

МИНИСТЕРСТВО ОБРАЗОВАНИЯ И НАУКИ РОССИЙСКОЙ ФЕДЕРАЦИИ
ФГАОУ ВО «КАЗАНСКИЙ (ПРИВОЛЖСКИЙ) ФЕДЕРАЛЬНЫЙ УНИВЕРСИТЕТ»
МИНИСТЕРСТВО СПОРТА РОССИЙСКОЙ ФЕДЕРАЦИИ
ФГБОУ ВО «ПОВОЛЖСКИЙ ГОСУДАРСТВЕННЫЙ УНИВЕРСИТЕТ ФИЗИЧЕСКОЙ
КУЛЬТУРЫ, СПОРТА И ТУРИЗМА»

**Ф.Г. ГАЗИЗОВ
Р.К. БИКМУХАМЕТОВ**

**ЗИМНИЕ ВИДЫ СПОРТА
КАК СРЕДСТВА ВАЛЕОЛОГИЧЕСКОГО ВОСПИТАНИЯ**

Монография



КАЗАНЬ 2021

УДК 796.92
ББК 75.719.5
Г137

Печатается по решению

Кафедры теории и методики физической культуры, спорта и лечебной физической культуры Института фундаментальной медицины и биологии Казанского (Приволжского) федерального университета

Научный редактор:

Р.Ш. Маликов, доктор пед. наук,
профессор (КФУ).

Рецензенты:

Р.Р. Галиев, кандидат пед. наук, доцент
(Поволжский ГУФКСЯТ);
Ю.С. Ванюшин, доктор биол. наук,
профессор (КГАУ).

Газизов Ф.Г., Бикмухаметов Р.К.

Г137 **Зимние виды спорта как средства валеологического воспитания:**
Монография. – 2-е издание дополненное и переработанное. – Казань, Отечество, 2021. – 116 с.
ISBN 978-5-9222-1537-4

В монографии излагаются проблемы валеологического воспитания будущих учителей и анализируются зимние виды спорта как основа валеологического воспитания.

Предлагаемый материал рекомендуется студентам высших учебных заведений и факультетов физической культуры, а также для преподавателей физической культуры общеобразовательных школ, средних учебных заведений, вузов и всех интересующихся вопросами валеологического воспитания.

УДК 796.92
ББК 75.719.5

ISBN 978-5-9222-1537-4

©Казанский (Приволжский) федеральный университет,
© Поволжский государственный университет физической культуры, спорта и туризма, 2021.

ОГЛАВЛЕНИЕ

Введение.....	4
Глава I. Проблема валеологического воспитания будущих учителей.....	7
1.1. Разработанность проблемы валеологического воспитания..	8
1.2. Содержание педагогического аспекта валеологического воспитания.....	21
1.3. Модель валеологического воспитания средствами зимних видов спорта.....	39
Выводы по первой главе.....	50
Глава II. Валеологическое воспитание будущих учителей средствами зимних видов спорта	54
2.1. Личностно-ориентированное обучение при организации валеологического воспитания будущих педагогов	55
2.2. Аксиолого-валеологический потенциал зимних видов спорта	63
2.3. Интеграция аксиологического подхода и модульного обучения в процессе валеологического воспитания	75
2.4. Зимние виды спорта как основа валеологического воспитания..	92
2.5. Повышение эффективности валеологического воспитания средствами зимних видов спорта	104
Выводы по второй главе	108
Заключение.....	111
Литература.....	115

ВВЕДЕНИЕ

В настоящее время важно помочь подрастающему поколению безболезненно адаптироваться к условиям стремительно изменяющейся социо-экологической среды. Происходящие глобальные изменения затрагивают все стороны жизни людей, однако, бесспорно то, что образование становится приоритетным направлением.

И в связи с этим возрастает роль педагога в воспитании молодежи, способной психологически и социально адаптироваться к новой реальности, а соответственно вопросы валеологического воспитания учителя становятся в настоящее время более актуальными. Для творческого учителя немаловажным представляется, помимо непосредственного обучения, умение поддерживать высокий уровень работоспособности, от которого зависит обучаемость и сохранить здоровье ребенка.

Анализ практической деятельности выпускников педагогических учебных заведений свидетельствует о том, что они испытывают большие трудности в педагогической деятельности, связанные с валеологическим аспектом. Однако именно учебный социум (школа, ССУЗ, ВУЗ) представляет наибольшие возможности для последовательной реализации различных программ здоровья, направленных на формирование психологического и физического благополучия учащихся (по массовости, программируемости и последовательности с учебным социумом не сравнятся ни средства массовой информации, ни любой другой общественный институт). Наиболее мощным воспитательным потенциалом в этом отношении обладает педагог.

Особенности трудовой деятельности учителя таковы, что организация здорового образа жизни, формирование физической культуры, потребностей в физическом самовоспитании и самосовершенствовании, социальных свойств личности, психофизических качеств и двигательных способностей, необходимых и достаточных для успешного выполнения педагогической деятельности становятся обязательным условием качественной профессиональной подготовки.

Важное значение приобретает проблема подготовки преподавательских кадров, повышение уровня их общей культуры, в том числе и валеологической. Становится очевидным, что от того, каким уровнем валеологической культуры обладает педагог, зависит уровень социально-психологического благополучия, удовлетворенности учащихся, составляющих ведущие компоненты успешной социализации личности учащегося, его социального становления, направление и результат валеологического воспитания обучающихся.

Исследования в области педагогической подготовки, проводимые в настоящее время по таким аспектам, как научно-теоретические основы подготовки учителя; научно-обоснованный круг и система теоретических знаний, общепедагогических умений и навыков, которыми необходимо воору-

жить каждого выпускника педагогического вуза; пути совершенствования учебных занятий по психолого-педагогическим дисциплинам, эффективные методы вооружения студентов глубокими теоретическими знаниями, педагогическими умениями и навыками; научные основы организации педагогической практики и др., в той или иной мере затрагивают значимость валеологической культуры.

В то же время специалисты по проблеме здоровья, здорового образа жизни констатируют недостаточную исследованность факторов, формирующих культуру здоровья, валеологическую культуру, которые могли бы влиять как на снижение заболеваемости будущих педагогов, так и на социально-политическую, социально-экономическую и социально-демографическую обстановку в обществе в целом. Отсутствует система валеологического воспитания будущих педагогов.

Обращение к валеологическому воспитанию – это не дань моде, а необходимость времени и ситуации в обществе. В условиях трудных политических, экономических, социальных реалий востребованность здоровья оказалась значимой.

Состояние здоровья будущего педагога зависит от многих факторов, среди которых важное значение принадлежит образу жизни. К основным компонентам образа жизни относят питание, быт, организацию учебного времени, труда и отдыха, отношение к вредным привычкам.

Одной из важнейших составляющих здорового образа жизни являются систематические занятия физической культурой и спортом. Обращение к физической культуре и спорту, в связи с резко обострившейся проблемой повышения здоровья, не случайно, поскольку они рассматриваются современной педагогической и психологической наукой как особый вид деятельности, способствующий воспитанию лучших физических, нравственных, психических качеств, связанных с формированием самого человека.

Ухудшение состояния здоровья и уровня физической готовности будущих педагогов свидетельствует о несостоятельности существующего традиционного подхода в физическом воспитании. Современная система физического воспитания, детерминированная задачами обучения двигательным действиям и физической подготовки в ущерб комплексному валеологическому подходу в реализации всех ценностей физической культуры, не обеспечивает их использование для адаптации будущего педагога к условиям профессиональной деятельности.

В связи с этим, в последнее время намечается качественно новая стадия осмысления сущности физической культуры, физического воспитания. Все чаще говорится о физической культуре не только как об абстрагированном социальном феномене, но и как о свойстве личности, а в системе физического воспитания акцентируют внимание на механизмы и эффекты его влияния на развитие ума и расширение информированности, совершенствование чувств и социального поведения, нравственности и духовности. Не случайна обращенность многих специалистов к выдвиганию идей "здравостроитель-

18. Колбанов, В.В. Валеология: основные понятия, термины и определения. СПб, Издательство ДЕАН, 1999. - 232 с.
19. Коростелев, Н.Б. Слагаемые здоровья. - М: Знание. - 1990. - 188 с.
20. Панкратьев, Н.В. и др. Здоровье – социальная ценность: Вопросы и ответы. – М.: Мысль, 1989. – 215 с.
21. Педагогика здоровья. – М.: «Педагогика-Пресс», 1992. – 288 с.
22. Поляков, В.А. Здоровый образ жизни - Краснодар, 1995. - 155 с.
23. Проколова, И.В. Введение в валеологию - науку о здоровье. Резервные возможности человеческого организма, пути и методы их реализации: Пособие медицинских работников всех категорий, преподавателей медицинских вузов и медицинских училищ. / Казанский базовый медицинский колледж. Казань, 1997. - 118с.
24. Ротенберг, Р. Расти здоровым: Детская энциклопедия здоровья. Пер. с англ. - М.: Физкультура и спорт, 1991. - 592 с.
25. Татарникова, Л.Г. Педагогическая валеология. СПб – 1995. - 350 с.
26. Чумаков, Б.Н. Валеология - Москва, Рос. пед. агентство, 1997. - 246 с.

Издательство «Отечество»
420032, г.Казань, ул. Шоссейная, 22А

Подписано в печать 25.11.2021. Формат 60x84 1/16.
Бумага офсетная. Печать ризографическая
Усл. печ. 7,25. Тираж 500 экз. Заказ № 2911/1

Отпечатано с готового оригинал-макета
в типографии «Вестфалика» (ИП Колесов В.Н.)
420111, г.Казань, ул. Московская, д.22. Тел.292-98-92
e-mail: westfalika@inbox.ru
