

### ОПЫТ НАУЧНО-ПЕДАГОГИЧЕСКОЙ ШКОЛЫ ПО РАЗРАБОТКЕ И ВНЕДРЕНИЮ ИННОВАЦИОННЫХ ТЕХНОЛОГИЙ В ОБЛАСТИ ОЗДОРОВИТЕЛЬНОЙ ФИЗИЧЕСКОЙ КУЛЬТУРЫ, СПОРТИВНЫХ ИГР И ТУРИЗМА

*Фурманов А.Г., д-р пед. наук, профессор,*

Белорусский государственный университет физической культуры,  
Республика Беларусь

Занятия людей спортом для здоровья, по заключению ЮНЕСКО, являются признанным специальным феноменом, а не просто деятельностью для досуга. Он может, помимо укрепления здоровья граждан, объединять необходимые условия для установления политической демократии и для развития демократического гражданского общества.

Какими бы совершенными не были формы общественного здравосозидания на том или ином этапе исторического развития, задача совершенствования этих форм остается постоянно актуальной.

Физкультурно-оздоровительная работа и спорт в Республике Беларусь всегда были и остаются на передовых позициях. Первые физкультурно-оздоровительные комплексы (ФОК) для занятия граждан физкультурой и спортом по месту жительства были созданы в Беларуси. Новаторством отличалась школа закалывания, возглавляемая Р.Г. Жбанковым. Успешно работал республиканский методический кабинет по производственной гимнастике и физкультурно-оздоровительной работе Белсовпрофа. В области спорта Беларусь всегда занимала и занимает передовые позиции в мире.

Однако вернемся к истокам физкультурно-оздоровительной работы в Республике Беларусь и созданию научно-педагогической школы по оздоровлению граждан средствами физической культуры, спорта и туризма, что относится к первому направлению ее деятельности.

27 февраля 1969 года было принято Постановление Президиума Белорусского республиканского Совета профсоюзов и коллегии Комитета по физической культуре и спорту при Совете Министров БССР «О примерных комплексах упражнений производственной гимнастики для трудящихся различных отраслей народного хозяйства БССР».

Выполняя это Постановление, работниками Республиканского методического кабинета по производственной гимнастике и физкультурно-оздоровительной работе Белсовпрофа и сотрудниками БГОИФК под редакцией А.Г. Фурманова были изданы методические рекомендации «Производственная гимнастика на предприятиях» для инструкторов-методистов и работников физкультурных и профсоюзных организаций. Позже М.Б. Юспа разработал методику составления комплексов производственной гимнастики.

Массовое приобщение граждан к занятиям физкультурой и спортом, формирование здорового образа жизни стало здравосозидательной политикой Республики Беларусь.

Наряду с этим в начале семидесятых годов белорусским правительством была поставлена задача – организовать физкультурно-оздоровительную и спортивно-массовую работу среди населения.

Для успешного решения этой задачи нами был применен комплексный подход, включающий 4 аспекта:

1. Разработку новых физкультурно-оздоровительных технологий, их научное обоснование и внедрение как в режим труда (учебы), так и отдыха.

2. Подготовку нормативных актов, регламентирующих физкультурно-оздоровительную работу.

3. Разработку новых технологий по оборудованию физкультурно-оздоровительных объектов.

4. Организацию подготовки специалистов по оздоровительной физической культуре.

По первому аспекту – разработка новых физкультурно-оздоровительных технологий, их научное обоснование и внедрение как в режим труда, так и отдыха, предусматривались:

Разработка новых комплексов упражнений производственной гимнастики для рабочих различных профессий с учетом специфики их труда и утомляемости, которая была осуществлена совместно с М.Б. Юспой, Г.В. Серяковым А.К. Дашинским, В.В. Киселем.

Создание новых технологий в виде приборов и способов их применения для определения утомляемости рабочих в течение трудовой смены. Было осуществлено совместно с Ф.И. Богдановым, П.И. Носиковым.

Проведение научных исследований, направленных на разработку рационального графика режима труда и отдыха трудящихся на основе изучения динамики их утомляемости и работоспособности.

В зависимости от этих факторов, в режим труда и отдыха внедрялись регламентированные перерывы для активного отдыха (физкультурные паузы), основу которых составляли комплексы физических упражнений, направленных на активизацию мышечных групп не задействованных в труде, и расслабление утомленных мышц по эффекту Сеченова. Для изучения эффективности рационального режима труда и отдыха, совместно с М.Б. Юспой, В.А. Соколовым, А.К. Дашинским была разработана и рекомендована специальная методика.

Значительному вкладу в дело оздоровления трудящихся способствовала «Комплексная программа развития и внедрения различных форм физической культуры на промышленном предприятии», впервые примененная в Белорусской ССР. Она была разработана совместно с М.Б. Юспой, В.И. Малашенко, А.А. Барыщевым, А.П. Двирныком.

Разработанные и научно обоснованные технологии были внедрены на 11 предприятиях Белорусской ССР: Оршанском заводе «Красный октябрь» (1974 г.), Минском заводе «Термопласт» (1979 г.), Минском часовом заводе (1980 г.), ПО «Горизонт» (1982 г.), ПО «Моторный завод» (1985–1986 гг.), ПО «Строймаш» (1987–1988 гг.), МПОИД КПД № 2 (1988 г.), предприятиях Лепельского района (1989–1990 гг.), МОЗМК (1989 г.), универмаге «Беларусь» (1990 г.), Минском учебно-производственном объединении инвалидов по зрению (1992 г.).

Заслуживают особого внимания инновации по оздоровлению трудящихся Минского моторного завода. Впервые в практике литейного производства в режим труда была внедрена оздоровительная программа. Рядом с загазованным цехом были сооружены специальные помещения, оборудованные кондиционерами, ионизаторами, тренажерами и аппаратом для приготовления кислородных коктейлей. В периоды наибольшего утомления литейщиков были внедрены регламентированные перерывы для выполнения комплексов производственной гимнастики. В послерабочее время литейщики посещали физкультурно-оздоровительные и восстановительные объекты. Научные изыскания вместе с другими проводил М.Б. Юспа.

Положительный опыт физкультурно-оздоровительной работы на моторном заводе опубликовал журнал «Здоровье».

Более эффективному оздоровлению средствами физической культуры послужили впервые разработанные и внедренные, совместно с А.Я. Вилькиным, А.К. Дашинским, М.Б. Юспой, Е.И. Волчаниной «Паспорта здоровья», предназначенные для рабочих, студентов и самостоятельно занимающихся физической культурой и спортом.

Опыт Белорусской ССР в вопросах оздоровления трудящихся средствами физической культуры получил признание в бывшем СССР. Именно белорусским специалистам Главным

управлением физического воспитания населения Госкомспорта СССР было поручено подготовить монографию по обобщению опыта развития физкультурно-оздоровительной работы среди трудящихся. По результатам работы совместно с М.Б. Юспой в 1988 году было издано пособие «Физическая культура трудящихся».

Интерес к оздоровлению трудящихся проявили руководители многих предприятий, в том числе гигант химической промышленности Могилевский ПО «Химволокно», который внедрил на своих производствах комплексную программу «Здоровье».

К числу новых технологий по праву можно отнести разработку, совместно с М.Б. Юспой, оздоровительных тренажеров и методику их использования в виде специальных комплексов упражнений с индивидуальной дозировкой нагрузки, а также программ для занятий мужчин и женщин с учетом уровня физического здоровья. Результаты научных исследований легли в основу докторской диссертации.

Более качественной организации физкультурно-оздоровительной работы на предприятиях послужило издание методических рекомендаций, из которых инструкторы-методисты черпали знания о том, как организовать активный отдых в режиме рабочего дня трудящихся в зависимости от условий труда, санитарно-гигиенического состояния производственных помещений и других факторов.

Не остались без внимания и рабочие агропромышленного комплекса. Для них были разработаны программы и методические рекомендации по организации физкультурно-оздоровительных занятий.

Эхо Чернобыльской трагедии отозвалось на ряде регионов Белорусской ССР. Оказавшись в условиях повышенного радиоактивного фона, жители Гомельской, Могилевской и районов других областей ограничивали свою двигательную активность чтобы не получить лишнюю дозу облучения. Возникла проблема – как проводить физкультурно-оздоровительные занятия и мероприятия в условиях повышенного радиационного фона? Группа ученых Белорусской государственной академии физической культуры под руководством В.А. Соколова, ознакомившись с обстановкой в Брагинском, Хойникском, Ветковском и других районах, проведя исследования, разработала рекомендации. В них предлагались рациональные объемы и интенсивность выполнения физических нагрузок для дошкольников, учащихся, студентов и трудящихся. В научном издании была изложена новая физкультурно-оздоровительная технология в виде способов (методов) физического воспитания лиц различного возраста, проживающих в экологически неблагоприятных условиях. Были раскрыты: медико-биологические особенности адаптации организма в условиях радиации; основы методики физического воспитания в условиях загрязненной среды обитания. Рекомендованы формы, средства и методы физического воспитания дошкольников, учащихся, студентов; физическая культура трудящихся; изложены специальные упражнения для совершенствования отдельных функций и систем организма. По этой проблеме В.А. Храмовым и Н.И. Антипиным, под научным руководством А.Г. Фурманова, защищены кандидатские диссертации.

Впоследствии (2004 г.) по заказу Министерства образования Республики Беларусь была выполнена научно-исследовательская работа (руководитель А.Г. Фурманов) по Президентской теме «Дети Беларуси» (подтема «Дети Чернобыля»), а также по заказу Детского Фонда ООН ЮНИСЕФ (2005 г.) по теме «Формирование физического здоровья и основ здорового образа жизни учащихся школ, пострадавших от последствий аварии на Чернобыльской АЭС». Результаты исследований легли в основу изданного под редакцией М.Е. Кобринского и А.Г. Фурманова пособия для учителей физической культуры «Формирование физического здоровья детей и молодежи, проживающих на территориях радионуклидного загрязнения».

Эффективной формой оздоровления граждан явились занятия спортом. Продвигая физкультуру и спорт в массы, по заказу Республиканского Дома санитарного просвещения, нами были изданы буклеты для тех, кто занимается спортом самостоятельно.

По второму аспекту – подготовка нормативных актов, регламентирующих физкультурно-оздоровительную работу, ученые БГАФК приняли участие в разработке:

– Законов Республики Беларусь «О физической культуре и спорте» (1993 и 2003 годы);

– Государственных программ развития физической культуры, спорта и туризма, разработанных в 1997, 2003 и 2007 годах, а также основных направлений программы развития физической культуры и спорта Республики Беларусь на 1997–2000 гг.

По третьему аспекту – разработка новых технологий по оборудованию физкультурно-оздоровительных объектов, были предприняты следующие действия:

– изучались интересы и потребности трудящихся в занятиях физкультурой и спортом на различных предприятиях;

– разрабатывалась спортограмма для трудящихся основных профессий с учетом тяжести, условий труда, энерготрат и др.;

– с учетом полученных данных разрабатывались рекомендации по оборудованию комплексного физкультурно-оздоровительного центра (ФОЦ) на территории предприятия.

В результате нашей совместной деятельности с производителями впервые в бывшем СССР на территории Минского завода ПО «Строймаш» в 1986 году был создан комплексный «Центр здоровья». Опыт создания центра непосредственно на предприятии как новой технологии экспонировался в 1987 году на ВДНХ СССР. Разработчики были награждены золотыми и серебряными медалями ВДНХ СССР.

Для более качественной и эффективной работы ФОЦ были разработаны методические рекомендации, которые в качестве пристендовой литературы выставлялись в выставочно-методическом центре ВДНХ СССР «Советские профсоюзы». В них было дано определение физкультурно-оздоровительного центра на производстве, описаны типы и структура, раскрыты содержание и особенности работы, представлены формы занятий с учетом специфики труда работающих.

К числу объектов физкультурно-оздоровительного назначения, заслуживающих особого внимания, можно отнести комплекс психофизической регуляции «Тонус».

Опыт внедрения психофизической регуляции экспонировался нами в 1988 году на ВДНХ СССР. Авторы разработки были награждены золотыми и серебряными медалями ВДНХ СССР. Более эффективной работе центров психофизической регуляции на производстве способствовала разработка методических пособий, в которых были даны рекомендации по оборудованию и организации работы центров, изложены программы, учебный план и комплексы упражнений для послерабочего восстановления. Был получен положительный эффект, выразившийся в улучшении психоэмоционального состояния у 87,9 % работающих, снижении уровня тревожности, нормализации сна, повышении желания трудиться, снижении чувствительности к воздействию стрессовых факторов на производстве и в быту у 58,6–84,5 %, что способствовало снижению заболеваемости в 1987 на 11,4–12,8 % (по сравнению с 1986 годом).

По аналогии работы ФОЦ на ПО «Строймаш», был создан физкультурно-спортивный комплекс на Гродненском ГАП № 2. Это был новый тип (технология разработки и внедрения) объекта физкультурно-оздоровительного назначения с учетом специфики труда водителей, который в 1989 году также экспонировался на ВДНХ СССР. Опыт его работы убедительно доказал, что физкультура и спорт служат укреплению здоровья.

Аналогичные ФОЦ на территории предприятий были созданы на МОЗМК, МПОИД КПД № 2, ПО «Моторный завод», Могилевском ПО «Химволокно», в универмаге «Беларусь», на ПО «Термопласт», ПО «Часовой завод» и др.

Качественному использованию создаваемых объектов физкультурно-оздоровительного и спортивного назначения способствовала разработка «паспорта объекта».

По четвертому аспекту – организация подготовки специалистов по оздоровительной физической культуре, работа велась и ведется различными путями.

Первый – подготовка учебных пособий, методических рекомендаций и учебников как для ранее утвержденных специализаций, так и новых.

Для новой специализации «Организация массовой физкультурно-оздоровительной работы и туризма» был разработан лекционный курс «Методика массовой физкультурно-оздоровительной работы» (А.Г. Фурманов, 1986).

Позже, в связи с расширением физкультурного движения, приобщением значительной части населения к физкультурно-оздоровительной работе появилась необходимость подготовки специалиста нового профиля – методиста оздоровительной физической культуры.

Согласно решению Спорткомитета СССР, после изучения опыта БГАФК, все физкультурные вузы бывшего СССР, по разработанной нами учебной программе приступили к подготовке методистов в области оздоровительной физической культуры.

Поскольку на момент внедрения программы не было учебника, то мы приступили к изданию серии учебных пособий:

Производственная физическая культура. Часть 1 – Производственная гимнастика.

Производственная физическая культура. Часть 2 – Послетрудовая реабилитация.

Производственная физическая культура. Часть 3 – Профилактика профессиональных заболеваний.

Производственная физическая культура. Часть 4 – Профессионально-прикладная физическая подготовка трудящихся.

Помимо того, методистам по оздоровительной физической культуре, важно было знать и уметь определять экономическую эффективность тех или иных мероприятий. С этой целью под редакцией А.Г. Фурманова были подготовлены и изданы учебно-методические пособия, содержащие наиболее информативные тесты и методы, позволяющие оценить состояние здоровья и физическую подготовленность занимающихся оздоровительной физической культурой:

Оздоровительно-рекреативная физическая культура. Часть 1 – Теоретические и методические аспекты оздоровительно-рекреативной физической культуры.

Оздоровительно-рекреативная физическая культура. Часть 2 – Оздоровительно-рекреативная физическая культура по месту жительства и массового отдыха населения.

Оздоровительно-рекреативная физическая культура. Часть 3 – Массовые физкультурно-оздоровительные мероприятия.

Оздоровительно-рекреативная физическая культура. Часть 4 – Нетрадиционные средства оздоровления.

Изучение интересов и потребностей в занятиях физическими упражнениями показало, что граждане больший интерес проявляют к занятиям спортом с оздоровительной направленностью. Для вооружения студентов знаниями и умениями под редакцией В.А. Соколова и А.Г. Фурманова в 1986 году было издано учебное пособие «Занятия массовыми видами спорта с оздоровительной направленностью», выгодно отличающееся от предыдущих.

Помимо названного, повышению качества подготовки специалистов послужили и другие учебные пособия.

Востребованным стало методическое пособие «Здоровый образ жизни. 15 уроков по профилактике вредных пристрастий» (А.Г. Фурманов, Ю.Н. Князев, 2003).

В нем изложен материал, дающий представление о здоровом образе жизни и его компонентах, вредных пристрастиях и их последствиях, рассматриваются современные подходы к профилактике и лечению наркомании, соблюдению правовых норм.

В методическом пособии раскрыто содержание 15 уроков по профилактике вредных пристрастий. Данный материал включен в программу подготовки специалистов по оздоровительной физической культуре.

Все вышеназванное было сгруппировано в изданном в 2003 году, совместно с М.Б. Юспой, учебнике «Оздоровительная физическая культура» [1].

Второй путь – разработка основополагающих документов – образовательных технологий, направленных на повышение качества образования в стране. К ним, в частности, относятся разработанные нами:

Образовательный стандарт. Высшее образование. Специальность П.02.02.00 Физическая культура и спорт.

Образовательный стандарт нового поколения – первая ступень. Специальность 1-88 01 02 Оздоровительная и адаптивная физическая культура (по направлениям).

Концепция и программа развития высшего физкультурного образования в Республике Беларусь на 2003–2005 годы, под редакцией М.Е. Кобринского (исполнители – М.Е. Кобринский, О.А. Гусарова, А.Г. Фурманов, Т.П. Юшкевич, А.А. Гужаловский и др.). В концепции дана характеристика состояния высшего физкультурного образования (ВФО) в Республике Беларусь, намечены стратегические цели и задачи развития ВФО, выделены ведущие факторы повышения качества образования, определены основные направления развития ВФО, обозначены составляющие качества образования. В программе развития ВФО в Республике Беларусь на 2003–2005 годы изложено содержание мероприятий, направленных на развитие ВФО в стране.

По второму направлению деятельности научно-педагогической школы – развитию спортивных игр, вначале вся работа была нацелена на создание методов исследования, приборов, измерительных устройств. Разработка и методика их применения изложена в методических рекомендациях «Технические средства и тренажеры в спортивных играх» (1974). Более подробно остановимся на технических средствах, разработанных для волейбола, поскольку они были задействованы при подготовке женской и мужской сборных команд СССР к XIX и XX Олимпийским играм. Результаты исследований изложены в методическом письме «Итоги XIX Олимпийских игр». Вклад в подготовку сборных команд, которые стали чемпионами Олимпийских игр, отмечен грамотой Спорткомитета СССР.

Опыт работы со сборными командами СССР позволил по-новому подойти к подготовке резерва. Была разработана система подготовки юных квалифицированных волейболистов на основе программированного обучения. Ускоренное и более качественное обучение достигалось за счет применения обучающих программ, специально разработанных тренажеров, удостоенных авторских свидетельств, научнообоснованных стандартов по физической и технической подготовленности. Все это изложено в учебном пособии А.Г. Фурманова «Начальное обучение волейболистов» (1976), в книге Ю.Н. Клещева и А.Г. Фурманова «Юный волейболист» (1979), по которым работали все ДЮСШ бывшего СССР. Инновационная методика была адаптирована к школьной и вузовской учебным программам и изложена в учебно-методических пособиях А.Г. Фурманова «Студенческий волейбол» (1983) и «Волейбол в школе» (1987). По этим книгам обучались школьники, а также студенты как нефизкультурных, так и физкультурных вузов.

Для популяризации волейбола были изданы:

А.Г. Фурманов «Играйте в мини-футбол» (1978); А.Г. Фурманов «Волейбол на лужайке, в парке, во дворе» (1982); А.Г. Фурманов, Д.М. Болдырев «Волейбол» (1983); А.Г. Фурманов, Г.К. Гынку «Волейбол» (1984); А.Г. Фурманов «Играй в мини-футбол» (1989); учебное пособие А.Г. Фурманова «Волейбол» (2009). Все изданное ранее было обобщено в монографии А.Г. Фурманова «Подготовка волейболистов» [2].

Развитию спортивных игр посвящены методические рекомендации, изданные под редакцией А.Г. Фурманова, «Спортивные игры в вопросах и ответах» (1974), а также 156 тезисов и статей – результаты научных исследований, в сборниках материалов научных конференций и конгрессов.

Осуществлялось научное руководство Л.М. Половцевой и Г.К. Гынку, защитивших кандидатские диссертации по спортивным играм, а также магистерской диссертацией гражданки Китая Ван Цзин.

По третьему направлению деятельности научно-педагогической школы – научное сопровождение туризма, была разработана классификация туризма, которая получила признание на Международной научно-практической конференции «Развитие туризма в условиях современных интеграционных процессов» (1997).

По заказу Комчernoбыля в 2001 была выполнена научно-исследовательская работа «Разработать кадастр экологически безопасных туристских маршрутов для населения, проживающего на загрязненных радионуклидами территориях Республики Беларусь» [3].

На основании кадастра были разработаны экологически безопасные туристские маршруты по Гомельской области – 17, Могилевской – 18, Брестской – 12.

Проведена международная научно-практическая конференция «Инновационные технологии в сфере туризма, гостеприимства, рекреации и экскурсоведения» (Симферополь, 2008), издан сборник материалов.

Материалы научных работ легли в основу изданного учебного пособия «Физическая рекреация» (А.Г. Фурманов, 2009).

Для качественного выполнения студентами научных работ издано методическое руководство «Подготовка курсовых, дипломных и выпускных работ по туризму» (А.Г. Фурманов, 2009).

В соответствии со служебными обязанностями организовывается научная работа в Институте туризма. Осуществляется научное руководство тремя аспирантами и двумя соискателями по туризму.

В целом научно-педагогической школой выполнен большой объем работ, направленных на развитие оздоровительной физической культуры, спортивных игр и туризма.

1. Фурманов, А.Г. Оздоровительная физическая культура: учебник для студентов вузов / А.Г. Фурманов, М.Б. Юспа. – Минск: Тесей, 2003. – 528 с.
2. Фурманов, А.Г. Подготовка волейболистов / А.Г. Фурманов. – Минск: МЕТ, 2007. – 329 с.
3. Разработать кадастр экологически безопасных туристских маршрутов для населения, проживающего на загрязненных радионуклидами территориях Республики Беларусь: отчет по НИР. – Минск, 2002. – 168 с.

## **КОНСОЛИДАЦИЯ УЧЕНЫХ РОССИИ И БЕЛАРУСИ В ПОИСКЕ НОВЫХ ПОДХОДОВ К УКРЕПЛЕНИЮ ЗДОРОВЬЯ ЗДОРОВЫХ**

*Пономаренко В.А., д-р мед. наук, профессор, академик Российской академии образования,*  
Российская Федерация

Гуманистическая природа общественного строя проявляется прежде всего в заботе о человеке, о его здоровье. Сохранение и укрепление здоровья в многовековой эстафете поколений – это социально-генетическая потребность как отдельного человека, так и общества в целом. На протяжении всей истории человеческого общества проблемы здоровья занимали важное место в его социальной, экономической и культурной жизни и были тесно связаны с темпами его развития.

Приоритетность государственной оздоровительной политики в наших странах неоспорима.