

Рослякова Елена Вячеславовна

тренер-преподаватель

МБУДО «ДЮСШ по лыжным гонкам»

г. Котовск, Тамбовская область

ТЕХНОЛОГИЯ ФИЗИЧЕСКОГО ВОСПИТАНИЯ ПОДРОСТКОВ В УЧРЕЖДЕНИИ ДОПОЛНИТЕЛЬНОГО ОБРАЗОВАНИЯ

Аннотация: в статье рассматривается определение технологии физического воспитания подростков. Представлены особенности работы с подростками в учреждении дополнительного образования. Проанализированы условия физического воспитания подростков.

Ключевые слова: подростки, технология, физическое воспитание, дополнительное образование.

Дополнительное образование детей и молодежи сегодня – необходимое звено в воспитании многогранной личности, ее социализации и профессиональной ориентации, помогающее удовлетворять разнообразные потребности, отвечающее интересам, развивающее чувства, интеллект, способность общаться.

Спецификой деятельности учреждений дополнительного образования детей является её методический характер, ориентация учащихся на передачу получаемых ими знаний и умений товарищам по классу, месту жительства и т. п.

Актуальность проблемы физического воспитания подростков, как составной части проблемы введения здорового образа жизни, с каждым годом усиливается. Это связано с тем, что сегодняшнее состояние здоровья и образ жизни детей и подростков России не отвечает установленным требованиям современного общества и потребностям его социально-экономического развития.

Несмотря на большой опыт, накопленный наукой и практикой, технологий и методик физического воспитания, имеющих научное психолого-педагогическое и медицинское обоснование, крайне мало.

Учреждения дополнительного образования характеризуются многофункциональностью и связаны со всеми сторонами образования и воспитания подрастающего поколения. Особенность воспитательной работы учреждений дополнительного образования определяется содержанием деятельности воспитателей и воспитанников в различных педагогических условиях её организации и отношения между ними.

Для успешного решения проблем подростков, связанных с физической культурой необходимо, чтобы своевременно и в полном объёме были замечены, осмыслены и осознаны как сами проблемы (их корни, содержание, перспективы и возможные последствия), так и возможные пути, и способы их решения. Это возможно в том случае, если специалист (социальный работник) социального учреждения в своих действиях руководствуется технологиями социальной работы.

Рассмотрим подробно технологии физического воспитания подростков.

Физическое воспитание, по мнению Ю.Н. Николаева, это процесс, обеспечивающий удовлетворение потребностей детей в двигательной активности и способствующий ее развитию посредством воздействия различных форм и средств физической культуры, спорта, игр, природных факторов [3, с. 97].

В.И. Столяров отмечает, что физическое воспитание необходимо для эффективного функционирования и развития в современных условиях должно учитывать многосторонние социальные запросы и требования, интересы и потребности разных групп населения, специфические условия организации, т. е. должно быть комплексным.

Л.П. Матвеев и А.Д. Новиков отмечают, что особенность физического воспитания состоит в том, что это процесс, направленный на формирование двигательных навыков и физических качеств человека. Иначе авторы видят физическое воспитание, задача которого заключается в обучении движениям (двигательным действиям) и воспитании (управлении, развитии физических качеств) человека [3, с. 16].

Целью применения технологии физического воспитания является укрепление и сохранение здоровья подростков, обеспечение их оптимального развития.

Мы рассматриваем технологию физического воспитания подростков как совокупность воздействия на подростка физических упражнений, природных факторов, гигиенических мероприятий с целью укрепления его здоровья.

Технология физического воспитания подростков представляет собой совокупность следующих направлений: обеспечение дифференцированного и индивидуального подхода к физическому воспитанию подростков с различными проблемами состояния здоровья; воспитание у подростков сознательного отношения к своему здоровью, стимулирование желания совершенствовать его и вести здоровый образ жизни.

Содержание технологии физического воспитания подростков представлено в трех разделах: педагогическом, оздоровительном, психологическом. Все разделы технологии физического воспитания тесно связаны между собой и должны содействовать главной задаче сохранения и укрепления здоровья подростков в учреждении дополнительного образования.

Необходимо отметить, что большое внимание должно быть уделено формированию у подростков навыков эффективной социальной адаптации (умение общаться со сверстниками и старшими, преодолевать негативные эмоциональные состояния и т. д.), осознания важности заботливого отношения к своему организму, представлений о собственном теле, понимания его красоты и совершенства, воспитанию мотивации на здоровый образ жизни.

В процессе физического воспитания применяются методы, которые повышают эффективность технологии работы с подростками. В теории физической культуры имеется несколько классификаций методов, предложенных разными авторами.

Рассмотрим классификацию методов, предложенную Ю.Ф. Курамшиным, которая включает три группы: направленные на приобретение знаний; направленные на овладение двигательными умениями и навыками; направленные преимущественно на развитие двигательных способностей.

Отличительным признаком в данной классификации являются закономерности, лежащие в основе процесса усвоения знаний, или двигательных умений и навыков, или направленного развития двигательных способностей [1, с. 41].

Таким образом, содержательной основой для повышения эффективности физического воспитания подростков является использование приемлемых технологий оздоровительной, спортивной тренировки при максимально возможной свободе выбора занимающимся вида физической активности, ее формы, интенсивности и лично приемлемого уровня планируемой результативности, при обязательности выполнения индивидуально определенных образовательных стандартов. Сущность технологии физического воспитания подростков состоит в приоритетной направленности содержания педагогического процесса на освоение ими нравственных, интеллектуальных, поведенческих, двигательных, мобилизационных, коммуникативных, здоровьесформирующих и здоровьесберегающих ценностей физической и спортивной культуры.

Список литературы

1. Бальсевич В.К. Инновационные технологии модернизации физического воспитания школьников. Спортивно ориентированное физическое воспитание учащихся общеобразовательных школ: методич. пособие / В.К. Бальсевич, Л.И. Лубышева, А.Г. Комков, О.М. Шелков. – СПб.: НИИФК, 2006. – 72 с.
2. Масалова О.Ю. Физическая культура: педагогические основы ценностного отношения к здоровью: учеб. пособие / под ред. М.Я. Виленского. – М.: КНОРУС, 2012. – 184 с. EDN SUOFRF
3. Николаев Ю.М. Современная теория физической культуры как мировоззренчески-методологическая основа переосмысления профессионального и общего физкультурного образования / Ю.М. Николаев // Теория и практика физ. культуры. – 2013. – №2. – С. 96–102. – EDN PVRNZX
4. Павленок П.Д. Технологии социальной работы в различных сферах жизнедеятельности: учебное пособие / П.Д. Павленок. – М.: Дашков и К, 2005. – 236 с. EDN QOCVKL