

## ПЕДАГОГИЧЕСКИЕ УСЛОВИЯ СПОРТИЗИРОВАННОГО ПОДХОДА ОРГАНИЗАЦИИ ФИЗИЧЕСКОГО ВОСПИТАНИЯ МЛАДШИХ ШКОЛЬНИКОВ

**ПЕТРОВА Ксения Владимировна**

SPIN-код 7981-8817

аспирант

**РУСИНОВА Мария Павловна**

кандидат педагогических наук, доцент

Уральского государственного педагогического университета  
г. Екатеринбург, Россия

*В статье обозначаются педагогические условия реализации спортизированного физического воспитания младших школьников в общеобразовательных школах.*

**Ключевые слова:** младший школьник, спортизированное физическое воспитание, физическая культура.

Основными целями и задачами физкультурно-оздоровительной деятельности в учреждениях общего среднего образования являются: укрепление и сохранение здоровья школьников; всестороннее развитие физических способностей; углубление знаний о физической культуре и здоровом образе жизни, необходимых для использования в повседневной жизни; формирование осознанной мотивации к систематическим занятиям физической культурой. Понятие «физкультурно-оздоровительная деятельность» и «физическая культура школьника» включает в себя не только физические упражнения и процедуры закаливания, но еще и широкий спектр представлений о режиме рационального питания, соблюдении правил гигиены и выработке полезных привычек. Согласно мнению специалистов, физической культурой школьников может служить определенный принцип его отношения к своему здоровью, развитию и сохранению возможностей своего организма [2].

По мнению ряда авторов (Б.М. Шиян, Т.Ю. Круцевич, Н.В. Москаленко и других), младший школьный возраст является наиболее благоприятным для развития двигательных умений и навыков [4]. В этот период наблюдается стремительный рост показателей усвоения структуры естественных видов движений и способности овладевать общей структурой технически сложных упражнений [2].

Младшие школьники хорошо дифференцируют мышечные ощущения, а некоторые технически сложные упражнения для них более доступны, чем для подростков [2]. Л.В. Волков, К.В. Колесникова и другие авторы отмечают, что ведущим методом обучения младших школьников является наглядный метод, поскольку у них высоко развита способность к подражанию, желание к подражанию живым примерам. Так же достаточно развито сенсорное восприятие.

У детей преобладает механическое запоминание, поэтому самым эффективным методом является натуральный показ. Он должен быть точен, четок, безошибочно и многократно (Л.В. Волков, М.П. Козленко, Э.С. Вильковский, С.Ф. Цвек). Показывать необходимо в разных ракурсах и медленном темпе. Между показом и исполнением не допускать длительных пауз, иначе внимание детей будет переключаться на посторонние объекты. Б.М. Шиян, Т.Ю. Круцевич считают, что во время обучения упражнениям детей младшего школьного возраста следует отдавать предпочтение целостному методу, так как разделение упражнения на элементы снижает интерес к выполнению, а также указывают на необходимость использовать широкий круг упражнений, варьировать упражнения, изменять условия выполнения, исходные положения, направления движения [5].

Движения должны быть эмоциональные и

простыми, с точки зрения двигательной структуры. Кратковременные перегрузки обязаны чередоваться с достаточными паузами отдыха, изменяя характер работы отдельных мышечных групп. Ранний опыт формирования здорового образа жизни у детей и подростков отражен в трудах С. Боткина, И. Мечникова, М. Пирогова, К. Ушинского, В. Сухомлинского.

Принцип оздоровительной направленности физической культуры заключается в организации физического воспитания и в частности занятий физическими упражнениями. Таким образом, чтобы они способствовали профилактике заболеваний обучающихся, укреплению их здоровья. В процессе физического воспитания следует обеспечивать такое сочетание разъяснительной, воспитательной работы и различных форм практических занятий физическими упражнениями, при которых физическая культура становится осознанным обязательным компонентом режима для школьника.

Согласно «Положению о физическом воспитании учащихся среднего образования», система занятий школьников физкультурой и спортом включает такие связанные между собой формы [1]:

- уроки физической культуры;
- физкультурно-оздоровительные мероприятия в течение школьного дня;
- внеклассная спортивно-массовая работа;
- внешкольная спортивно-массовая работа и физкультурно-оздоровительные мероприятия по месту жительства;
- самостоятельные занятия учащихся физическими упражнениями на дому, на пришкольных и дворовых площадках, стадионах и прочее.

Современные исследования показывают формирование новых концептуальных подходов и технологий к физическому воспитанию в школах, где образовательным объектом является здоровье обучающихся.

Ученые выявили, что происходит смещение акцентов с здоровьесберегающего пространства к организации здоровьесформирующего образовательного пространства в школе, что реализуется в спортизации физического воспитания обучающихся [3].

Спортизированное физическое воспитание предполагает формирование у детей ин-

тереса к спорту, развитие физических качеств и поддержание здорового образа жизни. Это требует создания специальных педагогических условий, которые обеспечат всестороннее физическое развитие детей и их заинтересованность в спорте.

Модель спортизированного физического воспитания разработана В.К. Бальсевич, Л.И. Лубышевой с целью интеграции спортивной подготовки в систему школьного образования [3]. Она направлена на развитие физических качеств учащихся и формирование устойчивого интереса к занятиям спортом, что способствует воспитанию здорового и социально активного поколения.

Основные компоненты модели:

#### **Целеполагание:**

1. Формирование у школьников стойкой мотивации к занятиям спортом.
2. Развитие физических качеств (сила, выносливость, гибкость и т. д.) и навыков, необходимых для участия в спортивных соревнованиях.
3. Воспитание здорового образа жизни и личной ответственности за физическое состояние.

#### **Педагогические принципы:**

1. Системность: занятия спортом рассматриваются как часть общего образовательного процесса.
2. Индивидуализация: учет индивидуальных особенностей каждого учащегося.
3. Преимущество: последовательное усложнение упражнений и увеличение физической нагрузки.
4. Вариативность: использование разнообразных методов и форм занятий для поддержания интереса.

#### **Содержание учебно-тренировочного процесса:**

1. Введение элементов спортивных игр и упражнений в уроки физической культуры.
2. Специализированные тренировки, ориентированные на подготовку к школьным и внешним спортивным соревнованиям.
3. Акцент на развитие ключевых физических качеств.

Реализация модели в школе:

Урочные формы занятий:

Уроки физической культуры:

Основная форма реализации спортизированного воспитания в школе.

Введение соревновательных элементов, игровых упражнений и спортивных дисциплин в уроки.

Учебные задания включают развитие физических качеств, необходимых для участия в спортивных соревнованиях.

**Физкультминутки и активные перемены:**

Кратковременные физические упражнения в течение учебного дня.

Могут быть ориентированы на укрепление здоровья и поддержание общей физической активности.

Внеурочные формы занятий:

**Спортивные секции и кружки:**

1. Возможность для обучающихся углубленно заниматься определенным видом спорта.

2. Регулярные занятия под руководством тренера-преподавателя или учителя физкультуры.

**Школьные соревнования и спортивные праздники:**

1. Организация внутренних школьных соревнований, как в рамках класса, так и на уровне школы.

2. Спортивные праздники, где обучающиеся могут демонстрировать свои достижения и соревноваться с ровесниками.

**Экскурсии и спортивные выезды:**

1. Проведение выездов на природу, участие в спортивных квестах или туристических походах.

2. Направлено на укрепление командного духа и поддержание интереса к активному отдыху.

Модель спортизированного физического воспитания активно применяется в некоторых школах и показывает свою эффективность.

**Однако успешная реализация требует:**

1. Поддержки со стороны администрации школы и наличия квалифицированных кадров (учителей и тренеров).

2. Хорошей материально-технической базы (спортивный инвентарь, площадки, залы).

3. Включения родителей и общества в процесс, что способствует дополнительной мотивации учеников.

В тех школах, где модель реализуется полностью, отмечается повышение уровня физи-

ческой подготовки учащихся, их интереса к спорту, а также улучшение общего здоровья и дисциплины. Это позволяет формировать у детей привычки к здоровому образу жизни, которые сохраняются и после окончания школы.

Реализация спортизированного физического воспитания младших школьников требует создания определенных педагогических условий, которые обеспечивают развитие у детей устойчивого интереса к физической культуре, спорту и активному образу жизни. Ниже перечислены ключевые педагогические условия:

Формирование у детей позитивного отношения к физической активности через игровые формы занятий, использование разнообразных форм и методов поощрения и поддержания интереса.

Введение элементов соревновательности, чтобы стимулировать стремление к самосовершенствованию и достижению высоких результатов.

Включение физической активности в распорядок учебного дня, например, через физкультминутки и активные перемены.

Связь содержания уроков физической культуры с другими учебными предметами (например, математика через спортивные задания).

Учет возрастных и индивидуальных особенностей школьников при планировании и проведении занятий.

Организация работы в небольших группах, позволяющая учитывать физические возможности каждого ребенка и обеспечить ему оптимальную нагрузку.

Обеспечение безопасных условий для занятий спортом, включая наличие необходимого оборудования и инвентаря.

Поддержание атмосферы доверия и сотрудничества, исключающей конкуренцию на основе физических данных, а ориентированной на личный рост и достижения.

Развитие у детей навыков самостоятельного планирования и выполнения физических упражнений, что способствует формированию ответственности за свое физическое состояние.

Введение упражнений на самоконтроль, которые помогают детям отслеживать свои успехи и оценивать прогресс.

Привлечение родителей к спортивным ме-

роприятиям, что способствует укреплению семейных традиций в отношении здорового образа жизни.

Взаимодействие с местными спортивными организациями и клубами для расширения возможностей занятий спортом вне школы.

Эти педагогические условия способствуют комплексному развитию младших школьников и формированию у них прочных основ здорового образа жизни, закладывая базу для дальнейших спортивных достижений и общего физического благополучия.

Для эффективного воспитания спортизированной физической культуры младших школьников необходим комплексный подход. Важно учитывать индивидуальные особенности каждого ребенка, создавать мотивацию к занятиям спортом и поддерживать интерес через разнообразные формы и методы обучения. Правильная организация учебного процесса, ориентированного на физическое развитие, позволяет заложить основы здорового образа жизни и привить любовь к спорту с раннего возраста.

### СПИСОК ЛИТЕРАТУРЫ

1. Дубинская О.Я. Курс лекций по теории физической культуры, физическое воспитание разных групп населения: учеб.-метод. пособие составлено в соответствии с профессиональной программой подготовки магистров направления 8.010201 «Физическое воспитание». – Сумы: Изд-во СумГПУ им. А.С. Макаренко, 2013. – 248 с.
2. Калиниченко И.А. Динамика показателей состояния здоровья детей (Сумская область) // Здоровье нации. – 2009. – № 3(11). – С. 47-53.
3. Лубышева Л.И. Конверсия высоких спортивных технологий как методологический принцип спортизированной физической культуры и «спорта для всех» // Физическая культура: воспитание, образование, тренировка. – 2015. – № 4. – С. 6-8.
4. Теория и методика физического воспитания / под ред. Т.Ю. Круцевич. – К.: Издательство НУФВСУ «Олимпийская литература», 2012. – 391 с.
5. Теория и методика физического воспитания: [учебн. для студ. ВУЗы физ. воспитания и спорта]: в 2 т. / под ред. Т.Ю. Круцевич. – К.: Олимпийская литература, 2008. – 368 с.

## PEDAGOGICAL CONDITIONS OF THE SPORTIZED APPROACH TO THE ORGANIZATION OF PHYSICAL EDUCATION OF YOUNGER SCHOOLCHILDREN

**PETROVA Ksenya Vladimirovna**

Postgraduate Student

**RUSINOVA Maria Pavlovna**

Candidate of Sciences in Pedagogy, Associate Professor

Ural State Pedagogical University

Russia, Ekaterinburg.

---

*The article outlines the pedagogical conditions for the implementation of sportized physical education of younger schoolchildren in secondary schools.*

**Keywords:** junior high school student, sportized physical education, physical education.

---