

К методическому обеспечению здоровьеразвивающего дополнительного образования по физической культуре

Ирина Леонидовна Удовенко

Сочинский государственный университет, Россия
354000, г. Сочи, ул. Советская, 26а
Кандидат педагогических наук
E-mail: menu05@mail.ru

УДК 374

Аннотация. В статье раскрывается содержание очередного этапа гранта федеральной целевой программы развития образования «Научные и научно-педагогические кадры инновационной России» на 2011–2015 годы, выполняемой под руководством автора. Подтверждается высокая эффективность инновационного методического обеспечения здоровьеразвивающего дополнительного образования по «Физической культуре».

Ключевые слова: здоровьеразвивающее образование, дополнительное профессиональное образование, физическая культура.

Актуальность. Мотивацию в обучении следует считать эпицентром активизации обучения, в том числе в формировании познавательного интереса студентов при дополнительном физкультурном образовании [1, 2]. Центральным вопросом дидактики является отыскание таких средств и методов, которые возбуждали бы их познавательный интерес, привлекали бы к себе студента, располагали бы его к совместной деятельности с педагогом, активизировали бы его учение. А обучающая деятельность педагога, опираясь на опыт и интересы слушателей, на их ценностные устремления и запросы, приобретала бы более значительный эффект в совершенствовании учебного процесса, в формировании активности слушателей, их положительного отношения к своему здоровью, к учению, к педагогу, к вузу, к соучастникам своей деятельности, к процессу и результатам своего труда [3, 4].

Указанные аспекты исследования в совокупности направлены на решение комплексной проблемы – поиска теоретических, методологических и дидактических основ здоровьеразвивающего физкультурного образования в качестве дополнительного образования для специалистов и волонтеров и пилотное внедрение их в практику работы вуза [5, 6, 7].

Цель исследования: сформировать теоретико-методологические и дидактические основы профессиональноориентированного дополнительного образования для проведения оздоровительных программ и образовательных мероприятий, сопряженных с Олимпиадой-2014 года в Сочи.

Основные задачи:

1. Спроектировать на основании проведенных научных исследований инновационные образовательные программы здоровьесориентированного дополнительного образования на основе базовой программы по физической культуре вузов.

2. Проанализировать эффективность инновационных здоровьеразвивающих образовательных программ, внедренных в учебный процесс СГУ, ВПО, ДПО в качестве дополнительной специальности для студентов и волонтеров к Олимпийским и Паралимпийским играм 2014 года и спортивно-массовым мероприятиям.

Объект исследования – здоровьесориентированное дополнительное физкультурное образование для специалистов и волонтеров в системе вузовской базовой программы по физической культуре и приказа Министерства образования и науки РФ № 2106 от 28 декабря 2010 г.

Концепция. Мы продолжаем развивать проблему адаптации организма к здоровьеразвивающим технологиям (ЗРТ) на основе авторских ноу-хау периодограммного и фрактального управления нагрузочными и восстановительными процессами в организме (диссертационные работы И.Л. Удовенко, Л.Д. Попова) по подготовке специалистов и волонтеров к Олимпийским, Паралимпийским играм 2014 года и другим мероприятиям

федерального, регионального, муниципального уровней, пытаясь разрешить противоречие между необходимостью формирования культуры здорового образа жизни разными образовательными средствами и физической культурой, в первую очередь [1–5].

ПНИР выполнялась с использованием современных методик и материально-технической базы, что обеспечивало получение актуальных результатов.

Учитывая многомерность информации со стороны организма, подвергнутого комплексному воздействию с помощью **современных комплексных методов и технологий**, нам удалось обнаружить и систематизировать важную информацию следующими методиками:

1. Пилотный педагогический эксперимент.

2. *Авторский периодографический анализ вариативности двигательных действий (ПА ВДД);*

3. *Авторский фрактальный анализ вариативности двигательной деятельности (ФА ВДД).*

4. *Кардиоинтервалография (КИГ)*

5. *Газоразрядновизуализационная графия (ГРВ-графия)*

6. *Биорезонансный метод.*

7. *Омега-потенциалометрия.*

Исследование направлено на решение масштабной проблемы нехватки кадров специалистов и волонтеров через разработку теоретико-методологических и дидактических основ непрерывного здоровьесформирующего физкультурного образования, сопряженного с олимпийской парадигмой, ориентированной на приказ Министерства образования и науки РФ № 2106 от 28 декабря 2010 г.

В исследовании достаточно четко представлены требования к рациональной организации дополнительного физкультурного образовательного процесса, в том числе с учетом формирования культуры здорового образа жизни его участников:

1) включение в основную профессиональную образовательную программу дополнительных физкультурных учебных модулей по формированию культуры здорового и безопасного образа жизни специалистов и волонтеров;

2) включение в дополнительную физкультурную общеобразовательную программу модулей по формированию культуры здорового и безопасного образа жизни;

3) реализацию дополнительных образовательных программ, ориентированных на формирование ценности здоровья и культуры здорового образа жизни, которые могут быть реализованы как в урочной (аудиторной), так и во внеурочной (внеаудиторной) деятельности при реализации дополнительного физкультурного образования;

4) использование форм, методов обучения и воспитания, педагогических технологий, адекватных возрастным возможностям и особенностям специалистов и волонтеров;

5) использование в образовательном процессе здоровьесберегающих приемов, методов, форм, технологий, в том числе направленных на формирование расширенного воспроизводства здоровья при формировании культуры здорового образа жизни;

6) соблюдение норм двигательной активности при организации дополнительного физкультурного образовательного процесса в соответствии с требованиями санитарных правил, соблюдение санитарных норм, предъявляемых к организации образовательного процесса (объем нагрузки по реализации основных и дополнительных образовательных программ, время на самостоятельную учебную работу, время отдыха, удовлетворение потребностей обучающихся в двигательной активности), в том числе при введении в образовательный процесс педагогических инноваций;

7) соблюдение здоровьесберегающего режима обучения и воспитания, в том числе при использовании технических средств обучения, информационно-коммуникационных технологий, в соответствии с требованиями санитарных правил;

8) учет индивидуальных особенностей развития специалистов и волонтеров при организации дополнительного физкультурного образовательного процесса;

9) обеспечение благоприятных психологических условий образовательной среды (демократичность и оптимальная интенсивность образовательной среды, благоприятный эмоционально-психологический климат, содействие формированию у обучающихся адекватной самооценки, познавательной мотивации) при формировании культуры здорового образа жизни.

На основании сделанного нами ранее научно-практического задела по разработке педагогических основ управления ЗРТ в учебно-образовательном, учебно-тренировочном и рекреационном процессах проведен поиск, разработка и внедрение здоровьесберегающих технологий в учебно-тренировочном процессе и последующей рекреации, основанных на последних достижениях спортивной физиологии и иммунологии и собственных методах, подтвержденных авторскими свидетельствами на изобретение № 1723514, № 1746997, ноу-хау «Инновационные технологии модернизации учебного процесса по физической культуре и его квалитметрии по количественной и качественной оценке движений авторским периодограммным анализом» (решение ученого Совета СГУТиКД, протокол № 1 от 29.01.2010 г.). По материалам научных исследований данной тематики опубликовано 5 статей в сборниках научных работ, готовятся монографии, учебно-методические пособия. Защищено 2 кандидатских диссертации, выполняется 3 диссертационных исследования, в том числе 1 докторская диссертация – И.Л. Удовенко. Диссертационные исследования выполняются именно в данной области.

В результате уже реализованной части исследования:

1) создана база данных физических и функциональных качеств специалистов и волонтеров (пресс, прыжок в длину с места, периодограммный анализ двигательной деятельности в волейболе, периодограммный анализ двигательной деятельности в баскетболе, периодограммный анализ двигательной деятельности в настольном теннисе, периодограммный анализ двигательной деятельности в бадминтоне, показатели деятельности сердечно-сосудистой системы, дыхательной системы);

2) представлены и внедряются инновационные здоровьеразвивающие технологии для подготовки специалистов и волонтеров по дополнительному физкультурному образованию;

3) разработано и представлено учебно-методическое пособие «Технология расширенного воспроизводства здоровья для волонтеров, студентов, сотрудников СГУТиКД и вузов в целом через дополнительное физкультурное образование»;

4) для общеобразовательных учреждений г. Сочи разрабатывается учебно-методическое пособие «Технология расширенного воспроизводства здоровья для общеобразовательных учреждений г. Сочи» с привлечением специалистов и волонтеров;

5) оценивается эффективность инновационных образовательных программ подготовки кадров специалистов и волонтеров через дополнительное физкультурное образование с позиций образовательной мобильности для работы в школах, ДДУ, МОУ, дворовых площадках ТСЖ, на основании чего планируется широкая коммерциализация проекта (разрабатывается специальная программ ТСЖ здоровьеразвивающего типа и методические материалы к ней) в помощь волонтерам;

6) подготовлена монография «Авторские инновационные здоровьеразвивающие технологии подготовки специалистов и волонтеров, в том числе по расширенному воспроизводству, формированию и пропаганде здорового образа жизни через дополнительное профессиональное физкультурное образование»;

7) доказана высокая эффективность и доступность системы ДЗРО при параллельном освоении основной профессии, в частности по модулям «Лечебная физическая культура» (144 часа) (приложение 4) и «Инновационные технологии в физической реабилитации паралимпийцев и ЛОФВ» (72 часа) (приложение 5);

8) завершено теоретическое и методологическое исследование разработанной авторской технологии расширенного воспроизводства здоровья через отдельные модули вузовской программы по «Физической культуре и спорту» на основе ноу-хау периодограммного и фрактального анализов (ПФА) деятельности. Произведено пилотное внедрение авторских модулей подготовки и переподготовки специалистов и волонтеров к Олимпийским и Паралимпийским играм 2014 г. в Сочи (3 программы, 7 модулей);

9) Внедрены разработанные инновационные модули ускоренной и сокращенной подготовки кадров по здоровьеразвивающему образованию из числа студентов СГУ на примере модулей биокоррекции функциональных состояний у студентов с явлениями бронхо-легочной недостаточности, вегето-сосудистой дистонии, остеохондроза, сколиозов;

10) Дополнена база данных физических и функциональных качеств обследуемых (пресс, прыжок в длину с места, периодограммный и фрактальный анализы двигательной деятельности в волейболе, баскетболе, настольном теннисе, бадминтоне), а также деятельности сердечно-сосудистой и дыхательной систем;

11) разработаны предложения по РВЗ ЗОТ и дальнейшей разработке дополнительных модулей по вузовской программе «Инновационные технологии в физической реабилитации паралимпийцев и ЛОВФ».

Выводы и практические рекомендации

1. Пилотный проект показывает свою высокую практическую эффективность и его следует продлить на более продолжительное время, проследив деятельность студентов, получивших ДЗРО в работе со школьниками в пролонгированном варианте.

2. Целесообразно распространить эксперимент на большее число участников.

3. В программу ДЗРО и физической реабилитации мы рекомендуем включать следующие средства и формы: занятия лечебной гимнастикой, включая общеразвивающие и специальные тибетские упражнения, подвижные игры, специальные упражнения с обручами, гантелями, гимнастическими палками, на ковриках, с обязательным выполнением рекомендованных домашних практических, теоретических материалов по нетрадиционной самоподготовке к здоровьеразвивающему образованию.

Примечания:

1. Удовенко И.Л., Бобылев В.В., Невмержицкая Ю.П., Удовенко А.А. Научно-методическое обеспечение инновационных аспектов подготовки кадров к Олимпиаде–2014 // Вестник Сочинского государственного университета туризма и курортного дела. 2010. № 6 (16). С. 166-172.

2. Удовенко И.Л., Абрамишвили Г.А., Удовенко О.А., Попов Л.Д., Якимчук Н.И. Обоснование системы инновационной ППФП молодых специалистов через дополнительную специальность «Физическая культура» с целью подготовки их к оздоровлению населения по месту жительства // V Международный конгресс «Человек, спорт, здоровье» 21–23 апреля 2011 г., Санкт-Петербург, Россия: Материалы конгресса / Под ред. В.А.Таймазова. СПб.: Изд-во «Олимп-СПб», 2011. С. 10.

3. Удовенко И.Л., Попов Л.Д., Петренко В.Н., Удовенко А.А. К проблеме подготовки кадров волонтеров для обслуживания гостей Олимпиады // Вестник Сочинского государственного университета туризма и курортного дела. 2010. № 4 (14). С. 38-44.

4. Udovenko I. L., Abramishvili G. A., Popov L. D., Udovenko A. A., Yakimchuk N. I. Applied aspects of health improving educational nanobiotechnologies use in Sochi Olympic games volunteers training // European researcher. 2011. № 2 (4). P. 229-232.

5. Удовенко И.Л., Абрамишвили Г. А., Лопатина В.И., Попов Л.Д., Удовенко А.А. Здоровьеформирующие технологии в образовательной среде вузов // Вестник Сочинского государственного университета туризма и курортного дела. 2011. № 3 (17). С. 226-231.

6. Удовенко И.Л., Попов Л.Д., Шалар О.Г., Гузик А.Ю., Удовенко А.А. Возможности вуза в профилактике и снижении потерь от социально значимых заболеваний // Вестник Сочинского государственного университета туризма и курортного дела. 2011. № 4 (18). С. 278-283.

7. Еременко С.А., Удовенко О.А., Лебедев Д.В., Шипова И.Н., Удовенко И.Л. Инновации в оздоровлении школьников на муниципальном уровне в России и Украине // Некоторые аспекты деятельности студенческих малых инновационных предприятий в укреплении здоровья студентов // Матер. VI-й Всеукраинской студенческой науч.-практ. конф., 15.12.2011 года, ХГУ.

Methodological Provision of Health Development Physical Training Extracurricular Education

Irina L. Udovenko

Sochi State University, Russia
26a Sovetskaya Str., Sochi 354000
PhD (Pedagogy), Assistant Professor
E-mail: menu05@mail.ru

Abstract. The contribution discloses the essence of the next stage of the grant of the Federal Target Program of Education Development «Academic and Teaching Personnel of Innovative Russia» for 2011-2015, implemented under the guidance of the author, justifies high efficiency of innovative methodological provision of health development "Physical training" extracurricular education.

Keywords: health development education, further vocational education, physical training.

UDC 374