

Головин Олег Васильевич

Кандидат биологических наук, доцент кафедры теоретических основ физической культуры, Новосибирский государственный педагогический университет, golovin.o@ngs.ru, Новосибирск

Гребенникова Ирина Николаевна

Кандидат биологических наук, доцент кафедры теоретических основ физической культуры, Новосибирский государственный педагогический университет, Новосибирск

ТЕХНОЛОГИЯ ПОСТРОЕНИЯ ЦЕЛЕВОЙ УСТАНОВКИ ФИЗКУЛЬТУРНОГО ЗАНЯТИЯ В ЛОГИКЕ СИСТЕМНОГО ПОДХОДА

Аннотация. Физкультурное занятие в существующем виде, как основная форма организации физического воспитания детей и подростков в условиях образовательной организации, не выполняет своей главной задачи – сохранение и укрепление здоровья обучающихся. Одной из причин такого положения является морально устаревшая методология построения физкультурного занятия, где отсутствует ведущий компонент – его целевая установка. Вместо нее предлагаются задачи: главные, основные, развивающие и другие. Однако в логике системного подхода, задачи, какими бы они не были – лишь комплекс основных тактических действий педагога по достижению поставленной цели. При этом какой бы интересной по содержанию не была задача, она не может подменять собой целевую установку учебного занятия.

Ключевые слова: физкультурное занятие, целевая установка, системный подход, технология построения.

Физкультурное занятие (ФЗ) как основная форма организации физического воспитания детей и подростков в условиях образовательной организации объективно испытывает, особенно в последние 10–15 лет, серьезные трудности, которые в первую очередь связаны со снижением:

- привлекательности ФЗ среди самих обучающихся относительно других образовательных областей, и в результате – малой посещаемостью учебного предмета;
- рейтингового статуса ФЗ относительно других образовательных областей по причине низкой мотивации детей и подростков на формирование личной физической культуры;
- оздоровительно-познавательной направленности ФЗ и доминированием относительно жестких нормативных требований учебных программ.

Даже увеличение количества физкультурных занятий до 3 в неделю не решает проблемы формирования личной физической культуры обучающихся в рамках образовательного процесса [3].

Анализ содержания программно-методического обеспечения процесса физического воспитания детей и подростков на ступени дошкольного образования (Л. Д. Глазырина, Т. Н. Доророва, Л. А. Парамонова и др.) и школьной ступени (Г. П. Болонов, В. И. Лях,

А. П. Матвеев и др.) показывает, что у подавляющего большинства авторов сохраняется формальный подход к построению целеполагания физкультурного занятия, где отсутствует его ведущий компонент – целевая установка. Вместо цели, как правило, задачи образовательной и развивающей направленности (рис.).

В. П. Симонов утверждает, что любой образовательный процесс представляет собой организованную педагогом учебную деятельность, состоящую из отдельных, неразрывно взаимосвязанных между собой структурных компонентов, которые выстроены в определенной иерархической последовательности для выполнения единой, заданной педагогом образовательной функции. В таком случае у этой учебной деятельности наблюдаются все основные признаки педагогической системы. При этом всякая педагогическая система есть прежде всего система деятельностная, поскольку бесцельной деятельности просто не бывает, ибо ее начало всегда предопределяет вопрос – зачем это надо делать? [6].

Рассматривая иерархические уровни в такой педагогической системе, цель всегда является их вершиной и началом. Именно с формулирования цели начинается построение любой учебной деятельности как педа-

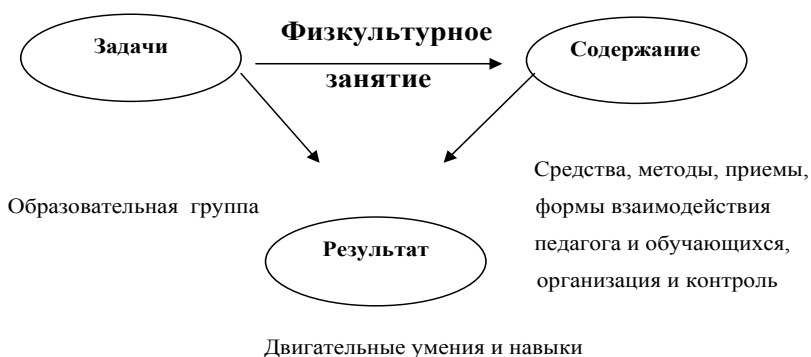


Рис. 1. Схема построения традиционной модели физкультурного занятия

гогической системы. Вторым, важнейшим по значимости системообразующим компонентом в построении педагогической системы являются задачи как основные направления в достижении поставленной педагогом цели. Отбор материала, порядок его изложения, организационные формы взаимодействия педагога и обучающихся в процессе учебной деятельности, методы, приемы, а также система контроля и т. д. выступают содержательным компонентом в построении такой системы. И наконец, взаимосвязанный порядок действий педагога обуславливает результат его образовательной деятельности как неотъемлемый системообразующий компонент педагогической системы [6].

Эффективность организованной педагогом учебной деятельности всегда обусловлена его оптимальным целеполаганием, т. е. иерархической взаимосогласованностью цели как стратегическим началом и предстоящей учебной деятельности, и комплексом задач, выполняющим тактическую функцию в виде основных направлений достижения поставленной цели. При этом какой бы содержательной ни была задача, она не может подменять собой целевую установку этой образовательной деятельности [6].

В схеме построения традиционной модели физкультурного занятия (рис.) наряду с образовательной группой задач присутствует и так называемая развивающая группа задач. Рассматривая смысловое содержание данной формулировки в контексте целостности физкультурного занятия как педагогической системы, мы обнаружили ее функциональное несоответствие основным положениям теории системного подхода В. П. Симонова, где задача выполняет лишь тактическую

функцию, обеспечивая достижение поставленной цели. Мы полагаем, что «развитие» как педагогическая категория, являясь по смыслу более емким, чем задача понятием, выполняет скорее стратегическую функцию, чем тактическую и кумулятивно обеспечивает процесс качественных изменений состояния моторных функций организма ребенка в рамках учебного занятия [3].

Моторным функциям научить ребенка нельзя, ибо они даны ему генетически уже от момента рождения в виде задатков двигательных способностей [1; 2]. Научить ребенка можно только выполнению тех или иных физических упражнений. Не секрет, что ребенок приходит в образовательную организацию, уже обладая определенным уровнем развития присущих ему двигательных способностей: ловкости, быстроты, координации, выносливости и т. д. В этом случае задача педагога – определить их исходный уровень и по результатам такой диагностики спланировать и организовать образовательный процесс по их дальнейшему индивидуальному развитию. Следовательно, состояние моторных функций можно лишь качественно изменять в рамках физкультурного занятия (т. е. развивать) при помощи физических упражнений с разной по мощности физической нагрузкой [3].

В этой связи возникает ряд вопросов: «Какой должна быть модель современного физкультурного занятия?», «Что может являться целевой установкой такого физкультурного занятия?», «Как должна строиться целевая установка физкультурного занятия?», «Из чего состоит?». Поиск и разработкой новых методологических подходов к построению модели физкультурного занятия на разных ступенях

образования занимались как отечественные, так и зарубежные ученые: Л. Д. Глазырина, А. П. Матвеев, Т. Н. Доронова, В. И. Лях, Г. П. Болонов, K. Eckerstorfer, R. Naul и др.

Методологической основой построения нашей модели физкультурного занятия как целостной педагогической системы является теория В. П. Симонова о системном подходе к построению образовательного процесса [6]. При этом целевая установка физкультурного занятия, являясь ведущим системообразующим компонентом, должна, на наш взгляд, строиться в соответствии с биологическими закономерностями развития детского организма. Показано (А. И. Аршавский), что у ребенка в периоде его начального онтогенеза наблюдается естественная биологическая активность основных сенсорных функций организма, которая выражается в наилучших психофизиологических предпосылках:

а) появление в соответствующих центрах коры больших полушарий головного мозга ребенка типичных раздражителей в виде временных условных рефлексов;

б) последующее за этим формирование (на базе появившихся условных рефлексов в центрах коры) определенных взаимообусловленных условно-рефлекторных нейронных связей;

в) дальнейшее закрепление этих связей и появление на их месте в соответствующих центрах коры больших полушарий головного мозга ребенка «физиологического системного структурного следа» как биологической основы развития моторики его организма [2].

Успешность или неуспешность формирования такого «следа» на уровне корковых образований головного мозга ребенка обусловлена необходимостью соблюдения еще одного биологического закона – многократного воздействия типичного раздражителя (каким, в нашем случае, является физическая нагрузка) на определенные рецепторные зоны коры больших полушарий его головного мозга. При этом «физиологический системный структурный след» как психофизиологическое явление относят к кумулятивным эффектам, поскольку, оставаясь отсроченным во времени, он проявляется в последовательном формировании достаточно устойчивых адаптационных перестройках определенных функциональных

систем организма ребенка, отвечающих за качество освоения тех или иных генетически обусловленных моторных функций. Результат сформированности такого «следа» проявляется в естественной для организма ребенка повышенной динамике темпов прироста его моторных функций в виде задатков двигательных способностей [1; 2; 5].

Учитывая данное обстоятельство в процессе моделирования целевой установки физкультурного занятия, мы использовали отдельные структурные педагогические и биологические элементы, обеспечивающие образовательную деятельность (физкультурное занятие), соединив их в единый интегральный механизм в виде определенных последовательных технологических шагов [3; 8; 9].

Шаг 1. Моторные функции в виде задатков двигательных способностей даны каждому ребенку (вне зависимости от состояния его здоровья и пола) индивидуальной генетической программой уже априорно от момента рождения.

Шаг 2. По мере взросления ребенка моторные функции его организма естественным образом (как правило, вне зависимости от внешних факторов) меняют качество своего состояния, последовательно переходя с одного уровня развития на другой, более совершенный.

Шаг 3. В педагогике естественный процесс качественных изменений состояния какого-либо образовательного процесса (например, физкультурного занятия) отражает педагогическая категория «развитие» [4].

Шаг 4. Данное уточнение позволило нам рассматривать (гипотетически) эту педагогическую категорию в качестве варианта целевой установки физкультурного занятия, поскольку она, на наш взгляд, выполняя стратегическую функцию, по существу проектирует ожидаемый результат предстоящей учебной деятельности.

Шаг 5. В этом случае предметом развития могут, по нашему мнению, выступать двигательные способности, генетически обусловленные, моторные функции организма ребенка.

Шаг 6. Становится очевидным, что развивать двигательные способности ребенка значительно проще, поскольку: 1) они даны ему от рождения в виде задатков; 2) у педагога появляется понимание того – зачем ему в рамках физкультурного занятия следует

обучать ребенка тем и или иным конкретным физическим упражнениям.

Шаг 7. Опираясь на результаты исследований П. К. Анохина, И. А. Аршавского, Ф. З. Меерсона, Г. В. Фольборга и др., по оценке эффективности формирования «физиологического системного структурного следа» в зависимости от многократного воздействия типичного раздражителя на определенные рецепторные зоны коры, мы в качестве единой целевой установки конкретного физкультурного занятия выделяем развитие конкретной (той или иной) двигательной способности ребенка: ловкости, быстроты, координационных, скоростно-силовых способностей и т. д.

Шаг 8. При этом единую целевую установку физкультурного занятия необходимо сохранять в течение 2–3 учебных занятий подряд [3], поскольку многократное воздействие типичного раздражителя (каким, по существу, является физическая нагрузка) будет способствовать повышению адаптивных возможностей организма ребенка путем формирования в соответствующих центрах коры больших полушарий его головного мозга необходимого «следа» [1; 2; 5; 7].

Шаг 9. Однако существует опасность того, что попытки развивать какую-то одну двигательную способность (в ущерб другим), скажем, более 4 занятий подряд (а это значит, что постоянно повторяется воздействие одного и того же типичного раздражителя на одни и те же рецепторные зоны коры), как правило, приводит к перенапряжению генетического аппарата организма ребенка. Это влечет за собой его энергетический перерасход, вызывая нарушение баланса биохимических и структурных изменений в организме [2; 5; 7].

Шаг 10. Следствием такого перенапряжения является автоматический запуск компенсаторного механизма на клеточном уровне соответствующих подкорковых образований. Он происходит в основном за счет использования физиологических ресурсов генетического аппарата (т. е. синтеза нуклеиновых кислот и белков) других клеток сети рецепторных зон коры, что существенно ослабляет их собственные адаптационные возможности при появлении соответствующего для них типичного раздражителя [1; 2; 5; 7].

Шаг 11. Во избежание нежелательной перегрузки психофизиологических систем

организма ребенка в построении целевой установки физкультурного занятия мы выделяем две ключевые позиции:

1) чередование двигательных способностей от занятия к занятию в зависимости от степени их энергозатратности для функций организма ребенка;

2) обязательная смена характера физической нагрузки позволяет дифференцировать ее по степени воздействия на функции организма ребенка, которые затем восстанавливаются.

Шаг 12. К числу менее энергозатратной (по степени воздействия физической нагрузки на функции организма ребенка, и, соответственно, оказывающей незначительное влияние на длительность восстановительных процессов) относится, по нашему мнению, специфическая физическая нагрузка, способствующая развитию ловкости, гибкости, а также координационных двигательных способностей [1; 3; 7].

Среднюю степень воздействия на функции организма ребенка оказывает специфическая физическая нагрузка, способствующая развитию силовых, скоростных и скоростно-силовых двигательных способностей. Она в достаточной степени влияет на длительность восстановительных процессов, результатом которых становится появление кумулятивного эффекта [1; 3; 7].

Наиболее энергозатратной по степени воздействия на функции организма ребенка и оказывающей существенное влияние на длительность восстановительных процессов, вызывающих появление более выраженного кумулятивного эффекта, по нашему мнению, является специфическая физическая нагрузка, способствующая развитию всех видов выносливости: общей, силовой и скоростной [1; 3; 7].

Исследования П. К. Анохина показывают, что ни одно качественное изменение состояния двигательных способностей человека само по себе не происходит – оно всегда обусловлено воздействием типичного раздражителя на определенные центры коры больших полушарий его головного мозга. Таким типичным раздражителем соответствующих зон коры больших полушарий головного мозга ребенка в целевой установке физкультурного занятия может выступать специфическая (по характеру воздействия на функции организма) физическая нагрузка, составляющая основу всех физических

упражнений как основных средств физического воспитания детей и подростков.

Таким образом, используя методологию построения образовательного процесса В. П. Симонова, нам удалось построить качественно иную целевую установку физкультурного занятия как обоснованное стратегическое начало предстоящей учебной деятельности в виде развития той или иной (заданной педагогом) конкретной двигательной способности с указанием средства в виде физического упражнения, подвижной или спортивной игры и т. д. и соответствующим им характером физической нагрузки. При этом комплекс задач образовательной, оздоровительной и воспитательной направленности выполняет в целеполагании исключительно тактическую функцию, обеспечивая достижение поставленной педагогом цели, что в итоге делает возможным рассмотрение физкультурного занятия в качестве целостной педагогической системы.

Библиографический список

1. Анохин П. К. Очерки по физиологии функциональных систем. – М.: Медицина, 1975. – 447 с.
2. Ариавский И. А. Физиологические механизмы и закономерности индивидуального развития. – М.: Наука, 1982. – 269 с.

3. Головин О. В., Рябцев С. М. Основные положения концепции физкультурного занятия, построенного на основе системного подхода // Сибирский педагогический журнал. – 2014. – № 6. – С. 250–255.

4. Лихачев Б. Т. Педагогика: курс лекций. – М.: Владос, 2010. – 647 с.

5. Меерсон Ф. З., Пиенникова М. Г. Адаптация к стрессовым ситуациям и физическим нагрузкам. – М.: Медицина, 1988. – 288 с.

6. Симонов В. П. Педагогический менеджмент: Ноу-хау в образовании: учебное пособие. – М.: Высшее образование: Юрайт-Издат, 2009. – С. 55–90.

7. Фольборт Г. В. Процессы утомления и восстановления высшей нервной деятельности и практическое значение их изучения // Физиологические процессы утомления и восстановления. – Киев, 1989. – С. 7–14.

8. Eckerstorfer K. Alternative forms of movement as an expression of a new youth culture and its effects on a school sport // Physical education and sports of children and youth. Conference proceedings. – Bratislava, Slovak Scientific Society for Physical Education and Sports, 1995. – P. 25–28.

9. Naul R. Concepts of Physical Education in Europe // Physical Education: Deconstruction and Reconstruction – Issues and Directions / ed. K. Hardman. – Schorndorf: Hofmann, 2003. – P. 35–52.

Golovin Oleg Vasilevich

Cand. Sci. (Biolog.), Prof. of the Department of Theoretical Bases of Physical Culture, Novosibirsk State Pedagogical University, golovin.o@ngs.ru, Novosibirsk

Grebennikova Irina Nikolaevna

Cand. Sci. (Biolog.), Prof. of the Department of Theoretical Bases of Physical Culture, Novosibirsk State Pedagogical University, Novosibirsk

TECHNOLOGY TARGET BUILD SETUP ATHLETIC TRAINING IN THE LOGIC OF THE SYSTEM APPROACH

Abstract. Physical activity in their existing form as the main form of organization of physical education of children and adolescents in an educational organization is not fulfilling its main task – the preservation and strengthening of health of students. One of the reasons for this is the outdated methodology of physical education classes, where there is no leading component of its target installation. Instead, it proposes objectives: the main; the main, of developing and other. However, in the logic of the system approach, objectives, whatever they may be – only a basic set of tactical actions of the teacher to achieve the goal. Thus, no matter how interesting the content was not objective, it cannot be a substitute for the target setting training sessions.

Keywords: physical activity, goal setting, systematic approach, technology build.

Поступила в редакцию 15.10.2015