

Министерство образования и науки Российской Федерации
Федеральное государственное образовательное бюджетное учреждение
высшего образования
Оренбургский государственный педагогический университет

В.А.Востриков

Физкультурное образование:
методология, моделирование,
дидактические основы

(учебное пособие)

Оренбург 2017

УДК 796.011:37.02 (075.8)

ББК 75.1я73

В 78

Рецензенты: **В.В.Баранов**, доктор педагогических наук, профессор
Оренбургский государственный университет

С.Л.Агеев, кандидат педагогических наук, доцент
Оренбургский государственный педагогический
университет

Востриков, В.А.

В 78 Физкультурное образование: методология, моделирование, дидактические основы: учебное пособие / В.А. Востриков; ФГБОУ ВО «ОГПУ», Типография «Экспресс-печать». - Оренбург, 2017. - 152 с.

Представленное пособие отражает методологию познания физкультурного образования на различных уровнях философского осмысления. Рассмотрены основы моделирования физкультурного образования его принципиальная схема и содержание, функции. Подробно и на достаточном уровне приведено дидактическое обеспечение процесса реализации физкультурного образования.

Пособие может найти широкое применение в среде обучающейся молодежи, специалистов и лиц, заинтересованных в развитии физкультурного образования

СОДЕРЖАНИЕ

ВВЕДЕНИЕ	4
ГЛАВА 1. МЕТОДОЛОГИЯ ПОЗНАНИЯ И ОРГАНИЗАЦИИ ФИЗКУЛЬТУРНОГО ОБРАЗОВАНИЯ	5
1.1. Методология как философская категория и подход в научном познании	5
1.2. Философский уровень методологии познания	14
1.3. Общенаучный уровень методологии познания	27
1.4. Конкретно-научный уровень методологии познания	35
1.5. Технологический уровень методологии познания	43
ГЛАВА 2. МЕТОДОЛОГИЧЕСКИЕ ПОДХОДЫ В МОДЕЛИРОВАНИИ ФИЗКУЛЬТУРНОГО ОБРАЗОВАНИЯ	48
2.1. Общий подход к моделированию сложных систем	48
2.2. Понятийно-категориальный аппарат и функции физкультурного образования	77
ГЛАВА 3. ДИДАКТИЧЕСКИЕ ОСНОВЫ ФИЗКУЛЬТУРНОГО ОБРАЗОВАНИЯ	102
3.1. Принципы физкультурного образования	103
3.2. Средства реализации физкультурного образования	112
3.3. Методы освоения физкультурного образования	116
3.4. Формы организации физкультурного образования	126
ЛИТЕРАТУРА	131

ВВЕДЕНИЕ

Современная система образования в России претерпевает существенные структурные и системные изменения, обусловленные как включением российского образования в Болонский процесс, так и теми так называемыми модернизациями и нововведениями связанные опять таки с включенностью России в мировое пространство.

Естественным образом такое положение не могло не сказаться на образовании, в сфере физической культуры, которое в традиционном представлении в виде физического воспитания в какой - то степени исчерпало свои ресурсы и также требует существенного обновления. Более того определенное терминологическое разночтение данного вида образования не приводит к однозначному пониманию данного феномена и вносит определенный разлад в образовательный процесс.

Не претендуя на истину в последней инстанции, считаем, что образование в сфере физической культуры должно отталкиваться от природы обучающегося, и нести культурологический смысл.

Решение такого подхода должно исходить из процесса познания сущности образования в сфере физической культуры, которое при ближайшем рассмотрении целесообразно представить системой физкультурного образования, которое на основе методологии познания, предполагает разработку его понятийно-категориального аппарата, модели и программно-содержательного обеспечения, подкрепленное дидактическим наполнением.

Считаем представленную работу как работу предпосылочного характера, объектом дальнейшего широкого изучения и существенного дополнения, что может быть организовано при интеграции всех заинтересованных лиц.

ГЛАВА 1. МЕТОДОЛОГИЯ ПОЗНАНИЯ И ОРГАНИЗАЦИИ ФИЗКУЛЬТУРНОГО ОБРАЗОВАНИЯ

1.1. Методология как философская категория и подход в научном познание

Методология в самом общем смысле – есть наука о методах познания и деятельности. Методология - это система теоретических знаний, которые исполняют роль руководящих принципов, орудий научного исследования и конкретных средств реализации требований научного анализа (80, с.7).

В.М.Выдрин (1992) отмечал, что научная методология в широком философском смысле является методом поиска наиболее общих, стратегических подходов к изучению предмета, базой разработки теорий каждого компонента или конкретных аспектов различных видов деятельности.

Методологию можно рассматривать и как тип рационально-рефлексивного сознания, направленный на изучение, совершенствование и конструирование методов в различных сферах духовной и практической деятельности, а также как одна из областей современной технологии – технологии мыслительной деятельности (161).

Методология как феномен познания реальной действительности присутствует во всех сферах человеческой деятельности. При этом философы рассматривают методологию и как учение о методе, и как сферу применения философских принципов. Ряд философов отмечает, что «методология призвана разрабатывать не только общие, но и конкретные... исследовательские методы».

В педагогике отмечается, что методология - это область знания, изучающая средства, предпосылки и принципы организации познавательной и практически-преобразующей деятельности (247, с.278), это наука о методах, ориентированная на внутренние механизмы, логику движения и

организацию образовательного процесса. Методология базируется на научных идеях и подходах, определяющих логику образовательной деятельности.

Считается, что современная методология педагогики выполняет как минимум два типа функций:

- выявляет смысл научной деятельности и ее взаимоотношения с другими сферами деятельности, рассматривая науку с точки зрения практики, общества, культуры, человека;

- решает задачи совершенствования, целесообразности научной деятельности.

Из многочисленных определений методологии встречающихся в научной литературе для интересов нашей работы важны следующие, методология это:

- система знаний, определяющая характер, логику организации, методы и средства педагогической деятельности, принципы, формы и способы построения научных педагогических исследований (23, с.15);

- учение о способах познания и организации процессов, систем (76, с.33);

- учение о способах организации и построения теоретической и практической деятельности (64, с.634).

Следовательно, методология выступает как методом научного познания, так и способом организации образовательной деятельности, более того, важным в методологии является рассмотрение понятий «подход» и «система».

Понятие «подход» предполагает выбор методологического ориентира, позволяющего выявить закономерные связи и отношения внутри изучаемого явления; определить общую стратегию познания и образовательного процесса (М.Я.Виленский).

Аналогичное высказывание наблюдаем у Юдина Э.Г., который считает, что подход есть принципиальная методологическая ориентация

исследования, точка зрения, с которой рассматривается объект изучения (способ определения объекта), есть понятие или принцип, руководящий общей стратегией исследования.

В самом общем смысле «подход» обозначает наиболее общее логическое понятие, отражающее форму и (или) отношения в познаваемом явлении (245).

В философии «подход» определяют, как комплекс механизмов в познании и практике, характеризующий конкурирующие между собой стратегии и программы организации жизни и деятельности людей.

Педагоги рассматривают подход как особую форму познавательной и практической деятельности, обуславливающий рассмотрение педагогических явлений под определенным углом зрения, как стратегию исследования, позицию и деятельность педагога.

В физкультурном образовании подход можно определить, как совокупность способов воздействий педагога на занимающихся, обусловленных логикой организации и осуществления процессов обучения, воспитания и развития личности, а само физкультурное образование как систему.

Система определяется как совокупность взаимосвязанных элементов, выполняющие определенные функции и организованных определенным образом в целое, в структуру. Более того, еще в Древней Греции, в сочинениях Платона и Аристотеля были заложены основы понимания системы под которой понималось всякое упорядочение явлений, всякая сумма знаний, не противоречащая здравому смыслу.

Система – это совокупность объектов, взаимодействие которых вызывает появление новых интегративных качеств, не свойственных отдельно взятым образующим систему компонентам (12, с.99).

К признакам понятия «система» относим: 1) наличие множества элементов; 2) наличие связей и отношений между ними; 3) целостность.

Понятие «структура» близко к понятию «форма», но не тождественно

ему. Структура охватывает внутреннюю организацию системы, являясь, по существу, способом внешнего выражения этой внутренней организации.

Структура в большинстве случаев понимается как определенная упорядоченность, организация связей и отношений между элементами системы. Тогда всякая система будет характеризоваться составом (совокупностью элементов) и структурой (совокупностью связей и отношений). Структура в широком смысле есть вся совокупность отношений между элементами. В этом определении понимание структуры ограничивается лишь учетом отношений между элементами. Но необходимо учитывать еще и связи между ними.

Структура, как признак системы и системного подхода характеризуется совокупностью устойчивых взаимосвязей системы и выражает то, что остается относительно неизменным и устойчивым при различных преобразованиях системы. Структура выражает то, что остается в основе системы относительно неизменным и достаточно устойчивым при различных ее преобразованиях (И.Т.Фролов).

Методология образования базируется на научных идеях, определяющих смысл образовательной деятельности в целом, путей и способов личностно-профессионального самоопределения субъектов образования в изменяющихся социокультурных ситуациях и выполняет следующие функции:

- выявляет порядок научной деятельности в педагогике; ее логику; связь с культурой (в целом);
- обеспечивает на этой основе целесообразную преобразовательную педагогическую деятельность.

Учитывая многогранность физкультурного образования как социального явления и педагогического процесса считаем, что основы теоретической разработки и методологического обоснования системы физкультурного образования могут строиться на диалектическом методе познания реальной действительности (И.Кант, Г.Гегель), базисных

положениях общенаучного системного подхода к изучению сложных явлений и предметов действительности (Афанасьев В.Г., Блауберг И.В., Месарович М., Садовский В.Н., Клиланд Д.) современных концепциях дидактики, опирающиеся на достижения отечественной и зарубежной педагогической науки в сфере развивающего обучения (Сериков Г.Н.) и системно-деятельностных основ управления педагогическим процессом обучения, воспитания и развития, а также на аспектах концепций деятельностного и личностного подходов, имеющих предметно-педагогическое значение и гуманистическую направленность.

Деятельность связывает между собой объект и субъект, являясь формой активного отношения между ними. Целью этого отношения является «изменение и преобразование» мира, то есть объекта деятельности.

Формирование и проявление произвольной, индивидуальной активности возможно только в деятельности и при наличии психики. В основе психики лежит явление отражения. Важно, что на определенном этапе возникает необходимость (и возможность) корректировки, управления процессом отражения. Психика, по мнению психологов, возникает там и тогда, когда возникает необходимость создания «образа деятельности», когда отражение вырастает до уровня образов.

Понятие деятельности является основным в любой психологической теории, при любом психологическом подходе.

В понятии деятельности мы можем выделить три основных элемента: человек как субъект деятельности; окружающая действительность как объект деятельности; взаимодействие между ними.

Однако здесь же следует признать, что определенная ограниченность деятельностного подхода, по справедливому утверждению Г.С.Батищева, состоит в том, что деятельностный подход не позволяет избежать антропоцентризма. Кроме того оставляет нерешенным целый ряд вопросов: определение сущности данного феномена, его критериев, и вместе с тем не дает возможности обратить внимание на данный феномен как

«наддеятельностное отношение субъекта к миру, ко всему сущему как могущему быть иным» (22, с.21-34).

Системный подход связан с основополагающими идеями материалистического диалектического метода и выражает конкретизацию принципов диалектики применительно к познанию сложных объектов и явлений действительности.

Впервые положения теории систем к исследованию педагогических явлений применил Ф.Ф. Королев.

Целью системного подхода является рассмотрение любых объектов познания и деятельности как систем, имеющих свою неповторимую структуру, сущность и свойства.

Для реализации системного подхода, необходимо решить как минимум следующие задачи:

1. Разработка средств представления исследуемых объектов как систем.
2. Построение обобщенных моделей системы.
3. Исследование различных, в т.ч. и методологических, оснований систем.

В качестве основных функций предполагают:

1. Постановка и разрешение проблем в специальных науках.
2. Методологический анализ уже имеющихся знаний [33, с.73].

Ю.А.Конаржевский отмечал, что системное видение предмета составляет основу «познавательной технологии» (105). Специфика системного подхода определяется его направленностью на раскрытие объекта во всех его связях и взаимоотношениях, в иерархической зависимости, в целостном его содержании.

Системное исследование должно исходить из предположения, что исследуемый объект является системой, т.е. состоящим из отдельных «реальностей», находящихся в определенной связи друг с другом, т.е. объект имеет и структуру. В этом случае применение системного подхода будет состоять из следующих процедур:

1. Выявление некоторого множества элементов.
2. Установление, классификация внешних связей этого множества и определение на этой основе принципов взаимодействия системы со средой.
3. Установление, классификация внутренних связей системы и выделение среди них системообразующих.
4. Выделение упорядоченности, структуры системы.
5. Анализ основных принципов поведения системы.
6. Изучение процесса управления системой.

Педагогическая система - это органичное целое, единство деятельности учителя (или преподавание) и деятельности учащихся (или учение). При этом и деятельность учителя, и деятельность учащегося зависят от целей, содержания и методов обучения.

Под педагогической системой понимаем определенную совокупность взаимосвязанных средств, методов и процессов, необходимых для создания организованного, целенаправленного и преднамеренного педагогического влияния на формирование личности.

Системный подход базируется также на понятии образовательной системы. Г.Н. Сериков под образовательной системой понимает взаимосвязанное единство отдельных частей образования, образующее новое (по сравнению с каждой из частей и их совокупностью) качество, которому присущи свои специфические свойства.

Таким образом, применение системного подхода предполагает, с одной стороны, выделение и изучение составляющих элементов, их природы, функций, развитие, с другой стороны - исследование связей и отношений между элементами системы, между системой и средой. В этом его отличие от структурного подхода.

Системный подход в методологии познания физкультурного образования позволяет:

- глубже и шире познать сущность образовательного процесса,

освятить большой круг педагогических проблем, выявить и систематизировать связи и взаимосвязи педагогических процессов;

- получить более объективную информацию о механизмах образовательного процесса;

- упорядочить совокупность знаний в сфере физкультурного образования.

При реализации системного подхода необходимо учитывать его некую этапность:

- определение цели создания системы физкультурного образования и определение на этой основе оптимальное множество компонентов входящих в систему;

- обоснование связи взаимодействия данных компонентов на внешнем и внутреннем уровне функционирования;

- разработка структуры физкультурного образования;

- выявление основных принципов поведения системы, ее коррекции и управления.

Более того, В.Г.Афанасьев определяет следующие законы поведения систем:

- любая система имеет цель; при этом процесс управления системой направлен на заданный, а не на любой результат;

- любая система старается сохранить свою целостность за счет обеспечения своей внутренней энергии и энергии ее компонентов; в совокупности эта энергия должна быть больше энергии внешних разрушающих систему воздействий;

- система строится и «живет» по принципу оптимальности; при этом основным критерием оптимальности в физкультурном образовании могут служить удовлетворяющие личность и общество результаты от реализации системы;

- в системе закон части не равен закону целого, что означает возможность определенной самостоятельности поведения компонента

системы;

- любая система всегда иерархична, в ней всегда выделяют разноуровневые компоненты;

- правильно выстроенная система вполне адаптивна и может изменяться под влиянием внешних факторов без существенного для нее ущерба;

- каждая система имеет свой динамический ритм;

- каждая система изменяется во времени в сторону увеличения или уменьшения ее информационной емкости, при этом во вновь созданной системе всегда есть информация о прошлом ее состоянии (11, с.125-138).

В качестве общего ориентира, идеологии и метода осуществляемого научного познания физкультурного образования целесообразно использовать многоуровневую методологию.

В современной методологии выделяют четыре уровня методологического познания:

- философский, раскрывает общие принципы познания и деятельности; категории науки в целом;

- общенаучный, объясняет теоретические концепции, применяемые к большинству научных дисциплин;

- конкретно-научный, рассматривает методы, принципы познания и деятельности в конкретной науке;

- технологический, определяет методику и технику исследования и организации педагогической деятельности.

При этом следует отметить, что методология познания каждого уровня является таковым лишь по отношению к познанию более низкого порядка и включает в себя теоретические положения (понятия, идеи, принципы, законы, теории) и познания о методах (способах) деятельности.

На первом уровне в качестве методологических выступают познания о наиболее общих законах развития природы, общества и человеческого мышления, познание основных ведущих категорий философии, теории

познания.

На втором уровне методологическими являются познания, относящиеся ко всем наукам или к широкому спектру наук. Эти познания определяют научные принципы деятельности в соответствующих науках.

К третьему уровню методологии познания относят совокупность методов, принципов, знаний, относящихся к определенной науке.

Четвертый уровень познания отражает непосредственно эмпирическую составляющую методологии познания (наблюдения, описание, измерение, эксперимент, анализ, синтез, сравнение, обобщение и т.п.)

1.2. Философский уровень методологии познания.

Философия есть совокупность логически упорядоченных, приведенных в систему взглядов, идей, утверждений, относящихся к миру и человеку.

Философия как познание сущего, причин и принципов вещей является не только картиной материальной и духовной действительности, но также методом познания этой действительности, направленной не на её отражение как она есть, не на мышление об уже известном, а на раскрытие её новых аспектов, сторон, что предполагает использование её как метода выявления нового в той, же действительности.

Методом философского изучения мира является умозрение, мысленное постижение реальной действительности. Главной функцией философского познания является объяснение – что это такое, как и почему оно возникло, как существует и функционирует, для чего и т.п. Философия проникает в причинно-следственные, генетические, функциональные и другие связи и взаимосвязи вещей и процессов.

«Философия как методология, представляет собой систему наиболее общих понятий, законов, принципов движения материи, направляет деятельность человека в определенное русло» (3, с.13).

Широта отражательной стороны определяет и широту метода

познания. В философских исследованиях применяются и формально-логические средства познания в их чистом виде (индукция, дедукция), и мысленный эксперимент, и герменевтика и другие средства постижения действительности. Но только философия разрабатывает тот всеобщий, мировоззренческий метод, который адекватен её содержанию, поскольку она позволяет изучать все стороны предмета, брать предмет в его развитии, включать всю человеческую практику в полное определение предмета, помнить, что абстрактной истины нет, истина всегда конкретна (117, с.290).

Система философских знаний позволяет определить общую стратегию исследования, осуществить выбор средств научного познания.

Философские знания обеспечивают раскрытие диалектики образовательного процесса в нашем случае, обоснованию и разрешению противоречий, возникающих в процессе реализации образовательной деятельности, выявлению его количественной определенности, взаимосвязи качественно-количественных изменений, условий перехода к более высоким стадиям развития с сохранением накопленного опыта.

Содержание философского уровня методологии составляют совокупность законов и категорий, в целом определяющих процесс познания, изначально лежащих в основе организации этого процесса, а освоенность философских знаний позволяет определить общую стратегию исследования, осуществить выбор средств научного познания.

В основу методологии философского уровня положены существующие положения диалектического материализма как учения о наиболее общих законах движения и развития природы, общества и мышления.

Диалектика, как всеобщий метод научного познания, позволяет выделить ведущие принципы, обеспечивающие успешную разработку и исследование образовательного процесса.

Сущность диалектического материализма выражается в следующих положениях:

- окружающий нас мир материален и он первичен; существует

независимо от нашего сознания и подчиняется законам движения и изменения материи (вне деятельности и вмешательства сознания);

- человеческое сознание вторично и, по сути дела, изначально обусловлено качеством и количеством материи – человеческого мозга;

- все явления и процессы окружающей нас действительности находятся в прямой взаимосвязи и причинно обусловлены, представляя собой сложную и целостную систему;

- вся совокупность окружающих нас объектов, предметов и явлений находится в постоянном движении, отражающемся в развитии, изменении свойств и качеств (А.А.Грицанов, 2002; И.Т.Фролов, 1980).

Данные положения означают:

- признание человека объектом и субъектом окружающей действительности, включенным в процесс социального развития;

- становление личности возможно на основе природной, биологической сущности человека, изменчивость которой подчинена направленным воздействиям внешних преобразовывающих личность факторов;

- реализация преобразовывающих факторов возможна только при включенности человека в деятельность.

Научное познание реальной действительности в системе «мир-человек», в которой по праву можно отнести систему образования, основывается на познавательных субъективно-объективных отношениях. Гносеология, как теория познания, изучает всеобщее, характеризующее познавательную деятельность человека. Предметом гносеологии выступает, наряду с другими сторонами субъективно - объективных отношений, специфика научного знания, специфика обыденного, повседневного знания, специфика других видов познавательной деятельности человека. Для гносеологии также важен социологический, вернее социокультурный аспект деятельности человека.

Онтология как общее учение о бытии, как раздел философии, изучающей фундаментальные основы бытия, наиболее общие сущности и

категории сущего, выступает предпосылкой научной теории познания. Все понятия гносеологии и принципы диалектического мышления имеют свое онтологическое обоснование и в этом смысле – онтологическую сторону. Содержание теории познания, как и содержание онтологии, пронизано идеей развития. В то же время развитие имея логическую и гносеологическую функции, нацелены на обеспечение дальнейшего развития познания.

Развитие – необратимое, направленное, закономерное изменение материи и сознания, их универсальное свойство; в результате развития возникает новое качество, состояние объекта – его состава и структуры. Развитие в философии определяется как процесс тесно взаимосвязанных количественных и качественных преобразований особей с момента их зарождения до конца жизни. Формирование представляет собой процесс придания определенной формы (215, с.1418).

Развитие познания носит циклический характер, только содержание и форма каждого цикла определяется по-разному. Познание идет от отражения как всеобщего свойства всякой материи к мышлению как высшей форме активного отражения объективной реальности, состоящей в целенаправленном, опосредованном и обобщенном познании субъектом существенных связей и отношений предметов и явлений (6, с.96).

И.Кант подчеркивал неотрывность теории познания от проблемы человека, от философской антропологии и этики, этической проблематике, отмечая, что теория познания есть наука об отношении разума к его конечной цели, которой, как высшей, подчинены все другие цели и в рамках которой они должны образовать единство (94, с.218).

Философский подход к проблеме физкультурного образования является целеполагающей установкой познания объективных закономерностей и субъективных особенностей становления таковой. Философская теория познания исследует явления познавательной деятельности в плане отношения познания к объективной реальности, к истине, к процессу достижения истины.

Истина понимается как содержание человеческого сознания, соответствующее объективной реальности и выступающее основой ее преобразования для достижения субъективной цели (6, с.96). Другими словами истина - это основа цели деятельности субъекта, сущность которой заключается в преобразовании объективной реальности.

Истина есть процесс. Свойство истины быть процессом проявляется двояко: во-первых, как процесс изменения в направлении все большей полноты отражения объекта и, во-вторых, как процесс преодоления заблуждения в структуре концепций, теорий.

Движение от менее полной истины к более полной (т.е. процесс ее развития), как и всякое движение, развитие, имеет момент устойчивости и момент изменчивости. В единстве, контролируемом объективностью, они обеспечивают рост истинного содержания знания. При нарушении этого единства рост истины замедляется или прекращается вовсе.

Вся окружающая человека реальность в первом приближении оказывается состоящей из материи и духа, образующих систему, И первая, и вторая сферы реальности становятся объектом человеческого отражения и информация о них воплощается в истинах. Они подразделяются по характеру отражаемого (познаваемого) объекта, по видам предметной реальности, по степени полноты освоения объекта и тому подобное. Поток информации, идущий от материальных систем микро-, макро- и мегамиров, формирует то, что можно обозначить как предметную истину, которая в аспекте наших исследований, может дифференцироваться на предметно-физическую (формирование параметрических характеристик двигательных действий, становление техники) и предметно-биологическую (становление функциональных систем, развитие физических способностей) и другие.

Понятие «дух», соотносимое в ракурсе основного вопроса мировоззрения с понятием «природа» или «мир», распадается в свою очередь на экзистенциальную (относящуюся к существованию) реальность и реальность когнитивную (рационалистически-познавательную).

Приняв за объективную истину систему физкультурного образования, отметим присущность ей основных положений философского подхода направленных на ее познание, развитие совершенство.

Философский уровень методологии физкультурного образования основан на диалектическом материализме сущностными положениями которого являются:

- первичность материи, суть которого заключается в том, что материя – мозг человека – первична, а сознание вторично (в результате развития мозга);
- все явления и процессы причинно-обусловлены, поскольку все в мире взаимосвязано;
- все явления и предметы мира постоянно изменяются, находятся в движении и развиваются.

Суть диалектики может быть определена выражением – объективная реальность находится в постоянном закономерном развитии и подчиняется законам и вытекающим из них принципам.

Под законом в науке понимают «необходимое, существенное, устойчивое, повторяющееся отношение между явлениями в природе и обществе» (214, с.446). При этом данное отношение определяет характер состояния, функционирования и направления развития явлений.

Закон – существенная, необходимая, устойчивая и повторяющаяся связь (отношение) между явлениями и процессами, развивающимися вне нашего сознания и в соответствии с присущими им существенными, необходимыми, повторяющимися устойчивыми связями (64, с.358).

«Законы внешнего мира, природы, суть основы целесообразной деятельности человека» [117, с. 169].

На философском уровне познания и деятельности существенную роль играют законы диалектики, такие как:

- переход количественных изменений в качественные, суть которого заключается в следующем – накопление количественных изменений обязательно приведет к качественному скачку в познаниях и результатах

деятельности. В методологии познания физкультурного образования данный закон вызывает необходимость всестороннего изучения предмета с целью накопления количественных сведений с тем, чтобы приобрести новые факты и на этой основе образить новое видение познаваемого предмета для дальнейшего совершенствования деятельности. В данном законе наблюдается тесная связь с законом отрицания отрицания, что может быть выражено в том, что накопление количества информации о предмете и в известной мере отрицания устаревшего, приводит к новому качеству, появлению новых идей. Например, за счет направленного использования физических упражнений достигается количественное накопление изменений, что приводит к качественному сдвигу в состоянии подготовленности занимающегося;

- единства и борьбы противоположностей, означает, что внутри объекта познания все явления и процессы находятся в неразрывном единстве, взаимоисключают друг друга и взаимопроникновенны. Закон единства и борьбы противоположностей объясняет процесс развития наличием объективно существующих противоречий - движущей силой всякого развития являются объективные противоречия. В.И. Ленин считал борьбу противоположностей ядром диалектики. Нет единства без противоположностей: каждый объект познания содержит в себе и положительные и отрицательные моменты, которые находясь в неразрывном единстве, тем не менее, противоборствуют в отношении друг друга. Нередко одновременное воспитание физических качеств оказывают отрицательное воздействие друг на друга (сила и гибкость), однако они находятся в единстве биологической сущности человека, в единстве тренировочного процесса. Более того единство воспитания физических качеств зависит от возрастных (сенситивных) периодов в развитии человека и гетерохронностью его развития, что опять приводит к борьбе противоположностей и поиску путей ее разрешения.

В практике физкультурного образования реализация этого закона

предполагает поиск изначально противоположностей – то есть, противоречий, которые необходимо должны быть разрешены в процессе познания и деятельности для достижения единства противоположностей (то есть определенной гармонии в деятельности). Здесь же следует оговориться, что гармония существует недолго: в силу естественных факторов (естественного развития) единство - гармония - разрушается; возникает противоречие, которое снова нуждается в разрешении и так далее. Таким образом, борьба противоречий абсолютна и всегда;

- отрицания отрицания, что означает безусловную преемственность в познании и деятельности, связь вновь разрабатываемого нового со старым, при этом в новом необходима повторяемость позитивных свойств и качеств старого. Отрицание есть необходимый момент развития и необходимое условие качественного изменения подготовленности занимающегося. То есть та подготовленность занимающегося, которая обеспечивала определенное достижение на данном этапе, не будет его обеспечивать с переходом на более высокий, следующий уровень подготовленности, что требует в свою очередь пересмотра средств, методов подготовки – отрицания их в предыдущем при безусловном сохранении воздействий, которые обеспечивали позитивные изменения. Отрицание есть необходимый момент развития и необходимое условие качественного изменения системы физкультурного образования, процессов и уровня подготовленности занимающихся.

Существенно дополняет философский уровень познания физкультурного образования философские категории, которые отражают фундаментальные и наиболее существенные связи и отношения, складывающиеся в физкультурном образовании. К таковым мы относим:

- сущность и явление;
- форма и содержание;
- возможность и действительность;
- причина и следствие;
- общее – особенное - единичное;

- часть и целое.

Сущность и явление - отражают основные характеристики всех объектов, процессов и явлений, материи и духа. Сущность есть совокупность основополагающих законов и механизмов, определяющих существование и функционирование познаваемого. Выявление сущности позволяет определить подлинность явления и разработать систему мер педагогического воздействия в физкультурном образовании необходимых для позитивного преобразования сущности (подготовленности занимающегося) и проявления необходимого явления (результат в соревновании). Явление есть совокупность свойств или явлений, внешнее выражение действительности и форм проявления сущности. Сущность и явление категории тесно взаимосвязанные, так как не существует сущности, которая бы не проявлялась внешне, равно как и не явления, которое бы не было обусловлено внешней сущностью.

Форма и содержание - отражают форму, как способ существования и внешнего выражения содержания понимаемого как определенным образом упорядоченную совокупность элементов явлений и предметов, образующих целостный предмет и явление.

Форма может также применяться для обозначения структуры, отражающей организацию, как внешнее выражение содержания физкультурного образования. Единство формы и содержания противоречиво: появление нового содержания приводит к нивелированию старой формы и возникновению новой, соответствующей содержанию.

Взаимосвязь содержания и формы проявляется в том, что содержание представляет ведущую, определенную сторону познаваемого объекта, тогда как форма – ту его сторону, которая изменяется в зависимости от изменяющегося содержания. При этом необходимо учитывать, что существует и обратная связь – форма, соответствующая содержанию, ускоряет «продвижение» вперед развитию содержания; форма переставшая соответствовать содержанию, тормозит его развитие.

Возможность и действительность – возможность отражает существование каких-либо объективных тенденций, определяющих возможность развития явлений и процессов, наличие условий, определяющих существование объективных тенденций, отсутствие обстоятельств, препятствующих возможному развитию явлений и процессов. Действительность отражает существование каких-либо явлений, процессов, ставших реальностью в ходе реализации возможности.

Причина и следствие - означает существование взаимосвязи между явлениями или процессами, при которой одно явление или процесс вызывает фактом своей реализации другое явление или процесс. Причина всегда по времени предшествует следствию и как совокупность ряда обстоятельств создает благоприятные условия для появления следствия.

Единичное, особенное и всеобщее – отражают взаимосвязь всех явлений и процессов, определенные ступени их познания. Всеобщее отражает все насыщение отдельного, единичного и не может существовать без них. В системе физкультурного образования изначально каждый объект познания предстает как единичное, но требующее к себе особенностей методики воспитания (развития).

Часть и целое – отражают процесс познания, начинающегося, как правило, с представления о целостном, (обучение двигательному действию) с последующим «расчленением» его на совокупность частей, необходимых для процесса познания, но с целостным воспроизведением в конце обучения. Взаимосвязь между частями задается интегративное, новое свойство целого, по отношению к которому все составляющие целое предметы рассматриваются как части. При этом важным критерием остается сохранение биомеханических характеристик разучиваемых частей в аспекте целостного действия. Целое отражает новые качества и свойства, не присущие отдельным частям, но возникающие в результате их упорядоченного взаимодействия.

Исходя из сущностных положений диалектики ее законов и категорий,

можно обозначить принципы, характерные для философского уровня познания и деятельности, обеспечивающие успешную разработку и исследование процесса физкультурного образования.

Принцип объективности нацеливает на получение конкретных и достоверных данных об объекте и процессе познания и педагогической деятельности.

Познавая объективные свойства, связи, отношения внешнего, мы объясняем факты, формулируем свое отношение к ним, делаем выводы.

Однако объективность отражения действительности, его совпадения с познаваемым объективным содержанием определяется подготовленностью исследования.

Реализация принципа объективности требует:

- выделения существенных и сущностных свойств, определяющих качественное своеобразие образовательного процесса, его способности удовлетворять потребности субъектов;

- обязательного учета качественно-количественных характеристик свойств и качеств педагогического процесса, определяющих его целостность и единство;

- применения объективных критериев оценки качества образовательного процесса.

Здесь же отметим, что качество методологического и диагностического обеспечения образовательного процесса есть один из основных признаков достоверности полученных результатов и их объективности.

Причинную обусловленность всех явлений в образовательном процессе, закономерность многообразия и отношений между ними утверждает **принцип детерминизма**. Данный принцип позволяет обнаружить причинно-следственные связи факторов и их коррекцию в связи с педагогической необходимостью и целью, то есть каждое как положительное, так и отрицательное следствие имеет свою причину и они связаны; каждое возникаемое педагогическое явление есть результат

действия какой-либо причины, каких-либо факторов.

В образовательном процессе каждое педагогическое явление возникает как результат действия других конкретных явлений, как следствие каких-то причин. Поэтому причинно-следственная связь в образовательных процессах является необходимой.

Объяснение механизма изменения качества в направлении, как улучшения, так и ухудшения дает **принцип развития**.

Развитие рассматривается как сложный процесс движения от простого к сложному, от низшего к высшему, движение по восходящей линии от старого качественного состояния к новому, процесс обновления, рождения нового; и как процесс роста и созревания организма, который протекает в тесной взаимосвязи с психическим развитием, влияет на него; и как процесс духовного изменения во всех значимых для личности сферах; в деятельности, в отражении окружающей действительности, в познавательных процессах и другие.

В образовательной практике реализация этого принципа предполагает выявление прогресса в развитии системы педагогических воздействий и самого человека; выделение этапов возникновения, расцвета и упадка социальных явлений (физкультурного образования) с тем, что бы вновь основываясь на новом знании обеспечить новое качественное изменение (развитие) материальных и духовных ценностей (мира, человека).

Развитие – это закономерное, направленное, качественное изменение материальных (телесных) и идеальных (душевно-духовных) объектов. В результате развития человека возникает его новое качественное состояние, основой которого выступает диалектическое единство возможного и действительного, потенциального и актуального.

Под потенциальным в самом общем виде понимается свойства, возможности личности, которые могут осуществляться и быть реальностью только при определенных условиях. С другой стороны, потенциальное выступает как результат развития, как сложное системное образование,

которое заключает в себе новые движущие силы дальнейшего развития.

Актуальное рассматривается как развитие личности и действующие в тех или иных условиях особенности личности, которые являются реализацией свойств, ранее находящихся в латентном состоянии. Актуализация способствует созданию новых «продуктивных» системных свойств, новых мотивационных характеристик поведения и деятельности.

Таким образом, категории «потенциальное» и «актуальное» позволяют отразить многие стороны взаимозависимости применительно к личности. Сам же принцип развития определяет универсальную последовательность стадий: возникновение, становление, изменение и развитие образовательного процесса.

Принцип взаимодействия. Образовательный процесс, независимо от условий протекания и развития, обязательно представляет собой взаимодействие.

Данный принцип указывает на то, что каждому прямому действию соответствует, зачастую опосредованно, обратное. Внутренняя диалектическая противоположность взаимодействия - относительная взаимнезависимость, изолированность, автономность процессов непрерывного образования и развития. Каждое реальное взаимодействие содержит в себе самом момент автономности как собственное свое условие и предпосылку. Таким образом, взаимодействие – это процесс, направленный на устранение автономности. Пока он не завершился, автономность еще есть, а если ее нет, то нет и взаимодействия, ведь нет различных, разделенных сторон. Автономность – внутренняя относительная противоположность абсолютного взаимодействия. Любой продукт является прерывным компонентом внутри единого непрерывного процесса, существенно влияя на него и не отдаляясь от него. При всем непрерывности образовательного процесса в нем всегда есть и нечто прерывное. Здесь взаимодействие – это способ связи элементов любой структуры, каждого образовательного компонента. С данным принципом прослеживается тесная связь **принципа**

единства теории и практики означающий единство духовной и материальной деятельности человека в познании и преобразовании физкультурного образования. Данный принцип предполагает изначально разработку теории преобразовательной деятельности и в дальнейшем реализацию практической деятельности по проверке теории. В этой же связи следует отметить **принцип единства сознания и деятельности**, который означает обоснование и разработку улучшенных систем педагогического воздействия в соответствии с особенностями сознания (возрастные особенности и психические процессы) занимающихся и организацию познавательной деятельности.

На философском уровне познания физкультурного образования важно: всесторонне изучить предмет, с учетом постоянно развивающегося характера существования предмета, включать в определение предмета практику и ориентироваться на конкретность истины.

1.3. Общенаучный уровень методологии познания.

Общенаучная методология познания физкультурного образования может быть представлена системным и деятельностным подходами.

Понятие подход определяется как способ познания и принцип изучения и организации процессов (76). Важно при этом отметить, что подход выполняет интегративную функцию в отношении количества используемых методов и многообразия содержания в изучении педагогических явлений и организации педагогического процесса. Подход выполняет, прежде всего, и функцию методологического принципа, на основе которого происходит познание и решение – в нашем случае педагогической.

Одному подходу может соответствовать множество методов, направленных на реализацию цели (244, с.29-47).

В теории и методике физической культуры методологический подход определяют, как совокупность способов познания и организации

педагогического взаимодействия педагога и занимающегося в организации и реализации содержания физкультурного образования, обусловленных логикой образовательного процесса (76, с.91-94; 231, с.115; 230, с.61).

Системный подход к изучению сложных объектов (физкультурное образование) представляет собой направление современной методологии социального и научного познания, и предполагает, что исследуемый предмет, объект, явление представляют собой систему. Систему мы представляем как объединение некоторого разнообразия в единое и четко расчлененное целое, элементы которого по отношению к целому и другим частям занимают соответствующее им место. Таким образом, методологическая специфика системного подхода заключается в том, что он ориентирует исследование на раскрытие целостности объекта и обеспечивающих ее механизмов, выявление типов многофункциональных связей сложного объекта и сведение их в единую картину. И.В.Кремянский и И.В.Блауберг называют отличительными признаками всякого системного образования развитую связь между его элементами и упорядоченность (организованность), что обуславливает целостный характер данного образования.

В системном подходе интегрируется как принцип общей теории систем так и принципы раскрытия сущности предмета или явления действительности.) (31, 211, 212)

Системный подход включает в себя несколько аспектов: системно-компонентный, системно-структурный, системно-функциональный, системно-интегральный и системно-исторический.

Суть системно-компонентного аспекта состоит, прежде всего, в правильном определении исходных компонентов и их свойств. Это необходимо: во-первых, потому - что без исходных компонентов структуры не предоставляется возможным построение мегаструктуры системы; во-вторых, это позволит подвергнуть системно - структурному анализу (синтезу) компоненты нижележащих уровней; в-третьих, выявлять взаимодействие компонентов между собой и с мегасистемой.

Отображение структуры в системно-структурном аспекте выступает главной, интегративной характеристикой содержания знания об объекте, позволяющий предсказывать свойства системы, осуществлять ее синтез с заранее заданными свойствами, функциями, объяснять поведение системы на основе знания ее механизмов, статических и динамических структур.

Системно-функциональный аспект предполагает описание функционирования системы как целого, а также ее поведения во внешней среде. В этом случае важно знать структуры, законы взаимодействия компонентов и подсистем, взаимозависимости свойств компонентов и интегральных функций целого, взаимодействия с другими системами и факторами внешней среды (среды обитания).

Системно-интегративный аспект предусматривает, что каждый объект многогранен и является предметом изучения, как правило, разных наук, что образует некую полисистемность в теории системного подхода. В этой связи необходимо преобразование, конструирование модельных объектов-систем; постоянный их синтез в целостно-интегративный образ.

Системно-исторический аспект состоит в создании теории развивающихся систем и предусматривает, что компонентами структуры могут быть не только статические вещи, но и свойства, состояния, связи и отношения, фазы, этапы, циклы и уровни функционирования и развития.

Таким образом, актуальность системного подхода в педагогике обусловлена следующими обстоятельствами:

1. Цель и задачи современного физкультурного образования – комплексные, многоаспектные, что требует для их решения разностороннего, системного изучения и деятельности.

2. Решение проблем физкультурного образования возможно только на основе взаимосвязи методов познания, в том числе и системного.

Для педагогической практики основными задачами системного подхода являются:

1. Осознание и создание системы физкультурно-спортивной

деятельности, ведущей к цели.

2. Выбор критериев для оценки и анализа полученного результата.

3. Выделение факторов как положительных, так и отрицательных повлиявших на достижение цели.

4. Коррекция системы физкультурно-спортивной деятельности (и деятельности вообще) с целью получения в дальнейшем положительного результата.

Для того чтобы выстроить систему, которая позволила бы всесторонне и объективно изучить какой-либо процесс необходимо опираться на принципы системного подхода.

Основные принципы системного подхода представлены следующими видами: целостности, структурности, иерархичности, взаимосвязи и взаимозависимости системы и среды, множественности описания каждой системы.

Целостность системы следует понимать, как обобщенную характеристику объекта, обладающего сложной внутренней структурой. Данный принцип выражает, прежде всего, интегрированность, самодостаточность рассматриваемого объекта по отношению к окружению, внутреннюю активность целостной системы. Принцип целостности системы характеризует также качественное своеобразие и специфические особенности ее развития и функционирования. В социальных системах единство (целостность) ее элементов весьма противоречиво, динамично, и, именно вследствие этого достигается надежность функционирования системы в переменчивых условиях внешней среды.

Принцип структурности предполагает определенную организацию системы, совокупность устойчивых связей элементов объекта, обеспечивающих его целостность и тождественность самому себе, то есть сохранение основных свойств и качеств объекта при внешних и внутренних изменениях. Реализация принципа структурности позволяет определить функцию (свойство) каждого элемента системы и обратно (как свойство-

функция каждого элемента влияет на установление новых связей и совершенствование структуры).

Иерархичность рассматривается как структурная организация многоуровневых систем (подсистем), состоящей в упорядоченном взаимодействии между уровнями в порядке от высшего к низшему. В иерархически выстроенной системе наблюдается структурная и функциональная дифференциация. Низший уровень, как правило, обеспечивает выполнение определенного круга функций и используется лишь для более детальной и конкретной информации по отдельным сторонам функционирования системы; высший уровень выполняет функции координации, согласования, интеграции отдельных явлений (компонентов низших уровней системы) и характеризует условия для функционирования всей системы в целом. Можно условно предположить, что каждый элемент системы относительно самостоятелен, но находится в иерархической зависимости от других составляющих систему структурных элементов, которые, в свою очередь, также представляют собой системы более низкого порядка, где каждый компонент может рассматриваться как система, а сама исследуемая система представляет собой лишь один из компонентов более широкой системы.

Принцип взаимосвязи и взаимозависимости системы и среды заключается в том, что система формирует и проявляет свои свойства в процессе совместного функционирования со средой обитания. Формирующиеся при этом внешние и внутренние связи обеспечивают устойчивость системы: степень их развития есть мера сложности системы, ее возможности адаптироваться к условиям внешней среды. В сложных социальных системах понятия «система» и «среда» не всегда имеют четко выраженные грани, хотя их видение и понимание принципиально. Основным критерий, позволяющий считать среду внешней, заключается в участии или неучастии того или иного объекта в создании целостных свойств системы. Те объекты, которые участвуют в создании интегральных свойств системы

косвенно, через отдельные компоненты системы относятся к внешней среде.

Принцип множественности описания системы предполагает, что в силу достаточной сложности каждой системы (высших и низших звеньев), ее адекватное познание требует построения и научного обоснования множества различных моделей, каждая из которых описывает лишь определенный аспект системы. Множественность описания каждой системы предполагает использование множества материальных и идеальных объектов, участвующих в создании системы, что также позволяет выделить категорию множественности. Объектом в таком случае следует считать любые предметы, рассматриваемые в качестве «строительного материала», позволяющего создать множество модельных систем с целью изучения, описания и познания.

Основными требованиями системного подхода, реализация которых позволяет говорить о том, что системный подход реализован, являются следующие:

1. Определять объект и предмет исследования и деятельности как системные (то есть с опорой на существующие принципы);
2. Исследовать каждый компонент системы как системный в целях определения и обеспечения полноты ее состава;
3. Определять всю совокупность структурных связей, дополняющих и совершенствующих систему;
4. Выявлять процессы и сущность функционирования отдельных компонентов системы и управлять этими процессами;
5. Выявлять ведущие тенденции и основные направления развития системы с целью ее совершенствования и, как следствие совершенствование физкультурного образования.

Деятельностный подход как направление и один из принципов познания, предусматривает ведущую роль деятельности в познании и процессе преобразования человека.

Говоря о процессе физкультурного образования деятельностный

подход означает, что только деятельность (внутренняя - психическая и внешняя - физическая) обеспечивают становление потребности социума личность. Деятельность рассматривается как специфический вид внешней (двигательной) и внутренней (психической) активности человека, направленной на достижение социально и личностно значимой цели; познание и преобразование себя и окружающего мира (Е.П.Ильин,1980; Р.С.Немов, 1997; В.А.Беликов,2000). Деятельность человека - та основа, на которой и благодаря которой происходит развитие личности и выполнение ею различных социальных ролей в обществе. Только в деятельности индивид выступает и самоутверждается как личность.

Следует отметить, что к настоящему времени наиболее разработанными и проверенными являются две теории формирования и развития деятельности: ассоциативно-рефлекторная (основатели И.М. Сеченов и И.П. Павлов) и поэтапного формирования действий (Л.С. Выготский, А.Н. Леонтьев, П.Я. Гальперин, Н.Ф.Талызина).

Авторы теории поэтапного формирования действий исходили из того, что знание о предметах, объектах внешнего мира не может сразу стать принадлежащим человеку. По мнению Л.С. Выготского, человек подходит к ним через систему действий.

Согласно С.Л. Рубинштейну определение сущности деятельности исходит из следующих положений:

1. Деятельность - это процесс реализации отношений человека к окружающей действительности.
2. Любой вид деятельности представляет собой единство практической и теоретической деятельности. Основанием для этого служит наличие двух планов деятельности: процессуальный план (непосредственно процесс реализации отношений) и личностный план (собственно психические процессы) [202, с. 257].
3. Процесс реализации отношений человека к окружающей действительности - это не односторонний процесс воздействия

человека на природу, а обоюдный процесс, то есть взаимодействие. В деятельности не только природа испытывает воздействие со стороны человека, но и человек испытывает воздействие со стороны природы.

Таким образом, деятельность выступает основной движущей силой развития, становления человека - личности.

Сущностные свойства образовательной деятельности – это: целеполагание; преобразующий характер (с перспективой развития); предметность деятельности человека, выражающая ее объективно материальную основу, ее связь с процессом развития; осознанный характер образовательной деятельности, раскрывающий ее субъект, проявляющийся в целеполагании, в прогнозировании деятельности, в перспективных устремлениях личности.

Исходя из вышесказанного можно рассматривать личность как совокупное строение ее деятельности, а окружение, в которой личность существует как совокупность ценностей культуры – материальных и духовных – фактор формирования личности и ее культуры. К числу характерных признаков деятельности относят (В.А.Беликов,2000):

- предметность (часть окружающей среды), это касается и внешней и внутренней активности;
- целенаправленность (деятельность не может быть без цели, возникает от потребности);
- преобразующий характер (может быть с перспективой развития);
- структурность (имеет особое строение и связи с окружением).

К числу основных видов деятельности относятся обучение, учение, игра, труд.

Основные требования деятельностного подхода заключаются в следующем:

- образование (обучение, воспитание и развитие) личности может быть обеспечено только через включенность человека в деятельность;
- полное (или качественное) овладение деятельностью есть показатель

творческой личности (то есть направленности на творение себя и окружающей действительности);

- этапность овладения деятельностью: изначально (предметная) внешняя переходит во внутреннюю (теоретическую, умственную);

- структурность деятельности, включающая: потребность – мотив – цель – совокупность действий и операций (движений);

- четкое определение мотива деятельности, который обусловлен предметом и «запускает» деятельность.

1.4. Конкретно-научный уровень методологии познания.

Конкретно-научный уровень познания и организации деятельности в физкультурном образовании представлен следующими подходами:

- личностно-ориентированным;
- антропологическим;
- культурологическим;
- комплексным;
- дифференцированным.

Сущность личностно-ориентированного подхода заключается в ориентации процесса физкультурного образования на личность как цель, результат и главный критерий его эффективности.

Суть основных идей личностно-ориентированного подхода состоит в следующем:

- образование личности возможно только в целесообразно построенной деятельности;

- формирование представления о деятельности как о личностно значимой;

- построение деятельности с учетом и на основе интересов, личностных и двигательных потребностях и способностях.

Основными положениями организации реализации личностно-

ориентированного подхода являются:

- целостность единства процессов обучения, воспитания и развития личности;
- ориентация процесса физкультурного образования на становление индивидуальности личности и ее способностей и потребностей;
- обеспечение субъект - субъектных отношений участников физкультурного образования;
- определение критериев оценки эффективности преобразований человека.

Основные требования личностно-ориентированного подхода в физкультурном образовании заключаются в следующем:

- организация деятельности участников образования строится на основе:
 - * признания уникальности личности;
 - * признания интеллектуальной и нравственной свободы личности; уважения к ней;
 - * создания ситуаций успеха;
 - * доверия к личности;
 - * опоры на естественный процесс развития генетически обусловленных задатков и способностей;
- придание процессу физкультурного образования личностно-мотивационного и координирующего характера.

Антропологический подход предполагает построение физкультурного образования с учетом и на основе системного знания всех наук о человеке.

Антропология изучает физическую природу человека «с учетом исторического развития общественной группы (этнической, социальной, профессиональной), к которой он конкретно принадлежит» (10, с.16)

Антропологический подход требует учитывать своеобразие строения человека, связанное с закономерностями антропогенеза, сведушей ролью в нем труда, а также возрастные, половые, конституционные и расовые

особенности.

Антропологический подход в физкультурном образовании предполагает развитие личности, формирование её как субъекта культуры, и в то же время создание условий для развития личности и удовлетворения потребности в самоутверждении.

Соглашаясь с представителями философской антропологии физкультурное образование можно трактовать как нахождение себя в этом мире, как реализацию своего смысла жизни.

Суть основных идей антропологического подхода состоит в следующем:

- обеспечение единства в преобразовании личности, ее телесно-душевно-духовных составляющих;
- возможность полностью осуществлять обучение, воспитание и развитие личности направленным использованием ценностей физической культуры;
- многогранная природа личности требует столь же многогранного ее изучения.

Реализовать антропологический подход в физкультурном образовании означает:

- установить взаимосвязь и соотношение компонентов физкультурного образования (процессов обучения, воспитания и развития);
- выявить основные направления и методы диагностики телесно-душевно-духовных составляющих личности;
- разработать программу, предусматривающую единство обучающихся, воспитывающих и развивающих воздействий;
- установить особенности взаимодействия внешних (семья, школа, улица) и внутренних (природоданных) факторов и условий образования личности.

К внешним факторам относятся – потребность социума; семья; макро- и микросреда; противоречия педагогического процесса. К внутренним

факторам относят – тип личности; потребность личности; направленность личности; личностный идеал.

Основными требованиями к реализации антропологического подхода являются:

- смысловое и процессуальное единство и последовательность между целями, задачами, содержанием, формами организации и методами физкультурного образования личности;

- взаимосвязь и оптимальное соотношение обучающихся, воспитывающих и развивающих воздействий, то есть разработанность содержания;

- включение в процесс физкультурного образования всех субъективных и объективных факторов формирования личности;

- направленность физкультурного образования на самообразование; управления на самоуправление;

- систематический контроль и мониторинг динамики показателей физической культуры личности.

Культурологический подход рассматривается как способ организации и реализации физкультурного образования, в основе которого – целесообразно построенная деятельность по приобщению к культуре и трансляции ее ценностей в субъекта образования.

В основе культурологического подхода может быть рассмотрен принцип культуросообразности Ф.В. Дистервега, современное учение «диалога культур», теория творчества.

Главное требование культурологического подхода заключается в обязательном учете уровня и особенностей культуры как личности, так и общества в целом, а также требование овладения деятельностью и ее реализации на творческом уровне.

Суть основной идеи культурологического подхода заключается в том, что приобщение личности к культуре осуществляется через ее ориентацию в культурных ценностях, а сам процесс формирования личности – через

усвоение культурных ценностей. Иными словами – формирование личности будет тем эффективнее, чем в большей степени оно опирается на ценности культуры нации, страны, мировой цивилизации.

Таким образом об образованности (в том числе и физкультурной) личности можно судить: по степени ее приобщенности и отношения к ценностям культуры; по качественно - количественным показателям усвоенности культурных ценностей (к ним в самом общем смысле можно отнести: усвоенность культуры; рефлексивное отношение к личности как ценности; ориентация личности в мире ценностей; отбор и присвоенность ценностей для себя и социума; руководство ценностными ориентациями в повседневной жизни).

В любом образовательном учреждении процесс физкультурного образования должен носить социокультурный и в известной мере поэтапный характер, что означает:

- формирование интереса к ценностям физической культуры;
- выработку установки (направленности) на присвоение ценностей культуры физической;
- ориентацию учащихся в мире ценностей вообще и физической культуры в частности;
- нахождение взаимосвязей ценностей физической культуры с обще-социальными ценностями (здоровье, добро, красота, человек, Отечество);
- формирование цели и задач культуuroобразующей деятельности;
- овладение духовными ценностями социума в физкультурно-спортивной деятельности.

На основании вышеизложенного можно определить следующие основные педагогические требования культуuroлогического подхода:

- рассмотрение физкультурного образования как процесса приобщения к обще-социальным и физкультурным ценностям (суть данного требования заключается в следующем: и развитие культуры и развитие личности возможно только в деятельности и на основе включенности личности в

социокультурное пространство, культурные ценности);

- организация физкультурного образования как процесса трансляции ценностей культуры в субъекта образования (необходимо отобразить культурные ценности, способствующие обучению, воспитанию, и развитию личности и на этой основе определить виды физкультурно- спортивной деятельности, этапы ее реализации, методы, формы, принципы усвоения культурных ценностей);

- видение человека – личности главным субъектом культуры (человек – основной потребитель, творец и «транслятор» ценностей культуры);

- создание социокультурной среды, обеспечивающей «вхождение» личности в мир ценностей (среда, окружение – один из основных факторов обучения, воспитания и развития личности направленным использованием ценностей культуры);

- создание условий для «диалога культур» (привлечение к физическому образованию ценностей иных культур (материальных, духовных, художественных) и особенно национальных.

Комплексный подход рассматривается как способ познания и организации физкультурного образования, предусматривающий всестороннее воздействие на многогранную природу личности и ее целостность (тело – душа - дух).

Этот подход особо значим в практике образования вообще и физкультурного в частности, так как, в сущности нет деятельности (в практике образования), которая бы столь эффективно могла бы быть смоделирована для комплексного воздействия на социобиологические составляющие личности.

Комплексный подход в физкультурном образовании, в аспекте его позитивной сущности позволяет:

- раскрыть перед личностью учащегося его телесный (физический) и духовный потенциал (познай себя);

- обеспечить целостное формирование личности (нравственная,

трудова́я, интеллектуальная, эстетическая, экологическая и др.);

- способствовать реализации системного подхода к организации и управлению физкультурным образованием;
- обеспечить единство обучения, воспитания и развития личности;
- осуществлять взаимодействие всех факторов формирования личности (наследственность, семья, социальные институты и т.п.).

Таким образом, рассматривая сущностные положения комплексного подхода в физкультурном образовании, выделяют следующие его функции:

- воспитательную, связанную с нравственным, эстетическим, трудовым, интеллектуальным и физическим воспитанием;
- обучающую, которая определяет направленность физкультурно-спортивной деятельности на становление системы двигательных умений и навыков, знаний в сфере физической культуры;
- развивающую, обеспечивающую физическое и психическое развитие личности;
- интегративную, определяющую единство и взаимосвязь структурных компонентов педагогического процесса (целевой, содержательный, операционно - деятельностный и оценочно - результативный), физкультурного образования и личности.

Все вышеизложенное позволяет определить следующие основные требования, предъявляемые к комплексному подходу:

- обеспечить единство и взаимосвязь целей, задач, содержания, форм и методов обучения, воспитания и развития личности;
- включенность в педагогический процесс физкультурного образования всех необходимых объективных (наследственность, среда, сам процесс образования, семья, коллектив и т.п.) и субъективных (мотивы, потребности, цели, идеалы и т.п.) факторов становления личности;
- создание педагогических условий для успешного проявления факторов обучения, воспитания и развития личности.

Под дифференцированным подходом в физкультурном образовании

понимается специфический способ организации образовательного процесса с каждой из выявленных групп учащихся в соответствии с их возможностями, что позволяет достигать оптимального уровня физического воспитания, развития и физической подготовленности, а также соответствующего объема знаний, умений и навыков.

Суть основных идей дифференцированного подхода состоит в следующем:

- организация и реализация педагогических воздействий должны строиться с учетом и на основе особенностей и различий личности обучаемых;

- индивидуализация процесса образования отражает этапы возрастного развития личности;

- дифференциация образования создает предпосылки для развития интересов, специальных способностей личности, мотивации и отношений к процессу образования.

Реализовать дифференцированный подход в физкультурном образовании означает:

- установить индивидуальные отличия, отражающие достигнутый уровень теоретической образованности и физической подготовленности личности, как исходный уровень для дальнейших развивающих воздействий;

- выявить характерные особенности протекания сенсо-моторных, эмоционально-волевых, интеллектуальных процессов организма обучающихся;

- придать процессу физкультурного образования динамичный, непрерывный характер, коррегируемый с учетом этапов возрастного развития личности;

- определить уровни усвоения теоретических и практических знаний обучающихся как их личностное достояние для достижения какой-либо цели в определенной области человеческой деятельности.

Основные требования к реализации дифференцированного подхода в

физкультурном образовании заключаются в следующем:

- обеспечить единство обучающих, воспитывающих и развивающих процессов, направленных на раскрытие индивидуальных особенностей и способностей обучающихся;

- учет в практике физкультурного образования всех факторов внешней среды обитания обучающихся и их внутренних психофизиологических, функциональных и физических кондиций;

- возможность использования результатов тестирования для коррекции индивидуальных программ обучения, воспитания и развития.

1.5. Технологический уровень методологии познания

Развитие образовательных процессов, опыт педагогических инноваций, результаты психолого-педагогических исследований вызывают необходимость их обобщения и систематизации, механизмом которого может служить технологический подход, применение понятия «технология» к сфере образования.

К настоящему времени не сложилось однозначного толкования «педагогическая технология», образовательная технология иногда понимается узко – как технология учебного процесса. В зарубежной литературе имеются близкие написания: «technology in education» («технологии в образовании»), «technology of education» («технологии образования»), «educational technology» («педагогические технологии»).

В понимании и употреблении термина «педагогическая технология» существуют большие разночтения, среди которых можно выделить четыре позиции.

Педагогические технологии как производство и применение аппаратуры, учебного оборудования и ТСО для учебного процесса. Педагогическая технология включает «от мела и классной доски» (Р. де Киффер) до «всех вещей, которые можно включить в розетку в стене» (М. Мейер).

Педагогическая технология - совокупность психолого-педагогических установок, определяющих специальный набор и компоновку форм, методов, способов, приемов обучения, воспитательных средств; она есть организационно-методический инструментарий педагогического процесса (Б.Т. Лихачев).

Педагогическая технология – это новый тип средств обучения (С.А. Смирнов).

Педагогическая технология – совокупность средств и методов воспроизведения теоретически обоснованных процессов обучения и воспитания, позволяющих успешно реализовать поставленные образовательные цели («Российская педагогическая энциклопедия»).

В глоссарии терминов по педагогическим технологиям (Париж, ЮНЕСКО, 1986) указано, что в первоначальном смысле педагогическая технология означает использование в педагогических целях средств, порожденных революцией в области коммуникаций, таких, как аудиовизуальные средства, телевидение, компьютеры и другие виды.

Вторую позицию представляют Б. Скиннер, С. Гибсон, М. Жиллет, Т. Сакамото, В. Хаг. Они считают, что педагогическая технология – это процесс коммуникации или способ выполнения учебной задачи, включающий применение бихевиористской науки и системного анализа для улучшения обучения.

Педагогическая технология – это систематическое использование людей, идей, учебных материалов и оборудования для решения педагогических проблем (С. Гибсон).

Педагогическая технология - это содержательная техника реализации учебного процесса (В.П. Беспалько).

Технология обучения - это составная процессуальная часть дидактической системы (М.А. Чошанов).

Педагогическая технология - это строго научное проектирование и точное воспроизведение гарантирующих успех педагогических действий

(В.А. Сластенин).

Педагогическая технология - это продуманная во всех деталях модель совместной педагогической деятельности по проектированию, организации и проведению учебного процесса с безусловным обеспечением комфортных условий для учащихся и учителя (В.М. Монахов).

Педагогическая технология - это оптимальный способ действия (достижения цели) в заданных условиях (А.М. Кушнир).

Технология обучения – это способ реализации содержания обучения, предусмотренного учебными программами, представляющий систему форм, методов и средств обучения, обеспечивающую наиболее эффективное достижение поставленных целей (А.Я. Савельев).

Представители третьей позиции (М. Эраут, Р. Стакенас, Р. Кауфман, Д. Эли, С. Ведемейер) рассматривают педагогическую технологию как обширную область знания, опирающуюся на данные социальных, управленческих и естественных наук.

Педагогическая технология есть быстро развивающаяся область знания, междисциплинарный конгломерат с элементами а) бихевиористской психологии, б) социальной философии, в) техники, г) теории коммуникации, д) аудиовизуального образования и е) кибернетики (С. Ведемейер).

Технология обучения (педагогическая технология) - новое направление в педагогической науке, которое занимается конструированием оптимальных обучающих систем, проектированием учебных процессов (П.И. Пидкасистый).

Образовательная технология – это система, включающая представление об исходных данных и планируемых результатах обучения, средства диагностики текущего состояния обучаемых, набор моделей обучения и критерии выбора оптимальной модели обучения для данных конкретных условий (В.В. Гузеев).

Четвертая позиция представляет многоаспектный подход и предлагает рассматривать несколько значений педагогической технологии

одновременно (Д. Финн, А. Ламсдейн, П. Митчел, Р. Томас).

Педагогическая технология означает системную совокупность и порядок функционирования всех личностных, инструментальных и методологических средств, используемых для достижения педагогических целей (М.В. Кларин).

Педагогическая технология есть комплексный интегративный процесс, включающий людей, идеи, средства и способы организации деятельности для анализа проблем и планирования, обеспечения, оценивания и управления решением проблем, охватывающий все аспекты усвоения знаний (К.Н. Силбер).

Педагогическая технология – это системный метод создания, применения и определения всего процесса преподавания и усвоения знаний с учетом технических и человеческих ресурсов и их взаимодействия, ставящий своей задачей оптимизацию форм образования (ЮНЕСКО).

Обобщая представленные позиции, прежде всего, необходимо исходить из наиболее общего, метапредметного понимания технологии как научно и/или практически обоснованной системы деятельности, а технологический подход к обучению, должен предусматривать точное инструментальное управление учебным процессом и гарантированное достижение поставленных учебных целей.

Главный признак технологии – законосообразность, в котором, по мнению М.Я.Виленского, должны реализовываться законы обучения, воспитания и развития личности.

В структуру педагогической технологии входят:

- концептуальная основа;
- содержательная часть обучения;
- процессуальная часть.

Технологический уровень методологии познания физкультурного образования является, преимущественно методическим и отражает совокупность частных методик и технологий организации и реализации

процесса физкультурного образования. Данный уровень позволяет обеспечивать получение достоверных данных об объекте изучения и определяет организацию деятельности.

Технологический подход к физкультурному образованию позволяет:

с большей определенностью предсказывать результаты и управлять педагогическими процессами;

анализировать и систематизировать на научной основе имеющийся практический опыт и его использование;

комплексно решать образовательные и социально-воспитательные проблемы;

обеспечивать благоприятные условия для развития личности;

уменьшать эффект влияния неблагоприятных обстоятельств на человека;

оптимально использовать имеющиеся в распоряжении ресурсы;

выбирать наиболее эффективные и разрабатывать новые технологии и модели для решения возникающих социально-педагогических проблем.

К основным характеристикам педагогической технологии физкультурного образования следует отнести: системность; концептуальность; научность; интегративность; гарантированность результата; воспроизводимость; эффективность; мотивированность; новизну; информационность; оптимальность; возможность переноса в новые условия; доступность обучения.

В отличие от методики особенности педагогической технологии состоят в следующем:

- проектирование обучения осуществляется не на основе обобщения опыта, а на основе научного познания образовательной практики;

- технология отличается устойчивостью результатов независимо от факторов и условий обучения;

- технология ориентируются на заданные и четко описанные, а не предполагаемые результаты обучения.

ГЛАВА 2. МЕТОДОЛОГИЧЕСКИЕ ПОДХОДЫ К МОДЕЛИРОВАНИЮ ФИЗКУЛЬТУРНОГО ОБРАЗОВАНИЯ

2.1. Общий подход к моделированию сложных систем

Основы теоретической разработки и методологического обоснования моделирования физкультурного образования строятся на диалектическом методе познания реальной действительности, базисных положениях общенаучного системного подхода, современных концепциях дидактики, опирающиеся на достижения отечественной и зарубежной педагогической науки в сфере развивающего обучения и системно-деятельностных основ управления педагогическим процессом обучения, воспитания и развития, а также на современных аспектах концепций культурологического, деятельностного и личностного подходов, имеющих предметно-педагогическое значение и гуманистическую направленность.

Понятие «моделирование» в науке трактуется как исследование каких-либо явлений, процессов, систем на основе построения и изучения их моделей, как заменителей объектов, для уточнения их характеристик. На основе моделирования базируется любой метод научного исследования, как теоретического, так и экспериментального свойства (217, с.39).

Моделирование представляет собой линейку последовательно выполняемых операций: конструирование или выбор модели на основе предварительного изучения объекта и выделение его сущностных характеристик; исследование модели и ее коррекция; интерпретация знаний о модели и включение их в содержание теории; идеализация и оперирование идеальным объектом и получение теоретических знаний.

В педагогике различают модели текстовые и графические при этом они могут быть различных рангов и классов: модели – подобию, модели – аналогии, структурные и функциональные, дедуктивные и индуктивные, формальные, логические, Логико-математические и другие.

Как отмечает В.В.Давыдов, модель объединяет общие моменты, раскрывающие ценность и содержание изучаемого явления:

- модель является средством научного познания;
- модель-заменитель реального предмета или явления, который в каком-то отношении более удобен для изучения;
- модели охватывают только те свойства прототипа, которые существенны в данной ситуации и которые являются объектом исследования;
- модели однозначно соответствуют оригиналу.

В.В.Краевский трактует модель как «систему элементов, воспроизводящую определенные стороны, связи, функции предмета исследования» и предлагает рассматривать структуру ее движения. Состояние системы он представляет как всю совокупность сторон, характеризующих ее в определенный момент осуществления, а динамику как переход из одного состояния в другое (109, с.18).

Л.В.Мардахаев под моделью понимает мыслительный или условный образ, аналог какого-либо объекта, процесса или явления, воспроизводящий в символической форме их основные типичные черты; формализованную теорию, на основе которой может быть сделан ряд предположений; символическое изображение структуры, типа поведения и образцов взаимодействия в социальных процессах; стандарт для измерения отклонений реальных процессов от предполагаемых.

В этой связи, в аспектах направленности наших исследований можно согласиться, что модели разрабатываются с учетом следующих целей:

- в качестве средства изучения и совершенствования реальности;
- для апробации или демонстрации новой идеи или метода;
- как средство прогнозирования;
- для анализа исследуемых процессов (108).

Критерии, которым должна удовлетворять модель педагогической системы могут быть представлены следующими характеристиками:

- связность, или целостность, которая предполагает ограничение исследования выделением существенных зависимостей между объективными областями;

- константность, или стабильность, основными признаками которой являются воспроизводимость и технологичность;

- наблюдаемость, то есть необходимость связывать ключевые моменты теоретической модели с реальными эффектами, которые можно фиксировать в изучаемом объекте;

- обозримость – включение в модель минимального, обозримого числа параметров (88).

Моделирование физкультурного образования строится на общих концептуальных подходах, в основе которых лежит понятие, что «под моделью понимается такая мысленно представляемая или материально реализуемая система, которая, отображая или воспроизводя объект исследования, способна замещать его так, что её изучение дает нам новую информацию об этом объекте» (87, с.23).

В общем случае поиск лучшего решения проблемы начинается с определения и упорядочения целей исследования или условий функционирования системы, при которых возникла данная проблема. В настоящее время традиционно сложившаяся система физического воспитания не отвечает главной цели образования – способствовать формированию личности и её культуры, что и явилось отправным моментом для обоснования и разработки структуры и содержания физкультурного образования на основе структурно - функционального моделирования и программно- содержательного обеспечения данного процесса.

Для эффективного и рационального моделирования физкультурного образования, следует принимать во внимание, что изучение любой системы осуществляется, как правило, в трех основных направлениях:

- внутреннем – исследование состава (компонентов) и строения

(связей) системы;

- динамическом – ее возникновение, развитие, преобразование, эволюция;

- поведенческом – ее функционирование (33).

При решении вопросов моделирования физкультурного образования нами учитывались, во-первых, процесс подготовки структурно-функциональной модели и программно-содержательного наполнения процесса физкультурного образования, и, во-вторых, различные проблемы, возникающие при создании и функционировании модели данного процесса.

К числу проблем требующих, на наш взгляд, первоочередного рассмотрения и разрешения относим: разработку новой модели (моделей), выполняющей свои функции лучше по сравнению с имеющейся; улучшение функционирования модели; ликвидацию нежелательных ситуаций, вызванных изменением как внешних по отношению к изучаемой модели факторов, так и внутренних.

Разработка структурно-функциональной модели и программно-содержательного обеспечения процесса физкультурного образования характеризуется наличием определенных логических элементов. Сочетание этих логических элементов в определенной последовательности приводит к системному решению поставленной проблемы. Логические элементы образуют логическую цепь; цель - пути достижения целей - потребные ресурсы.

Модель физкультурного образования (как система) строится из единиц, группировка коих имеют самостоятельное значение: звенья, блоки, подсистемы. Каждая единица является системой низшего порядка (что обеспечивает возможность применения иерархического принципа, позволяющего всегда вести исследование на заданном уровне). Любая система характеризуется по трем направлениям: по особенностям состава элементов, по их числу и по структуре, т.е. по типу связей, объединяющих элементы. Под элементами понимается характеристика единицы,

неспособная существовать без связи с данной единицей (134).

Поскольку важной особенностью внутренней взаимосвязи логических элементов физкультурного образования, а также общенаучных и педагогических подходов к его познанию является их взаимная комплементарность, дополнительность по отношению друг к другу, постольку наибольшую эффективность они приобретают во взаимодействии.

В силу этого сегодня многие ученые (В.И.Андреев, В.А.Беликов, Л.С.Подымова, В.А.Сластенин и др.) применительно к педагогическим системам используют многомерный подход, суть которого заключается в том, что исследование ведется с позиции применения комплекса принципов (подходов) к анализу сторон, стороны или педагогического объекта в целом. В свою очередь вопрос о системном подходе в исследовании общих педагогических проблем в свое время поставили М.А.Данилов, В.С.Ильин, Ю.А.Конаржевский, Ф.Ф.Королев, В.В.Краевский, В.И.Равкин, М.Н.Скаткин и др.

Панкова Т.А. считает, что в педагогической науке наибольшее распространение получили две группы подходов: первая (аксиологический, личностно ориентированный, деятельностный) связана с целевой направленностью образования на развитие личности; вторая (системный, синергический, информационный, технологический) – со структурно-содержательным построением процесса образования (172).

Системный подход является основополагающим принципом многомерного подхода к объекту исследования. В системном подходе интегрируется как принцип общей теории систем, так и принципы раскрытия сущности предмета или явления действительности. Системный подход выступает как способ познания, сама же система является объектом этого познания. По своему месту в иерархии уровней методологии науки он выступает связующим звеном между философской методологией и методологией специальных наук как общенаучный метод анализа любого исследуемого объекта, в том числе и педагогического.

Поэтому основой теоретического обоснования и экспериментального моделирования физкультурного образования явился системный подход, имеющий общенаучный статус и выполняющий специально-методологическую функцию в исследовании систем любого порядка (11,12,33,129,150,205,211,245) и системный анализ, который предшествовал системному подходу и рассматривался как совокупность методологических средств, используемых для подготовки и обоснования решений по сложным проблемам социального, экономического, научно-технического характера (97,101,169,216,273,274). В системном подходе системное видение предмета составляет основу «познавательной технологии» (105), системный анализ же следует рассматривать не как антитезу синтезу, а по существу, как сам системный синтез (56).

Системный анализ в теоретическом плане предполагает общие принципы проведения исследований, направленных на поиск наилучших решений проблемы. В прикладном плане – это поиск решений конкретных практических проблем на основе системной методологии (61, с.122).

В педагогической теории системный анализ необходим, по мнению Г.Н.Серикова, по следующим причинам (210):

- во- первых, учебно- воспитательный процесс выступает как сложная система, которой можно управлять только на основе системного подхода;

- во- вторых, без системного анализа невозможно разработать педагогическую теорию управления учебно-воспитательным процессом, проникнуть в сущность педагогических явлений, выявить связь, смоделировать факторы, условия совершенствования управления и функционирования педагогического процесса;

- в- третьих, образовательная деятельность требует применения методов соответствующих структуре изучаемого объекта. Педагогическому процессу как системе должны соответствовать системные методы;

- в-четвертых, системный анализ и системный подход не только способ познания, но и способ организации и функционирования образовательной

системы.

Опираясь на системный анализ моделирование процесса физкультурного образования, заключается, как правило, в последовательном приближении к требуемым результатам и содержит следующие этапы: постановка задачи, исследование, анализ, предварительное суждение (согласование), окончательное суждение и реализация принятого решения. Таким образом, системный анализ создает предпосылки решения проблемы на системном уровне.

Как верно замечает Б.Ф.Ломов, идея системного подхода не нова. Еще в 1937 году австрийский биолог Л. фон Бергаланфи на философском семинаре Чикагского университета выдвинул «теорию открытых систем и состояний подвижного равновесия, которая по существу является расширением обычной физической химии, кинетики и термодинамики» (31, с.28). Однако выдвинутая теория оказалась для того времени преждевременной и не востребованной. Лишь после войны сложилась общая теория систем.

Согласно концепции Л. фон Бергаланфи, «система есть комплекс элементов, находящихся во взаимодействии» (31, с.12).

Понятие «система» в советской науке удачно описано и раскрыто А.А.Малиновским. По его определению, «основное в системе - наличие определенных связей, меняющихся по форме и обуславливающих включение в систему то одних, то других элементов, при условии сохранения преемственности между элементами и типами связей. Система строится из единиц, группировка коих имеют самостоятельное значение: звенья, блоки, подсистемы. Каждая единица является системой низшего порядка (что обеспечивает возможность применения иерархического принципа, позволяющего всегда вести исследование на заданном уровне). Любая система характеризуется по трем направлениям: по особенностям состава элементов, по их числу и по структуре, т.е. по типу связей, объединяющих элементы. Под элементами понимается характеристика единицы, неспособная существовать без связи с данной единицей» (134). Системный

подход это наиболее общий научный метод решения и теоретических, и практических проблем. В основе системного подхода лежит исследование объектов как систем, он ориентирует на раскрытие объекта и обеспечивающих его механизмов, на выявление многообразных типов связей сложного объекта и сведение их в единую теоретическую картину.

По мнению В.Г.Афанасьева (12, с.46) системный подход – это качественно более высокий, нежели просто предметный способ исследования. Это переход от познания отдельного к общему, от однозначного к многозначному, от абстрактного к конкретному, от одномерного к полимерному, от линейного к нелинейному.

Системный подход, по определению М.С.Кагана, представляет собой конкретное проявление диалектического метода в тех гносеологических ситуациях, когда предметом познания оказываются системные объекты. «Системы начинаются там, где некое множество элементов оказывается так или иначе упорядоченным, образуя определенное целое, свойства которого не сводятся к свойствам составляющих его элементов» (92).

Л.И.Новикова (47, с.5) рассматривает системный подход не только как способ познания, но и как способ мышления, позволяющий рассматривать систему, органично включенную в окружающую среду.

Рассматривая системный подход как совокупность методов, требований В.П.Кохановский к последним, относит следующие:

- выявление зависимости каждого элемента от его места и функций в системе;
- зависимость поведения системы от её структуры и положения элементов в системе;
- учет взаимодействия элементов системы со средой;
- учет степени иерархичности конкретной системы;
- многоаспектное, многостороннее описание системы;
- рассмотрение системы как динамичной, развивающейся целостности (243, с.501).

Применяя системный подход в аспекте рассматриваемой проблемы, справедливо отметить, что он опирается на семь постулатов, предложенных Г.Н.Сериковым, которые раскрываются в следующем содержании.

1. Всякий предмет, явление рассматривается как некая система.

2. Всякая система трактуется как элемент более общей системы (метасистемы). Объединяющим компонентом системы обеспечивающий её преобразование в метасистему является функционирование системы при условии реализации её внешних связей.

3. Всякая система развивается. Вектор системы от стадии зарождения, через стадии становления и зрелости направлены к стадии преобразования системы.

4. Для зарождения и развития всякой системы существуют объективные основания. В преобразовании – это социальный заказ и изначальное состояние той части реальности, которое развивается в целостную систему. Сам социальный заказ выполняет управляющие функции по отношению к системе.

5. Всякой системе присущ генетический аспект. Когда стадия зрелости пройдена, в системе начинают назревать противоречия.

6. Всякая система может быть использована во благо человеку, при этом человек должен сосуществовать с системами, не нарушая их свойств и не мешая исполнению ими их функций.

7. В системном подходе основополагающими методами служат индукция и синтез.

Как всякая методология системный подход руководствуется определенными принципами (13, с.32; 206,с136; 211; 246;248).

Реализация принципов системного подхода в моделировании физкультурного образования позволит избежать одностороннего изучения проблемы, придаст всесторонность и глубину исследования, выявит механизм функционирования и связи взаимодействия элементов системы.

Принцип целостности предполагает, что совокупность предметов,

явлений, входящих в систему, еще не раскрывает её содержания. В системе возникают новые связи между предметами, и они отражают новое качественное её содержание. Принцип целостности – это, прежде всего не сводимость свойств системы к совокупности свойств составляющих её элементов и не выводимость из последних свойств целого, зависимость каждого элемента, свойства и отношения системы от его места, функции, значения внутри целого.

Принцип структурности обеспечивает в физкультурном образовании устойчивые закономерные внутренние связи между его структурными элементами, что определяет надежность функционирования системы в целом. В целом не только структура определяет функцию элемента системы, но и сама функция воздействует на систему: происходит постоянное совершенствование структуры.

Принцип иерархичности системы предполагает упорядоченное взаимодействие между уровнями в порядке от высшего к низшему. Высший уровень предназначен для интегрирующей согласованности всей системы в целом, тогда как низший «специализируется» на выполнении определенного круга функций и используется для получения более детальной и конкретной информации по отдельным сторонам функционирования системы.

Принцип взаимозависимости заключается в установлении связей и свойств физкультурного образования во взаимодействии со средой обитания, характерные признаки которой – участие в создании интегральных свойств системы.

Принцип множественности описания каждой системы предполагает, что в силу достаточной сложности каждой системы, её адекватное познание требует построения и научного обоснования множества различных моделей, каждая из которых описывает определенный аспект системы.

Системный подход характеризуется ведущими понятиями и опирается на определенные положения. Основными положениями в системном подходе являются: система, подсистема, элемент системы, метасистема, структура,

иерархия, целостность, зрелость, стадия.

Физкультурное образование как система призвано способствовать становлению личности и её культуры, в связи, с чем возрастает значение личностного фактора в системных исследованиях.

Так А.В.Петровский связывает системный подход к изучению личности с выделением «системообразующего признака» (183, с.59). По мнению Д.Н.Узнадзе таким системообразующим признаком является фиксированная установка. В свою очередь А.Н.Леонтьев в качестве системообразующей единицы в личности усматривает «личностный смысл», отражающий в её сознании отношение мотива к цели деятельности.

В гносеологическом плане можно выделить два класса систем: материальные и идеальные (концептуальные). Материальные системы, как известно, существуют объективно, независимо от человека, идеальные же системы появляются благодаря научным исследованиям. Специфика последних проявляется в их структурной организации, в способе существования и развития. Идеальные системы, как правило, являются опосредованными, обобщенными отражениями материальных систем в моделях, теориях, понятиях и представлениях человека.

Общий признак системы – наличие некоторого множества элементов. Элементом системы может быть не любая часть исследуемого объекта, а лишь некоторая его существенная часть, имеющая определенное назначение или выполняющая определенную функцию.

Сложная система, по утверждению М.С.Кагана, требует двойного её рассмотрения. Во-первых, она должна быть рассмотрена в её предметном бытии, в статике и, во-вторых, - в динамике её действительного существования. Динамика в свою очередь тоже проявляется двойко: движение системы как функционирование, деятельность и как развитие – возникновение, становление, эволюционирование, разрушение. «Соответственно этому адекватное представление о сложно-динамической системе требует сопряжения трех плоскостей её исследования – предметной,

функциональной и исторической, поскольку они оказываются необходимыми и достаточными для системного подхода» (92).

Физкультурное образование как сложная социальная система и явление объективной действительности рассматривается с позиции закономерностей системного целого, обладающего определенной структурой и взаимодействия (функций) его частей (структурных компонентов), что и образует особую гносеологическую призму анализа или особое измерение реальности (3). Здесь же следует добавить, что целостность физкультурного образования определяется как «обобщенная характеристика объектов, обладающих сложной внутренней структурой» (248, с.763), а наиболее характерными свойствами целостной системы является приобретение, ею новых интегративных качеств, не сводящихся к сумме свойств и качеств, присущих отдельно взятым компонентам системы. Целостность физкультурного образования придает ему новые свойства, к числу которых относится преемственность всех звеньев образования. Моделирование физкультурного образования строится на общих концептуальных подходах, в основе которых лежит понятие, что «под моделью понимается такая мысленно представляемая или материально реализуемая система, которая, отображая или воспроизводя объект исследования, способна замещать его так, что её изучение дает нам новую информацию об этом объекте» (87, с.23).

Каждая система имеет две составляющие: компонентный состав и структуру как систему связей между компонентами. Иными словами, понятия «система» и «структура» могут рассматриваться как равно масштабные, поскольку «не существует бесструктурных систем и внесистемных структур» (91, с.89).

Структурно-функциональная характеристика системы физкультурного образования строится на основе выделения в ней структурных компонентов и определения их функций относительно друг друга; предполагает рассмотрение системно-компонентного, системно-структурного, системно-функционального, системно-интегрального и системно-исторического

(генетического) аспектов к образованию структуры и формированию функций какой-либо системы.

Суть системно-компонентного аспекта состоит, прежде всего, в правильном определении исходных компонентов системы физкультурного образования и их свойств. Это необходимо: во-первых, потому-что без исходных компонентов структуры не предоставляется возможным построение мегаструктуры системы; во-вторых, это позволит подвергнуть системно-структурному анализу (синтезу) компоненты низлежащих уровней; в-третьих, выявлять взаимодействие компонентов между собой и с мегасистемой.

Структурность системы означает определенную совокупность устойчивых связей рассматриваемого объекта, обеспечивающих его целостность и тождественность самому себе (сохранение основных свойств-функций и качеств, при возможных внешних и внутренних изменениях) (248). Кроме того, структурность рассматривается как некоторая организация системы, облегчающая описание её функций; в данном случае структура определяет функции каждого элемента системы, и в то же время функции способствуют совершенствованию системы на основе установления причинно-следственных связей между элементами в, целостной мегасистеме. Отображение структуры в системно-структурном аспекте выступает главной, интегративной характеристикой содержания знания об объекте, позволяющий предсказывать свойства системы, осуществлять ее синтез с заранее заданными свойствами, функциями. Объяснять поведение системы на основе знания её механизмов, статических и динамических структур.

Системно-функциональный аспект предполагает описание функционирования системы физкультурного образования как целого, а также её поведения во внешней среде. В этом случае важно знать структуры, законы взаимодействия компонентов и подсистем, взаимозависимости свойств компонентов и интегральных функций целого,

взаимодействия с другими системами и факторами внешней среды (среды обитания), потому - что не разобравшись в их взаимодействии, нельзя понять и объяснить развитие системы (2).

Системно-интегральный аспект предусматривает, что каждый объект – система физкультурного образования многогранен и является предметом изучения, как правило, разных наук, что образует некую, полисистемность в теории системного подхода. В этой связи необходимо преобразование, конструирование модельных объектов-систем; постоянный их синтез в целостно-интегральный образ.

Системно-исторический (генетический) аспект, структурно-функционального моделирования состоит в создании теории развивающихся систем и предусматривает, что компонентами структуры могут быть не только статические вещи, но и свойства, состояния, связи и отношения, фазы, этапы, циклы и уровни функционирования и развития. На основе раскрытия возможных способов преобразования одних систем в другие, условий и законов их реализации и взаимодействия можно системно описать сам процесс развития и построить новую развивающуюся систему (236).

Реализуя методологические возможности структурно-функционального подхода возможно системное видение объекта, что, в свою очередь, определяет основу системных механизмов познания. Осуществление механизмов познания обеспечивает единство абстрактного и конкретного, анализа и синтеза, логического и генетического; позволяет выявить в объекте разнохарактерные связи, функции и их взаимодействие: осуществить синтез структурно-функциональных представлений об объекте (33, 129, 150, 205, 211).

При исследовании социальной системы любого уровня, любой степени сложности, к которой по праву можно отнести и систему физкультурного образования, необходимо учитывать, по меньшей мере, следующие четыре составляющие:

- объективно существующую систему (систему-объект), являющуюся источником системного научного знания;

- теоретическую научную систему, отражающую объективные свойства системы-объекта и учитывающую специфический ракурс рассмотрения этих свойств;

- движение теоретической системы в направлении все более адекватного отражения объективно существующей системы, которая и сама находится в динамике, в процессе непрерывного развития и совершенствования;

- практику как исходный пункт познания, его основу и критерий истинности, как сферу использования знаний о рассматриваемой системе (12, с.3).

Постановка проблемы моделирования физкультурного образования вызывает необходимость обоснования содержания, средств и методов данного процесса, что позволяет:

- установить взаимосвязь социальной сущности физкультурного образования с ценностями физической культуры; культурологическим, психолого-педагогическим, физиологическим содержанием;

- определить основные понятия, входящие в категорию «физкультурное образование»; обосновать действенность использования средств и методов физкультурного образования.

Обоснование приемов и содержания физкультурного образования дает возможность рассматривать его не только с точки зрения сформированности двигательных действий, но и с точки зрения культурологических тенденций, предусматривающих комплексное освоение человеком внешнего (социальных явлений, духовности) и внутреннего мира (биологической природы, телесности) в смысле его формирования и развития как личности в связи с подготовкой и участием в социально значимых видах деятельности

Таким образом, системный подход, не претендуя на строгую методологическую концепцию, позволяет всесторонне и полно раскрыть структурно-содержательную основу физкультурного образования.

Развитие системы, личности ее интересов происходит только в деятельности. В научном исследовании деятельность выступает как философская категория, отражающая состояние бытия, а деятельностный подход – как способ познания этого бытия с позиций движения, развития, взаимодействия. Поэтому необходим деятельностный подход как принцип изучения функционирования системы физкультурного образования.

Деятельность рассматривается как одна из ведущих категорий в философии. Вместе с тем, деятельность – один из признаков функциональной системы. В научном исследовании деятельность выступает как философская категория, отражающая состояние бытия, а деятельностный подход – как способ познания этого бытия с позиций движения, развития, взаимодействия.

Понятие деятельности разрабатывалось с античных времен в идеалистической философии и особенно глубоко в немецкой классической философии (50, с.6).

В работах Гегеля по диалектической логике были описаны всеобщие схемы деятельности, ее историческое развитие в процессе преобразования человеком природы и самого себя.

К.Маркс, рассматривал труд как преобразовательную деятельность человека, отмечал и преобразование человека в такой деятельности: «...Воздействуя на природу и изменяя ее, человек в то же время изменяет и свою собственную природу» (140, с.188).

Деятельность – основная форма активности человека, условие его развития. К числу важнейших функций деятельности следует отнести интегративно-преобразующую. В процессе деятельности преобразуется объект и субъект деятельности, происходит их взаимодействие, взаимосвязь, установление новых интегративных отношений.

Концептуально-теоретическая основа современной теории деятельности предполагает: любая человеческая деятельность носит интегрированный целостный характер обусловленный временем (А.Н.Леонтьев, 1975; Б.Г.Ананьев,1977; В.К.Бальсевич с соавт., 1997; В.С.Фомин с соавт., 1984).

Базисной основой концепции является теория построения движений Н.А.Бернштейна (1947), существенно дополненная теорией функциональных систем П.К.Анохина (1980), которая представляет собой систему активно объединенных объектов, которые раз объединившись, стремятся сохранить созданную архитектуру соотношений. Системообразующим и стимулирующим фактором развития, которой служит конечный результат.

В физкультурно-спортивной деятельности данная теория нашла отражение в работах А.В.Дёмина с соавт. (1975); А.А.Новикова с соавт. (1976, 1983); Р.А.Пилюян (1985, 1987) и в частности, на отдельных видах спорта: - настольный теннис, (Г.В.Барчукова, 1982), - футбол (А.П.Золотарев, 1997); (А.В.Суворов, 1997), - бокс (Ю.Б.Никофоров, 1987), - фехтование (Д.А.Тышлер с соавт., 1993), - гандбол (В.Я.Игнатьева, 1995).

Таким образом, моделирование физкультурного образования, осуществленное на основе структурно-функционального подхода, позволяет выявить множество разнохарактерных связей и функций внутри исследуемого объекта и свести их в целостное единство внешнего проявления, исключающего односторонность в познании и оценке сложного и социально востребуемого явления-объекта, каковым является как процесс физкультурного образования, так и результирующая его сторона – базовая культура личности учащейся молодежи.

Более того, сам процесс физкультурного образования и эффективность его протекания обеспечивается посредством реализации структурно-функциональной модели. Последняя – а) необходимо связана с концептуально значимыми компонентами теоретических моделей, вскрывающих и воспроизводящих социально-личностную природу феномена физкультурного образования, и б) спроектирована на основании закономерностей и принципов, обеспечивающих самодостаточность и внутреннюю сбалансированность взаимодействия ее подструктур в границах функционирования и развития.

Принципиальная структурно-функциональная модель физкультур-

ного образования (рис. 1.) имеет основную и характерную направленность – содействовать становлению физической культуры личности.

Представленная структурно-функциональная модель физкультурного образования предусматривает реализацию, прежде всего следующего комплекса её функций:

- общекультурных и ценностно-ориентационных, обеспечивающих овладение основами знаний о ценностях физической культуры и направленном их использовании для становления компонентов базовой культуры личности;

- специфических, способствующих освоению двигательного опыта, совершенствованию физических и личностных качеств необходимых для реализации основных форм жизнедеятельности человека;

- внутренних, служащих основой взаимосвязи компонентов, физической культуры личности.

Основными системообразующими элементами модели физкультурного образования являются:

- социальная и личностная потребность восполнения и воспроизводства культурного потенциала общества за счет сформированности физической культуры личности;

- характерные общие цели и частные задачи структурных элементов целостной модели физкультурного образования, которые в различной мере представлены в программно-содержательном обеспечении и в различной степени способствуют формированию компонентов физической культуры личности;

- методологические основы процесса физкультурного образования, включающие понятийно-категориальный аппарат, функции, аспекты, способы подбора видов физкультурно-спортивной деятельности;

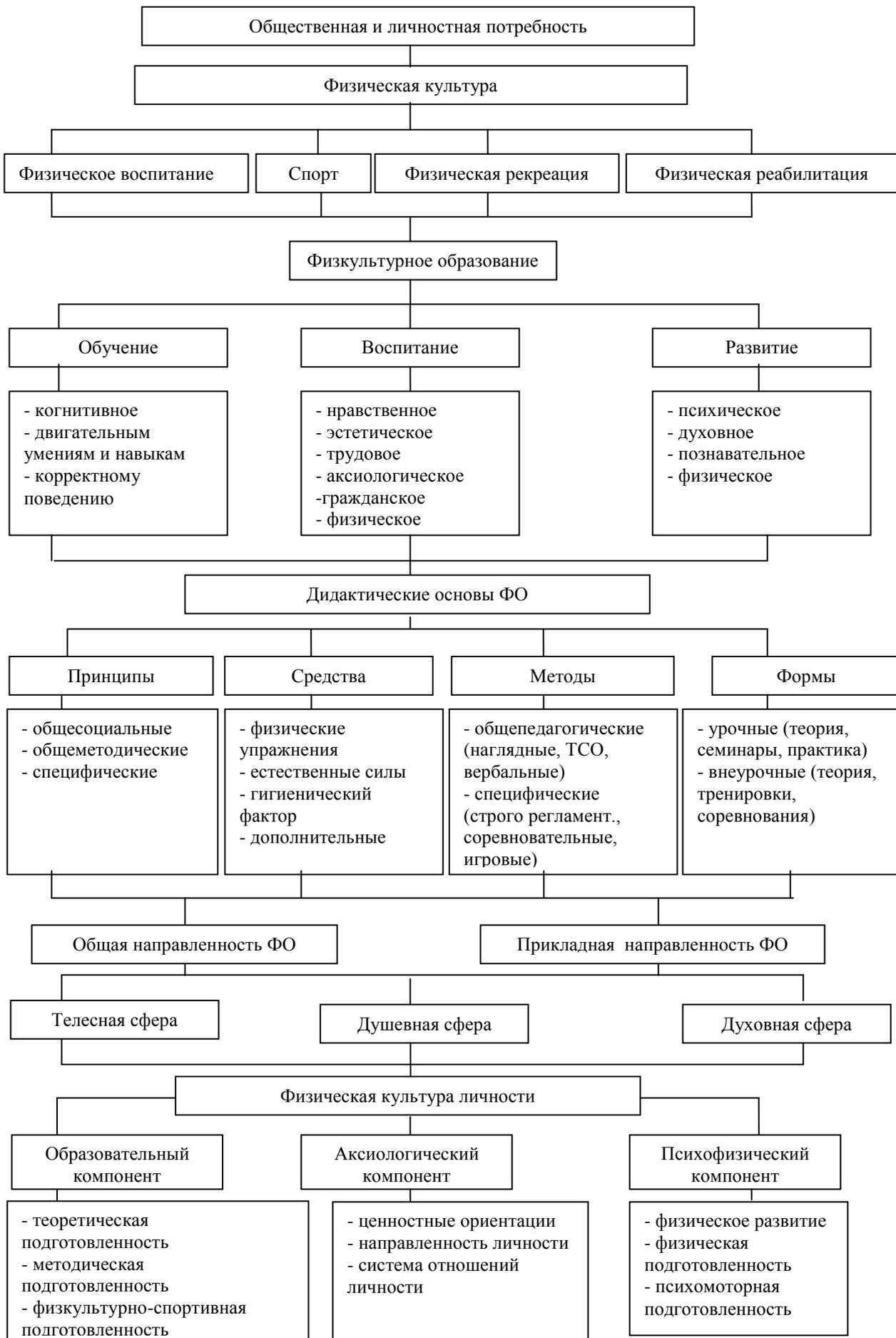


Рисунок 1. Структурно-функциональная схема физкультурного образования

- дидактические основы процесса физкультурного образования (принципы, средства, методы, формы организации), реализация которых обеспечивает целенаправленность педагогических воздействий на телесно-душевно-духовную сферу человека и на этой основе – сформированность физической культуры личности;

- особенности целостного учебно-воспитательного процесса различных образовательных учреждений.

Культурологическая тенденция физкультурного образования отражает комплексное освоение обучающимся внешнего (социальных явлений, духовности) и внутреннего мира (биологической природы, телесности) в смысле его формирования и развития как личности в связи с подготовкой и участием в социально значимых видах деятельности.

Совокупный процесс физкультурного образования реализуется через составные части физической культуры: физическое воспитание, спорт, физическую рекреацию, физическую реабилитацию, каждая из которых призвана удовлетворять определенный круг личностных и общественных потребностей.

Физическое воспитание мы рассматриваем как процесс формирования потребности в занятиях физическими упражнениями с целью и в интересах развития личности, выработке положительных установок в отношении к физической культуре, ценностных ориентаций, убеждений, привычек, наклонностей.

К числу основных задач физического воспитания можно отнести:

1. На всех этапах физкультурного образования обеспечить оптимальное развитие присущих человеку физических качеств и двигательных способностей, гарантирующих эффективность его деятельности.

2. Способствовать на всем протяжении освоения физкультурного образования сохранению и укреплению здоровья обучающегося, совершенствованию его телосложения.

3. Обеспечить оптимальный уровень сформированности

индивидуального фонда двигательных умений и навыков, обеспечивающих жизнедеятельность обучающегося, довести их до необходимой степени совершенства.

4. Обеспечить на всех этапах образовательного процесса обязательный минимум знаний основ физкультурного образования, отражающих его общие и специальные компоненты.

5. Способствовать воспитанию позитивных качеств характера, эстетических потребностей личности.

Спорт понимается как собственно-соревновательная деятельность, специальная подготовка к ней, межчеловеческие отношения складывающиеся на основе и в процессе этой деятельности.

Главными образовательными задачами спорта являются:

1. Обеспечение высокой физической и функциональной подготовленности спортсмена, как критерия успешности выступления в спорте, обеспечение их преемственности при переходе из низшего на высший уровень подготовленности.

2. Сохранение и укрепление здоровья спортсменов на протяжении всего периода его обучения.

3. Обеспечение высокого уровня психологической, личностной подготовленности, волевых качеств.

4. Доведение до высокой степени совершенства технических характеристик двигательных действий спортсмена, создание широкого фонда тактических умений и действий.

5. Воспитание позитивных черт характера, обеспечивающих гуманную, неантогонистическую направленность конкуренции в спорте.

Физическая рекреация рассматривается как средство активного отдыха, переключения с одного вида деятельности на другой, отвлечения от обычных видов учебной и повседневной деятельности является «контрастной» формой двигательной активности по отношению к предшествующей деятельности.

Основными задачами физической рекреации являются:

1. Обеспечение высокого уровня физического, психического и социального здоровья занимающихся.

2. Умение своевременно и адекватно применять восстановительные мероприятия, обеспечивающие поддержание оптимального состояния работоспособности занимающихся.

Физическая реабилитация как целенаправленный процесс использования средств и методов физической культуры для восстановления или компенсации частично или временно утраченных двигательных функций, лечения травм и их последствий, отклонений в состоянии здоровья реализуется, как правило, на занятиях в специальных медицинских группах и тесно связана и взаимодействует с лечебной физической культурой.

Основными задачами физической реабилитации являются:

1. Профилактика возникновения и прогрессирования отклонений в состоянии здоровья, заболеваний.

2. Восстановление и компенсирование кондиционного состояния и трудоспособности.

Реализация структурно-функциональной модели физкультурного образования обусловлена их программно-содержательным обеспечением табл. 1, главной методологической особенностью которого является соблюдение инвариантности, компонентов физической культуры личности при необходимой модернизации процессов и видов физкультурно-спортивной деятельности в образовательных учреждениях различных типов.

Не смотря на определенную разрозненность содержания физкультурного образования в различных образовательных учреждениях в общем случае учебный материал реализуется через следующие разделы и подразделы программно-содержательного обеспечения физкультурного образования:

- теоретический, формирующий мировоззренческую систему научно-практических знаний и отношений к физической культуре;

Таблица 1

Основы программно-содержательного обеспечения физкультурного образования студенческой молодежи

Содержание	Семестр							
	1	2	3	4	5	6	7	8
1. Теоретическая подготовка	8	8	2	4	–	2	–	2
2. Методико-практическая подготовка	6	8	6	8	2	4	–	2
3. Легкая атлетика и кроссовая подготовка	4	4	4	4	2	2	2	2
4. Лыжная подготовка	–	10	–	10	6	–	6	–
5. Спортивные игры	8	8	8	8	4	4	4	4
6. Плавание	10	–	10	–	4	–	4	–
7. Гимнастика	8	8	8	8	–	–	–	–
8. Атлетическая гимнастика	6	6	6	6	6	6	6	6
9. Фитнес	6	6	6	6	6	6	6	6
10. Контрольный раздел	9	9	9	9	5	5	5	5

- практический, состоящий из двух подразделов: методико-практического, обеспечивающего операциональное овладение методами и средствами физкультурно-спортивной деятельности для достижения учебных, профессиональных и жизненно важных целей личности, и учебно-тренировочного, содействующего приобретению опыта творческой практической деятельности, развитию самостоятельности в физической культуре и спорте в целях достижения физического совершенства, повышения уровня функциональных и двигательных способностей, направленного формирования качеств и свойств личности;

- контрольный, определяющий дифференцированный и объективный учет процесса и результатов учебной деятельности занимающихся. (51, с.65).

Основное содержание раздела «Теоретическая подготовка»

Содержание раздела ориентировано на осознание роли и личностного

значения физкультурного образования в становлении физической культуры личности. Материал раздела предусматривает овладение занимающимися системой научно-практических и специальных знаний, необходимых для понимания природных и социальных процессов функционирования физической культуры общества и личности, умения их адаптированного творческого использования для личностного и профессионального развития, самосовершенствования, организации здорового образа жизни при осуществлении учебной, профессиональной и социокультурной деятельности.

Данный раздел включает: основные понятия и термины; ведущие научные идеи; основные закономерности, теории, принципы, положения, раскрывающие сущность явлений и процессов в физической культуре и физкультурном образовании, объективные связи между ними; тематическую информацию и научные факты, объясняющие и формирующие убеждения; рекомендации по использованию полученных знаний и приобретения опыта в занятиях избранным видом спорта или системой физических упражнений.

Теоретический материал строится таким образом, чтобы сформировать знания о собственном организме, способах его совершенствования в интересах дальнейшего становления и жизнеобеспечения, о возможностях человека на пути становления его как личности и роли физкультурной активности в этом становлении, о ценностях физкультурной деятельности «для себя».

Содержание обязательного раздела теоретического материала дополняется сведениями об избранном виде спорта (для учебных групп, занимающихся преимущественно каким-либо видом спорта).

Теоретический материал преподносится в лекционной форме, с обязательным использованием семинарских занятий (методико-практического характера) и контролем за уровнем усвоения.

Содержание раздела теоретической подготовки отражает комплексное освоение занимающимся внешнего (социальных явлений, духовности) и

внутреннего мира (биологической природы, телесности) в смысле его формирования и развития как личности в связи с подготовкой и участием в социально значимых видах деятельности.

Практический раздел

Учебный материал раздела направлен на повышение уровня функциональных и двигательных способностей, формирование жизненно важных качеств и свойств занимающихся, на овладение методами и средствами физкультурно-спортивной деятельности, на формирование личностного опыта, обеспечивающего возможность самостоятельно, целенаправленно и творчески использовать ценности физической культуры и спорта.

Практический раздел реализуется на методико-практических и учебно-тренировочных занятиях.

Методико-практическое занятие предусматривает освоение, самостоятельное расширенное и творческое воспроизведение занимающимися основных методов формирования учебных, профессиональных и жизненных умений и навыков средствами физической культуры и спорта.

Учебно-тренировочные занятия направлены на освоение и совершенствование техники избранного вида спорта, развитие физических качеств и базирующихся на них двигательных способностей. Деятельность занимающихся на данных занятиях предусматривает достижение практических результатов.

Основное содержание раздела «Легкая атлетика и кроссовая подготовка»

Освоение содержания данного раздела обеспечивает становление многообразных двигательных умений и навыков специально-двигательной (в связи с физкультурно-спортивной деятельностью) и жизненной необходимости (рациональные способы ходьбы и бега, прыжков, метаний),

что отражается в сформированности специфических динамических пространственно-временных характеристик структурно-функциональной системы (организма) человека, общей и специальной выносливости, скоростных и координационных способностей, ловкости. В этой связи обучающиеся овладевают техникой бега на короткие и средние дистанции, прыжков в длину с разбега и с места, метания спортивного снаряда, тренируются в выполнении специальных упражнений бегуна, прыгуна, метателя, кроссовой подготовке.

Основное содержание раздела «Лыжная подготовка»

Основная направленность лыжной подготовки заключается в формировании системы двигательных действий на лыжах, имеющих как прикладное, так и жизненно важное значение. Для этого используются упражнения, связанные со спуском с возвышенностей и подъем на них, техникой падений, лыжных ходов по дистанции, тренировкой на учебных дистанциях для общей и специальной выносливости. В процессе лыжной подготовки происходит совершенствование адаптационных механизмов организма, его закаленность. Дополняет содержание раздела освоение методики обучения различным ходам, поворотам в движении и на месте, торможениям.

Основное содержание раздела «Спортивные игры»

Данный раздел включает такие виды спортивных игр как баскетбол, волейбол, футбол (мини-футбол), гандбол, другие виды, культивируемые в конкретном образовательном учреждении. Каждый из видов спортивных игр обеспечивает воспитание разнообразных физических качеств и двигательных способностей, психофизических функций организма, личностных свойств. Реализация содержания спортивных игр позволяет развивать у обучающихся следующие свойства и качества: пространственную, временную, динамическую точность движений; быстроту простой и сложной

двигательных реакций; силовые способности; координацию и ловкость, сложно координированные способности; общую и специальную выносливость; практические действия, мыслительные и интеллектуальные способности; функциональную подготовленность.

Особая роль в спортивных играх отводится воспитанию нравственно-этических качеств, чувству коллективизма и гражданской ответственности, патриотизму, взаимодействию и взаимовыручки, формированию черт и качеств личности, составляющих основу отношений личности к партнерам, себе, физкультурно-спортивной деятельности.

Основное содержание раздела «Плавание»

Содержание раздела направлено на формирование у обучающихся системы специальных двигательных и прикладных умений и навыков в плавании, обучение техники видов плавания; освоение основ методики проведения занятий плавательной направленности, формирование двигательных действий, обеспечивающих начальные плавательные умения «держаться на воде», развитие физических и функциональных качеств, тренировке в плавании в воде и на суше.

Основное содержание раздела «Гимнастика»

Содержание раздела направлено на формирование и совершенствование специальных и прикладных двигательных движений, приемов и действий, специфических знаний и навыков, развитие физических и функциональных способностей. При освоении раздела обучающиеся выполняют комплексы основной и прикладной гимнастики, элементы и комбинации спортивной гимнастики, упражнения направленные на общую и специальную физическую подготовку, развитие основных мышечных групп, связанных со спецификой вида спорта. Эстетическая привлекательность гимнастических упражнений способствует формированию личностных свойств обучающихся.

Основное содержание раздела «Атлетическая гимнастика»

Использование в практике физкультурного образования атлетической гимнастики обусловлено элективным характером и большой популярностью данного вида спортивной подготовки среди студенческой молодежи. Содержание раздела направлено на формирование гармоничного телосложения, развитие силовых способностей и функциональных систем организма. Широта варьирования комплексов атлетической гимнастики позволяет осуществлять избирательное и акцентированное воздействие на физические качества и функции организма студентов. Кроме перечисленного занятия атлетической гимнастики придают определенную спортизацию физкультурному образованию, за счет эффекта тренировочного характера занятий и методической составляющей при подготовке студентами программ тренировочных занятий.

Основное содержание раздела «Фитнес»

Введение данного раздела обусловлено высокой прикладной значимостью в воспитании основных двигательных действий, направленностью на развитие гибкости, координации движений, ловкости. Кроме того, содержание занятий фитнесом способствует воспитанию у занимающихся эстетики движений, артистизма, выразительности и пластики движений. Высокий темп выполнения действий благотворно влияет на сердечно-сосудистую систему занимающихся и функциональные системы организма.

Основное содержание контрольного раздела

Контрольные занятия обеспечивают оперативную, текущую и итоговую дифференцированную информацию о степени освоения теоретических и методических знаний – умений, о состоянии и динамике физического и функционального развития, физической и прикладной подготовленности каждого обучающегося. Оперативный контроль

обеспечивает информацию о ходе выполнения занимающимися контрольного раздела, вида учебной работы. Текущий – позволяет оценить степень освоения раздела, темп, виды учебной работы. Итоговый контроль, проводимый как правило в виде зачетов и экзаменов, дает возможность выявить уровень сформированности физической культуры обучающихся и самоопределения в ней через комплексную проверку знаний, методических и практических умений, характеристику общей физической, спортивно-технической подготовленности занимающихся, их психофизической готовности к профессиональной деятельности.

Основными педагогическими требованиями к реализации программно-содержательного обеспечения физкультурного образования являются:

1. Соблюдение объема, форм контроля и его места в структуре образовательного процесса.

2. Физическая культура личности учащейся молодежи выступает как интегративный и целевой компонент системы физкультурного образования.

3. Динамика и темп включенности учащихся в процесс формирования физической культуры личности определяется совокупностью взаимодействий внутренних и внешних факторов.

4. Содержание теоретического раздела направлено на формирование системы знаний и ценностных ориентаций личности к пониманию сущностных положений физической культуры, способствующих формированию физической культуры личности.

5. Введение новых разделов «Атлетическая гимнастика» и «фитнес» повышает интерес к физкультурно-спортивной деятельности, придает в определенной степени характер спортизации физкультурному образованию.

6. Учебные занятия носят дифференцированный характер, учитывающий индивидуальные отличия занимающихся.

7. Внедрение системы комплексного контроля, предусматривающая выявление и оценку всех видов подготовленности учащихся.

8. Сформированность физкультурной образованности в совокупности

критериев физической культуры личности учащихся проявляется в следующих компонентах: образовательном – теоретическая, методическая, физкультурно-спортивная подготовленность; аксиологическом – ценностные ориентации, направленность и система отношений личности; психофизическом – физическое развитие, физическая и психомоторная подготовленность.

2.2. Понятийно-категориальный аппарат и функции физкультурного образования

Образование как одна из сфер социальной действительности, область межличностных отношений, отражает реальность целесообразной и целеполагающей деятельности в плане формирования человека – становления его как личности.

Главная цель образования – воспроизводство человеческого потенциала для всех сфер социальной практики, личности специалиста – профессионала как носителя совокупности социокультурных ценностей, обладающего глубокими специальными знаниями, высокой профессиональной подготовленностью, общей культурой, способного к преобразованию и распространению ценностей культуры в социум. При этом, абсолютной ценностью, согласно, И Канту, обладает только субъект, каким является разумное существо, человек. Человек как субъект является (должен являться) абсолютной ценностью во все времена и во всех отношениях. Поэтому: «Человек и вообще всякое разумное существо, - писал И.Кант,- существует как цель сама по себе, а не только как средство, для любого применения со стороны той или другой воли; во всех своих поступках, направлениях как на самого себя, так и на другие разумные существа, он всегда должен рассматриваться также как цель» (95, с.89).

Процесс становления личности обусловлен, с одной стороны, тем социокультурным окружением, в котором человек существует, с другой, -

потенциальными задатками и способностями субъекта образовательной деятельности, которые изначально заложены природой, и в отношении которых следует проводить преобразовательные воздействия, предпочтительно комплексного характера. При этом отметим, что активному воздействию на субъекта образовательной деятельности необходимо присуще ситуация, при которой личность реализует свободу выбора, своеобразие своего образовательного пути, в результате которого преобразует свою культурную идентичность.

Лишь в этом случае, как пишет Н.М.Амосов, личность воспринимает образование как составляющую собственного стиля жизни, может образовывать себя сама, поднять образование до целей личностного роста (7. С.6-8). Одновременно образование становится фактором психической активности личности, формой её культурного бытия. Вместе с тем, образование в значительной мере детерминировано логикой процесса развития личности, осознания, ею своих потребностей, целей. Для этого, как отмечает В.К.Бальсевич, должны быть созданы условия, в которых происходят процессы развития и саморазвития, воспитания и самовоспитания, обучения и самообучения (19. с,22-26).

Более того, формирование личности обусловлено и тем, на сколько образование усовершенствовано для успешной трансляции ранее накопленных материальных, духовных и художественных ценностей социума в личность; её обучения, воспитания и развития; становления системы телесно-душевно-духовных потребностей и способностей личности.

Социальной практикой доказано, что формирование личности и её культуры традиционно реализуется, в том числе и направленным использованием ценностей физической культуры, на основе специально смоделированных видов деятельности – физкультурном образовании.

Исторически образовательный процесс в физической культуре складывался, прежде всего, под влиянием практических потребностей общества и требований к полноценной физической подготовке

подрастающего поколения и взрослого населения к труду – этому первому – главному условию человеческого существования. По мере становления в обществе целостной системы воспитания и образования, физическая культура вошла в неё в качестве базового фактора формирования разнообразных двигательных умений и навыков, необходимых как для реализации, так и для увеличения деятельностных возможностей человека, разностороннего воспитания, а также в качестве одного из действенных средств интеллектуального, нравственного, эстетического и других видов воспитания.

Изучение проблемы формирования человека, становления его как личности в процессе физкультурного образования дает возможность рассмотреть развитие данного процесса в связи с конкретными историческими условиями, что очень важно для осмысления его (физкультурного образования) роли в современных условиях развития общества (209, с.49). Более того, историко-логический анализ рассматриваемой проблемы необходим не как самоцель, а как средство познания исторических причин появления проблемы, выяснения способов, подходов к её решению (12; 100; 135, с.14-19; 157, с. 16-18; 207).

Категория «физкультурное образование» имеет достаточно широкий смысл и неоднозначный подход к его толкованию. Раскрывая содержание категории «физкультурное образование» логично рассматривать его не только как «...процесс и результат усвоения систематизированных знаний, умений, навыков: необходимое условие подготовки человека к жизни и труду» (214), но и как «педагогическое воплощение, модель социального заказа, то есть требований общества к тому, что должен знать и уметь, какими качествами должен обладать человек» (178).

Вплоть до конца XIX - начала XX в.в. категории «физкультурное образование» как таковой не существовало. Впервые дал понятие, раскрыл содержание и ввел в научный оборот физкультурное образование П.Ф.Лесгафт. Он стал рассматривать процесс физического воспитания как

направленный на образование «через физическое», на подготовку к гармоничному самоусовершенствованию, включающему «физическое». П.Ф.Лесгафт строго разграничивал понятия «физическое воспитание» и «физическое образование», неоднократно подчеркивая, что физическое образование по своим задачам и методам резко отличается «от обыкновенной гимнастики, преследующей почти исключительно санитарные цели» (121, с.47).

Раскрывая категорию «физкультурное образование» следует признать, что в своих работах (123; 122, с.15; 120) П.Ф.Лесгафт, по сути, говорил о «физическом образовании», подразумевая не только сознательное усвоение определенных знаний, двигательных умений и навыков человеком, но и формирование его мировоззрения, как формирование познавательного интереса на естественно-научном, гносеологическом и гуманитарном уровнях, мышления, воли, нравственных, эстетических и других чувств, характера, форм тела, мышечной силы, а также оздоровления организма, подготовку ребенка к жизни и обеспечение на этой основе соответствующего уровня развития личности. В связи с этим представленная характеристика «физического образования» позволяет рассматривать его с предпосылочных позиций физкультурного образования.

Логическим продолжением рассмотрения заявленной проблемы, можно отметить, что вопросы физического образования раскрыты во многих работах как современников П.Ф.Лесгафта (62), так и в более поздний период современных исследователей (226).

Так, например, сторонник пролеткультовых новаций К.А.Меношихин, утверждал, что умение или физическая сноровка приобретается опытом или привычкой. Лучший, наиболее распространенный и точный опыт дается специально подобранными физическими упражнениями. Такое применение физических упражнений с целью приучить человеческий организм (вернее, нервно-мышечный аппарат) к быстрому, легкому и уверенному выполнению тех движений и напряжений, которые встречаются при различных видах

труда и в быту, мы определяем как физическое образование.

Л.П.Матвеев, определяет физическое образование как «системное освоение человеком в процессе специального обучения рациональных способов управления своими движениями, приобретение таким путем необходимого в жизни фонда двигательных умений, навыков и связанных с ними знаний» (225, с.5), отмечая при этом, что образовательная сторона имеет первостепенное значение для рационального использования человеком своих двигательных возможностей в жизненной практике.

Общим в высказываниях данных авторов является приоритет физического образования (которое в контексте представленных определений, логично было бы назвать физическим воспитанием) на развитие телесности (биологической составляющей) человека оптимизацию биологических процессов, происходящих в организме человека, не затрагивая его социальной компонент (душевно- духовную составляющую). Этим, а также применяемыми специальными средствами и методами физическое воспитание отличается от духовного воспитания человека в целом (66; 69, с. 14-16; 93; 142, с.2-12; 195).

Между тем считаем, что биологическая сущность человека, являясь главной предпосылкой его культурного преобразования, представлена общими важнейшими характеристиками, такими как генетически обусловленные задатки (морфофункциональное строение, свойства и подвижность нервной системы и др.) и способности (17; 164; 175). Их «окультуривание» обеспечит сформированность необходимого обществу и человеку физического развития и физической подготовленности, оптимизацию физического состояния.

Социальное в человеке находит отражение в категории «личность» сущность, которой – устойчивая система социально значимых свойств и качеств, характеризующих индивида как члена общества (110,118;245).

При этом отметим, что как пишет А.В.Царик, развитие человека основано не на подавлении биологического социальным, а на их

диалектическом взаимодействии. Диалектика единства и взаимодействия биологического и социального в человеке состоит в том, более простая форма (биологическая) является основой для возникновения и развития другой, более сложной формы (социальной).

Таким образом, возникает необходимость обращения к человеку как к целостной, многомерной, интегративной биосоциальной системе. Такой подход к рассматриваемому вопросу, к идее целостности человека, достаточно давно включен в работы по теории и практике физической культуры (18;42;130;159). В большей мере она (идея) связывалась с воздействием физических упражнений одновременно как на физическое, так и на духовное развитие человека. Это подчеркивал П.Ф.Лесгафт (обращая внимание на идею психофизического единства человека), а также отражено в работах А.Д.Новикова (1949), Г.Д.Харабуги (1968), Г.Г.Шахведова (1968), И.Н.Решетень (1968), В.В.Белорусовой (1974), А.Ц.Пуни (1985), В.У.Агеевец (1986), В.И.Столярова (1988), М.Я.Виленского (1991) и других. Основной акцент в данных работах сделан на физическое воспитание, авторами отмечалось, что физическое воспитание, воздействуя на биологическую сферу организма человека, одновременно влияет и на формирование его как личности, что в процессе могут и должны решаться задачи умственного, эстетического, нравственного и других видов воспитания; вопросы развития научного мировоззрения, идейной убежденности, высокой внутренней и внешней культуры. При этом все задачи должны решаться лишь «...через деятельность и в процессе деятельности» (160). Более того, задачи «должны представлять не случайную совокупность, а систему, отвечающую определенным показателям содержательного и формального характера, систему постоянно усложняющихся по процессу решения задач и индивидуализированную в зависимости от возможностей учащихся» (119, с.3). Однако физическое воспитание априори, видится несколько зауженной системой педагогических воздействий, которая, безусловно, не в полной мере отражает как многомерность педагогических вмешательств на человека, так

и комплексность влияний на него и в целом физкультурное образование.

Физкультурное образование учащейся молодежи как сложная социальная система и явление объективной действительности рассматривается с позиции закономерностей системного целого, обладающего определенной структурой и взаимодействия (функций) его частей (структурных компонентов), что и образует особую гносеологическую призму анализа или особое измерение реальности (3). Здесь же следует добавить, что целостность физкультурного образования определяется как «обобщенная характеристика объектов, обладающих сложной внутренней структурой» (248, с.763), а наиболее характерными свойствами целостной системы является приобретение, ею новых интегративных качеств, не сводящихся к сумме свойств и качеств, присущих отдельно взятым компонентам системы. Целостность физкультурного образования придает ему новые свойства, к числу которых относится преемственность всех звеньев образования.

Обновление и углубление физкультурного образования связаны, прежде всего, с наиболее полной реализацией его культурно преобразующей и гуманизирующей функций. Социокультурная сущность физкультурного образования заключается в формировании нового мира и новой, вписанной в этот образ, системы культурной деятельности личности. С одной стороны, образовательный процесс соотносится со своим социально значимым содержанием, с другой – обусловлен опытом учащегося как субъекта образовательного процесса и носителя собственной культуры (46. С.19).

Поэтому образовательный процесс в большинстве своем ориентирован на формирование и воспитание обучающегося как субъекта собственной физической культуры (М.Я.Виленский, Б.И.Загорский, В.А.Кабачков, С.А.Полиевский, И.П.Ратов и др.).

В современной теории физической культуры все четче формируется тенденция использования философско-культурологического подхода при рассмотрении феномена физической культуры и механизма её формирования

каждой личностью, что предполагает реализацию методологической функции целостной системы категорий философии и культурологи.

Культурологический смысл содержания образования может быть реализован двумя способами: через достижение взаимосвязи культурологического смысла с социальным и индивидуально-личностным через системную организацию содержания образования. При этом следует учитывать, что социальный и индивидуально-личностный смысл содержания образования связан в свою очередь с двумя значениями объекта познания и изучения. Объективное значение содержания образования определяется социальным заказом, теми задачами, которые оно ставит перед образованием, исходя из уровней развития производства, науки, культуры, потребностей общества. В содержании образования выражается его социальный смысл, он заключен в тех целях и задачах, которые общество выдвигает перед ним и в котором должны быть учтены интересы личности. субъективное значение содержания образования выражено в его индивидуально-личностном смысле (194, с.55-58).

Гуманистическая направленность образования предполагает усиление внимания к личности каждого человека как к высшей социальной ценности; деятельный подход к развитию личности; превращение ученика из объекта социально-педагогического воздействия педагога в субъекта активной творческой деятельности на основе развития внутренних мотивов к самосовершенствованию и самоопределению; демократизации в отношениях преподавателя с учениками; формирование у человека мотивации на разностороннее гармоничное развитие (Бальсевич В.К. 1988, 1993; Бальсевич В.К., Лубышева Л.И.1995; Лубышева Л.И., 1992; Столяров ,1993).

Гуманистическая направленность образования основанная на принципе креасофии (творящей мудрости) заключается в изменении структуры и формы сознания человека, обретающего в результате способность мыслить, рефлексировать и действовать (в том числе творчески, в соответствии с ценностями духовного мира) в соответствующий социокультурный среде.

Актуальным для системы образования является переход от понимания человека как *homo sapiens* и *homo habilis* (человека разумного и умелого) к пониманию его как *homo ludens* (человека играющего) и *homo creascificus* (человека творящего мудрость) (71).

Как верно отмечается в методических рекомендациях Российской академии образования (151. с.11-12), в период социальных преобразований в современном российском обществе актуальность приобретают:

- формирование ценностных мировоззренческих оснований воспитания, нового воспитательного потенциала системы физкультурного образования;
- обеспечение преемственности между поколениями россиян на основе общественного согласия в духе формирования культуры мира и терпимости;
- достижение личностью такого состояния, при котором реализуются её индивидуальные и социальные процессы с самореализацией.

Процессы демократизации, происходящие в современной России, коснулись и системы физкультурного образования. Идеи гуманизации положены в основу государственной политики в сфере образования. В частности, они реализуются в отношениях «учитель-ученик», в учебно-воспитательной работе в школах, ПТУ, ДЮСШ и т.п.

В настоящее время намечаются тенденции переосмысления подхода к физическому воспитанию, физической культуре, акцентирующих внимание преимущественно на двигательной сфере, в пользу физкультурного образования. Проходит мысль о воспроизводстве целостного человека (как одухотворенной, нравственной, свободно действующей телесности) в сфере физической культуры, физкультурного образования. Культура едина, а человек в культуре целостен, Н.Н.Визитей, отмечает, что «проблема физической культуры личности оказывается при ближайшем рассмотрении равной проблеме нравственной, интеллектуальной культуры личности. Мы в очередной раз убеждаемся, что культура едина (и в этом смысле одна), мы убеждаемся, что культура требует единства, целостности человека» (43, с.37-38).

Рассматривая сущность образования, С.И.Гессен отмечает, что душа и тело человека в равной мере должны быть образованы в направлении культурных ценностей, по отношению к которым они, чисто природный материал, подлежащий образованию, представляются равноценными сторонами единого и нераздельного целого. Весь человек в целом, а не одна только его часть или сторона, должен воспринять в себя ценности культуры, приобщиться к ним всем своим существом и в служении им преобразовать свой психофизический организм (58).

Считаем, что действенным фактором, обеспечивающим многосторонность воздействий ценностей физической культуры на субъекта образовательной деятельности может служить физкультурное образование, преобразовательный культурологический смысл которого заключается в развитии способностей и потребностей личности во всех сферах деятельности, в нравственном, эстетическом, гражданском, трудовом, физическом воспитании, воспитании воли, позитивных качеств характера, эмоций и эстетических потребностей личности – как общепедагогических задач, а также в реализации специфических задач, таких как: обеспечение оптимального развития присущих человеку физических качеств; использовании факторов физической культуры для укрепления и многолетнего сохранения здоровья; совершенствовании телосложения; рациональное формирование индивидуального фонда двигательных умений и навыков и доведения их до необходимой степени совершенства.

Более того, физкультурное образование тесно связано с современными представлениями о человеческом факторе, призванном сыграть основную роль в деле преобразования общества и его материальных, духовных и художественных ценностей. Многогранность «человеческого фактора», представляющее единство биологической, духовной и социальной природы человека, характеризуется социально-политическими, морально-психологическими и коммуникативными качествами личности, знаниями личностной и социальной престижности профессиональной

подготовленности, физическими качествами и двигательными умениями и навыками, здоровьем, морфофункциональным состоянием.

Таким образом, возникает необходимость обоснования и разработки системы физкультурного образования, призванного отразить комплексное освоение человеком внешних (социальных явлений, духовности) и внутреннего мира (биологическая природа, телесность), в смысле его формирования и развития как личности в связи с подготовкой и участием в социально значимых видах деятельности.

Анализ разработанности вопросов связанных с физкультурным образованием позволяет с достаточной убедительностью констатировать, что к настоящему времени сложились определенные характеристики физкультурного образования, которые в зависимости от цели и содержания можно представить следующими видами: общее физкультурное образование, профессионально направленное физкультурное образование, специальное физкультурное образование.

Общее физкультурное образование рассматривается как процесс и результат, который достигается в итоге реализации учебно-воспитательного процесса по предмету «Физическая культура» в школах, гимназиях, колледжах, училищах, техникумах, вузах. Общее физкультурное образование – это вид физкультурного образования обеспечивающее овладение знаниями, формирование двигательных умений и навыков, развитие качеств, становление практических достижений, готовность для успешной жизни и деятельности в обществе. Оно является важным условием всестороннего развития личности.

Профессиональное физкультурное образование обеспечивает обучающимся физическую готовность для успешного овладения избранной профессией. Одновременно с процессом овладения избранной профессией осуществляется физкультурное образование профессиональной направленности. Основная цель его - создать условия для успешного овладения ею, что означает дальнейшее усвоение знаний о физической

культуре, об особенностях профессионально-прикладной (профессиональной) физической культуре, а также освоение двигательных умений и навыков, близких по составу с действиями, приемами, используемыми в избранной профессии. Этот вид физкультурного образования предполагает и усвоение способов управления развитием работоспособности применительно к избранной профессии и т.д. Данный вид физкультурного образования осуществляется в учреждениях среднего (училища, колледжи, техникумы) и высшего профессионального (кафедры физического воспитания институтов, университетов) образования.

Специальное физкультурное образование предполагает подготовку человека к деятельности в сфере физической культуры и спорта, то есть когда деятельность человека в данной сфере становится его профессией. Оно отличается наличием фундаментальных социально-философских, медико-биологических, психолого-педагогических оснований, позволяющих управлять процессом формирования физической культуры личности, спортивной подготовкой, реализовывать возможности физической культуры для лечебно-восстановительной или военной подготовки и других целей.

Специальное физкультурное образование представлено двумя уровнями: средним и высшим. Основные учреждения, обеспечивающие его, - техникумы физической культуры, соответствующие отделения педагогических училищ, институты и академии, университеты физической культуры, факультеты физической культуры в составе педагогических институтов и университетов. Здесь же следует отметить, что все выше перечисленные виды физкультурного образования, по сути, обеспечивают, в одном случае формирование двигательных способностей и системы знаний связанной опять таки с тем как эти способности формировать, в другом, с подготовкой специалистов, призванных обеспечивать данный процесс и слабо просматриваются воздействия связанные, в целом, со становлением культурологических характеристик личности.

Мы рассматриваем физкультурное образование не как процесс

подготовки специалистов в сфере физической культуры и спорта, а как совокупность специально смоделированных видов деятельности, направленное использование которых, при строгом соблюдении дидактических основ, обеспечивает достижение социально значимого положительного эффекта в следующих направлениях:

- на основе социализации человека, обогащения его душевно-духовного начала – сформированность личности с присущими ей культурологическими характеристиками; потребностью в физическом совершенствовании;

- на основе воздействия на биологическую природу, удовлетворение потребности в двигательной деятельности, сформированности физических качеств и их компонентов, двигательных умений и навыков, психофизиологических функций.

Насыщение физкультурного образования соответствующим содержанием, предусматривает использование характерных средств, методов и форм организации занимающихся, как субъектов образовательного процесса, с учетом их морфо-функциональных и психофизиологических особенностей.

Целью физкультурного образования является удовлетворение личной и общественной потребности – формирование и развитие личности- создателя, преобразователя и потребителя материальных, духовных и художественных ценностей общества. Результатом физкультурного образования должно стать сформированность культурологических характеристик личности, удовлетворение потребности в социальной деятельности, физическом совершенстве и двигательной активности.

Отсюда, объект физкультурного образования – процесс воспроизводства человеческого фактора – личности, составляющей единство и гармонию телесных и духовных начал; предмет – становление специфических компонентов культуры личности.

Системообразующим фактором физкультурного образования

выступает культура личности, а компонентами структуры физкультурного образования являются процессы обучения, воспитания и развития.

Обучение является самым важным и надежным способом получения систематического образования. Будучи сложным и многогранным, специально организованным процессом отражения в сознании человека реальной действительности, обучение есть не что иное, как специфический процесс познания, управляемый педагогом.

По мнению И.Я.Лернера обучение – это процесс взаимодействия обучающегося, обучаемого и содержания образования (223, с.120).

Обучение, по мнению Ю.К.Бабанского, выступает как процесс вооружения учащихся знаниями и умениями, как целенаправленное взаимодействие учителя и учащихся, в ходе которого осуществляется образование человека (178).

Г.И.Хозяинов рассматривает «обучение как систему организации учебно-познавательной деятельности. Как и всякая система, она объединяет комплекс компонентов: преподаватель, ученик, содержание, методы обучения, организационные формы обучения, средства обучения, методы педагогического воздействия в процессе обучения, цель и результат» (254, с.149-156).

Процесс обучения М.А.Данилов рассматривает как совокупность последовательных действий учителя и руководимых им учащихся, направленных на сознательное и прочное усвоение системы знаний, умений и навыков, в ходе чего осуществляется развитие познавательных сил, овладение элементами культуры умственного и физического труда, формирование основ мировоззрения и поведения учащихся (169, с.176).

Платонов К.К. считает, что: «Умение – это высшее человеческое свойство, формирование которого является конечной целью педагогического процесса, его завершением» (189, с.235).

Говоря о механизмах формирования навыков, следует отметить следующие положения отдельных ученых. Б.Скиннер рассматривает навыки

как инвариантный набор видов поведения, подкрепленных со стороны среды. В социально-когнитивной теории А.Бандура в процессе формирования навыков использует ролевые модели.

Как отмечает Е.С.Садовников (208, с.39) навык, определяющий образ жизни человека, находит свое подтверждение еще в трудах святителя Феофана Затворника – наследника и продолжателя великих дел Святых отцов: «Изъ совокупности всехъ такого рода навыковъ, правилъ и порядковъ устанавливается образъ жизни...».

«Навык – сложившаяся в индивидуальном опыте субъекта система регуляторных процессов, обеспечивающая устойчивое и стандартное выполнение действий» (Философская энциклопедия).

Н.А.Бернштейн отмечал – «... навык есть координационная структура, представляющая собой освоенное умение решать тот или иной вид двигательной задачи». Процесс формирования и выработки навыка по Н.А.Бернштейну «представляет собой полные активности искания все более и более адекватных во всех отношениях решений осваиваемой двигательной задачи...» (32).

Главной характеристикой двигательного навыка является автоматизация – «переключение ряда координатных коррекций двигательного акта на афферентации ниже лежащих уровней, являющихся наиболее адекватными для этих именно коррекций». После периода автоматизации следует период стабилизации, механизм которого характеризуется укреплением «устойчивости его сторон и деталей против сбиваемости» (32).

Безусловно, все приведенные характеристики процесса обучения по своим сущностным положениям в полной мере находят свое отражение в физкультурном образовании.

Обучение есть одна из моделей познания, где отношения человека и мира воспроизводятся как объектно-субъектные отношения, что специфично для классической гносеологии.

Учение в отличие от обучения – деятельность сугубо индивидуальная. В её основе лежит, безусловно, усвоение культурных образцов, но это усвоение идет через субъективный опыт самого обучающегося, который намного богаче, разнообразнее, чем то, что ему предлагают в обучении.

В концепции учебной деятельности (Д.Б.Эльконин, В.В.Давыдов и др.) учение выделяется в самостоятельную субъективную деятельность, цель которой не усвоение знаний (умений), развитие познавательных способностей, которое выступает как процесс, специально организованный обучением по методу восхождения от абстрактного к конкретному.

Следует признать, что норма обучения и учения не совпадают. Норма обучения задается обществом (она в известной мере «обезличена» для обучающегося).

Рассматривая обучение в системе физкультурного образования, Э.Майнберг предлагает трактовать его как относительно длительный процесс усвоения новых знаний или развития способностей, навыков, представлений (133). При этом физические упражнения рассматриваются как составные элементы в процессе обучения, подчиненные развитию умений и навыков. Упражнения, умения и навыки в своей совокупности составляют содержательно-структурную сущность процесса обучения. Физические упражнения являются основой овладения комплексом движения.

Обучение, определяемое как процесс познания, в сфере физической культуры призвано обеспечить:

- обучение многообразным двигательным умениям и навыкам прикладной (в связи с физкультурно-спортивной деятельностью, трудовой и оборонной практикой) и жизненной необходимости (рациональные способы бега, прыжков, передвижений на лыжах, велосипеде и другие);

- обучение социально корректному поведению для установления и поддержания взаимоотношений; позитивного изменения социальных ориентиров и стереотипов; межличностных взаимосвязей;

- когнитивное обучение с целью формирования системы знаний о

сущности физической культуры и закономерностей направленного использования её ценностей для удовлетворения личных и социальных потребностей; становления способностей.

Понятие «воспитание» - одно из ведущих в педагогике. Оно употребляется в широком и узком смысле. Рассматривая воспитание в широком смысле, мы характеризуем его как социальное явление, как воздействие общества на личность, при этом здесь воспитание практически отождествляется с социализацией. Воспитание в узком смысле рассматривается как специально организованная деятельность педагогов и воспитанников по реализации целей образования в условиях педагогического процесса.

М.А.Галагузова рассматривая категорию «воспитание», видит особенности этого понятия в том, что в нем как бы запрограммировано содержание на постоянную новизну и актуальность, ибо оно имеет методологическое значение, поскольку смысловое исполнение этого понятия определяет принципиальные подходы к целям, задачам и средствам педагогической деятельности (54, с.46).

Воспитание разными учеными трактуется с различных позиций:

- как целенаправленный, планомерно организуемый процесс формирования личности, представляющий собой систему влияний на развивающуюся личность с целью выработки у нее качеств, свойств, способностей, необходимых для члена данного общества (73, с.48);

- как процесс приобретения воспитанником положительного личного опыта, на базе знаний, умений, накопленных предшествующими поколениями, формирование потребностей, интересов, мотивов, чувств (170, с.97-103);

- как процесс формирования всесторонне развитой личности, гармонически сочетающей в себе духовное богатство, моральную чистоту и физическое совершенство (20, с.45);

- как процесс управления развитием личности (75, с.93)

В современных условиях воспитание следует рассматривать как процесс, подчиненный образованию личности и отражающий тот аспект педагогики, который связан со становлением конкретных черт (качеств, свойств) личности.

Воспитание в системе физкультурного образования мы рассматриваем как специализированный процесс управления и результат формирования физических и социальных новообразований личности; в этой связи различают:

- нравственное воспитание, характеризующее становление характерных качеств, свободной воли личности, её совести и ответственности, проявляющихся в нравственных понятиях, суждениях, чувствах и убеждениях;

- эстетическое воспитание, предусматривающее формирование творчески активной личности в отношении восприятия, чувствования, оценивания прекрасного и следования ему;

- трудовое воспитание, заключающееся в формировании комплекса профессионально важных двигательных личностных способностей, необходимых для эффективного проявления разнообразных конкретных трудовых умений и навыков; настойчивости, активности и осознания роли труда в социальной и личностной практике жизни и деятельности;

- физическое воспитание, обеспечивающее целенаправленное и сопряженное становление системы адаптационных механизмов и двигательных качеств; потребностно-мотивационной сферы человека в физкультурном самосовершенствовании;

- аксиологическое воспитание, предусматривающее формирование системы ценностных ориентаций личности на принятие, осознание и распространение общечеловеческих и физкультурных ценностей;

- гражданское воспитание, обеспечивающее формирование внутренней свободы и уважения к государственности, чувства собственного достоинства, дисциплинированности и патриотичности, межнациональных

отношений.

В педагогике и психологии по проблеме личности и её развития имеются три основных направления: биологическое, социологическое и биосоциальное (174).

Представители биологического направления, считая личность сугубо природным существом, все поведение человека объясняют действием присущих ему от рождения потребностей, влечений и инстинктов.

Ученые, придерживающиеся социологического направления считают, что хотя человек рождается как существо биологическое, в процессе своей жизнедеятельности в социуме он постепенно социализируется под влиянием на него тех социальных групп, с которыми он прямо или косвенно находится в общении.

Представители биосоциального направления считают, что психические процессы (ощущение, восприятие, мышление) имеют биологическую природу, а направленность, интересы, способности личности формируются как явления социальные.

Развитие – это процесс закономерно происходящих изменений состояния системных компонентов природной и социальной реальности (организмов, других природных и социальных систем), который характеризуется как минимум такими признаками: взаимосвязанность количественных и качественных изменений, их не случайность, необратимость в общей тенденции и долговременность. Такие признаки принципиально отличают развитие от различного рода прочих изменений (например, от текущих быстро происходящих изменений функционального состояния организма), выделяют развитие как особый тип изменений (142, с.2-12).

Говоря о развитии индивида, надо иметь в виду закономерный процесс количественных и качественных изменений его (индивида) свойств, происходящих не в краткое время и необратимый по генеральным тенденциям (которые проявляются в жизненных стадиях).

Развитие человека на протяжении жизненного пути учеными представлено двумя гипотезами. Согласно первой гипотезе развитие человека происходит постоянно, непрерывно. На протяжении всей его жизни. Согласно второй – основные характеристики человека развиваются до определенного уровня, пика, после чего наблюдается спад (203, с.41).

В принципе, соглашаясь с точкой зрения представленных авторов на природу развития человека, считаем, что физкультурное образование в большей степени обладает характеристиками направленного управления развитием природных свойств и задатков человека.

Развитие как процесс качественных и количественных изменений, свойств, качеств, функций личности в ходе и результате физкультурного образования (физкультурно-спортивной деятельности) направлено на:

- психическое развитие, обеспечивающее единство в позитивном становлении системы психических процессов (интеллектуальных, эмоциональных, чувственных); их оптимальное протекание;
- духовное развитие, ответственное за формирование способности личности к философской оценке социальной действительности;
- познавательное развитие, отражающее состояние подготовленности к процессу познания; самооценке, самоконтролю; осознанности своих действий;
- физическое развитие, формирующее самодостаточное и удовлетворяющее социум телосложение и систему вегетативных функций организма.

Рассматривая физкультурное образование с позиции процесса преобразования биосоциальной природы школьников в направлении формирования их базовой культуры, следует выделить те функции, которые присущи физкультурному образованию и которые оно исполняет для удовлетворения потребности в становлении данного личностного состояния (базовой культуры).

Исследование поставленной проблемы позволило в достаточной

степени классифицировать существующие функции физкультурного образования в двух основных направлениях: общекультурные, социальные функции, отражающие связь физкультурного образования с другими социальными явлениями и видами культуры; специфические функции, обеспечивающие связь внутри самого физкультурного образования.

К первым мы относим нравственно-мировозренческие, культурологические, эстетические, ценностно-ориентационные, нормативные, информационные, социализирующие, коммуникативные функции; ко вторым обучающие, воспитывающие, развивающие и оздоровительные функции.

Выделение **нравственно-мировоззренческих функций** обусловлено высокой значимостью научного мировоззрения и нравственности во всех сферах жизни и деятельности школьников, в повышении их общей культуры, и как следствие, культуры общества.

Мировоззрение, как устойчивое состояние личности, предусматривает единство их применения в различных сферах проявления школьников, связанных с образовательной и повседневной деятельностью. Формируемая в процессе присвоения ценностей физической культуры диалектическая осмысленность действительности, на основе глубоких и научных знаний, сопряженных, в частности, с естественными науками, позволяет активизировать личность к реализации собственных взглядов и убеждений в практику жизни и деятельности.

Нравственность личности есть отражение в ней норм и правил поведения, особенностей отношений личности школьников в различных сферах жизненной деятельности, предписываемых моралью. Моделирование в процессе освоения физкультурного образования различных ситуаций по нравственному воздействию обеспечивает сформированность норм общественной морали, нравственного, волевого и ответственного поведения в интересах личности школьников и общества.

Культурологические функции отражают потребность общества и

личности школьников в сохранении и распространении высших ценностей мировой и отечественной культуры. Реализация культурологических функций тесно связана с эстетическим воспитанием личности школьников, предусматривающее формирование потребности и желания следовать прекрасному на основе совершенствования телосложения, физических качеств и их структурных компонентов, двигательных умений и навыков за счет собственного физического совершенствования. Суть **эстетических функций** физкультурного образования заключается в удовлетворении потребностей школьников в сформированности у них эстетических идеалов и вкусов, качеств и способностей, отражающих отношение их к физической и общей культуре; своему личностному состоянию (телесному и духовному), двигательной подготовленности, физкультурным отношениям с позиции красоты.

Ценностно-ориентационные функции характеризуют направленность личности школьников на освоение всей совокупности ценностей физической культуры: интеллектуальных (сформированность знаний), двигательных (физические качества, двигательные умения и навыки), организационно-педагогических (умение и навыки организации физкультурно-оздоровительной и спортивно-массовой деятельности), потребностно-мотивационных (мотивы, желания, потребности заниматься физкультурной деятельностью). Особенностью успешной реализации этой группы функций физкультурного образования является осознанность личностью ценностей «для себя», оздоровления, совершенствования и самосовершенствования.

Нормативные функции физкультурного образования состоят в том, что в его содержании, в связи с практикой использования его в обществе вырабатываются и закрепляются определенные нормы, которые имеют регламентирующее и оценочное значение, - нормы физической подготовленности, нормированные показатели спортивных достижений, общие критерии физического совершенства, правила нормирования

физических нагрузок и тому подобное. Такого рода нормы являются как бы эталонами для оценки достигнутого уровня физической дееспособности, эффективности усилий, затраченных на физическое развитие, а вместе с тем и ориентирами на пути дальнейшего совершенствования.

Говоря об **информационных функциях** физкультурного образования, имеем в виду его немаловажную роль в накоплении, распространении и передаче от поколения к поколению ценных сведений о человеке, о человеческих возможностях, средствах и путях их увеличения. Материальные, духовные и художественные ценности, создаваемые в области физической культуры являются носителями существенной информации прежде всего о достижениях человека в совершенствовании своих собственных природных качеств. На основе присвоения ценностей физической культуры развиваются различные отрасли знания, воплощающие важную научную информацию, что в свою очередь является источником новых фактов и закономерностей. Также следует отметить роль информационных функций физкультурного образования в установлении взаимосвязей с иными науками и отраслями знаний о человеке и обществе, воздействии на ментальность через средства массовой информации.

Социокультурные функции проявляются в обеспечение физкультурным образованием становления социализированности личности школьников; сформированности характерных черт, качеств и свойств личности, которые определяются занимаемым социальным положением и оказываются, необходимо востребованы социумом. При этом процесс социализации будет успешным при активной включенности школьников в физкультурное образование, исполнении в нем различных социальных ролей и осознания себя в этих ролях.

Коммуникативные функции физкультурного образования отражают возможность удовлетворения личностной и общественной потребности в общении, установлении и поддержании межличностных взаимоотношений в процессе и через процесс использования ценностного потенциала

физкультурного образования.

Специфические функции физкультурного образования в целом заключаются, прежде всего в его свойствах, позволяющих удовлетворять естественные потребности школьников в двигательной активности, оптимизировать на этой основе физическое состояние и развитие организма соответственно закономерностям укрепления здоровья, обеспечить физическую дееспособность, способствовать формированию структурных компонентов и, комплексе, базовой культуры личности.

В ряду специфических функций физкультурного образования, следует, в частности, различать:

- **обучающие функции**, которые находят наибольшее выражение в систематическом формировании и совершенствовании комплекса жизненно и физкультурно - необходимых двигательных умений и навыков, знаний о ценностях физической культуры и возможностях их направленного использования для совершенствования и самосовершенствования человека в его физическом и духовном аспектах; воспитании личностных и физических качеств и связанных с ними способностей; становление социально корректного поведения для установления межличностных взаимоотношений и общения;

- **воспитывающие функции**, обеспечивают реализацию потенциала физкультурного образования в разностороннем и комплексном воспитании присущих школьникам жизненно и социально- необходимых двигательных способностей, личностных свойств и качеств психики, позитивных черт характера;

- **развивающие функции** характеризуют направленность физкультурного образования на становление оптимального физического развития школьников, становление основных психических процессов, обеспечивающих жизнедеятельность и включенность школьников в личностно и социально значимые виды деятельности;

- **оздоровительные функции** физкультурного образования

способствуют гармоничному и оптимальному соотношению физического, духовного и социального здоровья школьников, поддержанию на необходимом уровне работоспособности, восстановлению временно или частично утраченных функциональных возможностей организма.

Результатом реализации физкультурного образования является, образно говоря, некая, «новообразованность», в которой распространены ценности общей и физической культуры. Будучи приняты личностью и спроецированы на повседневную практику общественной и физкультурно-спортивной деятельности, эти ценности составляют характерную «картину», во-первых, физической культуры личности и, во-вторых, дополняют содержание базовых компонентов её общей культуры.

ГЛАВА 3. ДИДАКТИЧЕСКИЕ ОСНОВЫ ФИЗКУЛЬТУРНОГО ОБРАЗОВАНИЯ

Одним из определяющих условий формирования физической культуры личности в процессе физкультурного образования является адекватный подбор содержательного обеспечения физкультурно-спортивной деятельности, оптимальное соотношение используемых ценностей физической культуры.

Направленное использование ценностей физической культуры в становлении физической культуры личности обусловлено дидактическим содержанием физкультурного образования, которое базируется на современных концептуальных представлениях сложившихся в спортивной педагогике о принципах, средствах, методах и формах организации сложных процессов обучения, воспитания и развития личности. Считаем, что наибольшей результативности в формировании физической культуры личности можно достигнуть при учете, взаимодополняемости, рациональной интеграции принципов, средств, методов и форм организации процесса физкультурного образования и закономерностей его функционирования.

Знание законов функционирования системы физкультурного образования позволяет понять логику процесса образования, его содержания, структуры, отследить внутрисистемные и межсистемные связи.

Закономерности физкультурного образования выражаются в связующих механизмах, которые в логике процесса образования проявляются на различных уровнях.

На уровне связи физкультурного образования, как науки, с социальной средой и другими науками – социально-педагогический уровень.

На уровне составных частей физкультурного образования как науки, то есть внутреннего процесса – собственно-образовательный уровень.

На уровне выяснения связей внутри отдельных частей физкультурного образования – уровень частных законов.

3.1. Принципы физкультурного образования

Принципы в системе физкультурного образования выступают как исходное положение организации образовательного процесса на практическом уровне. Они объективны по своему происхождению, так как выводятся из закономерностей и образовательной практики и служат связующим звеном между теорией и практикой. По сути, закон и принцип соотносятся как сущее и должное. На наш взгляд, рациональное построение процесса физкультурного образования должно базироваться на следующих основополагающих принципах:

- культуросообразности содержания, отражающий физкультурное образование как социальное явление, его непосредственную связь с другими видами и формами образования, как условие и результат развития личности школьников в единстве формирования их физического, интеллектуального и духовно- нравственного компонентов;

- гуманизации, основывающейся на переориентации учебно-воспитательного процесса на личность, ее гармоническое развитие, усиление внимания к жизненным интересам, мотивам поведения человека как высшей ценности общества;

- демократизации, создающий, предпосылки для развития активности, инициативы, творчества педагогов и обучающихся;

- индивидуализации, требующий учета различий в интеллектуальной, эмоциональной, потребностной сферах личности, особенностей физического состояния, уровня психического развития каждого учащегося, возможностей его включения в групповые и коллективные формы учебно-познавательной деятельности, в систему межличностных отношений;

- дифференциации, ориентированный на создание необходимых условий для наиболее полного проявления способностей каждого учащегося и обеспечивающий возможностей и свободу выбора индивидуального пути развития каждой личности с учетом его интересов, мотивов, ценностных

ориентаций и установок;

- личной ориентации содержания, проявляющейся в освоении школьниками социально значимых, предметно и личностно ориентированных образцов физкультурного образования, обеспечивающих познание индивидуальных особенностей развития собственных физических качеств и способностей, овладение индивидуальными способами их углубленного развития и совершенствования на основе личных интересов и потребностей;

- природосообразности, отражающий, направленность содержания физкультурного образования на триединую сущность человека, на его телесно-душевно-духовные кондиции, как условие формирования личности;

- интеграции, основывающейся на объединении всех воспитательных сил общества, органическом единстве школы, семьи, коллектива в образовательно-воспитательном пространстве.

Рассматривая процессуальную составляющую физкультурного образования, следует отметить, что все принципы, отражающие закономерности становления физической культуры личности можно представить группами общих социальных, обще-методических и специфических принципов (18; 57,с.76-86; 59,с.85-113; 73; 91,с.43-75; 92,с.47-61; 93,с.82-92) (рис.2).

Основополагающее значение для практики становления физической культуры личности в процессе физкультурного образования имеют общие социальные принципы: оздоровительной направленности, связи с трудовой и оборонной практикой и всестороннего развития личности (57; 73; 91; 92,с.48-52; 5;32;22;23;58,с. 16-24; 94).

Настоящие принципы отражают наиболее общие закономерности становления общества, его запросы и потребности и в этой связи направляют процесс физкультурного образования на приобретение членами общества необходимых качеств, позволяющих активно участвовать в преобразовании социума и собственного совершенствования.



Рис. 2. Принципы физкультурного образования.

Реализация общих социальных принципов физической культуры в процессе физкультурного образования призвано обеспечить единство всех сторон подготовленности школьников к практике социально значимых видов деятельности, сформированность социальных и личностных потребностей и способностей, связанных с овладением ценностями физической культуры.

Принцип оздоровительной направленности отражает социальную заинтересованность и потребность в сохранении и укреплении здоровья людей – главной ценности любого общества.

Здоровье человека – это состояние полного физического, духовного и социального благополучия, а не только отсутствие болезней и физических дефектов (4,с.3-11; 14,с.48-54; 51; 101.с.25).

В силу данного утверждения принцип оздоровительной направленности в формировании физической культуры личности является одним из приоритетных, так как систематический контроль за состоянием своего здоровья, выполнение личностно и социально значимых гигиенических норм и правил, освоение системы знаний о ценностях физической культуры и их направленном использовании для сохранения и укрепления здоровья есть один из критериев культурного человека.

Принцип связи с трудовой и оборонной практикой в целом, отражает прикладную направленность, и призван:

- обеспечить прикладность специально подобранных средств, методов и форм физкультурно-образовательной деятельности сообразно специфическим требованиям учебной, профессиональной и военной деятельности;

- осуществлять формирование специальной (профессиональной) подготовленности в единстве и на основе общей физической (двигательной) подготовки;

- сформировать систему теоретических знаний и практических умений, необходимых для профессионального физического совершенствования и самосовершенствования;

- обеспечить формирование комплекса профессионально важных личностных свойств, качеств и функций наряду со становлением системы профессиональных двигательных способностей.

Принцип связи с трудовой и оборонной практикой в формировании физической культуры личности связан с воспитанием таких личностных

качеств, как: дисциплинированность, внимательность, организованность, собранность, решительность, целеустремленность, самообладание, ответственность.

Принцип всесторонности в настоящее время рассматривается с позиций отражения гуманистических и демократических преобразований общества; его суть - на основе удовлетворения потребностей личности и с учетом ее способностей обеспечить единство позитивных преобразований в отношении мировоззренческого, нравственного, трудового, физического, эстетического и аксиологического воспитания; сформировать систему потребностей, связанных с ценностями физической культуры. При соблюдении единства сторон воспитания важно столь же комплексно осуществлять обучение личности (усвоение социального и специфического физкультурного опыта) и ее развитие (физическое, психическое); обеспечить непрерывность и преемственность педагогических воздействий на различных этапах жизни и деятельности человека.

Конкретное воплощение общих социальных принципов находит отражение в ряде обще-методических и специфических принципов, которые наиболее характерны для частных аспектов физической культуры и отражают закономерности процесса физкультурного образования, призванного обеспечить эффективность обучения, воспитания и развития личности, становления ее физической и базовой культуры.

К общеметодическим принципам относятся: принцип сознательности и активности, наглядности, доступности и индивидуализации, систематичности (73; 47; 95; 106).

Принцип сознательности и активности обусловлен необходимостью обеспечения оптимального соотношения педагогического руководства и деятельностью учащихся, формирования у них личностных черт и качеств, способствующих сознательно-активному отношению к участию в собственном образовательном процессе.

Реализация принципа сознательности возможна при соблюдении

методических положений обеспечивающих организацию и содержание образовательного процесса.

1. Четкая и конкретная постановка цели и задач, как отдельного занятия, так и целостного процесса физкультурного образования. При этом необходимо учитывать следующие условия: цель определяет, как ближайшие действия, так и перспективу, учет возрастных и половых различий учащихся, уровень их психического развития и функциональную подготовленность, личностные потребности.

2. Привлечение и стимулирование учащихся к самоанализу, самоконтролю и самооценке в процессе физкультурного образования.

3. Нацеленность процесса физкультурного образования на стимулирование инициативы и творческой самостоятельности.

Реализация принципа активности отражается в основных результатах образовательного процесса, которыми являются:

- сформированность активной личности с оригинальным набором ее свойств и качеств: принципиальности, дисциплинированности, единства слова и дела, активной жизненной позиции, убежденности, выдержки, самостоятельности, инициативы и творчества;

- проявление активности личности в различных социально и личностно значимых видах деятельности.

Реализация принципа наглядности в формировании физической культуры личности предусматривает необходимость воздействия на психоэмоциональную природу учащихся, в ходе образовательного процесса с целью обеспечения на его основе взаимосвязи с образовательной задачей, при этом следует учитывать, что наглядность есть свойство и особенность психофизиологических образов и явлений (59,с.89; 91, с.58; 75, с.204).

Наглядность должна обеспечивать простоту и понятность для учащихся того образа действия, движения, которым в процессе восприятия, памяти, мышления и воображения следует овладевать. Основной функцией наглядности является обеспечение взаимосвязи учащегося со специальной

двигательной задачей; представление наглядного материала, через который может быть создана предпосылка рационального способа выполнения действия (49).

Сложная психофизиологическая природа наглядности предполагает вовлечение в процесс физкультурного образования не только зрительных, но и слуховых и проприоцептивных ощущений, в совокупности обеспечивающих наиболее полное восприятие двигательного действия и способов его выполнения.

Наглядность может способствовать успеху обучения при следующих методических условиях:

- на основе привлечения к обучению предшествующего двигательного опыта создать у учащихся возможно более точный и полный мысленный и зрительный образ разучиваемого действия, что достигается комплексным использованием разнообразных средств и способов зрительной наглядности;

- в процессе обеспечения наглядности возможно полнее использовать специальные воздействия на проприоцептивную, вестибулярную, слуховую, сенсорные системы; формирование подобного рода чувственных ощущений и восприятий достигается способами практического выполнения упражнения с использованием методов «двигательной» наглядности; в данном случае в процессе обеспечения наглядности целесообразно использовать ведущий для каждого человека анализатор;

- восполнение мышечного и зрительного образа разучиваемого действия осуществлять при использовании методов «опосредованной» наглядности, к которым относятся понятный и доступный для восприятия словесный образ действия (59,с.89-90; 73,с.50-53; 91,с.58-60; 92,с.55-56; 93,с.85-86; 75,с.203-204; 41,с.12-13; 76,с.163-168; 83).

- использование ярких примеров проявления культурологических характеристик поведения, преподавателей, родителей, окружающих, основанных на следующих закономерностях: явления воспринимаемые зрением, быстро запечатлеваются в сознании, не требуют раскодирования,

психологической основой примера служит подражательность (76; 9; 71; 81).

Соблюдение принципа доступности в физкультурном образовании обусловлено социальной и личностной потребностью обеспечить оздоровительный эффект от занятий, стимулировать образовательную деятельность учащихся, повысить эмоциональность занятий, с целью преобразования образовательного и эмоционального компонентов культуры школьников.

Реализация данного принципа в процессе физкультурного образования обеспечивается выполнением основных педагогических требований:

1. Определить оптимальную меру доступности материала на основе изучения физического и психофизиологического развития, двигательной подготовленности учащихся; обеспечить соответствие между предлагаемыми трудностями обучения и развитием возможностей учащихся в их преодолении.

2. Создать организационно-методическую базу доступности; на основе подбора адекватных средств, методов и организационных форм физкультурного образования обеспечить преемственность и последовательность в формировании двигательных способностей и потребностей человека. Это особенно важно в системе непрерывного образования, где соблюдение доступной преемственности обучения, воспитания и развития выступает главным условием становления личности.

3. Создать как общую, так и специальную двигательную и личностную подготовленность к преодолению вновь возникающих трудностей. Таким образом, будет подготовлена специально-двигательная база для роста меры доступного от этапа к этапу в целостном процессе физкультурного образования (59,с.91-96; 73,с.52-53; 91,с.55-58; 92,с.56-57; 93,с.86-87; 83,с.307-310).

Сущность принципа индивидуальности состоит в дифференциации учебных заданий и способов их решения сообразно индивидуальным особенностям учащихся (13;37).

Успешная реализация принципа индивидуальности обусловлена внедрением в процесс физкультурного образования дифференцированного подхода предполагающего в целом использование всей совокупности адаптированных средств и методов физической культуры в соответствии с личностными потребностями, состоянием двигательных-функциональных способностей

Регламентация обучающих, воспитывающих и развивающих воздействий на личность, в процессе физкультурного образования, определила выделение принципа систематичности отражающий основные и наиболее важные закономерности направленного использования ценностей физической культуры.

Принцип систематичности наиболее полно представлен системой частных принципов, отражающих закономерности обучения, воспитания и развития в физкультурно-образовательной деятельности и обеспечивающие направленное становление физических качеств, двигательных умений и навыков, функциональных возможностей (59; 73,с.53-55; 91.с.67-68; 58; 75,с.229-302; 31).

Принцип непрерывности предполагает определенную последовательность и преемственность тренирующих воздействий для становления различных сторон подготовленности учащихся; недопущение неоправданных перерывов между тренировочными занятиями. Тренировочный эффект достигается за счет получения кумулятивного накопления следовых явлений тренировки.

Принцип постепенности наращивания нагрузок и их адаптированного сбалансирования заключается в прогрессивном наращивании тренирующих воздействий путем реализации основного методологического условия – оптимальная нагрузка должна соответствовать состоянию подготовленности учащихся на каждом этапе обучения.

Принцип возрастной адекватности ориентирует на последовательное и преемственное изменение главной направленности процесса физкультурного

образования в зависимости от возраста учащихся, с учетом биологических стадий физического развития, физической подготовленности, психофизиологического и умственного созревания, возрастной социализации.

Сущность реализации данного принципа в том, чтобы целенаправленным подбором средств и методов воздействовать на те качества и функции человека, для эффективного формирования которых в настоящий момент имеются благоприятные социально-биологические предпосылки.

Целесообразное построение процесса физкультурного образования невозможно без соблюдения принципа цикличности, отражающего закономерную повторяющуюся последовательность занятий, их серий, этапов, чередующихся во времени – микро-, мезо-, макроциклов (59; 95; 60; 96).

3.2. Средства реализации физкультурного образования

Совокупность средств физкультурного образования, отражающая преимущественную их направленность на становление физической культуры личности опирается на общепринятые классификации средств физической культуры (59,с.28-50; 73,с.24-36; 91,с.36-58; 92,с.72-91; 93,с.40-58; 95,с.58-82; 61,с.187-198, 211-219; 72,с.49-62; 81,с.195; 97, с.72-79; 107, с32-40).

Средства реализации задач физкультурного образования с достаточной долей условности можно представить следующими группами: физические упражнения; естественные силы природы и гигиенические факторы; вспомогательные и дополнительные средства (рис.3.).

Организация жизненного опыта учащихся посредством планомерного и регулярного выполнения действий и поступков, позволяющая формировать положительные привычки и навыки поведения, проявляется в упражнениях (9,с.55; 71; 81).

Упражнение является как основным средством физкультурного образования (физические упражнения), так и в целом, становления физической культуры личности.

В физкультурно-образовательной практике физические упражнения используются как средство обучения двигательным действиям (59;13), воспитания физических качеств и двигательных способностей (13; 34; 99), совершенствования телесных форм и качеств: осанки, гибкости тела, отдельных компонентов и пропорций телосложения, поддающихся регулированию (13; 34; 99; 16; 20; 26), развития личности занимающихся (99; 85), удовлетворения природной потребности человека в движении (85), повышения устойчивости организма к неблагоприятным воздействиям внешней среды (85; 38).

Кроме того, физические упражнения являются эффективным средством укрепления здоровья человека и повышения его умственной и физической работоспособности (26; 19; 89).

Физические упражнения по своему содержанию группируются на обще-подготовительные, специально-подготовительные и соревновательные.

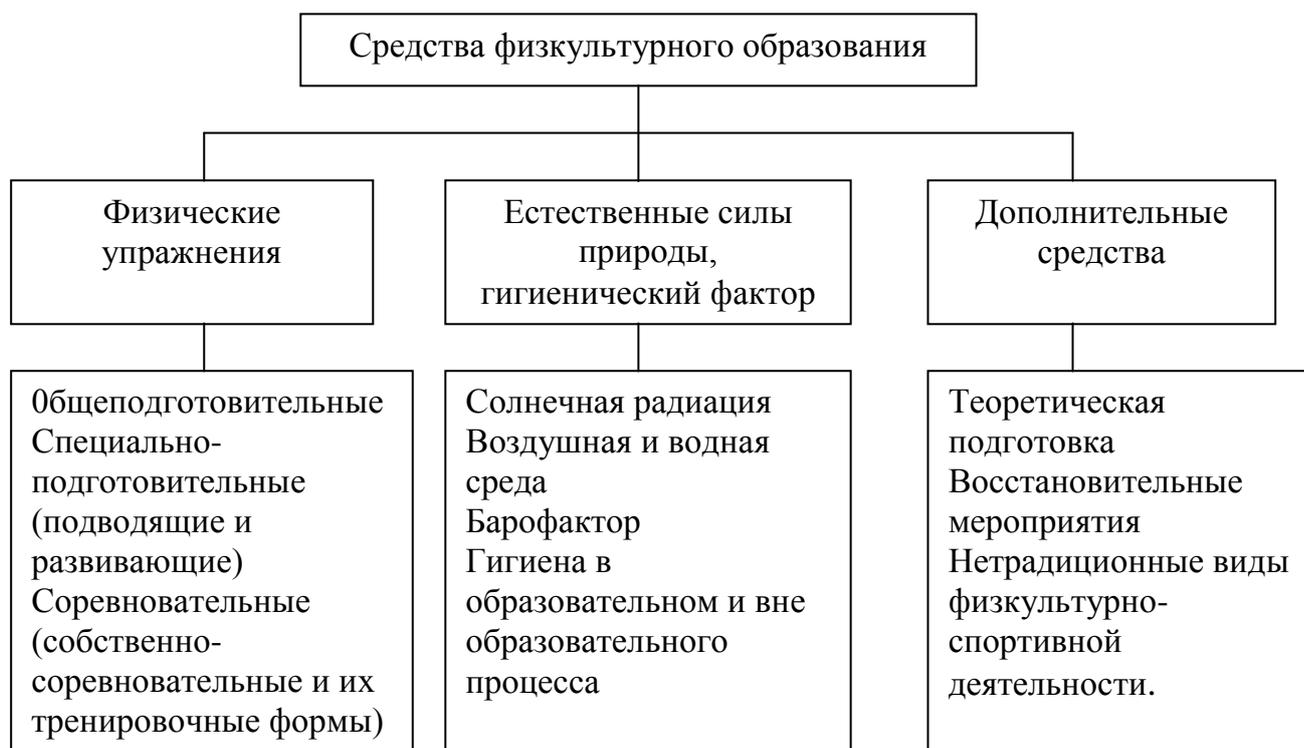


Рис. 3. Средства физкультурного образования.

Обще-подготовительные упражнения входят, как правило, в содержание видов физической подготовки и видов спорта, обусловленные программно-нормативными документами для общеобразовательных школ, средних, профессиональных и высших учебных заведений.

Характерным для обще-подготовительных упражнений является то, что они обеспечивают всесторонность двигательной подготовленности, становления базы для дальнейших специальных воздействий специально-подготовительными и соревновательными упражнениями, овладение знаниями физической культуры и основ теории и методики физкультурного образования (13; 33).

Специально-подготовительные упражнения решают частные задачи физкультурного образования в становлении основных компонентов физической культуры личности.

Специально-подготовительные упражнения имеют узкоспециализированный характер воспитания специфических компонентов физических качеств, двигательных умений и навыков, специальных двигательных и психофизиологических качеств, функциональных и личностных качеств и черт, обусловленных требованиями образовательного процесса, как в сфере физической культуры, так и в процессе спортивной подготовки.

Специально-подготовительные упражнения включают в себя соревновательные действия, а также движения и действия, существенно, сходных, с ними по форме и характеру проявленных способностей (106; 27; 45).

В зависимости от преимущественной направленности, специально-подготовительные упражнения подразделяют:

- на подводящие, способствующие освоению техники двигательных движений и действий;

- на развивающие, обеспечивающие направленное воздействие на становление физических и личностных свойств, качеств, функций.

Весьма значимыми для становления физической культуры личности

являются соревновательные упражнения (97; 24) отражающие специфические особенности вида спорта и соревновательного метода. Они способствуют:

- эффективному формированию двигательных умений и навыков, входящих в собственно соревновательную деятельность;
- целенаправленному воспитанию физических качеств и их специальных компонентов, характерных для конкретной соревновательной деятельности;
- формированию комплекса личностных способностей;
- контролю и выявлению эффективности педагогических вмешательств;
- становлению состояния спортивной формы;
- широкому использованию воздействия коллектива (77,с.117; 78,с.241), педагогических стимулов (77,с.119), воспитывающих ситуаций (78,с.154; 79,с.304).

В группу средств естественных сил природы входят, прежде всего солнечная радиация, воздушная и водная среда, барофактор, гигиена в и вне учебного процесса (59; 91; 5; 95; 65). Естественные силы природы могут выступать как в самостоятельном виде, выполняя функции закаливания, общего оздоровления, средством активного отдыха и восстановления, так и в сопутствующих факторах дополнения и усиления эффективности физических упражнений. Таким образом, естественные силы природы могут способствовать повышению общих и адаптационных свойств и качеств организма.

Гигиенические средства, в процессе физкультурного образования также могут использоваться в качестве создающих условия для полноценных занятий физическими упражнениями. К их числу относят режим дня, питания, отдыха; нормы личной и общественной гигиены; оптимальную физическую нагрузку с учетом адекватных возможностей школьников на отдельных возрастных этапах (70; 108). Гигиеническая ценность определяется соблюдением правил занятий физическими упражнениями,

соблюдением чистоты воздуха, освещенности, гигиены одежды.

Использование естественных сил природы и гигиенических факторов имеет равнозначное значение как в целостном физкультурно-образовательном процессе, так и вне, его.

Методология использования естественных сил природы и гигиенических факторов имеет два направления:

- самоценностное, предполагающее самостоятельное значение каждого из указанных средств, для позитивного становления индивидуального здоровья и его составляющих; обеспечения оптимальной жизнедеятельности человека;

- сопряженное, отражающее комплексный и одновременный характер применения физических упражнений, естественных сил природы и гигиенических факторов, что предполагает эффект усиления воздействий каждого из средств на человека.

Таким образом, использование в практике физкультурного образования учащихся естественных сил природы и гигиенических факторов обеспечит в целом естественно-гигиеническую основу их оздоровления, становление компонентов физической культуры личности.

3.3 Методы освоения физкультурного образования

Решение самых разнообразных задач физкультурного образования в становлении физической культуры личности возможно при использовании всего многообразия методов, которые в настоящее время представлены двумя группами (рис.4.):

- общепедагогические (применяемые во всех случаях обучения, воспитания и развития);

- специфические (характерные только для процессов образования в сфере физической культуры), и отражающие особенности практического (двигательного) упражнения (59; 73,с.36; 92,с.112; 193,с.59; 194; 83; 9; 72,с.109; 107,с.40; 28; 110, с.83).

Общепедагогические методы представлены группами методов наглядного и вербального (речевого) воздействия.

Наглядность воздействия, применяемая преимущественно в процессе обучения, реализуется посредством использования в практике физкультурного образования методов зрительной, звуковой и двигательной наглядности, обеспечивающих в совокупности комплексное восприятие объекта познания и деятельности.



Рис. 4. Методы физкультурного образования.

Методы зрительной наглядности обеспечивают, прежде всего, оценку и контроль пространственных характеристик движений и действий.

Существуют две основные формы зрительной наглядности: непосредственный показ (демонстрация поз и движений) и иллюстративные материалы (плакаты, кино, видео, фото, муляжи, рисунки и тому подобное).

Особое значение в практике обучения двигательным действиям имеют зрительные ориентиры (как метод зрительной наглядности), способствующие рациональному выполнению движений, становлению ориентиров у учащегося в пространстве и времени.

Методы звуковой наглядности позволяют сформировать у занимающихся способность оценивать пространственно-временные и временные характеристики двигательных действий. Для этого используются обусловленные сигналы, дающие занимающемуся представления о времени выполнения действия: свистки, хлопки, подсчет, постукивание и т.п. с помощью которых можно добиться усвоения темповых и ритмовых характеристик движения (91.с.96; 107; 98).

Использование в практике физкультурного образования учащихся методов звуковой наглядности позволяет в процессе занятий при выполнении строевых упражнений и групповых комбинаций, добиться синхронности выполнения занимающимися двигательных действий, способствует качественному управлению физкультурно-спортивной деятельности.

Эффективность методов звуковой наглядности достигается при условии отчетливого восприятия звуковых сигналов учащимися, своевременной их подачи, сопряженности звукового сигнала со зрительными ориентирами.

С применением методов «двигательной» наглядности решается основная задача обучения в физкультурном образовании – становление техники выполнения двигательных действий на основе восприятий поступающих от двигательного аппарата.

Группу вербальных методов воздействия можно условно разделить на методы, служащие средством передачи знаний (объяснение, рассказ), управления занимающимися (команды, распоряжения), оценки деятельности (разбор, замечание, словесная оценка). Методы должны отвечать требованиям краткости и возрастной доступности, точности терминологии словесного воздействия, точности и образности технике двигательного действия, объективности словесной оценки деятельности учащихся, доброжелательности словесного воздействия (59; 73; 91; 92; 93; 75; 81; 90; 63).

Назначение вербальных методов в практике физкультурного образования заключается в следующем:

- в создании первоначального представления о технике физических упражнений и ее элементах и о возможных способах ее коррекции;
- в обеспечении организационных мероприятий, управлении действиями учащихся;
- в активизации отношений к физкультурно-спортивной деятельности;
- в стимулировании развития и становления интеллектуальных способностей;
- в регулировании психоэмоционального состояния занимающихся, решении комплекса воспитательных задач;
- в оценке и контроле физкультурно-спортивной деятельности.

В настоящее время утвердилось положение, что необходимый эффект в обучении достигается оптимальным соотношением (сочетанием) наглядных и вербальных методов воздействия, что дает основание для формулирования следующих основных методических рекомендаций к их совместному использованию:

- при обучении несложным двигательным действиям целесообразно сочетать их краткое словесное описание с одновременным выполнением, как учащимися, так и учителем; этот прием может использоваться при разучивании, например, комплексов обще-подготовительных упражнений;

- обучая сложным двигательным действиям на основе имеющегося у занимающихся двигательного опыта, сначала надо разъяснить суть важных моментов техники, а затем предоставить наглядный материал;

- при обучении или совершенствовании звеньев и деталей техники может быть использован показ без разъяснения сути изучаемого действия, упражнения;

- словесный анализ техники действий и исправления ошибок целесообразно сочетать с наглядным материалом;

- в процессе обучения и совершенствования техники действий и движений окажутся полезными словесные замечания учителя, высказанные по ходу выполнения упражнения в отношении его направления, основных усилий, темпе, ритме и тому подобное.

Своеобразное положение по отношению к специфическим методам физкультурного образования и особую принадлежность к методам «двигательной наглядности» занимают методы с использованием технических средств обучения и развития. В практике физкультурного образования чаще всего используются различные тренажеры, тренажерные устройства и технические решения.

Особое значение в практике физкультурного образования имеют методы идеомоторного и психорегулирующего упражнения (тренировки). Их основу составляет высокая взаимосвязь, взаимообусловленность и единство физического (прежде всего функциональных возможностей и двигательных способностей) и психического (качество психоэмоциональных процессов и проявлений) в человеке.

Совершенствованию специализированных восприятий, необходимых для становления техники двигательных действий, способствует идеомоторная тренировка, которая позволяет занимающемуся посредством мысленного воспроизведения (повторения) визуальных кинестетических представлений реальных движений лучше усвоить технические варианты исполнения двигательных действий (68). При помощи зрительно-слуховых.

мышечно-двигательных, зрительно-двигательных и двигательно-словесных представлений реальных действий и движений можно значительно легче усвоить оптимальные технико-тактические варианты их выполнения, режим работы мышечного аппарата (81).

Основу метода психорегулирующего упражнения составляет использование эффекта специально подобранных физических упражнений (успокаивающих, мобилизирующих), «внутреннего» (самим занимающимся) и «внешнего» (со стороны преподавателя) слова (самовнушения – внушения, самоприказов – приказов) для регуляции (оптимизации) психоэмоционального и нервно-мышечного состояния, нормализации (адекватности) деятельности вегетативных функций и систем.

Овладение методами психорегулирующей тренировки особенно значимо для учащихся, в силу высоких психофизиологических напряжений учебных занятий и повседневной деятельности (11, с.84-85; 40, с.125-126).

Основное назначение метода психорегулирующего упражнения в практике физкультурного образования – становление психического компонента здоровья, под которым подразумевается общее состояние и функционирование здоровой психики. Овладение методами и приемами психорегулирующего упражнения подробно описаны в специальной литературе (68; 109).

Мы полагаем, что овладение методическими приемами психорегулирующего упражнения и их использование в практике повседневной жизни и деятельности учащихся весьма актуально в силу необходимости противостоять стрессогенным факторам внешней среды. При этом в зависимости от создавшихся условий, ситуаций и вида деятельности (учебной, трудовой, игровой, спортивной и другие) психорегулирующая тренировка может носить как успокаивающий (произвольная релаксация), так и мобилизирующий характер.

Группа специфических методов в физкультурном образовании может

быть представлена игровым, соревновательным методами и группой методов строго регламентированного упражнения (59; 73; 60).

Характерные черты и методические особенности игрового метода позволяют организовать процесс физкультурного образования на более высоком эмоциональном уровне, стимулируя при этом заинтересованность, сознательность, активность и «включенность» учащихся в физкультурную деятельность; на основе соперничества обеспечить максимальное проявление и развитие двигательных способностей; моделировать межличностные отношения как основу формирования комплекса личностных свойств и качеств (31).

Отсутствие жесткой регламентации игровой деятельности, необходимость решения в игре разнообразных двигательных задач, образность, сюжетная и ролевая основа подвижных игр способствуют максимальному проявлению и совершенствованию, практически всех физических и личностных качеств. Высокая вероятность игровых ситуаций в режиме мышечной деятельности определяет особый тип взаимодействия между двигательной и вегетативной функциями, оптимизируя их и обеспечивая на этой основе высокую функциональную подготовленность. Игровой метод в силу присущих ему особенностей весьма эффективен в формировании коллективизма, взаимовыручки, товарищества, воли, дисциплинированности и других качеств личности (59,с.74-76; 73,с.42; 72,с.110; 97,с.84-85; 107,с.46; 28; 63,с.230-231; 42)

Основу соревновательного метода составляет процесс соревнования как конкурентного сопоставления сил в условиях упорядоченного соперничества. В практике физкультурного образования соревновательный метод может быть организован на основе практически любых физических упражнений, жестко регламентированных содержанием, правилами и условиями их выполнения.

Достаточно жесткая регламентация соревновательного метода, обусловленная заданной программой соревнований, не исключает, однако,

возможность и необходимость широкого варьирования условий и содержания соревнований для более эффективного и целенаправленного решения многообразных задач обучения, воспитания и развития в рамках образования в сфере физической культуры.

Исключительно велико значение соревновательного метода в формировании таких качеств как целеустремленность, настойчивость, решительность, самообладание, которые диктуются условиями соревновательной деятельности и которые лежат в основе становления физической культуры личности.

Методы строго-регламентированного упражнения наиболее значимы для практики физкультурного образования; именно с их помощью достигается необходимая степень избирательности тренирующего воздействия на различные двигательные способности учащихся. Методы этой группы характеризуются многократным выполнением заданного действия (упражнения) при строгой регламентации программ действий, движений и величины нагрузок.

Специфика процесса физкультурного образования обуславливает условное разделение методов строго-регламентированного упражнения на следующие группы:

- методы, основанные на различных подходах к воспитанию двигательных (физических) качеств;
- методы, основанные на различных подходах к формированию (совершенствованию) двигательных умений и навыков.

Методы, основанные на различных подходах к преимущественному воспитанию двигательных (физических) качеств, включают методы избирательного, комплексного (интервального) и сопряженного воздействия.

Методы избирательного воздействия направлены на воспитание какого-либо физического качества; к этой группе методов следует отнести методы равномерного, повторного и повторно-серийного упражнения,

обеспечивающие соответственно преимущественно воспитание общей и специальной выносливости, специальных компонентов физических качеств и функциональных возможностей, становление морфологической базы эффективной физической подготовки (18; 59; 73; 106; 31; 34; 82).

Использованием группы методов избирательного воздействия обеспечивается высокий уровень специальной физической подготовленности учащихся; возможность целенаправленно воздействовать на специальные качества занимающихся присущие данному виду физкультурно-спортивной деятельности.

Широкое распространение в практике физкультурного образования имеет метод «круговой тренировки» (116), обеспечивающий комплексное воздействие на физические качества и их специальные компоненты, повышающий эмоциональность занятий, снимающий их монотонность за счет включения разнообразных упражнений (нагрузок) на «станциях».

Основу «круговой тренировки» составляет повторное или повторно-серийное выполнение нескольких видов физических упражнений, подобранных и объединенных в комплекс. Вариативность метода «круговой тренировки» позволяет эффективно воздействовать на общую и специальную выносливость, силу, скоростно-силовые качества и быстроту и другие.

Главным недостатком метода «круговой тренировки» является его низкая обучающая направленность, когда в силу нарастающего утомления снижается качество техники выполнения упражнения.

Метод сопряженного упражнения выражает методическую особенность единства физической и технической подготовки (18), обеспечивает возможность одновременного решения задач воспитания физических качеств и их специальных компонентов и формирование специальных двигательных умений и навыков. Реализация метода предусматривает, как правило, использование специально-подготовительных и соревновательных упражнений, способствующих

достижению сопряженного эффекта на всех этапах и периодах подготовки.

Методы, основанные на различных подходах к формированию преимущественно двигательных умений и навыков, представлены методами расчлененно-конструктивного и целостного упражнения (18; 59; 73; 60; 81; 11).

При обучении наиболее эффективны методы упражнения, расчлененного на части, отражающие основные характеристики разучиваемого движения. Когда расчленение невозможно без нарушения основных характеристик и структуры движения, то предпочтителен метод целостного упражнения. В таком случае движение упрощается за счет исключения деталей техники и затем, по мере освоения разучиваемого движения, оно воссоздается в первоначальном виде.

На этапе разучивания преимущественное применение находит метод стандартно-повторного упражнения, направленный на совершенствование отдельно звеньев и деталей техники двигательного действия. В процессе совершенствования двигательных действий используются методы как стандартно-повторного, так и вариативного упражнения. Первый предполагает повторное выполнение движения, строго регламентированного по структуре и нагрузке; направлен на формирование и закрепление двигательного навыка. Для второго характерно внесение по ходу совершенствования движения некоторых изменений в его структуру и параметры, изменение деталей техники, условий выполнения и тому подобное. Такая вариативность воздействующих факторов обеспечивает формирование гибкого и вариативного двигательного навыка.

Особое значение в становлении физической культуры личности в процессе физкультурного образования занимают методы идеомоторного и психорегулирующего упражнения. Их основу составляет использование «внутреннего слова», образного мышления и чувственных представлений о движении и регуляции физического, волевого и эмоционального состояния (59,с.79; 61,с.212; 81.с.237; 8, с.103-121; 25, с.264; 64,с.351).

Основу идеомоторного упражнения составляют визуальные и кинестетические мысленные повторения реальных движения, что позволяет лучше усвоить варианты исполнения движений.

3.4. Формы организации физкультурного образования

Все многообразие форм организации физкультурного образования целесообразно представить двумя большими группами: классно-урочной и внеурочной (рис.5.), которые равнозначно приемлемы в становлении культуры личности обучающихся (59,с.322-324; 75,с.300-301; 79,с.218-219; 65,с.116-117;

В системе физкультурного образования классно-урочная форма является основной и представлена, прежде всего, уроками физической культуры, обеспечивающими целостность образовательного процесса.

Реализация задач формирования личности в урочной форме предусматривает целесообразность использования теоретических уроков, а также семинарских и практических занятий.

В целом теория и методика урока подчинена сложившимся на сегодняшний день представлениям о логике и практике его построения и проведения (59; 91; 94; 65; 115).

Многообразие ценностей физической культуры и необходимость их полноценной трансформации в личность обуславливает использование в практике различных конкретно-направленных уроков.

Уроки можно определенным образом классифицировать, и в основе таковой будет лежать сущность явлений и процессов, отражающих дидактические цели и задачи, а также учебный материал и его основное содержание.

Основными требованиями, предъявляемыми к уроку физической культуры с направленностью на становление физической культуры личности учащейся молодежи должны стать:

- направленность урока на формирование устойчивого интереса к физкультурно-спортивной деятельности, физическому и духовному совершенству;

- реализация ценностного потенциала физической культуры для решения задач обучения, воспитания и развития личности учащейся молодежи, становления её культуры;

- обеспечение дифференциации педагогических воздействий на основе индивидуального подхода к обучающимся;

- непрерывность и этапность занятий в течение четверти, семестра, учебного года.

Группа внеурочных форм организации физкультурного образования представлена внеклассными, внешкольными и формами занятий физическими упражнениями в режиме дня. Считается, что их внедрение позволит более эффективно осуществлять становление личностных характеристик учащихся (59,с.353-358; 73,с.271-283; 91,с.226-235; 92,с.85-87; 93,с.243; 65, с.146-178; 7; 55,с.2-4; 88,с.262-301; 111,с.131-148).

К внеклассным формам относят занятия в группах общей физической подготовки, секциях по видам спорта, неклассификационные соревнования, которые при правильной организации и адекватной направленности существенно обогащают процесс формирования физической культуры личности.

Основная цель групп ОФП – достижение необходимого кондиционного уровня физической подготовленности у учащихся.

Секции по видам спорта обеспечивают в целом общую базу подготовленности занимающихся. Они позволяют осуществлять специальные воздействия на здоровье учащихся в избранном виде спорта, а также реализовывать демократические и гуманистические начала физкультурно-спортивной деятельности (95; 82; 103; 104).

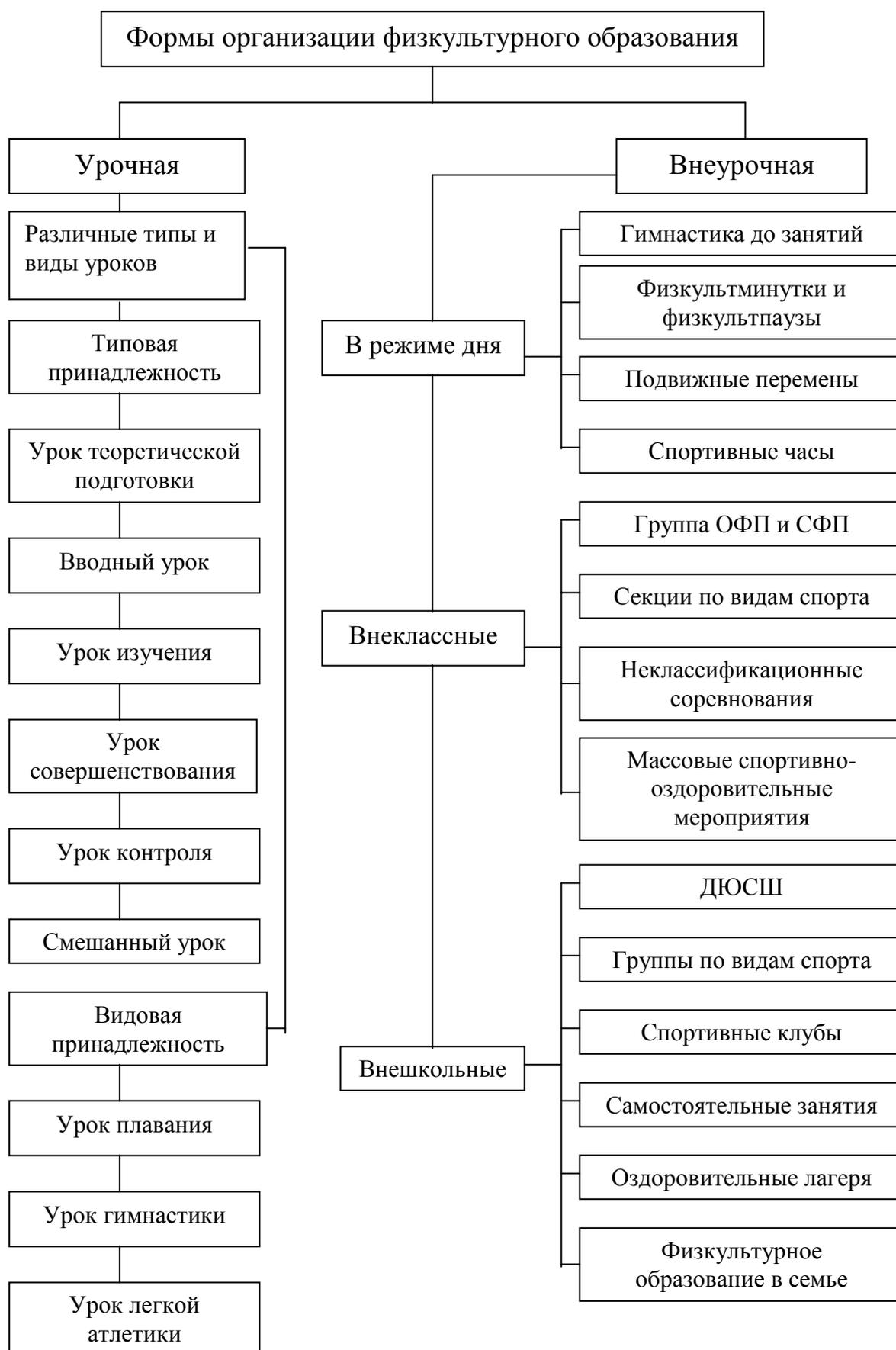


Рис. 5 Формы организации физкультурного образования.

Неквалификационные соревнования, равно как и соревновательный метод физкультурного образования, способствует воспитанию целеустремленности, решительности, настойчивости, самообладания и других качеств, весьма необходимых для становления базовой культуры школьников, а также повышению двигательной активности, воспитанию интереса к физкультурно-спортивной деятельности и потребности к занятиям физическими упражнениями.

Внешкольные формы организации физкультурного образования представлены занятиями в ДЮСШ, различных группах по видам спорта спорткомплексов и культурных центров, спортивных клубах по месту жительства, самостоятельными занятиями, спортивной работой в оздоровительных лагерях, физкультурным образованием в семье.

Самостоятельные занятия, как процесс самовоспитания школьников, призваны формировать у учащихся положительное отношение к занятиям физическими упражнениями, становление убеждений в их необходимости и систематичности выполнения, ориентацию на здоровый образ жизни и проявление культуры бытия.

Семейное физкультурное образование позволяет проводить совместные занятия родителей и детей разнообразными физическими упражнениями, видами спорта, двигательной активности, которые создают благоприятный климат в семье и служат основой формирования культурологических характеристик личности учащихся, их физическому и духовному развитию.

К физическим упражнениям в режиме дня относят физкультминутки, физкультпаузы, гимнастику до занятий, подвижные перемены, спортивный час. Направленность и содержание данных форм занятий сводится к решению задач повышения общей двигательной активности, поддержания достигнутого уровня работоспособности, повышения психоэмоционального состояния учащихся в процессе образовательной деятельности (91).

Следует признать, что только систематическое использование

дидактического обеспечения, позволяет создать основу включенности учащихся в процесс физкультурного образования имеющего целевую установку – способствовать становлению физической культуры личности.

Литература

1. Абульханова- Славская, К.А. Стратегия жизни /К.А.Абульханова-Славская.- М.: Мысль, 1991. 299с.
2. Аванесов, В.С. Методические указания по основам научной организации контроля в вузе/ В.С.Аванесов.- М., 1988.- 105с.
3. Аверьянов, А.Н. Системное познание мира: Методологические проблемы / А.Н.Аверьянов.- М.: Политиздат, 1985.- 236с.
4. Айзман, Р.И. Медико-социальные и биологические аспекты формирования здоровья: сб. науч. тр. / Р.И.Айзман, Н.П.Абаскалова.- Л.: ЛГПИ, 1996.- С.3-11.
5. Алексеев, А.В. Себя преодолеть / А.В.Алексеев.- М.: Физкультура и спорт, 1985.-192с
6. Алексеев, П.В. Теория познания и диалектика: учеб. пособ. для вузов/ П.В.Алексеев, А.В.Панин.- М.: Высш. шк., 1991.- С. 96.
7. Амосов, Н.М. Мое мировоззрение // Вопросы философии.- 1992.-№6.- С.6-8.
8. Ананьев, Б.Г. Избранные психологические труды: В 2т./ Б.Г.Ананьев.- М., 1980.- Т.1.- 294с.
9. Ананьев, Б.Г. Человек как предмет познания / Б.Г.Ананьев.- М.: Наука, 2000. 351с.
- 10.Ананьев, Б.Г. О психологических эффектах социализации/Б.Г.Ананьев//Человек и общество. – Л.: ЛГУ, 1971.-С.16.
- 11.Афанасьев, В.Г. О системном подходе в социальном познании / В.Г.Афанасьев // Вопросы философии.- 1973.- №6.- С.125-138
- 12.Афанасьев, В.Г. Общество: системность, познание и управление / В.Г.Афанасьев.- М.: Политиздат, 1981.-432с.
- 13.Афанасьев, В.Г. Проблемы целостности в философии и биологии/ В.Г.Афанасьев. М.: Мысль, 1969.- С.32.
- 14.Афанасьев, П.А. Йога-пранаяма (дыхательная гимнастика) /

П.А.Афанасьев.- Ростов-на-Дону: РГУ, 1990.- 46с.

- 15.Афанасьев, П.А. Школа йоги: Восточные методы психофизического совершенствования / П.А.Афанасьев.- Минск: Полымя, 1991.-155с.
- 16.Ашмарин, Б.А. Теория и методика педагогических исследований в физическом воспитании / Б.А.Ашмарин.- М.: Физкультура и спорт, 1978.-223с.
- 17.Бальсевич, В.К. Физическая культура: молодежь и современность / В.К. Бальсевич, Л.И. Лубышева // Теория и практика физической культуры. 1995. №4. С.5-11.
- 18.Бальсевич, В.К. Физическая культура для всех и для каждого / В.К.Бальсевич. –М.: Физкультура и спорт, 1988.-208с.
- 19.Бальсевич, В.К. Физическая подготовка в системе воспитания культуры здорового образа жизни человека (методологический, экологический и организационный аспекты) / В.К.Бальсевич // Теория и практика физической культуры.1990.№1. С.14-22.
- 20.Баранов, С.П. Педагогика / С.П.Баранов, Л.Р.Болотина, В.А.Сластенин.- М.: ИП, 1967.-С.45.
- 21.Барулин, В.С. Социально-философская антропология. Общие начала социально-философской антропологии / В.С.Барулин.- М.: ОНЕГА, 1994.256с.
- 22.Батищев Г.С. Неисчерпаемые возможности и границы применения категории деятельности//Деятельность: теории, методология, проблемы.- М.: Политиздат, 1990. С.21-34).
- 23.Беликов, В.А. Дидактические основы организации учебно-познавательной деятельности школьников/ В.А.Беликов. Челябинск: ЧГПИ, «Факел», 1994.С.15.
- 24.Белкин, А.А. Идеомоторная подготовка в спорте / А.А.Белкин.- М.: Физкультура и спорт, 1983.-128с.
- 25.Белорусова, В.В. Воспитание в спорте / В.В.Белорусова.- М.: Физкультура и спорт, 1974.-117с.

- 26.Беляев, Г.С. Психогигиеническая саморегуляция / Г.С.Беляев, В.С.Лобзин, И.А.Копылова.- Л.: Медицина, 1977.-160с.
- 27.Беляев, И.А. К экзистенциальному пониманию пошлости: Социокультурная действительность и способности человека / И.А.Беляев // Мудрость бытия и пошлость быта.- Оренбург: Оренбургский филиал УрАГС, 1999.- С.14-24.
- 28.Беляев, И.А. О становлении способностей человека / И.А.Беляев // Единство естественнонаучного и гуманитарного компонентов культуры личности.- Оренбург: ОГУ, 1997. С.61-66.
- 29.Беляев, И.А. Обоснование направленности профилированного физического воспитания учащихся медицинских училищ // Актуальные проблемы развития физической культуры и спорта в современных условиях / И.А.Беляев, С.С.Коровин.- Улан-Удэ: Бурят. Кн. изд-во, 1995.-Ч.1. – С.84-86.
- 30.Беляев, И.А. Решение проблем профилированного физического воспитания учащихся медицинских училищ: Автореф. дис.... канд.пед. наук.- Екатеринбург, 1994. 22с.
- 31.Берталанфи, Л. Общая теория систем – критический обзор / Л.Берталанфи // В кн.: Исследования по общей теории систем.- М., 1969.- С.28.
- 32.Бернштейн Н.А. Биомеханика и физиология движений: Избранные психологические труды/ Н.А.Бернштейн/Под ред. В.П.Зинченко. – 2-е изд. : МПСИ, 2004.- 688с.
- 33.Блауберг, И.В. Становление и сущность системного подхода / И.В.Блауберг, Э.Г.Юдин.- М.: Наука, 1973.- 270с.
- 34.Боген, М.М. Обучение двигательным действиям / М.М.Боген.- М.: Физкультура и спорт, 1985.-192с.
- 35.Брехман, И.И. Валеология – наука о здоровье.- 2-е изд., доп., перераб. – М.: Физкультура и спорт, 1990.- С.11.
- 36.Брехман, И.И. Философско-методологические аспекты здоровья

- человека / И.И. Брехман // Вопросы философии.- 1982. №2.- С.48-54.
- 37.Былеева, Л.В. Подвижные игры / Л.В.Былеева, И.М.Коротков.- М.: Физкультура и спорт, 1982.-224с.
- 38.Вейдер, Д. Строительство тела по системе Джо Вейдера / Д.Вейдер.- М.: Физкультура и спорт, 1991.-112с.
- 39.Верещагин, В.Г. Физическая культура индийских йогов / В.Г.Верещагин.- Минск: Полымя, 1982.- 144с.
- 40.Верхошанский, Ю.В. Основы специальной физической подготовки / Ю.В. Верхошанский.- М.: Физкультура и спорт, 1988.- 331с.
- 41.Визитей, Н.Н. Физическая культура и спорт как социальное явление / Н.Н.Визитей.- Кишинев: Штиинца, 1986.- С.121; С.127.
- 42.Визитей, Н.Н. Физическая культура личности / Н.Н.Визитей.- Кмшинев: Шриинца, 1989.- 110с.
- 43.Визитей, Н.Н. Физическое совершенство как характеристика всесторонне и гармонически развитой личности / Н.Н.Визитей. С.: Физическая культура и современные проблемы физического совершенствования человека.- М., 1985.- С.37-38.
- 44.Виленский, М.Я. Система профессиональной направленности физического воспитания в педагогических вузах / М.Я.Виленский // Теория и практика физической культуры.- 1978.- №6. – С.44-47.
- 45.Виленский, М.Я. Физическая культура работников умственного труда / М.Я. Виленский, В.М. Ильинич.- М.: Знание, 1987.-96с.
- 46.Виноградов, М.И. Физиология трудовых процессов /М.И.Виноградов.- Л.:ЛГУ, 1958.- С.19.
- 47.Вопросы воспитания: системный подход/Под ред. Л.И.Новиковой.- М.: Прогресс, 1981.- С.5.
- 48.Воробьев, А.Н. Анатомия силы / А.Н.Воробьев, Ю.Н.Сорокин.- М.: Физкультура и спорт, 1980.-176с.
- 49.Востриков, В.А. Методические рекомендации для самостоятельных занятий физическими упражнениями и атлетической гимнастикой /

- В.А.Востриков.- Оренбург, 1988.-46с.
- 50.Востриков В.А. Деятельность как фактор физического образования /В.А.Востриков // Теоретико-методологические основы физического образования /В.А.Востриков, И.К.Латыпов, А.И.Федоров; Под общ. ред. В.А.Вострикова.- Оренбург: Изд-во ОГПУ,2004.- С.6.
- 51.Востриков, В.А. Физическое образование в вузе: методическое пособие /В.А.Востриков.- Оренбург: Издательство ОГПУ, 2003. С.65.
- 52.Выдрин, В.М. Введение в специальность / В.М.Выдрин.- М.: Физкультура и спорт, 1980.-119с.
- 53.Выдрин, В.М. Советская физическая культура как феномен культурной революции в СССР: Дис. доктора пед. наук.- Л.: ГИФК им. П.Ф. Лесгафта. 1979.-380с.
- 54.Галагузова, М.А. Эволюция понятия «воспитание» /М.А.Галагузова // Понятийный аппарат педагогики и образования. Вып.1.- Екатеринбург: УГПУ, 1995.- С.46.
- 55.Гандельсман, А.Б. Физиологические основы методики спортивной тренировки / А.Б.Гандельсман, К.М.Смирнов.- М.: Физкультура и спорт, 1970.- 323с.
- 56.Гвишиани, Д.М. Диалектика, системность, глобальное моделирование / Д.М.Гвишиани // Вопросы философии.- 1983.- №5.- 127с.
- 57.Гердер, И.Г. Идеи к философии истории человечества / И.Г.Гердер.- М., 1977.- С.95; С.229.
- 58.Гессен, С.И. Основы педагогики / С.И.Гессен.- М.: Школа-Пресс, 1985.
- 59.Гиру, К. Влияние концепции культуры на концепцию человека / К.Гиру // Антология исследований культуры. Т.1. Интерпретация культуры. Спб.: Университетская газета, 1997.- С.135.
- 60.Гогунов, Е.Н. Психология физического воспитания и спорта / Е.Н. Гогунов, Б.И.Мартьянов.- М.: АСАДЕМА, 2002.-288с.
- 61.Голубков, Е.П. Системный анализ как направление исследований / Е.П.Голубков //Системные исследования ежегодник 1976.- М.: Наука,

1977.- С.122.

62. Гориневский, В.В. Физическое образование / В.В.Гориневский.- СПб., 1913.- 312с.
63. Гриненко, М.Ф. Труд, здоровье, физическая культура / М.Ф. Гриненко, Г.Г. Саноян.- М.: Физкультура и спорт, 1974.-288с.
64. Грицанов, А.А. История философии: Энциклопедия/А.А.Грицанов. Мн.: Интерпрессервис; Книжный Дом, 2002. С.634.
65. Гужаловский, А.А. Физическая подготовка школьников / А.А. Гужаловский.- Челябинск. 1980.- 151с.
66. Гурвич, С.С. Единство социального и биологического в сфере физической культуры и спорта // В кн.: Социально- биологические проблемы физической культуры и спорта.- Киев: Здоров'я, 1983.- 248с.
67. Давыдов, Ю.Н. Перспектива марксистской культурологии (от проблематики обсуждения к проблеме культуры) – В кн.: Неомарксизм и проблемы социологии культуры / Ю.Н.Давыдов.- М.: Наука, 1980.- С.334-341.
68. Демин, М.В. Природа деятельности / М.В.Демин.- М.: изд-во МГУ, 1984.- 168с.
69. Дикунов, А.М. Структура педагогического мастерства /А.М.Дикунов // Теория и практика физической культуры. 1994.- №2.- С.14-16.
70. Динейка, К. Движение, дыхание, психофизическая тренировка / К. Динейка.- Минск: Полымя, 1982.-143с.
71. Дмитриев, С.В. Магия духовного мира в двигательных действиях человека / Сб. Восток- Запад: Проблемы физической культуры и спорта.- Улан-Удэ: Изд-во БГУ, 1998. Выпуск I. – С.27-40.
72. Дубровский, В.И. Реабилитация в спорте / В.И. Дубровский.- М.: Физкультура и спорт, 1991.-208с.
73. Дулов, Л.И. Педагогика/ Л.И.Дулов.- Иркутск: ИГПИ, 1970.- С.48.
74. Дуранов, М.Е. Общая педагогика: Курс лекций для студентов факультета физической культуры и спорта / М.Е.Дуранов,

- Ю.М.Чернецкий.- Челябинск: Изд-во ЮУрГУ, 1999.- 186с.
- 75.Дуранов, М.Е. Педагогика воспитания и развития личности учащегося / М.Е.Дуранов, И.М.Дуранов, В.И.Жерков, О.В.Лешер.- Магнитогорск-Челябинск. МГПИ, 1996.-С.93.
- 76.Дуранов, М.Е. Профессионально- педагогическая деятельность и исследовательский подход к ней /М.Е.Дуранов. Челябинск: ЧГАКИ, 2002.С.33; С.91-94;
- 77.Жаров, Л. В. О специфике телесной культуры человека. – Вопросы философии. 1987.- №6.- С.145-148.
- 78.Загвязинский В.И. Методология и методика социально-педагогического исследования.- Тюмень, 1995.- С.7.
- 79.Загвязинский, В.И. Педагогическое творчество учителя / В.И.Загвязинский.- М.: Педагогика, 1987.-160с.
- 80.Загвязинский В. И. Противоречия процесса обучения /В.И.Загвязинский. – Свердловск, 1971. –С. 7.
- 81.Загорский, Б.И. Профессионально-прикладная физическая подготовка // Теория и методика физического воспитания / Под ред. Л.П.Матвеева, А.Д.Новикова.- М.: Физкультура и спорт, 1976.-Т.2,- С.71-88.
- 82.Зациорский, В.М. Физические качества спортсмена / В.М. Зациорский. – М.: Физкультура и спорт, 1970.- 199с.
- 83.Зубков, А.Н. Хатха-йога для начинающих / А.Н.Зубков, А.П.Очаповский.- М.: Медицина, 1991.- 192с.
- 84.Иванова, О.А. Формула красоты / О.А.Иванова.- М.: Советский спорт, 1990.-48с.
- 85.Ильенков, Э.В. Философия и культура / Э.В.Ильенков. – М., 1991.- 412с.
- 86.Ильин, Е.П. Психология физического воспитания / Е.П.Ильин.- М.: Просвещение, 1987.- 287с.
- 87.Ингенкамп, К. Педагогическая диагностика/ К.Ингенкамп. Пер. с нем..- М.: Педагогика, 1991.-С.23.
- 88.Исаев, И.Ф. Теория и методика формирования профессионально-

- педагогической культуры преподавателя высшей школы /И.Ф.Исаев.
М.: МПГУ, 1993. 206с.
- 89.Ишмухаметов, М.Г. Дифференцированный подход к учащимся на уроках физической культуры в школе / М.Г. Ишмухаметов.- Пермь, 1987.-78с.
- 90.Кабачков, В.А. Профессиональная направленность физического воспитания в ПТУ / В.А.Кабачков, С.А.Полиевский.- М.: Высшая школа, 1991.-222с.
- 91.Каган М.С. Система и структура // Системные исследования: Методологические проблемы. М., 1989.-С.89. (1983. 204с.)?
- 92.Каган М.С. Системный подход и гуманитарное знание: Избранные статьи.- Л.: Изд-во ЛГУ, 1991.- 383с.
- 93.Кан-Калик, В.А. Учителю о педагогическом общении / В.А.Кан-Калик. М.: Просвещение, 1987.- 216с.
- 94.Кант И. Соч.: В 6т. Т.3. М.,1964. С. 218.
- 95.Кант, И. Критика практического разума / И.Кант.- СПб.: Наука, 1995.- 528с.
- 96.Кахтанов, К.Н. Педагогические основы производственного труда/ К.Н.Кахтанов.- М.: Высшая школа, 1987. 359с.
- 97.Квейд, Э. Анализ сложных систем / Э. Квейд.- М., 1969.- С.26-27.
- 98.Кемеров, В.Е. Культура// Современный философский словарь / Под ред. В.Е.Кемерова.- М., Бишкек, Екатеринбург: Одиссей, 1996.- С.255.
- 99.Кемеров, В.Е. Проблема личности: методология исследования и жизненный смысл/ В.Е.Кемеров.- М., 1977. С.226.
100. Кларин, М.В. Педагогическая технология в учебном процессе / М.В.Кларин.- М.: Знание, 1989.- 80с.
101. Клиланд, Д. Системный анализ и целевое управление / Д.Клиланд, В.Кинг.- М., 1974.-С.38.
102. Коджаспирова, Г.М. Словарь по педагогике / Г.М.Коджаспирова, А.Ю.Коджаспиров.- М.: ИКЦ «МарТ»; Ростов н/Д: Издат. Центр

«МарТ», 2005.- 448с.

103. Козьмина, В.П. Основные направления научно-исследовательских и опытно-конструкторских работ по проблема массовой физической культуры на 1991-1995 г.г. / В.П.Козьмина // теория и практика физической культуры.- 1991. №1.- С.5-7.
104. Кон, И.С. Социология личности / И.С.Кон.- М.: Политиздат, 1967.- С.64.
105. Конаржевский, Ю.А. Что нужно знать директорам школы о системах и системном подходе / Ю.А.Конаржевский.- Челябинск: ЧГПИ, 1986.- 135с.
106. Конев, В.А. Курс «Философия образования» (культуроантропологический аспект) / В.А.Конев. Вып. 6. – Самара, 1996.92с.
107. Коровин, С.С. Теория и методика формирования физической культуры личности: учебно-методическое пособие / С.С.Коровин.- Оренбург: Изд-во ОГПУ, 2005.-С.15.
108. Котлярова, И.О. Системное представление об исследовании / И.О.Котлярова, Г.Н.Сериков //Учебное пособие.- Челябинск: ЧГПУ, 1996.- 81с.
109. Краевский, В.В. Проблемы научного обоснования обучения: методологический аспект /В.В.Краевский. М.: Педагогика, 1977. С.18.
110. Краткий психологический словарь / Под ред. А.В.Петровского, М.Г. Ярошевского.- М.: Политиздат, 1985.- 431с.
111. Крестовников, А.Н. Очерки по физиологии физических упражнений / А.Н.Крестовников.- М.: Физкультура и спорт, 1951.-531с.
112. Кулагин, Б.В. Основы профессиональной психодиагностики/ Б.В.Кулагин.- Л., 1984.- С.101-124.
113. Культура педагогической деятельности учителя: методология, теория, опыт и перспективы развития: Монография / Соколова Л.Б., Белая Г.В., Пустовалов В.М., Ермакова Г.Г. ; Под ред. Л.Б.Соколовой.- Оренбург:

Издательство ОГПУ, 2001.-256с.

114. Купер, К. Аэробика для хорошего самочувствия /К.Купер.- М.: Физкультура и спорт, 1989.-224с.
115. Курбатова, Т.Н. Карта личности // Практикум по общей и экспериментальной психологии / Под ред. А.А.Крылова. – Л.: Издательство ЛГУ, 1987.- С.238-250.
116. Кулагин, Б.В. Основы профессиональной психодиагностики/ Б.В.Кулагин.- Л., 1984.- С.101-124.
117. Ленин, В.И. Философские тетради/В.И.Ленин //Полн. собр. соч. Т.29. С.169,290).
118. Леонтьев, А.Н. Деятельность. Сознание, Личность/ А.Н.Леонтьев.- М.: Политиздат, 1975.- 304с.
119. Лернер И.Я. Познавательные задачи в обучении гуманитарным наукам. – М.: Педагогика, 1972.- С.3)
120. Лесгафт, П.Ф. О физическом образовании в профессиональной школе / П.Ф.Лесгафт // Труды по техническому образованию и отчет о школах рабочих и их детей за 1889/1890 годы. – СПб., 1891.- С.19-25.
121. Лесгафт, П.Ф. О физическом образовании в школе / П.Ф.Лесгафт // «Русская школа», 1894.- №7-12.- С.47.
122. Лесгафт, П.Ф. Реферат по физическому образованию / П.Ф.Лесгафт // Школьное обозрение.- 1889.- №1-3. –С.15.
123. Лесгафт, П.Ф. Руководство по физическому образованию детей школьного возраста / П.Ф.Лесгафт.- СПб., 1912.-Ч.1.-384с.
124. Линдерман, Х. Аутогенная тренировка. Путь к восстановлению здоровья и работоспособности: Пер. с нем. / Х.Линдерман.- М.: Физкультура и спорт, 1980.-135с.
125. Лисицин, Ю.П. Слово о здоровье / Ю.П.Лисицин.- М.: Советская Россия, 1986.-192с.
126. Лисицкая, Т.С. Ритм + пластика / Т.С.Лисицкая.- М.: Физкультура и спорт, 1988.-160с.

127. Лисицкая, Т.С. Ритмическая гимнастика / Т.С.Лисицкая.- М.: Физкультура и спорт, 1988.-95с.
128. Лобзин. В.С. Аутогенная тренировка / В.С.Лобзин, М.М. Решетников.- Л.: Медицина, 1986.-280с.
129. Ломов, Б.Ф. Вопросы общей, педагогической и инженерной психологии / Б.Ф.Ломов.- М.: Педагогика, 1991.-296с.
130. Лубышева, Л.И. Социальное и биологическое в физической культуре человека в аспекте методологического анализа / Л.И.Лубышева // Теория и практика физической культуры. 1996.- №1.- С.2-6.
131. Лубышева, Л.И. Социология физической культуры и спорта / Л.И.Лубышева.- М.: Академия, 2001.-240с.
132. Лях, В.И. Комплексная программа физического воспитания учащихся I-II классов / В.И.Лях, А.А.Зданевич // Программы общеобразовательных учреждений.- М.: Просвещение, 2006.- 128с.
133. Майнберг, Э. Основные проблемы педагогики спорта: Вводный курс / Пер. с нем. Под ред. М.Я.Виленского и О.С.Метлушко.- М.: Аспект Пресс, 1995.- 318с.
134. Малиновский, А.А. Общие вопросы строения систем и их значение для биологии / А.А.Малиновский // В кн.: Проблемы методологии системного исследования.- М., 1970.- С.147-150.
135. Маркова, А.К. Психологические критерии эффективности учебного процесса / А.К.Маркова // Вопросы психологии.- 1977.- №4.- С.14-19.
136. Маркс, К. Экономические философские рукописи 1844 года // Маркс. К., Энгельс.Ф. Из ранних произведений.- М.: Политиздат, 1956.- С.589.
137. Маркс. К., Энгельс. Ф. Сочинения.- М.: Политиздат, 1975.- Т.4. – С.119.
138. Маркс.К., Энгельс. Ф. Соч. Т.42. С.119, С.164.
139. Маркс.К., Энгельс.Ф. Сочинения.- М.: Политиздат, 1975.- Т.3.- С.440.
140. Маркс. К., Энгельс Ф. Собр. Соч. Т.23.С.188
141. Матвеев, Л.П. Введение в теорию физической культуры под ред.

Л.П.Матвеева.- М.: Физкультура и спорт, 1983.- 128с.

142. Матвеев, Л.П. Категории «развитие», «адаптация» и «воспитание» в теории физической культуры и спорта (давние, но нестареющие и новые идеи) / Л.П.Матвеев // Теория и практика физической культуры.- 1999.- №1.-С. 2-12.
143. Матвеев, Л.П. О природе и системе принципов, регламентирующих деятельность по физическому воспитанию // Теория и практика физической культуры.- 1990.-№2.-С.16-24.
144. Матвеев, Л.П. Общая теория спорта и её прикладные аспекты / Л.П.Матвеев.- СПб: Лань, 2005.- 384с.
145. Матвеев, Л.П. Основы спортивной тренировки / Л.П.Матвеев.- М.: Физкультура и спорт, 1977.-256с.
146. Матвеев, Л.П. Прикладность физической культуры: понятийные основы и их конкретизация в современных условиях / Л.П.Матвеев // Теория и практика физической культуры.- 1996.-№7,-С.42-47.
147. Матвеев, Л.П. Теория и методика физической культуры / Л.П.Матвеев М.: Физкультура и спорт, 1991.-543с.
148. Мельников, В.М. Психология личности / В.М.Мельников, Л.Т.Ямпольский // Психология / Под ред. В.М.Мельникова.- М.: Физкультура и спорт, 1987.- С.71-107.
149. Мельников, В.М. Психология: учебник для ИФК / В.М.Мельников.- М.: Физкультура и спорт, 1987.-С.351.
150. Месарович, М. Основания общей теории систем / Месарович М. // Общая теория систем.- М.: Наука, 1966.- 186с.
151. Методические рекомендации по разработке и реализации региональных программ развития физической культуры и формирования здорового образа жизни. М.: РАО, 1995.- С.11-12.
152. Минаев, Б.Н. Основы методики физического воспитания: учебное пособие для студентов педагогических специальностей высших учебных заведений / Б.Н.Минаев, Б.М. Шиян.- М.: Просвещение, 1989.-

222с.

153. Мир философии: Книга для чтения. Человек. Общество. Культура.- М.: Политиздат, 1991.- Ч.2.- 624с.
154. Михайлова, Э.И. Ритмическая гимнастика / Э.И.Михайлова, Ю.Н.Иванов.- М., 1987.-45с.
155. Нагорный, В.Э. Гимнастика для мозга / В.Э. Нагорный.- М.: Советская Россия, 1975.-128с.
156. Найдиффер, Р.М. Психология соревнующегося спортсмена / Р.М. Найдиффер.- М.: Физкультура и спорт, 1979.-224с.
157. Найн, А.Я. Общенаучные понятия в педагогике / А.Я.Найн // Педагогика. 1992.- № 7-8. С.16-18.
158. Никифоров, Ю.В. Аутотренинг + физкультура / Ю.В.Никифоров.- М.: Советский спорт, 1989.-44с.
159. Николаев, Ю.М. О культуре физической, её теории и системе физкультурной деятельности / Ю.М.Николаев // Теория и практика физической культуры.- 1997.- №6.- С.2-10.
160. Николаев, Ю.М. Теоретические аспекты интегративного содержания и человекотворческой сущности физической культуры / Ю.М.Николаев // Теория и практика физической культуры.- 1998.- №4.- С.16-23.
161. Новая философская энциклопедия, 2001.
162. Новейший философский словарь /Сост. А.А.Грицанов.- Минск: Изд. В.М.Скакун, 1998.- С.802-803.
163. Нормирование нагрузок в физическом воспитании школьников /под ред. Л.Е.Любомирского; Научно-исследовательский институт физиологии детей и подростков АПН СССР.- М.: Педагогика. 1989.- 192с.
164. Общая психология / Под общ. ред. А.В.Петровского.- М.: Просвещение, 1986.- 464с.
165. Озолин, Н.Г. Настольная книга тренера: Наука побеждать / Н.Г.Озолин.- М.: ООО «Издательство Астрель»; ООО «Издательство

АСТ», 2002.- 864с.

166. Озолин, Н.Г. Спортсменам о спортивной тренировке / Н.Г.Озолин.- М.: Физкультура и спорт, 1962.-78с.
167. Озолин, Н.Г. Настольная книга тренера: Наука побеждать / Н.Г.Озолин.- М.: ООО «Издательство Астрель»; ООО «Издательство АСТ», 2002.- 864с.
168. Оптнер, С.Л. Системный анализ для решения деловых и промышленных проблем / С.Л.Оптнер.- М., 1969.-С.155.
169. Основы дидактики / Под ред. Б.П.Есипова.- М.: ИП, 1967.- С.176.
170. Основы общей педагогики / Под ред. Ф.Ф.Королева, В.Е.Гмурмана.- М.: ИП, 1967.- С.97-103.
171. Основы теории и методики физической культуры / под ред. А.А.Гужаловского.- М.: Физкультура и спорт, 1986.-352с.
172. Панкова, Т.А. Реализация социально-педагогического подхода в конструировании школьного образования/Т.А.Панкова. Автореф. дис. д-ра пед. наук. Оренбург, 2004.- 42с.
173. Панов, А.Г. Теория и практика аутогенной тренировки / Под ред. В.С. Лобзина / А.Г.Панов, Г.С.Беляев, В.С.Лобзин, И.А.Копылова.- Л.: Медицина, 1980.- 272с.
174. Педагогика / В.А.Сластенин, И.Ф.Исаев, А.И.Мищенко, Е.П.Шиянов.- М.: Школа Пресс, 1998.- 512с.
175. Педагогика / Под ред. В.В.Белорусовой, И.Н.Решетень.- М.: Физкультура и спорт, 1986.-228с.
176. Педагогика / под ред. П.И.Пидкасистого. – М.: Педагогическое общество России, 1998.- 640с.
177. Педагогика /отв. ред. С.П.Баранов, А.Р.Болотина, Т.В.Волкова, В.А.Сластенин.- М.: Просвещение, 1981.-225с.
178. Педагогика /под ред. Ю.К.Бабанского, В.А.Сластенина, М.А.Сорокина и др. – М.: Просвещение, 1988.-479с.
179. Педагогика /под ред. Ю.К.Бабанского, Г.Н.Нойнера.- М.:

- Просвещение, 1984.-267с.
180. Педагогика: учеб. для студ. пед. высш. учеб. заведений /И.П.Подласый.- 2 кн.- М.: ВЛАДОС, 1999.- С.163.168.
181. Петровский, А.А. Характер / А.В.Петровский // Общая психология / Под ред. А.В.Петровского.- М.: Просвещение, 1986.- С.419-438.
182. Петровский, А.В. Личность // Общая психология / Под ред. А.В.Петровского.- М.: просвещение, 1986.- С.191-321.
183. Петровский, А.В. Личность в психологии с позиций системного подхода/ А.В.Петровский// Вопросы психологии.-1981.-№1, С.59.
184. Петровский, А.В. Развитие личности. Возрастная периодизация // Психология развивающейся личности / Под ред. А.В.петровского.- М.: педагогика, 1987.- С.35-76.
185. Петровский, А.В. Способности // Общая психология / Под ред. А.В.Петровского.- М.: Просвещение, 1986.- С.439-462.
186. Пивоваров, Д.В. Религиозное самоопределение человека в контексте культуры / Д.В.пивоваров // Философия самоопределения.- Оренбург: ОГУ, 1996.- С.41-70.
187. Платонов, В.Н. Общая теория подготовки спортсменов в олимпийском спорте / В.Н.Платонов.- Киев: Олимпийская литература, 1997.-583с.
188. Платонов, В.Н. Подготовка квалифицированных спортсменов / В.Н.Платонов.- М.: Физкультура и спорт, 1986.-286с.
189. Платонов К.К. Система психологии и теория отражения/К.К.Платонов. – М., 1982.- С.235.
190. Платонов, К.К. Психология / К.К.Платонов, Г.Г.голубев.- М.: высшая школа, 1977.-247с.
191. Платонов. К.К. Психологический практикум / К.К.Платонов.- М., 1980.- С.122-135.
192. Подласый, И.П. педагогика / И.П.Подласый.- М.: ИП, 1996.- С.25-26.
193. Подласый, И.П. Педагогика / И.П.Подласый.- М.: Просвещение,

ВЛАДОС, 1996.- 432с.

194. Пономарев, Н.И. Некоторые проблемы функционирования и развития теории физической культуры / Н.И.Пономарев // Теория и практика физической культуры .- 1996.- №5.- С.55-58.
195. Пономарев, Н.И. Социальные функции физической культуры и спорта / Н.И.Пономарев.- М.: Физкультура и спорт, 1974.-310с.
196. Пономарчук, В.А. Человек в мире спорта: проблемы становления личности / В.А.Пономарчук.- М.: Федеральный Институт социологии образования, 1994.- 118с.
197. Практикум по общей и экспериментальной психологии / Под общ. ред. А.А.Крылова.- Л.: Изд-во ЛГУ, 1987.-225с.
198. Психологический словарь/ Под ред. В.П.Зинченко, Б.Г.Мещерякова.- 2-е изд. перераб. и доп.- М.: Педагогика- Пресс, 1996.- С.175.
199. Раевский, Р.Т. Профессионально- прикладная физическая подготовка студентов технических вузов / Р.Т.Раевский.- М.: Высшая школа, 1985.- 138с.
200. Родионов, А.В. Психодиагностика спортивных способностей / А.В.Родионов.- М.: Физкультура и спорт, 1973.- 216с.
201. Рубинштейн, С.Л. Основы общей психологии / С.Л.Рубинштейн.- М.Изд-во Наркомпроса РСФСР, 1940.- 596с.
202. Рубинштейн, С.Л. Основы общей психологии / С.Л.Рубинштейн: В 2т. – М.: педагогика, 1989.- Т.2.- 328с.
203. Рындак, В.Г. Непрерывное образование и развитие творческого потенциала учителя (теория взаимодействия). Монография./В.Г.Рындак.- М.: «Педагогический вестник», 1997.-С.41.
204. Садовский, В.Н. Задачи, методы и приложения общей теории систем / В.Н.Садовский, Э.Г.Юдин // В кн.: Исследования по общей теории систем.- М., 1969.- С.12.
205. Садовский, В.Н. Основания общей теории систем: логико-методологический анализ / Садовский В.Н. – М.: Наука, 1974.-279с.

206. Садовский, В.Н. Парадоксы системного мышления // Системные исследования. Ежегодник. / В.Н.Садовский.- М.: Наука, 1972.- С.136.
207. Садовский, В.Н. Проблемы методологии системных исследований в современной американской философии // Системные исследования. Методологические проблемы. Ежегодник. –М.: Наука, 1981.- С.84-108.
208. Садовников, Е.С. Условия формирования навыка здорового образа жизни / ТиПФК,2013, №2. С.39.
209. Сазонов, А.Д. Методология многоуровневого педагогического образования/ А.Д.Сазонов.- Курган: КГУ, 1995.- С.49.
210. Сериков, Г.Н. Системный подход в управлении образованием / Г.Н.Сериков.- Курган: ГлавУНО, 1996.- 131с.
211. Система. Симметрия. Гармония / Под ред. В.С.Тюхтина, Ю.А.Урманцева.- М.: Мысль, 1988.-315с.
212. Слободчиков, В.И. Психология человека. Введение в психологию субъективности / В.И.Слободчиков, Е.И.Исаев.- М.: Школа-Пресс, 1995.- 383с.
213. Смолевский, В.М. Нетрадиционные виды гимнастики / В.М.Смолевский, Б.К.Ивлиев.- М.: Просвещение, 1992.-80с.
214. Советский энциклопедический словарь. М., 1986.
215. Советский энциклопедический словарь / Под ред. А.М.Прохорова.- М.: Советская энциклопедия, 1984.- 1600с. С.1418
216. Советский энциклопедический словарь. – М.: СЭ, 1982.- С.1209.
217. Современный словарь по педагогике/сост. Е.С.Рапацевич. Мн.: Современное слово, 2001. С.39.
218. Спиркин, А.Г. Философия: Учебник.- М.: Гардарики, 2000.- 816с.
219. Станкин, М.И. Нравственное воспитание школьников на занятиях физкультурой: в помощь учителям физкультуры / М.И. Станкин.- М.: Просвещение, 1975.-136с.
220. Степанникова, Э.Я. Теория и методика физического воспитания и развития ребенка / Э.Я.Степанникова.- М.: Академия. 2001.- 368с.

221. Сухарев, А.Г. Здоровье и физическое воспитание детей и подростков / А.Г.Сухарев.- М.: Медицина. 1991.- 272с.
222. Тартаковский, М.С. Уроки физической гармонии / М.С.Тартаковский.- М.: Молодая гвардия, 1983.-110с.
223. Теоретические основы содержания общего среднего образования / Под ред. В.В.Краевского, И.Я.Лернера.- М.: Педагогика, 1983.- С.120.
224. Теория и методика спорта / под общ. ред. Ф.П.Суслова. Ж.К.Холодова.- М.: Воениздат, 1997.-416с.
225. Теория и методика физического воспитания / под общ. ред. А.Д.Новикова, Л.П.Матвеева. Т.1. М.: Физкультура и спорт, 1967.-397с.
226. Теория и методика физического воспитания / под общ. ред. Л.П.Матвеева. А.Д.Новикова.- М.: Физкультура и спорт, 1976.- Т.1.- 304с.
227. Теория и методика физического воспитания / под общ. ред. Л.П.Матвеева, А.Д.Новикова.- М.: Физкультура и спорт, 1976.- Т.2.- 256с.
228. Теория и методика физического воспитания / под ред. Б.А.Ашмарина.- М.: Просвещение, 1990.-287с.
229. Теория и методика физического воспитания / под ред. Б.А.Ашмарина.- М.: Просвещение, 1979.-360с.
230. Теория и методика физического воспитания / под ред. Т.Ю. Круцевич.- В 2т. – Киев: Олимпийская литература, 2003.- Т.1. – 423с.С.115
231. Теория и методика физической культуры: учебник / под ред. Ю.Ф.Курамшина.- М.: Советский спорт, 2003.-464с.С.61
232. Теплов, Б.М. Способности и одаренность / Б.М.Теплов // Ученые записки Государственного научно-исследовательского института психологии. Т.2.- М., 1941.- С.3-56.
233. Тер- Ованесян, А.А. Обучение в спорте / А.А.Тер-Ованесян, И.А.Тер-Ованесян.- М.: Советский спорт, 1992.-192с.

234. Тер- Ованесян, А.А. педагогические основы физического воспитания / А.А.Тер-Ованесян.- М.: Физкультура и спорт, 1978.-206с.
235. Третьяков, И.П. Управление школой по результатам: практика педагогического менеджмента.- М.: Новая школа, 1998.- С.178.
236. Тюхтин, В.С. О подходах к построению общей теории систем / В.С.Тюхтин // Системный анализ и научное знание. – М.: Наука, 1978.- 198с.
237. Уайт, Л.А. Понятие культура // Антология исследований культуры. Т.1. Интерпретация культуры.- СПб.: Университетская книга, 1997.- С.28.
238. Урсул А.Д. Общенаучный статус и функции системного подхода //Системные исследования: Ежегодник, 1977. М.: наука. С.29-47).
239. Устав (Конституция) Всемирной Организации Здравоохранения // ВОЗ. Основные документы.- 39-е изд. / пер.с англ.- М.: Медицина, 1995.-208с.
240. Фарфель, В.С. Управление движениями в спорте / В.С.Фарфель. – М.: Физкультура и спорт, 1975.- 208с.
241. Филин, В.П. Основы юношеского спорта / В.П.Филин, Н.А.Фомин.- М.: Физкультура и спорт, 1980.- 225с.
242. Филин, В.П. Теория и методика юношеского спорта / В.П.Филин.- М.: Физкультура и спорт, 1987.-128с.
243. Философия / Под ред. В.П.Кохановского. Ростов-на Дону: Феникс, 1996.- С.501.
244. Философия культуры. Становление и развитие / Под ред. М.С.Кагана, Ю.В.Петрова, В.В.Прозерского, Э.П.Юровской.- СПб.: Издательство «Лань», 1998.- 448с.
245. Философский словарь / Под ред. И.Т.Фролова.- М.: Политиздат, 1980.- 444с.
246. Философский словарь / Под ред. М.М.Розенталя. – М.: Политиздат, 1975.- 496с.

247. Философский словарь.- М.: Политиздат,1987.-С. 278
248. Философский энциклопедический словарь / Под ред. Л.Ф.Ильичева с соавт.- М.: Советская инциклопедия, 1983.-840с.
249. Франкл, В. Человек в поисках смысла: Сборник: Пер. с англ. И нем. / Общ. ред. Л.Я.Гозмана и Д.А.Леонтьева; вст. Ст. Д.А.Леонтьева.- М.: Прогресс, 1990.- С.93.
250. Фромм, Э. Человек для самого себя // Психоанализ и этика. – М.: ООО «Издательство ЛСТ-ЛТД», 1998.- 256с.
251. Хан, А.Н. Теория урока физической культуры / А.Н.Хан.- Саратов, 1989.- 55с.
252. Харламов, И.Ф. Педагогика / И.Ф.Харламов.- М.: Высшая школа, 1990.- 576с.
253. Харре, Д. Учение о тренировке / Д.Харре.- М.: Физкультура и спорт, 1971.-328с.
254. Хозяинов, Г.И. Определение уровня профессионализма преподавателя / Г.И.Хозяинов // Труды ученых ГЦОЛИФКа, 1993.- С.149-156.
255. Холодов, Ж.К. Теория и методика физического воспитания / Ж.К.Холодов, В.С.Кузнецов.- М.: Академия. 2002.-480с.
256. Хрипкова, А.Г. Гигиена и здоровье: пособие для учащихся / А.Г.Хрипкова, Д.В.Колесов.- М.: Просвещение, 1983.-47с.
257. Цзен, Н.В. Психотренинг: игры и упражнения / Н.В.Цзен, Ю.В. Пахомов.- М.: Физкультура и спорт. 1988.- 272с.
258. Чермит, К.Д. Теория и методика физической культуры: опорные схемы: учебное пособие / К.Д.Чермит.- М.: Советский спорт, 2005.- 272с.
259. Шадриков, В.Д. Психология деятельности и способности человека / В.Д.Шадриков.- М.: Орфей, 1996.- С.212.
260. Шварценеггер, А. Культуризм для всех // Сила и красота / А.Шварценеггер.- М.: Титан, 1992.- С.171-211.
261. Шебеко. В.Н. Физическое воспитание дошкольников / В.Н.Шебеко,

- Н.И.Ермак, В.А.Шишкина.- М.: Академия. 1997.-192с.
262. Шорохова, Е.В. О естественной природе и социальной сущности человека / Е.В.Шорохова.- М.: Наука, 1977.- С.69.
263. Шульц, И.Г. Аутогенная тренировка: пер. с нем. / И.Г.Шульц.- М.: Медицина, 1985.-32с.
264. Энциклопедия мысли. Сборник мыслей, изречений, афоризмов / Сост. Н.Я.Хоромин. Репринтное воспроизведение издания 1918 г. – М.: ГИТИС, 1993.- С.95
265. Яковлев, В.Г. Игры для детей / В.Г.Яковлев. – М.: Физкультура и спорт, 1975.-158с.
266. Яружный, Н.В. Шейпинг: ритм плюс атлетизм / Н.В.Яружный // Физическая культура в школе.- 1991.№7.-С.42-49.
267. Scholich M. Kreistraining.- Berlin: Sportverlog, 1988.-255s.
268. Joseph S., Sridharan K., Patil S.K.B. et al. Study of some physiological and biochemical in subjects undergoing yogie training // Ind. J. Med. Res.- 1981.-V. 74/16.-P.120-124.
269. Raji P.S., Kumar K.A., Reddy S.S. et al. Effect of yoga on exercise tolerance in normal healthy volunteers // Ind. J. Pharmacologi.- 1986.- V. 30.-№.2.- P.121-132.
270. Stanescu D.C., Nemery B., Ueriter C., Marechal C. Pattern of breathing and ventilatory response to CO2 in subjects practicing hatha-yoga // J. Fppl. Physiology. – 1981.- V.51.-№.6.-P.1625-1629.
271. Charote M.L., Ganquly S.K. Effects of nine-week yogie prodram on some aspects of physical fitntss of physicall conditioned young males // Ind. J. Med. Sci. – 1979.-V. 33/10.- P.258-263.
272. Chohak J.S., Nayar H.S., Thomas P., Geetho N.S. Influence of yoga on blood coagulation // Tromb. Harnost.-1984.-V.51.-№2. – 3.196-197.
273. Hall, A.D. Methodology for Systems Engineering. N.Y., 1962, p.346/
274. McKean, R.N. Efficiency in Government through Systems Analysis. N.Y., 1958, p.7/

Учебно-теоретическое издание

В.А.Востриков

**Физкультурное образование:
методология, моделирование,
дидактические основы**

Учебное пособие

Отпечатано в типографии «Экспресс-печать»

ОГРНИП 310565817900152

Формат 60x84 ¹/₈ Бумага офисная. Усл. печ. л. 9,5

Тираж 100 экз. Заказ 89.

г. Оренбург. ул. Пролетарская, 30.

Тел. (3532) 25-20-02, (3532) 23-58-41