**Спортивно ориентированное физическое воспитание: образовательный и социальный аспекты**

Заслуженный работник физической культуры Российской Федерации, член-корреспондент РАО, доктор биологических наук, профессор В.К. Бальсевич, Доктор педагогических наук, профессор Л.И. Лубышева, Российский государственный университет физической культуры, спорта и туризма, Москва

Задачи модернизации российского образования выдвигают новые требования к системе физического воспитания в массовой общеобразовательной школе. Развивающемуся обществу нужны современно образованные, нравственные, предприимчивые люди, которые могут самостоятельно принимать ответственные решения в ситуации выбора, прогнозируя их последствия. Молодежь должна быть способна к сотрудничеству, мобильности, обладать динамизмом и развитым чувством ответственности за судьбу страны.

Данные задачи должны решаться в контексте цели образовательной области "физическая культура". Целью образования по предмету "физическая культура" в общеобразовательной школе является научение обучающихся формам и методам активного (деятельностного) использования ценностей физической культуры и спорта для формирования и совершенствования своего физического, духовного и нравственного здоровья, воспитания у школьников патриотического осознания его значимости для обретения национального достоинства, безопасности и процветания России.

Решить сложные задачи физического воспитания молодого поколения в рамках сложившейся традиционной системы достаточно сложно. Социально-педагогический мониторинг "Здоровье и поведение школьников", проведенный в 12 регионах России, показал, что только 20,7% мальчиков и 10,3% девочек очень высоко оценивают свою физическую подготовленность, 10,6% опрошенных мальчиков и 13,4% девочек считают, что они обладают очень хорошей фигурой. Выявлен низкий показатель оценки учащимися своих спортивных достижений (15,0% мальчиков и 8,8% девочек (табл. 1) оценивают их как превосходные).

В то же время была выявлена и низкая самооценка школьниками своего физического здоровья (табл. 2).

Вполне счастливыми ощущают себя около 1/3 опрошенных школьников (37,2%), оценивают свое здоровье как превосходное 9,8% опрошенных девочек и 21,2% мальчиков. Очень низкий процент детей (не более 6% опрошенных) оценивают свои школьные успехи как превосходные (табл. 2).

Полученные данные и практика физического воспитания доказывают необходимость усиления социализирующих функций образовательного процесса.

В начале 90-х годов была высказана идея широкого привлечения средств спорта к процессу обязательного физического воспитания. Суть идеи заключается в адаптировании высоких спортивных технологий, хорошо зарекомендовавших себя в большом спорте, к повышению эффективности школьного физического воспитания [2]. Это актуализирует возможность использования спорта в целях воспитания и социализации учащихся общеобразовательных школ.

Спорт, создающий ценности спортивной культуры, всегда был мощным социальным феноменом и средством успешной социализации. Об этом свидетельствует жизненный путь многих выдающихся спортсменов. Особенно яркие примеры - это олимпийские чемпионы И. Роднина, А. Карелин, Б. Лагутин, Л. Латынина и многие, многие другие великие спортсмены, которые, пройдя школу спорта, стали настоящими гражданами нашего общества.

Социологические опросы молодежи, занимающейся спортом, показывают, что спорт формирует первоначальное представление о жизни, обществе, мире в целом. Именно в спорте наиболее ярко проявляются такие важные для современного общества ценности, как равенство шансов на успех, достижение успеха, стремление быть первым, победить не только соперника, но и самого себя [3].

Таблица 1

|  |  |  |  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- |
| Регион | Считают физическую подготовленность превосходной, % | | Считают свою фигуру очень хорошей, % | | Считают спортивные достижения превосходными, % | |
| мальчики | девочки | мальчики | девочки | мальчики | девочки |
| Центр | 21,4 | 11,3 | 10,6 | 13,4 | 16,0 | 9,5 |
| Северо-Запад | 19,8 | 11,1 | 9,8 | 12,4 | 12,5 | 7,4 |
| Урал | 22,5 | 12,0 | 12,6 | 16,0 | 16,4 | 9,8 |
| Юг | 21,1 | 11,2 | 11,7 | 16,0 | 16,7 | 14,8 |
| Приволжье | 9,5 | 3,8 | 5,0 | 9,4 | 6,6 | 2,4 |
| Сибирь | 29,6 | 8,9 | 14,3 | 12,5 | 21,4 | 9,8 |
| Дальний Восток | 22,9 | 9,3 | 9,5 | 12,7 | 16,6 | 5,3 |
| ВСЕГО: | 20,7 | 10,3 | 10,5 | 13,5 | 15,0 | 8,8 |

Таблица 2

|  |  |  |  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- |
| Регион | Считают свое здоровье превосходным, % | | Считают себя вполне счастливыми, % | | Считают школьные достижения превосходными, % | |
| мальчики | девочки | мальчики | девочки | мальчики | девочки |
| Центр | 22,0 | 10,5 | 46,2 | 41,5 | 5,6 | 4,3 |
| Северо-Запад | 21,0 | 13,0 | 28,7 | 33,0 | 6,8 | 8,5 |
| Урал | 19,3 | 9,4 | 36,3 | 39,7 | 4,8 | 3,1 |
| Юг | 26,0 | 9,6 | 41,8 | 46,8 | 7,6 | 12,0 |
| Приволжье | 12,0 | 4,3 | 22,6 | 25,6 | 1,9 | 2,2 |
| Сибирь | 28,1 | 10,7 | 42,8 | 34,4 | 5,1 | 4,9 |
| Дальний Восток | 21,0 | 13,0 | 28,7 | 31,2 | 7,1 | 4,8 |
| ВСЕГО: | 21,2 | 9,8 | 37,2 | 36,5 | 6 | 5 |

Люди, прошедшие "школу спорта", убеждены, что спорт помог им воспитать веру в свои силы и возможности, а также умело этим воспользоваться. Спорт учит идти на жертвы ради достижения цели. Уроки, усвоенные юными спортсменами на спортивном поле, затем, как правило, помогают и в жизни. Многие спортсмены утверждают, что именно спорт позволил им стать личностью. Посредством спорта реализуется принцип современной жизни - "рассчитывать на самого себя". Это означает, что достижение успеха зависит прежде всего от личных, индивидуальных качеств: честолюбия, инициативы, трудолюбия, терпения, волевых навыков.

Эффективность социализации посредством спортивной деятельности зависит от того, насколько ценности спорта совпадают с ценностями общества и личности.

Спорт как социальный фактор как бы модельно воспроизводит альтернативу современной культуры, сохраняет и укрепляет сущностные механизмы социально-культурной жизни человека и перехода в субкультуру индивида, формирует его как социально компетентную личность. Кроме того, современный спорт дает человеку возможность оценить свое отношение к окружающей его среде и через эти отношения оценить свое место в обществе [1]. В большинстве случаев спорт рассматривается как микромодель общества, которая формирует определенное отношение и типовое поведение. Более того, американские социологи сделали заключение, что современный спорт аккумулирует ценности общества. Благодаря занятиям спортом общественные ценности присваиваются индивидом, интериоризируются как личностные. Спорт и современное российское общество имеют много общего: дух инициативы, противоборства и соревнования. В этой связи совершенно справедливо называть спорт миниатюрой самой жизни, где и происходит социализация личности.

Основной и непосредственный механизм воздействия, как отмечает грузинский социолог Л.Ш. Апциаури, - спортивная деятельность. Эти отношения получают предельно концентрированное выражение в процессе формирования личностных характеристик. Очень важно при этом понимать, что быть включенным в социальные отношения через спортивную деятельность и заниматься социально организованной физкультурной деятельностью - это далеко не одно и то же.

Говоря о соотношении физической культуры и спорта, не хотелось бы сводить свои рассуждения к вопросу, какое из этих явлений шире, является ли спорт составной частью физической культуры или наоборот. Можно привести достаточно аргументов, подтверждающих ту или иную версию. Однако известно, что целеполагание определяет результат деятельности. Цели спортивной и физкультурной деятельности не совпадают , следовательно, разворачиваются разные по содержанию социальные процессы, которые определяют результат деятельности.

Цель физической культуры - всемерное и всестороннее развитие физических и духовных способностей человека в аспекте формирования физической культуры личности - самореализации человека в развитии своих духовных и физических способностей посредством физкультурной деятельности, освоении других ценностей физической культуры. При этом основным средством физической культуры выступает физкультурная деятельность, в которой физические упражнения составляют ее главный элемент [5]. Цель спортивной деятельности в большей степени связывают с достижением спортивного мастерства и высокого спортивного результата на основе организации тренировочного процесса. Сам тренировочный процесс организуется в соответствии с целевыми предпосылками, которые конкретно выражаются в задаваемой величине роста спортивного результата. Этот показатель определяет содержание, формы, организацию спортивной деятельности.

Тем не менее не все детерминируется лишь социально-педагогическими воздействиями. Рост спортивного мастерства, результативность обеспечиваются и в то же время лимитируются физическими возможностями организма спортсмена. Исходя из этого становится понятным, что спортивная деятельность - это сложное социально-биологическое явление, не сводимое к физкультурной деятельности.

Специфика любого вида воспитания заключается в том, какими средствами и методами воспитывается человек. Наука о физическом воспитании возникла и развивалась как система знаний о физических упражнениях, прошедших путь от укрепления здоровья и формирования прикладных двигательных навыков через развитие двигательных возможностей и функций человека к формированию его личности и поведения [5].

Сегодня речь идет о развитии нового вида воспитания средствами спорта, соревнования, тренировочных нагрузок, спортивной подготовки, в ходе которой формируется личность спортсмена, способного достигать высокого спортивного результата и быть личностью в самом высоком понимании этого слова.

Под методами спортивного воспитания понимаются способы работы тренера и спортсмена, при помощи которых происходит овладение знаниями, умениями и навыками, развиваются необходимые качества и способности, формируется мировоззрение. Сама природа спорта обладает мощным воздействием на личность. Воспитательное значение спорта очень велико. Достаточно вспомнить уже ставшее "штатным" выражение, что спорт для молодежи - это "школа характера, мужества, воли". Спорт закаляет характер, учит преодолевать трудности, держать "удары судьбы". Спорт формирует личность, заставляет бороться со своими слабостями, преодолевая себя. Благодаря спорту человек учится владеть своими эмоциями, понимать красоту. В спорте человек впервые начинает постигать азы правовой культуры, усваивает правила "честной игры". Спорт выступает мощным фактором социализации, проявления социальной активности. Через спорт человек нарабатывает опыт межличностных отношений, выстраивая взаимосвязи и взаимодействия между собой и тренером, другими спортсменами, собой и спортивными арбитрами. Именно в спорте может родиться настоящий руководитель и организатор, поскольку спорт во многом моделирует жизненные ситуации.

Спортивное воспитание обеспечивает и процесс познания, решает образовательные задачи. Спорт представляет собой особый тип творческой поисковой деятельности. Известно: для того чтобы спортсмен достиг высокого результата, он должен многое знать, начиная с понимания сущности человека как социобиологического индивидуума до правил построения учебно-тренировочного процесса. Давно ушло в прошлое представление о спортсмене как о человеке, которому нужны только сила, ловкость, выносливость. Лишь высокообразованная личность, обладающая спортивной культурой, способна сегодня завоевывать медали и одерживать настоящие победы.

Физическое воспитание решает также общекультурные задачи: образовательные, воспитательные, оздоровительные. Однако при этом используются средства общеразвивающих упражнений, элементов спорта, оздоровительные. Эффект физического воспитания обеспечивается благодаря правильно организованной физической активности, где соревновательный метод - лишь один из методов воспитания, но далеко не основной [4].

Одним из важных аргументов использования адаптированных спортивных технологий в физическом воспитании школьников является и то, что представители спорта высших достижений демонстрируют величайший прогресс в самых разнообразных видах спорта, в то время как в физическом воспитании наблюдается явный застой.

Ценностный потенциал спортивной подготовки уникален, поскольку прошел многократную проверку и отбор на самых разных уровнях этого процесса. Можно перечислить наиболее яркие и уже доказавшие свою эффективность технологические решения спортивной подготовки.

Во-первых, это приоритет тренировки как основного способа физического преобразования потенциала человека. В физическом воспитании, как правило, присутствуют нагрузки оздоровительного характера, которые, к сожалению, не могут вывести человека на новый уровень физической подготовленности, но особенно важны для развития детей, подростков и молодежи. Нужно успеть использовать благодатный период возраста для развития тех или иных физических качеств, чему в спорте уже научились. В физическом же воспитании педагогам еще предстоит освоить новые технологические аспекты и организационные формы для решения этих проблем.

Во-вторых, формирование у спортсменов ценностного отношения к процессу спортивной подготовки и участию в нем. Вопрос мотивации - один из сложных в привлечении людей к занятиям физическими упражнениями. В спортивной деятельности он во многом блестяще решен. Само по себе отношение человека к спортивной подготовке является важнейшей личностной ценностью и в то же время общественным, общим достижением, если рассматривать его как образец для подражания.

Спортсмена высокого класса не нужно зазывать на тренировку, он с увлечением сам работает над техникой, находит свои собственные технологические решения, продумывает весь тренировочный процесс до мелочей. Часто бывает, что спортсмен является сам себе и тренером. Следует внимательно проанализировать мотивационные механизмы формирования ценностного отношения спортсмена к спортивной деятельности. Полученные в результате такого анализа практические рекомендации позволят во многом решить актуальную проблему привлечения людей к регулярным занятиям физическими упражнениями.

В-третьих, установку большого спорта: " в спортивной подготовке нет мелочей" - нужно распространить на физическое воспитание. Например, спортсмен должен вести дневник тренировок, серьезно относиться к своему здоровью, быть организованным, сосредоточенным на ощущениях и объективных показателях своего состояния и его динамики. По многим аспектам спортивной подготовки уже написаны солидные научные труды, и адаптировать к процессу физического воспитания можно многое. Конечно, речь идет не о слепом копировании, а о серьезном анализе и выборе наиболее удачных концептуальных идей и технологий, способных в короткое время сделать процесс физического воспитания интересным и эффективным.

На сегодняшний день мы можем предложить несколько вариантов новых технологий преобразования традиционного процесса физического воспитания в спортивно ориентированный учебный процесс. Наиболее яркий из них - проект "Наш спорт - мое здоровье", который прошел успешную апробацию в Сургутской школе № 32. Ключевыми моментами преобразований стали:

- использование в процесс физического воспитания приемлемых для его целей средств и методов тренировки;

- организация физического воспитания на основе добровольно выбранного вида спорта;

- предоставление ученику возможности свободного выбора вида спорта;

- организация занятий по учебно-тренировочным группам;

- предоставление ученику возможности перехода из одной группы в другую;

- вынос занятий за рамки обязательного школьного расписания;

- организация занятий не менее и не более трех раз в неделю;

- обязательное выполнение нормативов базового компонента школьной программы.

Результаты эксперимента показали высокую эффективность преобразований. Четыре диссертационных исследования, выполненных учителями и директором этой школы, убедительно доказали на практике, что организация реально наукоемкого процесса спортивно ориентированного физического воспитания существенно улучшает физическое состояние обучающихся, снижает уровень заболеваемости, формирует у них элементы спортивной культуры, серьезно усиливающие образовательную и воспитательную составляющие массового физического воспитания. По уровню физической подготовленности дети и подростки - участники сургутского эксперимента превзошли своих сверстников из других регионов.

Проведенные нами социологические исследования также доказывают правомерность спортизации физического воспитания. Так, при опросе школьников г. Сургута было выявлено, что экспериментальная школа № 32 заняла лидирующую позицию (1-е место по сумме рангов) по количеству детей, никогда не куривших сигарет, никогда не употреблявших наркотиков, не участвовавших в драках, никогда не бывавших пьяными. Сравнение проводилось среди девяти далеко не худших школ г. Сургута. Психологи также высоко оценивают результаты социализации детей экспериментальной школы. Отмечается их уравновешенное поведение на уроках и переменах. Учебно-тренировочная группа - это еще одна малая группа, в которой юные спортсмены находят новых друзей, учатся выстраивать новые социальные отношения.

Успешность данного эксперимента во многом определялась и наличием уникальной спортивной инфраструктуры данной школы. Однако нами предпринята попытка апробирования новой технологии реализации спортивно ориентированного физического воспитания в рамках муниципальной образовательной системы в г. Чайковском. Данный педагогический эксперимент начат в сентябре 2001 г. Его идея состояла в объединении материально-спортивной базы и кадрового ресурса общеобразовательных школ города. В эксперимент включились шесть общеобразовательных школ. После проведения пилотажного исследования в эксперименте задействованы три школы. Уже первые итоги данного эксперимента подтверждают уникальные возможности спортивно ориентированного физического воспитания для формирования и укрепления их физического и нравственного здоровья на основе роста уровня их физкультурной образованности, воспитания культуры жизнедеятельности, успешной социализации.

**Список литературы**

1. Апциаури Л.Ш. Спорт как социальное явление и фактор социализации личности //Теория и практика физ. культуры. 2003, № 1, с. 12-14.

2. Бальсевич В.К. Онтокинезиология человека. - М.: изд. "Теория и практика физ. культуры". 2000. - 275 с.

3. Лубышева Л.И. Социальная роль спорта в развитии общества и социализации личности //Теория и практика физ. культуры. 2001, № 4, с. 11-13.

4. Лубышева Л.И. Физическая и спортивная культура: содержание, взаимосвязи и диссоциации//Теория и практика физ. культуры. 2002, № 3, с. 11-14.

5. Николаев Ю.М. К проблеме развития физической культуры//Теория и практика физ. культуры. 2001, № 8, с. 2-10.