

УДК 37.013

DOI: 10.34670/AR.2022.25.51.042

## Технология формирования физической культуры личности у будущих учителей

**Зенченков Илья Петрович**

Доцент кафедры «Спортивные игры»,  
Институт физической культуры и спорта,  
Донецкий национальный университет,  
283001, Российская Федерация, Донецк, ул. Университетская, 24;  
e-mail: zenchilya@mail.ru

### Аннотация

В статье представлена технология формирования физической культуры личности у будущих учителей. В настоящее время требуется учитель, который был бы духовно и физически здоров, социально активен, ориентирован на формирование и воспитание культурного человека. Одним из эффективных путей является формирование физической культуры личности. Технология формирования физической культуры личности представлена по компонентам: мотивационно-ценностного, деятельностного и когнитивного. В статье раскрываются содержание компонентов и что влияет на их наполнение. По каждому компоненту представлена технология формирования. Раскрыты принципы построения технологий, содержание, условия, методы. Разработана технология формирования физической культуры будущих учителей. Технология включает в себя формирование физической культуры по трем компонентам. При формировании мотивационно-ценностного компонента действия преподавателей направлены на воспитание способностей, самовоспитания, самоуправление, развитие интеллектуального мышления, саморегуляцию. Формирование деятельностного компонента способствует в физкультурной деятельности: занятиям двигательной активностью; научению планированию, коррекции и контролю; усвоение и закрепление методики выполнения упражнений, комплексов во время учебных занятий и внеучебной физкультурной деятельности. Технология формирования когнитивного компонента направлена на эффективную передачу знаний от преподавателя студенту, которая определяется установлением форм, методов, средств, места, последовательности и этапов.

### Для цитирования в научных исследованиях

Зенченков И.П. Технология формирования физической культуры личности у будущих учителей // Педагогический журнал. 2022. Т. 12. № 6А. Ч. I. С. 289-297. DOI: 10.34670/AR.2022.25.51.042

### Ключевые слова

Технология, формирование, физическая культура личности, будущие учителя, мотивационно-ценностный, деятельностный, когнитивный, компонент.

## Введение

В настоящее время стремительные изменения в обществе характеризуются новациями, которые изменяют сложившиеся традиции, налаженные процессы, переориентируют человека на новые ценности, идеалы и установки. В этой ситуации для многих людей с трудностями проходит процесс социализации и адаптации из-за постоянно изменяющихся условий, требований и норм жизни. В условиях быстрых перемен социальной и природной среды, повышения темпа жизни, развала установленных структур, происходит увеличение числа социальных и экологических катаклизмов, влекущих за собой изменение человека в физической и психической сферах, с искажением его биологических характеристик.

Происходящие изменения в обществе отражаются на системе образования. В связи с этим повышаются требования к будущим педагогам, которые бы соединяли в себе общую и профессиональную культуру, были ответственны за личностное развитие и здоровье подрастающего поколения. Учитель передает подрастающему поколению, сформированную у него общую и профессиональную культуру, знания, чувства, общение, мышление, поведение и т.д. Из этого следует, что обществу требуется учитель, который был бы духовно и физически здоров, социально активен, ориентирован на формирование и воспитание культурного человека. Поэтому на первый план выдвигаются задачи и по усовершенствованию процесса подготовки будущих учителей, чтобы они были целостно сформированы как личности, как субъекты педагогической деятельности.

Изменение требований к процессу профессиональной подготовки должно включать формирование физической культуры личности будущего учителя. Такой учитель сможет заботиться не только о своем физическом развитии, физическом совершенстве, но и у учеников. Это определяет потребность в разработке системы, технологии, условий, средств, содержания и форм формирования физической культуры личности будущего учителя.

*Цель исследования:* разработать технологию формирования физической культуры будущих учителей.

## Основная часть

В формировании физической культуры будущих учителей основополагающим является формирование духовной составляющей, которая включает в себя общекультурные ценности и ценности физической культуры, а также самореализацию в физической культуре. Духовная составляющая может быть рассмотрена при условном абстрагировании от взаимосвязанного единства. Это единство может определяться закономерностями, общими принципами формирования физической культуры и единой функциональной моделью.

Физическая культура личности является интегративным личностным образованием, состоящим из трех взаимосвязанных компонентов: мотивационно-ценностного, деятельностного и когнитивного. Духовная составляющая, как основополагающая физической культуры находится и проявляет себя во всех компонентах. Рассмотрим технологию формирования физической культуры личности по компонентам, которые создаются при прохождении практических, гуманитарных и физкультурно-формирующих дисциплин.

К первому компоненту мы относим мотивационно-ценностный. Индивидуальность личности возможно отобразить в виде комплекса мотивов и потребностей. На основе этого мотивационно-ценностная линия педагогической технологии выстраивается в виде установки

стратегии жизни, физкультурных интересов, ценностей и потребностей личности. Поэтому задача состоит в построении технологии, обеспечивающей формированию мотивов и потребностей, как в личном, так и в социальном смысле.

*Технология формирования мотивационно-ценностного компонента* основывается на следующих принципах: доступности, научности; последовательности и постепенности логики мотивационно-педагогических воздействий; индивидуальности; мировоззренческий; интеллектуальный; гуманизации и демократии; деятельностного подхода.

Мотивационно-ценностный компонент включает в себя сформированное мировоззрение; мотивационно-ценностное отношение к занятиям физической культурой и ведению здорового образа жизни; эмоциональное отношение занятиям физической культурой и ведению здорового образа жизни; учебную мотивацию и мотивацию в потребности в достижении [Волкова, 2020; Смирнов, 2022; Шевлякова, 2022].

Построение мотивационно-ценностного компонента во много зависит от: вовлеченности в учебный процесс самого преподавателя, интереса к предмету, энтузиазма, вовлечения большего числа студентов к освоению дисциплины. Так, преподаватель на основе своей личной мотивации формирует мотивацию среди студентов.

Мотивация потребности в достижении во многом зависит от убежденности студента, что его неудачи зависят от недостаточности прикладываемых усилий, а не от отсутствия способностей. Поэтому задача для преподавателя заключается в том, чтобы у студентов была убежденность, что от их действий зависят их достижения. Следовательно, в учебном процессе студентов необходимо научить:

- выстраивать для себя реальные цели, на основе своих возможностей;
- учитывать собственные слабые и сильные стороны, при регулярном самоконтроле и самоанализе;
- намечать конкретные действия для достижения собственных физкультурных целей;
- оценивать и анализировать планируемые и предпринятые действия к достижению своей цели [Волкова, 2020; Шевлякова, 2022].

Негативное влияние оказывает на мотивацию к учебной деятельности, когда студент в практических дисциплинах не выстроил для себя личной цели и задачи. Для него занятия становятся формальными и соответственно такое же исполнение требований по дисциплине. Иначе выстраивается отношение и исполнение требований, если студент личностно-мотивирован, заинтересован. Учебный процесс для него становится творческим и целенаправленным, студент старается проявить максимальную активность. Следовательно, во многом отношение формируется от характера мотивации с планируемым для себя уровнем физической культуры, степенью осознанности и овладения знаниями, мотивационно-ценностными ориентациями.

Таким образом, на основе анализа планируемой деятельности формирования физической культуры, ее структуры, состава, способов осуществления, необходимо оценить интересы, убеждения, потребности и мотивацию. Полученные данные будут служить основой для определения, что требуется корректировать и что следует сформировать у будущих учителей далее.

Планируемая деятельность дает основание для определения комплекса формируемых мотивационных ориентиров:

- создание значимости, убежденности и необходимости в физической культуре на основе сформированного мировоззрения и ценностного отношения;

- выработать положительные эмоции и чувства к физической культуре и ведению здорового образа жизни;
- сформировать учебную мотивацию;
- сформировать мотивацию достижения;
- построение навыков методов самовоспитания (самоконтроля, самосознания, самоанализа, самонаблюдения и т. д.);
- выработать тактику для построения целей в общих и конкретных ситуациях;
- оказывать деликатную эмоциональную поддержку [Волкова, 2020; Кочетков, 2021; Шевлякова, 2022].

Последовательность выстраивания иерархии мотива общекультурных ценностей и ценностей физической культуры определяется и последовательностью следующих этапов:

- акцентирование внимания студентов к содержанию курса, практических занятий и отдельного занятия;
- формирование опыта мышления и поведения с помощью заданий, теоретических и практических упражнений, которые соответствуют данному мотиву;
- усвоение специальной терминологии и знаний содержания мотива;
- сравнение студентом формируемого мотива с личностными представлениями о нем, его значением, ценностными проявлениями и т. д.;
- обучение преподавателем практическому применению будущими учителями умений, навыков и знаний в создаваемых ситуациях в процессе учебной деятельности;
- проявление самостоятельности в выполнении действий студентами согласно усвоенного мотива под наблюдением преподавателя.

В соответствии цели, задач и содержания учебного материала, его изучение устанавливается в составе занятия мотивационной направленности влияния:

- организация учебной деятельности будущих учителей по содержанию и форме;
- по функциям преподавателя учебного заведения;
- по мере выражения воли, целеустремленности, потребностей и интересов;
- по мере проявления самостоятельности в деятельности;
- контроль по форме и его содержанию.

Отметим, что поэтапное и последовательное формирование различных мотивов и потребностей зависит от порядка действия мотивационно-ценностных ориентаций физической культуры будущих учителей, а также от содержания учебного материала, цели и задач планируемого занятия. Порядок регулирования мотивации принимает во внимание отбор методических приемов управления (замкнутый, разомкнутый, направленный, смешанный) устанавливается с учетом постановки целей учебной деятельности [Волкова, 2020].

*Технология формирования деятельностного компонента.* Приобщение к повседневным занятиям физической культурой и ведением здорового образа жизни осуществляется при решении следующих задач: 1) усвоение методических знаний; 2) практической и методической подготовки; 3) научение методам физического самосовершенствования; 4) обеспечение условиями, возможностями удовлетворения интересов и потребностей во внеучебное время [Кочетков, 2021; Софенко, 2022; Чермит, 2022].

Следовательно, приобщение будущих учителей к физической культуре и спорту, а также ведению здорового образа жизни зависит от получения теоретических и методических знаний, сформированных умений и навыков в ходе профессионального физкультурного образования и

от степени включения студентов в систему самосовершенствования [Кочетков, 2021; Софенко, 2022; Чермит, 2022].

Составление структуры занятия, разработка последовательности работы и управления методической подготовкой, самосовершенствование в физической культуре, спортом и ведением здорового образа жизни включает: получаемые знания о способах и формах деятельности; степень осознанности и усвоения; психолого-педагогические условия работы будущих учителей по самосовершенствованию в физической культуре, спорту и ведению здорового образа жизни; создание доступа к дополнительным источникам информации по физической культуре, спорту и ведению здорового образа жизни; возможность индивидуального процесса обучения; принятие во внимание потребности и интерес будущих учителей; контроль, управление и коррекция деятельности.

При расчете уровня нагрузки осуществляется учет имеющихся методических знаний, их направленность и формы методических заданий, опыт деятельности в физической культуре и спорте. Материально-техническое, а также научно-методическое обеспечение предусматривает использование имеющейся подготовленной спортивной базы и средств компьютерной, мобильной коммуникации; обеспечение учебной и внеучебной деятельности научно-методической литературой [Волкова, 2020; Иноземцев, 2021; Смирнов, 2022; Софенко, 2022]. В процессе проведения занятий необходимо осуществлять мотивационную поддержку, которая благоприятно способствует вовлечению будущих учителей в деятельность физической культуры, спорта и ведению здорового образа жизни. Мотивационная поддержка учитывает разнообразность применяемых методов, систему стимулов, индивидуальные и общественно-значимые интересы студентов. С помощью контроля необходимо определять, насколько совершается включенность в различные виды физкультурной деятельности и ведения здорового образа жизни. Также контроль показывает, когда требуется проводить коррекцию имеющихся методических знаний, практических умений и навыков [Кочетков, 2021; Софенко, 2022; Чермит, 2022].

Таким образом, технология формирования деятельностного компонента физической культуры личности способствует: занятиям физкультурной деятельностью (оздоровительной, образовательной, прикладной, спортивной, организаторской, судейской, инструкторской); научению планированию, коррекции и контроля физкультурной деятельности; использованию научно-методической литературой; обучению методам, показу приемов и способу выполнения; планирование практических заданий; проведению индивидуальной и групповой работы; усвоение и закрепление методики выполнения упражнений, комплексов во время учебных занятий и внеучебной физкультурной деятельности.

*Технология формирования когнитивного компонента.* Учебный процесс предполагает передачу информации от педагога обучающимся. Этот процесс представляет собой коммуникацию с множеством взаимосвязанных сообщений по передаче учебного материала. Содержание практических дисциплин в профессиональном физкультурном образовании включает учебный материал психолого-педагогических и физиологических закономерностей с употреблением научных терминов (обоснований, определений, утверждений, и т. д.), располагающихся в определенной логической последовательности (ступенчатости). При этом учебный материал, кроме соблюдения логики построения и изложения, должен соблюдать требование научности. Это является технологическим условием передачи физкультурной информации (знаний) от педагога обучающемуся. Учебный материал обучающимся идентифицируется с помощью уже имеющихся знаний, опыта, интеллектуальных умений и

навыков. Далее он принимает, усваивает и запоминает. Передается учебный материал от преподавателя студенту в виде речи, а также с помощью компьютерных технологий, мультимедийных устройств и т. д. [Иноземцев, 2021; Кочетков, 2021; Смирнов, 2022; Шевлякова, 2022].

Ко второму технологическому условию коммуникации относится совпадение наборов знаков и их смысловое значение между преподавателем и студентом в процессе передачи сообщения. В этой передаче сообщений существуют следующие ситуации: 1) набор знаков преподавателя больше, чем у студента (знания студента не достаточны для понимания), тогда процесс передачи и усваивания материала затруднен; 2) набор знаков преподавателя и студента совпадают (знания преподавателя и студента одинаковы или различаются не значительно) – для студента прием материала будет не интересным; 3) набор знаков преподавателя и студента не совпадают (студент не понимает преподавателя) – усвоение материала не происходит; 4) набор знаков преподавателя больше чем у студента, но в процесс передачи также включается набор знаков студента, тогда процесс коммуникации становится содержательным и эффективным. Отметим, что перечисленные четыре ситуации касаются также и практических дисциплин, во время обучения физическим упражнениям, комплексам и т. д. Следовательно, учебный материал в сообщении должен быть таким, чтобы студент мог на основе полученного ранее материала, усваивать и делать правильные выводы [Кочетков, 2021; Софенко, 2022; Шевлякова, 2022].

К третьему условию, которое способствует эффективности усвоению передаваемых знаний от преподавателя студенту, относится соотношение их с элементами педагогической технологии [Софенко, 2022; Шевлякова, 2022].

К сферам деятельности будущих учителей физической культуры относятся: образовательная, спортивная, оздоровительная, пропагандистская и т.д. Исходя из перечисленных сфер деятельности будущего учителя устанавливаются: цель и содержание образования; состав материала, система понятий, отображающие способы овладения этой деятельностью; умения и навыки, которые позволяют оптимальному усвоению деятельностной частью физической культуры личности. Представленный процесс передачи материала способствует определению цели обучения: установить требуемые для будущей профессиональной физкультурной деятельности личностные качества, методы, оценки их сформированности, способы и шкалы измерения.

Последовательность построения действия знаний значительно изменяется, поскольку задается поэтапное и согласованное освоение системами и соответствующими стратегиями. Следовательно, при планировании подачи материала, требуется выстраивать такую дидактическую систему, которая тонко приспособилась бы на сиюминутные (краткосрочные) цели, а также принимала во внимание возможность увеличения (эволюционный и преобразовательный характер этапа). В этом случае необходимо учитывать, что последовательность управления нужно организовывать в зависимости от выстроенных целей учебной деятельности и вида занятия.

Область действие теоретического знания, во время проведения практического занятия, отмечается: в вступительной части, до основной; перед и в конце учебных элементов; во время возобновления между сериями; в конечной части. Одними из ведущих технологических условий действия знаний во время проведения практических занятий целесообразность и мера. При проведении практических занятий необходимо принимать во внимание, что они являются дополнением к лекционным занятиям, а также решают задачи, которые возникают и имеют отношение к практическому материалу. Информация преподносится в выстроенной логической

последовательности и обоснованности [Кочетков, 2021; Шевлякова, 2022].

Сложность формирования интеллектуальных способностей зависит от образования научно-физкультурного мышления, благодаря которому осуществляется возможность осмысливать, сравнивать, подбирать, обобщать, устанавливать личные пути самосовершенствования, анализировать и оценивать методики, проявлять творчество в будущей профессиональной деятельности.

Отметим передачу знаний в основных технологических вариантах:

- осуществление передачи ступенчато, от простого к сложному;
- организация проблемных ситуаций;
- использование систем творческих заданий (написание рефератов, разработка индивидуальных планов и программ, составление комплексов, написание план-конспектов уроков и т. д.);
- организация семинаров и дискуссий [Кочетков, 2021; Шевлякова, 2022].

Осуществление передачи информации зависит от учебно-методического (учебная, научная и методическая литература) и материально-технического оснащений, поскольку они также влияют на качество и скорость усвоения знаний [Иноземцев, 2021; Кочетков, 2021; Смирнов, 2022]. Кроме этого, они являются средством формирования интереса к учебной деятельности. Следовательно, использование рисунков, таблиц, плакатов, видеофильмов, электронной базы специализированной литературы, оздоровительных программ и т. д. представляет собой средство коммуникации физкультурных знаний [Иноземцев, 2021; Кочетков, 2021; Смирнов, 2022; Шевлякова, 2022].

## Заключение

Таким образом, разработана технология формирования физической культуры будущих учителей. Технология включает в себя формирование физической культуры по трем компонентам. При формировании мотивационно-ценностного компонента действия преподавателей направлены на воспитание способностей, самовоспитания, самоуправление, развитие интеллектуального мышления, саморегуляцию. Формирование деятельностного компонента способствует в физкультурной деятельности: занятиям двигательной активностью; научению планированию, коррекции и контролю; усвоению и закреплению методики выполнения упражнений, комплексов во время учебных занятий и внеучебной физкультурной деятельности. Технология формирования когнитивного компонента направлена на эффективную передачу знаний от преподавателя студенту, которая определяется установлением форм, методов, средств, места, последовательности и этапов.

## Библиография

1. Волкова Л.М. Модели создания среды здоровьесбережения: ценностные и коммуникативные ориентиры // Технологии PR и рекламы в современном обществе. 2020. С. 296-301.
2. Иноземцев С.В. Использование компьютерных технологий в формировании физической культуры личности курсантов и слушателей образовательных организаций министерства внутренних дел России // Наука-2020. 2021. № 6 (51). С. 29-33.
3. Кочетков И.И. Роль педагогических технологий в процессе занятий физической культурой в процессе формирования личности будущего педагога // Психологическое сопровождение образования: теория и практика. Йошкар-Ола, 2021. С. 93-96.
4. Смирнов К.Р. Эффективность цифровых технологий в процессе формирования физической культуры личности

- и мотивации к регулярным занятиям спортом // Физическое воспитание и спорт – взгляд в будущее: интеграция науки и цифровых технологий в образование и практику. М., 2022. С. 270-275.
5. Софенко А.И. Технология формирования личности студента в процессе занятий физической культурой // Основные направления развития физической культуры и спорта. СПб., 2022. С. 368-372.
6. Чермит К.Д. Конверсия спортивных технологий в системе спортизированного физического воспитания // Теория и практика физической культуры. 2022. № 5. С. 6-8.
7. Шевлякова В.В. Формирование физической культуры личности студента через использование современных образовательных технологий // В мире научных открытий. Ульяновск, 2022. С. 4524-4529.

## Technology of formation of physical culture of the personality of future teachers

**И'ya P. Zenchenkov**

Associate Professor of the Department of Sports Games,  
Institute of Physical Culture and Sports,  
Donetsk National University,  
283001, 24, Universitatskaya str., Donetsk, Russian Federation;  
e-mail: zenchilya@mail.ru

### Abstract

The article presents the technology of the formation of physical culture of the personality of future teachers. Currently, a teacher is required who would be spiritually and physically healthy, socially active, oriented towards the formation and upbringing of a cultured person. One of the effective ways is the formation of physical culture of the individual. The technology of personality physical culture formation is presented by the following components: motivational-value, activity and cognitive. The article reveals the content of the components and what affects their content. Formation technology is presented for each component. The principles of construction of technologies, content, conditions, methods are disclosed. The technology of formation of physical culture of future teachers has been developed. The technology includes the formation of physical culture in three components. When forming the motivational-value component, the actions of teachers are aimed at educating abilities, self-education, self-government, the development of intellectual thinking, and self-regulation. The formation of the activity component contributes in physical culture activity to: physical activity classes; learning to plan, correct and control; assimilation and consolidation of the methodology for performing exercises, complexes during training sessions and extracurricular physical education activities. The technology of formation of the cognitive component is aimed at the effective transfer of knowledge from the teacher to the student, which is determined by the establishment of forms, methods, means, place, sequence and stages.

### For citation

Zenchenkov I.P. (2022) Tekhnologiya formirovaniya fizicheskoi kul'tury lichnosti u budushchikh uchitelei [Technology of formation of physical culture of the personality of future teachers]. *Pedagogicheskii zhurnal* [Pedagogical Journal], 12 (6A-I), pp. 289-297. DOI: 10.34670/AR.2022.25.51.042



---

**Keywords**

Technology, formation, physical culture of personality, future teachers, motivational-value, activity, cognitive, component.

**References**

1. Chermit K.D. (2022) Konversiya sportivnykh tekhnologii v sisteme sportizirovannogo fizicheskogo vospitaniya [Conversion of sports technologies in the system of sportsized physical education]. *Teoriya i praktika fizicheskoi kul'tury* [Theory and practice of physical culture], 5, pp. 6-8.
2. Inozemtsev S.V. (2021) Ispol'zovanie komp'yuternykh tekhnologii v formirovanii fizicheskoi kul'tury lichnosti kursantov i slushatelei obrazovatel'nykh organizatsii ministerstva vnutrennikh del Rossii [The use of computer technologies in the formation of physical culture of the personality of cadets and students of educational organizations of the Ministry of Internal Affairs of Russia]. *Nauka-2020* [Science 2020], 6 (51), pp. 29-33.
3. Kochetkov I.I. (2021) Rol' pedagogicheskikh tekhnologii v protsesse zanyatii fizicheskoi kul'turoi v protsesse formirovaniya lichnosti budushchego pedagoga [The role of pedagogical technologies in the process of physical education in the process of forming the personality of the future teacher]. In: *Psikhologicheskoe soprovozhdenie obrazovaniya: teoriya i praktika* [Psychological support of education: theory and practice]. Yoshkar-Ola.
4. Shevlyakova V.V. (2022) Formirovanie fizicheskoi kul'tury lichnosti studenta cherez ispol'zovanie sovremennykh obrazovatel'nykh tekhnologii [Formation of physical culture of a student's personality through the use of modern educational technologies]. In: *V mire nauchnykh otkrytii* [In the world of scientific discoveries]. Ulyanovsk.
5. Smirnov K.R. (2022) Effektivnost' tsifrovyykh tekhnologii v protsesse formirovaniya fizicheskoi kul'tury lichnosti i motivatsii k regul'yarnym zanyatiyam sportom [Efficiency of digital technologies in the process of formation of personal physical culture and motivation for regular sports]. In: *Fizicheskoe vospitanie i sport – vzglyad v budushchee: integratsiya nauki i tsifrovyykh tekhnologii v obrazovanie i praktiku* [Physical education and sport: a look into the future: integration of science and digital technologies into education and practice]. Moscow.
6. Sofenko A.I. (2022) Tekhnologiya formirovaniya lichnosti studenta v protsesse zanyatii fizicheskoi kul'turoi [Technology of formation of the personality of the student in the course of occupations by physical culture]. *Osnovnye napravleniya razvitiya fizicheskoi kul'tury i sporta* [Main directions of development of physical culture and sports]. St. Petersburg.
7. Volkova L.M. (2020) Modeli sozdaniya sredy zdorov'esberezheniya: tsennostnye i kommunikativnye orientiry [Models for creating a health-saving environment: value and communication guidelines]. In: *Tekhnologii PR i reklamy v sovremennom obshchestve* [PR and advertising technologies in modern society].