

УДК 372.879.6

## Некоторые системно-структурные проблемы формирования содержания образования по дисциплине «физическая культура» и пути их решения

О.Н. Макусев<sup>1 a</sup>, И.В. Ильин<sup>2 b</sup>

<sup>1</sup>Нижнекамский химико-технологический институт (филиал) Казанского национального исследовательского технологического университета, пр. Строителей 47, Нижнекамск, Республика Татарстан, Россия

<sup>2</sup>Нижнекамский филиал Московского гуманитарно-экономического института, ул. Ахтубинская 1, Нижнекамск, Республика Татарстан, Россия

<sup>a</sup>makuseva2008@yandex.ru, <sup>b</sup>bumboss@mail.ru

Статья поступила 20.04.2016, принята 28.06.2016

*В качестве дидактического ориентира обновления содержания образования авторы статьи рассматривают учебные программы, являющиеся его проекцией. Предложены три основных направления пересмотра учебных программ для организации процесса обучения, обеспечивающего освоение содержания образования на требуемом уровне. Таким образом, предлагаемый функционально-модульный подход становится исходной точкой проектирования содержания обучения в рамках разработки и совершенствования учебной программы.*

**Ключевые слова:** учебная программа; содержание образования; функционально-модульный подход; фундаментальная подготовка.

## Some system-structural problems of the education content formation for the discipline of Physical Education and the ways of their solution

O.N. Makusev<sup>1 a</sup>, I.V. Ilyin<sup>2 b</sup>

<sup>1</sup>Nizhnekamsk Chemical and Technology Institute (branch) of Kazan National Research Technological University; 47, Stroiteley ave., Nizhnekamsk, Republic of Tatarstan, Russia

<sup>2</sup>Nizhnekamsk branch of Moscow Institute for Economics and Humanities; 1, Akhtubinskaya St., Nizhnekamsk, Republic of Tatarstan, Russia

<sup>a</sup>makuseva2008@yandex.ru, <sup>b</sup>bumboss@mail.ru

Received 20.04.2016, accepted 28.06.2016

*Educational programs are studied in the article as didactic guidance for renovating education content and as a projection of it. Three main directions have been proposed to reconsider educational programs to organize education process, in which all students would master at the required level. The article presents a functional modular approach as a starting point for training content formation to develop and improve educational program.*

**Key words:** educational program; education content; functional modular approach, fundamental training.

Настойчивые поиски путей совершенствования содержания образования привели нас к осознанию того, что строить учебный предмет это не просто отбирать учебный материал из соответствующей науки для це-

лей образования, но это и строить познавательный процесс, его содержание, средства, логику, строить предметную деятельность познающего объекта и его ориентировку в предмете познания. Являясь элементом про-

цесса обучения, учебный материал выступает в двойной функции – как одно из средств и как часть проекта учебной деятельности, т.е. определяет методы обучения и организационные формы познавательной деятельности.

Проведенный анализ трудов отечественных и зарубежных педагогов, практики педагогического процесса в современной общеобразовательной и высшей школе позволяет констатировать, что построение учебных предметов основывается на совокупности дидактических закономерностей (И.К. Журавлев и др.) [1]. К их числу относятся: любой учебный предмет входит к определенному типу и строится в соответствии с его дидактической моделью; каждому типу учебного предмета соответствует своя система средств организации передачи и усвоения ее содержания; сочетания методов обучения, используемые для передачи ведущего компонента обучения, должны быть ведущими применительно к данному типу предметов; в зависимости от типа учебной дисциплины выявляются и особенности реализации этих методов; специфика разных типов учебных предметов накладывает ограничения на выбор приемов обучения [1].

Содержание учебного материала всегда структурировано, т.е. расчленено на логически завершенные части с выделением различных элементов знания. Однако учебный материал обычно недостаточно четко дифференцируется по степеням объективной важности с иерархическими отношениями между элементами. Между тем, отметим, что цели обучения и критерии отбора содержания образования требуют системного построения учебного материала, его фундаментализации на основе ведущих идей, понятий, теорий.

Уровень учебного предмета, конкретизирующий содержание образования и уровень учебного материала, на котором осуществляется проектирование содержания образования в учебной структуре, являются основными в формировании содержания образо-

вания. Поэтому нами в качестве «дидактического ориентира» обновления взяты учебные программы, являющиеся проекцией содержания образования.

Существуют большие различия между пониманием программы преподавания ее создателями и учителями, с одной стороны, и понятием «программа» вне сферы образования – с другой. Под программой преподавания обычно понимается составленная специалистами подборка тем по определенной области знаний и жизни с указанием минимального стандартного уровня усвоения по каждой теме (т.е. показывают минимальный уровень знаний, умений, навыков).

Мы рассматриваем учебную программу дисциплины как документ, определяющий содержание и методически обоснованную структуру каждой дисциплины, в частности, дисциплины «Физическая культура», в соответствии с функциями, которые он призван выполнять в качестве компонента системы подготовки учащегося. В каждой программе должны быть оговорены цели предмета и входящие в него темы, раскрыто содержание предмета, определено выделенное на его изучение время и установлены организационные формы, в которых будет проводиться учебно-воспитательный процесс. Программы также должны содержать и рекомендации по формам контроля и оценки учебы студентов и школьников в течение полугодия или семестра, список учебной литературы, на которую опирается содержание предмета и организационно-методические указания по преподаванию предмета.

Содержание образования по нашему предмету в общеобразовательной школе исторически определялось задачами повышения физической подготовленности подрастающего поколения. Учебным материалом программ являлись физические упражнения из гимнастики, легкой атлетики, лыжного спорта, подвижных и спортивных игр. В 70–80-е гг. прошлого века в программу вводились элементы борьбы, плавания, художественной гимнастики. Однако, не имея науч-

ных знаний об их эффективности, учителя затруднялись создавать методически обоснованную их систему. Результаты исследований, проведенных в области физической культуры, не получили достаточного распространения в преподавании дисциплины «Физическая культура». Между тем данные научных исследований позволяют уже сегодня предложить новые организационные формы физического воспитания обучающихся различного возраста. С позиции нашего исследования, что касается содержания образования в старших классах, то оно, на наш взгляд, нуждается в коренном обновлении, так как не нацелено сейчас на потребности послешкольной жизни (трудовая деятельность, армия, вуз). Старшеклассникам нужна полноценная общеобразовательная подготовка по дисциплине «Физическая культура», чтобы на выпуске из школы они могли самостоятельно наметить пути своего дальнейшего физического совершенствования в зависимости от избранной профессии.

Хотим отметить, что существующая программа по физической культуре не обеспечивает должной подготовки учащихся общеобразовательной школы. Желание научиться многому за минимальный промежуток времени (два – три урока в неделю) на деле приводит к низкому качеству усвоения учебного материала, нерациональному его распределению по четвертям учебного года, нарушается взаимосвязь в обучении двигательным действиям. Тем не менее, знания, полученные при освоении обязательного минимума содержания программного материала по дисциплине «Физическая культура», должны составить базис представлений о здоровом образе жизни и обеспечить теоретическую основу формирования умений и навыков по физическому самосовершенствованию личности в течение всей жизни.

Результаты обследования говорят о том, что молодежь недостаточно приобщена к занятиям физической культурой и спортом. Изучение отношения студентов к физической культуре показало, что в вузы поступает 24% молодежи с отрицательным отноше-

нием к ней, т.е. интерес к занятиям физической культурой уже в школе к старшим классам значительно снижается.

Задача педагогов состоит в организации такого процесса обучения, чтобы все обучающиеся освоили содержание учебных тем на требуемом уровне.

Начальным этапом в указанной работе, с позиции нашего исследования, является усовершенствование программы, содержание и структура которой отражали бы системное построение предмета, представляли изучаемый объект как систему, раскрывали обучающимся логику движения в материале и способ организации своей познавательной деятельности. Учебная программа должна не только фиксировать содержание знаний об объекте, их объем, в ней должен быть заложен и способ изучения предмета, логика его изложения. Она должна проецировать в учебный предмет системную логику науки [2].

Пересмотр учебных программ необходимо осуществлять в трех направлениях. Первое связано с ликвидацией пробелов в учебных программах. Целью в этом случае является дополнение программ новыми элементами знаний, которые признаны быть необходимыми. Второе направление состоит в пересмотре структуры программ, предполагающем поиск новой архитектуры с целью формулирования задач обучения различного типа. Третье направление связано с идентификацией главного (выделение приоритетов, основных знаний, умений и навыков) [3].

Для нашего исследования оптимальным мы считаем пересмотр учебной программы, в основу которого положено третье направление, связанное с идентификацией главного (выделение приоритетов, основных знаний, умений и навыков).

Формирование содержания образования осуществляется на уровне теоретического представления, учебного предмета и учебного материала. Содержание учебного материала формируется на основе ФГОС, учебных планов школ и специальностей ву-

зов, изучения направлений производственной и хозяйственно-экономической деятельности выпускников.

Особый интерес для нашего исследования представляет научное обоснование разработки содержания учебного материала, базирующееся на необходимости выделения его инварианта, основы или фундамента обучения.

Фундаментальная подготовка является необходимым условием того, чтобы практическая деятельность учащегося протекала на существенно высоком уровне. Если учебный труд творчески аккумулирует фундаментальную теорию, он делает ее максимально пригодной профессионально, создает учащемуся возможности для решения практических проблем. Впервые «фундаментализация образования» была выдвинута В. Гумбольдтом как идея, подразумевающая необходимость включения в процесс обучения тех основных знаний, которые открыты в области той или иной науки [4]. Отметим, что только постепенно и логично наращиваемый каркас фундаментальных знаний является той образовательной основой, которая позволяет достаточно уверенно и системно продуцировать и «экспериментировать» в поиске нового, необычного знания, без чего немислимо ни полноценное развитие личности, ни ее опережение в развитии себя и общества.

Физическая культура как учебная дисциплина имеет сложное строение, она включает в себя воздействие на физиологические системы организма занимающихся, совершенствование физических и морально-волевых качеств и психологической устойчивости, на нервно-эмоциональную умственную сферу студентов [5]. Мы согласны с мнением Ю.Д. Железняк, что дисциплину «Физическая культура» нужно рассматривать не только как одну из форм организации занятий, направленных на компенсацию двигательной недостаточности, но, прежде всего, как «школу движений». Учебно-воспитательный процесс по данному предмету должен формировать умения за-

ниматься самостоятельно. Признание авторитета образовательной и инструктивной направленности физической культуры не есть игнорирование ее оздоровительной, развивающей и воспитательной функций [5]. С помощью такого подхода к проектированию содержания физкультурного образования становится возможным сконструировать курс физической культуры вокруг фундаментального понятия, выделенного нами, т.е. вокруг общей физической подготовки (ОФП).

Общая физическая подготовка включает в себя следующие основные физические качества, которые находятся в сложной и неоднозначной взаимосвязи между собой: сила, выносливость, гибкость, быстрота, ловкость.

Сила – способность преодолевать внешнее сопротивление или противодействовать этому сопротивлению посредством напряжения мышц. Выносливость – способность переносить длительные воздействия нагрузки относительно высокой интенсивности. Быстрота – способность человека в определенных условиях мгновенно реагировать на тот или иной раздражитель и совершать нужные действия с минимальной затратой времени. Гибкость – способность к выполнению движений с большой амплитудой в различных суставах. Ловкость – способность быстро овладевать новыми движениями и перестраивать двигательную деятельность, исходя из требований внезапно меняющейся обстановки.

Структурирование учебного материала должно опираться на принципы, системности и целостности, взаимосвязи внутренних и внешних компонентов структуры и содержания, функциональной полноты образования, непрерывности и преемственности ступеней образования. Все эти принципы учитывает модульный подход, с помощью которого становится возможным сконструировать курс физической культуры вокруг выделенных нами фундаментальных физических понятий, позволяющих решать общеобразовательные и профессиональные зада-



чи. Модульное структурирование содержания позволяет также оптимально согласовать и собрать в единое целое все элементы учебного процесса: учебное содержание, формы и методы обучения, средства контроля. Учебный материал компонуется в модули в укрупненном, а также компактном, «сжатом» виде, удобном для системного изучения и целостного представления. Гибкость и мобильность модульной компоновки содержания физкультурного образования обусловлена тем, что модуль содержит инвариантную часть и вариативную, обусловленную жизненной необходимостью и характером будущей специальности. Проектирование обучающих модулей позволяет интенсифицировать учебный процесс: «сжать» и структурировать учебную информацию в модуле, причем без ущерба для научности и фундаментальности знаний; осознанно стимулировать учебно-познавательную деятельность обучающихся посредством доминирующей мотивации; дифференцировать учебный материал и учебную деятельность с учетом уровня предварительной подготовки и профессиональных потребностей обучающихся и подобрать дальнейшую траекторию обучения; для повышения эффективности усвоения материала ставить в процессе обучения теоретические и практические проблемные ситуации и определять пути их развития. Это позволяет экономить учебное время, что особенно актуально в настоящее время при сокращении аудиторной нагрузки [6]. Исходной точкой проектирования содержания обучения является выбор подходов к разработке и совершенствованию учебной программы. С позиции нашего исследования определенный интерес представляет функционально-модульный подход. Этот подход требует группировки учебного материала в системе взаимосвязанных и относительно самостоятельных модулей [7].

Каждый модуль имеет свою интегрирующую цель, совокупность решений этих целей обеспечивает достижение комплексной дидактической цели. Сама программа

включает 4 модуля инвариантной части и 2 модуля вариативной части, относительная независимость которых друг от друга позволяет изменять, дополнять и создавать учебный материал, не нарушая единой логики содержания. Инвариантная часть представлена следующими модулями: 1 – гимнастика с элементами акробатики; 2 – легкая атлетика; 3 – лыжная подготовка; 4 – спортивные игры.

Каждый из них представлен следующими блоками: 1. Блок актуализации. Придерживаясь идеи единого курса физической культуры в общеобразовательной школе и при дальнейшем обучении в вузе, сюда мы выделяем перечень общекультурных и общепрофессиональных компетенций для разных направлений подготовки, имеющих общие компоненты, названные нами инвариантами компетенций выпускника [8]. 2. Ядро (базовый минимум). Определение ядра – содержания базового обязательного минимума данного раздела физической культуры. Сюда мы относим общую физическую подготовку или двигательные физические качества, характерные для данного модуля. 3. Блок углубления. Установление межпредметных связей физической культуры с другими предметами, выделение профессионально-прикладных проблем, разрешение которых требует применения адекватного поставленной проблеме аппарата физической культуры. 4. Блок применения. Отбор содержания и определение объема вариативных модулей (применение полученных знаний, умений). Остановимся более подробно на теоретических знаниях учащихся. Известно, что знания – это конкретные взаимосвязанные факты, правила, теоретические обобщения, законы. Практика показала, что отсутствие у учащихся теоретических знаний по физической культуре резко снижает эффективность обучения и воспитания на уроках, мешает привитию им правильного отношения к самостоятельным занятиям физическими упражнениями. Отсюда – необходимость успешного усвоения теоретических знаний. Мы считаем, что при

разработке методики формирования теоретических знаний на уроках физической культуры недостаточно руководствоваться лишь общедидактическими принципами. Необходимо также учитывать функции различных знаний; закономерности усвоения их учащимися; место теоретических сведений в структуре и содержании школьного урока физической культуры и в решении специфических задач физического воспитания; особенности учебно-познавательной деятельности обучаемых в условиях занятий физическими упражнениями. Поэтому одним из организационно-педагогических условий, важным для нашего исследования, мы считаем построение рациональной методики сообщения теоретических знаний.

Отметим, что в имеющихся программах по предмету «Физическая культура» для учащихся общеобразовательных школ при наличии раздела теоретических сведений практически отсутствует четкая систематизация учебного материала, отсутствуют временные рамки его прохождения. Все эти факторы и необходимо учитывать при построении рациональной методики сообщения теоретических сведений.

В качестве примера рассмотрим более подробно один из модулей.

Модуль «Гимнастика». Гимнастика – система специфических упражнений и методических приемов, применяемых с целью физического воспитания, образования, спортивной подготовки, оздоровления, восстановления, лечения, приобретения жизненно необходимых навыков прикладного, производственного или оборонного значения.

Программный материал направлен на общую физическую подготовку, на последовательное изучение и совершенствование отдельных элементов на снарядах: на брусьях, опорном прыжке, акробатике, лазание по канату.

Гимнастические упражнения направлены на развитие силы, силовой и скоростной выносливости, координационных способностей и гибкости.

Блок актуализации. Развитие силы и силовой выносливости.

Юноши. Упражнения с отягощениями: с гантелями, с гирями 16-24 кг, со штангой, набивными мячами. Приседание с партнером на плечах. Сгибание и разгибание рук в упоре на брусьях, в упоре лежа. Подтягивание на перекладине. Лазание по канату на одних руках, на скорость. Упражнения для мышц брюшного пресса. Девушки. Сгибание и разгибание рук в упоре на скамейке. Приседание с гантелями. Упражнения для мышц брюшного пресса. Общеразвивающие упражнения без предметов, с предметами: с набивными мячами, с гантелями, в парах.

Развитие скоростно-силовых способностей. Юноши и девушки. Челночный бег. Вольные упражнения, выполняемые в максимальном темпе. Опорные прыжки, различные прыжки со скакалкой, метание набивного мяча.

Развитие координационных способностей. Юноши и девушки. Общеразвивающие упражнения без предметов, с предметами (скакалкой, гимнастической палкой, гимнастической скамейкой). Упражнения на гимнастической стенке, на гимнастических снарядах. Акробатические упражнения. Ритмическая гимнастика. Игры, эстафеты, полосы препятствий с использованием гимнастических упражнений и инвентаря.

Развитие гибкости. Юноши и девушки. Общеразвивающие упражнения с постепенно возрастающей амплитудой движения – махи руками, ногами, вращения туловища, пружинистые наклоны. Акробатические упражнения, упражнения с партнером, с предметами, на гимнастической стенке.

Ядро. Упражнения в висах и упорах. Юноши. Подъем переворотом; подъем силой; мах дугой и соскок махом назад. Девушки. Повторение пройденного материала. Размахивание изгибами; подъем в упор на верхней жерди толчком ног из виса присев на нижней жерди.

Акробатические упражнения. Юноши. Длинный кувырок вперед с прыжка; стойка на голове и на руках силой; переворот в

сторону; кувырок назад согнувшись. Девушки. Равновесие на одной ноге; «мост», поворот кругом в упор присев; переворот в сторону; кувырок вперед и назад.

Опорный прыжок. Юноши. Прыжок ноги врозь через коня в длину высотой 115–120 см (X классы) и 120–125 см (XI классы). Девушки. Прыжок углом с толчком одной ногой (конь в ширину, высота 110 см). Вскок в упор присев и соскок прогнувшись (конь в ширину, высота 110 см.).

Самостоятельные занятия. Комплекс упражнений позволяющий снять умственную усталость, повысить жизненный тонус организма. Сведения об обязательном самоконтроле для занимающихся.

Блок углубления. Девушки. Введение элементов ритмической гимнастики, танцевальный характер упражнений которой вытекает из их динамичности и ритмичности. Выполняя такие упражнения под музыку, учащиеся развивают слух и чувство ритма, дополняя свое физическое совершенствование эстетическими навыками. Комбинация зачетных упражнений без предмета и с предметами. Юноши. Введение элементов атлетической гимнастики с широким использованием общеразвивающих упражнений без предметов и с предметами: с гимнастической палкой, скакалкой, эспандером, гантелями; упражнений на снарядах массового использования: гимнастической стенки, канате, наклонной лестнице, перекладине; прыжковые упражнения, лазание, метания.

С помощью этих средств решается задача общей физической подготовки, как база дальнейшего развития физических качеств.

Блок применения. Совершенствование волевых, эстетических и других физических качеств, в том числе способности и согласовывать действия различных звеньев двигательного аппарата человека. Это помогает овладеть сложными движениями, с которы-

ми человек повседневно встречается в труде, в быту и в спортивной деятельности. Гигиеническая гимнастика оказывает оздоровительное воздействие на занимающихся.

Ведущее значение принципа фундаментализации проявляется через выделение основных, инвариантных базовых тем и понятий, пронизывающих весь курс физической культуры: общеразвивающие упражнения, составляющие основу общей физической подготовки.

#### *Литература*

1. Журавлев И.К. Дидактические основы построения учебного предмета общеобразовательной школы: автореф. дис. ... д-ра пед. наук М., 1990. С. 28.
2. Решетова З.А., Сергеева Т.А. Формирование теоретического мышления студентов при изучении курса общей химии в высшей школе // Современная высшая школа. 1978. № 3. С. 83.
3. Гулевская Н.М. Дидактические основы предметности школьных и вузовских учебных программ: дис. ... канд. пед. наук. Улан-Уде, 2000. 189 с.
4. Гумбольд В. Язык и философия культуры: пер. с нем. / сост., общ. ред и вступ. ст. А.В. Гульш, Г.В. Радишвилли. М.: Прогресс, 1985. 451 с.
5. Железняк Ю.Д. Совершенствование системы подготовки спортивных резервов в игровых видах спорта: автореф. дис. ... д-ра пед. наук. М., 1981.
6. Макусев О.Н. Организационно-педагогические условия формирования физической культуры учащихся в целостном образовательном процессе школы: автореф. дис. ... канд. пед. наук. Н. Новгород, 2008. 20 с.
7. Макусева Т.Г. Технологический подход к организации самообразовательной деятельности // Вестн. Том. гос. пед. ун-та. 2011. № 4. 2011. С. 31-34.
8. Ларионова О.Г., Емельянова Н.В., Макусева Т.Г. Управление становлением компетенций бакалавра // Вестн. Казан. гос. технол. ун-та, 2014. № 16. С. 308-312.