

К ВОПРОСУ О НЕПРЕРЫВНОМ ФИЗКУЛЬТУРНОМ ОБРАЗОВАНИИ В УСЛОВИЯХ ПРИНЯТОЙ ПЕНСИОННОЙ РЕФОРМЫ

ON THE ISSUE OF CONTINUING PHYSICAL EDUCATION IN THE CONTEXT OF THE ADOPTED PENSION REFORM

**A. Zalevsky
N. Epifanova**

Summary: The relevance of the problem under study is due to the fact that in the educational space it is proposed to use continuous non-special physical education to form consciousness and actions to teach health-saving technologies by means of physical culture and sport to prolong working longevity and increase the competitive ability of specialists in the labor market. The following conclusions are drawn as a result. To create a system of continuous physical education from birth to retirement age, several aspects should be taken into account: to use the American experience of physical education in the practice of physical education - the development of school and university sports as a priority of sports lifestyle; to use more widely various types of children and youth festivals and competitions of physical education and sports orientation - sports games, TRP, etc., bearing cultural, educational and educational character; to create a wide system.

Keywords: non-special physical education, competitiveness, health-saving technologies, health, culture, physical education, physical education, vocational-applied physical training, healthy lifestyle.

Залевский Александр Владимирович

кандидат философских наук, Энгельсский
технологический институт (филиал) Саратовского
государственного технического университета имени
Гагарина Ю.А., (г. Саратов, Россия).
Zalevskiy.1963@mail.ru

Епифанова Наталия Николаевна

кандидат философских наук, Энгельсский
технологический институт (филиал) Саратовского
государственного университета имени Гагарина Ю.А.,
(г. Саратов, Россия)
EpifanovaNN@bk.ru

Аннотация: Актуальность исследуемой проблемы обусловлена тем, что в образовательном пространстве предлагается использовать непрерывное неспециальное физкультурное образование с целью формирования сознания и действий по научению здоровьесберегающим технологиям средствами физической культуры и спорта для продления трудового долголетия и повышения конкурентноспособных специалистов на рынке труда. В результате сделаны следующие выводы. Для создания системы непрерывного физкультурного образования от рождения и до пенсионного возраста следует учитывать несколько аспектов: использовать в практике физического воспитания Американский опыт физического воспитания – развитие школьного и студенческого спорта как приоритета спортивного стиля жизни; шире использовать различные виды детских и молодежных фестивалей и соревнований физкультурно-спортивной направленности - спортивные игры, ГТО и пр., несущие культурно-образовательный и воспитательный характер; создавать широкую систему информационно-пропагандистской и образовательной направленности для обеспечения предпосылок к интеллектуальному и физическому самовоспитанию, саморазвитию, самосовершенствованию, самоопределению и т.д.; задействовать потенциал медицинского, физкультурного и валеологического знания гуманитарных и естественнонаучных дисциплин в межпредметных связях в школьном и вузовском образовании; ориентировать занимающихся на деятельный подход в противовес вербальным методам и формам передачи знаний, умений и навыков, которые не реализуются в процессе непосредственной деятельности.

Ключевые слова: неспециальное физкультурное образование, конкурентноспособность, здоровьесберегающие технологии, здоровье, культура, физическое воспитание, физическая культура, профессионально-прикладная физическая подготовка, здоровый образ жизни.

Государственная политика нашей страны и изменения социально-экономических отношений в условиях усиливающейся конкурентоспособности на рынке труда напрямую способствуют тому, что дополнительные компетенции общепрофессионального и профессионального характера начинают включаться в образовательные программы высших учебных заведений. В долгосрочной перспективе овладение такими компетенциями позволит лицам, выпускающимся из ВУЗов,

развивать свой личностный потенциал [1].

На сегодняшний день владения одними лишь знаниями специализированной направленности оказывается недостаточно. В двадцать первом веке наиболее актуальной характеристикой, позволяющей выпускнику демонстрировать свое конкурентное преимущество на трудовом рынке, является готовность человека использовать имеющиеся знания и умения, которые позволяют

наиболее эффективно управлять человеческим капиталом. Иначе говоря, речь идет о широком спектре способностей и компетенций.

В первую очередь, интерес представляют те компетенции, что имеют непосредственное отношение к физической культуре. Они включают в себя методически правильное использование средств, форм и методов физического воспитания по укреплению здоровья, готовности к достижению должного уровня физической подготовленности для обеспечения полноценной социальной и профессиональной деятельности.

В образовательном пространстве должна быть заложена идея о реализации опережающего развития человека. В данном случае мы говорим о непрерывном неспециальном физкультурном образовании.

Неспециальное физкультурное образование – это специально организованный и сознательно управляемый процесс, направленный на всестороннее физкультурное развитие человека, его специфическую подготовку к профессиональной деятельности и выполнению социальных обязанностей в обществе [2].

В России более 40 млн. пенсионеров и граждан предпенсионного возраста. Эта наиболее быстро растущая социально-демографическая часть населения является основным носителем духовных и нравственных ценностей, поэтому ей должна быть предоставлена возможность самостоятельного использования здоровьесберегающих технологий.

И. Кант высказывал точку зрения, согласно которой потребность людей в философском знании обусловлена желанием получить ответ на следующий вопрос: каким образом необходимо структурировать свою жизнь для того, чтобы прожить долго и исключить из нее заболевания. Несмотря на то, что большая часть людей убеждена, что длительность жизни связана с функционированием системы здравоохранения, в действительности длительность жизни имеет отношение к духовному здоровью. Человеческое рассуждение о своей способности творчески организовывать трудовое пространство ведет к тому, что его здоровье улучшается в духовном и физическом контекстах [3].

На сегодняшний день общественное развитие демонстрирует ситуацию, при которой отдельно взятый человек испытывает нужду в формировании такой системы гуманитарного образования, которая позволит укреплять духовную культуру. Под последней следует понимать человеческую сущность, обеспечивающую самостоятельное развитие, усвоение культурного опыта, что позволяет усовершенствовать как свои физиологические показатели, так и стать духовно богатой личностью [3].

Актуальность статьи вызвана проблемой взаимосвязи и влияния физкультурного образования на перспективы формирования жизненных интересов человека, продления его трудового долголетия в связи с принятой пенсионной реформой.

Мы предлагаем рассматривать неспециальное физкультурное образование (НФО) как способ образовательной деятельности через освоение личностью потребности к постоянному познанию себя через овладение ценностями физической культуры, включающее изучение человека в его онтогенезе биологической, социальной и духовной доминанты с целью формирования у него прогностических качеств.

Задачей специалистов и ученых в области физической культуры и здравоохранения федеральных, региональных и муниципальных органов власти является формирование здорового образа и стиля жизни на личностно-поведенческом уровне граждан в сочетании с другими социально-экономическими факторами и правовыми мерами, принимаемыми в системе здравоохранения.

Основной нормативно-правовой акт, чья цель – сподвигнуть людей физически развиваться и образовываться в рамках указанной деятельности, представлен «Концепцией развития физической культуры и спорта в Российской Федерации до 2025 года», которая была принята в 2005 году.

Новые общественно-политические и социально-экономические реалии принуждают граждан пересмотреть отношение к физической культуре и акцентировать свои знания и умения в ведении здорового образа жизни.

Мы предполагаем, что стимулирование потребности к постоянному развитию себя как личности посредством непрерывного неспециального физкультурного образования, как части общей культуры общества, позволит обеспечить опережающее образование человека, формирование прогностических качеств в социально-экономическом плане.

Анализируя статьи по этой теме, мы сделали вывод, что общее непрерывное физкультурное образование как развернутый процесс начинается с раннего детства и происходит ступенчато: в семье, детских дошкольных учреждениях, общеобразовательных школах, институтах, группах здоровья, клубах по интересам (бег, закаливание, фитнес и т.д.)

По мнению специалистов физической культуры по-прежнему актуальным является выбор средств, методов и форм педагогического воздействия на личность для формирования самосохранительных навыков, мотива-

ции, интересов, потребностей и привычек к регулярным занятиям физической культурой и спортом.

Мы отмечаем явление новой парадигмы: смещение представления граждан о физической культуре не только как о способе тренировки тела, но и как интеграции естественно научных и гуманитарных знаний в области физической культуры с целью развития потребностной и мотивационно-ценностной сферы, способствующей процессу саморазвития, саморегуляции, самосовершенствования, самоопределения [4].

Следует говорить о том, что ценности представляют собой основу человеческой жизни смыслообразующего характера. Причина этого заключается в том, что в рамках ценностной сферы человек осмысливает свой опыт и придает смысл своим действиям. Задача ценностей – помочь человеку определить его место в мире, а также осознать его роль в общественных отношениях [5].

Жизнь делает акцент на использовании непрерывного неспециального физкультурного образования с целью эффективной подготовки конкурентноспособного современного специалиста, адаптированного к физическим нагрузкам в выбранной профессии и после выхода на пенсию.

В.П. Жидких полагает, что необходимо выделить три этапа, характерных для неспециального физкультурного образования молодого поколения:

- тот, что охватывает годы обучения в общеобразовательных учреждениях;
- тот, что включает в себя профессиональную подготовку в рамках получения среднего специального образования, а также высшего образования;
- тот, что охватывает период, в рамках которого человек представляет собой специалиста [6].

Лукьяненко В.П. сформулировал теоретико-методологическое обоснование представления о физкультурном образовании в общеобразовательной школе [7].

Доихян Л.С. в «Сравнительном анализе высшего образования в России и США» указывает, что студенты США используют свое образование для создания новых знаний, решения проблем, принятия решений, производства продукции и взаимодействия с окружающими [8].

Научно-педагогический подход и медицинские рекомендации к организации учебных и самостоятельных занятий дают возможность подобрать универсальные упражнения для занимающихся, которые могут сочетать оздоровительную направленность и тренирующий характер занятий.

Так систематические занятия позволяют оказывать

позитивное воздействие на психоэмоциональную сферу занимающихся и развивать антидепрессивную функцию организма, возможность их осуществления.

В связи с глобальным распространением цифровых технологий открывается новый горизонт инновационного развития и применения информационных систем в физкультурно-спортивной среде.

Преимущество носимых гаджетов, в отличие от мобильных приложений, заключается не только в более низкой цене, но и в том, что они интегрированы в повседневную жизнь и дополняют опережающую реальность, осуществляя оценку функционального состояния его владельца. Это может подтолкнуть молодежь к большей физической активности в повседневной жизни, стимулировать посещение не только урочной, но и внеурочной формы занятий.

Компетентностный подход, активно применяющийся в рамках ФГОС ВО, позволяет не только проектировать, но и реализовывать основные образовательные программы, ориентированные на формирование тех компетенций, что позволят будущим специалистам составлять конкуренцию на трудовом рынке.

В связи со смещением от знаниевой парадигмы образования к парадигме саморазвития личности, способной и стремящейся к самостоятельному творческому подходу в изучении, усвоении программного материала и накопления творческого потенциала, студенческая молодежь начинает использовать личностно-ориентированные технологические инновации.

В связи с этим, специалистам в области физической культуры стоит пересмотреть традиционные формы работы и шире использовать личностно-ориентированный подход как одну из форм самостоятельной работы.

Например, идею проекта «СпАрт» мы успешно использовали на протяжении двух десятилетий в работе со студентами специальной медицинской группы нашего вуза, что помогло реализовывать возможности не только физического развития студентов с ослабленным здоровьем, но и физических качеств в единстве с воспитанием духовных и нравственных оснований жизненно-го мира человек [9].

Отдельно следует выделить творческую составляющую самостоятельной работы, так как именно она личностно-ориентирована и задействует личностные качества студента, адаптированного к социальной среде и нововведениям.

Творческая составляющая позволяет раскрывать и формировать систему умений и навыков, столь необ-

ходимых не только в процессе обучения в ВУЗе, но и в будущей профессиональной деятельности. Нестабильность в обществе и социальное расслоение, утрата традиций семейного воспитания не способствует в полной мере формированию поведенческих стереотипов в вопросе формирования здорового образа жизни будущих специалистов.

В настоящее время промышленные предприятия в условиях социально-экономического кризиса в целях экономии финансовых средств на содержание прикладной сферы физической культуры перекладывают ответственность за укрепление и сохранение профессионального здоровья на самого работающего, что побуждает человека свое собственное здоровье осознавать как ценность и целенаправленно формировать культуру самосохранительного поведения.

Ценностные ориентации в структуре личности наиболее актуальны и закладываются в студенческом возрасте, определяя стратегические ориентиры приумножения здоровья и здоровьесбережения своего здоровья на долгие годы.

Осознание новой роли общего физкультурного образования позволит разработать рекомендации по созданию условий для педагогической организации специально-ориентированной непрерывной профессионально-прикладной физической подготовки (ППФП).

Поиск новых подходов в образовательном пространстве может и должен способствовать личностной и профессиональной самореализации, профессиональному становлению и готовности будущего специалиста к условиям труда и воздействиям, как на организм, так и на саму личность будущей профессиональной деятельности. Эта мотивация предполагает, в том числе, и самостоятельные занятия в домашних условиях, направленные на физическое саморазвитие, самовоспитание, самосовершенствование, для создания базы продления профессионального долголетия.

Получение государством национального дохода напрямую зависит от профессионально-прикладной физической культуры граждан, так как сокращение трудоспособного периода жизни, потери от временной нетрудоспособности, производственного травматизма и профессиональных заболеваний приводят к большим экономическим затратам.

В связи с этим В.П. Полянский высказывал мнение о том, что удельный экономический ущерб представляет собой показатель, демонстрирующий характер наибольшей информативности и интегральности. Он позволяет определять сумму потерь, включающих в себя временной промежуток жизни человека, осуществляющего тру-

довую деятельность, после того, как ему поставлен диагноз при имеющемся заболевании или при условии, что работоспособность утеряна.

В среднем величина среднего удельного экономического ущерба составляет от семи тысяч до трехсот тысяч долларов США [10].

Прикладность физической культуры и спорта по отношению к жизнедеятельности человека эмпирически и научно-исторически во многом обосновано и обусловлено способом и условием существования человека и его конкретной трудовой и военно-оборонной деятельности.

Г.В. Руденко высказывает мнение, согласно которому учет психических и физиологических особенностей студента, а также реализация подхода, ориентированного на личность студента в течение всего времени обучения, будут способствовать наиболее эффективной адаптации студента на основе физической подготовки профессионального и прикладного характера.

Формирование структуры и содержания профессионально-прикладной физической подготовки для деятельности, связанной с риском для жизни и здоровья, возможны на основе сравнения ранговых структур профессиограмм специалистов и спортограмм базовых видов спорта [11].

Профессиональная прикладная физическая культура, как вид культуры, складывается из культуры труда и физической культуры. Ее общеприкладная функция призвана, помимо двигательного компонента, также способствовать укреплению и сохранению профессионального здоровья, обеспечению подготовки к служебно-профессиональной деятельности, успешному освоению профессии, оптимизации условий профессионального труда. Происходящие в стране гуманизация и гуманитаризация образования, в том числе и физкультурного, содействуют формированию профессионально-прикладной физической культуры личности и с помощью физической культуры позволяют приобщиться к реальной возможности собственного гармоничного развития, сохранению здоровья, в целях обеспечения профессиональной карьеры для обеспечения своего личного благополучия.

Стратегия действий должна быть направлена на формирование устойчивых мотивов знаний, умений и навыков к систематическим занятиям физической культурой и спортом на разных возрастных этапах индивидуального физического развития (онтогенеза), что позволило бы сочетать интересы конкретной личности в процессе профессиональной деятельности с целью ее активного долголетия.

В современных экономически развитых мировых тенденциях в сфере физической культуры отмечается последовательный рост занимающихся, развитие коллективных и семейных занятий, смещение мотива и цели занятий не для достижения высоких результатов, а для собственного удовольствия, укрепления здоровья, саморазвития и самосовершенствования, проведения совместного семейного отдыха.

Процесс старения не однозначен, так как он связан не только с процессами угасания, но и с возникновением приспособительных механизмов их подавления и компенсации [12].

Соблюдение здорового образа жизни позволяет действовать и активизировать, накопленные резервные возможности организма в предшествующий период онтогенеза.

Государство и общество несут определенную ответственность за создание условий и предпосылок для активного, творческого и профессионального долголетия, так как благосостояние общества зависит от эффективного производительного труда каждого члена общества. Государство использует средства физической культуры (ФК) в оборонной и трудовой деятельности: возрождение комплекса ГТО, которое представлено для всех возрастных групп населения (от 7 до 90 лет), а также практикуемую в различных образовательных учреждениях профессионально-прикладную физическую подготовку (ППФП), различные физкультурно-оздоровительные комплексы и комплексы производственной гимнастики.

Следует отметить, что чем выше уровень развития физической культуры личности, тем более здоровым является образ жизни.

В настоящее время не только на государственном, федеральном, региональном, муниципальном уровне управления, но и в общественном сознании возникла необходимость в пересмотре и переосмыслении оздоровительной, воспитательной и социальной роли физической культуры и спорта в обществе.

Основные задачи государственной политики должны быть нацелены на разработки комплексных программ массового развития сферы физической культуры и спорта, в том числе и рынка физкультурно-оздоровительных услуг, материально-технической базы, спортивных сооружений, различных проектов и площадок, что мы в настоящее время наблюдаем.

Поскольку здоровьесберегающие образовательные технологии реализуются в рамках образовательных учреждений, то на педагогов ложится ответственность за образование и воспитание подрастающего поколения

навыкам ведения здорового образа жизни и приемам рациональной организации учебы, труда и отдыха.

Здоровый образ жизни – это устойчивый комплекс поведенческих актов людей, направленный на сохранение и укрепление здоровья в объективных условиях учебы, труда, быта и свободного времени.

В неспециальном физкультурном образовании первоочередной задачей должна стать более значимой роль физической культуры в формировании духовно-нравственных ориентиров человека.

Поскольку люди занимаются организованно или самостоятельно физической культурой и спортом, то необходимо знать побуждающие мотивы, ради чего они это делают, какие цели ставят перед собой. Знание потребностей и побуждающие мотивы занимающихся позволяют условно разделить их на две группы:

- занимающиеся для себя (релаксация и ЗОЖ)
- занимающиеся для достижения спортивного результата в каких-либо видах спорта.

Важной составляющей физкультурного образования является присутствие двух уровней физической культуры:

- спортивного (для достижения результата);
- массового (предназначенного для укрепления здоровья большинства граждан страны).

Необходимость освоения современной молодежью интеллектуального компонента физической культуры уже давно не вызывает сомнения, что особенно заметно на примере студентов-первокурсников. Так, анкетирование и опросы показывают, что студенты не знают состояние своего здоровья, критериев оценки показателей уровней физической подготовленности, простейших форм контроля и самоконтроля.

В данном случае речь идет о знании простейших показателей состояния своего организма, то есть о низком уровне физкультурного образования и завышенном уровне самооценки о своих знаниях и возможностях в области физической культуры.

В выводах, следует отметить, что для создания системы непрерывного физкультурного образования от рождения и до пенсионного возраста следует учитывать несколько аспектов:

- использовать в практике физического воспитания Американский опыт физического воспитания – развитие школьного и студенческого спорта как приоритета спортивного стиля жизни.
- шире использовать различные виды детских и молодежных фестивалей и соревнований физкультурно-спортивной направленности – спортивные игры, ГТО и пр., несущие культурно-обра-

зовательный и воспитательный характер.

- создавать широкую систему информационно-пропагандистской и образовательной направленности для обеспечения предпосылок к интеллектуальному и физическому самовоспитанию, саморазвитию, самосовершенствованию, самоопределению и т.д.
- задействовать потенциал медицинского, физкультурного и валеологического знания гуманитарных и естественнонаучных дисциплин в межпредметных связях в школьном и вузовском образовании.

- ориентировать занимающихся на деятельный подход в противовес вербальным методам и формам передачи знаний, умений и навыков, которые не реализуются в процессе непосредственной деятельности.

ЛИТЕРАТУРА

1. Конкурентоспособность как фактор успешности молодого специалиста на рынке труда: монография / О.Н. Беленов, О.А. Колесникова, А.В. Звездинская, Е.В. Маслова; под общ. ред. Е.В. Масловой; Воронежский государственный университет. — Воронеж: Издательский дом ВГУ. — 2017. — № 8. — 74 с.
2. Лотоненко, А.В. Структура и функции неспециального физкультурного образования студентов / А.В. Лотоненко, Р.Г. Гостев, И.Б. Щербакова // Берегиня-777-Сова. — 2010. — № 1(3). — С. 163-172.
3. Залевский А.В. Физическая культура и духовно-нравственные ориентиры в воспитании / Залевский А.В., Епифанова Н.Н. // Известия Южного федерального университета. — 2018. — № 7. — С. 37-44.
4. Комков А. Г. Развитие педагогических направлений физического воспитания школьников на основе социально-педагогического мониторинга / А.Г. Комков [и др.] // Теория и практика физ. культуры. — 2008. — №3. — С. 22-26.
5. Епифанова Н.Н. Нравственность и жизненный мир человека: осмысление трансцендентального идеала: монография / Епифанова Н.Н. — Саратов: ООО Изд-во «Научная кн.». — 2009. — 155 с.
6. Жидких В.П. Основы непрерывного физкультурного образования молодежи на этапах освоения рабочей и инженерной профессий // Теория и практика физической культуры. — 1998. — №6. — С. 45-48.
7. Лукьяненко В.П. Современное состояние и концепция развития общего среднего физкультурного образования в России. Монография Ставрополь издательство СГУ. — 2002. — 315 с.
8. Дохиян Л.С. Сравнительный анализ высшего образования в России и США: автореферат дис. ... кандидата педагогических наук: 13.00.01. Рязань. — 2006.
9. Епифанова, Н.Н. Проект «СпАрт» и идеи олимпизма в работе со студентами специальной медицинской группы / Епифанова Н.Н. // Модернизация воспитательной работы в образовательной организации: сборник материалов V-й региональной научно-практической конференции кураторов (воспитателей) образовательных организаций высшего и среднего профессионального образования. — Саратов: Саратов. гос. техн. ун — т. — 2017. — С. 28-29.
10. Полянский В.П. Формирование теории и совершенствование практики профессионально-прикладной физической культуры как особого социокультурного образования // Теория и практика физической культуры. — 2008. — №5. — С. 12-16.
11. Руденко Г.В. Индивидуализация профессионально-прикладной физической подготовки к деятельности, связанной с риском для жизни и здоровья (на примере горно-геологических специальностей): Автореф. ... д-ра. пед. наук. — СПб, 2013. — 50 с.).
12. Савченков М.Ф., Соседова Л.М. Здоровый образ жизни как фактор активного долголетия и безопасной жизнедеятельности // XXI век. Техносферная безопасность. — 2016. — № 2 (1). — С. 95-105.

© Залевский Александр Владимирович (Zalevskiy.1963@mail.ru), Епифанова Наталия Николаевна (EpifanovaNN@bk.ru).

Журнал «Современная наука: актуальные проблемы теории и практики»