

**ИСТОРИЯ ФИЗИЧЕСКОЙ КУЛЬТУРЫ В ПРОФЕССИОНАЛЬНОМ СТАНОВЛЕНИИ
СПОРТИВНОГО ПЕДАГОГА**

И.К. Анисова,

Белорусский государственный университет физической культуры,
Республика Беларусь

Современная наука и производство развиваются по линии одновременной интеграции и специализации. Наиболее существенные обобщения в теории и методике физической культуры рождаются на стыке гуманитарных, естественных и медико-биологических наук. Прогрессирующий рост творческого компонента в трудовой деятельности спортивного педагога выдвигает на первый план уровень общеобразовательных знаний, творческий стиль мышления, способность к непрерывному самообразованию специалиста. Однако не сама по себе сумма знаний и умений, а знания и умения в синтезе, обобщенные с творческими способностями, являются показателем всесторонне развитой личности, способствуют активизации ее социальной роли.

Никакой педагогический или методический прием не может быть найден раз и навсегда. Овладевая основами педагогических и естественно-научных знаний, обучаемый закладывает фундамент своего профессионального мастерства. Возрастает потребность в специалистах, обладающих не только хорошей методической подготовленностью в конкретном виде деятельности, но и имеющих фундаментальную подготовленность в области гуманитарных, естественно-научных дисциплин и базовых видах двигательной активности. Современный специалист должен быть социально активным, способным воздействовать на рынок труда, формировать его.

Одной из насущных проблем дидактики является установление оптимального соотношения между практическими умениями и теоретической подготовленностью. Знания без умений их практической реализации остаются мертвым грузом. В первую очередь они должны помогать «умению видеть» за явлениями сущность, устанавливая причинно-следственные связи и в конечном итоге – выходить на рациональные педагогические решения. В педагогическом образовании должен преобладать синтез над анализом, индукция – над дедукцией. Любые знания приобретают ценность лишь в том случае, когда ими руководствуются в процессе деятельности. Эффективность педагогической деятельности детерминирована профессионально-педагогическими умениями [1].

Рост профессионализма специалистов связан с повышением как фундаментальной, так и узкоспециальной подготовленности. Номенклатура специальностей в сфере физической культуры и в дальнейшем будет расширяться. Однако основы профессиональной подготовки (науки гуманитарного, естественнонаучного блоков, базовые курсы теории и методики двигательной активности) находятся в наименьшей зависимости от конъюнктуры рынка труда, а значит, учебные планы базового уровня образования могут быть унифицированы в рамках Европейского Союза с целью придания системам подготовки кадров различных стран приемлемой конгруэнтности.

Эффективность любой деятельности определяется двумя интегративными факторами – мотивацией субъекта и его способностью к данной деятельности. Полученные в вузе знания стремительно устаревают и требуют постоянного их обновления. В процессе обучения в вузе у студентов, наряду с формированием необходимых знаний, умений и навыков, необходимо продолжать процесс профессиональной ориентации или мотивации к производственной деятельности в области физической культуры. Педагогическое мастерство представляется как комплекс личностных и профессиональных качеств педагога.

Эффективная профессиональная деятельность специалиста высшей квалификации в век лавинообразного прироста новых знаний и технологий требует постоянной работы по повышению собственной компетенции. Следовательно, в основе профессионального образования должна быть заложена идея формирования потребности и способности к самообразованию, к самосовершенствованию, то есть к профессиональному и социальному росту [2].

Студенчество занимает особое положение в социальной структуре общества, отличаясь высоким уровнем стремления к личностно-профессиональному самоутверждению, творческим потенциалом, активным интересом к практическому участию в социальных преобразованиях, собственным отношением к различным сторонам общественной жизни, собственными социальными ориентациями, и в недалеком будущем выступит определяющей силой социально-политического, экономического и культурного развития своей страны.

Такая наука, как история физической культуры и спорта, занимает важное место в системе теоретико-педагогических дисциплин, изучаемых в университетах, академиях и институтах физической культуры. Она принадлежит к профилирующим дисциплинам, помогает будущим специалистам лучше познать свою профессию, повышать педагогическую культуру, непосредственно подготавливает их к практической деятельности.

История физической культуры и спорта – интересная и увлекательная наука. За время своего существования она накопила огромное количество материалов, наглядно показывающих поступательное развитие физической культуры и спорта от низших форм до современного и состояния.

История физической культуры и спорта составляет важную часть всей спортивной науки. Предмет ее изучения – общие закономерности возникновения, становления и развития физической культуры и спорта на разных этапах существования человеческого общества.

Она знакомит человека с происхождением и распространением в мире средств, форм, методов, идей, теорий и систем физического воспитания и спорта, существовавших в различные периоды человеческого общества. История рассматривает физическую культуру и спорт как органическую часть всей человеческой культуры, воспитания и образования людей, подготовки их к трудовой и военной деятельности.

История физической культуры и спорта – наука, которая, исследуя и изучая прошлое, помогает познать настоящее и в известной мере выявить тенденции будущего развития. Она представляет собой специфическую отрасль исторических и педагогических знаний. История физической культуры и спорта – основа гуманитарного образования в спортивной науке, так как физической культуре и спорту всегда принадлежала важная роль в формировании физических и психических качеств человеческого рода. При умелом подходе она способствует воспитанию физической, умственной и психической гармонии человеческой личности.

Составной частью предмета истории физической культуры и спорта выступают историография и источниковедение, степень и уровень изучения которых определяют ее достижения как учебной и научной дисциплины. В процессе своего формирования предмет истории физической культуры и спорта впитал в себя сведения из гражданской и военной истории, этнографии и археологии, истории педагогики и медицины, истории культуры. Предмет истории тесно связан с научными дисциплинами, изучающими физическую культуру и спорт с социологических, теоретико-педагогических, медико-биологических и спортивно-педагогических позиций.

История физической культуры и спорта имеет большое воспитательное и образовательное значение. Она призвана решать следующие основные задачи:

- показать с научных позиций становление, состояние и развитие физической культуры и спорта в разные периоды существования человеческого общества;
- раскрыть значение, роль и место физической культуры и спорта в жизни общества на разных этапах его развития;
- способствовать формированию научного мировоззрения, воспитанию патриотизма и интернационализма, исторического самосознания и критического мышления;
- формировать любовь к благородной профессии педагога, тренера, организатора и пропагандиста физической культуры и спорта;
- способствовать повышению общей педагогической культуры, расширению умственного кругозора, обогащению знаниями в области физической культуры и спорта.

История физической культуры и спорта как специфическая отрасль научных знаний стала складываться во второй половине XIX в. Это было обусловлено возросшим интересом ученых, педагогов и врачей к вопросам физического воспитания, необходимостью преподавания ее на курсах и в школах по подготовке учителей гимнастики для гражданских учебных заведений и специальных кадров для армии, военных училищ, гимназий и кадетских корпусов.

В дальнейшем процесс ее формирования происходил на основе исторической и педагогической науки, передового опыта преподавания этого предмета в отечественных и зарубежных учебных заведениях.

Научно-теоретическую, методологическую основу истории физической культуры и спорта составляет диалектико-материалистический метод анализа исторических явлений, фактов и событий в области физической культуры и спорта на разных этапах развития человеческого общества. Опираясь на этот метод, история обосновывает роль и место физической культуры и спорта в жизни общества. На конкретном фактическом материале история раскрывает общие закономерности развития физической культуры и спорта, поступательное движение их от низших к более совершенным формам современности. Она изучает развитие физической культуры и спорта в обществе во всех их многообразных проявлениях и аспектах.

Диалектико-материалистическая методология открыла перед историей широкие перспективы исследования всех сторон физической культуры и спорта, определила теорию познания этого явления в обществе, отношение к источникам, приемам их анализа и критики, понимания прошлого и настоящего физической культуры и спорта. Опираясь на эту методологию, история позволяет учащимся рассмотреть физическую культуру и спорт в непрерывном развитии, движении, изменении, в переходе количественных изменений в новые, качественные, рассматривает ее как, результат борьбы новых идей со старыми, в которой неодолимо побеждает новое. Эти диалектические закономерности дают возможность научного представления о развитии физиче-

ской культуры и спорта на протяжении всей истории общества. Они позволяют анализировать возникновение, состояние и развитие физической культуры и спорта в зависимости от материальных условий жизни общества, решающей роли народных масс в историческом процессе, национальных особенностей и географических условий. История физической культуры и спорта исходит из признания определяющей роли экономического строя общества, составляющего его материальный базис по отношению к политическим учреждениям, образу мысли людей, их взглядам, вкусам, спортивным занятиям и т. п.

Применение научной методологии в истории имеет важное теоретическое и практическое значение. Изучая физическую культуру и спорт ушедших поколений, история устанавливает этапы и закономерности их развития, место и роль в социально-экономической и культурной жизни общества. Это имеет большое теоретическое значение, создает научный подход к историческому материалу. Анализ накопленного человечеством опыта позволяет учащимся дать правильную оценку современной практике физической культуры и спорта и, по возможности, определить тенденции их развития в будущем.

Знание диалектико-материалистической методологии позволяет преподавателям истории физической культуры и спорта глубже, доступнее, доходчивее, понятнее излагать учебный материал, а студентам более всесторонне, вернее, лучше, сознательно и полно усваивать изучаемый предмет.

На основе диалектико-материалистической методологии история физической культуры и спорта использует конкретные методы изучения и исследования предмета. К ним относятся: историко-теоретический анализ, обобщение и систематизация исторических материалов; проведение исторической аналогии, сопоставления и сравнения; системный, структурный и статистический анализ; письменный (анкетный опрос, интервьюирование и беседы); обобщение практики и изучение опыта развития физической культуры у разных народов [1].

Таким образом, неразрывное диалектическое единство общенаучной методологии и частных методов исследования истории физической культуры и спорта есть путь к дальнейшему совершенствованию ее как учебной и научной дисциплины.

В современном информационном обществе возникает устойчивая тенденция изменения организации учебной деятельности студентов: сокращение аудиторной нагрузки, замена пассивного слушания лекций и возрастание доли самостоятельной работы студентов, что в педагогической практике проявляется в переносе центра тяжести в обучении с преподавания на учение, т. е. систематическую, управляемую преподавателем самостоятельную деятельность студента, но не самообразование, осуществляемое индивидом по собственному произволу.

К структурным составляющим средств обучения по предмету «История физической культуры и спорта» можно отнести:

- бумажные издания (учебники, пособия, методические указания, конспекты, учебную программу, тесты, список литературы);
- сетевые электронные издания;
- аудио учебно-информационные материалы;
- видео учебно-информационные материалы;
- электронную библиотеку;
- музей истории Белорусского государственного университета физической культуры и спорта, галерею Олимпийской славы, так как чрезвычайно важно для высшей школы воспитание студентов в нашем университете реализуется на основе сохранения и приумножения традиций, приобщения к ним. Все это способствует развитию у студентов чувства профессионального достоинства, трансформирующегося в чувство патриотизма.

Одной из наиболее эффективных форм воспитания студенческой молодежи является вовлечение студентов в творческую деятельность, органически связанную с их профессиональным становлением (научно-исследовательскую, проектную работу). Научно-исследовательская работа студентов – необходимое средство формирования профессионального облика специалиста любого профиля. Участие студентов в научной работе выступает движущей силой их вовлечения в процесс создания материальных и духовных ценностей. Воспитательный аспект студенческого научного творчества имеет большое значение в деле формирования личных качеств будущего специалиста. Постоянный творческий настрой, жажда знаний, обстановка напряженного научного поиска способствуют воспитанию у студентов высокой культуры мышления, пробуждают у них подлинную сознательность и активность в выборе и проведении определенных решений, стремление к проникновению в сущность вещей, а именно эти качества столь необходимы современному специалисту.

Совместное научное творчество ученых, преподавателей, студентов, аспирантов – самый эффективный, проверенный практикой путь развития потенциальных способностей, становления характера исследователя, воспитания инициативы, ответственности, трудолюбия, потребности и навыков постоянного самообразования в будущем.

При решении вопроса о формировании качественного состава преподавателей высших учебных заведений следует исходить из методологических и научно-практических задач современного обучения и воспитания студентов, в соответствии с которыми воспитание молодежи является важнейшей функцией образования в системе высшей школы. Преподаватель вуза должен быть не только источником профессиональной информации, но

и посредником между студентом и культурой, способным оказывать позитивное влияние на становление и формирование учащихся не только как специалистов, но и как будущей белорусской интеллигенции. Постановка на высоком уровне учебной работы в вузе требует профессионального подхода специалистов в области культуры, политики, искусства, художественного, литературного и музыкального творчества, научно-исследовательской деятельности, патриотического и гражданского воспитания, физической культуры и спорта.

1. Бальсевич, В.К. Основные параметры прогноза качественных характеристик специалиста отрасли «Физическая культура и спорт» / В.К. Бальсевич, Л.И. Лубышева // Довузовская подготовка как этап развития кадровой инфраструктуры: сб. научн. тр. – М.: СпортАкадем Пресс, 2001. – С. 9.

2. Кайнова, Э.Б. Общая педагогика физической культуры и спорта: учеб. пособие / Э.Б. Кайнова. – М.: ИД «ФОРУМ»: ИНФРА – М, 2009. – С. 154.

3. Столбов, В.В. История физической культуры и спорта / В.В. Столбов, Л.А. Финогенова, Н.Ю. Мельников; под ред. В.В. Столбова. – 3-е изд., перераб. и доп. – М.: Физкультура и спорт, 2000. – С. 3–9.

ПСИХОСОЦИАЛЬНАЯ АДАПТАЦИЯ БЕРЕМЕННЫХ ЖЕНЩИН В УСЛОВИЯХ ЗАНЯТИЙ ФИТНЕСОМ

О.Е. Афтимичук, д-р пед. наук, доцент,

Государственный университет физического воспитания и спорта,
Республика Молдова

Образ современной женщины за последние десятилетия претерпел кардинальные изменения не только с физической, эстетической точки зрения, но и изнутри, в психосоциальном смысле. Сегодня женщины ни в чем не хотят уступать мужчинам: неудивительно видеть женщину-руководителя на всех ранговых постах в различных областях науки, культуры, образования, производства, политики, не говоря уже о спорте. Такое положение женщины в обществе предъявляет соответствующие требования к ее личностным качествам и, что немаловажно, ее внешней и внутренней форме. Это подразумевает здоровый образ жизни [5], высокий уровень работоспособности, как умственной, так и физической, укрепление, сохранение и поддержание здоровья женщины, ее духовных и нравственных кондиций, успешную психосоциальную адаптацию к жизненным условиям.

Однако не только положение в обществе заставляет женщину быть активной и здоровой. Нельзя забывать, что, независимо от функций, выполняемых женщиной в социальной среде, она выполняет одну из самых важных миссий для рода человеческого – детородную, репродуктивную. Это относит женскую половину человечества к определенной группе людей, которая, помимо осознания выраженной половой идентичности, понимает свою значимость и необходимость. Данный процесс способствует становлению социальной и групповой идентичности [4] личности беременной женщины (вхождение личности в различные общности и осознание единства с групповым окружением, в нашем случае – с другими беременными женщинами).

Будущая мать живет в своем мире, который замыкается на процессе вынашивания и последующего рождения ребенка. Все мысли беременной женщины направлены на своего малыша, на эмоции, связанные с переживанием беременности, как положительные, восторженные, так и отрицательные, вызванные чувством беспокойства и переживаниями за себя и ребенка. В данном случае важным составляющим хорошего самочувствия женщины в положении является *здоровье* – не только телесное, физическое, но, что немаловажно, и душевное, психосоциального благополучие [2]. От состояния здоровья женщины зависит будущее здоровье детей и любой нации. Деятельность женщины по укреплению здоровья и сохранению физической формы и имиджа имеет не только личностный характер, но и социальный, поскольку общество заинтересовано и в рождении здоровых детей, и в хорошем психическом и физическом самочувствии. Однако, по данным исследования Н.А. Анашкиной [1], большинство женщин по разным причинам пассивны в укреплении своего здоровья, хотя 71 % из них нуждается в активной релаксации и рекреации, а также, по нашему мнению, и в становлении как социальной, так и групповой идентичности личности беременной женщины.

Сохранению и укреплению здоровья женского населения может способствовать использование массовых форм оздоровительной физической культуры. Одной из наиболее привлекательных двигательных систем, вследствие своей популярности, доступности и эмоциональности, является фитнес.

Организм беременной женщины из-за происходящих изменений находится в состоянии постоянной работы. Даже в период покоя женщина, которая готовится стать матерью, выполняет определенный объем работы. Все системы организма беременной женщины должны адаптироваться к соответствующему уровню функционирования, который необходим, чтобы дать новую жизнь. Средства оздоровительного фитнеса помогут женщине справиться с физиологическими и психическими переменами, которые происходят в период беременности.