

Н.В. Ванюхина, кандидат психологических наук, доцент,
доцент кафедры психологии развития и психофизиологии
А.И. Скоробогатова, кандидат педагогических наук, доцент,
заведующий кафедрой педагогической психологии и педагогики
Ф.А. Саглам, кандидат педагогических наук,
доцент кафедры педагогической психологии и педагогики
Институт экономики, управления и права, Казань (Россия)

Ключевые слова: универсиада; «Урок Универсиады»; спортивные события; воспитание здорового образа жизни детей и подростков; физическое воспитание.

Аннотация: В статье проанализирована концепция формирования здорового образа жизни детей и подростков и популяризации спортивных мероприятий путем проведения «урока Универсиады» и фестиваля «Юни-Чад» в образовательных организациях различного уровня Республики Татарстан. В статье делается вывод о том, что эффективность пропаганды занятий спортом и здорового образа жизни у детей и подростков зависит от их вовлеченности в организацию и проведение мероприятий, посвященных крупным спортивным событиям.

После провозглашения туризма приоритетной отраслью России [1] федеральные, региональные и муниципальные власти различных регионов предпринимают усилия по повышению туристской привлекательности своего региона [2]. Значительным шагом Республики Татарстан в этом направлении стало проведение в Казани XXVII Всемирной летней универсиады в июле 2013 года (далее: Универсиада 2013). В ближайшем будущем России предстоит принимать XXII Олимпийские зимние игры и XI Паралимпийские зимние игры в Сочи в 2014 году, XVI Чемпионат мира по водным видам спорта в 2015 году в Казани, финальный турнир XXI Чемпионата мира по футболу в 2018 году, зимнюю Универсиаду в Красноярске в 2019 году и др.

Признано, что Универсиада 2013 была проведена на высочайшем организационном уровне, во многом, благодаря слаженной работе персонала и волонтеров «Казань 2013», а также гостеприимству горожан во время студенческих Игр. Население Казани и Республики Татарстан охотно выступило в качестве волонтеров, болельщиков и радушных хозяев, так как разделяло цели и идеи проведения Универсиады 2013 года в Казани, что было достигнуто кропотливой работой по популяризации Универсиады 2013 в России и, в особенности, в Татарстане.

Особо тщательная и массовая работа по популяризации целей и идей Универсиады, студенческого спорта и здорового образа жизни велась среди школьников, студентов средних специальных и высших учебных заведений, так как одной из основных целей крупного спортивного мероприятия является вовлечение молодежи в его подготовку, стимулирование интереса к спорту и здоровому образу жизни [3].

Стимулирование интереса к здоровому образу жизни вызывает беспокойство родителей, педагогов и правительства, так как болезни стали широко распространяться среди школьников. По статистике, только 10 % современных учащихся абсолютно здоровы, а ведь полноценное физическое развитие и здоровье ребенка – это основа формирования личности.

Причина повышенной заболеваемости, известная многим, это гиподинамия – своеобразная болезнь, определение которой звучит довольно угрожающе – нарушение функций организма (опорно-двигательного

аппарата, кровообращения, дыхания, пищеварения) при ограничении двигательной активности. Не секрет, что и в школе, и дома дети большую часть времени проводят в статичном положении – за столом, у телевизора, за компьютером. Это увеличивает статичную нагрузку на определенные группы мышц и вызывает их утомление. Снижаются сила и работоспособность скелетной мускулатуры, что влечет за собой нарушение осанки, искривление позвоночника, плоскостопие, задержку возрастного развития быстроты, ловкости, координации движения, выносливости, гибкости и силы, то есть углубляет неблагоприятное влияние гипокинезии. Гиподинамия, вызывая развитие обменных нарушений и избыточное отложение жира, способствует заболеванию детей ожирением. Так, по данным большинства исследований, 30–40 % наших детей имеют избыточный вес. У таких детей чаще регистрируются травмы, в 3–5 раз выше заболеваемость ОРВИ. Таким образом, интенсивность физического развития детей, их здоровье напрямую зависят от двигательной активности [4, с. 68].

В связи с проведением в 2013 году в Казани Всемирной летней универсиады значительные средства и силы были направлены на возрождение, обновление и модернизацию спортивной и транспортной инфраструктуры республики [5]. Однако для сохранения и укрепления здоровья населения недостаточно наличия спортивных сооружений. Необходимо воспитывать у людей, в особенности – детей, подростков и молодежи, потребность и привычку регулярно заниматься физической культурой [6].

Большинство родителей в силу тех или иных причин до конца не осознают угрожающие последствия гиподинамии. Поэтому роль учителя в формировании основ здорового образа жизни ребенка и подростка важна и неопределима. Именно педагог развивает жизненно необходимые двигательные умения и навыки ребенка в соответствии с его индивидуальными особенностями, вырабатывает потребности и умения самостоятельно заниматься физическими упражнениями, укреплять здоровье; содействует воспитанию нравственных и волевых качеств, развитию психических процессов и свойств личности.

Исходя из вышеперечисленных предпосылок, в 2012 году был проведен конкурс «Урок Универсиады»,

участниками которого стали 273 общеобразовательных, 22 средних специальных и 11 высших учебных заведений, и фестиваль «Юни-Чад», в котором приняли участие 54 творческих коллектива педагогов дошкольных образовательных учреждений. Задачами данных мероприятий являлись: создание методических материалов об Универсиаде для использования в образовательных учреждениях различного уровня; популяризация целей и идей Универсиады, студенческого спорта и здорового образа жизни среди детей и молодежи через сеть образовательных учреждений; формирование положительного отношения к Универсиаде 2013 года в г. Казани среди школьников, студентов и их родителей посредством педагогических технологий; стимулирование вовлечения школьников и студентов в волонтерскую деятельность.

Соревнование проходило среди педагогов начальной школы; средних и старших классов; средних специальных учебных заведений и высших учебных заведений. В каждой из этих четырех групп было выделено: лучшее внеклассное (внеучебное) мероприятие, посвященное Универсиаде; лучшее изложение темы Универсиады в рамках урока (занятия).

Всего на конкурс было представлено 273 работы. Наибольшее число работ представили казанские педагоги (25 % работ). Среди районов Республики Татарстан наиболее активное участие приняли педагоги Сабинского (8 %), Алексеевского и Муслумовского (по 6 %) районов.

Подавляющее большинство работ (70 %) представляли собой разработки внеклассных (внеучебных) мероприятий, причем тенденция к их преобладанию сохранялась в учебных заведениях всех уровней. Лишь 20 % работ предлагали методические материалы по изложению темы Универсиады в рамках урока (занятия). 10 % работ не оценивались, так как поступили с нарушениями срока подачи или правил оформления. Тенденция преобладания внеклассных мероприятий может сигнализировать о том, что учителям трудно внести изменения в уже разработанные уроки. О принципиальной возможности внесения информации об Универсиаде в рамки уроков свидетельствуют представленные педагогами разработки уроков по таким предметам, как математика, окружающий мир, литература, русский и английский язык, физическая культура, физика, труд (технология), рисование, информатика.

Анализируя материалы, представленные на конкурс педагогами начальной школы, можно отметить, что решая традиционные задачи по формированию двигательных навыков, воспитанию физических качеств и координационных способностей, многие учителя зачастую забывают о развитии положительного отношения и интереса школьников к занятиям физическими упражнениями и урокам физической культуры. Свой отпечаток, к сожалению, в последнее время накладывают рекомендации отдельных медицинских работников, неправильно трактующих термин «Освобождение от физической культуры». Учащиеся, получившие после перенесенных заболеваний справку из медицинских учреждений об освобождении от занятий физической культурой, часто не знают, что освобождение от занятий может быть только временным после острого заболевания. Полного освобождения от оздоровительной (лечебной) физической культуры не существует, и она показана практически при любых отклонениях в состоянии здоровья.

Несомненным достоинством работы педагогов начальной школы по популяризации идей здорового образа жизни на «уроках Универсиады» является то, что педагоги учат детей пользоваться справочниками, словарями, энциклопедиями – эти умения очень пригодятся школьникам на последующих этапах обучения. Эти уроки активизируют учащихся заниматься спортивной деятельностью, сплачивают ученический коллектив. Важная психологическая функция этих уроков – командообразование, воспитание лидерских качеств, целеустремленности, взаимовыручка. Многие уроки интегрированы, то есть объединили физическую культуру и другие предметы, такие как математику, окружающий мир, русский язык, музыку.

Выступления учеников начальных классов, занимающихся в той или иной спортивной секции, служили значительным украшением урока, позволивших в некоторых случаях превратить его в мероприятие общешкольной значимости. Интересно выглядели мероприятия, проводимые учениками старших классов для учеников начальной школы. Однако в данном в трудном положении находится учитель: с одной стороны, он должен предоставить старшеклассникам возможность самостоятельно преподнести информацию, с другой – следует организовать учебное взаимодействие, в силу отсутствия педагогического опыта у учеников.

Среди недостатков отметим, что некоторые учителя больше увлеклись словесными методами, что нецелесообразно в младшем школьном возрасте, наблюдался перегруз теоретической информацией, зачастую рассчитанной на более старших слушателей. Несмотря на то, что урок был посвящен спортивному событию – Универсиаде, педагоги не стимулировали учеников к активным движениям.

Анализ конспектов уроков и внеклассных мероприятий, представленных учителями средних и старших классов, позволил выявить ряд позитивных моментов, свидетельствующих о глубоком понимании учителями роли Универсиады в популяризации идей здорового образа жизни и стремлении вовлечь школьников в активные занятия физкультурой и спортом:

- были подготовлены достаточно качественные презентации с использованием анимации, сопровождающиеся музыкой;

- ряд уроков проводился с сочетанием разных видов деятельности учащихся: элементы спортивных соревнований; анализ информации, полученной от учителя; работа в микрогруппах по творческим заданиям;

- отдельные внеклассные мероприятия выгодно отличались оригинальностью подхода: например, путешествие в страну Универсиады, составленное по мотивам сказки Л. Филатова «Про Федота – стрельца», классный час – «Поле Чудес», интеллектуальные игры по теме Универсиады, заседание редакции газеты, конкурс индивидуальных ученических проектов, сочинений;

- урок, разработанный для детей с ограниченными возможностями здоровья;

- ярко выглядели выступления юных спортсменов, обучающихся в школе, бок о бок с другими учениками;

- уроки, подготовленные учителями для учеников 5–11 классов, также поразили своими идеями: занятия по иностранному языку, формирующие у детей умение общаться с гостями столицы на актуальные темы

Универсиады; цикл уроков физики со специально разработанными задачами (представлено даже тематическое планирование); обучение детей написанию сочинений на темы, посвященные Универсиаде и многое другое.

Однако в ходе рассмотрения данных конспектов были выявлены и типичные недочеты:

- не всегда учитывались возрастные особенности учащихся: в частности, старшеклассникам предлагалось соревноваться в складывании пазлов, отгадывании детских загадок про спорт.

- большая часть уроков носила в основном информативный характер: педагоги преподносили сведения об истории студенческих Игр, рассказывали о символике, видах спорта, объектах Универсиады; некоторые мероприятия заканчивались тестом или опросом на знание детьми основных идей Универсиады;

- очень редко затрагивалась тема волонтерства (в основном, тоже только в виде сообщения учителя без объяснения перспектив данного вида деятельности);

- в большинстве случаев родители не привлекались к участию в формировании положительного отношения к Универсиаде, популяризации здорового образа жизни.

Работы преподавателей ссузов и вузов отличались большим соответствием возрасту и большей направленностью на вовлечение студентов в социально-полезную волонтерскую деятельность. Однако, так же, как и учителя школ, преподаватели часто подменяли информацию об Универсиаде данными об Олимпиаде. Хотя данные события тесно связаны между собой, оба имеют спортивную направленность и схожий эффект на общество, тем не менее, они обладают разной историей и символикой, целями и масштабами.

Зачастую преподаватели используют устаревшую информацию, что было свойственно педагогам учебных заведений всех уровней.

На основе обобщения опыта педагогов, проводивших «Урок Универсиады» были созданы рекомендации по его проведению:

- изложение материала должно быть доступным (информация, преподносимая школьникам, должна быть, прежде всего, познавательной и интересной);

- наглядный материал необходимо использовать в разумной мере (тщательный отбор количества и качества преподносимой информации, умелое сочетание слова и показа);

- при составлении сценария «уроков Универсиады» надо учитывать возрастные и индивидуальные особенностей учащихся (для младших школьников информация должна носить ознакомительный характер, а старших школьников надо привлекать к ее анализу, групповым дискуссиям);

- содержание информации должно различаться для групп с различными целями и возрастными возможностями обучающихся (нецелесообразно подробно останавливаться на теме волонтеров на мероприятии для начальной школы, в то время как для подростков старше 14 лет следует не просто пропагандировать волонтерство, но и ознакомить с конкретными шагами по вступлению в волонтерскую организацию);

- целесообразно вовлекать школьников в разные виды деятельности: познавательную, коммуникативную, игровую и т.д.;

- изложение материала должно быть эмоциональным, также педагог должен показывать личностное положительное отношение к Универсиаде;

- во время проведения мероприятий, посвященных Универсиаде, необходимо не просто информировать школьников о предстоящих спортивных Играх, но и создавать положительное отношение к ним, формировать чувство личной сопричастности, поиск возможного вклада каждого в подготовку и проведение Универсиады;

- требуется тщательная подготовительная работа учеников: самостоятельный поиск информации, выполнение творческих заданий;

- необходимо также информировать и вовлекать родителей в совместную деятельность по формированию положительного отношения к Универсиаде здоровому образу жизни;

- целесообразно привлекать к занятию/мероприятию спортсменов-выпускников, спортсменов-учащихся, действующих волонтеров, так как личный пример сверстника весьма привлекателен для детей и подростков.

Особо следует остановиться на игровом и соревновательном методах, применяющихся педагогами на уроках с различной степенью успешности. Игровой метод, в силу всех присущих ему особенностей, вызывает глубокий эмоциональный отклик и позволяет удовлетворить в полной мере двигательную потребность занимающихся. Тем самым способствует созданию положительного эмоционального фона на занятиях и возникновению чувства удовлетворенности, что в свою очередь, создает положительное отношение детей к занятию в целом и к информации, преподносимой на уроке.

Соревновательный метод обладает такой же способностью создавать положительный эмоциональный фон и положительное отношение к занятиям, как и игровой метод. Основная определяющая черта соревновательного метода – сопоставление сил в условиях упорядоченного соперничества, борьбы за первенство или возможно высокое достижение. Фактор соперничества в процессе состязаний, а также условия организации и проведения создают особый эмоциональный и физиологический фон, которые может способствовать максимальному проявлению функциональных, интеллектуальных и организационных возможностей организма и личности.

Игра и соревнование, в силу присущих им психологических особенностей, вызывают сильный эмоциональный отклик у учащихся. Еще блестящий анатом, физиолог Петр Лесгафт, говоря о методике физических упражнений, подчеркивал, что однообразная деятельность утомляет, угнетает молодого человека и убивает в нем всякое желание заниматься. В настоящее время установлено, что однообразная деятельность приводит к развитию неблагоприятных психических состояний – монотонии и психического пресыщения. Первое характеризуется снижением активности, потерей интереса к деятельности, развитием скуки и ослаблением внимания. Второе наоборот, характеризуется усилением психического возбуждения, появлением отвращения, раздражительности, озлобленности.

Тем не менее, эксперты наблюдают, что использование игрового и соревновательного методов нередко

приводит к возникновению настолько сильных эмоций, что выполнение учебных задач урока становится невозможным. Дети теряют контроль над своим поведением, шумят, не слушают команд учителя. Сильные эмоциональные переживания долго «затухают» после окончания игры, не дают сосредоточиться на новом задании, даваемом учителем, поэтому не все учителя в полном объеме используют игровой и соревновательный методы. Не следует также забывать о том, что на игры и соревнования распределяется правило о периодической смене состава предлагаемых игр и состязаний. Это позволит не ослабить интереса учащихся к занятиям. Творческий подход к применению игрового и соревновательного методов упражнения позволяет создать положительный эмоциональный фон на занятиях, что способствует появлению удовлетворенности школьников уроками.

На основе обобщения опыта педагогов были созданы «Методические материалы для проведения «Урока Универсиады» в образовательных учреждениях Республики Татарстан» [7], включающие презентацию, видеоролики, вопросы к обсуждению, задания, методические материалы для педагогов и пр. Для соответствия возрастным особенностям учащихся предложенные материалы были разбиты на четыре блока: для учащихся начальной школы, для учащихся средних классов, для учащихся старших классов, для студентов ссузов и вузов.

Всю желаемую аудиторию молодежи охватить презентациями физически невозможно, кроме как действуя через классных руководителей (кураторов групп в ссузах и вузах). Также следует учитывать, что наилучшим образом информация воспринимается от знакомого человека.

Таким образом, после создания методических материалов, в августе 2012 года методические материалы были представлены и распространены на августовских совещаниях (педсоветах). Электронная версия методических материалов размещена на официальном сайте Универсиады 2013, официальном сайте Министерства образования и науки Республики Татарстан, Казанском образовательном портале и портале электронного образования в Республике Татарстан.

В первый день 2012–2013 учебного года во всех школах, ссузах и вузах Республики Татарстан прошли «Уроки Универсиады». Проект продолжался весь учебный год и, по данным Министерства образования и науки РТ, охватил около 500 тысяч школьников и студентов [8, с. 142]. Завершился проект 15 мая 2013 года единым Днем Универсиады по все Республике Татарстан, когда в школах, ссузах и вузах вновь прошли «Уроки Универсиады». В «Уроках Универсиады» данного этапа проекта разъяснялось расположение и правила посещения спортивных объектов, уточнялось

расписание спортивных соревнований и возможности приобретения билетов, описывалась транспортная схема во время Игр.

«Урок Универсиады» внес значительный вклад в желание населения Республики Татарстан участвовать в Универсиаде 2013 в различном качестве: 50319 человек пожелало стать волонтерами Универсиады, 19970 волонтеров было привлечено к работе на играх, 4100 студентов в составе организованных групп поддержки «болели» за сборную России на трибунах, было реализовано более 780 тысяч билетов на спортивные соревнования.

Таким образом, можно заключить, что «Урок Универсиады» явился эффективным методом популяризации целей и идей Универсиады 2013, студенческого спорта и здорового образа жизни. Данную схему можно рекомендовать для повышения интереса населения и вовлечения молодежи в подготовку и проведение будущих крупных спортивных и культурных мероприятий, а также социально значимых проектов.

СПИСОК ЛИТЕРАТУРЫ

1. Фролова М.В. Особенности формирования регионального рынка туристических услуг / М.В. Фролова // Актуальные проблемы экономики и права. – 2011. – № 4. – С. 230–234.
2. Артеменко О.Н. Региональный туризм как инструмент развития территории / О.Н. Артеменко // Актуальные проблемы экономики и права. – 2013. – № 2. – С. 11–17.
3. Matytsin O. The modern lines of development of international students' sports // Book of Abstracts FISU Conference, Shenzhen 13–16 August 2011. – Shenzhen, 2011. – P. 34–51.
4. Секреты развития / О.В. Григорьева и др.; под ред. О.В. Григорьевой. – Казань: Познание, 2012. – 112 с.
5. Адельшин А.А. Туристский потенциал Республики Татарстан / А.А. Адельшин // Актуальные проблемы экономики и права. – 2012. – № 4. – С. 134–138.
6. Ванюхина Н.В. Взаимодействие с образовательными учреждениями при подготовке к Универсиаде 2013 г. в Казани / Н.В. Ванюхина, Ф.Ш. Галиуллина // Российская школа связей с общественностью: ежегодный альманах. – Вып. 4. – Казань: Изд-во Казан. гос. техн. ун-та, 2013. – С. 94–106.
7. Методические материалы для проведения «Урока Универсиады» в образовательных учреждениях Республики Татарстан / Н.В. Ванюхина и др. – Казань: Познание, 2012. – 104 с.
8. Ванюхина Н.В. Взаимодействие с образовательными учреждениями при подготовке к Универсиаде 2013 г. в Казани / Н.В. Ванюхина, Ф.Ш. Галиуллина // Вестник Казанского государственного энергетического университета. – 2012. – № 3. – С. 135–142.

**«UNIVERSIADE LESSON» AS THE FORM OF PROMOTION OF HEALTHY LIFESTYLE
AND CREATING IMAGE OF A SPORT EVENT**

© 2014

N.V. Vanyukhina, Ph.D. in Psychology, Assistant professor of developmental psychology and psychophysiology

A.I. Skorobogatova, Ph.D. in Pedagogy, Head of the Department of educational psychology and pedagogy

F.A. Saglam, Ph.D. in Pedagogy, Assistant professor of educational psychology and pedagogy

Institute of economics, management and law, Kazan (Russia)

Keywords: universiade; «Universiade Lesson» sport events; education of a healthy lifestyle for children and adolescents; physical education.

Annotation: In this article there is analyzed the concept of a healthy lifestyle for children and adolescents and promotion of sports events through «Universiade Lessons» and the festival «Uni-Child» in educational institutions of various levels of the Republic of Tatarstan. It is concluded that the effectiveness of promoting sport and healthy lifestyle among children and adolescents depends on their involvement in the organization and conduction major sport events.