные аспекты физической активности, что указывает на глубокое понимание многофункциональной роли спорта в жизни молодежи.

**Заключение.** Интеграция физической культуры в учебные программы учреждений образования открывает новые горизонты для развития социальных навыков и компетенций.

Данное исследование предоставляет подход для разработки образовательных стратегий, которые могут быть интегрированы в учебные программы учреждений образования с целью формирования социально-компетентной молодежи. Оно также подчеркивает важность включения физической культуры в образовательный процесс в качестве средства социализации и развития личности.

Включение физической культуры в образовательный процесс не только способствует укреплению здоровья, но и обеспечивает развитие таких важных качеств, как командная работа, лидерство, уверенность и коммуникативные навыки. Это создает основу для социальной адаптации и успешной интеграции в общество.

- 
1. Иванов, М. Э. Влияние физических упражнений на жизнедеятельность человека / М. Э. Иванов, М. Ю. Бобров // V междунар. науч.-технич. конф. «Техническая эксплуатация водного транспорта: проблемы и пути развития».
  2. Развитие коммуникативных навыков: упражнения и правила [Электронный ресурс]. – Режим доступа: <https://gb.ru/blog/razvitie-kommunikativnykh-navykov/>. – Дата доступа: 15.04.2024.
  3. Влияние физических упражнений на здоровье и формирование физических качеств обучающихся [Электронный ресурс]. – Режим доступа: <https://infourok.ru/issledovatel'skaya-rabota-na-temu-vliyanie-fizicheskikh-uprazhneniy-na-zdorove-i-formirovanie-fizicheskikh-kachestv-obuchayuschihsy-4007412.html>. – Дата доступа: 15.04.2024.

**Панас А.А., Федорова А.М., канд. пед. наук**

*Учреждение образования «Белорусский государственный университет физической культуры»  
г. Минск, Республика Беларусь*

## **СОВРЕМЕННЫЕ ПРОБЛЕМЫ ФИЗИЧЕСКОЙ ПОДГОТОВЛЕННОСТИ ШКОЛЬНИКОВ 12-15 ЛЕТ: РЕЗУЛЬТАТЫ СОЦИОЛОГИЧЕСКОГО ИССЛЕДОВАНИЯ**

**Аннотация.** В статье рассмотрены проблемы физической подготовленности учащихся девятых классов средних общеобразовательных учреждений. С помощью анкетирования было проведено исследование с целью изучения двигательной активности учащихся средних классов. Результаты исследования позволили выявить основные проблемы в физической подготовленности учащихся.

**Ключевые слова:** физическая культура; физическая подготовленность; учащиеся; подростки; средние общеобразовательные учреждения.

Одним из наиболее актуальных вопросов в контексте развития современного общества является оптимизация физической подготовленности детей и подростков, от решения которого зависит не только здоровье отдельных людей, но и сохранение генофонда всей нации.

Согласно определению В.Б. Коренберга, физическая подготовленность — это «деятельность человека, которая выражается в движениях тела или служит для их осуществления». Согласно данному определению, в эту категорию входят как рудиментарные движения, так и длительные физические движения. Необходимо подчеркнуть, что физическая подготовка является «состоянием человека, связанное с выполнением физическими движениями [5].

М.И. Воробьев и Т.Ю. Круцевич объясняют понятие «физической подготовленности» как ряд движений, которые человек совершает в процессе всей сознательной жизнедеятельности. Основными компонентами двигательной активности детей и подростков являются уроки физической культуры и здоровья, физические нагрузки в процессе обучения, общественно полезная и трудовая деятельность, физическая активность в свободное время [4].

Б.Г. Акчурина считает, что «физическая подготовка происходит одновременно с процессом введения человека в мир культурных ценностей, усиливая положительные качества личности и разрушая отрицательные» [1].

Исходя из вышесказанного, физическая подготовка — это специфическая деятельность, связанная с укреплением здоровья, развитием физического потенциала и достижением физического совершенства. Ее целью является эффективная реализация способностей и навыков с учетом индивидуальной мотивации и социальных потребностей.

Таблица 1 – Характеристика физической активности учащихся девятых классов (%)

Ответы	Мальчики	Девочки	Ответы		Мальчики	Девочки
<i>Занятия физическими упражнениями во время типичной недели (60 мин. в день)</i>				<i>Занятия в спортивной секции</i>		
1. 0 дней	10	2,5		1. Не занимаюсь	28,75	28,75
2. 1 день	2,5	7,5		2. Не занимаюсь, но раньше занимался	25	35
3. 2 дня	5	10		3. Занимаюсь	12,5	17,5
4. 3 дня	25	10		4. Занимаюсь в ДЮСШ	33,75	18,75
5. 4 дня	5	15		<i>Физическая подготовленность</i>		
6. 5 дней	16,25	15		1. Отличная	50	35
7. 6 дней	5	11,25		2. Хорошая	38,75	52,5
8. 7 дней	31,25	28,75		3. Удовлетворительная	10	11,25
<i>Уроки физической культуры в школе</i>				4. Плохая	1,25	1,25
1. Нравятся	86,25	93,75		<i>Просмотр телевизионных программ в выходные дни</i>		
2. Не нравятся	13,75	6,25		1. Не просматриваю	5	2,5
<i>Просмотр телевизионных программ на протяжении учебной недели</i>				2. 30 мин. в день	6,25	5
1. Не просматриваю	5	2,5		3. 1 час в день	10	13,75
2. 30 мин. в день	11,25	13,75		4. 2 часа в день	13,75	10
3. 1 час в день	21,25	10		5. 3 часа в день	12,5	13,75
4. 2 часа в день	12,5	21,25		6. 4 часа в день	15	21,25
5. 3 часа в день	16,25	27,5		7. 5 часов в день	7,5	18,75
6. 4 часа в день	20	8,75		8. 6 часов в день	10	8,75
7. 5 часов в день	7,5	12,5		9. 7 часов в день	20	6,25
8. 6 часов в день	6,25	-		<i>Выполнение домашнего задания в выходные дни</i>		
9. 7 часов в день	-	3,75		1. Нисколько	10	3,75
<i>Выполнение домашнего задания в течение учебной недели</i>				2. 30 мин. в день	28,75	21,25
1. Нисколько	-	-		3. 1 час в день	32,5	27,5
2. 30 мин. в день	28,75	18,75		4. 2 часа в день	15	27,5
3. 1 час в день	42,5	25		5. 3 часа в день	8,75	8,75
4. 2 часа в день	12,5	28,75		6. 4 часа в день	1,25	5
5. 3 часа в день	11,25	13,75		7. 5 часов в день	2,5	5
6. 4 часа в день	3,75	7,5		8. 6 часов в день	1,25	1,25
7. 5 часов в день	-	2,5		<i>Работа за компьютером (игры, интернет) в выходные дни</i>		
8. 6 часов в день	1,25	3,75		1. Нисколько	22,5	37,5
<i>Работа за компьютером (игры, интернет) на протяжении учебной недели</i>				2. 30 мин. в день	5	12,5
1. Нисколько	31,25	40		3. 1 час в день	16,25	13,75
2. 30 мин. в день	7,5	16,25		4. 2 часа в день	13,75	18,75
3. 1 час в день	21,25	16,25		5. 3 часа в день	11,25	6,25
4. 2 часа в день	10	21,25		6. 4 часа в день	7,5	3,75
5. 3 часа в день	12,5	3,75		7. 5 часов в день	10	5
6. 4 часа в день	10	-		8. 6 часов в день	3,75	2,5
7. 5 часов в день	5	2,5		9. 7 часов в день	10	-
8. 6 часов в день	1,25	-				
9. 7 часов в день	1,25	-				

Продолжение таблицы 1

<i>Чтение художественной литературы в течение учебной недели</i>				<i>Чтение художественной литературы в выходные дни</i>		
1. Нисколько	20	5		1. Нисколько	23,75	6,25
2. 30 мин. в день	42,5	25		2. 30 мин. в день	30	26,25
3. 1 час в день	16,25	33,75		3. 1 час в день	18,75	28,75
4. 2 часа в день	8,75	22,5		4. 2 часа в день	12,5	18,75
5. 3 часа в день	6,25	5		5. 3 часа в день	6,25	7,5
6. 4 часа в день	5	6,25		6. 4 часа в день	5	6,25
7. 5 часов в день	1,25	1,25		7. 5 часов в день	-	2,5
8. 6 часов в день	-	1,25		8. 6 часов в день	1,25	3,75
9. 7 часов в день	-	-		9. 7 часов в день	2,5	-

К показателям, характеризующим уровень физической активности детей среднего школьного возраста, относятся, прежде всего, частота занятий физической культурой, продолжительность и интенсивность физических нагрузок, участие школьников в различных формах организации физкультурно-спортивной деятельности. Особенностью оптимального распределения физической активности является то, что оно учитывает не только верхнюю (максимально допустимую), но и нижнюю (максимально необходимую) границу [3].

Результатом принудительной физической нагрузки считается всестороннее физическое развитие, специфическое развитие основных физических качеств, двигательных навыков и умений, а также некоторые специфические знания о функциональных возможностях различных органов и систем.

В наше время, когда компьютеризация, развитие высоких технологий, умственный труд преобладают над физическим, а большинство учащихся средних классов физически неактивны, возникает проблема обновления школьных программ и вывода физического воспитания на новый уровень.

Целью исследования являются изучение социально-педагогических факторов формирования физической активности учащихся девятых классов средних общеобразовательных учебных заведений.

В рамках прохождения производственно-педагогической практики, которую студенты 3 курса БГУФК проходили с ноября по декабрь 2023 на базе Государственного учреждения общего среднего образования «Средняя школа № 9 г. Минска», решались следующие задачи:

Изучение состояния вопросов об уровне физической активности учащихся среднего школьного возраста (учащихся девятых классов);

Определение уровня физической активности учащихся средней школы возрастом 14–15 лет.

На уровень физической активности школьников влияют многие факторы, которые были определены с помощью анкетного опроса. Всего

в исследовании принимали участие 62 человека, среди них 30 мальчиков и 32 девочек УО «Средняя школа № 9 г. Минска».

Результат анкетирования позволил выявить, что современные дети среднего школьного возраста ограничены в своей естественной двигательной активности из-за напряженного ритма жизни и процесса обучения в современных учреждениях образования. Для современных детей первоочередной задачей является получение перспективного образования, стремление к которому начинается с первого класса начальной школы. Родители не всегда думают о здоровье, физическом развитии и физической подготовленности ребенка, они навязывают дополнительные занятия по определенным дисциплинам. Интерес детей к занятиям, требующим физической активности, снижается, поскольку появляются другие интересы, не требующие усилий. Основными причинами, которые мешают современным школьникам заниматься спортом в свободное время, являются чрезмерное увлечение компьютерными играми и социальными сетями, а также материальные причины, нежелание трудиться [5].

Следовательно, снижение двигательной активности приводит к ухудшению самочувствия, и это становится препятствием для укрепления и поддержания здоровья в соответствии с биологическим развитием. Недостаточное развитие физических качеств ребенка среднего школьного возраста, в свою очередь, вызывает проблемы с обучением в школе (плохую физическую и умственную работоспособность), что также напрямую связано со снижением двигательной активности [4].

Таким образом, анализ анкеты показывает, что значительная часть мальчиков (57,8 %) и девочек (70 %) этого возраста занимаются физическими упражнениями более 1 раза в день по 60 минут 3 раза в неделю. С другой стороны, мальчиков, которые не занимаются спортом 1 день в неделю, то есть даже не посещают занятия физкультурой, составляет 10 %, а девочек – 2,5 %. Особую озабоченность вызывает состояние двигательных навыков у мальчиков, где будущий физический труд более сложен и требует высокой степени физического развития.

Высокая степень развития физических качеств достигается при регулярном посещении спортивных секций. Согласно данным, в 9-х классах их посещают 46,25 % мальчиков и 36,25 % девочек. Вместе с этим к 14–15 годам 25 % мальчиков и 35 % девочек уже бросили спортивные секции. Следует отметить, что со временем, как показывает практика, этот показатель увеличивается.

Большинство учащихся считают, что их физическая подготовленность – отличная или хорошая, и только 11,25 % мальчиков и 12,5 % девочек не удовлетворены своей физической подготовленностью.

Таким образом, для повышения уровня физической подготовки стоит повысить эффективность занятий физкультурой, изменить роль учителей



физической культуры и здоровья, сформировать готовность учащихся среднего школьного возраста к занятиям физической культурой и спортом, посещать спортивные секции, кружки и т. д. Формирование мотивации к занятиям физической культурой также является немаловажным компонентом в повышении уровня физической подготовки. Также содействие всестороннему развитию личности посредством формирования физической культуры личности школьника.

1. Акчурина, Б. Г. Диалектика духовного и телесного начал в свете нового понимания физической культуры / Б. Г. Акчурина // Теория и практика физической культуры. – Минск, 2002. – № 6. – С. 57–60.
2. Бальсевич, В. К. Физическая активность человека / В. К. Бальсевич, В. А. Запорожанов. – Киев: Здоровья, 1987. – 227 с.
3. Бальсевич, В. К. Физическая культура для всех и для каждого / В. К. Бальсевич. – М.: Физкультура и спорт, 1988. – 208 с.
4. Круцевич, Т. Ю. Контроль в физическом воспитании детей, подростков и юношей / Т. Ю. Круцевич, М. И. Воробьев. – М., 2005. – 195 с.
5. Проблемы физической культуры и спорта, здоровья детей и молодежи: сб. материалов XIX респ. студ. науч.-практ. конф., Брест, 28–29 марта 2019 г. / Брест. гос. ун-т им. А. С. Пушкина; редкол.: А. В. Шаров (гл. ред.). – Брест: БрГУ, 2019. – 555 с.

**Ротерс Т.Т., д-р пед. наук, профессор, Мещеряков А.И.**

*Луганский государственный педагогический университет  
Луганск*

## **ПОДГОТОВКА БУДУЩИХ УЧИТЕЛЕЙ ФИЗИЧЕСКОЙ КУЛЬТУРЫ К ПРОФЕССИОНАЛЬНОЙ ДЕЯТЕЛЬНОСТИ В КОНТЕКСТЕ СОВРЕМЕННЫХ ТРЕБОВАНИЙ ОБРАЗОВАНИЯ**

**Аннотация.** В статье представлено исследование проблемы подготовки будущих учителей физической культуры к профессиональной деятельности в контексте современных требований государственных и программно-нормативных материалов, регламентирующий процесс профессиональной подготовки. Акцентируется внимание на теоретических и методологических основаниях профессиональной подготовки с учетом реалий и тенденций преподавания уроков физической культуры в общеобразовательных учреждениях Луганской Народной республики.

**Ключевые слова:** подготовка; учителя физической культуры; современные требования; программа; концепция; Федеральный государственный образовательный стандарт.

Актуальность исследования подготовки будущих учителей физической культуры к профессиональной деятельности определяется новыми реалиями и вызовами современности к совершенствованию высшего образования, где основной целью выступает подготовка высококвалифицированных специалистов, конкурентоспособных на рынке труда, владеющих современными образовательными технологиями, методиками, обладающими высоким уровнем развития профессиональных компетенций, способных к самосовершенствованию и творческому развитию. На государственном уровне разрабатываются концепции, государственные образовательные стандарты высшего образования, что направлено на повышение уровня готовности будущего учителя физической культуры к профессиональной деятельности, выработку мотивации к творческой самореализации в избранной сфере деятельности.

Целью нашего исследования является определение теоретических и методологических оснований подготовки будущих учителей физической культуры к профессиональной деятельности в контексте современных требований образования.

Основными методами исследования выступали дедукция, анализ и синтез, сравнение и аналогия.

В результате проведенного исследования было установлено, что в Луганской Народной Республике подготовка будущего учителя физической культуры осуществляется в контексте требований Федерального государственного образовательного стандарта высшего образования по направлению подготовки 49.03.01 «Физическая культура» (программа бакалавриата) [2].

Основной акцент в данном документе сделан на характеристике профессиональной деятельности выпускника, а именно: образование и наука, что связано с будущей профессиональной деятельностью в сфере начального общего, основного общего и среднего общего образования, а также в сфере профессионального и дополнительного образования. Второй областью выступает «Физическая культура и спорт», что проецируется сферой физического воспитания, физической культуры, массового спорта, спортивной подготовки.

Следовательно, согласно Федерального государственного образовательного стандарта профессиональная деятельность выпускника бакалавриата по физической культуре многогранна и многопланова в контексте решения тренерских, педагогических, рекреационных и других задач профессиональной деятельности, но для нашего исследования важное значение имеет именно педагогический вид профессиональной деятельности, что ставит

перед выпускником необходимость решения соответствующих профессиональных задач, среди которых первоочередное место занимают следующие задачи, а именно: осуществлять образовательный процесс на основе положений теории физической культуры; разрабатывать учебные планы и программы к занятиям по физической культуре; проводить различные виды учебных занятий по физической культуре для детей различного возраста, организовывать внеклассную физкультурно-оздоровительную работу, применять на практике актуальные дидактические технологии, планировать содержание занятий и других форм использования физических упражнений оздоравливающего воздействия для лиц различных возрастных групп; формировать мотивацию и потребность к занятиям физической культурой и спортом, обеспечивать необходимый запас знаний, двигательных умений и навыков, а также достаточный уровень физической подготовленности учащихся для сохранения и укрепления их здоровья и трудовой деятельности, обобщать и внедрять в практическую деятельность передовой отечественный и зарубежный опыт в области оздоровительных технологий и др.

Доминирующей позицией подготовки будущих учителей физической культуры выступают формирование универсальных, общепрофессиональных и профессиональных компетенций. Методологическим основанием формирования выше указанных компетенций является компетентностный подход, который проецирует результаты подготовки выпускников в призму взаимосвязи целей обучения и осуществления будущих профессиональных функций, формирования способности специалиста действовать в различных практических ситуациях грамотно и компетентно. Для этого студенту необходимо не только обладать совокупностью знаний, умений и навыков, но и целым рядом компетенций, личностных и профессионально важных качеств, быть способным к усвоению новых знаний и опыта. При этом особенно важным является готовность реализовывать их в профессиональной деятельности, где высоко ценится способность быстро ориентироваться в современных условиях, мыслить самостоятельно и принимать эффективные решения, находить творческий подход к воплощению идей в практику.

Основная направленность подготовки будущих учителей физической культуры к профессиональной деятельности определяется их готовностью к реализации требований Федерального государственного образовательного стандарта начального общего образования [3], основного общего образования [4] и среднего общего образования [5] на основании которых разработаны Федеральные рабочие программы по физической культуре начального общего образования [6], основного общего образования [7]..и среднего общего образования [8]. Так, в содержании Федеральной рабочей программы по физической культуре для всех возрастных групп предусмотрены такие компоненты как знания, способы самостоятельной деятельности и физическое совершенство с тремя разделами: оздоровительная физическая культура;

спортивно-оздоровительная физическая культура и прикладно-ориентированная физическая культура. Уровень достижения у обучающихся определяется на основании формирования личностных, метапредметных и предметных результатов. Отмечаем, что в Федеральных рабочих программах по физической культуре значительное место отводится подготовке к сдаче норм и требований Всероссийского физкультурно-спортивного комплекса «Готов к труду и обороне», что ставит перед будущими учителями физической культуры задачу изучения данного нормативного документа.

В Федеральной рабочей программе по физической культуре начального общего образования впервые представлено два варианта. Первый вариант имеет гимнастическую направленность, где особое место отведено упражнениям основной гимнастики и играм с использованием гимнастических упражнений. Основные предметные результаты основаны на умении использовать основные гимнастические упражнения для формирования и укрепления здоровья, физического развития, физического совершенствования, повышения физической и умственной работоспособности. Теоретической основой данного варианта программы выступает концепция, которая основана на принципах систематичности и последовательности; непрерывности и цикличности; возрастного соответствия направлений физического воспитания; наглядности; доступности и индивидуализации; осознанности и активности; динамичности; вариативности, что позволяет обучающимся начальной школы достичь наиболее эффективных результатов в обучении физической культуре.

Второй вариант программы имеет базовый уровень и направлен на укрепление и сохранение здоровья обучающихся, приобретение ими знаний и способов самостоятельной деятельности, развитие физических качеств и освоение физических упражнений оздоровительной, спортивной и прикладно-ориентированной направленности. Вместе с тем, отличительной чертой данного вариант программы является наличие 14 модулей по видам спорта, которые имеют свои программы. Отмечаем, что такая тенденция, которая проявляется во внедрении программ-модулей по видам спорта прослеживается и в Федеральной рабочей программе основного общего и среднего общего образования, что актуализирует перед высшей школой необходимость повышение уровня двигательной подготовленности студентов – будущих учителей физической культуры, более глубокое овладение курсом «Спортивно-педагогическое совершенствование».

Отмечаем, что методологическим основанием структуры и содержания Федеральной рабочей программы по физической культуры для начальной, основной и старшей школы выступает личностно-деятельностный подход, ориентирующий будущих учителей физической культуры на развитие целостной личности обучающихся.

Установлено, что профессиональная деятельность учителя физической культуры определяется спецификой физического воспитания школьников различных возрастных групп, где взаимодействие профессиональных знаний, двигательных умений с физическими и профессиональными способностями дает возможность учителю физической культуры вносить элементы творчества и инноваций в уроки физической культуры и внеклассные мероприятия.

В Концепции преподавания учебного предмета «Физическая культура» в образовательных организациях Российской Федерации, реализующих основные образовательные программы [1], выделены основные проблемы изучения и преподавания учебного предмета «Физическая культура», а именно; проблемы мотивационного характера, содержательного и методического характера, а также кадровые проблемы. Именно решение комплекса обозначенных проблем создает предпосылки для достижения цели и решения задач преподавания учебного предмета «Физическая культура» на уровне создания условий для обеспечения высокого качества преподавания учебного предмета, повышение его воспитательного и оздоровительного потенциала в образовательных организациях на основе модернизации системы физического воспитания в соответствии с социальными запросами общества и перспективными задачами развития Российской Федерации в современном мире.

В качестве вывода и перспектив дальнейших исследований, отмечаем, что подготовка будущих учителей физической культуры к профессиональной деятельности – это процесс формирования творческой личности, способной к самосовершенствованию, который характеризуется саморазвитием, непрерывным самообразованием, формированием способности креативного мышления при реализации требований Федерального государственного образовательного стандарта высшего образования на основе компетентностного, междисциплинарного, культурологического, личностно-деятельностного и системного подходов, что позволяет осуществить комплексное исследование данной проблемы и определить стратегию предстоящего исследования.

---

1. Концепция преподавания учебного предмета «Физическая культура» в образовательных организациях Российской Федерации, реализующих основные общеобразовательные программы. Утверждена протоколом заседания коллегии Министерства просвещения Российской Федерации от 24 декабря 2018 г. № ПК – 1 вн [Электронный ресурс]. – Режим доступа: <https://xn--blatfbldk.xn--plai/files/ioe/documents/DJS4IV3YCB1K8CEZVAJ9.pdf>. – Дата доступа: 11.02.2024.

2. Федеральный государственный образовательный стандарт высшего образования – бакалавриат по направлению подготовки 49.03.01 Физическая культура [Электронный ресурс]. – Режим доступа: [http://www.unn.ru/sveden/files/docs/edustandarts/2023/490301\\_B\\_3.pdf?ysclid=ltvsj19e8c408722510](http://www.unn.ru/sveden/files/docs/edustandarts/2023/490301_B_3.pdf?ysclid=ltvsj19e8c408722510). – Дата доступа: 11.02.2024.



3. Федеральный государственный образовательный стандарт начального общего образования (Редакция с изменениями № 286 от 31 мая 2022 года) [Электронный ресурс]. – Режим доступа: [https://sh-beryozovskaya-kanifolnyj-r04.gosweb.gosuslugi.ru/netcat\\_files/32/50/FGOS\\_NOO\\_2021.pdf](https://sh-beryozovskaya-kanifolnyj-r04.gosweb.gosuslugi.ru/netcat_files/32/50/FGOS_NOO_2021.pdf). – Дата доступа: 20.02.2024.
4. Федеральный государственный образовательный стандарт основного общего образования (Редакция с изменениями № 287 от 31 мая 2022 года) [Электронный ресурс]. – Режим доступа: [https://noschl.gosuslugi.ru/netcat\\_files/161/2509/FGOS\\_OOO\\_2022.pdf](https://noschl.gosuslugi.ru/netcat_files/161/2509/FGOS_OOO_2022.pdf). – Дата доступа: 20.02.2024.
5. Федеральный государственный образовательный стандарт среднего общего образования (Редакция с изменениями № 732 от 12.08.2022 года) [Электронный ресурс]. – Режим доступа: <https://minobr.tverreg.ru/files/ФГОС%20СОО%20с%20изменениями%20от%2023.09.2022.pdf?ysclid=lmk96lsikx241638403>. – Дата доступа: 20.02.2024.
6. Федеральная рабочая программа начального образования. Физическая культура (для 1–4 классов общеобразовательных организаций) [Электронный ресурс]. – Режим доступа: [https://edsoo.ru/wp-content/uploads/2023/09/frp-fizkultura-1-4\\_klassy.pdf](https://edsoo.ru/wp-content/uploads/2023/09/frp-fizkultura-1-4_klassy.pdf). – Дата доступа: 11.03.2024.
7. Федеральная рабочая программа начального образования. Физическая культура (для 5–9 классов общеобразовательных организаций) [Электронный ресурс]. – Режим доступа: [https://edsoo.ru/wp-content/uploads/2023/09/frp-fizicheskaya-kultura\\_5-9-klassy.pdf](https://edsoo.ru/wp-content/uploads/2023/09/frp-fizicheskaya-kultura_5-9-klassy.pdf). – Дата доступа: 11.03.2024.
8. Федеральная рабочая программа начального образования. Физическая культура (для 10–11 классов общеобразовательных организаций) [Электронный ресурс]. – Режим доступа: [https://edsoo.ru/wp-content/uploads/2023/09/frp-fizicheskaya-kultura\\_10-11-klassy.pdf](https://edsoo.ru/wp-content/uploads/2023/09/frp-fizicheskaya-kultura_10-11-klassy.pdf). – Дата доступа: 11.03.2024.

**Самойлова В.А., канд. пед. наук**

*Учреждение образования «Белорусский государственный  
университет физической культуры»  
г. Минск, Республика Беларусь*

## **ЭКОЛОГИЧЕСКОЕ ВОСПИТАНИЕ КАК НЕОТЪЕМЛЕМЫЙ КОМПОНЕНТ ФОРМИРОВАНИЯ ЛИЧНОСТИ БУДУЩИХ ПЕДАГОГОВ**

**Аннотация.** Экологическое воспитание играет важную роль в формировании будущих педагогов с осознанием ответственности за окружающую среду и образом мышления, соответствующего устойчивому развитию общества. Интеграция различных подходов в экологическом воспитании позволяет готовить компетентных специалистов, способных решать вызовы современного общества и прививать важные ценности экологической культуры.

**Ключевые слова:** экологическое воспитание; студенты; молодежь; подходы; личность; обучение; человек; окружающая среда; интеграция.

**Введение.** Одной из ключевых задач профессионального образования студентов педагогических специальностей является развитие личности, осознающей свою роль в сохранении природы и естественных ресурсов, способной принимать решения, основанные на принципах экологии. Одна из задач современных научно-педагогических исследований заключается в выявлении и создании условий для формирования экологической грамотности как комплексного качества личности, тем самым передавая накопленные знания в этом направлении будущему и молодому поколению. Для обеспечения устойчивого развития общества чрезвычайно важно, чтобы каждый гражданин проявлял личный интерес к решению проблем окружающей среды. Это подразумевает осознание важности принятия ответственных решений, уважения к природе и стремление к жизни в гармонии с ней. Развитие экологической грамотности у будущих педагогов в процессе их профессионального становления способствует не только сохранению окружающей среды, но и формированию устойчивого образа мышления, принятию решений и действий, способствующих благополучию как нашего общества, так и планеты в целом.

В Постановлении совета министров Республики Беларусь от 19 февраля 2021 г. № 99 отмечается, что цель Государственной программы «Охрана окружающей среды и устойчивое использование природных ресурсов» на 2021–2025 годы заключается в обеспечении «экологически благоприятных

условий для жизнедеятельности граждан, охраны окружающей среды, сохранение и устойчивое использование природных ресурсов» [1]. Это свидетельствует о необходимости уделения особого внимания осознанному взаимодействию человека, в частности, будущих педагогов с окружающей средой и принятию экологически обоснованных решений для сохранения природы и обеспечения устойчивого развития общества (Э.А. Зверева, 2015; Т.И. Петрова, 2016; Ю.А. Бахмутская, Н.Н. Бахмутский, С.С. Скворцов, 2020; О.А. Чалова, 2023).

Цель исследования – анализ подходов экологического воспитания в формировании личности будущих педагогов.

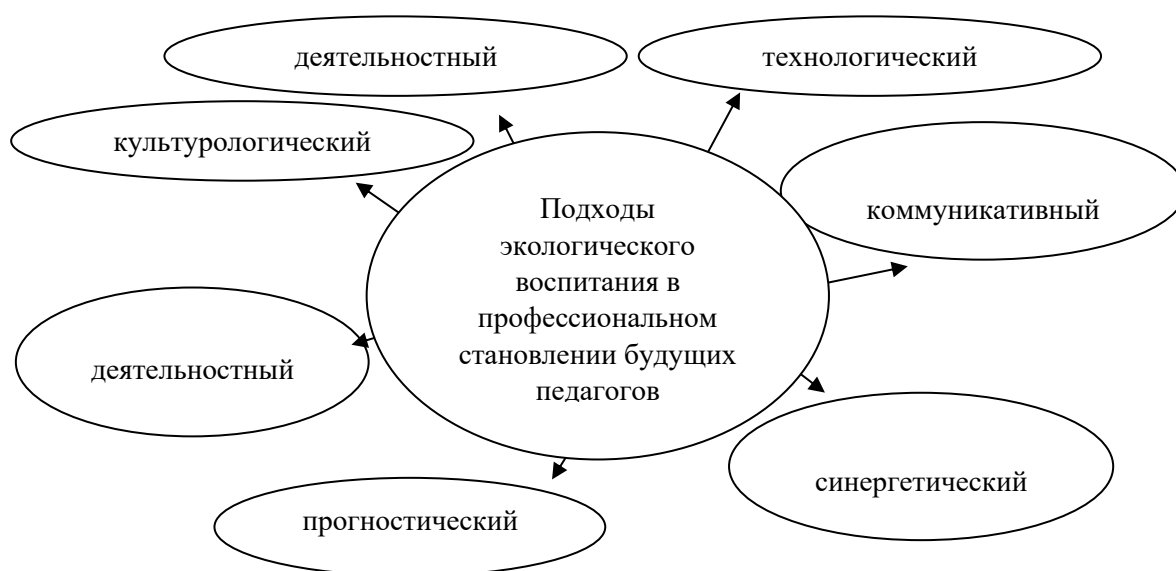
**Основная часть.** Для рассмотрения вопроса, прежде всего, следует обратиться к определению понятия «экологическое образование». Следует отметить, что в направлении этого понятия ученые высказывают различные мнения. Н.А. Балюк, Л.Е. Куприна, Т.В. Рыбалова отмечают, что впервые определение понятию «экологическое образование» было дано на конференции, состоявшейся в 1970 году и организованной Международным союзом охраны природы [2]: «экологическое образование – процесс и результат усвоения систематических знаний, умений и навыков в области воздействия на окружающую среду, состояния окружающей среды и последствий изменения окружающей среды» [2, с. 47]. Далее последовал и ряд других трактовок определения этого понятия. В частности, О.Л. Горбачева, Т.А. Москвиченкова, И. Д. Зверев, сходятся во мнении, что «экологическое образование – непрерывный процесс обучения, самообразования, накопления опыта и развития личности, направленный на формирование ценностных ориентаций, норм поведения и получение специальных знаний по охране окружающей природной среды и природопользованию, реализуемых в экологически грамотной деятельности» [3, с. 29; 4]. Г.Н. Каропа трактует экологическое образование как непрерывный процесс обучения, воспитания и развития личности, направленный на нормирование системы научных и практических знаний, ценностных ориентаций поведения и деятельности, обеспечивающих ответственное отношение человека к окружающей среде. Также в данном аспекте уместно будет принять во внимание и мнение А.П. Карканицы: «Экологическое образование не только дает научные знания из области экологии, но и является важным звеном экологического воспитания будущих специалистов, суть которого в том, что человек – часть природы и сохранение природы – это сохранение полноценной жизни человека» [5, с. 3].

На наш взгляд, наиболее полную трактовку рассматриваемого понятия выдвинул академик Г.Я. Ягодин, с точки зрения которого экологическое образование – это не часть образования, а новый смысл и цель современного образовательного процесса – уникального средства сохранения и развития человечества и продолжения человеческой цивилизации.

Экологическое воспитание можно трактовать как систематическую педагогическую деятельность, направленную на формирование экологической культуры (Г.Н. Казарчик, 2009).

Экологическое воспитание студентов педагогических специальностей в современном высшем образовании играет ключевую роль в подготовке специалистов, способных эффективно решать социально-экологические проблемы и устанавливать гармоничные отношения с природной средой. Этот процесс включает в себя как обучение новым научным знаниям об окружающей среде и рациональном природопользовании, так и формирование новых ценностей и отношений студентов к природе.

В настоящее время активно ведутся исследования по разработке подходов экологического воспитания в профессиональном становлении будущих педагогов, к ним можно отнести деятельностный, технологический, компетентностный, культурологический, коммуникативный, прогностический, синергетический подходы (рисунок).



**Рисунок – Подходы экологического воспитания в профессиональном становлении будущих педагогов**

Анализируя деятельностный подход в экологическом воспитании студентов следует отметить, что посредством этого подхода студенты приобретают не только теоретические знания, но и практические навыки, необходимые для решения проблем современной экологии. Важно, чтобы будущие педагоги умели применять новые социально-экологические технологии и подходы, способствующие сохранению природы для текущего и будущих поколений. Воспитание студентов в области экологии также направлено на развитие творческой деятельности и формирование глубокого уважения и ответственности к окружающей среде. В совокупности эти аспекты помогают

студентам не только стать профессионалами в своей области, но и проявить себя активными участниками экологического движения, способствующего устойчивому развитию общества.

Технологический подход позволяет реализовывать образовательный процесс с учетом современных информационных технологий, делая процесс обучения более интерактивным и доступным для студентов, а также способствует популяризации экологических знаний.

Главной особенностью экологического воспитания студентов в свете реализации компетентностного подхода является высокий уровень экологических знаний, знание современных образовательных технологий, адаптация к экологическим вызовам и умение организовывать деятельность для формирования бережного отношения к природе. Вместе с тем, формирование экологической грамотности осуществляется посредством интеграции знаний об экологии с другими дисциплинами, а поощрение саморазвития и творчества помогает студентам находить инновационные решения для охраны окружающей среды. Педагоги, развивающие свою компетентность в экологическом образовании, могут стать образцом для учащихся и прививать важные ценности экологической культуры.

Культурологический подход экологического воспитания студентов играет важную роль в подготовке будущих педагогов к ответственной роли в сохранении окружающей среды и способствует формированию устойчивого отношения к окружающей среде с учетом особенностей молодежи. Культурологический подход позволяет учитывать культурные особенности и ценности, встраивая экологическое воспитание в контекст культуры и истории, что способствует формированию глубокого понимания важности сохранения природы. Также положения данного подхода позволяют направлять студентов на ценностные ориентиры, в частности, способствуя осознанию этических и моральных аспектов взаимодействия с окружающей средой, тем самым давая возможность будущим педагогам развивать эмпатию, сочувствие и заботу о природе.

Коммуникативный подход подчеркивает важность коммуникации и сотрудничества в обучении экологии, помогая обучающимся развивать навыки коллективной работы и эффективного общения.

Прогностический подход экологического воспитания студентов имеет важное значение для определения долгосрочных целей и задач формирования экологической культуры среди молодого поколения. Данный подход охватывает ряд аспектов, в частности:

- определение ключевых целей и задач: прогностический подход способствует установлению стратегических приоритетов в области экологического воспитания, определяя главные направления развития и обучения;
- исследование условий развития: анализируя текущие условия и тренды в области экологического воспитания, анализируемый подход выступает



условием выявления насущных аспектов к потенциальным возможностям для повышения эффективности процесса обучения;

– разработка новых подходов и исследований: прогностическая составляющая подразумевает изыскание инноваций – разработка новых методик, программ и проектов в контексте экологического воспитания.

– внедрение в практику обучения: практическое применение полученных знаний и исследований в процессе обучения молодежи с целью повышения их осведомленности по вопросам экологии. Таким образом, прогностический подход играет важную роль в развитии экологического воспитания и способствует формированию у студентов осознанного и ответственного отношения к окружающей среде.

Синергетический подход в экологическом воспитании студентов основывается на закономерностях самоорганизации сложных систем, что помогает студентам увидеть себя как часть сложной системы мира, понять важность взаимосвязей и влияния их собственных действий на окружающую природу. Через осознание внутренней связи с миром, студенты начинают ценить себя и окружающую среду, проявляя уважение к биоразнообразию и экосистемам. Все это способствует развитию целостной личности, способной гармонично проявлять себя в окружающем мире стремясь к обретению студентами своей уникальной роли в мире, а также становлению себя как активного участника сохранения экологической стабильности. Таким образом, синергетика в экологическом воспитании стимулирует студентов к осознанному и глубокому взаимодействию с природой, способствуя формированию устойчивых и гармоничных отношений между человеком и окружающей средой.

Опираясь на изложенное выше следует отметить, что экологическое воспитание играет важную роль в формировании профессионализма будущих педагогов. Понимание принципов устойчивого развития, забота об окружающей среде и ее сохранение помогут педагогам в развитии критического мышления и ответственного отношения к миру. Экологическая грамотность важна для формирования личности будущего поколения, готового к решению вызовов современного мира.

**Заключение.** В процессе исследования были получены результаты:

1. Экологическое воспитание в профессиональном становлении будущих педагогов позволяет формировать личность, способную принимать решения на основе принципов экологии и важности ответственности за окружающую среду.

2. Актуальным направлением современных научно-педагогических исследований является создание условий для формирования экологической грамотности, как неотъемлемого ценностного компонента личности молодежи.

3. Экологическое воспитание играет ключевую роль в подготовке будущих педагогов к решению социально-экологических проблем

и установлению гармоничных отношений с окружающей средой. Важным направлением в данном контексте является интеграция подходов, таких как деятельностный, технологический, компетентностный, культурологический, коммуникативный, прогностический, синергетический для формирования экологической грамотности студентов, что способствует формированию компетентных специалистов, готовых к решению вызовов современного мира и устойчивому развитию общества.

- 
1. О Государственной программе «Охрана окружающей среды и устойчивое использование природных ресурсов» на 2021–2025 годы [Электронный ресурс]: постановление Совета Министров Респ. Беларусь, 19 февраля 2021 г., № 9 // ЭТАЛОН. Законодательство Республики Беларусь / Нац. центр правовой информ. Респ. Беларусь. – Минск, 2024.
  2. Балюк, Н. А. Экологическое образование школьников в системе естественнонаучного дополнительного образования / Н. А. Балюк, Л. Е. Куприна, Т. В. Рыбалова // Журнал педагогических исследований. – 2023. – № 6. – С. 46–52.
  3. Горбачева, О. Л. Формирование экологических знаний в рамках программы ВУД «Математика плюс. 8 класс» / О. Л. Горбачева, Т. А. Москвиченкова // Непрерывное экологическое образование: проблемы, опыт, перспективы: материалы III Всерос. науч.-практ. конф., Томск, 31 окт. – 1 нояб. 2019 г. – 2019. – С. 129–130.
  4. Зверев, И. Д. Учебные исследования по экологии в школе: практ. пособие / И. Д. Зверев. – М.: Центр «Экология и образование», 1993. – 86 с.
  5. Карканица, А. П. Экологическое образование и культура / А. П. Карканица. – Томск: БИЦ, 2013. – 38 с.

**Соколовский Н.Н., Федорова А.М., канд. пед. наук**

*Учреждение образования «Белорусский государственный университет физической культуры»*

*г. Минск, Республика Беларусь*

## **СТИМУЛИРОВАНИЕ ПОТРЕБНОСТИ У ПОДРОСТКОВ В ПОСЕЩЕНИИ УРОКОВ ФИЗИЧЕСКОЙ КУЛЬТУРЫ И ЗДОРОВЬЯ**

**Аннотация.** Данная статья посвящена проблеме незаинтересованности учащихся средних классов в занятиях физической культурой и здоровьем. Рассматривается вопрос важности развития физической культуры для здоровья детей, предлагаются возможные пути привлечения учащихся к занятиям физической культуры и здоровья.

**Ключевые слова:** мотивация, учащиеся, подростки, физическая культура и здоровье, незаинтересованность.

**Введение.** В современном мире физическая культура играет ключевую роль в развитии детей и поддержании их общего благополучия. Однако в последние годы наблюдается ухудшение интереса учащихся средних классов к физической культуре и здоровью. Данная тенденция может привести к негативным последствиям для здоровья детей, таким как ожирение, нарушения в обмене веществ, проблемы со здоровьем сердечно-сосудистой системы и др. Кроме того, физическая активность играет важную роль в развитии координации, выносливости, силы и общего самочувствия.

Серьезность данной проблемы, требует комплексного подхода и совместных усилий всех сторон – внимания и понимания со стороны педагогов, родителей и общества в целом, чтобы обеспечить здоровье и активное развитие молодого поколения. Возраст 12–13 лет является периодом, когда формируются привычки и отношение к здоровью, здоровому образу жизни, к физической активности в целом.

Для формирования позитивного отношения школьников к физической культуре и здоровью необходимо создавать интересные, разнообразные и доступные занятия, учитывающие индивидуальные особенности каждого ребенка. Важно также стимулировать и поддерживать учащихся в их стремлении заниматься физической культурой и спортом, объяснять им важность физической активности для здоровья и самочувствия.

Успешность отношения школьников к занятиям физической культурой заключается не только в их внутреннем мотивировании и стимулировании, но и грамотном проведении уроков физической культуры. Урок должен обеспечивать систематическое изучение минимума знаний и навыков, составляя

тем самым базу для разностороннего физического воспитания обучающихся, а также оказывать влияние на организм обучающихся, формируя у них различные мотивы к занятиям физической культурой. При этом урочные занятия являются лишь основой физической культуры, которая должна стимулировать обучающегося к самостоятельным занятиям физической культурой и стать неотъемлемой частью на протяжении всей его жизни [1]. Последний фактор является самоцелью физического воспитания школьников. Наряду с этим оно имеет большое прикладное значение, заключающееся в применении тех или иных элементов в повседневной жизни и быту.

П.А. Виноградов считает, что отношение к занятиям физической культурой составляет одним из главных вопросов личностно-ориентированной педагогики [2].

Воспитательная деятельность современного урока физической культуры и здоровья должна быть направлена на то, чтобы сформировать у нынешнего подростка потребность в систематических занятиях физической культурой и эти потребности стали важной составляющей его повседневной жизни. Связь потребностей и мотивов состоит в реализации потребностей в поведении и деятельности индивидов через мотивы. В физической культуре мотивы, в свою очередь, базируются на ощущениях и потребностях, присутствующих в процессе регулярных занятий физической культурой.

Целью данной работы является формирование положительной мотивации учащихся подросткового возраста к систематическим занятиям по физической культуре и здоровью.

Преподаватели физической культуры и здоровья часто сталкиваются с необходимостью мотивировать учащихся и заинтересовывать их в занятиях. Многие десятилетия были потрачены на поиск эффективных методов, и несмотря на это, эта проблема остается актуальной.

Отсутствие интереса и мотивации – являлись основными причинами непосещаемости уроков по физической культуре и здоровью учащимися 12–13 лет средней общеобразовательной школы № 180 города Минска. Эта причина являлась первоочередной в ответах учеников во время беседы с ними студентами-практикантами БГУФК. Беседа также позволила выявить, что дети сильно недооценивают физическую культуру и считают ее ненужным предметом в школе. Проведенный опрос позволил наметить несколько факторов, которые оказывали существенное влияние на отношение учеников к урокам физической культуры и здоровью, среди которых были:

- мнение родителей, что урок физкультуры «не важный», по отношению к тем урокам, где задействована интеллектуальная активность;
- отсутствие понимания значимости физической активности;
- страх неудачи и отсутствие уверенности в своих спортивных способностях;
- убежденность подростков в совершенстве своей физической формы;

– шаблонность и однообразие в проведении занятий.

Родители и учащиеся, недооценивая значимость уроков физической культуры и здоровья, забывают о то, что физическая активность необходима для полноценного и гармоничного развития личности. Отсутствие активности у учеников приводит к застою в физическом развитии, ослаблению мышечной деятельности организма, снижению сосредоточенности, ожирению и др.

Вместе с тем, именно родители могут стать примером для детей, участвуя с ними в спортивных занятиях или поддерживая их на спортивных соревнованиях. Педагоги могут проводить мотивирующие беседы, рассказывать о пользе физической активности и помогать ученикам открыть для себя интересные виды спорта.

Педагогическое вмешательство должно быть направлено на создание стимулов, формирование интереса и мотивации к занятиям физической культурой и здоровьем, а также на развитие самодисциплины и саморегуляции. Очень важно создать положительную атмосферу и поддерживающую обстановку на занятиях. Преподаватели должны поощрять каждого ученика, задействовать их активное участие и разнообразить уроки, чтобы сделать их интересными и привлекательными. Использование игр, командных видов спорта, соревнований и групповых заданий может помочь привлечь внимание и создать положительный опыт. Важно помнить, что каждый ребенок уникален и имеет свои собственные потребности и предпочтения. В таких случаях важно помочь им найти интересные и подходящие виды активности, поддерживать их мотивацию и содействовать развитию их потенциала.

Организовывая и проводя занятия по физической культуре и здоровью, многие студенты-практиканты БГУФК творчески и неординарно подходили к своей работе, создавая тем самым положительную атмосферу и желание у подростков заниматься физической культурой.

Выявленные причины позволили наметить ряд мероприятий, которые позволили повысить интерес и посещаемость уроков физической культуры и здоровья.

Одним из ключевых аспектов поддержки интереса подростков к занятиям по физической культуре и здоровью является изменение подхода к обучению. Традиционные методы, основанные на монотонных упражнениях и силовой физической нагрузке, могут быть мало привлекательными для учащихся. Поэтому необходимо внедрять более разнообразные и инновационные методики, которые учитывают индивидуальные интересы, потребности и способности каждого ученика.

Разнообразие видов физической активности также играет важную роль в развитии интереса учащихся. Образовательные учреждения могут предложить широкий выбор видов занятий, таких как футбол, баскетбол, волейбол, теннис, плавание, гимнастика и другие, чтобы каждый ученик мог



найти что-то, что ему по душе. Также можно организовывать тематические занятия и мероприятия, связанные с интересующими учащихся темами.

Таким образом, мотивация является ключевым фактором в развитии интереса учащихся к занятиям физической культурой и здоровьем. Именно мотивация побуждает учащихся прилагать усилия и достигать успеха. Педагоги должны знать своих учеников, понимать их цели, стремления и мотивы, чтобы создать подходящие условия и занятия, которые будут максимально стимулировать их интерес.

---

1. Кирушин, К. Р. Исследование отношения обучающихся к занятиям физической культурой [Электронный ресурс] / К. Р. Кирушин, Л. Е. Школьников // Концепт. – 2017. – Т. 2. – С. 410–415. – Режим доступа: <http://e-koncept.ru/2017/570080.htm>. – Дата доступа: 22.02.2024.

2. Виноградов, П. А. Основы физической культуры и здорового образа жизни / П. А. Виноградов. – М.: Советский спорт, 1996. – 288 с.

**Станкевич Т.И., Ян Синьюй**

*Учреждение образования «Белорусский государственный университет физической культуры»  
г. Минск, Республика Беларусь*

## **МЕТОДЫ ОЦЕНКИ СТУДЕНТОВ БАКАЛАВРИАТА В РАЗЛИЧНЫХ УНИВЕРСИТЕТАХ КИТАЯ**

**Аннотация.** Данная статья посвящена рассмотрению системы контроля и оценки знаний студентов в Китайской Народной Республике. Исследуя опыт китайских учреждений высшего образования, автор стремится раскрыть существующие вопросы системы контроля учебной деятельности обучающихся учреждений высшего образования.

Акцентируется внимание на оценке, которая определяет новые тенденции в образовательной практике: повышение значимости качественных оценок; ориентация на личностные достижения студентов; социальной кредитной системы.

**Ключевые слова:** высшее образование, КНР, методы оценки, университет, социальная кредитная система.

**Введение.** Положение высшего образования в Китае имеет стратегическую ценность для социального и экономического развития страны. В современном Китае система высшего образования продолжает развиваться

как в количественном, так и в качественном аспектах. К настоящему времени в стране функционирует более 3000 университетов, и 70 % молодежи соответствующего возраста получает образование в китайских университетах. Руководство Китая разработало стратегию параллельного развития элитарного и массового секторов высшего образования [1]. Элитарные университеты предоставляют образование по академическим программам бакалавриата и магистратуры, в то время как высшие профессиональные колледжи предлагают двух- или трехлетние программы, завершение которых не дает студентам статуса высшего образования. При таком расширении системы высшего образования органам управления необходимо следить за качеством обучения в университетах.

Цель исследования – раскрыть особенности оценивания знаний студентов бакалавриата в китайской системе высшего образования.

Конкретные задачи исследования включают:

1. Изучение механизма поступления в учреждения высшего образования и его влияние на отбор студентов.
2. Исследование конкретных методов оценки результатов курсов, включая формы экзаменов и критерии оценки.
3. Изучение влияния социальной кредитной системы на поведение студентов во время экзаменов и его влияние на их успеваемость.
4. Анализ комплексного подхода к оценке академических результатов и формулы расчета среднего балла (GPA).

**Основная часть.** В рамках высшего образования большое внимание уделяется повышению качества подготовки квалифицированных специалистов, повышению уровня научных исследований, создание университетов мирового класса. В сфере высшего образования руководство Китая также проводит политику параллельного развития элитарного и массового секторов высшего образования. К первой категории относятся классические многопрофильные университеты (как обычные, так и ведущие университеты первой категории), которые обучают по академическим программам бакалавриата и магистратуры. Ко второй – высшие профессиональные колледжи, обучающие по двух-трехлетним программам, выпускникам которых выдаются документы о получении определенной специальности (данные документы не приравниваются к диплому о высшем образовании и не позволяют продолжить обучение по академическим программам).

При экспансии высшего образования органам управления приходится отслеживать качество обучения в университетах.

Значимость контроля учебной деятельности студента находит свое отражение в возможности поддержать интерес обучающегося. Контроль учебного процесса позволяет объективно отразить уровень владения студента определенными знаниями, компетенциями; сформировать привычку систематически изучать предмет и регулярно готовиться к занятиям; повысить

ответственность студента за свои знания; улучшить качество преподавания; повысить уровень и качество управления и организации учебной деятельности.

Контроль становится одним из результативных сил процесса управления учебно-познавательной деятельностью обучающихся на всех ее этапах. Сложившаяся в КНР модель вступительных экзаменов в учреждения высшего образования – «гаокао» – стала важным механизмом отбора наиболее трудолюбивых и способных студентов [2]. В университет поступающие сдают единый национальный вступительный экзамен (он состоит из четырех тестов по предметам выбранных в старшей школе абитуриентом).

В Китае после изучения дисциплины предусмотренной учебной программой и учебным планом университета, студенту необходимо сдать сессию которую устанавливает университет. На сайтах университета и Китайского министерство образования размещен файл со статусом обучаемого в нем отражены академические достижения студента и задолженности по предмету.

Стоит отметить, что акцент ставится и на контроле учебной деятельности, поиске разнообразных форм и методов оценки знаний, умений и нравственных качеств учащихся.

Для контроля знаний по дисциплине в качестве итогового в университете используются зачет и экзамен. Рассмотрим более подробно методы контроля: письменный экзамен (включая закрытую книгу и открытую книгу); устный экзамен работа с навыками (например по легкой атлетике оценивается навык прыжка можно получить 100 баллов); письменного тестирования (экзамен сдается обязательно в соответствии с правилами университета и факультета).

Оценка спортивных результатов по предмету оценивается всесторонне: оценивается посещаемость студента, работа в аудитории, внеаудиторными упражнениями; физическое здоровье студента. Конкретные критерии по физическому здоровью отражены в справке и сформулированы в университете «Департаментом физического воспитания и исследований» или «Отделом физического воспитания и исследований медицинского факультета».

Результаты экзаменов по дисциплине оцениваются и фиксируются по стобалльной шкале. Оценка 60 баллов или выше является положительной. Результаты зачета по дисциплине, как правило, оцениваются как «зачет» (P) или «незачет» (NP). Если студент сдаст все экзамены и зачеты, он сможет получить кредит за курс. В какой форме будет проходить зачет определяет преподаватель, который читает дисциплину и сообщает об этом в отдел управления академическими делами университета (отдела, института, центра) для протокола.

Общий балл за весь курс оценивается комплексно (включая текущий экзамен, работа на занятии обсуждения в аудитории, викторины, домашняя

задания, работы, посещаемость и т. д.) и итоговый экзамен. Доля оценки, которую получает студент текущего контроля составляет 30 %, доля оценки за итоговый контроль составляет 70 %. Оценивая экзаменационные работы, преподаватель должен научно и справедливо в соответствии со стандартами оценивания. Преподаватель контролирует сложность тестовых вопросов и распределение оценок [4].

Курсовые (семестровые) работы (эксперименты или исследования могут быть завершены в течение одного семестра или более, и результаты курса до завершения регистрируются в электронном журнале как «В процессе» (IP; Фактические оценки будут зачтены по окончании курса). Студент может отказываться от курса в середине курса, графа оценок курса в транскрипте записывается как W (отказ).

Среди основных элементов оценивания в Китае существует система «социального кредита» это значит, что человек сам формирует свою репутацию добрыми делами и правильным общественным поведением, тем самым вносит вклад в развитие справедливого общества. На экзамене студент должен быть честными и заслуживающими доверия в процессе обучения и оценки, а также соблюдать дисциплину университетского обучения. Если студент серьезно нарушает дисциплину на экзамене (списывает, результаты оценки курса будут недействительными записаны как баллы «0» или «неквалифицированный»). Дисциплинарные санкции по студенту вносятся в дисциплинарный журнал и личное дело студента в соответствии с правилами университета [3].

Студент, который отсутствовал на занятиях по уважительной причине и накопил более одной трети пропусков от общего количества часов в семестре курса, далее не участвует в экзамене и оценка будет записана как 0 баллов или «неквалифицированный». Студент, допущенные к испытательному сроку, должен пройти заново курс и сдать экзамен, а общий балл курса будет оцениваться после получения фактических результатов теста. Если студент не подает заявку на отсрочку экзамена или не подает заявку на утверждение и не сдает экзамен, это рассматривается как прогул. Результаты экзаменов по заочным курсам записываются как «0» баллов или «неквалифицированные» и засчитываются в общую балльную оценку курса.

Студент, который изучил дисциплину в старшей школе, может быть освобожден после подачи заявления на кафедру в начале курса. Критерии оценки для освобождения определяются факультетом. Результаты освобождения по предмету записываются как EX, Exemption, и студент может получить кредит за курс.

Университет принимает средний балл успеваемости (GPA) в качестве эталонного стандарта качества обучения учащихся (балл за курс = балл за курс  $\times$  кредитные баллы) [5]. Формула пересчета баллов по 100-балльной выглядит следующим образом:

$$GPA = 5 - 4(100 - X)^2 / 1600 \quad (60 \leq X \leq 100),$$

где  $X$  – балл за курс, средний балл  $100 - 5.00$ , средний балл  $60 - 1.00$ , а средний балл ниже  $60$  равен  $0$ .

Семестровый или общий средний балл (GPA) = сумма баллов за пройденные курсы ÷ сумма кредитов за пройденные курсы.

Оценки за курсы, отличные от  $100$  баллов, комплексные экзамены, оценки за выпускные работы и т. д., не включаются в расчет среднего балла (GPA). EX, I, IP, P, NP и W не участвуют в расчете среднего балла (GPA).

Каждый оценочный балл за один и тот же курс засчитывается в средний балл.

**Заключение.** Китайская система контроля обеспечивает повышение качества высшего образования. Вступительный экзамен «Gaokao» эффективно отбирает наиболее способных студентов. Тенденция современной системы контроля знаний в китайских университетах направлена на укрепление контроля процесса. Таким образом, картина знаний студентов может формироваться через оценку текущей деятельности и дополняться результатами итогового контроля. Внедрение социальной кредитной системы в определенной степени регулирует поведение студентов во время экзаменов и способствует развитию социальной значимых качеств личности. Благодаря такой многоуровневой системе оценки высшего образования в Китае произошло значительное увеличение его количества и качества. Правильно организованный контроль, комплексность оценки является объективным отражением знаний студентов и удовлетворяет потребности учебного процесса современной системы высшего образования Китая.

- 
1. 王焰新, 李琳, 李素矿, 等. 新时代高校教育、科技、人才一体化布局与科学基金发展策略[J]. 中国科学基金, 2024, 38(02): 232–237. DOI:10.16262/j.cnki.1000-8217.2024.02.002.
  2. 苗苗, 王本灵. 一流课程建设背景下应用型本科高校课程评价体系研究[J]. 河南牧业经济学院学报, 2024, 37(02): 84–88.
  3. 周亚贤, 张永云, 侯婕. 开放式教学环境下的高校教学过程和教师绩效评价指标体系[J]. 科教导刊, 2024(09): 36–38. DOI:10.16400/j.cnki.kjdk.2024.9.011.
  4. 北京大学教务部. (2024). 学生成绩评定和纪律处理规定. 《北京大学本科教学管理规定》. 北京: 北京大学出版社.
  5. Peking University Department of Academic Affairs. (2024). Methods of Assessment and Recording of Undergraduate Student Grades in Chinese Universities. In Academic Regulations of Peking University. Beijing: Peking University Press.



**Старчанка У.М., канд. пед. навук., дацэнт**

*Установа адукацыі «Гомельскі дзяржаўны*

*ўніверсітэт імя Францыска Скарыны»*

*г. Гомель, Рэспубліка Беларусь*

## **ДА ПЫТАННЯ АБ АЦЭНЬВАННІ ЭФЕКТЫЎНАСЦІ ПЕДАГАГІЧНАЙ ДЗЕЙНАСЦІ**

**Анатацыя.** У артыкуле разгледжана структура педагагічнай дзейнасці. Указаны фактары, якія вызначаюць эфектыўнасць педагагічнай дзейнасці і вызначаны ўклад у яе кожнага з іх. Прад'яўлены і разгледжаны алгарытм ацэньвання эфектыўнасці педагагічнай дзейнасці фізкультурна-спартыўнага педагога.

**Ключавыя словы:** педагагічная дзейнасць; фізкультурна-спартыўны педагог; алгарытм; эфектыўнасць; ацэньванне.

**Увядзенне.** Педагагічная дзейнасць фізкультурна-спартыўнага педагога ўяўляе сабой дзейнасць па арганізацыі натуральнага педагагічнага працэсу (у дадзеным выпадку працэсу фізічнага выхавання) і кіраванні ім [1–3]. У арганізацыйных адносінах ўзнікненне натуральнага педагагічнага працэсу адбываецца пры наяўнасці ўзораў дзейнасці, якія падлягаюць капіраванню і педагагічнай сітуацыі, якая трактуецца намі як сітуацыя супадзення ў часе і прасторы ўзораў дзейнасці і іх патэнцыйнага носбіта [1]. Наяўнасць згаданых умоў (фактараў) забяспечвае ўзнікненне педагагічнага працэсу, але не гарантуе яго высокай эфектыўнасці. Адсутнасць любога з іх не дазваляе педагагічнаму працэсу ўзнікнуць што здымае пытанне аб яго эфектыўнасці.

У выпадку ўзнікнення педагагічнага працэсу на яго эфектыўнасць істотны ўплыў аказвае ўласна кіраўнічы складнік педагагічнай дзейнасці фізкультурна-спартыўнага педагога. Кіраванне ўключае ў сябе педагагічны кантроль, параўнанне рэальных параметраў педагагічнага працэсу з мэтавымі параметрамі (выяўленне няўзгодненасці), прыняцце рашэнняў і карэкцыю сістэмы кіруючыхў педагагічных уздзеянняў. Кіраўнічы складнік педагагічнай дзейнасці фізкультурна-спартыўнага педагога станоўча ўплывае на эфектыўнасць педагагічнага працэсу толькі ў выпадку паспяховага ажыццяўлення ўсіх трох функцый.

Якасная падрыхтоўка спецыялістаў у сферы фізічнай культуры і спорту наўрад ці магчымая без распрацоўкі тэарэтыка-метадычных падстаў ацэньвання эфектыўнасці прафесійнай дзейнасці педагога. Таму задача вымярэння і ацэньвання эфектыўнасці прафесійнай дзейнасці фізкультурна-спартыўнага педагога ўяўляецца нам актуальнай навукова-практычнай задачай.

Мэта нашага тэарэтычнага даследавання заключалася ў распрацоўцы алгарытму ацэньвання эфектыўнасці педагагічнай дзейнасці фізкультурна-спартыўнага педагога.

Педагагічная дзейнасць у структурна-функцыянальным стаўленні ўяўляе сабой сістэму, якая мінімальна ўключае ў сябе элементы-фактары:

- дэманстрацыя ўзораў дзейнасці, якія падлягаюць капіраванню (фактар d1);
- педагагічны кантроль над параметрамі вучэбнай дзейнасці навучэнцаў (фактар d2);
- параўнанне (камparaцыя) вучнёўскіх копіяў з дэманстраванымі ўзорамі і выяўленне няўзгодненасці (фактар d3);
- прыняцце рашэнняў і карэкцыя сістэмы кіруючых педагагічных уздзеянняў (фактар d4);
- стварэнне і падтрыманне педагагічнай сітуацыі (фактар d5).

Абмяркоўваючы пытанне аб укладзе кожнага з фактараў у агульную эфектыўнасць педагагічнай дзейнасці варта адзначыць, што вырашальны ўклад належыць фактарам d1 і d5 бо іх адсутнасць раўназначна адсутнасці педагагічнага працэсу і адпаведна абнуляе эфектыўнасць педагагічнай дзейнасці. Фактары d2, d3, d4 важныя, але іх адсутнасць не прыводзіць да поўнага знікнення педагагічнага працэсу, хоць і істотна зніжае эфектыўнасць педагагічнай дзейнасці.

У метадалагічным стаўленні эфектыўнасць педагагічнай дзейнасці фізкультурна-спартыўнага педагога можа быць прадстаўлена як функцыя ад названых фактараў:  $f(d1, d2, d3, d4, d5)$ . Алгарытм ацэньвання эфектыўнасці педагагічнай дзейнасці фізкультурна-спартыўнага педагога прадстаўлены на малюнку.

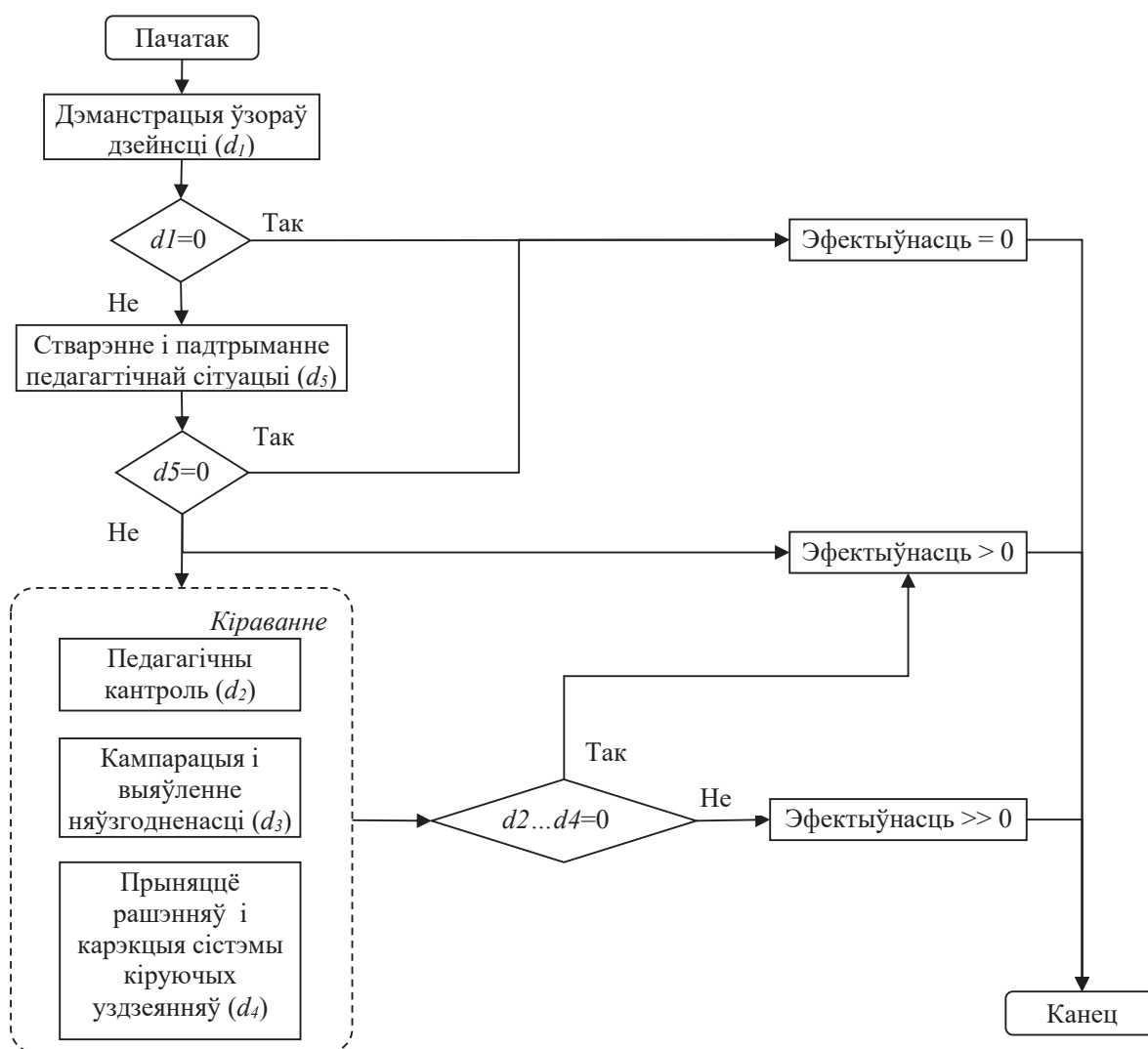
Апісанне працы алгарытму наступнае. Ацэньваецца наяўнасць дэманструемых педагогам узораў дзейнасці (d1). Калі такіх не назіраецца ( $d1 = 0$ ), то эфектыўнасць педагагічнай дзейнасці = «0», «канец». Калі такія ёсць ( $d1 > 0$ ), то пераходзяць да ацэньвання педагагічнай сітуацыі (d5). Калі яе не назіраецца ( $d5 = 0$ ), то эфектыўнасць педагагічнай дзейнасці = «0», «канец». Калі педагагічная сітуацыя мае быць ( $d5 > 0$ ), то эфектыўнасць педагагічнай дзейнасці вышэй за нуль. У гэтым выпадку ацэньваецца наяўнасць кіраўнічых фактараў (d2...d4) дзейнасці педагога. Калі кіраўнічая дзейнасць адсутнічае ( $d2...d4 = 0$ ), то эфектыўнасць педагагічнай дзейнасці > «0», «канец». Калі кіраўнічая дзейнасць мае быць ( $d2 \dots d4 > 0$ ), то эфектыўнасць педагагічнай дзейнасці істотна больш «0», «канец».

Такім чынам, ацэньванне эфектыўнасці педагагічнай дзейнасці фізкультурна-спартыўнага педагога павінна ўключаць у сябе ацэньванне кожнага з элементаў-фактараў яго педагагічнай дзейнасці. У сваю чаргу ацэньванне кожнага з элементаў-фактараў патрабуе вылучэння іх істотных параметраў і распрацоўку спосабаў іх вымярэння.

Да асноўных параметраў фактару «дэманстрацыя ўзораў дзейнасці» можна аднесці: наяўнасць узораў, іх якасць, частата дэманстрацыі.

Да асноўных параметраў фактару «стварэнне і падтрыманне педагогічнай сітуацыі» можна аднесці: наяўнасць факту супадзення ў часе і прасторы ўзораў дзейнасці і іх патэнцыйнага носбіта, працягласць педагогічнай сітуацыі, частата яе ўзнікнення.

Да асноўных параметраў фактару «педагогічны кантроль над параметрамі вучэбнай дзейнасці навучэнцаў» можна аднесці: наяўнасць педагогічнага кантролю, яго частата, метралагічная карэктнасць.



**Малюнак – Алгарытм ацэньвання эфектыўнасці педагогічнай дзейнасці фізкультурна-спартыўнага педагога**

Да асноўных параметраў фактару «параўнанне (кампарацыя) вучнёўскіх копіі з дэманстраванымі ўзорамі і выяўленне няўзгодненасці» можна аднесці: утрыманне мэтавых параметраў і карэктнасць параўнання з імі вучнёўскіх копіі, частата кампарацый.

Да асноўных параметраў фактару «прыняцце рашэнняў і карэкцыя сістэмы кіруючых педагогічных уздзеянняў» можна аднесці: адэкватнасць наяўнай тэорыі (алгарытму) прыняцця рашэнняў, частата карэкцый.

**Вывады.** Педагогічная дзейнасць у структурна-функцыянальным стаўленні ўяўляе сабой сістэму, якая ўключае ў сябе такія фактары-складнікі як дэманстрацыя ўзораў дзейнасці, якія падлягаюць капіраванню, педагогічны кантроль над параметрамі вучэбнай дзейнасці навучэнцаў, параўнанне вучнёўскіх копіяў з дэманстраванымі ўзорамі і выяўленне няўзгодненасці, прыняцце рашэнняў і карэкцыя сістэмы кіруючых педагогічных уздзеянняў, стварэнне і падтрыманне педагогічнай сітуацыі.

У метадалагічных адносінах эфектыўнасць педагогічнай дзейнасці фізкультурна-спартыўнага педагога можа быць прадстаўлена як функцыя ад названых фактараў-складнікаў.

Ацэньванне эфектыўнасці педагогічнай дзейнасці фізкультурна-спартыўнага педагога павінна ўключаць у сябе ацэньванне кожнага з элементаў-фактараў яго педагогічнай дзейнасці.

Распрацоўваючы канкрэтныя метадыкі ацэньвання эфектыўнасці педагогічнай дзейнасці фізкультурна-спартыўнага педагога можна карыстацца прапанаваным у гэтым матэрыяле алгарытмам.

- 
1. Старчанка, У. М. Натуральныя ўмовы педагогічнага працэсу / У. М. Старчанка // Педагогічная спадчына акадэміка І. Ф. Харламава і сучасныя праблемы навучання і выхавання вучнёўскай і студэнцкай моладзі: матэрыялы рэсп. навукова-практ. канф., Гомель, 14 июня 2005 г.: в 2 ч. / Гомельский гос. университет им. Ф. Скорины. – Гомель, 2005. – Ч. 1. – С. 139–144.
  2. Старчанка, У. М. Тэарэтычная схема педагогічнай дзейнасці выкладчыка ВНУ / У. М. Старчанка // Актуальные вопросы научно-методической и учебно-организационной работы: развитие высшей школы на основе компетентностного подхода: сб. ст. юбилейной науч.-метод. конф.: в 3 ч. – Гомель: ГГУ им. Ф. Скорины, 2009. – Ч. 1. – С. 256–259.
  3. Старченко, В. Н. Сущность, структура и содержание профессиональной полидеятельности современного педагога [Электронный ресурс] / В. Н. Старченко // Взаимодействие науки и практики в развитии инновационных процессов системы образования: материалы Респ. науч.-практ. конф., Гомель, 28 нояб. 2014 г. / редкол.: В. Л. Акуленко (отв. ред.) [и др.]. – Гомель, 2014. – С. 360–363.

**Трофимович И.И., Захаренко М.В., Геркусов А.С.**

*Учреждение образования «Гомельский государственный университет имени Ф. Скорины»  
г. Гомель, Республика Беларусь*

## **ОСОБЕННОСТИ ПОДГОТОВКИ КВАЛИФИЦИРОВАННЫХ ТОЛКАТЕЛЕЙ ЯДРА В ЗИМНЕМ СОРЕВНОВАТЕЛЬНОМ ПЕРИОДЕ**

**Аннотация.** В статье представлен примерный план недельной подготовки квалифицированных толкателей ядра в зимнем соревновательном периоде годового тренировочного цикла. Составленный на основе анализа источников научной информации план может дополнить теорию и методику спортивной подготовки спортсменов в легкоатлетических метаниях.

**Ключевые слова:** толкание ядра; зимний соревновательный период; годичный цикл подготовки; квалифицированные легкоатлеты; планирование физических нагрузок.

**Введение.** Двухцикловое планирование тренировочного процесса в годовом тренировочном цикле направлено на достижение пиковых показателей спортивной формы два раза за год (происходит деление годового цикла на периоды зимних и летних соревнований и соответствующих им подготовительных периодов, завершается такой цикл подготовки переходным периодом). При таком способе построения процесса подготовки первый пик формы (достижение легкоатлетами высоких результатов) происходит на соревнованиях в закрытых помещениях [1].

Стоит отметить, что за последние десятилетия двухцикловой вариант построения процесса подготовки получил широкое распространение, особенно у бегунов на короткие дистанции, барьеристов, прыгунов, толкателей ядра, а также представителей всех «зимних» видов легкой атлетики и спортсменов, желающих попасть в сборные команды.

При двухцикловом планировании спортивной тренировки в годовом тренировочном цикле у квалифицированных толкателей ядра важное значение отводится зимнему соревновательному периоду (январь – февраль). К основным задачам данного периода относят [2]:

1. Продолжить совершенствование скоростно-силовой, технической и психологической подготовленности.
2. Осуществлять на соревнованиях реализацию накопленного двигательного и технического мастерства.
3. Проводить проверку и коррекцию технической и физической подготовки.



Цель исследования – провести анализ наиболее эффективных средств спортивной подготовки квалифицированных толкателей ядра в данном периоде. На основе полученных данных составить примерный недельный план их подготовки.

**Методика и организация исследования.** Анализу подвергались источники научной информации (программа по легкой атлетике, дневники тренеров, научные статьи, диссертации и авторефераты, учебники и учебные пособия) соответствующие тематике исследования

**Результаты исследования и их обсуждение.** Согласно литературным данным [3–5] к наиболее эффективным средствам подготовки квалифицированных толкателей ядра в зимнем соревновательном периоде относят:

1. Средства, направленные на повышение общей физической подготовленности (общеразвивающие и подготовительные упражнения): упражнения для развития подвижности в суставах, упражнения в расслаблении (общий объем использования данных средств в периоде – 6 часов);

2. К средствам, направленным на совершенствование техники толкания ядра относят: толкание ядра с места (общий объем – 80 раз), толкание ядра со скачка или способом кругового маха (общий объем – 80 раз), имитация фазы финального усилия (общий объем не менее 2 часов за весь период);

3. К средствам развития быстроты относятся специальные и беговые упражнения: бег с высоким подниманием бедра – 3–4 раза по 20–30 м, бег 4 раза по 25–30 м, бег с ускорением на 50–80 м, бег с низкого и высокого старта на 20–30 м, бег с барьерами по 30–40 м (общий объем около 0,5 км, интенсивность выполнения на данном этапе высокая);

4. Для развития силы применительно к толканию ядра используют имитационные упражнения фазы финального усилия, выполняемые с гирей 16–24 кг (общий объем за период – 40 подходов, повышенная интенсивность выполнения), толкание тяжелого ядра (8–10 кг) с места (общий объем – 10 раз за тренировку, выполнять с повышенной интенсивностью). Бросание, толкание набивных мячей или ядер различными способами (общий объем не менее 50 раз за период подготовки, повышенная интенсивность). Жим лежа одной и двумя руками с весом 50–80 % от максимального (общий объем – 8 т, интенсивность выполнения также повышенная). Вставание из приседа и полуприседа и выпрыгивания с весом 50–80 % от максимального (общий объем – 40 раз, повышенная интенсивность). Наклоны в стороны, повороты и кружение туловища с отягощением 15–20 кг (общий объем – 200 раз, также повышенная интенсивность). Сгибание туловища с поворотом из положения лежа с отягощением 10–20 кг (общий объем не менее 40 раз, выполнять с повышенной интенсивностью);

5. Для развития силы и быстроты разгибания ног (прыгучести) толкателей используются: прыжки с места и с разбега толчком левой и правой, прыжки в высоту и длину, тройной и пятерной прыжки с места (общий объем не менее 10 отталкиваний за тренировку, выполнять с высокой интенсивностью). Тяга

штанги – рывковая, поднимание штанги на грудь и толчок 60–80 % от максимального (общий объем за период – 60 т, повышенная интенсивность);

6. К средствам, необходимым для развития общей выносливости и активного отдыха на данном этапе относят бег в медленном темпе (общий объем – 0,5–1 час за весь период подготовки, повышенная интенсивность), лыжные прогулки или катание на коньках (общий объем – 4 часа), спортивные игры (общий объем – 2 часа).

7. Повышение тренированности, приобретение опыта участия в соревнованиях, воспитание волевых качеств происходит посредством участия в спортивных соревнованиях в толкании ядра, которые проходят согласно календаря соревнований (около 5–8 стартов за зимний соревновательный период) [6].

После проведенного анализа нами был составлен недельный план тренировки квалифицированных толкателей ядра для зимнего соревновательного периода годичного тренировочного цикла (двухцикловое планирование нагрузок).

*Понедельник.* Толкание ядра с места – 5 раз, с полуоборота (при использовании метода кругового маха) – 5 раз, с разгона – 10–15 раз; броски ядра передом и спиной – по 5 раз, броски ядра вверх – 10 раз, прыжки с места – 5 раз, тройной с места – 5 раз, бег на отрезках 20–30 м – по 3 раза, жим штанги лежа.

*Вторник.* Рывок штанги – 4 подхода по 6 повторений, рывковая тяга – 2 подхода по 5 повторений, взятие штанги на грудь – 4 подхода по 6 повторений; присед – 4 по 6 раз, прыжки на лестнице – 10 повторений.

*Среда.* Метание диска с места – 5 раз, с полуоборота – 10 раз, с поворота – 15–20 раз, броски ядра вверх – 10 раз, упражнения на развитие трехглавой мышцы плеча.

*Четверг.* Активный отдых (спортивные игры).

*Пятница.* Толкание ядра с полуоборота – 5 раз, с разгона – 10–15 раз, броски мяча боком из различных положений – по 20 раз, выталкивание мяча лежа вверх – 3 по 10 раз, рывок штанги – 6 раз по 4 повторения, присед – 7 раз по 4 повторения, жим штанги стоя – 5 раз по 4 повторения.

*Суббота.* Толкание тяжелого ядра с места – 15–20 раз, взятие на грудь – 5 раз по 4 повторения, жим штанги лежа – 7 раз по 4 повторения, прыжковые упражнения («лягушка», прыжки с ноги на ногу, скачки на одной ноге, выпрыгивания вверх) – 3 серии по 10–15 раз.

*Воскресенье.* Отдых.

**Заключение.** Благодаря анализу источников научной информации нами был составлен недельный цикл подготовки квалифицированных толкателей ядра в зимнем соревновательном периоде годичного тренировочного цикла. Полученные данные могут дополнить теорию и методику спортивной подготовки толкателей ядра.

- 
1. Озолин, Н. Г. Современная система спортивной тренировки / Н. Г. Озолин. – М.: Альянс, 2017. – 480 с.
  2. Панасюк, Н. Б. Толкание ядра [Электронный ресурс]: курс лекций / Н. Б. Панасюк. – Могилев: МГУ им. А. А. Кулешова, 2021. – 65 с.
  3. Чурсинов, В. Е. Совершенствование метательных движений спортсменов с использованием специального тренажерного комплекса: автореф. дис. ... канд. пед. наук: 13.00.04 / В. Е. Чурсинов. – Майкоп, 1993. – 27 с.
  4. Учебная программа по легкой атлетике. Программа для специализированных учебно-спортивных учреждений и училищ олимпийского резерва: утв. Приказом М-ва спорта и туризма Респ. Беларусь № 52, 2022. – Минск. – 1079 с.
  5. Матвеев, Е. Н. Методика преподавания при обучении техники толканию ядра с вращательного разбега. Теория и методика легкой атлетики: история, состояние и перспективы развития: сб. науч.-метод. материалов кафедры легкой атлетики / под ред. Т. А. Краус, А. Л. Оганджанова. – М.: Физическая культура, 2008. – С. 48–53.
  6. Буяк, Г. Я. Техника толкания ядра с вращательного разбега / А. А. Буяк, В. И. Воронкин // Совершенствование системы спортивной тренировки и обучения в легкой атлетике: сб. науч. тр. каф. л/а, сост. по итогам НИР за 1998 г. – М.: РГАФК, 1999. – С. 14–17.

**Украженко А.В., Федорова А.М., канд. пед. наук**

*Учреждение образования «Белорусский государственный университет физической культуры»*

*г. Минск, Республика Беларусь*

## **НЕОБХОДИМОСТЬ СОБЛЮДЕНИЯ СУБОРДИНАЦИИ УЧАЩИМИСЯ НА УРОКАХ ФИЗИЧЕСКОЙ КУЛЬТУРЫ И ЗДОРОВЬЯ**

**Аннотация.** Данная статья обсуждает важность соблюдения субординации учащимися на уроках физической культуры и здоровья. Рассматриваются основные аспекты субординации, ее влияния на обучение и формирование дисциплинированного поведения учащихся в процессе уроков физической культуры и здоровья. Также рассматриваются методы и подходы к укреплению субординации учащихся, чтобы обеспечить эффективное обучение и способствовать формированию здорового образа жизни.

**Ключевые слова:** учащиеся; субординация; физическая культура и здоровье; среднее общее образование.

*«Урок – это зеркало общей и педагогической культуры  
учителя, мерило его интеллектуального богатства,  
показатель его кругозора, эрудиции»*

В.А. Сухомлинский

Смена поколения, распространение новых технологий изменило отношение школьников к учебной деятельности, общению и взаимодействию с окружающим миром: дети и подростки не расстаются с гаджетами, часто испытывают трудности межличностного общения, не умеют слушать и слышать других. При этом в современном информационном обществе востребованным становится человек обучаемый, готовый к самостоятельным действиям и принятию решений, умеющий четко ставить цели деятельности, планировать, работать и взаимодействовать в команде, отстаивать свою точку зрения, принимать мнения других.

Разрешить противоречия, достичь новых образовательных стандартов, можно только в процессе новой по содержанию и организационным формам учебной деятельности, формируя на уроках физической культуры и здоровья, приоритет и культуру здоровья всех участников образовательного процесса (учащихся, родителей, педагогов), создавая условия для социального успеха на каждом уроке.

В современном мире воспитание детей в школах имеет решающее значение в формировании их ценностей, поведенческих моделей и общественной ответственности. Однако, эффективность этого процесса во многом зависит от отношения учителей к воспитанию учащихся, а именно от их заинтересованности в формировании дисциплины и уважения к старшим. Также поведение детей в школе значительно зависит от воспитания в семье. Воспитание в семье играет ключевую роль в формировании характера и моральных ценностей учащихся, а также в их социальной адаптации и отношениях в образовательной среде.

Современное образование сталкивается с новыми вызовами, связанными с изменением отношений между учителями и учениками. Один из таких вызовов – отсутствие соблюдения субординации со стороны учеников по отношению к учителям. Эта проблема имеет негативное влияние на образовательный процесс и требует внимания и поиска решений. Дисциплина и уважение к учителям являются фундаментальными аспектами образования и воспитания, их отсутствие может серьезно подорвать учебный процесс. Многие учителя, а также родители, жалуются на то, что современные учащиеся школ не обладают должным уровнем дисциплины, многое себе позволяют и не уважают учителей. Современные ученики проявляют все больше независимости и склонности к самостоятельности, что может приводить к нежелательному отношению к учителям. Наблюдается уменьшение уважения к авторитету учителей, несоблюдение установленных правил

и норм поведения в классе, а также пренебрежительное отношение к знаниям и опыту учителя. Эта проблема вызывает серьезные нарушения в учебном процессе и требует более глубокого анализа.

В процессе прохождения производственной педагогической практики на базе УО «Гимназия № 29» г.Минска, наблюдались случаи неадекватного поведения и отношения учащихся к учителю физической культуры и здоровья. На уроках физической культуры и здоровья поведение учащихся не соответствовало установленным требованиям: неподобающий внешний вид, проявление нежелания выполнять нормативы и не реагирование на меры дисциплинарного воздействия со стороны педагогов. Кроме того, столовая, расположенная рядом со спортивным залом, стала местом для игр учащихся вопреки правилам и нормам, без какого-либо вмешательства со стороны преподавателей. Эти обстоятельства указывают на дефицит дисциплины и уважения. Важно, чтобы педагоги не только обладали педагогической компетентностью, но и демонстрировали любовь к своей профессии, заинтересованностью в формировании стойких ценностей и характера учащихся. Необходимо, чтобы педагоги выступали в качестве авторитетов, проявляли заботу и понимание к учащимся, а также устанавливали четкие правила и принципы, способствующие формированию дисциплинированной и уважающей окружающих личности. Кроме того, семейная обстановка, воспитательные методы и отношения родителей оказывают значительное влияние на мировоззрение и поведение детей в учебном заведении. Однако, даже при наличии благоприятной семейной среды, активное сотрудничество между школой и родителями остается ключевым фактором в формировании моральных ценностей и социальных навыков учащихся.

Наблюдая за фривольным отношением учеников к педагогам, важно было выявить истинные причины несоблюдения субординации. Проведенное анкетирование, позволяет выявить ряд факторов.

Современная молодежь выросла в условиях разнообразных информационных и культурных потоков, что приводит к изменению их восприятия архаичных и традиционных ценностей. Нынешнее общество пропитано культурой самовыражения и индивидуализма, что может способствовать несоблюдению установленных норм и правил.

Вторым, не менее важным фактором несоблюдения субординации, является распространение агрессивных моделей поведения. Медиа и интернет активно формируют у современных учеников агрессивные и невыразительные модели поведения, что отражается на их отношениях с учителями. Дети и подростки подвергаются различным внешним воздействиям, таким как социальные сети, которые могут формировать неправильные ценности и поведенческие модели.

Одним из самых весомых факторов в негативном поведении детей выступает слабая дисциплина в семье. Недостаточное внимание со стороны



родителей к формированию дисциплинированности и уважения к авторитетам также может быть причиной несоблюдения субординации в школе.

Незаинтересованность учителя в результатах своей деятельности также оказывает негативное влияние на дисциплину учеников в учебных заведениях. Большинство учителей действительно заинтересованы в том, чтобы решительно выполнять свои обязанности, но некоторые приходят, чтобы выполнить свое расписание, не заботясь о том, что ученики должны получить знания, умения и навыки. Есть учителя, которые занимаются преподаванием, а есть те, кто хочет только заработать свои деньги.

Недостаток дисциплины и уважения у учащихся оказывает негативное воздействие на учебный процесс. Отсутствие дисциплины на уроках физической культуры и здоровья может привести к хаосу в классе, отвлекая других учащихся и мешая усвоению знаний. Кроме того, неуважительное отношение к учителям может подорвать авторитет преподавателей и ослабить их влияние на учащихся. Все это приводит к ухудшению успеваемости учащихся, повышению опасности травматизма, а также создает преграды для развития позитивной атмосферы в учебных заведениях.

Осуществляя образовательный процесс, каждый педагог должен задаваться вопросом – что же необходимо сделать для того, чтобы обычные школьные уроки по физической культуре и здоровью стали воспитывающими уроками, влияющими не только на когнитивное, но и на личностное развитие ребенка.

Воспитывающими уроки становятся лишь тогда:

- когда они интересны школьникам, и те с удовольствием включаются в организуемую учителем деятельность;
- когда они побуждают школьников задуматься о ценностях, нравственных вопросах, жизненных проблемах;
- когда время от времени на них используются игры, дискуссии и другие парные или групповые формы работы [1].

По мнению многих педагогов, задача сделать каждый урок интересным для всех учеников представляет собой вызов, достижение которого не всегда возможно. Однако, важно понять, какой выгоды может доставить поддержание интереса учащихся для их воспитания. Очевидно, что если ребенок проявляет интерес к учебному предмету и с удовольствием участвует в учебном процессе, то учитель становится для него авторитетом. Это облегчает влияние на учеников и улучшает их реакцию на требования и инструкции. Следовательно, учитель, способный вызвать интерес учащихся, может более эффективно воздействовать на них, поощрять соблюдение учебной дисциплины и осуществлять воспитательный процесс. Особую роль играет также неформальное общение учеников с учителем до и после занятий, где важно умение педагога слушать учеников и высказывать интерес к их мнению. Такие взаимодействия помогают ученикам видеть в учителе руководителя, с которым

можно пообщаться на отвлеченные от обучения темы, а также в доверенного соратника на пути к самопознанию и социализации. Отсутствие скрытых мотивов и вклад в формирование доверительных отношений имеет важное значение, так как такой подход может способствовать участию учеников в обсуждении различных вопросов, что, в свою очередь, может улучшить их вовлеченность в учебный процесс. Кроме того, использование на уроке физической культуры и здоровья примеров, образов и метафор из книг, фильмов, игр, которые близки ученикам, может помочь снизить дистанцию между педагогом и обучающимися, а также способствовать созданию детско-взрослых общностей, являющихся важными для процесса воспитания. Следовательно, более глубокое знание о предпочтениях и увлечениях учеников может сделать педагогическое общение более эффективным. Для стимулирования интереса учеников также используется юмор, который способствует налаживанию позитивных отношений, созданию творческой атмосферы и разрешению учебных конфликтов. Регулярное обращение внимания на индивидуальные особенности учеников и создание в классе маленьких традиций также позволяет учащимся лучше вовлекаться в учебный процесс и создает положительную атмосферу. [1]

Этот подход оказывает положительное влияние на психологическое состояние учащихся и способствует созданию позитивной атмосферы на уроке физической культуры и здоровья. Кроме того, открытость перед учениками способствует формированию уважения и доверия к учителю, а также подчеркивает человечность и порядочность педагога. Выполнение своих обязанностей честно и ответственно, даже в условиях усталости и стресса, помогает ученикам ощутить заботу и внимание со стороны учителя, а также сохранить доверие в учебном заведении.

Интересный учитель и интересный урок далеко не всегда могут превратить обычный урок в урок воспитывающий. Интерес – это, безусловно, важное условие, но оно не единственное. Воспитывающий урок – это еще и урок с воспитывающим содержанием, таким, которое побуждало бы школьников задуматься о ценностях, нравственных вопросах, жизненных проблемах. Добиться этого можно, например, предъявляя детям на уроке ту или иную воспитывающую информацию. Это может быть информация о здоровье и вредных привычках, о нравственных и безнравственных поступках людей, о героизме и малодушии и др. Это может быть информация, затрагивающая социальные, нравственные, этические вопросы; особенности межличностных, межгрупповых, межнациональных или межконфессиональных отношений.

Окружающая действительность становится фактором личностного формирования при условии активного взаимодействия личности с этой действительностью. Мир познается и осваивается только в ходе деятельности. Вовлечь в деятельность – значит создать такие условия, чтобы у ребенка появилась внутренняя мотивация к участию в этой деятельности, чтобы она

направлялась не внешними стимулами, а внутренним побуждением, имеющим для ребенка личностный смысл. [2]

Полноценное вовлечение ребенка в деятельность предполагает его внутреннюю готовность, мотивацию и желание к осуществлению этой деятельности. Только в этом случае личностно развивающий, воспитательный, потенциал образовательной и воспитательной деятельности может быть реализован в полной мере. А потому те виды урочной и внеурочной деятельности, которые предлагает школа своим ученикам, должны быть привлекательны для них, отвечать их потребностям и интересам. Привлекательность различного рода школьной деятельности для ребенка, способность удовлетворить его интересы и потребности, является, таким образом, первым важнейшим условием вовлечения ребенка в деятельность. Но одного этого условия явно недостаточно. Ведь интерес к определенному виду деятельности может привести ребенка в кружок, в спортивную секцию, и т. п., но далеко не всегда может удержать его там. Особенно, если урочная и внеурочная деятельность организуются педагогом бездарно, скучно, неумело.

Необходимо, чтобы и для педагога тот или иной вид урочной и внеурочной деятельности, в который он вовлекает своих воспитанников, тоже был привлекательным. Важно, чтобы эта деятельность сама по себе была интересна педагогу, чтобы она удовлетворяла его личностные потребности: творческие, эстетические, лидерские и т. п.

Привлекательность различных видов деятельности для педагога, является, важнейшим условием вовлечения ребенка в эту деятельность. Увлеченный деятельностью педагог способен увлечь ею даже тех своих воспитанников, которым эта деятельность ранее казалась неинтересной и скучной. [2]

Следовательно, для достижения педагогом планируемых целей воспитания ему нужно стремиться конструировать такие детско-взрослые общности как:

- стараться устанавливать помимо, безусловно важных, функциональных, деловых отношений, также и неформальные отношения с ребенком;
- стараться сделать так, чтобы и у него самого, и у ребенка возникало ощущение их принадлежности к некоему общему кругу;
- стараться сделать так, чтобы это ощущение переросло во взаимную комплиментарность, стать чем-то интересным для ребенка, притягательным: своими увлечениями, знаниями, профессионализмом, характером, какой-то своей нетривиальностью [3].

Как отмечал В.А. Караковский: «Дети не всегда тянутся к знаниям, но всегда тянутся к личности. Самое плохое, когда учитель – «пирожок ни с чем»» [4].

Таким образом, соблюдение субординации учащимися на уроках физической культуры является важным аспектом формирования дисциплинированного и уважительного поведения. Решение этой проблемы невозможно

без применения комплексного подхода. Учителя должны активно формировать в учениках уважение к себе как к авторитету, а также уважение к сообществу и культуре в целом. Разработка и установление четких правил и ожиданий, установление взаимного уважения и доверия между учителем и учащимися, способствуют созданию положительной образовательной среды, где ученики могут развивать физические навыки и осваивать ценностные принципы. Важно разрабатывать методики, направленные на формирование у учеников здорового образа жизни и соблюдения норм дисциплины на уроках физической культуры и здоровья.

- 
1. Воспитание в современной школе: от программы к действиям: метод. пособие / П. В. Степанов [и др.]; под ред. П. В. Степанова. – М.: ФГБНУ «ИСРО РАО», 2020. – 119 с.
  2. Структура воспитательной деятельности педагога как объясняющая модель [Электронный ресурс]. – Режим доступа: <https://cyberleninka.ru/article/n/struktura-vospitatelnoy-deyatelnosti-pedagoga-kak-obyasnyayuschaya-model>. – Дата доступа: 14.02.2024.
  3. Школьная незаинтересованность: в поисках взаимопонимания [Электронный ресурс]. – Режим доступа: <https://www.nucleodoconhecimento.com>. – Дата доступа: 14.02.2024.
  4. Караковский, В. А. Стать человеком: общечеловеческие ценности как основа целостного учебно-воспитательного процесса / В. А. Караковский. – М.: Новая школа, 1993. – 80 с.

**Федорова А.М., канд. пед. наук**

*Учреждение образования «Белорусский государственный университет физической культуры»  
г. Минск, Республика Беларусь*

## **ДИСЦИПЛИНИРОВАННОСТЬ УЧАЩИХСЯ КАК ПЕДАГОГИЧЕСКАЯ ПРОБЛЕМА СОВРЕМЕННОЙ ШКОЛЫ**

**Аннотация.** В статье рассматриваются вопросы формирования сознательной дисциплины у современных школьников. Приводятся результаты исследования учащихся младших и средних классов и мотивы их поведения на уроках физической культуры и здоровья.

**Ключевые слова:** дисциплина; учащиеся; урок физической культуры и здоровья; мотивация, поведение.

Одним из основных направлений в воспитательной деятельности общеобразовательных учреждений является формирование сознательной дисциплины. Повышение качества учебно-воспитательного процесса неразрывно связано с усилением ответственности учащихся за соблюдение дисциплины в учебной деятельности. Поэтому вопрос о том, как сделать процесс воспитания сознательной дисциплины более целенаправленным и эффективным был и остается весьма актуальным.

Как утверждал А.С.Макаренко, сознательная дисциплина учащейся молодежи, есть продукт всей суммы воспитательного воздействия [1]. В учреждениях образования она вырабатывается в ходе образовательно-воспитательного процесса, но при условии такой его организации, когда задачи обучения всецело соотнесены с целями воспитания. Такое взаимодействие закладывает фундамент ответственного отношения к делу и дисциплинированности как качества личности. Заложенное в ребенке в период школьной жизни, неизбежно отразится на всем последующем процессе его развития.

Вместе с тем, наблюдаются факты разгильдяйства, небрежного отношения к делу, уклонения от личной ответственности. Дисциплина к моменту окончания школы не для каждого выпускника становится нормой поведения, внутренне осознанной потребностью. Многие школьники не приучены к элементарной ответственности за порученное дело, организованности и порядку. Ошибки, допущенные в воспитательном процессе школы, зачастую приходится восполнять на последующих уровнях образования.

Для младшего школьного возраста важным рубежом в изменении поведения является переход в старшие классы и начало обучения на этой ступени. В этот период происходят интенсивные преобразования в психике детей, что сказывается и на их дисциплине.

Настораживает тот факт, что среди «недисциплинированных» учащихся в старших классах нередко оказываются те ученики, которые зарекомендовали себя как лучшие на первой ступени школьного обучения. Такая тенденция заставляет задуматься над тем, в чем кроется главный просчет в организации учебного процесса.

Целью работы и является выявление основных факторов снижения дисциплины у учащихся и мотивов побуждающих сформировать у них правильное отношение к деятельности и поведению.

В формировании поведения школьников преподаватели не всегда ориентируются на завтрашний день и на то, что перед ними личность, со своими потребностями и взглядами. Не воспринимая ребенка как личность, школа не может в полном объеме реализовать свою главную функцию – способствовать гармоничному и всестороннему ее развитию. Приучая школьников к послушанию, преподаватели нередко приводят к выработке у них исполнительских умений и навыков. Таким образом, процесс развития школьников как бы замыкается на его первоначальном этапе.



Формируя у младших школьников дисциплинированное поведение, учитель не всегда учитывает его нравственный аспект и то, что побуждает школьника вести себя дисциплинированно, в какой мере его поведение обусловлено познавательным интересом и согласуется ли оно с интересами коллектива. Процесс воспитания сознательной дисциплины подменяется научением соблюдать внешние правила поведения. Не ставится своевременно задача по выработке у школьников навыков самоконтроля и саморегуляции. Поэтому учащиеся начальных классов, как правило, ведут себя дисциплинированно только в привычных условиях и в условиях контроля. Стоит изменить условия (например, урок ведет другой учитель) или несколько ослабить контроль, как дисциплина заметно падает.

Недооценка этих факторов приводит к «кризису» подросткового возраста. Заложённая в начальных классах привычка к послушанию входит в противоречие с целым рядом характерных для подросткового возраста особенностей, и прежде всего таких, как стремление к активности, самостоятельности, независимости в своих действиях и поступках. Подросток не терпит, когда ему приказывают, когда учитель пытается подчинить его силе своего авторитета.

Проведённые студентами-практикантами БГУФК исследование и анализ выявленных причин снижения дисциплины у подростков показал, что изменения в поведении школьников совпадают с тем временем, когда, происходит затухание некоторых актуальных для начального периода школьной жизни чувств и мотивов поведения (чувство новизны и первой радости от школы).

Психологи утверждают, что наступает такой момент, когда дисциплина для школьников как бы лишается своей внутренней эмоционально-привлекательной основы, превращаясь в формальный акт. Основным побуждающим фактором снижения дисциплины у подростков является общее отношение к школе, которое не было своевременно подкреплено интересом к содержанию обучения и к способам приобретения знаний. Процесс формирования сознательной дисциплины может протекать успешно лишь при условии его органического единства с воспитанием положительного и ответственного отношения к учебе и другим видам деятельности. Когда ребенок учится охотно, когда ему нравится узнавать новое, нравится думать, находить способы решения поставленных перед ним познавательных задач, есть все основания полагать, что нравственный и деловой смысл дисциплины станет ему понятным.

Немалые возможности для осознания детьми нравственного, а затем уже и общественного смысла дисциплины заложены в организационных формах обучения, и прежде всего таких, которые позволяют школьникам включиться в совместную групповую и коллективную деятельность. Именно такая деятельность на уроках физической культуры и здоровья

помогает в понимании необходимости дисциплины для общей работы, общего успеха.

Содержательная сторона дисциплины «Физическая культура и здоровье», ее нравственный смысл, усваиваются младшими школьниками через осознание тех мотивов, которые побуждают вести себя хорошо. Это подтверждает исследование, которое проводилось студентами 3 курса во время производственно-педагогической практики. Учащимся начальных классов было предложено ответить на вопрос: «Почему школьник должен вести себя дисциплинированно на уроке?». В целом ряде классов преобладали ответы такого характера: «Ученик должен слушаться учителя» (67 %); «Нужно вести себя, чтобы не ругали» (26 %) и 7 % учеников ответили, что «Нужно вести себя хорошо, чтобы не получать замечаний».

Сравнительный анализ результатов опроса свидетельствует о том, что исходя из возрастных и индивидуальных особенностей, в разных классах преобладает различная по своей нравственной направленности внутренняя ориентировка учащихся на необходимость вести себя дисциплинированно на уроке физической культуры и здоровья. В одних случаях преобладают мотивы «вынужденности» и «избегания замечаний». В других – необходимость дисциплины связывается с ученическим долгом, интересом к учению, с результатами личного и коллективного труда, с желанием получить хорошую отметку.

При этом нравственно-аргументированные ответы дали учащиеся тех классов, в которых выше уровень нравственной воспитанности в целом, и уровень успеваемости. Познавательный интерес стимулирует внимание школьников, прилежание, ответственность и в итоге оказывает дисциплинирующее воздействие. Интересный урок остается той воспитательной сферой, в которой формируются важнейшие черты дисциплинированности.

Дисциплина как качество личности в стадии своего становления отражает эволюцию отношения ребенка к учению. Когда школьник побуждается интересом к внешней стороне учебной деятельности, то и в поведении его нередко превалирует стремление выполнить дисциплинарное требование лишь как внешний атрибут. Подобно тому, как охотно ребенок вместе со всем классом участвует в выполнении упражнений или разучивании двигательных действий, не понимая самой учебной задачи, которую он должен решить, так же бездумно он выполняет указания учителя, касающиеся формальной стороны дисциплины.

Качественно иной характер учебная дисциплина приобретает с того момента, когда у ученика появляется собственно познавательный интерес к физической культуре, к спорту и физическому совершенству. Познавательный интерес как мотив учения наполняет дисциплину особым смыслом и содержанием. Дисциплина становится внутренне оправданной. Высший ее

уровень характеризуется единством таких побудителей, как долг, ответственность и интерес.

Знание мотивов каждого класса и конкретного ученика необходимо педагогу для того, чтобы реально руководить процессом воспитания дисциплинированности как качества личности. Заботясь о формировании у школьников внутренней основы дисциплины, учитель должен делать все для того, чтобы в жизнь ребенка вплетались все новые и новые стимулы, способные формировать и поддерживать мотивы его учебной деятельности и поведения. Поддерживая и закрепляя их, нельзя упускать главного: с первых дней пребывания ребенка в школе необходимо заботиться о последовательном продвижении в учебной мотивации – основы учебной дисциплины.

---

1. Макаренко, А. С. Проблемы школьного советского воспитания / А. С. Макаренко; под ред. Г. С. Макаренко; Академия педагогических наук РСФСР, Институт теории и истории педагогики. – М.: Издательство Академии педагогических наук РСФСР, 1949. – 132 с. – Режим доступа: <https://biblioclub.ru/index.php?page=book&id=226726>. – Дата доступа: 29.03.2024.

**Шапорова А.Д., Федорова А.М., канд. пед. наук**

*Учреждение образования «Белорусский государственный университет физической культуры»  
г. Минск, Республика Беларусь*

## **ПРОБЛЕМА ДИСЦИПЛИНЫ УЧАЩИХСЯ СРЕДНЕГО ШКОЛЬНОГО ВОЗРАСТА НА УРОКАХ ФИЗИЧЕСКОЙ КУЛЬТУРЫ И ЗДОРОВЬЯ**

|| **Аннотация.** В статье рассмотрены основные причины нарушения дисциплины в среднем школьном возрасте и методы повышения заинтересованности учащихся на уроках «Физическая культура и здоровье».

**Ключевые слова:** дисциплина, девиантное поведение; средний школьный возраст; физическая культура; средние общеобразовательные учреждения.

Самым сложным из детских возрастов является средний школьный возраст. В этот период происходит переход из детства в юность. Его характеризуют глубокая перестройка всего организма и общий подъем жизнедеятельности. В этом возрасте активно формируется «чувство взрослости» – стремление быть взрослым и вести себя как взрослый. Главной же задачей

личностного развития в период юности является поиск своего места и закрепление в мире взрослых, который переживается молодыми людьми зачастую очень остро и носит характер кризиса. Кризисным моментом этого периода, по мнению К. Юнга, является столкновение человека с требованиями реальной жизни, которые не всегда соответствуют его собственным представлениям. Молодой человек начинает постепенно осознавать, что мир это не только счастье и удовольствие, начинается распад его детской веры и оптимизма [1].

Важное значение имеет эмоциональная сфера подростка в этот период. Все чувства в этот период усиливаются, появляются резкие перепады настроения от веселья к унынию и наоборот. В определенных условиях подросток может скрыть различные чувства, например: агрессию, тревогу, огорчение, а в других моментах может показать импульсивность в своем поведении. Как отмечает в своей работе И.Г. Малкина-Пых, юношеский возраст – это критический возраст, поскольку в это время закладываются основы эмоциональной жизни человека, которые станут фундаментом его эмоциональности в зрелые годы [2].

Вся перестройка организма, становление эмоциональной сферы подростка приводит к девиантному поведению.

Психология девиантного поведения тесно связана с таким понятием, как дисциплина. Слово «дисциплина» едва ли не самое употребляемое по отношению к школьной жизни. Проблема школьной дисциплины сейчас является весьма актуальной. Ей всегда придавали важное значение все великие педагоги. Она всегда была дискуссионной, потому что дисциплина – это то, с чем ребенок не рождается, то, чего в нем от природы нет, а то, что необходимо в него «вложить» воспитанием. Дисциплинированность детей и дисциплина в школе – всегда результат воспитания, который очень важен для характеристики детей и оценки школы.

Целью нашего исследования являются выявление основных причин нарушения дисциплины в среднем школьном возрасте и подбор методов для улучшения дисциплины и авторитета учителя.

Образ дисциплинированного школьника у учителя связан со знанием и выполнением основных правил поведения, ответственностью, с умением слушать, понимать и выполнять, адекватно реагировать на воздействия со стороны старших, быть порядочным человеком, иметь свою внутреннюю позитивную установку по отношению к общественным нормам. Но у большинства школьников слово «дисциплина» ассоциируется с запретами и наказаниями и потому вызывает, скорее всего, отрицательные эмоции [3].

Поведение людей в обществе регламентируется определенными правилами. Дисциплина – это подчинение членов общества, организации установленному порядку, правилам, нормам. Проблема дисциплины в учебном заведении, дисциплинированного поведения учащихся всегда была актуальна,

злостно и неоднозначна. Может быть потому, что дисциплина, с одной стороны, является организованным процессом, но все-таки принуждаемым, а с другой стороны, школьная дисциплина – это организующее начало, создающее условия для обучения школьников [4].

Когда мы начинаем относиться к дисциплине как к цели нашего взаимодействия с учениками, возникают проблемы взаимоотношений, которые влекут за собой определенные нарушения в развитии личности ребенка и к некоторой профессиональной деформации личности учителя. «Дисциплина должна быть всегда инструментальна, т. е. служить высшей цели», – подчеркивал отечественный философ и педагог В.В. Зеньковский [5].

Знание и соблюдение определенных правил является основой для поддержания порядка на уроках «Физическая культура и здоровье». Именно в физическом воспитании дисциплине уделяют особое внимание, так как на занятиях повышена физическая активность детей, следовательно, и травматизм. Без поставленной дисциплины невозможно безопасно обучать детей и предотвращать появление травм.

Негативное поведение подростков, с резким проявлением агрессии в сторону педагогов, наблюдалось студентами во время прохождения производственно-педагогической практики. Многие учащиеся 7–8 классов, сравнивая себя с взрослыми, начинали претендовать на равноправие в отношениях с преподавателями, ставя себя на один уровень. Рассчитывая на равные права с преподавателем-практикантом, подростки отказывались воспринимать учебный материал от студентов, слушаться и выполнять упражнения, которые им не нравились. Подростки видели неправоту во всем, что делал и объяснял практикант. Публично проявляя свое недовольство, они тем самым демонстрировали свою власть над другими и безнаказанность по отношению к практикантам.

Дисциплина предполагает наличие правил, необходимых для поддержания и сохранения порядка. У подростков же появляется бунтарство, для них следование каким-то правилам показывает их инфантильность, им кажется, что взрослые люди решают все сами, не подчиняются правилам.

Вторая причина нарушения дисциплины – это незаинтересованность учеников в занятиях, в получении знаний и накоплении опыта. Подросткам крайне сложно делать монотонную и скучную работу. Для этого следует разнообразить занятия физической культуры и здоровья, чтобы вызвать интерес у учащихся. В этом случае игровой метод является оптимальным для изучения нового материала. Им нравится в процессе игры высвобождать накопленные эмоции, показывать свое превосходство и коммуницировать между собой как единая команда. Подросткам важен публичный показ их навыков, им важны комментарии одноклассников и учителя о том, что он делает все правильно. Так же подойдет соревновательный метод в виде эстафет. Конкуренция фокусирует внимание на правильном и быстром выполнении упражнения. Очень



сложно отвлечь ученика от того, что ему действительно нравится и интересует его. В процессе проведения эстафет так же усиливается командный дух одноклассников, они учатся поддерживать друг друга и работать сообща.

Третья причина нарушения дисциплины – недостаток внимания. Учителю важно уметь уделять внимание всем ученикам, замечать всех, указывать на их ошибки и хвалить. Суть «плохого» поведения учеников – демонстративность. Потребность во внимании является базовой психологической потребностью. Так ученики хотят показать, что они хотят взаимодействовать с учителем и другими учениками, но не знают как это осуществить другим способом.

Четвертая причина нарушения дисциплины – воспитание. Дисциплина является не средством воспитания, а его результатом. Поведение ребенка зависит от того, какие привычки, знания, убеждения вложили в ребенка родители. Повлиять на это учителю очень сложно. Ребенок берет от своих родителей все необходимое для жизни, они являются для него примером. А если учитель начнет исправлять труды родителей, то у ребенка может возникнуть внутриличностный конфликт, где все учения родителей не сходятся с требованиями реальной жизни. Родители могли совсем не отдавать время дисциплине и не воспитывать это в ребенке. Для этого и есть школа, в которой дисциплина быть обязана.

Пятая причина нарушения дисциплины – незнание о дисциплине, о ее влиянии на проведение урока «Физическая культура и здоровье». Многие ученики просто не понимают, что от поведения учеников зависит настроение учителя, быстрота выполнения и объяснения заданий, отметки. Так же они не представляют, как тяжело учителю проводить урок и параллельно с этим налаживать дисциплину.

Наблюдая за учащимися среднего школьного возраста и беседуя с ними, мы выявили наиболее часто проявляющиеся формы нарушения дисциплины на уроках «Физическая культура и здоровье», к которым относятся:

- разговоры с одноклассниками;
- перебивание и исправление учителя;
- отказ от выполнения упражнений;
- хождение по залу без разрешения учителя;
- опоздание на урок;
- самопроизвольное взятие мяча и начало игры;
- не реагирование на замечания учителя.

Это в свою очередь позволило наметить ряд действий, которые способствовали улучшению дисциплины на уроках «Физическая культура и здоровье». Беседы на тему правил безопасности во время занятий и важности дисциплины в процессе освоения знаний, умений и навыков на уроках «Физкультуры и здоровья», стали неотъемлемой частью подводящих упражнений во всех прикрепленных классах.

Чтобы повысить интерес к занятиям и вовлечь в учебный процесс подростков, самыми эффективными методами работы оказались разнообразные эстафеты и похвала за новые спортивные достижения. Внесенные элементы новизны в однотипные упражнения привели к благоприятной атмосфере и существенному притоку учащихся на занятия.

Подводя итоги, хочется отметить, что подростковый возраст – это период самоутверждения и формирования самооценки. И чем больше понимания и уважения к ним со стороны педагогов, тем меньше негативных проявлений будет у подростков. Ученикам важно получать похвалу за их действия, чтобы они понимали, что не зря стараются и усердно трудятся. Дети в этом возрасте часто теряют мотивацию к занятиям, поэтому следует удивлять детей новыми упражнениями и играми, чтобы сохранить их интерес и увеличить их желание заниматься.

Большое значение в учебной деятельности имеет авторитет педагога. Подростки ценят педагога, которые уделяют внимание всем ученикам, умеет тактично исправлять ошибки и ориентироваться в различных ситуациях. Все это позволит педагогу установить четкие требования к поведению учеников на уроке.

- 
1. Юнг, К. Г. Психологические типы / К. Г. Юнг // Психология индивидуальных различий / под ред. Ю. Б. Гиппенрейтер, В. Я. Романова. – М.: ЧеРо, 2000. – 518 с.
  2. Малкина-Пых, И. Г. Возрастные кризисы: справочник практического психолога / И. Г. Малкина-Пых. – М.: Изд-во Эксмо, 2004. – 896 с.
  3. Сахипгареева, Л. А. Проблема школьной дисциплины / Л. А. Сахипгареева // Инновационные педагогические технологии: материалы I Междунар. науч. конф., Казань, окт. 2014 г. – Т. 0. – Казань: Бук, 2014. – С. 201–205.
  4. Фоминова, А. Н. Психологические аспекты дисциплины в школе [Электронный ресурс] / А. Н. Фоминова // Психология и право. – 2012. – Т. 2. – № 3. – Режим доступа: [https://psyjournals.ru/journals/psylaw/archive/2012\\_n3/54062](https://psyjournals.ru/journals/psylaw/archive/2012_n3/54062). – Дата доступа: 05.02.2024.
  5. Джеймс, У. Беседы с учителями о психологии / У. Джеймс. – М., 1998. – 40 с.

**Шатравский С.С., Онищук О.Н., канд. пед. наук, доцент,  
Круталеви́ч М.М., канд. филолог. наук, доцент**

*Учреждение образования «Международный государственный  
экологический институт имени А.Д. Сахарова»  
Белорусского государственного университета  
г. Минск, Республика Беларусь*

## **АКТУАЛЬНЫЕ ПРОБЛЕМЫ ИНФОРМАЦИИ О ФИЗИЧЕСКОЙ КУЛЬТУРЕ И ЗДОРОВЬЕ В СОЦИАЛЬНЫХ СЕТЯХ**

**Аннотация.** В статье описаны актуальные проблемы, связанные с дезинформацией через социальные сети и видеохостинги широкой аудитории по актуальным проблемам здорового образа жизни и физической культуры. Приведены примеры подобных материалов и обоснование причин их недостоверности. Предложены меры по профилактике дезинформации из подобных источников.

**Ключевые слова:** социальные сети; физическая культура; здоровье; дезинформация; материал.

**Введение.** В настоящее время социальные сети и видеохостинги (далее понятия объединены как «соц. сеть») стали неотъемлемой частью жизни практически каждого человека, имеющего смартфон с выходом в сеть. Политика многих социальных сетей направлена на свободу выражения своего мнения и свободу в выборе тем для публикаций. Для среднего обывателя не составит труда найти даже узкоспециализированный материал в кратчайшие сроки и при необходимости изучить (сохранить / распространить и т. д.) его. Более того, любой пользователь может создать и разместить информацию в сети. Это, безусловно, большое достижение с точки зрения технологического прогресса, но существует и обратная ее сторона – наличие ограничений и фильтров, направленных на контроль качества информации. Однако, таких ограничительных элементов, как правило, совсем немного. Отдельные авторы, разоблачающие статьи, интервью, а чаще всего видеоролики, встречаются в сети, но пользователи не всегда обращаются к ним [2].

Из вышесказанного вытекает несколько проблем. В частности, непроверенная и некачественная информация может быть воспринята как истинная, что вводит пользователя в заблуждение. Такая информация может причинить вред (здоровью и даже жизни) всем тем, кто следует подобным советам, предоставленным в соц. сетях. Кроме того, наиболее подверженная влиянию аудитория может поддерживать распространение информации некорректного содержания (более всего уязвимы дети, чей кругозор и осведомленность

в некоторых вопросах еще не сформированы в достаточной мере). То есть доступность социальных сетей в наше время с каждым годом растет, особенно среди подрастающего поколения, соответственно, большое количество детей находятся в группе риска. Родители же не в состоянии полностью контролировать, что именно их ребенок смотрит в социальных сетях.

Цель исследования – выявить некоторые актуальные проблемы истинности информации о физической культуре и здоровье, полученной из социальных сетей.

**Основная часть.** Физическая культура, физическое воспитание, фитнес – одна из наиболее популярных тем, обсуждаемых или упоминаемых в соц. сетях. Практически все, за редким исключением, следят за своим здоровьем или интересуются контентом, связанным с улучшением своей физической формы. Наиболее популярные темы – похудение, набор мышечной массы, «правильное сбалансированное питание», «программа тренировок» (для дома, или для зала), нутрициология, словом – все, что для многих весьма актуально. Ничто не мешает излагать свое мнение по той или иной теме, связанной со спортом и здоровьем, а проблема заключается в том, что позиционирование своего взгляда также не контролируется. Многие авторы преподносят свои рассуждения как истину, позиционируя себя в качестве компетентных специалистов, а ссылок на исследования, которые бы подтверждали их слова не приводят. К примеру, часто используются видео, в которых описывается определенная проблема, решением которой предлагается покупка биологически активных добавок, которые непосредственно приносят доход автору. Кроме того, ключевым фактором, определяющим размер доходов автора, является количество его зрителей, что побуждает многих работать не на качество материала, а на расширение аудитории блогера.

С ростом популярности условного канала, количество потребителей информации растет, а значит, растет и количество человек, посчитавших получаемую информацию достоверной. Нами проанализированы некоторые сайты, в том числе видеоролики, материалы которых будут представлены в качестве примеров для подтверждения существующих проблем истинности информации. Из таких проблем можно отметить наиболее существенные.

1. Материал, размещенный в социальных сетях, подготовлен непрофессионалом.

Пример: «Как убрать живот за 30 дней» [4], где человек, не компетентный в области физической культуры или медицины, показывает «4 упражнения по 30 секунд в день», не упоминая никаких других аспектов, необходимых в комплексе для похудения (без наличия определенных аспектов в комплексе при выполнении данных упражнений эффективность изложенного совета крайне сомнительна). И это не удивительно, поскольку автор не обладает достаточными знаниями в данной области. Согласно его биографии, блогер закончил колледж технологии и менеджмента, потом получил

образование в университете «Туран» на факультете финансов. Следовательно, автор навязывает в сети свое некомпетентное мнение, полагаясь только на определенную интуицию или на элементы популизма с устоявшимся суждением – соц. сети «стерпят все» [5].

2. Материал, размещенный в социальных сетях, не достоверен по своей сути.

Примером такой позиции может послужить видео «Что происходит с телом, если полностью отказаться от сахара на 30 дней?» (YouTube, канал «О здоровье с Натальей Зубаревой» 800,000+ подписчиков, видео, 1,5 миллиона просмотров) [6]. Следует отметить, что Наталья – по профессии врач, имеет медицинское образование Кубанского государственного медицинского университета по специальности «врачебное дело». Как утверждается, она получила дополнительное образование в области диетологии, кардиологии, нутрициологии и эндокринологии. Однако в 2019 году имя Натальи появилось в числе номинантов антипремии «Почетный академик ВРАЛ». Эта премия учреждена в 2016 году представителями научно-просветительского портала «Антропогенез.ру», а также членами фонда «Эволюция». В качестве номинантов выбирались персоны, пропагандирующие антинаучные идеи, в том числе и в соц. сетях [7].

Аналогичная ситуация и с размещенным видео от 17.03.2021 «Жиросжигающий коктейль, состоящий из стакана кефира и ложки корицы» на TikTok, канал «Похудение с отвалом башки», имеющий 800,000+ подписчиков. Подобных видео на данном канале более десятка, во всех случаях прогнозируется похудение от 1 до 5–10 кг в неделю после приема на ночь «коктейля» из нескольких ингредиентов.

В данном случае вызывает сомнение информация о значительном результате по похудению без соответствующей диеты и двигательной активности. Ведь в большинстве источников отмечается, что нормальным похудением за неделю считается потеря примерно 1 % от массы тела при должном питании, тренировках и активном использовании определенных двигательных навыков. Автором иногда отмечается, что видео такого содержания зачастую носят рекламный характер. Однако указываются ссылки на другие подконтрольные ему же страницы. Доказательств эффективности такой «методики», в том числе исследований или успешных примеров, также не наблюдается.

В сети на разных площадках встречаются и материалы, в которых представлены рассуждения об эффективности употребления разнообразных добавок. Например, L-карнитин преподносят как добавку, помогающую «быстро сжигать жир», иногда даже без каких-либо тренировок, подразумевая, что сам факт приема обеспечит похудение [8]. Однако, по мнению ученых, L-карнитин обеспечивает транспорт жирных кислот в митохондрии для получения большего количества энергии и может уменьшать количество



образующейся молочной кислоты. Его эффективность может проявиться в процессе тренировок и соблюдении основ здорового образа жизни (сон, питание, правильная программа тренировок и т. д.), но он не будет «сжигать килограммы жира» в условиях отсутствия двигательной активности человека [3].

3. Материал, размещенный в социальных сетях, имеет общую направленность, нет индивидуализации.

Широко распространены в сети советы, не учитывающие индивидуальные показатели человека. Такие советы звучат довольно обобщенно, что хорошо с точки зрения их реализации, но в решении конкретной проблемы их помощь сомнительна. Один из самых распространенных с давних времен советов – «Чтобы похудеть, не ешьте после шести» [1]. Хотя в двадцать первом веке это суждение постепенно переходит в разряд мифов, мы выяснили, что на просторах социальных сетей этот совет встречается до сих пор.

Относительно питания и его регулярности нужно учитывать индивидуальные показатели: наличие хронических заболеваний, непереносимость определенных продуктов или веществ в них, показатели микрофлоры желудочно-кишечного тракта, пищевые привычки и т. п. Не существует универсального набора подробных рекомендаций, который подошел бы каждому человеку.

4. Материал, размещенный в социальных сетях, не информативен по сути.

В качестве примера такой проблемы можно привести следующий: «Простые, но эффективные упражнения от сколиоза» (TikTok, канал «farakicks», видео от 16.09.2023) [9]. В данном видео предлагается комплекс из трех упражнений длительностью в 30 секунд для исправления сколиоза. Результат и польза подобных упражнений весьма сомнительны. Сколиоз является патологическим состоянием, а мероприятия, необходимые для его лечения, должны осуществляться под наблюдением специалиста.

Таким образом, для того, чтобы люди (особенно дети) не вводились в заблуждение недобросовестными источниками информации, нужно развивать в людях критическое мышление. Люди склонны верить не тому, что звучит сложно и подробно, а тому, что преподносится с большой уверенностью и привлекательным названием. Развитие в обществе критического мышления впоследствии повлияет на показатель грамотности целой нации. Следует обратить также внимание на то, что необходимо всегда проверять информацию, ориентироваться на научные знания.

Если по существу нельзя изменить политику социальных сетей и видеохостингов в отношении неверной информации, то следует повлиять на восприятие зрителем предлагаемого материала. Результаты популяризации в СМИ и учреждениях образования информации, основанной на многочисленных научных исследованиях об основах здорового образа жизни,

тренировках и самостоятельных занятиях, сбалансированном рационе питания и т. д., позволит пользователю соц. сетей «фильтровать» полученный материал. Кроме того, следует доверять только проверенным сайтам, каналам, площадкам для публикаций, а если возраст или образование не позволяют точно решить эту проблему, необходимо обратиться за помощью к тем, кто поможет ее минимизировать.

**Заключение.** Сегодня огромное количество материалов на тему здоровья, физической культуры и спорта встречается в свободном доступе во всех социальных сетях, чатах и видеохостингах. Однако необходимо помнить, что среди авторов-блогеров существуют и такие, которые открыто дезинформируют свою аудиторию. Дезинформация на данную тему может нанести значительный вред здоровью пользователю при ориентации на такой материал. Чтобы значительно снизить подобный риск для аудитории, необходимо активнее пропагандировать основы здорового образа жизни в СМИ и учреждениях образования, а также научить пользователей критически оценивать предоставляемую информацию, проверять ее, ориентируясь на научные знания и мнение большинства специалистов.

- 
1. TikTok [Электронный ресурс]. – Режим доступа: <https://vm.tiktok.com/ZMMaaWMP9/>. – Дата доступа: 13.03.2024.
  2. TikTok [Электронный ресурс]. – Режим доступа: [https://www.tiktok.com/@art\\_trener](https://www.tiktok.com/@art_trener). – Дата доступа: 17.03.2024.
  3. Moein Askarpour. Beneficial effects of l-carnitine supplementation for weight management in overweight and obese adults: An updated systematic review and dose-response meta-analysis of randomized controlled trials [Электронный ресурс] / Amir Hadi, Maryam Miraghajani, Michael E Symonds, Ali Sheikhi, Ehsan Ghaedi. – 2019. – Режим доступа: <https://pubmed.ncbi.nlm.nih.gov/31743774/>. – Дата доступа: 17.03.2024.
  4. TikTok [Электронный ресурс]. – Режим доступа: <https://vm.tiktok.com/ZMMPWEpBL/>. – Дата доступа: 19.03.2024.
  5. Biogr, биографии известных личностей [Электронный ресурс]. – Режим доступа: <https://biogr.net/sergazy-toktarbek/>. – Дата доступа: 22.03.2024.
  6. YouTube [Электронный ресурс]. – Режим доступа: [https://youtu.be/1FBDv\\_K2FHM?si=jMLVMJHVDmJ6A\\_xd](https://youtu.be/1FBDv_K2FHM?si=jMLVMJHVDmJ6A_xd). – Дата доступа: 11.03.2024.
  7. 24 СМИ [Электронный ресурс]. – Режим доступа: <https://24smi.org/celebrity/104900-natalia-zubareva.html>. – Дата доступа: 11.03.2024.
  8. TikTok [Электронный ресурс]. – Режим доступа: <https://vm.tiktok.com/ZMMP797k2/>. – Дата доступа: 19.03.2024.
  9. TikTok [Электронный ресурс]. – Режим доступа: <https://vm.tiktok.com/ZMMP7r8Np/>. – Дата доступа: 19.03.2024.

**Шелудько А.А., Бобрик Т.З.**

Учреждение образования «Белорусский государственный  
университет физической культуры»  
г. Минск, Республика Беларусь

## **ОТСУТСТВИЕ МОТИВАЦИИ У ШКОЛЬНИКОВ К ЗАНЯТИЯМ ФИЗИЧЕСКОЙ КУЛЬТУРОЙ КАК СОЦИАЛЬНО-ПЕДАГОГИЧЕСКАЯ ПРОБЛЕМА**

**Аннотация.** Статья посвящена проблеме мотивации у школьников к занятиям физической культурой как обязательного компонента организации учебно-воспитательного. Рассматриваются причины низкой мотивации школьников, рекомендации по повышению мотивации к занятиям физической культурой и спортом.

**Ключевые слова:** мотивация; урок физической культуры; здоровый образ жизни.

*«Все наши замыслы, все поиски  
и построения превращаются в прах,  
если у ученика нет желания учиться»*

**В.А. Сухомлинский**

В современном обществе сегодня особую актуальность приобретают вопросы укрепления физического и духовного здоровья человека, формирования здорового образа жизни.

Каждому ребенку для нормального роста и развития необходимы физические упражнения, и их значение для здоровья трудно переоценить: они улучшают работоспособность, повышают физические качества, стимулируют обмен веществ и работу разных систем организма. Физическая культура не зря называется именно «культурой», ведь кроме укрепления здоровья и полезного комплекса физических упражнений, она расширяет общение, дает новые знания о себе и своем организме. Физические упражнения особенно полезны детям, много времени сидящим за уроками, компьютером, музыкальными инструментами. Конечно, это не значит, что не нужно заниматься музыкой, играть в компьютерные игры, смотреть телевизор. Важно вызвать у детей желание и умение двигаться, чередовать спокойный отдых с активным – то есть, привить интерес к физической культуре.

В 2023/2024 учебном году мы студенты 3 курса Белорусского государственного университета физической культуры, проходили педагогическую практику в школе в качестве учителей физической культуры и здоровья. Попробовав себя в роли учителя, я столкнулась с проблемой, которую хочу затронуть – это проблема мотивации учащихся к уроку «Физическая культура и здоровье».

Физическая культура, а в отдельности, оздоровительная физическая культура положительно влияет на организм человека, улучшает самочувствие, влияет на умственную работу, противостоит заболеваниям и продлевает жизнь человека. Конечно, интерес к физической культуре закладывается еще с раннего детства, с первого социального института – семьи. Семья влияет на все сферы жизни и дает первую информацию о жизни и обществе. Питание, зарядка, физическая активность и т. д., ребенок проецирует с детства. Следующий социальный институт это детский сад, который также влияет на развитие ребенка, где он приобретает еще больше информации о мире и о взаимоотношениях. Здесь ребенок познает мир через игру и понимает, что есть зло, а что доброе. Но хочется уделить внимание школьному времени, где в младшем школьном возрасте формируется интерес к учебной деятельности и закладываются основы знаний, умений, навыков, которые ребенок будет дальше развивать в будущем.

На первом месте у детей стоит именно получение удовольствия от процесса, а не достижение «спортивных результатов». Занятия физической культурой на школьных уроках позволяют лишь поддерживать нормальное физическое состояние, но не улучшают физическое развитие учащихся. Для этого необходимы и большая частота занятий, и большая физическая нагрузка. Сделать это можно путем привлечения школьников к занятиям в спортивных секциях. На своих уроках учитель видит спортивный потенциал детей, и может в дальнейшем помочь выбрать наиболее подходящую секцию, порекомендовав родителям [2].

Учитель физической культуры должен развивать у учащихся потребность самостоятельно заниматься физической культурой на базе создания у них представления о здоровом образе жизни. Приобретение этих знаний меняет отношение учащихся к физической культуре и спорту, побуждая их стать сильными и хорошо физически развитыми [4].

От качества уроков физической культуры во многом зависит, будут ли дети «дружить» со спортом, захотят ли участвовать в соревнованиях, запишутся ли в спортивные секции, появится ли у них привычка-потребность в систематических занятиях. Мало пользы от урока, на который приходят дети без желания, а только потому, что он стоит в расписании.

У детей должна быть мотивация – желание идти на урок. Многие дети испытывают не уверенность, застенчивость, скованность, боязнь пережить не удачу.

Для приобщения ребенка к спорту учитель физической культуры должен провести большую работу:

– сформировать устойчивый интерес к занятиям физической культурой в процессе реализации программы по физической культуре (создание условий для оптимизации эмоционального состояния и двигательной активности учащихся через использование игровых, соревновательных

форм работы, например – эстафеты, разучивание подвижных и спортивных игр);

- выработать у учащихся привычку заниматься физической культурой в домашних условиях, которая может быть сформирована в несколько этапов:

- формирование положительного отношения к физической культуре (выработка у учащихся чувства «нужности» физического воспитания, заинтересованности в систематичных занятиях);

- формирование желания самостоятельно заниматься физической культурой (побуждение учащихся заниматься физической культурой регулярно и самостоятельно; например – ежедневно делать зарядку дома);

- формирование намерения самостоятельно заниматься спортом (побуждение учащихся заниматься спортом с целью физического самосовершенствования и хорошего самочувствия; например – выполнять регулярные физические нагрузки через выполнение специально разработанного комплекса упражнений, заниматься плаванием, лыжами, коньками, роликами и т. д.).

На этих этапах важно ненавязчиво подчеркивать положительную роль занятий физическими упражнениями в укреплении здоровья и физическом развитии и не требовать от учащихся высоких результатов [3].

На практике за мной был закреплен 6 класс, в котором только 25 % занимаются спортом. На первой неделе уроки посещали примерно 40–50 % учащихся класса. После общения с детьми, я отметила, что дети имеют очень много дополнительных занятий после учебы, недостаточное количество отдыха и сна (сон около 5–6 часов), вредные привычки родителей, однотипность занятий по физической культуре и большое количество пропусков занятий по неуважительной причине. Оценивая работу учителя, ученики восхищались хорошими человеческими качествами преподавателя, рациональностью выставления оценок, подготовленностью преподавателя к урокам, внешним видом учителя. Тогда возникает вопрос: почему такой низкий средний балл по предмету «Физическая культура и здоровье» (7.2 балла) и нет мотивации к занятиям? Я решила попробовать изменить отношение детей к уроку «Физическая культура и здоровье».

Во время практики была проведена воспитательная работа в классе (беседы, круглые столы, классные часы и т. д.), анкетирование и индивидуальная работа с каждым учащимся. Я не забывала об учете возрастных и индивидуальных особенностей детей, специфике познавательной деятельности учащихся в процессе обучения, учете мотивации, особенностях педагогического общения и микроклимата на уроках, старалась подбирать новые и интересные упражнения, проводить уроки разнообразно и использовала игровой и соревновательный метод, а также метод создания ситуаций успеха, поощрение и порицание. Я постоянно хвалила и подбадривала неуверенных в себе учащихся, на уроках царила дружелюбная атмосфера. Дети с удовольствием посещали уроки, с каждым уроком количество учащихся



пришедших с формой увеличивалось. По итогам работы в четверти средний балл по классу увеличился на 0.3 балла, а посещаемость уроков составила 80–85 %, что я считаю очень хорошим результатом.

На эту тему можно рассуждать очень много. Хочется выделить следующие причины низкой мотивации: низкое внимание детей, отсутствие физического воспитания в семье, способность у преподавателя вызвать интерес к занятиям, не рациональное использование программы занятий, частая смена преподавателя во время обучения в школе. В решении вопроса проблемы мотивации хочется предложить несколько вариантов, которые смогут помочь привлечь ребенка в мир физической культуры и спорта:

1. Проведение с родителями бесед о важности занятий и требований программы, чтобы родители были включены в работу ученик – учитель – родитель.

2. Увеличения объема занятий за счет секций, спортивных праздников, конкурсов и конечно бонусов при первых успехах.

3. Более индивидуальный подход к учащимся, заинтересованность преподавателя в ученике, способность пойти на встречу ученику.

4. Более высокие профессиональные навыки учителя, учитель – лучший из лучших.

Высокие требования должны предъявляться не только к уровню профессиональной компетентности учителя физической культуры, но и к самой его личности, которая имеет немаловажное значение в мотивации учащихся к занятиям спортом. Поведение учителя физической культуры и вся его деятельность являются важнейшим фактором формирования у ребят устойчивой мотивации к занятиям спортом. Если учитель вызывает глубокое уважение, учащиеся его слушают и слышат, выполняют все его требования, стремятся к подражанию. Учитель отвечает не только за физическую подготовку своих учеников, но и за их нравственное поведение, за их отношение к миру и людям. По этой причине учитель физической культуры должен быть сам носителем культуры здоровья, а потому – вести здоровый образ жизни, заниматься спортом, быть подтянутым, энергичным, позитивным. Чтобы быть примером для своих учеников учитель физической культуры должен постоянно повышать свое спортивное мастерство и профессиональную квалификацию через спортивные тренировки, курсы повышения квалификации, участие в профессиональных конкурсах, в общественной жизни, через стремление к собственным новым спортивным достижениям [1].

Таким образом, развитие мотивации учащихся к занятиям физической культурой и спортом зависит от многих факторов: положительного отношения к физической культуре, принятия здорового образа жизни, стремления к спортивным результатам. Достижение всех этих факторов невозможно без хорошего наставника – учителя физической культуры, который будет не только формировать у учащихся сознательное отношение к занятиям

физической культурой и спортом, но и вовремя разглядит их спортивные задатки, направит, даст установки на спортивное самосовершенствование, самовоспитание и саморазвитие, поддержит уверенность ребят в своих силах и волю к победе.

Успешными формами работы с учащимися являются контакты, встречи вне учебных занятий (совместные выезды на просмотр спортивных состязаний), организация совместных спортивных мероприятий, праздников (командные соревнования между учителями физической культуры, педагогами спортивных секций и учениками, спортивные праздники).

- 
1. Зеер, Э. Ф. Психология профессионального развития / Э. Ф. Зеер. – М.: Академия, 2007. – 240 с.
  2. Зобков, В. А. Содержательные характеристики отношения человека к деятельности / В. А. Зобков // Известия Саратовского университета. Новая серия. Акмеология образования. Психология развития. – 2014. – Вып. 4 (12).
  3. Психология физической культуры: учеб. для высш. учеб. заведений физ. культуры / Б. П. Яковлев [и др.]. – М.: Спорт, 2018.
  4. Ямалетдинова, Г. А. Педагогика физической культуры и спорта: курс лекций: учеб. пособие / Г. А. Ямалетдинова. – Екатеринбург: Изд-во Урал. ун-та, 2014. – 244 с.

*Научное издание*

**АКТУАЛЬНЫЕ ПРОБЛЕМЫ  
ПОДГОТОВКИ ПЕДАГОГИЧЕСКИХ КАДРОВ  
В СФЕРЕ ФИЗИЧЕСКОЙ КУЛЬТУРЫ И СПОРТА:  
ИНТЕГРАЦИЯ НАУКИ И ПРАКТИКИ**

Материалы научно-методического семинара  
(с международным участием)

10 апреля 2024 года

В авторской редакции

Компьютерная верстка *М. Г. Миранович*

Подписано в печать 26.06.2024. Формат 60×84/<sub>16</sub>. Бумага офсетная.  
Ризография. Усл. печ. л. 9,77. Уч.-изд. л. 10,19. Тираж 40 экз. Заказ 35.

Издатель и полиграфическое исполнение:  
учреждение образования  
«Белорусский государственный университет физической культуры».  
Свидетельство о государственной регистрации издателя, изготовителя,  
распространителя печатных изданий  
№ 1/153 от 24.01.2014.  
Пр. Победителей, 105, 220020, Минск.