

# ПЕДАГОГИКА ФИЗИЧЕСКОЙ КУЛЬТУРЫ И СПОРТА

УДК 372.879.6

С. П. Романова, О. П. Гонтарь

## ОРГАНИЗАЦИЯ ПЕДАГОГИЧЕСКОГО СОПРОВОЖДЕНИЯ ЗДОРОВЬЕСБЕРЕГАЮЩЕЙ ДЕЯТЕЛЬНОСТИ УЧИТЕЛЯ ФИЗИЧЕСКОЙ КУЛЬТУРЫ

Описан успешный опыт организации педагогического сопровождения здоровьесберегающей деятельности учителей физической культуры г. Красноярска, выделены формы, методы, средства реализации данного сопровождения, представлены результаты, характеризующие его эффективность.

**Ключевые слова:** сопровождение, педагогическое сопровождение, здоровьесберегающая деятельность, культура здоровья, учитель физической культуры.

Эффективность образовательно-воспитательно-го процесса в современной школе напрямую зависит от качества здоровьесберегающей деятельности учителей. Организация педагогами образовательного процесса, в котором здоровье определяется как цель, объект и результат деятельности, является гарантией успешного физического и психического развития учащихся и продуктивного долголетия их самих. В этой связи значимость грамотно организованного и непрерывно функционирующего педагогического сопровождения здоровьесберегающей деятельности учителя физической культуры чрезвычайно высока.

В статье данное сопровождение рассматривается как особый вид институциональной деятельности, реализующейся в краткосрочных (на курсах повышения квалификации) и пролонгированных формах (непосредственно в процессе педагогической практики). По замыслу авторов оно направлено на грамотное планирование, поэтапное осуществление и своевременную регуляцию учителем здоровьесберегающей деятельности за счет выбо-

ра содержания, методов и средств данной деятельности адекватно ее целям и задачам [1].

Реализация педагогического сопровождения здоровьесберегающей деятельности учителей физической культуры г. Красноярска в рамках проведения исследовательской работы осуществлялась на основе специально разработанной программы. Программа включала два модуля – образовательный и практико-ориентированный. Учебный материал названных модулей осваивался учителями в процессе прохождения трех последовательных этапов – «ориентирование», «самоопределение», «обогащение опыта» (рис. 1.).

Образовательный модуль реализовывался на этапе «ориентирование», в самом названии которого отражен постепенный переход учителя от усвоения теоретических знаний к осмыслению их практической значимости, ориентированию на их практическое воплощение. Данный модуль представлен в виде курса повышения квалификации учителей физической культуры «Культура здоровья» (72 часа) и включал в себя три модульные единицы: формирование теоретических основ культуры здоровья; совершенствование умений и навыков здоровьесберегающей деятельности; моделирование ситуаций, ориентирующих на сохранение профессионального здоровья.

Практико-ориентированный модуль осуществлялся в процессе прохождения учителями двух последующих этапов – «самоопределение» и «обогащение опыта», был направлен на осуществление регуляции учителем здоровьесберегающей деятельности. Средствами реализации данного модуля выделены: включение учителей в механизм самоопределения в здоровьесберегающей деятельности и организация взаимодействия учителей с экспертами и между собой. Учебный материал



Рис. 1. Процесс поэтапного сопровождения здоровьесберегающей деятельности учителя физической культуры

практико-ориентированного модуля разбит на три части – три модульных единицы: самоопределение в здоровьесберегающей деятельности; активизация культурно-оздоровительного потенциала; обогащение опыта здравотворчества.

Программой предусматривалась педагогическая поддержка учителей, имеющих затруднения на этапах «самоопределение» и «обогащение» опыта, которая включала: консультативную помощь экспертов по становлению его индивидуальной траектории здоровьесберегающей деятельности; организационную помощь районных методических объединений и школ в создании условий для поддержания профессионального здоровья учителя, неформальное профессиональное общение и творческое взаимодействие; методическую помощь факультета физической культуры и спорта педагогического университета по совершенствованию технического мастерства и обеспечению условий для его самообразования. Результатом реализации описанной программы определялось «восхождение» учителя на качественно новый уровень проявления культуры здоровья, а соответственно, повышение качества осуществления им здоровьесберегающей деятельности.

Субъектами поэтапного сопровождения здоровьесберегающей деятельности учителя выступили институционализированные учреждения общего и дополнительного образования – институт повышения квалификации и переподготовки работников образования, педагогический университет (факультет физической культуры и спорта), районные методические объединения, общеобразовательные школы.

Процесс подготовки к реализации образовательного модуля программы соотносился с изучением характеристик, субъективных и объективных потребностей потенциальных слушателей курса повышения квалификации «Культура здоровья», проведением работы с преподавателями-экспертами по обеспечению целостного понимания назначения программы, подготовкой учебно-методического материала, комплектованием информационно-методической папки слушателя, организацией комфортных условий для их здоровьесберегающего обучения.

Непосредственно реализация образовательного модуля в процессе сопровождения здоровьесберегающей деятельности учителей на этапе «ориентирование» связывалась с их информированием в вопросах культуры здоровья и ориентированием на осуществление здоровьесберегающей деятельности. На данном этапе учителя изучали теоретические аспекты культуры здоровья, осваивали диагностические методики, информирующие о состоянии здоровья, совершенствовали умения и навыки

приобщения учащихся к здоровому образу жизни, техники упражнений различных спортивных дисциплин, приобретали практические знания по сохранению и восстановлению профессионального здоровья.

Изложение лекционного материала в процессе реализации первой модульной единицы образовательного модуля осуществлялось методом дискуссии с учетом особенностей обучения взрослой аудитории [2]. В ходе дискуссий учителя самостоятельно приходили к выводу, что здоровье является педагогической категорией, зависит от уровня культуры и образования человека, определяли необходимость ведения особого профессионально обусловленного образа жизни для сохранения профессионального долголетия и успешной здоровьесберегающей деятельности, уясняли направления совершенствования качества здоровья участников педагогического взаимодействия.

Реализация второй модульной единицы образовательного модуля проходила в форме семинаров-практикумов. Педагогам в проведении занятий по освоению различных форм физкультурной деятельности школьников принадлежала главная роль. Преподаватели организовывали процесс таким образом, чтобы участники активно вовлекались в него, достигали заданных целей. Для этого использовались заранее подготовленные и распределенные между учителями карточки с описанием вариантов комплексов упражнений. Разучивая комплексы, учителя осваивали технологии приучения детей к повседневным занятиям двигательной деятельностью, при этом поочередно выступая в роли обучающихся и обучаемых. Занятия, направленные на формирование исследовательских умений и навыков, проходили с разделением слушателей на группы по 11–12 человек в каждой для лучшего усвоения учебного материала. Работа по освоению диагностических методик осуществлялась в парах, которые формировались по принципу приятия.

Наряду с формированием профессионально необходимых навыков, осваивая и апробируя различные диагностики, учителя получали информацию о состоянии собственного профессионального здоровья. Для этого педагоги использовали методику экспресс-оценки уровня физического здоровья у мужчин и женщин Г. Л. Апанасенко, Р. Г. Науменко [3]; методику определения уровня физической подготовленности (изучение состояния физических качеств: скоростных, скоростно-силовых, силовых, гибкости, ловкости и выносливости); методику определения уровня владения техниками упражнений различных спортивных дисциплин [4–6].

Коллективный анализ, проводимый учителями по окончании семинаров-практикумов, позволил определить, насколько они внимательны к собст-

венному профессиональному здоровью, осмыслить и переосмыслить собственное отношение к нему, активизировать деятельность по повышению резерва здоровья. Показатели физического здоровья, физической и технической подготовленности, полученные в ходе апробации учителями диагностических методик, фиксировались ими в индивидуальном «паспорте здоровья» и учитывались в дальнейшем при составлении индивидуальной программы здоровьесберегающей деятельности.

В рамках второй модульной единицы образовательного модуля проводились инструктивно-методические занятия, направленные на совершенствование техник владения упражнениями спортивных дисциплин. Данные занятия проводятся в специализированных спортивных помещениях под руководством специалистов конкретной спортивной дисциплины. В ходе занятий учителя уточняли спортивную терминологию, знакомились с новейшими методическими разработками по обучению технике спортивных дисциплин, осваивали способы использования конкретного вида спорта в оздоровительных целях в системе физического воспитания школьников и в собственной оздоровительной деятельности.

Реализация учебного материала третьей модульной единицы образовательного модуля проходила в форме физкультурно-оздоровительных практик. Данные занятия проводились под руководством высококвалифицированных специалистов-практиков. С учетом того, что физическое здоровье человека напрямую зависит от аэробных возможностей его организма, которые можно повысить или поддерживать на необходимом уровне средствами развития общей выносливости, осуществляется выбор средств, методов, объема, продолжительности, содержания оздоровительных занятий [6]. Наряду с этим занятия содержали материал, позволяющий учителю совершенствовать все остальные физические качества. Моделирование ситуаций, способствующих сохранению профессионального здоровья учителя, происходило с применением дифференцированного подхода к каждому участнику курса, с учетом состояния их здоровья, физической подготовленности и соблюдением всех принципов физической подготовки.

В рамках реализации третьей модульной единицы образовательного модуля проводились занятия, направленные на приобретение педагогами знаний о восстановлении собственного здоровья посредством саморегуляции и релаксации. Занятия завершали каждый рабочий день курса, длились 30 минут и носили двойную направленность. С одной стороны, они знакомили педагогов с нетрадиционными оздоровительными системами – йогой, пилатесом, цигун, «славянской здоровой» и др. и спосо-

бами их использования в оздоровительно-физкультурной практике, с другой – позволяли приводить педагогов в «резервное состояние», снимали психоэмоциональное напряжение, гармонизировали общее состояние организма после напряженного рабочего дня.

В процессе реализации практико-ориентированного модуля на этапе «самоопределение» учителя решали круг новых задач, связанных с дальнейшим самоопределением их в здоровьесберегающей деятельности. Педагоги продолжили самостоятельно повышать образовательный уровень в области культуры здоровья, проявляли заботу о профессиональном здоровье, транслировали здравотворческий опыт, полученный на курсах, в педагогическую деятельность, определяли ближайшие направления собственной здоровьесберегающей деятельности и следовали им.

Реализуя одну из задач, связанную с внедрением полученных знаний, умений, навыков здоровьесберегающей деятельности в школьную образовательную практику, учителя проводили анализ своей профессиональной деятельности, осмысливали и переосмысливали ее, насыщая процесс физического воспитания школьников элементами здравотворчества. Выявленные в процессе реальной образовательной практики профессиональные затруднения обсуждались на встречах учителей с экспертами.

Системная работа по сохранению собственного профессионального здоровья учителей включала в себя регулярное посещение ими спортивно-физкультурных и физкультурно-оздоровительных занятий, получение консультативной помощи специалистов различных видов спорта, преобразование собственного образа жизни за счет включения в него необходимых для достижения продуктивного долголетия элементов. Оздоровительные тренировки для педагогов средствами различных видов спорта и оздоровительной физической культуры организовывали районные методические объединения при использовании спортивных баз общеобразовательных школ. Получение консультаций преподавателей спортивных дисциплин по вопросам, связанным с техникой выполнения и методикой обучения движений, обеспечивалось за счет функционирования Центра технического мастерства на базе факультета физической культуры педагогического университета.

На этапе «самоопределение» педагоги с помощью экспертов осваивали алгоритм проблемно-ориентированного анализа их отношения к здоровьесберегающей деятельности, состоящий из пяти ступеней: первая – изучение проявлений отдельных признаков и показателей культуры здоровья; вторая – уяснение основных направлений повышения качества здоровьесберегающей деятельности;

третья – выделение задач здоровьесберегающей деятельности; четвертая – выделение педагогических путей повышения качества здоровьесберегающей деятельности; пятая – составление индивидуальной программы здоровьесберегающей деятельности [7]. Данный анализ явился тем средством, которое позволило учителю определять необходимые ориентиры и направления развития себя как субъекта здоровьесберегающей деятельности. Он помог учителю преодолеть затруднения, которые тот испытывал при переходе от проведения самодиагностики к составлению индивидуальной программы здоровьесберегающей деятельности.

В процессе реализации практико-ориентированного модуля на этапе «обогащение опыта» педагоги анализировали представленные ими задания для творческих мастерских, принимали опыт здравотворчества учителей-мастеров, делились собственными идеями и наработками в области здоровьесбережения.

Особый интерес учителя проявляли в отношении мастер-классов, где каждый учитель-мастер представлял собственную систему здравотворческой работы, демонстрировал собственный оригинальный стиль педагогической деятельности. Принимая действия учителя-мастера за эталон, обучающиеся педагоги сравнивали собственное мастерство с работой мастера. Такой анализ дал возможность определить степень отклонения здоровьесберегающей деятельности учителя от ее эталонного представления.

На завершающем этапе организационно-педагогического сопровождения проходили презентации моделей урока с использованием здоровьесберегающих образовательных технологий, в рамках которых учителями осуществлялся показ фрагментов собственных инновационных проектов, авторских методик, оригинальных методических приемов.

По завершении исследовательской работы проанализирована эффективность педагогического сопровождения здоровьесберегающей деятельности учителей физической культуры за счет сравнения

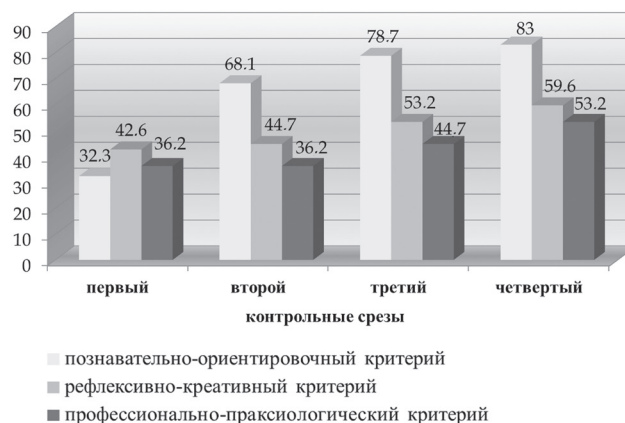


Рис. 2. Динамика проявления культуры здоровья учителей физической культуры (в %)

результатов диагностики их культуры здоровья (рис. 2), полученных по окончании каждого этапа сопровождения (первый – итоговый контрольные срезы).

Полученные результаты свидетельствуют, что постепенно увеличивалось количество учителей с уровнем проявления культуры здоровья по признаку «Б» – «проявляется по большинству признаков» по всем трем критериям по окончании каждого этапа сопровождения. Позитивные изменения в уровнях культуры здоровья учителей говорят о повышении качества их здоровьесберегающей деятельности, а следовательно, об эффективности реализации описанного в статье поэтапного педагогического сопровождения.

Таким образом, педагогическое сопровождение здоровьесберегающей деятельности учителя физической культуры целесообразно осуществлять поэтапно, используя краткосрочные и пролонгированные формы. Этап «ориентирование» связывать с информированием учителя о проблеме культуры здоровья и здоровьесберегающей деятельности и ориентированием на здравотворчество, этап «самоопределение» – с выбором учителем направления здоровьесберегающей деятельности, ее методов, приемов и средств, этап «обогащение опыта» – с активизацией данной деятельности.

### Список литературы

1. Романова С. П., Игнатова В. В. Организационно-педагогическое сопровождение здоровьесберегающей деятельности учителя физической культуры // Вестн. Томского гос. пед. ун-та (Tomsk State Pedagogical University Bulletin). 2011. Вып. 4 (106). С. 166–171.
2. Змеев С. И. Андрогогика: основы теории и технологии обучения взрослых. М.: ПЕР СЭ, 2003. 271 с.
3. Ланда Б. Х. Методика комплексной оценки физического развития и физической подготовленности. М.: Советский спорт, 2004. 192 с.
4. Апанасенко Г. Л. О возможности количественной оценки здоровья // Гигиена и санитария. Киев, 1985. № 6. С. 55–58.
5. Романова С. П., Савчук А. Н. Повышение культуры профессионального здоровья учителя физической культуры // Вестн. Томского гос. пед. ун-та (Tomsk State Pedagogical University Bulletin). 2009. Вып. 2 (80). С. 68–72.
6. Теория и методика физического воспитания: учеб. для ин-тов физической культуры / под ред. Л. П. Матвеева, А. Д. Новикова. 2-е изд. М.: Физкультура и спорт, 1976. 256 с.
7. Романова С. П. Самодиагностика и проблемно-ориентированный анализ отношения учителя физической культуры к культуре здоровья // Известия Российского гос. пед. ун-та им. А. И. Герцена: научный журнал. СПб., 2009. № 112. С. 183–186.



Романова С. П., кандидат педагогических наук, доцент кафедры.

**Сибирский федеральный университет.**

Пр. Свободный, 79, Красноярск, Россия, 660049.

E-mail: romansp.ru@mail.ru

Гонтар О. П., ст. преподаватель.

**Сибирский федеральный университет.**

Пр. Свободный, 79, Красноярск, Россия, 660049.

E-mail: oksana-gontar@mail.ru

*Материал поступил в редакцию 22.02.2012.*

*S. P. Romanova, O. P. Gontar*

## **ORGANIZATION OF PEDAGOGICAL SUPPORT OF THE HEALTHCARING ACTIVITIES OF THE TEACHER**

The article describes the successful experience of the organization, which has been pedagogically accompanied by the physical training teachers of Krasnoyarsk teachers for health-saving activity. It has been emphasized the forms, methods and specifics of this accompaniment's realization there. It also has been shown that the results fully characterize its effectiveness.

**Key words:** *support, pedagogical support, health caring activities, health culture, PE teacher.*

Romanova S. P.

**Siberian Federal University.**

Pr. Svobodniy, 79, Krasnoyarsk, Russia, 660049.

E-mail: romansp.ru@mail.ru

Gontar O. P.

**Siberian Federal University.**

Pr. Svobodniy, 79, Krasnoyarsk, Russia, 660049.

E-mail: oksana-gontar@mail.ru