

УЧРЕЖДЕНИЕ ОБРАЗОВАНИЯ
«БЕЛОРУССКИЙ ГОСУДАРСТВЕННЫЙ УНИВЕРСИТЕТ
ФИЗИЧЕСКОЙ КУЛЬТУРЫ»

На правах рукописи
УДК 613-057.87 : 796 (043.3)

**КЛИНОВ
ВЛАДИМИР ВЛАДИМИРОВИЧ**

**ФОРМИРОВАНИЕ КУЛЬТУРЫ ЗДОРОВОГО ОБРАЗА ЖИЗНИ
СТАРШЕКЛАССНИКОВ УЧИЛИЩ ОЛИМПЕЙСКОГО РЕЗЕРВА**

Автореферат диссертации на соискание ученой степени
кандидата педагогических наук

по специальности 13.00.04 – теория и методика физического воспитания,
спортивной тренировки, оздоровительной и адаптивной физической культуры

Минск, 2014

Работа выполнена в учреждении образования «Гомельский государственный университет имени Франциска Скорины»

Научный руководитель: **Коледа В.А.**, доктор педагогических наук, профессор, заведующий кафедрой физического воспитания и спорта Белорусского государственного университета

Официальные оппоненты: **Барков В.А.**, доктор педагогических наук, профессор, заведующий кафедрой теории и методики физической культуры учреждения образования «Гродненский государственный университет имени Янки Купалы»

Купчинов Р.И., доктор педагогических наук, профессор, профессор кафедры физического воспитания и спорта учреждения образования «Минский государственный лингвистический университет»

Оппонирующая организация: учреждение образования «Полесский государственный университет»

Защита состоится «24» сентября 2014 г. в 14.00 ч. на заседании совета по защите диссертаций Д 23.01.01 при учреждении образования «Белорусский государственный университет физической культуры» по адресу: 220020, г. Минск, проспект Победителей, 105, e-mail: nir@sportedu.by, тел. 250-39-36.

С диссертацией можно ознакомиться в библиотеке учреждения образования «Белорусский государственный университет физической культуры».

Автореферат разослан «24» июня 2014 г.

Ученый секретарь
совета по защите диссертаций
канд. пед. наук, доцент



Е.В. Фильгина

КРАТКОЕ ВВЕДЕНИЕ

Определяющим фактором успешного социально-экономического развития общества и личности является здоровье. Согласно результатам научных исследований (В.Ф. Базарный, 2005; В.В. Колбанов, 2000; В.А. Коледа, 2005; Н.Т. Лебедева, 1998; О.Л. Трещева, 2000; А.Г. Фурманов, 2003) тенденция ухудшения состояния здоровья учащейся молодежи приняла устойчивый характер. В решении данной проблемы важнейший акцент приобретает формирование у обучающихся здорового образа жизни (ЗОЖ) (М.Я. Виленский, 2004; П.А. Виноградов, 1990; Д.Н. Давиденко, 1996; В.П. Петленко, 1998 и др.). В Кодексе Республики Беларусь об образовании (2011), Программе непрерывного воспитания детей и учащейся молодежи в Республике Беларусь на 2011–2015 гг., указывается, что одним из приоритетных направлений государственной политики нашей страны, является воспитание культуры ЗОЖ, направленное на формирование у обучающегося навыков ЗОЖ и осознание значимости здоровья как ценности. Поэтому в современных условиях особую актуальность и перспективность приобретает формирование культуры ЗОЖ обучающихся.

Социально значимой сферой жизнедеятельности учащейся молодежи является физическая культура и спорт, где здоровье зависит от влияния физических нагрузок, что, соответственно, взаимосвязано со спортивной работоспособностью и результативностью. Ведущим звеном физкультурно-спортивного образования молодежи выступают училища олимпийского резерва (УОР). Данная категория учащихся отличается специфической организацией деятельности на основе сочетания образовательного и учебно-тренировочного процессов. Специфика спортивной деятельности заключается в проявлении максимальных возможностей человека и основана на конкурентной борьбе, что предъявляет высокие требования к состоянию здоровья. Все вышесказанное указывает на необходимость обучения воспитанников УОР основам культуры ЗОЖ. Особого внимания заслуживают учащиеся старших классов, характерной особенностью личностного развития которых является проявление способности к самоанализу и рефлексии, высокий уровень самосознания и адекватная самооценка своей социальной и личностной значимости, активный мировоззренческий поиск, центром которого становится проблема смысла жизни.

К настоящему времени выполнен ряд исследований, в которых отражены различные аспекты изучаемой проблемы. Общепедагогические вопросы формирования ЗОЖ представлены в работах Н.П. Абаскаловой, 2001; Г.Л. Апанасенко, 1998; Л.А. Галибиной, 2002; Ю.П. Лисицина, 1989; Т.Ф. Ореховой, 2005; И.В. Сапельцевой, 2004 и др. Методологические основы формирования культуры здоровья личности рассматриваются В.П. Горашуком, 2003; Г.Л. Кривошеевой, 2001; Н.Т. Лебедевой, 1998; В.А. Магиным, 1999;

В.А. Скуминым, 1995. Вопросы формирования культуры ЗОЖ обучающихся изучались В.К. Бальсевичем, 1988; М.В. Бутенко, 2004; Н.Г. Быковой, 2005; М.В. Малютиной, 2005; Г.М. Соловьевым, 2009; Н.И. Соловьевой, 2005 и др. Несмотря на многообразие исследований различных аспектов формирования ЗОЖ учащейся молодежи остались малоизучены культурологические основы этого процесса. Специальных исследований, посвященных решению обозначенной проблемы на данный момент, не выявлено, что актуализирует важность ее решения для реализации здоровьесберегающего образования учащихся, активно занимающихся спортом.

Анализ накопленного теоретического и фактического материала позволяет сделать вывод о недостаточности его для разрешения противоречий между: потребностью современного общества в личности ведущей ЗОЖ, способной осуществлять здоровьесберегающую деятельность и недостаточной разработанностью теоретико-методологических и педагогических основ организации этой деятельности в учреждениях образования; осознанием социальной значимости ведения ЗОЖ для учащихся, занимающихся спортом, и недооценкой важности организации педагогического процесса в спортивных учреждениях на здоровьесформирующих основаниях; необходимостью формирования культуры ЗОЖ у юных спортсменов УОР и неразработанностью научно-методических аспектов данного процесса, организуемого с учетом специфики и возможностей УОР. Данные противоречия определили проблему исследования: разработать научно-педагогические основы формирования культуры ЗОЖ учащихся старших классов УОР.

ОБЩАЯ ХАРАКТЕРИСТИКА РАБОТЫ

Связь работы с крупными научными программами (проектами) и темами

Диссертационное исследование выполнялось в рамках научно-исследовательской работы факультета физической культуры УО «Гомельский государственный университет имени Франциска Скорины» по теме «Формирование культуры здорового образа жизни учащихся училищ олимпийского резерва» (№ГР 20090537).

Цель и задачи исследования

Цель исследования: теоретическое обоснование и научно-методическое обеспечение процесса формирования культуры здорового образа жизни учащихся старших классов училищ олимпийского резерва.

Для достижения поставленной цели решались следующие *задачи*:

1. Выявить сущность культуры здорового образа жизни старшеклассников училищ олимпийского резерва и раскрыть специфические особенности содержания ее структурных компонентов.

2. Создать модель формирования культуры здорового образа жизни учащихся старших классов училищ олимпийского резерва.

3. Разработать методику формирования культуры здорового образа жизни старшеклассников училищ олимпийского резерва и определить ее эффективность.

Объект исследования – культура здорового образа жизни обучающихся, занимающихся спортом.

Предмет исследования – процесс формирования культуры здорового образа жизни учащихся старших классов училищ олимпийского резерва.

Положения, выносимые на защиту

1. *Сущность и структура культуры здорового образа жизни учащихся старших классов училищ олимпийского резерва.* Культура здорового образа жизни учащихся старших классов УОР – интегративное качество личности, которое проявляется в сформированности потребностно-мотивационной сферы и эмоционально-ценностного отношения к здоровью, совокупности здоровьесберегающих знаний, способов деятельности и поведения, направленных на сохранение и укрепление здоровья в жизнедеятельности и выступает важным фактором, обеспечивающим достижение высоких спортивных результатов.

Специфическая особенность содержания структурных компонентов культуры ЗОЖ учащихся УОР (потребностно-мотивационный, интеллектуальный, ценностно-смысловой, деятельностно-поведенческий, эмоционально-волевой и креативно-творческий) состоит в обеспечении возможности каждому юному спортсмену реализовать на здоровьеразвивающих основаниях свой духовный, интеллектуальный, физический и спортивный потенциал, что способствует оптимальному сочетанию образовательной и спортивной деятельности в УОР и осуществлению эффективного процесса подготовки спортсменов.

2. *Модель формирования культуры здорового образа жизни учащихся старших классов училищ олимпийского резерва* характеризуется здоровьеразвивающей направленностью процессов обучения и воспитания в сочетании с эффективной спортивной деятельностью обучающихся УОР. Модель представлена следующими блоками: *целевой*, включающий цель и задачи процесса формирования культуры ЗОЖ старшеклассников УОР; *структурно-содержательный*, определяющий содержание структурных компонентов культуры ЗОЖ старшеклассников УОР; *регулятивный*, опирающийся на культурологический, личностно ориентированный и деятельностный подходы, а также принципы их конкретизирующие (культуросообразности, продуктивности, природосообразности, субъектности, ценностно-смысловой направленности, самоорга-

низации и саморазвития личности, спортивно-деятельностный, здоровьесберегающий, рефлексивности); *процессуальный*, раскрывающий организационно-педагогические способы деятельности, направленные на формирование культуры ЗОЖ старшеклассников УОР; *результативно-итоговый*, содержащий критерии (сформированность потребностей, мотивов, ценностно-смыслового отношения к ЗОЖ, умений ведения ЗОЖ, эмоционально-волевых качеств, креативности и творческих способностей в осуществлении здоровьесберегающей деятельности, владение знаниями о ЗОЖ) и показатели, характеризующие культуру ЗОЖ старшеклассников УОР с учетом уровней ее сформированности: низкого, номинального, нормативного и высокого.

3. Методика формирования культуры здорового образа жизни учащихся старших классов училищ олимпийского резерва, основанная на применении интерактивных методов обучения, интеграции естественнонаучных и гуманитарных дисциплин и использования аксиологического потенциала спорта, реализуется в спортивно-образовательной практике в виде пяти взаимосвязанных этапов (диагностический, побудительно-ориентировочный, теоретико-аксиологический, деятельностно-практический, рефлексивно-итоговый). Основными направлениями ее практического использования является включение в образовательный процесс факультативного курса «Основы культуры здорового образа жизни старшеклассников» и взаимосвязь с предметами общеобразовательного цикла (биология, география, физика, химия, обществоведение). Специфической особенностью выступает сочетание традиционных и интерактивных методов обучения, обеспечивающее взаимосвязь учебной и спортивной деятельности учащихся. Реализация методики осуществляется посредством эвристических форм обучения: диалогические (беседа, диалог, дискуссия, дебаты и др.), игровые (сюжетно-ролевые подвижные игры, ролевые и дидактические игры), творческие (исследовательские задания, учебное моделирование и проектирование), рефлексивные (ситуации самопознания, саморегуляции, рефлексивные задания, самодиагностика). Методика реализуется при оптимальном сочетании выделенных объективных и субъективных педагогических условий. Эффективность ее подтверждается достоверным повышением уровня культуры ЗОЖ у старшеклассников УОР.

Личный вклад соискателя

Автором предложено теоретическое обоснование и определены методические пути формирования культуры ЗОЖ у учащихся старших классов УОР (выявлены сущность и специфические особенности содержания структурных компонентов; создана модель формирования, определен критериально-диагностический инструментарий; разработаны этапы методики, которые отражают план преобразующей деятельности; определены педагогические условия, позволяющие обеспечить эффективность данного процесса). Личный вклад

соискателя состоит в проведении опытно-экспериментальной работы и практической апробации результатов исследования; изучении особенностей образа жизни учащихся УОР, их осведомленности в вопросах соблюдения ЗОЖ; обновлении содержания образования в УОР с целью формирования у учащихся культуры ЗОЖ; выявлении динамики сформированности у них культуры ЗОЖ.

Апробация результатов диссертации

Результаты исследования докладывались автором на III Международной научно-практической конференции «Актуальные проблемы физического воспитания спорта и туризма» (Минск, 2008); Международной научно-практической конференции «Научное обоснование физического воспитания, спортивной тренировки и подготовки кадров по физической культуре и спорту» (Минск 2009); Международной научно-практической конференции «Проблемы физической культуры населения, проживающего в условиях неблагоприятных факторов окружающей среды» (Гомель, 2009); Международной научно-практической конференции «Актуальные проблемы физического воспитания спорта и туризма» (Мозырь, 2010, 2012); VIII Международной научно-практической конференции «Здоровье студенческой молодежи: достижения теории и практики физической культуры, спорта и туризма на современном этапе» (Минск, 2012).

Опубликованность результатов диссертации

По теме диссертации опубликовано 33 научные работы (26,23 авт. л.) в том числе: 1 монография (11,38 авт. л.), 11 статей в научных журналах, рекомендованных ВАК Республики Беларусь (4,92 авт. л.), 5 – в журналах и сборниках (1,4 авт. л.), 14 – в материалах научно-практических конференций (3,13 авт. л.), 1 программа факультативного курса (1,5 авт. л.), 1 отчет о НИР (3,9 авт. л.).

Структура и объем диссертации

Диссертация состоит из оглавления, перечня условных обозначений, введения, общей характеристики работы, трех глав, заключения, библиографического списка и приложений. Полный объем диссертации – 184 страницы. Основное ее содержание изложено на 108 страницах, представлены 5 рисунков и 10 таблиц, включенных в основной текст работы (объем рисунков и таблиц составляет 12 страниц). Библиографический список включает 239 наименований, расположенных на 18 страницах и 33 авторских публикаций, представленных на 4 страницах, приложения изложены на 54 страницах (12 приложений), в том числе 4 акта внедрения.

ОСНОВНОЕ СОДЕРЖАНИЕ РАБОТЫ

В первой главе **«Состояние проблемы исследования в научно-методической литературе и физкультурно-спортивной практике»** осуществлен рефлексивный анализ познавательной ситуации, рассмотрен передовой педагогический опыт формирования культуры ЗОЖ учащихся в образовательном процессе, дана характеристика современного состояния изучаемой проблемы.

Анализ научно-методической литературы показывает, что оздоровительный потенциал спорта не реализуется автоматически. Спортивная деятельность связана с большими физическими нагрузками, которые могут привести к ухудшению состояния здоровья, стрессам, травматизму, что давно и прочно является предметом повышенной тревоги специалистов (М.М. Булатова, 1996; В.А. Геселевич, 2004; Э. Дойзер, 1980; В.М. Зациорский, 1988; Ф.А. Иорданская, 2006; Ю.А. Коваленко, 2006; В.А. Медик, 2001).

Здоровье имеет для спорта особое значение, ибо оказывает непосредственное влияние на сохранение правильной интегративной реакции организма на физические нагрузки, а тем самым на спортивную работоспособность и результат (Ф.А. Иорданская, 2006). В ходе длительной физической деятельности спортсмена возникает очень тесная связь между уровнем его функциональной подготовленности к достижению высших результатов в конкретном виде спорта и состоянием здоровья (Ф.А. Иорданская, 1988; В.А. Медик, 2001). В УОР проблема качества здоровья еще более обострена, так как главной особенностью процесса подготовки учащихся УОР является объединение двух основных видов деятельности: учебной и спортивно-тренировочной. При этом установлена четкая ориентация учащихся на достижение максимальных показателей в спорте (Т.И. Воронкова, 2000).

Вопросам влияния различных факторов на здоровье спортсменов посвящены многочисленные исследования последних лет (В.А. Геселевич, 2004; Н.Д. Граевская, Т.И. Долматова, 2004; А.Г. Дембо, 1988; Ф.А. Иорданская, 2006 и др.). Теоретический анализ данных работ свидетельствует о том, что среди факторов, влияющих на здоровье спортсменов, одним из основополагающих является нарушение требований ЗОЖ. Вместе с тем, стратегической задачей системы образования является воспитание личности культурной, поэтому особую актуальность приобретает формирование культуры ЗОЖ.

Все перечисленное обусловило необходимость исследования проблемы формирования культуры ЗОЖ у учащихся УОР. В тоже время анализ проведенного анкетирования, направленного на определение значимости ЗОЖ в спортивной деятельности старшеклассников УОР, позволил установить, что подавляющее большинство (68,75 %) респондентов уверены в необходимости

обучать спортсменов основам ЗОЖ; успехи в спортивной деятельности связывают со здоровым образом жизни 57,5 % опрошенных; по мнению 62,5 % старшеклассников спортсменам следует вести ЗОЖ; считают необходимым больше времени уделять своему образу жизни и здоровью 58,75 % опрошенных.

Анкетный опрос спортивных педагогов позволил уточнить их мнение о значимости ЗОЖ в спортивной деятельности. Значительная часть респондентов (72 %) утверждает, что соблюдение норм и правил ЗОЖ может способствовать успешной спортивной карьере их воспитанников; 82 % опрошенных согласны с тем, что спортсменов следует обучать основам ЗОЖ; однако 76 % участников опроса замечали у своих воспитанников наличие вредных привычек. Полученные результаты указывают на необходимость значительного усиления внимания к образу жизни спортсменов и, в частности, к соблюдению ими норм и правил культуры ЗОЖ.

Во второй главе **«Теоретико-методологические основы формирования культуры здорового образа жизни старшеклассников училищ олимпийского резерва»** представлена методология исследования, базирующаяся на философском, общенаучном и конкретно-научном уровнях; изложены методы и организация исследования. Раскрыта сущность и специфические особенности содержания структурных компонентов, а также модель формирования культуры ЗОЖ учащихся старших классов УОР.

Культура ЗОЖ учащихся старших классов УОР определяется как интегративное качество личности, которое проявляется в сформированности потребностно-мотивационной сферы и эмоционально-ценностного отношения к здоровью, совокупности здоровьесберегающих знаний, способов деятельности и поведения, направленных на сохранение и укрепление здоровья в жизнедеятельности и выступает важным фактором, обеспечивающим достижение высоких спортивных результатов.

На основании современных теоретико-методологических исследований в области ЗОЖ, особенностей спортивной деятельности были выделены следующие компоненты в структуре культуры ЗОЖ учащихся старших классов УОР: *потребностно-мотивационный*, предполагающий понимание важности ЗОЖ для эффективного построения учебно-тренировочного процесса; *интеллектуальный*, включающий систему знаний о личном и общественном здоровье, путях его сохранения, связи между занятиями спортом и здоровьем, приобщающих старшеклассников УОР к формированию индивидуального стиля ЗОЖ; *ценностно-смысловой*, представляющий совокупность социальных, психологических и педагогических ценностей здоровья, являющихся основой для осуществления учащимися спортивной деятельности; *деятельностно-поведенческий*, определяющий готовность действовать в соответствии с общепринятыми нормами и ориентацию поведения личности на реализацию требований ЗОЖ, а также

возможность рационального использования физического потенциала, различных средств и методов здоровьесбережения в спортивной практике; *эмоционально-волевой*, проявляющийся в целеустремленности и настойчивости при достижении высоких спортивных результатов и в осуществлении здоровьесберегающей деятельности; *креативно-творческий*, предусматривающий способность творчески использовать приобретенные знания и способы оздоровительной деятельности в процессе занятий спортом. Специфическая особенность содержания этих компонентов заключается в том, что они способствуют оптимальному сочетанию образовательной и спортивной деятельности, сохранению и укреплению здоровья и спортивному долголетию.

Сущностные характеристики культуры ЗОЖ определяют ее функциональное назначение в развитии личности старшеклассника. Исходя из этого, выделены ее общие (образовательная, воспитательная, просветительская, коммуникативная и эмоционально-эстетическая) и специфические (адаптивная, формирующая, рефлексивная, профилактическо-оздоровительная и развивающая) функции.

Формирование культуры ЗОЖ является сложным и длительным процессом, успешность которого зависит от умения определить: что, как и когда надо изменить в его организации. Поэтому, прежде чем приступить к данному процессу, необходимо его смоделировать. Переходя к моделированию, мы исходили из того, что залогом его эффективности является адекватное концептуальное осмысление с позиций ведущих методологических подходов. Созданная модель (рисунок 1) является сложным структурным образованием, которое включает взаимосвязанные компоненты, этапы, элементы, образующие интегральную целостность. При ее разработке учитывались психолого-педагогические особенности обучения в УОР.

Предложенная модель позволяет последовательно и целенаправленно формировать культуру ЗОЖ у обучающихся УОР как совокупность компонентов социокультурного опыта, основывающихся на ценностном отношении к здоровью и реализуемых в конкретном поведении учащихся.

В третьей главе **«Разработка и экспериментальное обоснование методики формирования культуры здорового образа жизни старшеклассников в условиях училищ олимпийского резерва»** представлена методика формирования культуры ЗОЖ учащихся старших классов УОР, раскрыта сущность и содержание необходимых педагогических условий, обеспечивающих эффективное осуществление данного процесса, приведены результаты ее экспериментальной апробации.

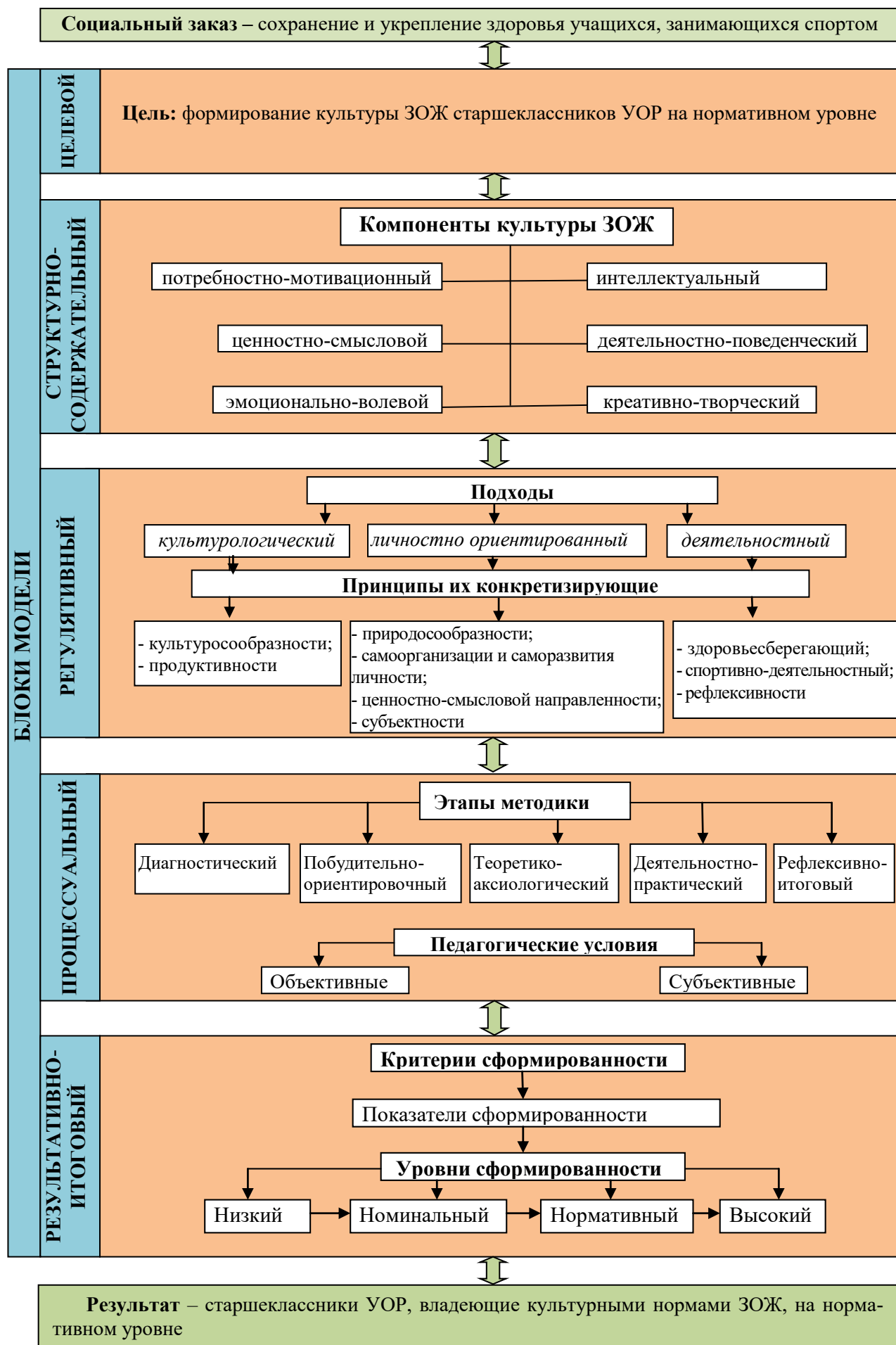


Рисунок 1 – Модель формирования культуры ЗОЖ старшеклассников УОР

Методика формирования культуры здорового образа жизни учащихся старших классов училищ олимпийского резерва.

Формирование культуры ЗОЖ учащихся УОР мы рассматриваем как одно из главных условий развития личности спортсмена, способствующее его успешной спортивной карьере. В содержательном отношении данный процесс представляет собой пять функциональных этапов, направленных на формирование компонентов культуры ЗОЖ учащихся УОР (таблица).

Основное назначение *диагностического этапа* заключалось в анализе исходного уровня сформированности культуры ЗОЖ выбранных групп старшеклассников УОР и определении наличия затруднений в осуществлении здоровьесберегающей деятельности. На *побудительно-ориентировочном этапе* осуществлялась актуализация и формирование потребностей в ЗОЖ, связанных со становлением личностного отношения к своему здоровью, которое выражается в мотивации поступков и действий, а также в осознании необходимости вести ЗОЖ для достижения высоких спортивных результатов. Наиболее эффективными были следующие приемы: положительный пример выдающихся спортсменов; анализ различных жизненных ситуаций, демонстрирующих значимость норм и правил культуры ЗОЖ и т.п. Наряду с традиционными формами и методами обучения использовались интерактивные («Заверши фразу», «Поменяемся местами» и др.). *Теоретико-аксиологический этап* был направлен на сущностное понимание и овладение учащимися системой здоровьесберегающих знаний и ценностных ориентаций в сфере ЗОЖ. Интеллектуальный компонент формировался на основе включения в образовательный процесс факультативного курса «Основы культуры здорового образа жизни старшеклассников» и взаимосвязи с предметами общеобразовательного цикла (биология, география, физика, химия, обществоведение). Трансляция информации о ЗОЖ осуществлялась с использованием интерактивных лекций. Для актуализации самостоятельной, поисково-исследовательской, мыслительной и познавательной деятельности учащихся использовались следующие методы: «Выбор», «Логическая цепочка», «Мозговая атака», «Круглый стол», дискуссия, деловые игры, конкурсы практических работ, проблемные ситуации и др. Значимое место занимали дискуссии по здоровьесберегающим вопросам («Каким должен быть здоровый образ жизни спортсмена?», «Какие факторы спортивной деятельности негативно влияют на состояние здоровья и почему?», «Как отучить себя от вредных привычек?» «Какие личные качества необходимы в спортивной деятельности?», «Какие нагрузки может выдержать наш организм?» и др.). При активизации ценностных ориентаций использовали: сочинения-размышления о проблемах здоровья («Почему здоровье – ценность?», «Курение или здоровье: выбирай сам!» и т. п.); сочинение-самоанализ («Письмо себе – Мое здоровье», «Мой образ жизни» и т. п.). *Деятельностно-практический этап* предполагал

Таблица – Основные этапы методики формирования культуры здорового образа жизни учащихся старших классов училищ олимпийского резерва

Этапы	Цель	Методы и формы организации обучения	Планируемый результат
Диагностический (сентябрь 2010)	Анализ исходного уровня сформированности культуры здорового образа жизни выбранных групп старшеклассников УОР. Определение наличия затруднений в осуществлении здоровьесберегающей деятельности	Анкетирование, наблюдение, тестирование, самодиагностика	Исходный уровень сформированности культуры ЗОЖ старшеклассников УОР
Побудительно-ориентировочный (I-II четверти 2010 / 2011 уч. года)	Коррекция представлений о здоровье и образе жизни, формирование потребности в ЗОЖ и укреплении здоровья для спортивного долголетия, положительной эмоциональной окраски деятельности по сохранению и укреплению здоровья	Проблемные лекции, ценностно-познавательные и проблемные ситуации, ситуации самопознания, обмена опытом, диалог, индивидуальные консультации, интерактивные методы	Старшеклассник УОР, понимающий и осознающий важность культуры ЗОЖ для эффективной спортивной деятельности, желающий вести здоровый образ жизни
Теоретико-аксиологический (III-IV четверти 2010 / 2011 уч. года)	Формирование у старшеклассников УОР системы знаний о сущности здоровья, культуре ЗОЖ и влиянии их на спортивный результат, об условиях поддержания, методах и средствах укрепления здоровья, и выработка на этой основе ценностей культуры ЗОЖ, присвоения ее норм	Интерактивные лекции, практические, круглые столы, кейс-метод, дискуссии, дидактические мини-игры, интеллектуальные конкурсы, исследовательские задания, работа в малых группах, дебаты, мозговая атака	Теоретическая готовность юных спортсменов в области культуры ЗОЖ и актуализация ценностного отношения к здоровому образу жизни
Деятельностно-практический (I-III четверти 2011 / 2012 уч. года)	Трансформация потребностей, мотивов, знаний и ценностных ориентаций в деятельность по осуществлению ЗОЖ, формирование стиля поведения, направленного на конструирование, поддержание, укрепление здоровья, как в учебной, так и в спортивной деятельности	Кейс-метод, дискуссии, ролевые и дидактические игры, мозговая атака, дебаты, моделирование и проектирование, сюжетно-ролевые подвижные игры, исследовательские и творческие задания	Воспитанник УОР, владеющий умениями ведения ЗОЖ, включенный в здоровьесберегающую деятельность и соблюдающий правила и нормы ЗОЖ в своей спортивной практике
Рефлексивно-итоговый (IV четверть 2011 / 2012 уч. года)	Оценка, контроль и осмысление реализации процесса формирования культуры ЗОЖ старшеклассников	Рефлексивные задания, творческие работы, эссе, анкетирование, наблюдение, метод экспертных оценок, самодиагностика	Учащиеся, владеющие культурными нормами в области ЗОЖ

ориентацию практической деятельности и поведения юных спортсменов на реализацию норм и требований ЗОЖ, формирование у них умений ведения ЗОЖ.

В процессе изучения содержания разработанного факультатива, который реализовывался посредством интерактивных методов обучения («Кейс-метод», «Дерево решений» «Мозговая атака»), учащиеся усваивали культурные нормы здоровьесберегающей деятельности. Применение ролевых и деловых игр («Допинг – “за” и “против”» и др.), исследовательских проектов («Влияние нагрузок на организм», «Наш образ жизни влияет на ...», «Место здоровья в моей жизни», «Спорт и здоровье», «Мой спортивный результат зависит от ...», «Образ жизни и занятия спортом», «Личная гигиена в моей жизни», «Режим для спортсмена», «ВИЧ: эпидемиологическая ситуация в стране», «Это опасно для здоровья!», «Вредные привычки и занятия спортом» и др.) и творческих заданий («Ода здоровому образу жизни», «Здоровьесберегающий кроссворд» и др.) стимулировало активное включение старшеклассников в здоровьесберегающую деятельность. *На рефлексивно-итоговом этапе* проводилась работа по осуществлению рефлексивной деятельности учащихся УОР. Каждый обучающийся демонстрировал достигнутые результаты, с последующим коллективным обсуждением, анализом, сравнением с достижениями одноклассников. Старшеклассники писали творческую работу (эссе), в которой высказывали свое мнение в решении проблемы ЗОЖ, обозначали свою позицию. Использование рефлексивных заданий было направлено на выявление степени личностного обогащения в области сохранения здоровья, совокупности приобретенных качеств и способностей, оценку итогового уровня сформированности культуры ЗОЖ.

Для обеспечения целостности и эффективной реализации данной методики в учебно-воспитательном процессе УОР необходимо реализовать выделенные педагогические условия: *объективные* (подготовленность педагогов, материально-техническое и методическое обеспечение, организация научно-исследовательской деятельности, медицинское обеспечение, интеграция культурологического, личностно ориентированного и деятельностного подходов в процессе обучения) и *субъективные* (активизация деятельности учащихся, обеспечение внутренней свободы личности, активизация субъектной позиции старшеклассника в процессе образовательной и спортивной деятельности, создание ситуации рефлексивного осмысления собственного опыта). Выделенные педагогические условия являются важным системным компонентом методики, направленной на формирование культуры ЗОЖ.

Определение эффективности разработанной методики осуществлялось в ходе педагогического эксперимента, который проводился в условиях процесса обучения учащихся филиала Гомельского училища олимпийского резерва (ГУОР) г. Мозыря и Гомельского училища олимпийского резерва г. Гомеля в 2008–2009 и 2009–2010 учебных годах с учащимися 10–11-х классов. При этом учащиеся

10 «А» и 10 «Б» классов (45 человек) ГУОР г. Гомеля составляли контрольную группу (КГ), а учащиеся 10 «А» и 10 «Б» классов (45 человек) филиала ГУОР г. Мозыря – экспериментальную (ЭГ). На констатирующем этапе педагогического эксперимента определялся исходный уровень сформированности культуры ЗОЖ у учащихся КГ и ЭГ. Использование непараметрического U-критерия Манна-Уитни позволило установить, что статистических различий между двумя группами не обнаружено (при $p > 0,05$), что говорит об их идентичности. Полученные результаты позволяют сделать вывод о недостаточном уровне сформированности культуры ЗОЖ старшеклассников ЭГ и КГ для осуществления здоровьесберегающей деятельности, что в свою очередь подтверждает необходимость специально организованного процесса формирования культуры ЗОЖ учащихся старших классов УОР.

Целенаправленная работа по формированию культуры ЗОЖ у учащихся ЭГ, на основе внедрения в образовательный процесс разработанной методики осуществлялась на формирующем этапе педагогического эксперимента, который завершился итоговой диагностикой сформированности культуры ЗОЖ. Изменения, которые произошли у старшеклассников ЭГ и КГ за время эксперимента, представлены на рисунке 2.

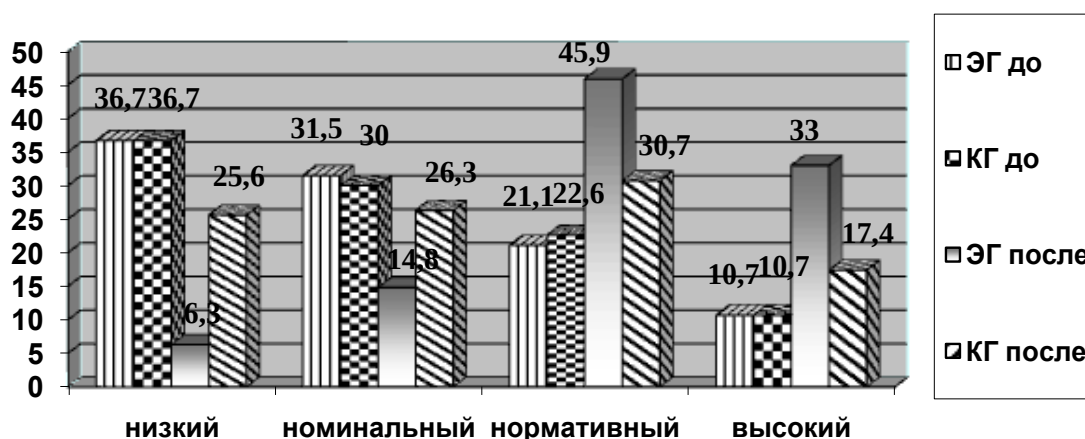


Рисунок 2 – Динамика уровней сформированности культуры ЗОЖ у старшеклассников ЭГ и КГ за время педагогического эксперимента (в %)

Анализ полученных данных указывает, что после педагогического эксперимента большинство старшеклассников ЭГ (78,9 %) находятся на нормативном и высоком уровнях, в то время как в КГ – 48,1 %. При расчете коэффициента Манна-Уитни выявлено, что по уровню сформированности культуры ЗОЖ имеются существенные статистические различия между КГ и ЭГ в пользу ЭГ (при $p < 0,05$). На основании данного положения можно сделать вывод о том, что разработанная методика и ее практическая реализация в процессе обучения старшеклассников в условиях УОР обеспечивает эффективное формирование у них культуры ЗОЖ.

Приведенные выше данные подтверждаются результатами анкетирования тренеров УОР, в которых они указывают, что их воспитанники стали ответственно относиться к своему здоровью (92 %), у них повысилась работоспособность (78 %), они стали меньше болеть (94 %), быстрее восстанавливаются после больших физических нагрузок (76 %), у воспитанников вырос уровень спортивных результатов (84 %). Предложенная нами методика стала эффективным средством активизации здоровьесберегающей и познавательной деятельности юных спортсменов и одним из гарантов улучшения спортивных результатов.

ЗАКЛЮЧЕНИЕ

Основные научные результаты диссертации

1. В ходе теоретического анализа определены сущность, структура и специфические особенности содержания культуры ЗОЖ учащихся старших классов УОР. Понятие «культура здорового образа жизни учащихся старших классов УОР» определяется как интегративное качество личности, которое проявляется в сформированности потребностно-мотивационной сферы и эмоционально-ценностного отношения к здоровью, совокупности здоровьесберегающих знаний, способов деятельности и поведения, направленных на сохранение и укрепление здоровья в жизнедеятельности и выступает важным фактором, обеспечивающим достижение высоких спортивных результатов.

В структуре культуры ЗОЖ учащихся старших классов УОР выделены взаимосвязанные между собой компоненты: потребностно-мотивационный, интеллектуальный, ценностно-смысловой, деятельностно-поведенческий, эмоционально-волевой и креативно-творческий. Все компоненты в развитом виде характеризуют целостность, гармоничность индивидуальности, свободу и разносторонность старшеклассника УОР. От их развития зависит его социальная и спортивная активность. Данному типу культуры присущи следующие функции: общие (образовательная, воспитательная, просветительская, коммуникативная и эмоционально-эстетическая) и специфические (адаптивная, формирующая, рефлексивная, профилактически-оздоровительная и развивающая).

В контексте обучения в УОР культура ЗОЖ предполагает не только способность и готовность к здоровьесберегающей деятельности, но и обеспечивает оптимальное сочетание образовательного и учебно-тренировочного процессов, что позволяет юным спортсменам максимально высоко проявить свои возможности в достижении высоких результатов в избранном виде спорта [1, 2, 4, 18-22, 24, 33].

2. Создана модель формирования культуры ЗОЖ учащихся УОР, состоящая из следующих блоков: *целевой* представлен целью и задачами данного

процесса; *структурно-содержательный* включает структурные компоненты культуры ЗОЖ старшеклассников УОР; *регулятивный* определяет методологические подходы (культурологический, личностно ориентированный и деятельностный) к формированию культуры ЗОЖ старшеклассников УОР. Выбор культурологического подхода в качестве методологического основания обусловлен тем, что в образовательном процессе необходимы культурные способы ведения ЗОЖ, которые соответствуют современному уровню его развития. Реализация данного подхода осуществляется на основе конкретизирующих его принципов: культуросообразности и продуктивности. Личностно ориентированный подход предполагает своевременный, грамотный анализ, коррекцию отклонений в поведении юных спортсменов и нахождение эффективных решений выявленных проблем. Он основан на следующих принципах: природосообразности, субъектности, ценностно-смысловой направленности, самоорганизации и саморазвития личности. Использование деятельностного подхода направлено на проектирование, конструирование и создание ситуаций здоровьесберегающей деятельности, стимулирующих умения использовать элементы ЗОЖ в своей повседневной жизни и в спортивной карьере. Данный подход конкретизируется принципами рефлексивности, здоровьесберегающим, спортивно-деятельностным; *процессуальный* раскрывает организационно-педагогические процедуры, способствующие эффективному формированию культуры ЗОЖ; *результативно-итоговый* содержит выделенные критерии и показатели, характеризующие структурные компоненты культуры ЗОЖ старшеклассников УОР и четыре основных уровня ее сформированности: низкий, номинальный, нормативный и высокий [1, 6, 8, 12, 14, 25, 26, 28, 29, 31, 33].

3. Разработанная методика формирования культуры ЗОЖ учащихся старших классов УОР состоит из пяти основных этапов: *диагностический* предусматривал диагностику исходных показателей теоретико-методической подготовленности старшеклассников УОР в области ЗОЖ; *побудительно-ориентировочный*, на котором осуществлялась работа по формированию потребностно-мотивационной сферы учащихся, ориентированной на здоровьесбережение, с применением интерактивных методов обучения («Заверши фразу», «Поменяемся местами» и т. п.), использование которых способствовало формированию общих представлений об основных аспектах ЗОЖ и первичному восприятию и осмыслению изучаемого материала; *теоретико-аксиологический* включал следующие направления в работе: внедрение в образовательный процесс факультатива «Основы культуры здорового образа жизни старшеклассников»; использование возможностей учебных предметов различных циклов в отражении многих аспектов ЗОЖ. Практические занятия включали в себя задания, направленные на обогащение теоретическими знаниями, на приобщение к поисково-исследовательской деятельности. Применялись методы интерактивного

обучения: «Выбор», «Логическая цепочка», «Мозговая атака», деловые игры, дискуссия, проблемные ситуации и др.; *деятельностно-практический*, где учащиеся усваивали культурные нормы здоровьесберегающей деятельности посредством интерактивных методов обучения («Кейс-метод», «Дерево решений», «Мозговая атака»), применения ролевых и деловых игр, исследовательских проектов и творческих заданий; *рефлексивно-итоговый* предполагал педагогическую рефлексию достигнутых результатов, их коррекцию и оценку. Старшеклассники писали творческую работу (эссе), в которой высказывали свое мнение в решении проблемы ЗОЖ, обозначали свою позицию. Такая форма работы позволила осуществить обратную связь, проконтролировать уровень знаний, скорректировать направление здоровьесберегающей деятельности, сориентировать юных спортсменов на ЗОЖ.

Для эффективной реализации предложенной методики научно обоснованы педагогические условия: *объективные*, направленные на организацию и активизацию процесса формирования культуры ЗОЖ старшеклассников, а также *субъективные*, отвечающие за включение в этот процесс личностных, психологических механизмов познавательной деятельности старшеклассников.

В ходе опытно-экспериментальной работы установлено, что после педагогического эксперимента у большинства старшеклассников ЭГ произошли существенные изменения в уровневых характеристиках всех компонентов культуры ЗОЖ, в тоже время у учащихся КГ произошли незначительные изменения. Так, наблюдается превышение количества респондентов ЭГ с высоким (33 %) и нормативным (45,3 %) уровнями культуры ЗОЖ над количеством учащихся КГ с данными уровнями сформированности культуры ЗОЖ – 17,4 % и 30,7 % соответственно. При расчете коэффициента Манна-Уитни выявлено, что существуют статистические различия в уровне сформированности культуры ЗОЖ в пользу ЭГ (при $p < 0,05$). У учащихся ЭГ проявляется осознанное понимание важности культуры ЗОЖ в своей жизнедеятельности, позитивное и ценностное отношение к своему здоровью, что в свою очередь благотворно влияет на их спортивные результаты [1, 3, 5, 7, 9-11, 13, 15-17, 23, 27, 30, 32, 33].

По итогам анализа результатов установлено, что организация культуры ЗОЖ учащихся УОР является необходимым условием их спортивной подготовки и гарантом сохранения и укрепления здоровья.

Рекомендации по практическому использованию результатов

Результаты диссертационного исследования могут быть использованы в учебно-воспитательном процессе УОР, ДЮСШ, СДЮШОР, направленном на формирование культуры ЗОЖ учащихся. Сущностные характеристики культуры ЗОЖ старшеклассников УОР служат целевым ориентиром для разработки экспериментальных и инновационных проектов в области здоровьесберегаю-

щего образования учащихся. Методика формирования культуры ЗОЖ учащихся старших классов может использоваться в процессе преподавания дисциплин учебного плана в 10–11-х классах УОР, а при определенной адаптации в образовательном процессе учреждений общего среднего образования и профессионально-технических училищ. Учебно-методическое обеспечение данной методики может использоваться в системе здоровьесберегающего образования учащихся. Полученные результаты исследования можно применять в подготовке будущих учителей физической культуры, а также тренеров по видам спорта в системе дополнительного образования взрослых на курсах повышения квалификации, для совершенствования уровня их профессионально-педагогической готовности к осуществлению здоровьесберегающего образования учащихся.

Результаты диссертационного исследования внедрены в практику работы филиала Гомельского училища олимпийского резерва г. Мозыря, Брестского государственного училища олимпийского резерва, Учреждения «Мозырская СДЮШОР профсоюзов по гребле на байдарках и каноэ», ГУО «Средняя школа № 72 г. Гомеля» (имеются 4 акта внедрения).

Выполненное нами исследование не исчерпывает всего разнообразия аспектов здоровьесберегающего воспитания молодежи. Значительный интерес представляет исследование элементов культуры ЗОЖ и особенностей ее формирования в спорте высших достижений.

СПИСОК ПУБЛИКАЦИЙ СОИСКАТЕЛЯ

Монография

1. Клинов, В.В. Культура здорового образа жизни юных спортсменов / В.В. Клинов. – Мозырь : УО МГПУ имени И. П. Шамякина, 2011. – 182 с.

Статьи в рецензируемых журналах

2. Клинов, В.В. Теоретические основы культуры здорового образа жизни старшеклассников / В.В. Клинов // Веснік Мазырскага дзяржаўнага педагагічнага ўніверсітэта імя І.П. Шамякіна. – 2008. – № 3. – С. 122–127.
3. Клинов, В.В. Исследование отношения учащихся училищ олимпийского резерва к здоровому образу жизни / В.В. Клинов // Веснік Мазырскага дзяржаўнага педагагічнага ўніверсітэта імя І.П. Шамякіна. – 2009. – № 3. – С. 54–58.
4. Клинов, В.В. Теоретико-методические аспекты готовности учителей физической культуры к формированию здорового образа жизни старшеклассников / В.В. Клинов // Фізичная культура і здароўе. – 2010. – № 1. – С. 54–58.
5. Клинов, В.В. Формирование ценностного отношения к здоровому образу жизни у учащихся старших классов училищ олимпийского резерва / В.В. Клинов // Веснік Мазырскага дзяржаўнага педагагічнага ўніверсітэта імя І.П. Шамякіна. – 2010. – № 2. – С. 50–54.
6. Клинов, В.В. Характеристика уровней сформированности культуры здорового образа жизни старшеклассников / В.В. Клинов // Народная асвета. – 2010. – № 7. – С. 33–36.
7. Клинов, В.В. Технологии формирования культуры здорового образа жизни старшеклассников / В.В. Клинов // Праблемы выхавання. – 2010. – № 4. – С. 50–55.
8. Клинов, В.В. Динамика формирования культуры здорового образа жизни у учащихся старших классов училищ олимпийского резерва / В.В. Клинов // Веснік Мазырскага дзяржаўнага педагагічнага ўніверсітэта імя І.П. Шамякіна. – 2010. – № 3. – С. 33–39.
9. Клинов, В.В. Оценка уровня сформированности культуры здорового образа жизни учащихся старших классов училищ олимпийского резерва / В.В. Клинов // Мир спорта. – 2010. – № 3. – С. 50–55.
10. Клинов, В.В. Формирование умений ведения здорового образа жизни у учащихся училищ олимпийского резерва / В.В. Клинов // Вісник Чернігівського державного педагогічного університету імені Т.Г. Шевченка. Серія : Педагогічні науки. Фізичне виховання та спорт. – 2010. – № 81. – С. 228–233.

11. Клинов, В.В. Модель формирования культуры здорового образа жизни учащихся старших классов училищ олимпийского резерва / В.В. Клинов // Мир спорта. – 2010. – № 4. – С. 53–61.

12. Клинов, В.В. Педагогические условия формирования культуры здорового образа жизни / В.В. Клинов // Народная асвета. – 2011. – № 1. – С. 71–74.

Статьи в журналах и сборниках

13. Клинов, В.В. Теоретические основы подготовки будущих учителей физической культуры к формированию здорового образа жизни старшеклассников / В.В. Клинов // Инновационные процессы в физическом воспитании студентов : сб. науч. ст.: к 60-летию каф. физ. воспитания и спорта БГУ / Белорус. гос. ун-т ; редкол.: В.А. Коледа (отв. ред.) [и др.]. – Минск, 2009. – С. 64–72.

14. Клинов, В.В. Методологические подходы к формированию культуры здорового образа жизни старшеклассников / В.В. Клинов // Веснік адукацыі. – 2010. – № 2. – С. 16–21.

15. Клинов, В.В. Характеристика уровней сформированности умений ведения здорового образа жизни старшеклассников / В.В. Клинов // Веснік адукацыі. – 2010. – № 10. – С. 50–55.

16. Клинов, В.В. Этапы формирования культуры здорового образа жизни учащихся училищ олимпийского резерва / В.В. Клинов // Теоретико-методические аспекты физической культуры, спорта и туризма : сб. науч. тр. преподавателей фак. физ. культуры / УО МГПУ им. И.П. Шамякина ; редкол.: А.Г. Фурманов (отв. ред.) [и др.]. – Мозырь, 2011. – С. 34–45.

17. Клинов, В.В. Активизация деятельности юных спортсменов как одно из условий формирования культуры здорового образа жизни / В.В. Клинов // Здоровье студенческой молодежи: достижения теории и практики физической культуры, спорта и туризма на современном этапе : сб. ст. / редкол.: А.Р. Борисевич (отв. ред.) [и др.]. – Минск : РИВШ, 2013. – С. 137–139.

Материалы конференций

18. Клинов, В.В. Теоретико-методологические основы здорового образа жизни / В.В. Клинов // Актуальные проблемы физ. воспитания, спорта и туризма начала III тысячелетия: материалы I Междунар. науч.-практ. конф., Мозырь, 13–14 апр. 2006 г. / Мозыр. гос пед. ун-т ; редкол.: И.М. Масло [и др.]. – Мозырь, 2006. – С. 37–38.

19. Клинов, В.В. Сущность и содержание ценностного компонента здорового образа жизни старшеклассников / В.В. Клинов // Актуальные проблемы теории и методики физической культуры, спорта и туризма : материалы III Меж-

дунар. науч.-практ. конф. молодых ученых, Минск, 4–5 июня 2008 г. / Бел. гос. ун-т физ. культуры ; редкол.: М.Е. Кобринский (гл. ред.) [и др.]. – Минск, 2007. – С. 304–306.

20. Клинов, В.В. Функции культуры здорового образа жизни старшеклассников / В.В. Клинов // Актуальные проблемы физического воспитания спорта и туризма : материалы II Междунар. науч.-практ. конф., Мозырь, 9–10 окт. 2008 г. / Моз. гос. пед. ун-т. им. И.П. Шамякина ; редкол.: С.М. Блоцкий [и др.]. – Мозырь, 2008. – С. 198–200.

21. Клинов, В.В. Теоретические аспекты креативно-творческого компонента здорового образа жизни старшеклассников / В.В. Клинов // Научный потенциал молодежи – будущему Беларуси: материалы III Междунар. молодежной науч.-практ. конф., Пинск, 27 марта 2009 г. / Национальный банк Республики Беларусь, ПолесГУ [и др.] ; редкол.: К.К. Шебеко [и др.] – Пинск, 2009. – С. 134–135.

22. Клинов, В.В. Сущность и содержание интеллектуального компонента культуры здорового образа жизни старшеклассников / В.В. Клинов // Научное обоснование физического воспитания, спортивной тренировки и подготовки кадров по физической культуре и спорту : материалы Междунар. науч.-практ. конф. : в 4 т. / Бел. гос. ун-т физ. культуры ; редкол.: М.Е. Кобринский (гл. ред.) [и др.]. – Минск, 2009. – Том 3: Физическое воспитание и спорт в системе образования как фактор физического и духовного оздоровления нации, Минск, 5 июня 2009 г. : в 2 ч. – Ч. 1. – С. 113–116.

23. Клинов, В.В. Теоретические аспекты формирования потребностно-мотивационного компонента культуры здорового образа жизни старшеклассников / В.В. Клинов // Научное обоснование физического воспитания, спортивной тренировки и подготовки кадров по физической культуре и спорту : материалы Междунар. науч.-практ. конф. : в 4 т. / Бел. гос. ун-т физ. культуры ; редкол.: М.Е. Кобринский (гл. ред.) [и др.]. – Минск, 2009. – Том 2: Молодежь – науке. Актуальные проблемы теории и методики физической культуры и спорта, Минск, 8–10 апр. 2009 г. – С. 493–497.

24. Клинов, В.В. Сущность и содержание деятельностно-поведенческого компонента культуры здорового образа жизни старшеклассников / В.В. Клинов // Опыт и современные технологии оздоровительной физической культуры, спортивных игр и туризма : материалы Междунар. науч.-практ. конф., Минск, 5 июня 2009 г. / Бел. гос. ун-т физ. культуры ; редкол.: М.Е. Кобринский (гл. ред.) [и др.]. – Минск, 2009. – С. 93–96.

25. Клинов, В.В. Деятельностный подход в формировании культуры здорового образа жизни старшеклассников / В.В. Клинов // Полесский регион и наука XXI века : материалы VI Респ. науч.-практ. конф. магистрантов, аспирантов и молодых ученых, Мозырь, 25 июня 2009 г. / Моз. гос. пед. ун-т. им.

И.П. Шамякина ; редкол.: И.Н. Кралеви́ч (отв. ред.) [и др.]. – Мозырь, 2009. – С. 68–70.

26. Клинов, В.В. Основные принципы формирования здорового образа жизни старшеклассников / В.В. Клинов // Проблемы физической культуры населения, проживающего в условиях неблагоприятных факторов окружающей среды» : Материалы VIII Междунар. науч.-практ. конф., Гомель, 8–9 окт. 2009 г.: в 2 ч. / ГГУ им. Ф. Скорины ; редкол.: О.М. Демиденко [и др.]. – Гомель, 2009. – Ч. 1. – С. 74–76.

27. Клинов, В.В. Побудительно-ориентировочный этап технологии формирования культуры здорового образа жизни учащихся старших классов училищ олимпийского резерва / В.В. Клинов // Здоровье для всех : материалы второй Междунар. науч.-практ. конф., Пинск, 20–22 мая 2010 г. / Национальный банк Республики Беларусь, ПолесГУ [и др.] ; редкол.: К.К. Шебеко [и др.]. – Пинск, 2010. – С. 61–64.

28. Коледа, В.А. Культурологический подход в формировании культуры здорового образа жизни у учащихся училищ олимпийского резерва / В.А. Коледа, В.В. Клинов // Актуальные проблемы физического воспитания, спорта и туризма : материалы III Междунар. науч.-практ. конф., Мозырь, 13–15 окт. 2010 г. / УО МГПУ им. И.П. Шамякина ; редкол.: В.В. Валетов (пред.) [и др.]. – Мозырь, 2010. – С. 49–52.

29. Клинов, В.В. Личностно ориентированный подход в формировании культуры здорового образа жизни у учащихся старших классов училищ олимпийского резерва / В.В. Клинов // Актуальные проблемы физического воспитания, спорта и туризма : материалы III Междунар. науч.-практ. конф., Мозырь, 13–15 окт. 2010 г. / УО МГПУ им. И.П. Шамякина ; редкол.: В.В. Валетов (пред.) [и др.]. – Мозырь, 2010. – С. 46–47.

30. Клинов, В.В. Особенности теоретико-аксиологического этапа технологии формирования культуры здорового образа жизни учащихся старших классов училищ олимпийского резерва / В.В. Клинов // Современные подходы к продвижению здоровья : материалы III Междунар. науч.-практ. конф., Гомель, 21 октября 2010 г. / ГомГМУ ; редкол.: А.Н. Лызикова [и др.]. – Гомель, 2010. – Вып. 3. – С. 45–47.

31. Клинов, В.В. Теоретическое моделирование процесса формирования культуры здорового образа жизни старшеклассников училищ олимпийского резерва / В.В. Клинов // Актуальные проблемы физического воспитания, спорта и туризма : материалы IV Междунар. науч.-практ. конф., 11–13 окт. 2012 г., г. Мозырь / редкол.: С. М. Блоцкий (отв. ред.) [и др.] ; УО МГПУ им. И. П. Шамякина. – Мозырь, 2012. – С. 32–35.

Методические издания

32. Клинов, В.В. Основы культуры здорового образа жизни старшеклассников: факультативный курс / В.В. Клинов. – Гомель : ГУО «ГОИРО», 2010. – 25 с.

Отчет о НИР

33. Клинов, В.В. Формирование культуры здорового образа жизни учащихся училищ олимпийского резерва: отчет о НИР (заключ.) / В.В. Клинов // ГГУ им. Ф. Скорины ; рук. М.Г. Кошман. – Гомель, 2009. – 67 с. – № ГР 20090537.

РЭЗІЮМЭ

Клінаў Уладзімір Уладзіміравіч

Фармаванне культуры здаровага ладу жыцця старшакласнікаў вучылішч алімпійскага рэзерву

Ключавыя словы: здароўе, лад жыцця, здаровы лад жыцця, культура здаровага ладу жыцця, спорт, вучні старэйшых класаў, вучылішча алімпійскага рэзерву, методыка, фарміраванне.

Мэта даследавання: тэарэтычнае абгрунтаванне і навукова-метадычнае забеспячэнне працэсу фарміравання культуры здаровага ладу жыцця вучняў старэйшых класаў вучылішчаў алімпійскага рэзерву.

Метады даследавання: тэарэтычны аналіз літаратурных крыніц, аналіз дакументаў, анкетнае апытанне, педагагічны эксперымент, педагагічнае назіранне, метады экспертных адзнак і метады матэматычнай статыстыкі.

Атрыманыя вынікі і іх навізна складаюцца ў тым, што: 1) вызначаны сутнасць, структура і спецыфічныя асаблівасці ўтрымання культуры здаровага ладу жыцця якія вучацца старэйшых класаў вучылішч алімпійскага рэзерву; 2) створана мадэль фармавання культуры здаровага ладу жыцця ў старшакласнікаў вучылішч алімпійскага рэзерву; 3) распрацавана методыка фармавання культуры здаровага ладу жыцця ў што вучацца старэйшых класаў вучылішч алімпійскага рэзерву; 4) вызначаны педагагічныя ўмовы спрыяльныя эфектыўнаму фармаванню культуры здаровага ладу жыцця старшакласнікаў вучылішч алімпійскага рэзерву.

Ступень выкарыстання. Вынікі дысертацыйнага даследавання ўкаранены ў практыку работы філіяла Гомельскага вучылішча алімпійскага рэзерву г. Мазыра, Брэсцкага дзяржаўнага вучылішча алімпійскага рэзерву, Установы «Мазырская СДЮШАР прафсаюзаў па веславанні на байдарках і каноэ», ДУА «Сярэдняя школа № 72 г. Гомеля».

Вобласць ужывання. Вынікі даследавання могуць выкарыстоўвацца ў навучальна-выхаваўчым працэсе вучылішч алімпійскага рэзерву і ў розных тыпах адукацыйных устаноў.

РЕЗЮМЕ

Клинов Владимир Владимирович

Формирование культуры здорового образа жизни старшекласников училищ олимпийского резерва

Ключевые слова: здоровье, образ жизни, здоровый образ жизни, культура здорового образа жизни, спорт, учащиеся старших классов, училище олимпийского резерва, методика, формирование.

Цель исследования: теоретическое обоснование и научно-методическое обеспечение процесса формирования культуры здорового образа жизни учащихся старших классов училищ олимпийского резерва.

Методы исследования: теоретический анализ литературных источников, анализ документов, анкетный опрос, педагогический эксперимент, педагогическое наблюдение, метод экспертных оценок и методы математической статистики.

Полученные результаты и их новизна заключаются в том, что: 1) определены сущность, структура и специфические особенности содержания культуры ЗОЖ учащихся старших классов УОР; 2) создана модель формирования культуры здорового образа жизни у старшекласников УОР; 3) разработана методика формирования культуры здорового образа жизни у учащихся старших классов УОР; 4) определены педагогические условия, способствующие эффективному формированию культуры ЗОЖ старшекласников УОР.

Степень использования. Результаты диссертационного исследования внедрены в практику работы филиала Гомельского училища олимпийского резерва г. Мозыря, Брестского государственного училища олимпийского резерва, Учреждения «Мозырская СДЮШОР профсоюзов по гребле на байдарках и каноэ», ГУО «Средняя школа № 72 г. Гомеля».

Область применения. Результаты исследования могут быть использованы в учебно-воспитательном процессе училищ олимпийского резерва и в различных типах образовательных учреждений.

SUMMARY

Klinov Vladimir Vladimirovich

Formation of culture of a healthy way of life of senior pupils of schools of an Olympic reserve

Keywords: health, a way of life, a healthy way of life, culture of a healthy way of life, sports, pupils of the senior classes, schools of an Olympic reserve, technique, formation.

Research objective: theoretical substantiation and scientifically-methodical maintenance of process of formation of culture of a healthy way of life of pupils of the senior classes of schools of the Olympic reserve.

Research methods: the theoretical analysis of references, the analysis of documents, questionnaire, pedagogical experiment, pedagogical supervision, a method of an expert estimation and methods of mathematical statistics.

The received results and their novelty consist that: 1) the essence, structure and specific features of the maintenance of culture of a healthy way of life of pupils of senior classes SOR are defined; 2) the model of formation of culture of a healthy way of life at senior pupils SOR is created; 3) the technique of formation of culture of a healthy way of life at pupils of senior classes SOR is developed; 4) pedagogical conditions cultures HWL of senior pupils SOR promoting effective formation are defined.

Use degree. The results of the research put into practice the work of Gomel branch Olympic Reserve School of Mozyr, Brest State Olympic Reserve School, Institutions «Sports Junior School of Olympic Reserve unions in rowing and canoeing» of Mozyr, «High school» № 72 of Gomel».

Scope. Results of research can be used in teaching and educational process of schools of an Olympic reserve and in various types of educational institutions.

Подписано в печать 24.06.2014. Формат 60×84/16. Бумага офсетная.
Ризография. Усл. печ. л. 1,45. Уч.-изд. л. 1,42. Тираж 60 экз. Заказ 55.

Отпечатано с готового оригинал-макета в редакционно-издательском отделе
учреждения образования
«Белорусский государственный университет физической культуры».
ЛП № 02330/0552705 от 30.07.2009.

Пр. Победителей, 105, 220020, Минск.

