

ГОСУДАРСТВЕННОЕ УЧРЕЖДЕНИЕ ОБРАЗОВАНИЯ
«СРЕДНЯЯ ШКОЛА № 56 г. Минска»
имени В.И. Гнатенко

ВОТ В ЧЕМ СОЛЬ

В МИНСКЕ ЕСТЬ УДИВИТЕЛЬНАЯ ШКОЛА, ГДЕ УЧАТСЯ БОЛЕЕ 2,5 ТЫСЯЧИ ДЕТЕЙ, РАБОТАЮТ 14 УЧИТЕЛЕЙ ФИЗКУЛЬТУРЫ, 6 ИНСТРУКТОРОВ ПО ПЛАВАНИЮ И МНОГО ПЕДАГОГОВ ДОПОЛНИТЕЛЬНОГО ОБРАЗОВАНИЯ. В УЧРЕЖДЕНИИ ВЕЛИКОЛЕПНАЯ СПОРТИВНАЯ БАЗА, А ТАКЖЕ ПРИМЕНЯЕТСЯ СВОЙ ПОДХОД К ФИЗИЧЕСКОМУ ВОСПИТАНИЮ ДЕТЕЙ. УЗНАЕМ ПОДРОБНОСТИ.





Двигательная активность и уровень физподготовки современных школьников давно вызывают серьезное беспокойство среди специалистов и родителей, поэтому обновление учебной программы по предмету «Физическая культура и здоровье», возвращение в школы третьего урока физкультуры выглядят мерами своевременными и важными. В этом убежден заместитель директора минской средней школы № 56 Виктор Алисейко.

ПРОВЕРЕНО НА СЕБЕ

Реализации этих мер был посвящен Республиканский методический семинар-совещание, состоявшийся в БГУФК в середине августа, где мы и познакомились. Подтянутый, энергичный мужчина средних лет оказался очень интересным собеседником, а главное, учителем физкультуры по основной специальности. Естественно, захотелось поближе познакомиться с ним читателей журнала.



— Виктор, судя по всему, вы неслучайно связали свою жизнь с этой профессией и, видимо, дружите со спортом с детства?

— Да. Моя мама занималась легкой атлетикой, прыжками в длину. Мне, как и любому мальчику, нравился футбол. Я, к слову, минчанин, родился в столице и изначально учился в 99-й школе. Там и начал приобщаться к спорту на уроках физкультуры, которые вел у нас прекрасный учитель Валерий Романович. Жаль, фамилию забыл. Он меня и порекомендовал в конце 1-го класса своему наставнику Сергею Карманову, заслуженному тренеру Беларуси по лег-

кой атлетике, работавшему в ДЮСШ № 1. Тренировались мы в манеже и на открытом воздухе в спорткомплексе «Динамо» на Комсомольском озере. Я специализировался в спринте, бежал стометровку за 10,7 секунды. Но в конце 9-го класса начались проблемы с коленями и с большим спортом пришлось попрощаться. Остался любителем. В армии увлекся «железной игрой». Как узнал намного позже, это был пауэрлифтинг. Одно время выступал на соревнованиях по троеборью, и даже неплохо. Жим лежа, становая тяга и приседания — базовые упражнения, развивающие силу. Проверил это на себе и рекомендую всем.



Спортивная база у нас достаточно сильная: 5 спортивных залов, бассейн с хорошо оборудованным тренажерным залом, стадион с полимерным покрытием и полем для мини-футбола, приспособленное помещение для занятий учеников начальных классов, тир с лазерными пистолетами и т.д.



— Где вы служили?

— В ПВО. Учебка в Печах, а потом служба в отдельном зенитном дивизионе танкового полка в Уручье. После армии связал свою жизнь с органами внутренних дел, но спустя несколько лет уволился и решил вернуться к тому, что мне всегда очень нравилось. В институт физкультуры не прошел из-за проблем с коленями, зато по совету его бывшего ректора профессора Соколова поступил в педагогический. В дальнейшем под руководством Виктора Алексеевича писал дипломную работу и получил в итоге специальность «Оздоровительная лечебная физическая культура».

Поднимать тяжести тоже продолжал, понемногу, по возможности, и сейчас это делаю в тренажерном зале нашей школы, хожу в бассейн — в общем, стараюсь вести здоровый образ жизни. Участвую в соревнованиях в рамках спартакиады профсоюзов педагогических работников, выступаю во всех доступных для меня видах спорта, достаточно неплохо играю в настольный теннис, люблю дартс и стрельбу.

— Итак, вы окончили пединститут. Сразу пошли работать в школу?

— Да. Меня пригласила работать учителем физкультуры в 167-ю школу, ту же, которую я окончил, еще на 3-м курсе мой бывший классный руководитель Галина Антоновна Шкутько, и мы до сих пор поддерживаем с ней отношения. Директор Надежда Васильевна Битюкова отнеслась ко мне очень хорошо, и я отработал там 1,5 десятка лет.

— Какие классы вам поручили вести?

— Мне сразу дали очень серьезную и сложную 8-ю параллель, 4 класса. Сами понимаете, переходный возраст, неумная энергия, пубертатный период, они все знают сами и все умеют... Мои коллеги были достаточно опытными наставниками, и вся эта ситуация стала для меня хорошим уроком, научила работать. Я понял, что теория теорией, а институтские знания ничего не значат без практики на месте.



Школа достаточно старая, была построена в 1984 году. На тот момент там учились около 1 100–1 200 человек, функционировали один спортзал, стадиончик с грунтовым полем и асфальтными беговыми дорожками, ямой для прыжков — словом, стандартные условия. Но мы общими усилиями сделали в приспособленном помещении хороший тренажерный зал, в том числе благодаря директору детско-юношеского клуба Фрунзенского района Николаю Песецкому, помогавшему нам с оборудованием. Начали культивировать пауэрлифтинг, на нашей базе стали проходить соревнования районного и городского масштаба.

БЫТЬ НЕ КЛОУНОМ, А МОДЕРАТОРОМ

— У вас в тренажерке было хорошее оборудование, «железа» хватало?

— Хватало. Была даже олимпийская штанга, пусть и не дорогущая Eleiko. Наши дети, занимавшие призовые места на соревнованиях по пауэрлифтингу, выезжали на международные турниры, нас заметили. Я даже одно время возглавлял женскую национальную команду по этому виду спорта. С чемпионата мира в ЮАР пятеро наших спортсменов вернулись с медалями. Потом в федерации начались недопонимания. И я вовремя решил уйти, продолжая вести школьный кружок и работать преподавателем физкультуры.

— Став преподавателем, вы наверняка понимали, как непросто научить неподготовленного мальчика, а тем паче девочку, которые не привыкли к физическим нагрузкам, преодолевать себя, ощущать радость мышечных усилий, регулярно чем-то заниматься, ставить перед собой хотя бы скромные цели и достигать их.

— Конечно. Может, кто-то будет меня упрекать и иронизировать, что учитель не должен быть клоуном и развлекать учеников. Он, конечно, не клоун, а скорее модератор происходящего в зале. Только от его слов, поведения, действий, местонахождения зависит то, как поведет себя класс. Если дети начинают шуметь, а вы пытаетесь их перекричать, у вас никогда в жизни это не получится. Просто замолчите, и они остановятся сами. Такова природа, психология человека, которая, по сути, сводится к одной фразе: реакция одного индивида на действия другого. Вот и все. Как говорил капитан Врунгель, как вы яхту назовете, так она и поплывет.



— Поначалу наверняка было непросто?

— Самым сложным оказался первый год, год становления. Я пытался использовать разные методики и способы, иногда приходилось применять и армейский опыт вроде отжиманий и прочего, по стандарту. Думаю, это должен пройти и проходит каждый учитель физкультуры. Но, как я говорил, мне повезло с наставниками: они показали и научили, что нужно делать.

Основная цель физвоспитания детей в средней школе — привить им привычку и стремление к подвижности и регулируемым физическим нагрузкам.

— Ваши воспитанники добивались успехов, скажем, на районных соревнованиях?

— Конечно. У нас, к примеру, была очень сильная команда по футболу, некоторые мои выпускники окончили БГУФК и стали работать тренерами. Они, понятное дело, занимались в детско-юношеских спортивных школах, но и уроки физкультуры не сачко-

вали, относились к ним ответственно и серьезно, делали все, что требовал от них учитель. А значит, им было интересно.

Очень большой популярностью пользовался у наших детей настольный теннис. Стол для пинг-понга стоял в тренажерном зале, и в перерывах между подходами ребята брали в руки ракетки и играли. Мы постоянно устраивали внутришкольные соревнования. Кроме того, Олег Сачук, который учился вместе со мной в школе, в параллельном классе, мастер спорта и член национальной сборной, живший в том же районе, как-то попросил разрешения потренировать своего сына в школьном зале и заодно дал пару уроков пинг-понга нашим ребятам.

— Пригодились эти уроки?

— Еще бы! Во многом благодаря им наши ученики Андрей Кудин, Дима Захаревский и еще одна девочка, к сожалению, забыл фамилию, будучи просто любителями, выиграли командное первенство города, обойдя соперников из детско-юношеских спортивных школ. Это стало для нас неожиданным и очень радостным событием. Кстати, настольный теннис и сегодня, насколько мне известно, остается одним из приоритетных видов спорта в СШ № 167. А вот тренажерный зал, к сожалению, уже разобрали.



ВОЛШЕБНАЯ СИЛА СПОРТЗАЛА: СИТУАЦИЯ УСПЕХА

— Если вы видели, что у мальчика или девочки ничего не получается на уроках физкультуры, у вас были свои фирменные подходы для исправления ситуации?

— Да. Есть простой общепедагогический прием под названием «Создание ситуации успеха». Дайте им посильные задания и нагрузку. По сути, урок физической культуры в школе и строится на этом: посильная нагрузка в соответствии с возрастом и полом, с учетом отклонений в здоровье. А если вы сможете достичь успеха на каком-то минимальном уровне, они захотят чего-то большего — такова суть человека.

Дайте ребенку успех, и он почувствует радость. Самое главное — с указанием ошибок, если они есть, но без жесткой критики, а желательно с юмором.

— Например, он научится ловко прыгать через козла?

— Ну это как раз не совсем простая задача. Любой прыжок в детстве начинают осваивать, прыгая вглубь, и толь-

ко после этого — вверх. Мы научимся прыгивать со скамейки и только потом на нее, а затем уже в длину. То есть действует принцип постепенности. Или, допустим, отжимания для девочек. Их нужно делать от скамейки, но начинать можно от гимнастической стенки. С подтягиваниями на перекладине то же самое: вешайте ее на разных уровнях, то ниже, то выше.

Дайте ребенку успех, и он почувствует радость. Самое главное — с указанием ошибок, если они есть, но без жесткой критики, а желательно с юмором. Всегда ценились учителя, которые умеют «улыбнуть» класс.

— Были в вашей практике дети, которые поначалу вызывали сочувствие, но потом сумели благодаря вашим усилиям преодолеть себя и преобразиться?

— Таких было много, но я приведу один из самых ярких примеров. Достаточно полный мальчик по имени Сережа, которого в школе обзывали, подвергали, как сейчас говорят, буллингу, а я вел у него физкультуру, в 8-м классе пришел по моему приглашению в тренажерный зал. Причем занимался в вечернее время, когда его одноклассников там не было, он их стеснялся. Поначалу, правда, все равно чувствовал себя неуверенно, но тренажерка — это место, где и 14-, и 18-летний тренируются на одной площадке, выполняют одинаковые упражнения и друг другу помогают, скажем, страхуют при жиме штанги лежа. Соответственно, есть определен-

ная коммуникация, улыбки, товарищеские отношения. И вот этот полноватый мальчишка среднего роста со временем изменился до неузнаваемости. Вымахал под 190 см, широченные плечи, рельефные мышцы, пресс кубиками... Уже после моего ухода, когда тренажерный зал закрыли, вместе с другими парнями увлекся кроссфитом, экстремальными забегами, триатлоном, турнирами «Бизон». Сергей окончил вуз и сейчас занимается логистикой, работает в серьезной фирме. Пример, согласитесь, вдохновляющий.

— Когда вы получили категорию «педагог-методист»?

— Я работал в СШ № 167 с 2003-го по 2019-й и как раз в это время успел стать учителем-методистом, написав совместно с коллегами методическую работу, посвященную расширению объема грудной клетки с помощью соответствующих упражнений. Кстати, когда мне предложили перейти уже в нынешнюю, 56-ю, на должность заместителя директора по учебной работе, решил не сразу, размышлял примерно полгода, но в итоге согласился и, естественно, не жалею об этом.

— Вас приглашали во вновь открывшую школу?

— Нет. Эта школа была открыта в 2015-м, в нынешнем году ей как раз исполнилось 10 лет. Я закончил текущий ремонт в 167-й, предупредил директора, что собираюсь переходить, получил ее благословение и с августа 2019-го приступил к работе в должности замдиректора СШ № 56.

«О» КЛАССЫ И «ОЛИМПИАДКА»

— Изначально предполагалось, что вы будете курировать спортивную составляющую учебного процесса?

— Разумеется. В первую очередь работу бассейна и полностью физкультурно-спортивного комплекса, то есть всей кафедры физического воспитания.

— Ого! Так у вас этим направлением занимается полноценная, как в вузе, кафедра?

— Конечно. Потому что в нашей школе учатся свыше 2,5 тысячи детей, под моим началом не 2–3, а 14 учителей физкультуры, 6 инструкторов по плаванию и много педагогов дополнительного образования. Спортивная база у нас достаточно сильная: 5 спортивных залов, упомянутый бассейн с хорошо оборудованным тренажерным залом, стадион с полимерным покрытием и полем для мини-футбола, приспособленное помещение для занятий учеников начальных классов, тир с лазерными пистолетами и т.д.

Мы отделили также на одном из этажей специальную зону для настольного тенниса. Там стоит несколько столов и могут поиграть все желающие. Я пригласил в школу опытного педагога по настольному теннису Валентину Мелешенко, прекрасного специалиста с многолетним стажем. Она организывает для ребят подвижные перемены и следит за порядком, дети становятся в очередь и играют по правилам. Это, поверьте, о многом говорит. Благодаря ее работе мы вышли по настольному теннису в лидеры района, где 50 учреждений образования. Я стараюсь поддерживать профессионалов и подбираю из них надежную команду. С 2 нашими преподавателями, кстати, вы познакомились на семинаре-совещании в БГУФК. Хорошее впечатление они произвели?

— Прекрасное! К примеру, мне очень понравился креативный подход к обучению технике волейболиста Евгения Быкова и баскетбо-

листки Анны Елисеевой. Показывая, как правильно обращаться с мячом, они использовали обыкновенные, по их словам, широко распространенные пластиковые фишки.

— Совершенно верно. Это отличные педагоги. У нас на кафедре физвоспитания с полной отдачей работают все — от молодых специалистов до преподавателей пенсионного возраста. Это профессионалы своего дела, и я стимулирую их и поддерживаю всем, что в моих силах. Ни один учитель у меня не подрабатывает в сторонних организациях, мы даем им возможность самореализовываться в стенах нашей школы.

Стараемся делать упор на общее развитие, не акцентируя внимания, допустим, сугубо на плавании. Хотя у каждого класса в течение одного полугодия ему будет посвящен минимум 1 урок физкультуры в неделю, а в начальной школе их наверняка будет больше. Научиться уверенно держаться на воде детям важно, и чем раньше — тем лучше.

Понятное дело, что мы открыли 2 спортивно-педагогических класса только благодаря тем профессионалам, которые у меня работают: Ирине Кондаковой и Александру Русаковичу. В нынешнем учебном году Евгений Быков берет 10 «Б» и будет вести там физкультуру. Ребятам нацеливают на будущее поступление, в частности в учебное заведение в сфере физической культуры и оздоровления. Хотя год назад, например, у нас выпускалась девочка, занимавшаяся конным спортом в Ратомке. Так вот она хотела продолжить учебу не в БГУФК, а в Витебской ветеринарной академии, связать свою жизнь с лечением лошадей. И поступила туда. Я считаю, это опять-таки по нашему профилю. Если кто-то пойдет в военное или медицинское училище — тоже, физподготовка нужна везде.

В этом году нашу школу окончил член юношеской сборной Беларуси нападающий ФК «Минск» Илья Поршнев, тоже выпускник спортивно-педагогического класса. Ну а весь «допрофиль», если можно его так назвать, наш проект «О» классы, олимпийский и оздоровительный. Мы работаем совместно с БГУФК, они нас курируют. На данный момент набрали 1-й класс, есть еще 2-й, 3-й, 4-й и один 7-й. Что это значит. У нас по программе 3 урока физической культуры, и родителям первоклассников можно выбирать для детей еще 2 факультативных занятия. Мы им предлагаем одно из 2 направлений: факультативный курс «Олимпийский мир» — это теория, совмещенная с практикой, и детскую легкую атлетику, универсальный инструмент общего развития. Либо есть кружки спортивной направленности, организованные на базе нашей школы.

— Их у вас много?

— Выбор велик: от настольного тенниса и плавания до ОФП с элементами волейбола, баскетбола, футбола, атлетической гимнастики, детского фитнеса. Помимо многочисленных внутришкольных соревнований, для детей из «О» классов в конце учебного года проводится итоговая «Олимпиадка». Мы хотим дать детям основательную двигательную базу. Считаю, что главная цель физвоспитания детей в средней школе — привить им привычку и стремление к подвижности и регулируемым физическим нагрузкам. Надеюсь, нам это удастся.

