

ОСНОВНЫЕ ПОЛОЖЕНИЯ И ПРИНЦИПЫ СОВРЕМЕННОЙ СИСТЕМЫ ФИЗИЧЕСКОГО ВОСПИТАНИЯ

И. В. Абрашина¹, П. Н. Ветов¹, З. А. Савкин²

¹Государственное автономное образовательное учреждение высшего образования «Ленинградский государственный университет имени А. С. Пушкина», г. Санкт-Петербург, Российская Федерация
e-mail: polux_iv@mail.ru, e-mail: pvetov1@yandex.ru

²Государственное бюджетное общеобразовательное учреждение школа № 500, г. Санкт-Петербург, Российская Федерация
e-mail: z.savkin@mail.ru

В статье рассматриваются основные теоретические концепции физического воспитания: его направленность и основополагающие принципы, обосновывающие методологическую и теоретическую составляющие физического воспитания, их содержание и особенности реализации в современных условиях.

The article discusses the main theoretical concepts of physical education: its orientation and fundamental principles that substantiate the methodological and theoretical components of physical education, their content and features of implementation in modern conditions.

Ключевые слова: физическое воспитание; физическая культура личности; принципы физического воспитания.

Keywords: physical education; physical culture of the individual; principles of physical education.

Физическая культура – это составная часть человеческой культуры, представляющая собой творческую деятельность, направленную на освоение прошлых и создание новых ценностей в основном в таких сферах, как: физическое развитие, воспитание людей и оздоровление [6].

В решение проблем, связанных с формированием здорового образа жизни путем пересмотра соответствующих педагогических методов, форм и средств, активно включается система непрерывного образования [2]. Таким образом, физическое воспитание в образовательной системе приобретает статус ключевого элемента, содействующего формированию физической культуры личности. К основополагающим идеям, определяющим вектор развития физического воспитания и его сущность, относятся:

1. Либерализация воспитательного процесса, предполагающая отказ от традиционных авторитетов в области физического воспитания, что способствует развитию более тесного взаимодействия между людьми и повышению уровня ответственности. В результате этого процесса происходит переход от отношений «субъект – объект» в воспитании к отношениям «субъект – субъект», а также к педагогике взаимодействия, где каждый человек получает свободу в

освоении базовых знаний в области физической культуры и в реализации своих физических возможностей.

2. Гуманизация воспитательного процесса подразумевает необходимость ответственного отношения к уникальности личности, способствуя тем самым развитию самостоятельности и приверженности здоровому образу жизни. При этом не стоит забывать о важности формирования высоких моральных принципов в обществе и развивать эстетические идеалы на основе традиционных ценностей.

3. Непрерывность развития физического воспитания, представляет собой динамичный и многогранный педагогический процесс, находящийся в постоянном развитии и трансформации. В нем используются гибкие инструменты и методы обучения, поощряющие самостоятельность учеников и стимулирующие творческое мышление, а также помогающие педагогам внедрять инновации и проявлять инициативу.

4. Гармонизация сущности физического воспитания представляет собой процесс, который способствует развитию физических и духовных возможностей, расширяя потенциал личности. Физическая культура в данном контексте рассматривается как инструмент воздействия на идейную и эмоциональную сферу, способствуя гармоничному развитию и раскрытию всех способностей человека [9].

Воплощение этих концепций в области физической культуры и спорта возможно лишь при соблюдении ряда условий, которые предполагают использование основополагающих принципов методологии и теории физического воспитания. Основные положения принципов раскрывают и описывают фундаментальные аспекты системного подхода к организации данного процесса, а также демонстрируют ключевые аспекты его развития.

Ключевой принцип физического воспитания заключается в том, что развитие физической культуры человека должно быть основано на гармоничном сочетании формирования физических, духовных и нравственных качеств. Это помогает сделать воспитание практичным, полезным и обучающим [3].

Основой для этого подхода являются идеи выдающегося ученого Л. С. Выготского, который считал, что человек может стать полноценным членом общества только тогда, когда он усвоит исторический опыт человечества, который воплощен в предметах материальной и духовной культуры [7].

В соответствии с его теорией, развитие человека в психологическом и физическом аспектах осуществляется не только посредством накопления практического опыта, но и через осмысление системы знаний и формирование целостного восприятия мира.

Исходя из понимания того, что принципы физического воспитания определяют эффективность образовательно-воспитательного процесса, раскроем их содержание, выделенное теоретиками данного направления, и определим возможность реализации в современных условиях.

Принцип деятельностного подхода к освоению физической культуры подразумевает использование ценностей физической культуры, вовлечение индивида в процесс физического самосовершенствования и самообразования. Этот

принцип формирует особую среду, стимулирующую активность субъекта и способствующую его развитию через деятельность. Применение этого воспитательного принципа позволяет решить проблемы, связанные с активным обучением, поскольку здесь проявляется инициатива обучающихся, их творческое мышление и соответствующий уровень способностей для организации собственной физической активности. Таким образом, основой этого принципа является идея непрерывного развития в области физической культуры, направленного на получение знаний о том, как поддерживать здоровье на протяжении всей жизни с помощью методов самообразования [8]. В современных условиях представленный принцип приобретает особую значимость ввиду внедрения дистанционного обучения на всех уровнях образования [1].

В рамках рассматриваемой концепции, базирующейся на деятельностном подходе, воспитание представляет собой не просто процесс, а совместное усилие детей и взрослых, направленное на достижение общих целей и задач. Б. А. Ашмарин отмечал, что педагог не только знакомит детей с образцами духовной и нравственной культуры, но и совместно с учениками создает их в процессе совместной деятельности. Они вместе исследуют законы и нормы жизни, а также определяют содержание воспитательного процесса, который реализуется через активную деятельность.

Данный подход направлен на сенситивные периоды развития учащихся, когда они наиболее восприимчивы к пониманию и освоению навыков деятельности и коммуникации, а также умственных и предметных действий. Такая направленность требует постоянного поиска соответствующего содержания образования и обучения, а также методов, которые будут наиболее эффективными в данной ситуации [5].

Принцип поливариантности и многообразия физического воспитания, базирующийся на персонализированном подходе и учете индивидуальных особенностей каждого человека, представляет собой инновационное решение, направленное на раскрытие потенциала каждого индивида через разнообразные формы занятий, адаптированные под состояние здоровья, интересы и ценности каждого ученика [6].

Практическая реализация принципа осуществляется посредством сокращения и исключения чрезмерной регламентации и единообразия в сфере воспитания посредством разработки программ, основанных на видах спорта или новых направлениях фитнеса. При этом акцентируется внимание на укрепление здоровья и физическое развитие. Немаловажным аспектом в современных условиях является учет региональных и национальных особенностей, профессиональных предпочтений, гендерных различий и прочих значимых аспектов [2].

Принцип оптимизации физического воспитания подразумевает, что для достижения наилучших результатов необходимо тщательно дозировать физические нагрузки, учитывая индивидуальные особенности обучающихся, их уровень подготовки и мотивацию. В основе этого подхода лежит концепция, предполагающая необходимость интеграции этических и гуманистических принципов в разработку индивидуальных программ развития. Также важно предоставить возможность использования оздоровительных и спортивных методик, ко-

торые соответствуют целям и мотивам человека, побудившим его обратиться к физической культуре [11].

Применение определенных методологических принципов и концепций в области физического воспитания способствует гармоничному развитию личности, обеспечивая баланс между физическим и духовным совершенствованием. Рассмотрим основные научные подходы к осмыслению значимости физической культуры.

Принцип личностно-ориентированного подхода – это методологический ориентир в педагогике, который помогает развивать и поддерживать процессы саморазвития, самопознания и самореализации ребёнка, а также раскрывать его уникальную индивидуальность. Основу такого подхода составляет система взаимосвязанных методов, идей и концепций [11].

В процессе формирования условий, обеспечивающих соблюдение требований государственного стандарта, основополагающим является применение названного выше личностно-ориентированного подхода. Данная методологическая стратегия в деятельности педагога позволяет посредством системы взаимосвязанных действий и понятий поддерживать и стимулировать процессы саморазвития, самопознания и самореализации ребенка, а также развивать его индивидуальность.

Из этого следует, что в условиях современного мира задача физического воспитания может быть сформулирована как развитие физической культуры личности. Соответственно, в педагогике возникают новые направления, путем которых определенную цель можно достичь посредством гуманизации и либерализации воспитательного процесса, постоянным развитием физического воспитания и гармонизацией его содержания. В контексте физического воспитания основополагающий принцип может быть сформулирован следующим образом: гармоничное развитие телесного, интеллектуального и духовного аспектов личности в процессе формирования физической культуры человека [10].

Таким образом, ключевые аспекты физического воспитания реализуются в соответствии с требованиями, вытекающими из принципов, которые учитывают как потребность в активном участии самого субъекта, так и его индивидуальные особенности. Соблюдающийся при этом баланс рациональных физических и интеллектуальных нагрузок с необходимым акцентом на формирование мировоззрения является составляющей успешного формирования физической культуры человека [3].

БИБЛИОГРАФИЧЕСКИЙ СПИСОК

1. Абрашина, И. В. Оптимизация контроля на занятиях в вузе как средство повышения сознательности и активности студентов / И. В. Абрашина // Актуальные проблемы физической культуры и спорта в современных социально-экономических условиях : Материалы Междунар. науч.-практ. конф., Чебоксары-Ташкент, 25 января 2024 года. – Чебоксары : ЧГАУ, 2024. – С. 243–246. – EDN HVEPNX.
2. Абрашина, И. В. Современные средства формирования основ здорового образа жизни. Фитнес: теория и практика / И. В. Абрашина, Е. В. Попова. – 2015. – № 4. – С. 12–15.

3. Абрашина, И. В. Роль физической культуры в формировании личности с заданными свойствами / И. В. Абрашина, М. А. Солдатова // Формирование человека новой эпохи : материалы междунар. науч. конф., Пушкин, 21–22 июня 2012 года / С.-Петерб. гос. аграрный ун-т, Пушкинский центр аналитических исследований и прогнозирования ; под ред. В. Л. Обухова. – СПб. : б. и., 2012. – С. 219–221.
4. Арзуманов, С. Г. Физическое воспитание в школе учащихся 5–9 классов / С. Г. Арзуманов. – М. : Феникс, 2015. – 672 с.
5. Ашмарин, Б. А. Теория и методика физического воспитания : учебник для студентов факультета физ. культуры пед. ин-тов по спец. 03.03. «Физическая культура» ; под ред. Б. А. Ашмарина. – М. : Просвещение, 1990. – 287 с.
6. Барчуков, И. С. Физическая культура и физическая подготовка : учебник / И. С. Барчуков. – М. : Советский спорт, 2013. – 431 с.
7. Выготский, Л. С. Психология развития. Избранные работы / Л. С. Выготский. – М. : Юрайт, 2024. – 281 с. – (Антология мысли) // Образовательная платформа Юрайт [сайт]. – URL: <https://urait.ru/bcode/538602> (дата обращения: 11.11.2024).
8. Гончарова, Н. Л. Категории «компетентность» и «компетенция» в современной образовательной парадигме / Н. Л. Гончарова // Сборник научных трудов СевКавГТУ. Серия «Гуманитарные науки». – 2007. – № 5. – С. 77–80.
9. Качашкин, В. М. Методика физического воспитания / В. М. Качашкин. – М. : Просвещение, 2015. – 304 с.
10. Физическая культура : учеб. пособие ; под общ. ред. Е. В. Конеевой. – Ростов н/Д : Феникс, 2006. – 558 с.
11. Холодов, Ж. К. Теория и методика физического воспитания и спорта : учеб. пособие / Ж. К. Холодов, В. С. Кузнецов. – М. : Академия, 2007. – 180 с.