

Козина Жанна Геннадьевна | z.kozina@koiro.edu.ru

Заместитель заведующего кафедрой общего образования, методист
Калининградский областной институт развития образования
Калининград, Россия

Воспитательный потенциал учебного предмета «Физическая культура»

Аннотация. В статье раскрывается значимость физического воспитания как учебной дисциплины, а также как одного из основных направлений в реализации воспитания, определенного федеральными государственными образовательными стандартами. Рассматривается содержание примерных рабочих программ начального, основного, среднего общего образования в части описания воспитывающей функции учебного предмета «Физическая культура». Осуществляется обзор Примерной программы воспитания для общеобразовательных организаций, отражающей воспитывающую направленность физической культуры как учебной дисциплины. Отдельно в программе воспитания рассматриваются целевые ориентиры результатов физического воспитания. В дальнейшем содержание целевых ориентиров предлагается рассмотреть в качестве критериев при анализе результатов воспитания. Материал статьи включает описание форм реализации воспитательного процесса в рамках учебного предмета «Физическая культура», способы реализации воспитательной составляющей, примеры заданий на формирование

личностных результатов школьников, варианты занятий по физической культуре в рамках моделей плана внеурочной деятельности, а также рекомендации по повышению качества проводимых занятий и воспитательных мероприятий. В целом содержание статьи отвечает на три основных вопроса: в чем заключается воспитательный потенциал учебного предмета «Физическая культура»? Как учителю физической культуры реализовать воспитательный потенциал предмета? Как учитель физической культуры может проанализировать результативность воспитательной деятельности?

Ключевые слова: физическая культура, учебный предмет, воспитательный потенциал, личностные результаты, примерные рабочие программы, программа воспитания, целевые ориентиры, урок, внеурочная деятельность.

Российское государство нуждается в физически крепком и деятельном подрастающем поколении, которое способно применять ценности физической культуры как для саморазвития, самоопределения, так и для самореализации.

Общеизвестно, что физическая культура и спорт являются мощным средством укрепления здоровья человека, повышения функциональных и адаптивных возможностей систем организма, развития жизненно важных физических качеств. Кроме того, сфера обладает значительным воспитательным потенциалом. Так, в федеральных государственных образовательных стандартах (далее — ФГОС) физическое воспитание определено как одно из основных направлений воспитания школьников в рамках формирования личностных результатов освоения образовательных программ.

В чем же заключается воспитательный потенциал конкретного учебного предмета — «Физическая культура»?

Воспитывающее значение учебного предмета четко представлено в примерных рабочих программах по предмету «Физическая культура» начального общего¹, основного общего образования² и в проекте примерной рабочей программы среднего общего образования³. Так, на уровне начального общего

образования формирование интереса к систематическим занятиям физической культурой и спортом осуществляется через приобщение школьников к историческим традициям, осознание роли физической культуры в укреплении их здоровья, активное участие в мероприятиях физкультурно-спортивной и оздоровительной направленности. В программе основного общего образования основной акцент сделан на содействии активной социализации обучающихся через осмысление значимости олимпийского движения, формировании навыков коллективного общения и взаимодействия как со сверстниками, так и с педагогами. На уровне среднего общего образования воспитательный аспект предмета заключается также в содействии активной социализации школьников, но уже через призму научных представлений о социальной составляющей физической культуры, воспитание личностных качеств, представляющих большую социальную значимость.

Воспитывающая направленность физической культуры отражена и в Примерной

¹ Примерная рабочая программа начального общего образования предмета «Физическая культура» одобрена решением федерального учебно-методического объединения по общему образованию, протокол 3/21 от 27.09.2021 года.

² Примерная рабочая программа основного общего образования предмета «Физическая культура» одобрена решением федерального учебно-методического объединения по общему образованию, протокол 3/21 от 27.09.2021 года.

³ Примерные рабочие программы размещены на сайте «Единое содержание общего образования» в одноименном разделе (https://edsoo.ru/Primernie_rabochie_progra.htm).

программе воспитания для общеобразовательных организаций (далее – Программа), где одним из основных направлений реализации Программы обозначено «физическое воспитание, формирование культуры здорового образа жизни и эмоционального благополучия» [Цит. по: 3, с. 8], что предполагает

«развитие физических способностей с учетом возможностей и состояния здоровья, навыков безопасного поведения в природной и социальной среде, чрезвычайных ситуациях» [Цит. по: Там же]. Также в Программе определены целевые ориентиры результатов воспитания (таблица 1).

Таблица 1 – Целевые ориентиры результатов физического воспитания, формирования культуры здорового образа жизни и эмоционального благополучия школьников [3, с. 10, 12, 15]

Уровень образования	Целевые ориентиры
Начальное общее образование	<ul style="list-style-type: none"> – Бережно относящийся к физическому здоровью, соблюдающий основные правила здорового и безопасного для себя и других людей образа жизни, в том числе в информационной среде. – Владеющий основными навыками личной и общественной гигиены, безопасного поведения в быту, природе, обществе. – Ориентированный на физическое развитие с учетом возможностей здоровья, занятия физкультурой и спортом. – Сознательный и принимающий свою половую принадлежность, соответствующие ей психофизические и поведенческие особенности с учетом возраста
Основное общее образование	<ul style="list-style-type: none"> – Понимающий ценность жизни, здоровья и безопасности, значение личных усилий в сохранении здоровья, знающий и соблюдающий правила безопасности, безопасного поведения, в том числе в информационной среде. – Выражающий установку на здоровый образ жизни (здоровое питание, соблюдение гигиенических правил, сбалансированный режим занятий и отдыха, регулярную физическую активность). – Проявляющий неприятие вредных привычек (курения, употребления алкоголя, наркотиков, игровой и иных форм зависимостей), понимание их последствий, вреда для физического и психического здоровья. – Умеющий осознавать физическое и эмоциональное состояние (свое и других людей), стремящийся управлять собственным эмоциональным состоянием. – Способный адаптироваться к меняющимся социальным, информационным и природным условиям, стрессовым ситуациям
Среднее общее образование	<ul style="list-style-type: none"> – Понимающий и выражающий в практической деятельности ценность жизни, здоровья и безопасности, значение личных усилий в сохранении и укреплении своего здоровья и здоровья других людей.

Уровень образования	Целевые ориентиры
	<ul style="list-style-type: none"> – Соблюдающий правила личной и общественной безопасности, в том числе безопасного поведения в информационной среде. – Выражающий на практике установку на здоровый образ жизни (здоровое питание, соблюдение гигиены, режим занятий и отдыха, регулярную физическую активность), стремление к физическому совершенствованию, соблюдающий и пропагандирующий безопасный и здоровый образ жизни. – Проявляющий сознательное и обоснованное неприятие вредных привычек (курения, употребления алкоголя, наркотиков, любых форм зависимостей), деструктивного поведения в обществе и цифровой среде, понимание их вреда для физического и психического здоровья. – Демонстрирующий навыки рефлексии своего состояния (физического, эмоционального, психологического), состояния других людей с точки зрения безопасности, сознательного управления своим эмоциональным состоянием, развивающий способности адаптироваться к стрессовым ситуациям в общении, в разных коллективах, к меняющимся условиям (социальным, информационным, природным)

Содержание целевых ориентиров показывает преемственность способностей применять ценности физической культуры для саморазвития, самоопределения и самореализации, расширение спектра этих способностей от уровня к уровню образования, а также формирование на основе этих способностей соответствующих компетенций.

Осознание содержания ориентиров рождает следующий вопрос: как учителю физической культуры реализовать воспитательный потенциал предмета?

Первоначально необходимо определить формы реализации воспитательного процесса в рамках учебного предмета «Физическая культура», далее выделить ключевое содержание каждой из форм и способы реализации воспитательной составляющей.

Основными формами реализации воспитательной деятельности в школе являются урок и внеурочная деятельность.

Основным содержанием воспитательной деятельности учителя на уроке физической культуры является ориентация школьника на применение ценностей физической культуры в повседневной жизни, содействие формированию личностных образовательных результатов обучающихся. Ценности физической культуры раскрываются через такие понятия, как «здоровый образ жизни», «физические качества», «физическая подготовленность», «активный отдых», «рекорды», «победы», «традиции» и др. Важно, чтобы учитель не просто давал готовые представления о тех или иных ценностях, а предоставлял ученику возможность пропустить «через себя», через свой жизненный и учебный опыт, и самостоятельно

осознать суть каждой из этих ценностей. Одновременно, чтобы урок стал воспитывающим, учителю необходимо вооружиться арсеналом средств, способствующих формированию личности школьника. Таковыми, например, могут являться различные творческие, проблемные, исследовательские задания и игровые упражнения, выполняемые школьниками в ходе подвижных игр, эстафет, квестов, слетов, спортивных сборов, подготовки проектов.

Эффективным средством формирования личностных качеств, конечно же, являются спортивные игры и соревнования. Единое средство достижения личностных результатов для любой возрастной категории школьников — Всероссийский физкультурно-спортивный комплекс «Готов к труду и обороне», а точнее, подготовка к выполнению его тестов. Стремление к успешности выполнения нормативов активизирует волевые качества школьника, стимулирует развитие у него целеустремленности, настойчивости, выдержки, самообладания и пр.

Неотъемлемой частью образовательного, а значит, и воспитательного процесса является *внеурочная деятельность по физической культуре*. Воплощение воспитательного потенциала данной деятельности осуществляется через занятия различной направленности, оздоровительные и спортивные мероприятия, организуемые совместно со школьниками.

С введением обновленных ФГОС внесены изменения и в организацию внеурочной деятельности. Так, согласно письму Министерства просвещения Российской Федерации от 5 июля 2022 года № ТВ-1290/03 «О направлении методических рекомендаций»⁴, разработаны и рекомендуются образовательным организациям к использованию на выбор три модели планов внеурочной деятельности [2]. Каждая модель содержит определенные виды деятельности. В первой модели плана преобладает учебно-познавательная деятельность, включающая как внеурочную деятельность по учебным предметам, так и формирование функциональной грамотности. Во второй модели основное — это педагогическая поддержка обучающихся и работа по обеспечению их благополучия в пространстве школы» [Цит. по: Там же], в третьей модели преобладающая роль отведена деятельности ученических сообществ и проведению воспитательных мероприятий. Физическая культура может быть представлена в любой из моделей плана. Например, при выборе школой плана с учебно-познавательной направленностью внеурочная деятельность может реализовываться через занятия по углубленному изучению предмета (для поступающих в профильные организации высшего образования) или через междисциплинарные исследовательские проекты (интеграция предмета «Физическая культура»

⁴ Описание моделей планов внеурочной деятельности содержится в приложении 1 к данному письму.

с другими учебными предметами); в рамках плана с преобладанием педагогической поддержки организуются занятия для школьников, нуждающихся в дополнительных часах для освоения программного материала по физической культуре, или занятия в специальных медицинских группах для детей и подростков, имеющих отклонения в состоянии здоровья. При работе школы по плану, предусматривающему преобладание деятельности ученических

сообществ и проведения воспитательных мероприятий, организуется работа школьных спортивных клубов, спортивных секций; проводятся турниры, соревнования, спортивно-оздоровительные фестивали, слеты; организуется участие школьников в предметной олимпиаде по физической культуре.

Варианты реализации внеурочной деятельности по физической культуре представлены в таблице 2.

Таблица 2 – Варианты занятий по физической культуре в содержании плана внеурочной деятельности [2]

Уровень образования	Целевые ориентиры
Учебно-познавательная деятельность	– Дополнительные занятия по углубленному изучению предмета; – занятия по профориентации
Педагогическая поддержка	– Дополнительные занятия для испытывающих затруднения в освоении учебной программы; – специальные занятия обучающихся с ограниченными возможностями здоровья (в специальных медицинских группах, по программе адаптивной физической культуры)
Деятельность ученических сообществ и воспитательных мероприятий	– Занятия в спортивных объединениях: школьных спортивных клубов, спортивных секциях; организация спортивных турниров, соревнований, фестивалей, слетов, сборов, акций; – организация участия школьников в предметной олимпиаде

Кроме того, «формы внеурочной деятельности должны предусматривать активность и самостоятельность обучающихся, сочетать индивидуальную и групповую работы, обеспечивать гибкий режим занятий (продолжительность, последовательность), переменный состав обучающихся, проектную и

исследовательскую деятельность» [Цит. по: Там же].

Конечно, максимальный воспитательный эффект будет достигнут при сочетании всех вышеперечисленных форм организации внеурочной деятельности в рамках предмета «Физическая культура».

Для повышения качества и привлекательности проводимых воспитательных мероприятий следует рассматривать возможность расширения круга партнеров, что предполагает сетевое взаимодействие (в том числе образовательный кластер) и реализацию внеурочной деятельности физкультурно-спортивной и оздоровительной направленности с использованием ресурсов других организаций. Участниками сетевого взаимодействия в этом случае могут выступать организации дополнительного образования и физкультурно-спортивные комплексы, профессиональные образовательные организации, образовательные организации высшего образования, научные и другие организации, обладающие необходимыми ресурсами.

Воспитательная деятельность, как и любая другая, направленная на достижение определенных результатов, всегда требует анализа. Как учитель физической культуры может проанализировать результативность воспитательной деятельности?

Возвращаемся к таблице 1 данной статьи, где представлены целевые ориентиры результатов в части физического воспитания, содержащиеся в Примерной программе воспитания. Эти целевые ориентиры могут являться критериями для анализа результатов воспитательной деятельности.

В соответствии с позициями соавторов методического пособия «Воспитание в современной школе: от программы к

действиям» П. В. Степанова, доктора педагогических наук, и Н. Л. Селивановой, члена-корреспондента РАО, доктора педагогических наук, профессора, лучшим методом изучения и анализа результатов воспитания является метод педагогического наблюдения. Исследование личности ребенка при помощи анкетилитестов предоставляет информацию, которая зачастую актуальна только на момент тестирования, соответственно, может не в полной мере отражать динамику его развития; «метод же наблюдения, если осуществлять его систематически, дает нам постоянно меняющуюся информацию о личности ребенка и тем самым в большей мере отвечает особенностям развития школьников» [Цит. по: 1, с. 113].

Фиксация результатов наблюдения может осуществляться в любой удобной форме — либо на бумажном носителе, либо в электронном виде. Например, учитель ведет дневник с записями в виде таблиц или схем, в содержании которых отражается предмет наблюдения, примерный перечень вопросов, на которые необходимо обратить внимание, текущие заметки и выводы. К процессу наблюдения можно подключить и самих школьников, например, старшекласникам предложить ведение дневника самонаблюдения, в который вносятся данные, полученные с помощью различных приложений в телефоне, отражающих состояние здоровья. Другой формой фиксации результатов может быть интерактивный трекер полезных привычек, придуманный ребенком начальных классов вместе

с родителем (рисунки 1). Принцип работы трекера: сегодня — закрашенный кружок, завтра — сформированная привычка.

В завершение важно напомнить о том, что грамотная и профессиональная реализация учителем физической культуры своего

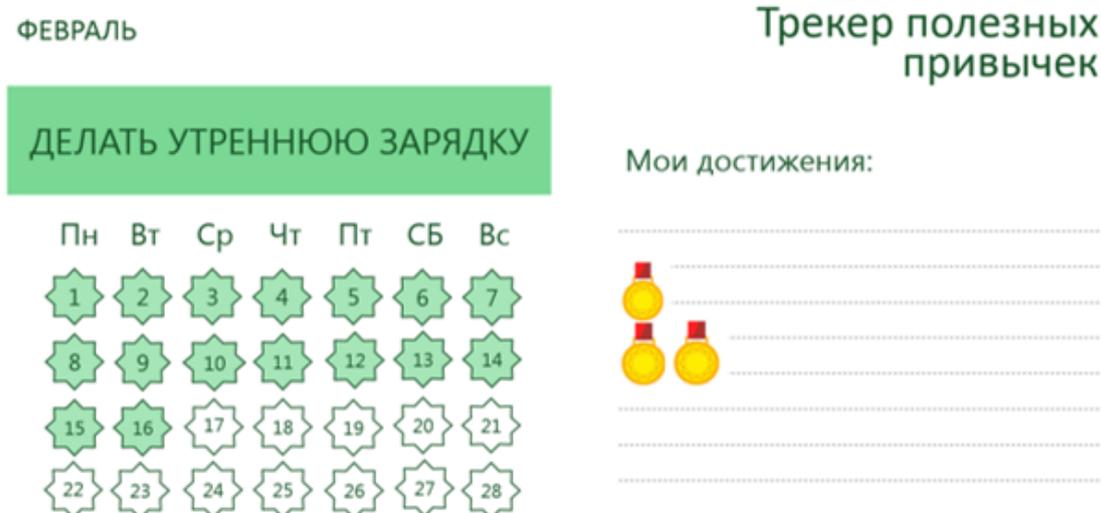


Рисунок 1 — Пример трекера для школьников начальных классов

предмета дает толчок школьнику к систематическим занятиям уже не только в стенах школы, но и за пределами ее территории (в спортивных школах, клубах). Не секрет, что для части современных детей спортивные занятия порой оказываются единственным способом избежать пагубного влияния компьютерной зависимости, влияния улицы, употребления запрещенных веществ, насилия. Таким образом, можно сделать однозначный вывод о существенном воспитательном потенциале учебного предмета «Физическая культура». В то же время важно соблюдать несколько правил построения воспитательной деятельности: все, что делает учитель, должно быть увлекательным, понятным, доступным для

школьника, способствующим самопознанию, саморазвитию, самосовершенствованию, самореализации ребенка.

Список литературы

1. Воспитание в современной школе: от программы к действиям: Методическое пособие [Электронный ресурс] / П. В. Степанов [и др.]; под ред. П. В. Степанова. — М.: ФГБНУ «ИСПО РАО», 2020. — 119 с. — URL: https://kirovipk.ru/wp-content/uploads/2020/10/metodicheskie-rekomendaczii_120-str.pdf (дата обращения: 17.10.2022).
2. Письмо Министерства просвещения Российской Федерации от 05.07.2022 года № ТВ-1290/03 «О направлении

методических рекомендаций» [Электронный ресурс] // Электронный фонд правовой и нормативно-технической информации. — URL: <https://docs.cntd.ru/document/351296491?marker=65001L> (дата обращения: 17.10.2022).

3. Примерная рабочая программа воспитания для общеобразовательных организаций (одобрена решением федерального учебно-методического объединения по общему образованию; протокол от 23.06.2022 года № 3/22) [Электронный ресурс] // Институт изучения детства, семьи и воспитания Российской академии образования. — URL: <https://xn--80adrabb4aegksdjbafk0u.xn--p1ai/upload/medialibrary/aef/orxve66kt39augto500oy0ozcgnmrc2e.pdf> (дата обращения: 17.10.2022).

Zhanna G. Kozina

Kaliningrad Regional Institute
of the educational development
Kaliningrad, Russia

Educational potential of the subject “Physical Education”

Abstract. *The article reveals the importance of physical education as a discipline, as well as one of the main directions in the implementation of upbringing, determined by the Federal state educational standards. The article considers the content of*

Статья поступила в редакцию 24.10.2022;
одобрена после рецензирования 18.11.2022;
принята к публикации 28.11.2022.

sample work programs of primary, basic secondary, secondary general education, describing the educational function of the subject “Physical Education”. The review of the sample program of upbringing for general educational organizations which reflects the upbringing orientation of physical culture as a school subject is carried out. The target reference points of the results of physical education are considered separately in the program of upbringing. Later on the content of the targets is offered to be considered as criteria in analyzing the educational results. The material of the article includes a description of the forms of the educational process within the subject “Physical Education”, ways of realization of the educational component, examples of tasks for forming the students' personal results, variants of tasks on physical education within the models of the plan of extracurricular activities and also recommendations for improving the quality of classes and educational activities. On the whole the content of the article answers three main questions: What is the educational potential of the subject “Physical Education”? How can a physical education teacher implement the educational potential of the subject? How can a teacher of physical education analyze the effectiveness of educational activities?

Keywords: *physical education, subject, educational potential, personal results, sample work programs, educational program, target reference points, lesson, extracurricular activities.*

The article was submitted 24.10.2022;
approved after reviewing 18.11.2022;
accepted for publication 28.11.2022.