

эпох, социально-экономических укладов, классовой, этнической и культурной принадлежности. Соответственно, существуют ценности, характеризующие историческую эпоху, социально-экономический уклад, нацию, профессиональные, демографические группы.

Современное общество пытается найти новые подходы к пониманию мира, которые переключаются с достижениями традиционных культур и их ценностями.

Общечеловеческими ценностями в современном глобализирующемся мире являются благосостояние, безопасность, свобода, справедливость. Если более подробно рассмотреть смысловое содержание этих понятий, то оказывается, что люди испытывают потребность в стабильности жизни, защищенности, уверенности в завтрашнем дне, наличии неизменных правил. Основными ценностями для них становятся: национальная безопасность, защита семьи, мир на земле, социальный порядок, уважение старших, здоровье, социальная справедливость, благосостояние.

Очень важным является возможность реализовать собственный жизненный выбор, что включает такие ценности, как достижение успеха, интеллект, ответственность, выбор собственных целей, независимость, широта взглядов, честолюбие, любознательность. Для многих людей актуальны традиционные религиозные каноны, которые включают такие ценности, как скромность, довольство своим местом в жизни, обязательность, умение прощать, умеренность, благочестие, честность, ценность семьи.

Ценностью является и возможность творческого преобразования мира и гармонии мира с самим собой – единство с природой, мир прекрасного, духовная жизнь, защита окружающей среды, внутренняя гармония, самоуважение, творчество.

В каждой культуре существуют базовые приоритетные ценности, которые содержат как «консервативные», так и «инновационные» компоненты, позволяющие присутствовать как культурной универсальности, так и культурной специфичности, что позволяет конкретной культуре быть выражением духа, потребностей, своеобразия той или иной нации, ее уникальности и самобытности.

Культурный плюрализм представляет собой адаптацию человека к чужой культуре без отказа от своей собственной и предполагает овладение человеком ценностями еще одной культуры без ущерба для ценностей своей собственной. При культурном плюрализме ни одна культура не теряет своей самобытности и не растворяется в общей культуре. Он подразумевает добровольное овладение представителями одной культуры традициями другой, обогащающими собственную культуру. Культурная динамика проявляется в сотрудничестве между культурами, основанном на культурном плюрализме.

Процессы глобализации, как реальность наших дней, оказывают противоречивое воздействие на социокультурную динамику локальных цивилизаций. Это проявляется, с одной стороны, в том, что формируется глобальное социокультурное пространство, усиливается взаимозависимость стран и цивилизаций в этой сфере, их взаимное проникновение и переплетение, особенно в связи с усилившимися процессами миграции. А с другой стороны, развивается процесс цивилизационного и культурного самосознания, понимания самобытности, своеобразия культур. Возникает ситуация, при которой одновременно наблюдаются процессы интеграции и дезинтеграции, унификации и дифференциации.

Богатство мировой цивилизации и, соответственно, мировой культуры определяется тем, что она представляет собой сокровище общечеловеческих ценностей, единство отдельных, своеобразных, уникальных и самобытных культур. Диалог цивилизаций и культур, сосуществование различных общечеловеческих ценностей и сохранение всего богатства мировой культуры становится одним из приоритетных направлений дальнейшего развития человечества.

ПЛАНИРОВАНИЕ В ФИЗИЧЕСКОМ ВОСПИТАНИИ

Л.И. Широконова,

Белорусский государственный университет физической культуры,
Республика Беларусь

Человек всегда планирует свою деятельность на короткий и на продолжительный промежуток времени. В профессиональной деятельности педагога, связанной с процессом образования и воспитания подрастающего поколения, план учебной работы необходим. Планирование – не самоцель. Планирование – необходимый инструмент упорядочения учебно-воспитательного и учебно-тренировочного процесса. Не имея плана, рассчитанного на достижение определенного результата в течение заданного промежутка времени, трудно достичь успеха в работе, выявить просчеты, внести необходимые коррективы в последующий процесс физического воспитания. Профессионально составленный план педагог может использовать в течение нескольких лет, внося в план лишь необходимые коррективы. Функции педагогического планирования состоят в предвидении ожидаемого результата и проектировании того, как будет (должен) разворачиваться процесс физического

воспитания во времени на пути к запланированному результату в данных конкретных условиях на базе общих закономерностей физического воспитания (Л.П. Матвеев, 1991).

В прошлом веке учителя средних общеобразовательных учреждений осуществляли планирование программного материала на учебный год в виде плана-графика. В плане-графике на учебный год распределяли темы разделов (видов деятельности) по учебным четвертям в согласовании с сеткой часов, содержащейся в программе, и сезонами года. Поурочный план на четверть вовсе не принято было разрабатывать. План-конспект урока был обязателен и необходим. В настоящее время директивными документами Министерства образования Республики Беларусь [2] предусматривается составление плана на учебный год, четверть, урок.

Цель настоящей работы – рационализировать освоение студентами практического планирования учебного материала по предмету «Физическая культура и здоровье» для учащихся средних школ на учебный год и четверть.

Встречаются разнообразные мнения по содержательному представлению плана-графика распределения разделов и тем программного материала учебного предмета «Физическая культура и здоровье» для учащихся общеобразовательных учреждений на учебный год. В.М. Старченко [4] в плане на учебный год предусматривает поурочное представление тем разделов (названия видов деятельности) и мест проведения урока. В.С. Овчаров [3] представляет план-график в виде сетки часов по разделам программного материала на учебный год. А.А. Гужаловский (2001) [7] для студентов БГУФК предлагал развернутое поурочное представление годового плана-графика, включая изложение названия разделов, содержания разделов, сетки часов и т. д. Таким образом студентов ставили в условия обязательного ознакомления с содержанием учебной программы, предусмотренного к реализации в течение всего учебного года, и основами планирования.

В настоящее время план реализации программного материала для учащихся общеобразовательных учреждений традиционно представляют в форме плана-графика как соответствующего требованиям простоты и наглядности: распределить реализацию тем программного (учебного) материала по четвертям учебного года поурочно согласно сетке часов, сезонам года, наличия условий для реализации учебного материала и традиций среднего общеобразовательного учреждения, учитывая, что первый урок в каждой учебной четверти посвящен реализации теоретического раздела программы – формированию знаний. Следует отметить, что первый урок в каждой учебной четверти может носить избирательный характер (теоретический урок) или комплексный (часть времени затрачивают на реализацию теоретического раздела программы и часть времени уходит на практическую двигательную деятельность).

Пошаговая последовательность оформления плана-графика на учебный год, представленная ниже, позволит рационализировать процесс освоения студентами практического планирования в физическом воспитании.

Первый шаг. Определить дату начала и окончания каждой учебной четверти конкретного учебного года и подсчитать количество уроков в каждой четверти (таблица 1). Такую информацию можно получить у администрации учебного учреждения.

Таблица 1 – Расчет количества уроков по четвертям учебного года

2010–2011 учебный год			
I четверть	II четверть	III четверть	IV четверть
Календарные сроки каждой учебной четверти			
1.09–30.10.2010 г.	8.11–24.12.2010 г.	8.01– 24.03.2011г.	1.04– 30.05.2011г.
Количество уроков по учебным четвертям			
17 (18)	14	22	17 (16)
Номера уроков			
1-17	18–31	32–53	54–70

Второй шаг. Оформить план-график на учебный год по стандарту (таблица 2), предусмотрев необходимое количество столбцов – 1 или 2 столбца для записи разделов учебного материала и тем разделов + 70 столбцов по количеству уроков в течение учебного года. Количество уроков в учебном году – изменчивая величина. На один год приходится 68 уроков, на другой – 72 урока. В 2010–2011 учебном году – 70 уроков. Запись разделов и тем учебного материала важно предусмотреть с указанием количества часов, отведенных на их изучение в течение учебного года.

Третий шаг. Распределить реализацию тем программного (учебного) материала по четвертям учебного года поурочно согласно сетке часов, сезонам года, наличию условий для реализации учебного материала и традициям средней общеобразовательной школы, учитывая, что первый урок в каждой учебной четверти посвящен реализации теоретического раздела программы – формированию знаний (таблица 2). Распределяют реализацию тем учебного материала согласно сезонно-климатическим условиям следующим образом. Для учащихся V–IX классов в первой и четвертой четверти, то есть в сентябре и октябре, а также в апреле и мае

планируют реализацию учебного материала раздела «Легкая атлетика» (возможно по 7 уроков на первую и четвертую четверть, или по 5 и 10 уроков соответственно).

Таблица 2 – Оформление плана-графика на учебный год

Исполнитель:«Утверждаю» на 2010 — 2011 учебный год.
 Директор СШ №/
 «1» сентября 2010 г.

План-график
 распределения разделов и тем учебного материала предмета «Физическая культура и здоровье»
 для учащихся V классов средней общеобразовательной школы № г. Минска на 2010–2011 учебный год

Разделы программы	Темы разделов программы	Четверти учебного года																														
		I четверть – 17 уроков (сентябрь–октябрь)																	II четверть – 14 уроков (ноябрь– декабрь)													
		Номера уроков с 1 по 17																	Номера уроков с 18 по 31													
		1	2	3	4	5	6	7	8	9	10	11	12	13	14	15	16	17	18	19	20	21	22	23	24	25	26	27	28	29	30	31

Во второй четверти (ноябрь – декабрь) реализуют практический материал раздела «Гимнастика и акробатика» в объеме 12–14 уроков, в третьей четверти (январь – март) – материал лыжной или кроссовой подготовки (10 или 12 уроков). На остальные уроки (в объеме 14 часов) планируют реализацию учебного материала спортивных игр (предусматривают изучение двух игр по выбору) и материал вариативного компонента программы в объеме 10 уроков. Причем 10 часов вариативного компонента программы могут быть распределены пропорционально на реализацию разделов и видов упражнений базового компонента или на реализацию одного вида базового или вариативного компонентов учебной программы и т. д.

Контрольно-педагогическое тестирование учащихся для определения уровня их физической подготовленности проводят спустя две или три недели после начала учебного года и повторное тестирование организуют в середине мая, заканчивая его за одну, полторы, или две недели до окончания учебного года. В течение урока рекомендуется выполнять не более 2 тестов. Планирование предварительного исходного контрольного тестирования на 3–4-ю неделю сентября объясняется необходимостью «вработывания», «втягивания» в нагрузку, функциональной подготовки организма школьников к проявлению физических напряжений. Период «втягивания» происходит в течение двух–трех недель практических занятий. Поэтому проводить тестирование учащихся желательно после 4–6 практических занятий.

В педагогической практике контрольно-педагогическое тестирование учащихся проводят в течение трех уроков. На первом уроке организации контрольно-педагогического тестирования планируют челночный бег и прыжок в длину, на втором – тест «наклон вперед» и подтягивание (м), сгибание и разгибание туловища в положении лежа на спине (д) (в условиях спортивного зала), на третьем – бег 30 м и бег 1000–1500 м. Причем последовательность выполнения тестовых упражнений может быть и иной: на первом уроке тестирования предусматривают выполнение таких упражнений, как челночный бег и подтягивание (м), сгибание и разгибание туловища в положении лежа на спине (д), на втором уроке – «наклон вперед» и бег 30 м, на третьем уроке – прыжок в длину и бег 1000–1500 м.

В немногих школах тестовые упражнения выполняют в течение четырех уроков, так как вначале планируют челночный бег и прыжок в длину, потом – контрольное упражнение «наклон вперед» и подтягивание (м), сгибание и разгибание туловища в положении лежа на спине (д). На третьем уроке тестовых процедур планируют бег на 30 м и на четвертом уроке – бег 1000–1500 м.

Среди специалистов есть высказывания о проведении контрольно-педагогического тестирования не на уроках, а в соревнованиях – смотрах-конкурсах уровня физической подготовленности среди учащихся параллельных классов, что позволит не прерывать учебный процесс [В.М. Наскалов, 2005; В.Я. Байдонов, 2010].

Направленное развитие физических качеств (с подробным выбором средств для их развития и конкретной дозировкой) целесообразнее планировать в поурочном плане-графике на учебную четверть, так как в программе предусматриваются акценты в развитии физических качеств, связанные с содержанием программного материала. Для школьников важно обеспечить общефизическую подготовку: направленно развивать аэробную выносливость, скоростно-силовые и силовые способности, гибкость как составляющие общефизической подготовки.

В плане-графике на учебный год можно наметить основные тренирующие линии по развитию физических качеств. Концентрированное развитие аэробной выносливости следует планировать в I, III, IV четверти и связать с реализацией учебного материала легкой атлетики и лыжной и кроссовой подготовки. Развитие силовых способностей рационально планировать в первой четверти, так как силовые способности важны для реализации материала гимнастики во второй четверти. Во второй четверти предусмотреть акцентированное развитие силовых способностей и гибкости. Реализация учебного материала легкой атлетики и спортивных игр связана с развитием скоростно-силовых способностей. Развитие координационных способностей происходит

параллельно в процессе выполнения гимнастических и акробатических упражнений, лыжной подготовки, занятий спортивными играми, обучения новым двигательным действиям.

Объектом планирования являются и домашние задания. Современные домашние задания включают комплекс заданий из трех разделов программного их обеспечения: *первая часть* домашнего задания представляет собой управляемую учителем самостоятельную познавательную деятельность школьников по освоению теоретического раздела программы. *Вторая часть* домашнего задания включает задания для общефизической подготовки школьников, используя для этого материал учебных программ физического воспитания, а также любые физические упражнения, допустимые для решения задач общефизической подготовки. Учащимся предлагаются индивидуальные и единые для всех домашние задания. Домашние задания важны для подтягивания слабых сторон физической подготовленности школьников, для достижения должного уровня физической подготовленности, который необходим в предстоящей деятельности. Домашние задания носят характер общефизической подготовки и включают подготовительные и подводящие к последующей учебной работе упражнения. Кроме того, регулярное выполнение утренней гигиенической гимнастики (УГГ), а также домашних заданий обеспечивает реализацию принципа непрерывности процесса физического воспитания, связь между урочными и неурочными формами занятий, содействует воспитанию волевых качеств личности и служит предпосылкой формирования здорового физически активного образа жизни. *Третья часть* домашнего задания представлена контрольным разделом. Контроль домашних заданий делится на две ветви, как контроль со стороны педагога и как самоконтроль в процессе выполнения двигательных заданий и самооценки своего функционального состояния по отдельным тестам. На контроль домашних заданий учитель выделяет время в уроке или вовсе отводит отдельный урок в каждой учебной четверти для осуществления такого контроля. Возможны и другие варианты организации контроля домашних заданий по усмотрению учителя. Результаты контроля каждый ученик вносит в собственный дневник, страничку его состояния здоровья, где он сможет оценить полученные результаты в сравнении с показателями нормы и с показателями подобных тестовых заданий, выполненных в начале учебного года. Положительно оценивается постепенный рост личных достижений каждого ученика.

Анализ точек зрения учителей физической культуры на предмет планирования и использования домашних заданий по физической культуре весьма противоречив. «Домашние задания нужны только для учащихся младших и средних классов»; «Домашние задания нужны только для слабо подготовленных учащихся»; «Двигательно-способных учащихся следует ориентировать, через их родителей, для занятий в ДЮСШ»; «Домашние задания по физкультуре – бред и ахинея. Лучший вариант – привлекать детей в ДЮСШ, на стадионы, в плавательные бассейны» и т. д. (Яндекс, портал «Сеть творческих учителей»).

Учителя высшей категории города Минска рассматривают домашние задания как важный инструмент в формировании здорового физически активного образа жизни и используют их в практической работе.

Научное сообщество всецело рекомендует использовать домашние задания для самостоятельных занятий физическими упражнениями учащихся. В инструктивно-методическом письме Министерства образования Республики Беларусь [2] указывается об отметке самостоятельного изучения теоретических сведений в области физической культуры и спорта. Конкретные домашние задания определяет учитель физической культуры в соответствии с требованиями учебных программ. Таким образом, домашние задания по предмету «Физическая культура и здоровье» должны быть объектом педагогического планирования. Кроме того, в их состав должно быть включено содержание теоретического и практического разделов программы. Контроль результатов выполнения домашних заданий должен иметь место, так как контроль домашних заданий – мощнейший стимулятор их выполнения.

Таким образом, следование *пошаговой* методике осуществления планирования учебного материала по предмету «Физическая культура и здоровье» для учащихся средних школ позволит упорядочить обучающую практическую деятельность студентов.

1. Гужаловский, А.А. Планирование учебного процесса по новым программам / А.А. Гужаловский, В.Н. Кряж // Вестник спортивной Беларуси. – 1993. – № 3. – С. 23–27.

2. Об организации физического воспитания учащихся общеобразовательных учреждений в 2009/2010 учебном году: инструктивно-методическое письмо Министерства образования Республики Беларусь. – 20 с.

3. Овчаров, В.С. Настольная книга учителя физической культуры: методическое пособие / В.С. Овчаров. – Минск: Сэр-Вит, 2008. – 200 с.

4. Старчанка, У.М. Дакументы планавання вучэбнага матэрыялу праграмы па фізічнай культуры вучняў агульнаадукацыйнай школы для 5–11 класаў / У.М. Старчанка. – Мозырь: Белы вецер, 1999. – 35 с.

5. Физическое воспитание в I–IV классах общеобразовательной школы: пособие для учителя / Е.В. Ворсин, А.А. Гужаловский, Л.Д. Глазырина [и др.] // под ред. Е.Н. Ворсина. – Минск: ПК ИП «Асар», 1995. – 176 с.

6. Наскалов, В.М. Теория и методика физического воспитания: учеб.-метод. комплекс для студентов: в 2 ч. / В.М. Наскалов. – Новополоцк: ПГУ, 2008. – Ч. 1. – 228 с.

7. Основы теории и методики физической культуры: учеб. для техн. физ. культ. / под ред. А.А. Гужаловского. – М.: Физкультура и спорт, 1986. – 322 с.