

УДК 37

DOI: 10.34670/AR.2023.72.71.006

## **Рекомендации по совершенствованию системы организации физкультурно-оздоровительной работы на спортивных сооружениях и в образовательных учреждениях мегаполисов**

**Перевалов Александр Александрович**

Тренер-преподаватель,  
Гжельский государственный университет,  
140155, Российская Федерация, Московская область, п. Электроизолятор, 67;  
e-mail: Perevalov@mail.ru

### **Аннотация**

В связи со снижением уровня физической активности нации, а особенно молодого населения страны, возникает необходимость совершенствования методической и организационной деятельности, направленной на здоровьесбережение, в частности системы организации физкультурно-оздоровительной работы на спортивных сооружениях и в образовательных учреждениях мегаполисов. В данной статье автор предлагает меры, направленные на повышение уровня занятий спортом и физической культурой среди населения. Отмечается, что ключевыми направлениями организации и совершенствования физического воспитания являются либерализация и демократизация, гуманизация и гармонизация.

### **Для цитирования в научных исследованиях**

Перевалов А.А. Рекомендации по совершенствованию системы организации физкультурно-оздоровительной работы на спортивных сооружениях и в образовательных учреждениях мегаполисов // Педагогический журнал. 2023. Т. 13. № 7А. С. 54-62. DOI: 10.34670/AR.2023.72.71.006

### **Ключевые слова**

Физкультурно-оздоровительная работа, уровень физической активности нации, спортивные сооружения, секционные занятия, учебно-тренировочные занятия, спортивная работа с населением.

---

## Введение

В связи со снижением уровня физической активности нации, а особенно молодого населения страны, возникает необходимость в совершенствовании методической и организационной деятельности, направленной на здоровьесбережение. Можно с уверенностью отметить, что одним из ключевых государственных документов, с помощью которого устанавливается приоритет всего образования, а также стратегия и основные направления развития образовательной деятельности в нашей стране, является Национальная доктрина. Доктрина определяет цели воспитания и обучения, пути их достижения, ожидаемые результаты развития системы образования.

Целью физического воспитания является формирование у населения осознанного отношения к физической культуре и спорту. К основным задачам, которые стоят перед школой, другими учебными и спортивными заведениями, относят воспитание у учащихся интереса к физической культуре; выработку навыков постоянных физических занятий; помощь в развитии эмоционального, интеллектуального, эстетического и нравственного развития населения; развитие творческого потенциала.

В качестве ключевых направлений организации и совершенствования физического воспитания можно отнести либерализацию и демократизацию, гуманизацию и гармонизацию.

Положительным моментом в развитии физической культуры является гуманистический подход, который направлен на становление у детского населения страны, а также среди подросткового населения четкого и осознанного отношения к формированию здорового образа жизни.

## Основная часть

В отношении либерализации и демократизации следует отметить, что наиболее эффективное развитие моторики возможно только при тщательном учете индивидуальных особенностей человека. Другими словами, можно сказать, что одна и та же программа может быть неэффективна для каждого. Индивидуальный подход к каждому занимающемуся позволяет подобрать наиболее подходящие средства и методы физического воспитания с учетом индивидуальных особенностей. Преимущество таких методов и форм обучения заключается в том, что они способствуют формированию ценностного отношения человека к физической культуре. Демократизация физического воспитания направлена на формирование у населения осознанного отношения к физическому воспитанию, основанного на взаимопонимании между тренером (преподавателем) и учениками. Считается, что цель демократизации физического воспитания заключается в отказе от представления о том, что человек является «винтиком» общества.

Гуманизация физического воспитания предполагает, что будет построен совершенно другой подход к человеку. В ее основе лежит уважение к личности человека и его внутреннему миру. Иными словами, гуманизация – это переход отношений субъекта и объекта в субъектно-объектные отношения.

При рассмотрении гармонизации физического воспитания можно отметить его комплексный подход к физическому развитию человека, направленный на гармоничное развитие всех его психических и духовных качеств.

Практика показывает, что занятия физической культурой в образовательных учреждениях

являются одной из наиболее эффективных форм организации учебно-воспитательного процесса [Назрачев, 2020].

В основе оздоровительной педагогики лежит междисциплинарный подход, основанный на широком спектре научных и практических исследований. Это направление развивается постепенно на стыке физической культуры и педиатрии. Занятия должны быть организованы в соответствии с возрастными особенностями детей, соблюдением санитарно-гигиенических требований.

В то же время, несмотря на большое количество научных и практических работ по физкультурному воспитанию школьников, в школах до сих пор недостаточно эффективно используются средства физической культуры. В ходе исследования было выявлено несоответствие между требованиями нового стандарта и реальной ситуацией в спорте. Инициатива заключается в том, чтобы использовать пришкольные спортивные сооружения во всех видах физкультурной и оздоровительной деятельности. В любом случае развитие физической культуры и спорта возможно без использования спортивных сооружений, но с их использованием эффективность и разносторонность спортивной деятельности существенно возрастает.

Все помещения, предназначенные для занятий физической культурой и спортом, могут разделяться на крытые и открытые. При этом их могут оборудовать спортивным инвентарем либо оставить без него. Спортивные сооружения должны соответствовать возрасту занимающихся, их физическим и психологическим особенностям. Если речь идет о младших возрастных группах, то спортивный инвентарь должен быть максимально прост в использовании. В старшем школьном возрасте необходимы игровые площадки, в том числе и для детей младшего школьного возраста. Если речь идет о детских игровых площадках, то стоит уделить особое внимание их оснащению.

Внутренние формы занятий могут быть организованы как специалистами, так и самостоятельно занимающимися. К таким формам относятся, например, аэробика, калланетика и т.д. К соревновательным формам занятий относят занятия, направленные на развитие физической и технической подготовленности.

Если рассматривать совершенствование организации физкультурно-оздоровительной работы на спортивных сооружениях, то, в первую очередь, стоит отметить, что само по себе современное спортивное сооружение – это самый сложный механизм, с помощью которого осуществляется работа по оздоровлению нации и укреплению здоровья. Сложное инженерное и техническое оснащение позволяет спортсменам добиваться высоких результатов в спортивных состязаниях. В настоящее время этот вопрос очень актуален.

На основании вышеизложенного можно сделать вывод, что развитие физической культуры и спорта может проходить успешно за счет использования различных спортивных сооружений, направленных на определенные возрастные группы людей. Для получения наилучшего результата предлагается провести анкетирование для тренеров, учителей физической культуры и спорта, а также спортсменов и обучающихся. В ходе анкетирования предлагается ответить на следующие вопросы:

1. Пользуетесь ли вы спортивным оборудованием на школьной площадке?
2. В каких случаях можно использовать спортивную площадку, расположенную на территории школы?

Таким образом, для повышения эффективности использования спортивных пришкольных сооружений в физкультурно-оздоровительной работе мы предлагаем методические

рекомендации, которые позволят учителям и тренерам физической культуры использовать стационарное и нестандартное оборудование спортивных площадок как на уроках физической культуры, так и на тренировках:

- Инвентарь для занятий физической культурой и спортом подбирается с учетом индивидуальных возможностей учащихся, спортсменов.
- Волейбольные и баскетбольные площадки можно использовать для соревновательной и самостоятельной деятельности обучающихся.
- Использование нестандартного оборудования для занятий физической культурой и легкой атлетикой.
- Подготовительная и специальная медико-санитарная подготовка проводится во все времена года.
- В период подготовки, например, к лыжным гонкам рекомендуется использование беговых лыж, ориентированных на пересеченную местность.
- Хоккейный корт в зимнее и летнее время можно использовать для проведения физкультурно-оздоровительных мероприятий.
- Проведение мероприятия «Зарница» – это военно-спортивная игра, в ходе которой спортсмены преодолевают различные препятствия.
- Третий урок физкультуры проводится в летнее время на спортивных площадках, оборудованных для занятий физической культурой и спортом.

В качестве одного из примеров организации физкультурно-оздоровительной работы на спортивных сооружениях можно выделить летний оздоровительный лагерь.

Рассматривая проблему сохранения здоровья учащихся, комитет по вопросам культуры, науки и образования Парламентской Ассамблеи Совета Европы подготовил рекомендации о том, как сохранить здоровье учащихся. В то же время подчеркивается, что главная задача заключается в том, чтобы повысить эффективность физического воспитания учащихся.

В соответствии с Национальным планом развития образования, Концепцией долгосрочной социально-экономической политики Российской Федерации, в которой подчеркивается необходимость формирования у детей ответственного отношения к своему здоровью, говорится о том, что главная задача образования заключается в обеспечении высокого уровня здоровья нации. Высокие требования также предъявляются к подготовке учителей физической культуры в общеобразовательных школах [Пашенко, 2017].

В Российской Федерации продолжается процесс модернизации системы образования, направленный на достижение конечного результата. Учащимся, занимающимся в загородном оздоровительном лагере, необходимо учитывать различные виды и типы образовательных учреждений с целью формирования здорового образа жизни детей.

Исходя из этого, можно сделать вывод о том, что в процессе физической подготовки и физического воспитания формируется индивидуальная модель развития человека.

В результате проведенных исследований можно выявить, что система подготовки студентов к летнему оздоровительному лагерю до сих пор не соответствует требованиям нормативов ГТО.

Если говорить о методической и практической подготовке будущих педагогов физической культуры, то она также недостаточна.

Закон РФ «Об образовании в Российской Федерации» определяет задачи, стоящие перед высшим и послевузовским профессиональным образованием [Карпачева, 2020].

Это обусловлено не только низким уровнем практической подготовки студентов, но и

необходимостью повышения их результативности в соревновательных соревнованиях. Профессиональная подготовка будущих педагогов физической культуры затруднена из-за отсутствия программы, позволяющей смоделировать их деятельность в условиях загородного лагеря.

Важнейшей задачей детского оздоровительного лагеря является воспитание культуры здорового образа жизни, формирование нравственной и физической культуры. Летний лагерь для детей с ограниченными возможностями здоровья предоставляет широкие возможности по формированию здорового образа жизни и мотивации к активному отдыху [Пащенко, 2016, 67]. основополагающим фактором в формировании здорового образа жизни является культура здоровья. В первую очередь это связано с тем, что летний загородный лагерь является базисом формирования культуры здорового образа жизни.

Спортивно-массовая деятельность должна быть направлена на организацию и проведение различных видов спорта, судейство спортивных соревнований.

Критерии оценки:

5 баллов – знание особенностей выполнения двигательных действий, типичных ошибок, способов их предупреждения; создание условий для эффективной спортивной деятельности занимающихся;

4 балла – использование большого количества подготовительных и подводящих упражнений, подробное объяснение условий игровой соревновательной деятельности;

3 балла – затруднения при использовании спортивной терминологии, неэмоциональное объяснение двигательных заданий;

2 балла – недостаточное знание техники физических упражнений, затруднение при выборе способа исправления ошибок, отсутствие опоры на физкультурный актив;

1 балл – слабое знание спортивной терминологии, неверная последовательность выполнения физических упражнений, неумение распределять внимание на всех занимающихся.

Таким образом, организация физкультурно-спортивной деятельности в загородном летнем оздоровительном лагере требует специально-организованной профессиональной подготовки, обеспечивающей формирование дидактических и организаторских умений и навыков проведения разнообразных форм двигательной деятельности; подготовки детей и подростков к сдаче нормативов ГТО, повышения уровня их двигательной активности, приобщения к здоровому образу жизни, формирования культуры здоровья. В педагогических вузах должны быть разработаны специальные дидактические и организаторские программы, направленные на формирование мотивации к занятиям физической культурой в летний период.

Итак, мы рассмотрели в качестве одного из примеров организации физкультурно-оздоровительной работы летний оздоровительный лагерь. Кроме этого, можно предложить еще множество других мероприятий, направленных на организацию физкультурно-оздоровительной работы.

В первую очередь, для развития детско-юношеского спорта необходимо четко определить все образовательные учреждения, на базе которых могут быть сформированы профильные спортивные классы, дополнительные секции и проведение соответствующих мероприятий. Для последующей мотивации и привлечения учащихся предлагается создать на базе образовательных учреждений детско-юношеские спортивные и туристические клубы.

На сегодняшний день спортивный туризм – это молодой, но весьма динамично развивающийся вид спорта. В его основе лежит преодоление природных преград: горных, водных, лесных и прочее. При этом используются различные методы ориентирования,

изучаются техники работы с веревкой, практикуются другие специальные навыки, которые могут пригодиться в спортивном туризме. Кроме основного обучения на базе детско-юношеских спортивных и туристических клубов, также могут проходить соревнования, которые проводятся, как правило, в природной среде, однако при необходимости могут быть проведены в спортивном зале.

Также к спортивному туризму относятся и такие смежные дисциплины, как ориентирование на местности, скалолазание, лыжи, мультиспорт, альпинизм, спелеология, рафтинг, каякинг и прочее.

На сегодняшний день во многих крупных городах на базе образовательных учреждений присутствуют спортивные и туристические клубы. Однако это направление стоит более активно внедрять в общество и развивать во всех учебных учреждениях.

Для того чтобы выделить, какие именно виды спорта и физической активности необходимо внедрять, стоит проводить регулярный мониторинг физической подготовленности учащихся образовательных учреждений, проводить врачебно-педагогический контроль и впоследствии сформировать и вывести в работу систему спортивных соревнований, подходящую для всех категорий учащихся образовательного учреждения.

Кроме образовательных учреждений, развивать организацию физкультурно-оздоровительной работы необходимо в спортивных сооружениях по месту жительства, в районах мегаполисов. Для этого необходимо разрабатывать и внедрять условия для привлечения к физкультурно-спортивной работе с детьми и молодежью по месту жительства молодых специалистов, у которых имеется среднее или высшее профессиональное физкультурное, педагогическое образование. Также для развития физкультурно-оздоровительной работы необходимо развивать волонтерское движение. Особенно это касается работы с детьми, которые попали в трудную жизненную ситуацию.

## Заключение

Итак, для того чтобы повысить уровень занятий спортом и физической культурой среди населения, предлагается рассмотреть следующие цели:

- Разработать и реализовать меры по пропаганде физической культуры и спорта как одной из наиболее значимых составляющих здорового образа жизни населения страны.
- Провести модернизацию системы всего физкультурно-спортивного воспитания среди различных категорий и групп населения.
- Провести усовершенствование системы подготовки спортсменов, а также спортивного резерва. Сюда должно быть включено создание ДЮСШ и центров спортивной подготовки по основным видам спорта.
- Выделить ресурсы на развитие организационно-управленческого, кадрового, научно-методического обеспечения физкультурно-спортивной деятельности.
- Разработать и внедрить условия для дальнейшего развития инфраструктуры сферы физической культуры и спорта, а также провести усовершенствование финансового обеспечения физкультурно-спортивной деятельности.
- Разработать методы повышения количества населения разных социальных и возрастных групп, регулярно занимающихся физической культурой и спортом.
- Разработать и внедрить программы для создания всех необходимых условий, при которых станет возможным для всех граждан регулярно заниматься физической культурой и

спортом, а также получить доступ к спортивной инфраструктуре на базе спортивных сооружений мегаполисов.

– Провести создание общей системы обеспечения безопасности на всех объектах спорта.

Также стоит отметить, что немаловажным в развитии системы физкультурно-оздоровительной работы в мегаполисах на базе образовательных и спортивных учреждений будет разработка и проведение различных спартакиад, спортивных фестивалей и праздников, соревнований по различным видам спорта как среди населения по возрастным группам, так и среди отраслевых предприятий. Данным вопросом должны заниматься соответствующие лица в Управлении физической культуры и спорта. К ним необходимо привлекать также Совет профсоюзов, муниципальные образования области и другие организации.

## Библиография

1. Карпачева М.С. Занятия по физической культуре в условиях пандемии COVID-19 // Наука-2020. 2020. № 7 (43). URL: <https://cyberleninka.ru/article/n/zanyatiya-po-fizicheskoj-kulture-v-usloviyah-pandemii-covid-19>.
2. Листкова М.Л. Содержание средств и методик физического воспитания студентов в режиме дистанционного обучения в период пандемии // Педагогико-психологические и медико-биологические проблемы физической культуры и спорта. 2021. № 1. URL: <https://cyberleninka.ru/article/n/soderzhanie-sredstv-i-metodik-fizicheskogo-vospitaniya-studentov-v-rezhime-distantsionnogo-obucheniya-v-period-pandemii>.
3. Наздрачев Г.О. Занятия физической культурой во время пандемии // Молодой ученый. 2020. № 20 (310). С. 489-490.
4. Пащенко Л.Г. Мотивы занятий физкультурно-оздоровительной деятельностью у лиц юношеского и зрелого возраста в сравнительном аспекте // Вестник Нижневартковского государственного университета. 2016. № 4. С. 78-84.
5. Пащенко Л.Г. Организация образовательно-оздоровительной деятельности взрослого населения в условиях физкультурно-оздоровительного комплекса // АНИ: педагогика и психология. 2017. № 3 (20). URL: <https://cyberleninka.ru/article/n/organizatsiya-obrazovatelno-ozdorovitelnoy-deyatelnosti-vzroslogo-naseleniya-v-usloviyah-fizkulturno-ozdorovitelnogo-kompleksa>.
6. Пащенко Л.Г. Характеристика мотивационной сферы женщин зрелого возраста, занимающихся оздоровительной физической культурой // Бюллетень науки и практики. 2016. № 9 (10). С. 246-250.
7. Светлицкая И.А., Брыкина В.А., Переузник А.З. Формы организации учебных занятий со студентами по физической культуре в период самоизоляции // Наука-2020. 2020. № 3 (39). URL: <https://cyberleninka.ru/article/n/formy-organizatsii-uchebnyh-zanyatij-so-studentami-po-fizicheskoj-kulture-v-period-samoizolyatsii>.
8. Севедин С.В. Задорожний К.Ю. Актуальность физических нагрузок в период пандемии // StudNet. 2021. № 5. URL: <https://cyberleninka.ru/article/n/aktualnost-fizicheskikh-nagruzok-v-period-pandemii>.
9. Тиссен П.П., Ботагариев Т.А. Теория и методика обучения физической культуре. Оренбург, 2019. 127 с.
10. Щенкова И.П. Проблемы дистанционного обучения по дисциплине «Физическая культура» // Международный журнал гуманитарных и естественных наук. 2020. № 5-3. С. 190-193.

## Recommendations on improvement of the system of organization of physical culture and health-improving work at sports facilities and educational institutions of megacities

**Aleksandr A. Perevalov**

Coach teacher,  
Gzhel State University,  
140155, 67 Elektroizolyator vlg, Moscow region, Russian Federation;  
e-mail: Perevalov@mail.ru

## Abstract

Due to the decrease in the level of physical activity of the nation, and especially the young population of the country, there is a need to improve methodological and organizational activities aimed at preserving health, in particular the system of organizing physical education and health work at sports facilities and in educational institutions of megacities. In this article, the author proposes measures aimed at increasing the level of sports and physical education among the population. It is noted that the key directions in organizing and improving physical education are liberalization and democratization, humanization and harmonization.

## For citation

Perevalov A.A. (2023) Rekomendatsii po sovershenstvovaniyu sistemy organizatsii fizkul'turno-ozdorovitel'noi raboty na sportivnykh sooruzheniyakh i v obrazovatel'nykh uchrezhdeniyakh megapolisov [Recommendations on improvement of the system of organization of physical culture and health-improving work at sports facilities and educational institutions of megacities]. *Pedagogicheskiy zhurnal* [Pedagogical Journal], 13 (7A), pp. 54-62. DOI: 10.34670/AR.2023.72.71.006

## Keywords

Physical culture and recreational work, level of physical activity of the nation, sports facilities, sectional classes, educational and training classes, sports work with the population.

## References

1. Karpacheva M.S. (2020) Zanyatiya po fizicheskoi kul'ture v usloviyakh pandemii COVID-19 [Physical education classes during the COVID-19 pandemic]. *Nauka-2020* [Science-2020], 7 (43). Available at: <https://cyberleninka.ru/article/n/zanyatiya-po-fizicheskoy-kulture-v-usloviyah-pandemii-covid-19> [Accessed 17/05/2023].
2. Listkova M.L. (2021) Soderzhanie sredstv i metodik fizicheskogo vospitaniya studentov v rezhime distantsionnogo obucheniya v period pandemii [Contents of means and methods of physical education of students in distance learning during a pandemic]. *Pedagogiko-psikhologicheskie i mediko-biologicheskie problemy fizicheskoi kul'tury i sporta* [Pedagogical-psychological and medical-biological problems of physical culture and sports], 1. Available at: <https://cyberleninka.ru/article/n/soderzhanie-sredstv-i-metodik-fizicheskogo-vospitaniya-studentov-v-rezhime-distantsionnogo-obucheniya-v-period-pandemii> [Accessed 17/05/2023].
3. Nazdrachev G.O. (2020) Zanyatiya fizicheskoi kul'turoi vo vremya pandemii [Physical education classes during a pandemic]. *Molodoi uchenyi* [Young scientist], 20 (310), pp. 489-490.
4. Pashchenko L.G. (2016) Kharakteristika motivatsionnoi sfery zhenshchin zrelogo vozrasta, zanimayushchikhsya ozdorovitel'noi fizicheskoi kul'turoi [Characteristics of the motivational sphere of mature women involved in health-improving physical culture]. *Byulleten' nauki i praktiki* [Bulletin of Science and Practice], 9 (10), pp. 246-250.
5. Pashchenko L.G. (2016) Motivy zanyatii fizkul'turno-ozdorovitel'noi deyatel'nost'yu u lits yunosheskogo i zrelogo vozrasta v sravnitel'nom aspekte [Motives for engaging in physical culture and health activities among youth and adults in a comparative aspect]. *Vestnik Nizhnevartovskogo gosudarstvennogo universiteta* [Bulletin of Nizhnevartovsk State University], 4, pp. 78-84.
6. Pashchenko L.G. (2017) Organizatsiya obrazovatel'no-ozdorovitel'noi deyatel'nosti vzroslogo naseleniya v usloviyakh fizkul'turno-ozdorovitel'nogo kompleksa [Organization of educational and health activities of the adult population in the conditions of a physical culture and health complex]. *ANI: pedagogika i psikhologiya* [ANI: pedagogy and psychology], 3 (20). Available at: <https://cyberleninka.ru/article/n/organizatsiya-obrazovatelno-ozdorovitelnoy-deyatelnosti-vzroslogo-naseleniya-v-usloviyah-fizkulturno-ozdorovitel'nogo-kompleksa> [Accessed 22/05/2023].
7. Sevodin S.V. (2021) Zadorozhnii K. Yu. Aktual'nost' fizicheskikh nagruzok v period pandemii [The relevance of physical activity during a pandemic]. *StudNet.* № 5. Available at: <https://cyberleninka.ru/article/n/aktualnost-fizicheskikh-nagruzok-v-period-pandemii> [Accessed 18/05/2023].
8. Shchenkova I.P. (2020) Problemy distantsionnogo obucheniya po distsipline «Fizicheskaya kul'tura» [Problems of distance learning in the discipline "Physical Culture"]. *Mezhdunarodnyi zhurnal gumanitarnykh i estestvennykh nauk* [International Journal of Humanities and Natural Sciences], 5-3, pp. 190-193.



- 
9. Svetlitskaya I.A., Brykina V.A., Pereuznik A.Z. (2020) *Formy organizatsii uchebnykh zanyatii so studentami po fizicheskoi kul'ture v period samoizolyatsii* [Forms of organizing training sessions with students in physical culture during the period of self-isolation]. *Nauka-2020* [Science-2020], 3 (39). Available at: <https://cyberleninka.ru/article/n/formy-organizatsii-uchebnyh-zanyatii-so-studentami-po-fizicheskoy-kulture-v-period-samoizolyatsii> [Accessed 17/05/2023].
  10. Tissen P.P., Botagariev T.A. (2019) *Teoriya i metodika obucheniya fizicheskoi kul'ture* [Theory and methods of teaching physical culture]. Orenburg.