

2. Активная поддержка различных спортивных движений, которые помогают студентам укрепить свое здоровье при помощи спорта и улучшить свои теоретические знания, в области физической культуры.

3. Формирование у студентов физически развитого тела, здорового мышления в области личного здоровья, его укрепления и поддержания в соответствующей форме.

4. Активная поддержка со стороны института и каких-либо иных учреждений, а также государственных органов в облегчении участия студентов в Спартакиадах, Олимпиадах, чемпионатах и иных спортивных мероприятиях.

5. Пропаганда здорового образа жизни среди студентов, которая необходима для формирования правильного представления о своем здоровье [1].

Заключение. Формирование физической культуры личности рассматривается нами как целенаправленный процесс, характеризующийся уровнем ее образования в сфере физической культуры, оптимальной физической подготовленностью, здоровым образом жизни, активностью в видах и формах физкультурно-спортивной и физкультурно-оздоровительной деятельности и учитывающий характерологические особенности человека, его мотивацию, уровень готовности, стремления быть гармонично развитым и здоровым [4].

Литература:

1 Евсеев, Ю.И. *Физическая культура: учеб. пособие/ Ю.И. Евсеев.* – Ростов на Дону, 2002. – 384 с.

2 Краснов, И.С. *Пути формирования здорового образа жизни студентов/ И.С. Краснов // Вопросы физического воспитания студентов. XXVIII.* – СПб.: Изд-во СПбГУ. – 2003.

3 *Материалы к заседанию Государственного совета Российской Федерации по вопросу «О повышении физической культуры и спорта в формировании здорового образа жизни россиян».* URL:<http://docs.cntd.ru/document/901808362> (дата обращения: 07.04.2022).

4. *Физическая культура студента: учебник / под ред. В.И. Ильинича.* – М.: Гардарики, 2000 – 374 с.

5 *Холодов, Ж.К., Кузнецов В.С. Теория и методика физического воспитания и спорта/Ж.К. Холодов, В.С. Кузнецов.* – М.: Академия, 2003 – 480 с.

УДК 796.4

ТЕХНОЛОГИИ В ФИЗКУЛЬТУРНОМ ОБРАЗОВАНИИ НА ОСНОВЕ АЭРОБИКИ

Садовникова В.В.

Белорусский государственный университет,
г. Минск, Республика Беларусь

Сравнительно недавно зародился зажигательный вид оздоровительной гимнастики, который за короткий период времени привлек к экранам телевизоров и в спортивные залы значительную часть женского населения. Сейчас немногим известно, что сначала он имел название «ритмическая гимнастика» (СССР), затем произошло перерождение в оздоровительную и танцевальную аэробику. С поразительной скоростью волна популярности оздоровительной аэробики затронула все слои населения на разных континентах: от домохозяек (благодаря телепередачам с актрисой Джейн Фондой, США) до профессионалов, включивших ее в программу оздоровительной и рекреационной работы. Благодаря широкому распространению с 1995 года появилась возможность на постоянной основе наслаждаться видом спорта «спортивная аэробика», позже – «аэробная гимнастика» (FIG), который объединил сильнейших гимнастов, акробатов, батутистов и обычных атлетов с хорошей хореографической подготовкой [7, 8].

Живой интерес к физической активности со стороны населения в период 80–90-х гг. XX века был вызван известными социально-экономическими предпосылками перехода от «нормативной» концепции физического воспитания – в основе которого лежали в том числе нормы ГТО – «Готов к труду и обороне!» – к «развивающей», что позволило оздоровительным задачам лидировать в процессе и считать ведущими критериями динамику результатов.

Оглядываясь назад, смело можно предположить, что более скорой и масштабной приживаемости «нового» вида двигательной деятельности за многие десятилетия, предшествующие этим событиям, не наблюдалось. Аэробика, а позже – фитнес, стали необычайно популярны и монетизируемы как в узком, так и в широком смысле этого слова.

Сначала шло открытие оздоровительных групп, кружков, клубов по интересам в дополнительном образовании, в организациях, занимающихся рекреацией и оздоровлением населения, потом фитнес-клубов в коммерческом секторе до проникновения в учебные программы учреждений образования разных ступеней: ритмической гимнастики с 1991 г., аэробики – в учреждения высшего образования с 2001 г., в учреждения среднего и средне-специального, профессионально-технического с 2008 г. и находятся там по сей день [4].

Опыт нескольких десятилетий повсеместного использования технологий на основе аэробики приносят ощутимый социальный и экономический результат:

- всесторонне развивает личность обучающихся при успешном взаимодействии со спортивным педагогом с учетом использования программы обучения в учреждениях образования;
- фитнес-технологии оптимизируют физическое состояние населения, в том числе взрослого;
- через популяризацию и культивирование вида спорта «Аэробная гимнастика» представление Республики Беларусь в мире.

По мнению Олешкова М.Ю. (2005) анализ попыток разных авторов классифицировать педагогические технологии говорит, о том, что «большинство преподавателей высшей и средней школы не осознают различий между *методикой* и *технологией*... в работах известных российских исследователей проблем современной дидактики подобные классификации или отсутствуют, или в одном ряду с технологиями оказываются в итоге педагогические школы, методические системы и концепции» [2].

Подобная ситуация наблюдается и в физкультурном образовании [1, 5]. Некоторые признаки в основе классификаций педагогических технологий требуют пояснений, обоснования в виду пересечения их с другими типами технологий. Приведем пример инновационных технологий физического воспитания и спорта [6]: технологии модульного и дифференцированного обучения, информационные и коммуникационные технологии в физическом воспитании и спорте, технологии физического воспитания с оздоровительной направленностью, спортивно-ориентированные технологии физического воспитания, технология олимпийского образования, авторские технологии и технологии в спорте и т.п.

Нами в настоящее время проводится исследование роли субъектной позиции спортивного педагога в физкультурном образовании. Эта роль является важным условием разработки и реализации педагогических технологий. Без учета взаимоотношений категорий педагогики физической культуры и спорта, без осознания механизмов и работы системы знаний, соблюдения принципов обучения взрослых и создания условий проявления субъектности в обучении спортивных педагогов не представляется возможным рассчитывать на искомую технологизацию процессов оздоровления. Существует терминологическая проблематика в области физической культуры с общенаучных и общедидактических позиций в отношении видов технологий, объектов и предметов, в целях процесса, во взаимодействиях, например, фитнес-технологий и спортивно-ориентированных.

В представленной таблице мы в сравнительной характеристике предприняли попытку описать различия трех ярко выраженных видов технологий в физкультурном образовании. На наш взгляд это даст понимание спортивным педагогам и исследователям четкое понимание места технологий в базовых категориях педагогики физической культуры с целью опре-

деления наиболее продуктивных подходов к разработке и реализации различных видов технологий.

Напомним, что описание технологий в физкультурном образовании предполагает раскрытие всех основных ее характеристик, что делает возможным ее воспроизведение. Программно-методическое обеспечение внедряемой технологии должно удовлетворять требованиям научности, технологичности, достаточной полноты и реальности осуществления.

Таблица – Сравнение технологий на основе аэробики в физкультурном образовании

Вид технологии			
	Педагогическая технология на основе аэробики	Фитнес-технология	Спортивно-ориентированная технология (вид спорта «Аэробная гимнастика»)
Объект	Образовательный и воспитательный процесс	Рекреация, досуг, оздоровление населения	Спортивная деятельность
Предмет	Интеллектуальное и физическое развитие личности	Востребованные фитнес-программы	Физические кондиции и готовность воспитанника
Цель	Всестороннее развитие личности обучающегося	Полезное и приятное времяпрепровождение для физического и психического здоровья населения	Достижение высокого спортивного результата воспитанника

Вид технологии			
	Педагогическая технология на основе аэробики	Фитнес-технология	Спортивно-ориентированная технология (вид спорта «Аэробная гимнастика»)
Область применения	Образовательная деятельность, учебная дисциплина «Физическая культура и здоровье» 1-11 класс, «Физическая культура» в УВО	Повсеместная, универсальная	Дополнительное образование, дисциплины специализированных учебно-спортивных учреждений
Тип взаимодействия «педагог-обучаемый»	Субъект-объектный и субъект-субъектный	Субъект-объектный	Субъект-объектный
Категории контингента	Все желающие	Все желающие	Отобранные по специализированным критериям

Возрастные группы	С 7–21 года	С 3–70 лет и старше	С возраста допустимого к началу спортивной деятельности в конкретном виде спорта, преимущественно детский и подростковый
-------------------	-------------	---------------------	--

Одним из полученных на сегодняшний день результатов внедрения наших исследований является адаптация, систематизация и алгоритмизация педагогической технологии на основе аэробики в физкультурном образовании, для обучающихся 5-11 классов, о необходимости которой неоднократно упоминается учеными и педагогами. Прогнозируемый результат позволил на базах учреждения образования с 2008 года развивать физкультурно-спортивную деятельность, привлекать детей к систематическим занятиям физической культурой и спортом, создавать условия для полноценного физического развития, укрепления здоровья [3].

Литература:

1. Лукьяненко, В. П. *Терминологическое обеспечение развития физической культуры в современном обществе : монография / В. П. Лукьяненко. – М. : Советский спорт, 2008. – С. 19–23.*
2. Олешков, М. Ю. *Педагогическая технология : проблема классификации и реализации // профессионально-педагогические технологии в теории и практике обучения : сб. науч. тр. – Екатеринбург: РГППУ, 2005. – С. 5-19.*
3. Садовникова, В. В. *Аэробика : пособие для учащихся общеобразовательных учреждений с белорус. и русск. яз. обучения. – Минск : Асар, 2010. – 92 с.*
4. Садовникова, В. В. *Аэробика в программе по учебному предмету «Физическая культура и здоровье» / В. В. Садовникова. – Минск : БГУФК, 2009. – 59 с.*
5. Старченко, В. Н. *Факторы, которые опустошают сущность физического воспитания / В. Н. Старченко, М. Г. Кошман // Физическая культура и здоровье. – 2005. – № 2. – С. 49–52.*
6. Храмов, В. В. *Инновационные технологии обучения двигательным действиям в системе физкультурного образования (на примере Республики Беларусь) : автореф. дис. ... д-ра пед. наук : 13.00.08; 13.00.04 / В. В. Храмов. – Калининград, 2015. – 48 с.*
7. Юсупова, Л. А. *Ритмическая гимнастика (аэробика) / Л. А. Юсупова // Гимнастика. Методика преподавания : учеб. / В. М. Миронов [и др.] ; под общ. ред. В. М. Миронова. – Минск : Новое знание; – М. : ИНФРА-М, 2013. – С. 75–93.*
8. Юсупова, Л. А. *Спортивная аэробика. Методика преподавания: учеб.-метод. пособие / Л. А. Юсупова ; Белорус. гос. ун-т физ. культуры. – Минск : БГУФК, 2016. – 103 с.*