

Педагогический практикум:
проекты, модели, методики, технологии актуального образования

Кузьмина Анастасия Денисовна,

студентка 3-го курса РГГМУ

ФГБОУ ВО «РГГМУ»,

г. Санкт-Петербург, Россия;

Яковлев Геннадий Александрович,

доцент, кандидат педагогических наук,

ФГБОУ ВО «РГГМУ»,

г. Санкт-Петербург, Россия

ТРУД И СПОРТ

Аннотация. Рассмотреть взаимосвязь труда и спорта как разновидностей человеческой деятельности и на этой основе вскрыть общность и различия между ними. Показать, как влияют занятия физической подготовкой и спортом на учебную и, главным образом, на будущую трудовую деятельность обучающихся.

Ключевые слова: труд, спорт, обучающиеся, здоровый образ жизни, подростки, физические упражнения, самовыражение, трудовая деятельность, педагогические меры, воспитательное воздействие.

Здоровый образ жизни – показатель, указывающий, как человек реализует окружающие его условия жизнедеятельности для своего здоровья. Компоненты здорового образа жизни: достаточная двигательная активность; закаливание; рациональное питание; соблюдение режима дня; личная гигиена; отказ от вредных привычек.

Здоровый образ жизни несовместим с вредными привычками. Употребление алкоголя, других опьяняющих и наркотических веществ, курение табака препятствуют утверждению любых сторон здорового образа жизни. Вредные привычки входят в число важнейших факторов риска многих заболеваний, существенно сказываются на состоянии здоровья детей и подростков, населения в целом.

Педагогический практикум: проекты, модели, методики, технологии актуального образования

Применительно к подросткам необходимо постоянно иметь в виду, что не всегда сам подросток может обеспечить соответствующий способ жизнедеятельности. Многое зависит от родителей, организаторов образования, педагогов. В этом смысле подросток пассивен, но от того, как организована его жизнедеятельность, во многом будет зависеть и его будущее поведение.

Спорт-это совокупность наиболее эффективных средств и методов физического воспитания, располагающих огромными возможностями воздействия на человека с целью укрепления его здоровья, развития способностей к высокопроизводительному труду, защите Родины, воспитания высоких нравственных качеств.

Организационно-методические основы физического воспитания студентов высших учебных заведений определяются как общими социальными задачами формирования здорового, гармонично развитого человека, так и конкретными требованиями профессионально-прикладной подготовки специалистов различных профессий.

С помощью физических упражнений, специально организованных наблюдений в ходе занятий спортом открываются широкие возможности для глубокого и всестороннего изучения личности студента: функциональных возможностей организма, состояния психических и личностных свойств, двигательного и житейского опыта, привычек и др., а также проявления этих свойств в самых различных условиях спортивной деятельности. При этом уровень развития индивидуальных свойств личности можно соотнести с требованиями, предъявляемыми к обучающемуся избранной им профессией, и таким образом оценить его способности, степень пригодности и подготовленности к этому виду деятельности. Такой подход позволяет принять педагогические меры для своевременного развития способностей и воспитательных воздействий.

Многие обучающиеся рассматривают занятия спортом как средство самовыражения, проявления собственного «Я», завоевания определенной позиции в

Педагогический практикум: проекты, модели, методики, технологии актуального образования

коллективе, желание быть более коммуникабельным, способным выполнять определенную общественную функцию, проявить свою независимость и самостоятельность.

Педагогические условия формирования коллективистических отношений в процессе спортивной деятельности оказывают положительное влияние на отношение обучающихся к учебному труду, повышают их социальную активность в различных видах трудовой и общественной деятельности.

В спорте, как ни в каком другом виде деятельности, человек с наибольшей полнотой и разносторонностью раскрывает и познает себя. Это помогает ему правильнее оценить выбор профессии, своевременно развивать необходимые способности за счет более осознанного и активного самообразования и самовоспитания. Изучение индивидуальных способностей студентов имеет первостепенное значение для совершенствования методики спортивных занятий с учетом будущей профессии.

В системе высших учебных заведений важное место и роль, в жизни обучающихся принадлежит кафедрам физического воспитания, которые в учебно-воспитательном процессе решают три группы взаимосвязанных задач: воспитательные, образовательные и оздоровительные.

Физическое воспитание оказывает существенное влияние на все составные части воспитания: развитие нравственных, волевых и эстетических качеств личности, совершенствование интеллектуальных и трудовых способностей обучающихся, привитие им прочной привычки к систематическим занятиям физическими упражнениями и спортом.

Систематические занятия физическими упражнениями, целенаправленные тренировки, участие в спортивных соревнованиях создают прекрасные возможно-

**Педагогический практикум:
проекты, модели, методики, технологии актуального образования**

сти разностороннего нравственного воспитания обучающихся. Спорт дает ни с чем несравнимую возможность проверить человека в самых острых, бескомпромиссных ситуациях, раскрыть все стороны его характера, выявить его жизненное кредо.

Планомерные занятия физическими упражнениями и спортом содействуют формированию таких черт характера, как сила воли, смелость, самообладание, решительность, настойчивость, уверенность в своих силах, выдержка, дисциплинированность и т. п.

Занятия физическими упражнениями и спортом носят целеустремленный организованный характер и проходят, как правило, в коллективе. В этом случае судьба победы в спортивном соревновании зависит от каждого члена коллектива, от его умения мобилизовать все силы, проявить свои возможности, подчиняя вместе с тем свои личные интересы интересам команды. Поэтому занятия физическими упражнениями и спортом воспитывают чувство коллективизма. В ходе спортивной борьбы раскрываются такие черты нравственного облика спортсмена, как благородство, честность, уважение к сопернику, умение подчинять свое поведение нормам спортивной этики.

Двигательные действия всегда направлены на решение заранее поставленной двигательной задачи. Они осуществляются за счет активного преодоления внешних сил (предметов окружающей действительности, тяжести собственного тела или его звеньев и т.д.), осознанной мышечной работой.

Познавательные действия содействуют овладению знаниями, умениями и навыками, выявлению причинно-следственных отношений в изучаемых явлениях, предвидению возможного хода событий и др. Они осуществляются за счет чувственного и рационального способа овладения избранным видом деятельности.

Социально-коммуникативные действия позволяют устанавливать определенные отношения между людьми. Они проявляются в поступках, в поведении, в раз-

Педагогический практикум: проекты, модели, методики, технологии актуального образования

личных формах общения, в организационных и обслуживающих действиях. Сказанное позволяет считать возможным положительный перенос эффекта занятий спортом на профессиональную деятельность.

Труд и спорт у обучающихся взаимосвязаны и дополняют друг друга.

Трудовая деятельность помогает сохранить и укрепить здоровье: психическое (успешность в работе придаёт уверенность в своих силах), физическое (развиваются двигательные умения, укрепляется физическая сила, выносливость) и нравственное.

Физическая культура и спорт содействуют подготовке к **трудовой деятельности** путём общего укрепления здоровья и развития способностей, которые необходимы для успешного овладения избранной профессией и достижения в ней высокого уровня мастерства.

Люди, активно занимающиеся физической культурой и спортом, потенциально отличаются более высокими трудолюбием и сознательным отношением к труду, активнее овладевают элементарными трудовыми умениями и навыками.

Ориентационная функция трудового воспитания направлена на то, чтобы сформировать самоопределение воспитанника в различных сферах жизнедеятельности. Она проявляется в оказании активной целенаправленной помощи воспитаннику в его самоопределении и реализации его индивидуальных возможностей. Важно включить ребенка в качестве субъекта в процесс собственной трудовой и профессиональной ориентации, помочь ему осознать свое будущее и ответственно отнестись к нему на основе оценки всей совокупной информации, привлечь его к процессу сознательного проектирования своего жизненного и профессионального пути.

Коррекционная функция трудового воспитания тесно связана с реабилитационной функцией. Она направлена на выявление и преодоление существующих проблем, и развитие сильных сторон личности в процессе активного решения

Педагогический практикум: проекты, модели, методики, технологии актуального образования

трудовых задач. Коррекционная функция реализуется с помощью создания условий для диагностики затруднений в трудовой деятельности, а затем поиска путей их преодоления. Это делается на основе самоорганизации, эффективного использования и развития ребенком собственного потенциала.

Стимулирующая функция трудового воспитания нацелена на формирование в представлениях и мировоззрении воспитуемого исключительной значимости успешной самореализации в трудовой деятельности и возникновение стойкой внутренней потребности в дальнейшем развитии трудовой успешности. Если удастся обеспечить положительную обратную связь с ребенком в процессе его трудового обучения и воспитания, то нетрудно создать условия для выявления и освоения им предпочтительной для себя трудовой деятельности, которая определила бы потребность в последующей специальной профессиональной подготовке.

Интегративная функция трудового воспитания определяет его системообразующую роль в общей структуре образовательной деятельности, содержании и формах учебно-воспитательной работы. Трудовое обучение всегда требует взаимодействия и объединения усилий самых различных дисциплин. Оно выступает одним из основных факторов в структуре общего образования, в том числе его внеклассных и внешкольных форм. Развитие комплекса трудового обучения и воспитания приводит к необходимости развития всей образовательной системы на основе активной интеграции ее отдельных компонентов.

Трудовая деятельность по своей сути направлена на создание экономической базы общества. В свою очередь, физическая культура и спорт содействуют подготовке человека к трудовой деятельности путем общего укрепления его здоровья и развития тех способностей, которые необходимы для успешного овладения избранной профессией и достижения в ней высокого уровня мастерства, а также подготовки к будущей службе в армии.

Педагогический практикум: проекты, модели, методики, технологии актуального образования

Одним из главных условий эффективности использования физической культуры и спорта для трудового воспитания и содействия овладению профессией является своевременное изучение, развитие и прогнозирование общих и профессиональных способностей будущих работников.

Таким образом, физические упражнения часто являются одним из основных средств и методов изучения и развития трудовых способностей. Эффективность их применения основывается на следующих положениях.

1. Физические упражнения обязательно должны быть близки по психомоторной структуре к избранному человеком виду профессиональной деятельности.
2. Физические упражнения должны воздействовать на любую функцию организма строго избирательно и строго дозированно.
3. Физические упражнения, применяемые как контрольные, должны отвечать всем требованиям стандартизации тестов.

Только в этом случае ответная физическая реакция человека на выполненное им упражнение станет объективным показателем состояния его профессиональных способностей.

Таким образом, взаимосвязь физической культуры, спорта и трудового воспитания выражается в том, что первые оказывают непосредственное содействие трудовому воспитанию, повышая трудоспособность людей. В свою очередь, трудовое воспитание придает физической культуре и спорту конкретную направленность на подготовку людей к жизни и труду. Люди, активно занимающиеся физической культурой и спортом, потенциально отличаются более высокими трудолюбием и сознательным отношением к труду, активнее овладевают элементарными трудовыми умениями и навыками.

Поэтому физическую культуру и спорт необходимо активно применять в процессе трудового воспитания. Активно используя разнообразные физические упражнения, тесно связанные со своей будущей или уже имеющейся трудовой

**Педагогический практикум:
проекты, модели, методики, технологии актуального образования**

деятельностью, человек улучшает собственные профессиональные навыки и профессиональную подготовленность, совершенствуется как специалист.