

На правах рукописи



ГЛОБЕНКО Римма Рифкатьевна

**ПРОФЕССИОНАЛЬНАЯ ПОДГОТОВКА БУДУЩИХ
УЧИТЕЛЕЙ ФИЗИЧЕСКОЙ КУЛЬТУРЫ К РЕКРЕАЦИОННОЙ
РАБОТЕ С УЧАЩИМИСЯ ОСНОВНОЙ ШКОЛЫ**

Специальность: 5.8.7 – Методология и технология профессионального
образования

ДИССЕРТАЦИЯ
на соискание ученой степени
кандидата педагогических наук

Научный руководитель
Горбунова Наталья Владимировна
доктор педагогических наук, профессор

Ялта – 2026

ОГЛАВЛЕНИЕ

ВВЕДЕНИЕ.....	3
ГЛАВА I. ТЕОРЕТИКО-МЕТОДОЛОГИЧЕСКИЕ ОСНОВАНИЯ ПРОБЛЕМЫ ПРОФЕССИОНАЛЬНОЙ ПОДГОТОВКИ БУДУЩИХ УЧИТЕЛЕЙ ФИЗИЧЕСКОЙ КУЛЬТУРЫ К РЕКРЕАЦИОННОЙ РАБОТЕ С УЧАЩИМИСЯ ОСНОВНОЙ ШКОЛЫ.....	22
1.1. Сущность профессиональной подготовки будущих учителей физической культуры.....	22
1.2. Специфика рекреационной работы будущих учителей физической культуры с учащимися основной школы.....	42
1.3. Модель профессиональной подготовки будущих учителей физической культуры к рекреационной работе с учащимися основной школы.....	61
Выводы по первой главе.....	94
ГЛАВА II. ЭКСПЕРИМЕНТАЛЬНАЯ ПРОВЕРКА ТЕХНОЛОГИИ ПРОФЕССИОНАЛЬНОЙ ПОДГОТОВКИ БУДУЩИХ УЧИТЕЛЕЙ ФИЗИЧЕСКОЙ КУЛЬТУРЫ К РЕКРЕАЦИОННОЙ РАБОТЕ С УЧАЩИМИСЯ ОСНОВНОЙ ШКОЛЫ.....	97
2.1. Содержание и ход констатирующего этапа эксперимента.....	97
2.2. Реализация технологии и педагогических условий профессиональной подготовки будущих учителей физической культуры к рекреационной работе с учащимися основной школы.....	121
2.3. Сравнительный анализ результатов опытно-экспериментальной работы.....	165
Выводы по второй главе.....	179
ЗАКЛЮЧЕНИЕ.....	183
СПИСОК ИСПОЛЬЗОВАННОЙ ЛИТЕРАТУРЫ.....	192
ПРИЛОЖЕНИЯ.....	233

ВВЕДЕНИЕ

Актуальность исследования. Анализ развития педагогической теории и практики показывает, что на всех этапах становления отечественной системы профессионального образования постоянно осуществлялся поиск новых подходов и технологий подготовки будущих учителей в соответствии с существующими социально-культурными требованиями государства и общества. В современных условиях развития общества, в условиях нестабильности особую важность в процессе профессиональной подготовки будущих учителей приобретает формирование их компетентности, умения адаптировать программы и методы обучения к индивидуально-психологическим особенностям и потребностям учащихся. Это способствует повышению эффективности обучения, мотивации к занятиям физической культурой и спортом, ведению здорового образа жизни.

Актуальность проблемы профессиональной подготовки будущих учителей физической культуры к рекреационной работе с учащимися основной школы обусловлена социальным заказом общества на подготовку высококвалифицированных специалистов, современными требованиями к здоровью нации, ведению здорового образа жизни, потребностью в активных занятиях физической культурой, необходимостью ориентации общеобразовательной школы не только на овладение учащимися академическими знаниями, а прежде всего на сохранение и укрепление здоровья подрастающего поколения. Перегруженность учащихся, гиподинамия, связанные с интенсификацией образовательного процесса в основной и далее в старшей школе, приводят к необходимости разумного чередования учебной деятельности и активного отдыха, организации рекреационной работы как средства профилактики переутомления, снижения уровня тревожности, повышения стрессоустойчивости, формирования здоровьесберегающей позиции и потребности в ведении здорового образа жизни.

В структуре профессиональной подготовки будущих учителей физической культуры доминируют учебный и спортивно-тренировочный компоненты, тогда как формирование компетенций в области организации рекреационной работы остаётся на периферии образовательного процесса, что приводит к снижению практической готовности выпускников педагогических вузов к реализации данного направления в общеобразовательной школе. В то же время рекреационная работа обладает мощным педагогическим потенциалом поскольку направлена на развитие физических качеств учащихся, формирование их личностных качеств, ценностного отношения к своему здоровью, социализацию, развитие коммуникативных навыков, умения работать в команде, активности, инициативности. Она также является эффективным средством профилактики аддиктивного поведения, интернет-зависимости и вовлечения подростков в асоциальную деятельность.

Актуальность решения задач профессиональной подготовки будущих учителей физической культуры отражена в следующих нормативно-законодательных документах: Федеральный Закон от 29.12.2012 г. № 273-ФЗ (с изм. и доп., вступ. в силу с 01.04.2024 г.) «Об образовании в Российской Федерации», который определяет основные направления и требования к подготовке педагогических кадров; Федеральный государственный образовательный стандарт (ФГОС ВО 3++ 44.03.01 «Педагогическое образование», 49.03.02 «Физическая культура для лиц с отклонениями в состоянии здоровья (адаптивная физическая культура)»), которые устанавливают требования к структуре учебных программ, условиям их реализации и результатам освоения, обеспечивают преемственность и единство образования в России; Приказ Министерства труда и социальной защиты РФ от 18.10.2013 г. № 544н «Об утверждении профессионального стандарта «Педагог (педагогическая деятельность в сфере дошкольного, начального общего, основного общего, среднего общего образования) (воспитатель, учитель)» (с изм. и доп. от 25.12.2014 г., от 05.08.2016 г.);

Приказ Министерства спорта Российской Федерации «Об утверждении особенностей организации образовательной деятельности для обучающихся с ограниченными возможностями здоровья по дополнительным общеобразовательным программам в области физической культуры и спорта в отношении дополнительных образовательных программ спортивной подготовки» (2022 г.), который определяет основы и принципы педагогической деятельности по реализации дополнительных образовательных программ спортивной подготовки обучающихся с ОВЗ, осуществляемой лицами, уровень квалификации которых соответствует требованиям, установленным профессиональным стандартом; Государственная программа «Развитие образования до 2030 года», которая определяет направление и сущность государственной политики в сфере образования обучающихся с ограниченными возможностями здоровья и инвалидностью, формируемой по двум основным направлениям: развитие системы инклюзивного образования и, одновременно, поддержка и развитие существующей сети отдельных общеобразовательных организаций. Эти документы задают ориентиры для формирования современных программ подготовки будущих учителей физической культуры с учетом потребностей общества и тенденций развития педагогической науки. Федеральный государственный образовательный стандарт относит рекреационную работу к числу приоритетных видов профессиональной деятельности учителя физической культуры. Указанное требование актуализирует необходимость формирования у будущих учителей осмысленных представлений о физкультурно-спортивной рекреации и её практической реализации в образовательной среде.

Кардинальные, системообразующие социально-экономические перемены, происходящие в нашем обществе на протяжении последних десятилетий, негативно сказываются на состоянии здоровья, начиная с детского возраста. В связи с этим решение проблемы сохранения и укрепления здоровья подрастающего поколения является одной из ключевых

задач общеобразовательной школы, в частности уроков физической культуры. В то же время потенциал физического воспитания и рекреационной работы с целью сохранения и укрепления состояния здоровья учащихся общеобразовательной школы используется недостаточно. Это напрямую связано с тем, что в процессе профессиональной подготовки будущих учителей физической культуры недостаточно внимания уделяется рекреационной работе с учащимися, направленной на отдых, восстановление здоровья и трудоспособности, улучшение саморегуляции, совершенствование творческой самореализации и эмоционально-волевой устойчивости. Все это обуславливает необходимость специальной подготовки будущих учителей физической культуры к рекреационной работе с учащимися основной школы.

Актуальность настоящего исследования обусловлена, с одной стороны, острой практической потребностью в формировании у будущих учителей физической культуры специфических умений в области рекреационной работы с учащимися с использованием средств физической культуры и спорта, а с другой – не разработанностью технологии ее формирования в системе профессиональной подготовки будущих учителей физической культуры. Указанные обстоятельства определяют необходимость теоретического осмысления и проектирования педагогических условий решения данной проблемы.

Анализ современного состояния профессиональной подготовки будущих учителей физической культуры к рекреационной работе с учащимися основной школы позволил выявить ряд противоречий между:

- необходимостью сохранения и укрепления здоровья учащихся основной школы и неготовностью будущих учителей физической культуры к осуществлению рекреационной работы;
- стандартизацией образовательных программ и индивидуальными потребностями учащихся основной школы в занятиях физической культурой и спортом, двигательной активности;

– традиционными подходами к физическому воспитанию учащихся основной школы и инновационным педагогическим потенциалом рекреационной работы;

– современными требованиями к подготовке будущих учителей физической культуры и их недостаточной готовностью к организации рекреационной работы с учащимися основной школы.

Необходимость поиска путей решения обозначенных противоречий, определила **проблему исследования**: каковы технология и педагогические условия профессиональной подготовки будущих учителей физической культуры к рекреационной работе с учащимися основной школы. Необходимостью решения обозначенной проблемы обусловлен выбор темы диссертационного исследования: **«Профессиональная подготовка будущих учителей физической культуры к рекреационной работе с учащимися основной школы»**.

Степень научной разработанности темы исследования. Проблеме профессиональной подготовки будущих учителей физической культуры посвящены исследования В.В. Абрамовой, В.К. Бальсевича, М.Я. Виленского, В.М. Выдрина, Е.М. Голиковой, Г.Д. Горбунова, С.Н. Данаила, Е. П. Ильина, Ю.Д. Железняк, А.А. Клименко, Л.И. Лубышевой, Р.Р. Магомедова, Э.В. Мануйленко, Л.П. Матвеева, Ю. М. Николаева, А.В. Осипцова, Н.И. Пономарева, И.В. Работина, Т.Т. Ротерс, О.Г. Румбы, Л. Ф. Спирина, А.С. Фетисова, А.А. Чунаева.

Основы формирования готовности будущих учителей физической культуры исследовали Б.А. Ашмарин, О.А. Аяшев, Г.Д. Бабушкин, Е.Н. Каргополов, В.И. Маслов, О.В. Петунии, В.В. Приходько, М.В. Прохорова, В.Т. Чичикин и др.

Теоретико-методологические основы для разработки модели подготовки будущих педагогов по физической культуре к рекреационной работе представлены в трудах О.А. Абдуллиной, С.Б. Елканова, В.И. Загвязинского, В.А. Кан-Калика, Н.В. Кузьминой, Л.Ф. Спирина,

Е.Н. Шиянова и др. Различные аспекты подготовки будущих педагогов к рекреационной работе и физической рекреации нашли отражение в исследованиях М.С. Данилейко, А.Д. Джумаева, Л.А. Калинкина, В.В. Матова, Т.Г. Суржок и др.).

Исследования ученых посвящены различным аспектам проблемы формирования интереса подрастающего поколения к занятиям физической культурой и спортом: потребности в физкультурно-спортивной деятельности (М.А. Арвисто, В.Г. Бауэра, А.В. Лотоненко, Н.И. Пономарёва, В.М. Рейзина, В.А. Соколова, И.И. Сулейманова, А.Н. Щедриной); отношение школьников к физической культуре (В.А. Баркова, Е.Х. Еделева, К.К. Кардялис); отношение различных социально-демографических групп населения к физкультурно-спортивной деятельности (С.Н. Амбурцева, С.В. Артёмова, Р.М. Гимазова); вопросы взаимосвязи интересов и физкультурно-спортивной активности молодёжи (С.Д. Батт, Г.К. Зайцева, В.А. Соколова); исследование структуры потребностей и интересов школьников в процессе занятий физическими упражнениями и спортом (К.Н. Верховцева, М.Е. Кутепова); формирование у школьников потребности и интереса к физической культуре (А.В. Ахаева, П.К. Дуркина, М.И. Жаворонковой, В.В. Койносова); проблемы рекреационной физической культуры школьников (Г.Л. Виноградова, Е.Ю. Рыжкина, Л.А. Федякина).

Изучение степени разработанности проблемы показывает, что, несмотря на актуальность данной темы, остается много открытых вопросов в области профессиональной подготовки будущих учителей физической культуры, чья профессиональная деятельность будет связана с организацией рекреационной работы с учащимися основной школы.

Объект исследования: профессиональная подготовка будущих учителей физической культуры.

Предмет исследования: формирование профессиональной готовности будущих учителей физической культуры к рекреационной работе с учащимися основной школы.

Цель исследования заключается в разработке, теоретическом обосновании модели и экспериментальной проверке технологии и педагогических условий профессиональной подготовки будущих учителей физической культуры к рекреационной работе с учащимися основной школы.

Гипотеза исследования базируется на предположении о том, что эффективность процесса профессиональной подготовки будущих учителей физической культуры к рекреационной работе с учащимися основной школы обеспечивается, если будет:

- уточнена сущность ключевых понятий исследования «профессиональная подготовка будущих учителей физической культуры к рекреационной работе с учащимися основной школы», «профессиональная готовность будущих учителей физической культуры к рекреационной работе с учащимися основной школы» и выявлена специфика рекреационной работы с учащимися основной школы;

- выявлены педагогические условия профессиональной подготовки будущих учителей физической культуры к рекреационной работе с учащимися основной школы;

- разработана и научно обоснована модель профессиональной подготовки будущих учителей физической культуры к рекреационной работе с учащимися основной школы;

- выявлены критерии, показатели и на их основе охарактеризованы уровни профессиональной готовности будущих учителей физической культуры к рекреационной работе с учащимися основной школы;

- разработана и экспериментально проверена технология профессиональной подготовки будущих учителей физической культуры к рекреационной работе с учащимися основной школы.

Задачи исследования.

1. Уточнить сущность ключевых понятий исследования «профессиональная подготовка будущих учителей физической культуры к рекреационной работе с учащимися основной школы», «профессиональная

готовность будущих учителей физической культуры к рекреационной работе с учащимися основной школы» и выявить специфику рекреационной работы.

2. Выявить педагогические условия профессиональной подготовки будущих учителей физической культуры к рекреационной работе с учащимися основной школы.

3. Разработать и научно обосновать модель профессиональной подготовки будущих учителей физической культуры к рекреационной работе с учащимися основной школы.

4. Выявить критерии, показатели и на их основе охарактеризовать уровни профессиональной готовности будущих учителей физической культуры к рекреационной работе с учащимися основной школы.

5. Разработать и экспериментально проверить технологию профессиональной подготовки будущих учителей физической культуры к рекреационной работе с учащимися основной школы и проанализировать результаты ее внедрения.

Методологическую основу исследования составляют научные подходы: системно-деятельностный (П.К. Анохин, Н.В. Кузьмина, А.Н. Леонтьев, Б.Ф. Ломов, В.Н. Садовский, Д.И. Фельдштейн и др.); компетентностный (А.Г. Бермус, Н.Ф. Ефремова, И.А. Зимняя и др.); личностно-ориентированный (Е.В. Бондаревская, Т.И. Власова, О.С. Газман, Ю.В. Сенько, Н.К. Сергеев, В.В. Сериков, В.Т. Фоменко, И.С. Якиманская и др.); контекстный (С.И. Архангельский; А.А. Вербицкий, В.А. Сластенин и др.); здоровьесберегающий (Н.В. Бирюкова, И.А. Пешкова, А.С. Фетисов) и принципы целостности, результативности каждого вида деятельности, практикоориентированности, уровневой оценки итогов образовательной деятельности, индивидуализации обучения, субъект-субъектных отношений, моделирования предметного и социального содержания будущей профессиональной деятельности, проблемности, ценности здоровья и здорового образа жизни, приоритета здоровьесберегающих практик.

Теоретическую основу исследования составили концепции высшей профессиональной школы как ведущего звена общей системы непрерывного образования (О.А. Абдуллина, С.И. Архангельский, Б.С. Гершунский, В.М. Монахов, В.А. Сластенин, И.Д. Чечель и др.); идеи личностно ориентированного педагогического процесса (Е.В. Бондаревская, О.С. Газман, Г.И. Железовская, М.В. Кларин, В.В. Сериков, И.С. Якиманская и др.); теория компетентностного подхода (В.И. Байденко, Е.В. Бондаревская, Э.Ф. Зеер, И.А. Зимняя, Н.В. Кузьмина, Дж. Равен, Ю.Г. Татур, Т.Е. Исаева, М.А. Чошанов и др.).

Для решения поставленных задач использовались следующие **методы исследования**:

- теоретические: анализ психолого-педагогической, методической литературы с целью уточнения сущности ключевых понятий исследования «профессиональная подготовка будущих учителей физической культуры к рекреационной работе с учащимися основной школы», «профессиональная готовность будущих учителей физической культуры к рекреационной работе с учащимися основной школы»; изучение программно-методической документации, нормативных документов и научных трудов по проблеме исследования с целью характеристики специфики рекреационной работы в основной школе; теоретическое моделирование с целью разработки модели профессиональной подготовки будущих учителей физической культуры к рекреационной работе с учащимися основной школы;

- эмпирические: педагогическое наблюдение, интервьюирование, методика диагностики рефлексивных умений Е.В. Савченко, диагностика самооценки Дембо-Рубинштейн (в модификации А.М. Прихожан), педагогический эксперимент (констатирующий, формирующий, контрольный этапы);

- операционные: количественный и качественный анализ, статистическая обработка данных, графическое представление результатов исследования.

Экспериментальная база исследования: Федеральное государственное автономное образовательное учреждение высшего образования «Крымский федеральный университет имени В.И. Вернадского». Экспериментальной работой были охвачены 154 обучающихся направления подготовки 44.03.01 «Педагогическое образование», 49.03.02 «Физическая культура для лиц с отклонениями в состоянии здоровья (адаптивная физическая культура)». Респонденты были разделены на экспериментальную (76 человек) и контрольную группы (78 человек).

Этапы исследования. Диссертационное исследование проводилось в четыре этапа.

На первом – теоретическом – этапе (2020–2021 гг.) изучалась психолого-педагогическая, методическая литература по теме исследования; анализировались нормативные и программные документы по проблеме профессиональной подготовки будущих учителей физической культуры к рекреационной работе с учащимися основной школы; формулировалась проблема исследования, определялся объект, предмет, цель, задачи, гипотеза, этапы исследования, разрабатывались модель профессиональной подготовки будущих учителей физической культуры к рекреационной работе с учащимися основной школы, критериально-диагностический инструментарий, подбирались диагностический инструментарий.

Второй – констатирующий – этап (2021–2022 гг.) включал проведение диагностического обследования с целью выявления исходного уровня профессиональной готовности будущих учителей физической культуры к рекреационной работе с учащимися основной школы; анализ количественных и качественных результатов опытно-экспериментальной работы; разработку технологии профессиональной подготовки будущих учителей физической культуры к рекреационной работе с учащимися основной школы; выявление педагогических условий.

На третьем – формирующем – этапе (2022-2024 г.) проводился формирующий этап опытно-экспериментальной работы, апробировались педагогические условия, внедрялась технология профессиональной подготовки будущих учителей физической культуры к рекреационной работе с учащимися основной школы.

Четвертый – контрольный – этап (2024–2025 гг.) включал проведение контрольной диагностики, сравнительный количественный, качественный и статистический анализ результатов исследования. В соответствие с результатами педагогического наблюдения корректировался ход опытно-экспериментальной работы. Обобщались и систематизировались данные апробации основных положений диссертации, публиковались материалы исследования, формулировались выводы, осуществлялось текстовое оформление диссертационных материалов, выявлялись перспективы дальнейшего исследования проблемы.

Научная новизна исследования заключается в том, что:

- уточнена сущность ключевых понятий исследования «профессиональная подготовка будущих учителей физической культуры к рекреационной работе с учащимися основной школы», «профессиональная готовность будущих учителей физической культуры к рекреационной работе с учащимися основной школы» и выявлена специфика рекреационной работы в основной школе;

- выявлены и апробированы педагогические условия профессиональной подготовки будущих учителей физической культуры к рекреационной работе с учащимися основной школы (использование потенциала профессионально ориентированных и элективных дисциплин для формирования целостного представления об особенностях обучения и воспитания учащихся в рамках рекреационных программ; интеграция теории и практики с целью подготовки будущих учителей физической культуры к работе с учащимися основной школы, направленной на формирование здорового образа жизни и развитие двигательной активности;

интерактивность процесса профессиональной подготовки будущих учителей физической культуры к рекреационной работе с учащимися основной школы; реализация технологии профессиональной подготовки будущих учителей физической культуры к рекреационной работе с учащимися основной школы);

– выявлена методологическая база исследования, которая представляет собой совокупность системно-деятельностного, компетентностного, личностно-ориентированного, контекстного, здоровьесберегающего подходов и принципов целостности, результативности каждого вида деятельности, практикоориентированности, уровневой оценки итогов образовательной деятельности, индивидуализации обучения, субъект-субъектных отношений, моделирования предметного и социального содержания будущей профессиональной деятельности, проблемности, ценности здоровья и здорового образа жизни, приоритета здоровьесберегающих практик; послужившая основой для разработки и научного обоснования модели профессиональной подготовки будущих учителей физической культуры к рекреационной работе с учащимися основной школы;

– выявлены критерии (мотивационно-когнитивный, деятельностно-практический, рефлексивно-аналитический), показатели и определены уровни (высокий, средний, низкий) профессиональной готовности будущих учителей физической культуры к рекреационной работе с учащимися основной школы;

– разработана и экспериментально проверена технология профессиональной подготовки будущих учителей физической культуры к рекреационной работе с учащимися основной школы, включающая подготовительный, профессионально-деятельностный, рефлексивный этапы, на каждом из которых реализуются соответствующие педагогические условия, направления, формы и методы работы.

Теоретическая значимость исследования заключается в том, что:

1) предложено авторские определения ключевых понятий исследования «профессиональная подготовка будущих учителей физической культуры к рекреационной работе с учащимися основной школы», «готовность будущих учителей физической культуры к рекреационной работе с учащимися основной школы»;

2) выделены и охарактеризованы исторические этапы профессиональной подготовки будущих учителей физической культуры (досоветский, советский, постсоветский);

3) уточнены компоненты готовности будущего учителя физической культуры к рекреационной работе с учащимися основной школы (мотивационно-ценностный, когнитивно-теоретический, компетентностно-практический);

4) выявлена специфика рекреационной работы будущих учителей физической культуры с учащимися основной школы (сформированность знаний в области физической культуры; наличие представлений о сущности рекреационной работы и физкультурно-спортивной рекреации; сформированность умения применять методы и приёмы рекреационной работы с учащимися на практике; развитие личностных качеств, необходимых для успешной профессиональной деятельности; формирование готовности к организации рекреационной работы, направленной на обеспечение добровольной двигательной активности с использованием физических упражнений, улучшение психофизиологической работоспособности, отдых, восстановление, совершенствование личности школьников; создание условий для сохранения и укрепления здоровья учащихся, мотивации потребности в физической активности, улучшения саморегуляции, совершенствования творческой самореализации и эмоционально-волевой устойчивости; организация активного досуга и оздоровительных мероприятий в рамках внеучебной и внеурочной деятельности);

5) разработана и научно обоснована модель и педагогические условия профессиональной подготовки будущих учителей физической культуры к рекреационной работе с учащимися основной школы;

6) выявлены и обоснованы этапы процесса профессиональной подготовки будущих учителей физической культуры к рекреационной работе с учащимися основной школы (подготовительный, профессионально-деятельностный, рефлексивный);

7) определены и обоснованы критерии (мотивационно-когнитивный, деятельностно-практический, рефлексивно-аналитический), показатели и уровни профессиональной готовности будущих учителей физической культуры к рекреационной работе с учащимися основной школы.

Практическая значимость исследования заключается в том, что:

1) апробирован диагностический инструментарий по выявлению уровня профессиональной готовности будущих учителей физической культуры к рекреационной работе с учащимися основной школы;

2) апробированы педагогические условия, обеспечивающие эффективность профессиональной подготовки будущих учителей физической культуры к рекреационной работе с учащимися основной школы;

3) внедрена технология профессиональной подготовки будущих учителей физической культуры к рекреационной работе с учащимися основной школы;

4) разработаны интеллектуально-развлекательные игры (квизы);

5) составлена картотека физминуток;

6) разработаны игровые модули в рекреации;

7) разработаны туристические маршруты по Крыму.

Материалы, представленные в диссертации, можно использовать с целью повышения профессионализма будущих учителей физической культуры. Научно-методические положения диссертационной работы могут быть включены в содержание учебных дисциплин, учтены при организации учебных и производственных практик.

Положения, выносимые на защиту.

1. Профессиональная подготовка будущих учителей физической культуры к рекреационной работе с учащимися основной школы – целенаправленный образовательный процесс с целью формирования профессиональных компетенций, включающий освоение теоретико-методической базы дисциплин здоровьесберегающей и рекреационной направленности, овладение методикой организации рекреационной работы в основной школе, самореализацию в процессе осуществления рекреационных мероприятий и при проведении уроков с элементами рекреации, развитие практических навыков организации рекреационной работы, умение использовать современные технологии и инновационные подходы в рекреационной работе с учащимися основной школы, формирование способности обеспечивать всестороннее физическое развитие учащихся в процессе рекреационной деятельности.

Профессиональная готовность будущих учителей физической культуры к рекреационной работе с учащимися основной школы – комплексная характеристика личности, включающая устойчивый интерес к рекреационной деятельности, осознание её значимости для физического и психического здоровья школьников; знание основ рекреационной деятельности, возрастных и психофизиологических особенностей учащихся основной школы, методик организации оздоровительных мероприятий; сформированность личностных качеств (коммуникабельность, креативность, организаторские способности, эмпатия, ответственность); владение практическими навыками организации и проведения различных форм рекреационной работы; определяющая способность успешно реализовывать рекреационные задачи в образовательном процессе основной школы.

Специфика рекреационной работы будущих учителей физической культуры с учащимися основной школы заключается в сформированности знаний в области физической культуры; наличии представлений о сущности рекреационной работы и физкультурно-спортивной рекреации;

сформированности умения применять методы и приёмы рекреационной работы с учащимися на практике; развитии личностных качеств, необходимых для успешной профессиональной деятельности; формировании готовности к организации рекреационной работы, направленной на обеспечение добровольной двигательной активности с использованием физических упражнений, улучшение психофизиологической работоспособности, отдых, восстановление, совершенствование личности школьников; создании условий для сохранения и укрепления здоровья обучающихся, мотивации потребности в физической активности, улучшения саморегуляции, совершенствования творческой самореализации и эмоционально-волевой устойчивости; организации активного досуга и оздоровительных мероприятий в рамках внеучебной и внеурочной деятельности.

2. Педагогические условия подготовки будущих учителей физической культуры к рекреационной работе с учащимися основной школы включают: использование потенциала профессионально ориентированных и элективных дисциплин для формирования целостного представления об особенностях обучения и воспитания учащихся в рамках рекреационных программ; интеграция теории и практики с целью подготовки будущих учителей физической культуры к работе с учащимися основной школы, направленной на формирование здорового образа жизни и развитие двигательной активности; интерактивность процесса профессиональной подготовки будущих учителей физической культуры к рекреационной работе с учащимися основной школы; реализация технологии профессиональной подготовки будущих учителей физической культуры к рекреационной работе с учащимися основной школы.

3. Модель профессиональной подготовки будущих учителей физической культуры к рекреационной работе с учащимися основной школы включает целевой (цель), методологический (научные подходы и принципы), технологический (технология профессиональной подготовки будущих

учителей физической культуры к рекреационной работе с учащимися основной школы), диагностический (критерии, показатели, уровни, диагностический инструментарий), результативный (ожидаемый результат) блоки.

4. Уровни профессиональной готовности будущих учителей физической культуры к рекреационной работе с учащимися основной школы (высокий, средний, низкий) определяли на основе выделенных критериев (мотивационно-когнитивный, деятельностно-практический, рефлексивно-аналитический) и показателей (мотивированность будущих учителей физической культуры к профессиональной деятельности в целом и к организации рекреационной работы с учащимися основной школы; наличие системы знаний о специфике организации рекреационной работы с учащимися основной школы; способность применять теоретические знания, умения и навыки в практической деятельности, демонстрируя необходимый уровень мастерства и адаптивности в рекреационной работе с учащимися основной школы; инициативность и готовность к инновациям в организации рекреационной работы с учащимися основной школы; способность к рефлексии при организации рекреационной работы с учащимися основной школы; способность к самоанализу и самооценке профессиональной деятельности при организации рекреационной работы с учащимися основной школы).

5. Технология подготовки будущих учителей физической культуры к рекреационной работе с учащимися основной школы включает три этапа (подготовительный, профессионально-деятельностный, рефлексивный), на каждом из которых реализуются три направления работы (познавательно-развлекательное, спортивно-оздоровительное, туристическо-игровое) и педагогические условия.

Личный вклад соискателя. Диссертационная работа является завершенным и самостоятельно выполненным исследованием соискателя. Все теоретические положения, результаты опытно-экспериментальной

работы, сформулированные и изложенные в диссертации, а также опубликованные в научных изданиях, получены автором самостоятельно. Из научных работ, опубликованных в соавторстве, в диссертации использованы только те идеи и положения, которые являются результатом личной работы соискателя и составляют личный вклад автора.

Достоверность результатов исследования обеспечивается системным подходом к решению проблемы; научной методологией исследования, сочетанием теоретических и эмпирических методов исследования, адекватных поставленным в исследовании задачам; корректной организацией опытно-экспериментальной работы; оптимальной количественной базой опытно-экспериментальной работы; осуществлением исследования в единстве с практической деятельностью и опорой на неё; комплексом методов, адекватных предмету, цели, задачам и логике исследования; сочетанием количественной и качественной диагностики готовности будущих учителей физической культуры к рекреационной работе с учащимися основной школы; статистически доказанной эффективностью и экспериментально проверенной технологией профессиональной подготовки будущих учителей физической культуры к рекреационной работе с учащимися основной школы.

Апробация, внедрение результатов и публикации. Теоретические и эмпирические результаты исследования обсуждались на заседаниях кафедр педагогики и педагогического мастерства, психолого-педагогического и специального образования, здоровья и реабилитации Гуманитарно-педагогической академии (филиал) ФГАОУ ВО «Крымский федеральный университет имени В.И. Вернадского» в г. Ялте. Результаты исследования представлены на научно-практических конференциях разных уровней: международных: «Инновационные технологии, формы, средства и методы физического воспитания студенческой молодежи» (г. Брест, 2021 г.), «Место и роль физической культуры в современном обществе» (г. Севастополь, 2024 г.), «Актуальные проблемы личностно-профессионального становления

педагога: вызовы, тенденции и перспективы» (г. Воронеж, 2025 г.), «Место и роль физической культуры в современном обществе» (г. Севастополь, 2025 г.), «Образование будущего» (г. Грозный, 2025 г.), «Russia-UAE Conference on Applied and Interdisciplinary Research» (Dubai, UAE, 2025 г.), «Спорт, здоровье и туризм: интеграция технологий и практик» (г. Севастополь, 2025 г.); всероссийских с международным участием: «Здоровый образ жизни: тенденции, традиции, инновации» (г. Севастополь, 2020-2022 гг.), «Психологическая помощь в кризисных и чрезвычайных ситуациях: эффективные технологии работы» (г. Севастополь, 2023 г.), «Профессионализм педагога: психолого-педагогическое сопровождение успешной карьеры» (г. Ялта, 2024 г.), «Здоровый образ жизни: тенденции, традиции, инновации» (г. Севастополь, 2024 г.), всероссийских: «Место и роль физической культуры в современном обществе» (г. Севастополь, 2021 г., 2022 г.), «Реализация компетентного подхода в системе профессионального образования педагога» (г. Евпатория, 2026).

Соответствие паспорту научной специальности: диссертация соответствует научной специальности 5.8.7. Методология и технология профессионального образования, в частности, следующим пунктам паспорта специальности: 12. Теории содержания и научные основы технологий профессионального образования; 18. Подготовка специалистов в профессиональных образовательных организациях и образовательных организациях высшего образования.

Структура и объем диссертационной работы. Диссертация состоит из введения, двух глав, выводов к ним, заключения, списка использованной литературы, приложений.

ГЛАВА 1.

ТЕОРЕТИКО-МЕТОДОЛОГИЧЕСКИЕ ОСНОВАНИЯ ПРОБЛЕМЫ ПРОФЕССИОНАЛЬНОЙ ПОДГОТОВКИ БУДУЩИХ УЧИТЕЛЕЙ ФИЗИЧЕСКОЙ КУЛЬТУРЫ К РЕКРЕАЦИОННОЙ РАБОТЕ С УЧАЩИМИСЯ ОСНОВНОЙ ШКОЛЫ

1.1 Сущность профессиональной подготовки будущих учителей физической культуры

Проблема профессиональной подготовки педагогических кадров приобретает все большую актуальность, что обусловлено рядом факторов: изменением требований современного общества (учителя сталкиваются с необходимостью развивать критическое мышление, способность решать нестандартные задачи, умение адаптироваться к быстро меняющимся условиям); ростом разнообразия учащихся (современные школы становятся местом встречи учащихся разных культур, социальных слоев, способностей и особенностей развития); повышением роли цифровых технологий (цифровые технологии активно внедряются в образование, создавая новые возможности для интерактивного обучения, дистанционного формата, индивидуального подхода через цифровые инструменты); снижением престижа профессии учителя (несмотря на важность педагогического труда, профессия «педагог» часто воспринимается как низко оплачиваемая и непрестижная); недостаточным обеспечением связи теории с практикой; психологической нагрузкой и стрессом (работа учителя связана с постоянным эмоциональным напряжением, высокими нагрузками, ответственностью за сохранность жизни и здоровья учащихся, их развитие) [28; 33; 169].

История развития профессиональной подготовки будущих учителей физической культуры охватывает длительный период, начиная со времён дореволюционной России и заканчивая современным этапом. Стоит

выделить ключевые этапы формирования рассматриваемой системы подготовки:

- досоветский этап (до XX в.) – ознаменовался первыми попытками, связанными с подготовкой военных инструкторов гимнастики и плавания. Стоит отметить, что систематизированная подготовка учителей физической культуры еще не осуществлялась [145];

- советский этап (1920-е – 1990-е гг.) – именно в эти годы физическая культура заняла устойчивое место в школьной программе. Вместе с тем, как справедливо указывает ряд исследователей, квалификация педагогов, особенно на начальном этапе, оставляла желать лучшего. Сложившаяся в Советском Союзе модель подготовки кадров в области физической культуры и спорта отличалась высокой степенью централизации. Открывавшиеся в тот период институты физической культуры готовили кадры по двум направлениям – для профессионального спорта и для общеобразовательной школы. Учебные планы сочетали медико-биологическую подготовку (анатомия, физиология, гигиена) с педагогическим циклом дисциплин: спортивная педагогика, методика физического воспитания, подготовка в области спорта высших достижений. Дополнительным элементом системы выступали курсы повышения квалификации, обеспечивавшие непрерывность профессионального развития специалистов. Она реализовывалась через регулярные курсы и научно-практические конференции. Среди вузов, специализировавшихся на подготовке таких специалистов, можно выделить Государственный институт физической культуры имени П.Ф. Лесгафта (Санкт-Петербург) и Московскую государственную академию физической культуры (Московская область) [156];

- постсоветский этап (с конца 1990-х гг.) – ознаменовался переходом к рыночной экономике, что потребовало пересмотра методологических подходов в образовании и спорте. В условиях образовательных организаций происходит переориентация на международные стандарты и достижения современной науки. Система профессиональной подготовки учителей

физической культуры включала углубленное изучение теории и методики физического воспитания, биологии движения, социальной психологии, профилактику травматизма и обеспечение безопасной среды. Учителя начинают применять новые формы и методы работы с учащимися, включая адаптивную физическую культуру, инклюзивное образование, организацию массовых мероприятий, при этом повышается значимость цифровых технологий в обучении [64; 79].

В рассматриваемый период данная сфера находилась на стадии зарождения и существовала фрагментарно, чаще всего вне рамок специализированной подготовки. В конце XVIII в. происходят первые попытки введения элементов физической подготовки в образовательную систему. Так некоторые гимназии проводили уроки гимнастики, фехтования и верховой езды. Военными училищами были внедрены элементы физической подготовки, что способствовало появлению такой профессии, как военный инструктор гимнастики и строевых упражнений. Практика внедрения элементов физической культуры впоследствии распространилась и на образовательные учреждения гражданского характера. Появление клубов любителей бега, гимнастики и атлетики позволило развивать массовую физкультуру, что сыграло важную роль в пропаганде здорового образа жизни и привлечении подрастающего поколения к активным занятиям физической культурой и спортом [122; 163]. Подготовку специалистов в области физической культуры и спорта осуществляли «самостоятельно, к примеру спортсмены-профессионалы либо учителя получали дополнительные обязанности по проведению уроков гимнастики в средних и старших классах» [153].

– Современный этап – характеризуется интеграцией академического и прикладного направлений профессиональной подготовки, направленной на формирование конкурентоспособных педагогов, востребованных в общеобразовательных организациях, фитнес-индустрии, лечебной физкультуре и реабилитационной сфере. На сегодняшний день действует

множество профильных образовательных организаций высшего и среднего профессионального образования, осуществляющих подготовку будущих учителей физической культуры. Основопологающими компонентами содержания обучения выступают исследование процессов адаптации организма к физическим нагрузкам, разработка индивидуальных программ оздоровительной тренировки, популяризация здорового образа жизни среди подрастающего поколения [69; 183].

Рассмотрим выделенные этапы более подробно. Формирование высококвалифицированных профессиональных кадров в области физической культуры находится в непосредственной зависимости от исторического развития системы физического воспитания и спортивной деятельности. Издавна физическая подготовка служила основой подготовки военнослужащих, следовательно фундаментальные методологические подходы к обучению будущих офицеров-педагогов формировались преимущественно в специализированных учебных заведениях военного профиля.

Значительный вклад в развитие научно-методического обеспечения внес шведский педагог Х. Линг, открывший в 1813 г. Королевский институт гимнастики, ориентированный на подготовку гражданских инструкторов-гимнастов. Во второй половине XIX в. П.Ф. Лесгафт инициировал разработку фундаментального научного трактата «Руководства по физическому воспитанию школьников», который был опубликован исключительно в 1901 г., став впоследствии базисом отечественного педагогического подхода к физической культуре [156].

Согласно разрешению государственных властей от 1896 г., П.Ф. Лесгафт приступил к формированию первого гражданского образовательного центра российского государства – Высших курсов инструкторов и руководителей физического воспитания [157]. Тем не менее, после революционного потрясения 1905 г. государство было вынуждено закрыть данное учреждение ввиду политических подозрений относительно

основателя и отдельных сотрудников, проявивших участие в событиях первой русской революции («Кровавое воскресенье»). Обращаясь к истории становления профессионального образования в рассматриваемой области, нельзя обойти вниманием событие 1904 года – открытие в Санкт-Петербурге Главной офицерской школы гимнастики и фехтования. Это учебное заведение имело ярко выраженную военно-прикладную направленность и готовило кадры по физическим дисциплинам для нужд военных учебных заведений, в частности, для флотского состава. Исследователи также упоминают о появлении «аналогичных институтов и школ в иных административных центрах Российской империи, таких как Москва», однако при этом обращают внимание на то, что «исторические данные об этих заведениях крайне ограничены и фрагментарны» [88; 145].

Из приведённых фактов вытекает важное обобщение. В дореволюционной России отсутствовала целостная, научно обоснованная система подготовки учителей физической культуры. Имевшие место попытки подготовки специалистов носили единичный, разрозненный характер и реализовывались либо частными лицами, либо в рамках отдельных клубов и добровольных обществ.

Совершенно иная картина наблюдается с приходом советской власти. Государство берёт на себя функцию системного развития физической культуры и спорта. Начинается массовое открытие спортивных секций, кружков и клубов, ориентированных на вовлечение населения в активный досуг. Параллельно с этим при вузах и техникумах организуются специализированные отделения, целью которых становится систематическая подготовка учителей физической культуры для общеобразовательных учреждений [289]. Гражданская война, начавшаяся вслед за Октябрьской революцией, обозначила необходимость формирования квалифицированных кадров в сфере военной и физической подготовки. Так, в Петрограде на основе существовавшей ранее Главной офицерской гимнастико-фехтовальной школы было открыто военное образовательное учреждение

аналогичного профиля, а также основан Институт физической культуры (ИФК) с четырехлетней программой обучения, базирующийся на дореволюционной методологии физического воспитания Петра Францевича Лесгафта. В 1920 г. было сформулировано принципиальное положение относительно включения элементов физического воспитания в комплекс мероприятий по формированию личности молодого поколения в рамках коммунистической парадигмы, ориентированное на выполнение практических задач подготовки молодёжи к производственному труду и обеспечению обороноспособности государства [145; 285].

Указанная тенденция получила дальнейшее развитие в партийных директивах, правительственных постановлениях и инициативах молодежных движений, выразившись, среди прочего, в учреждении общегосударственного комплекса готовности к труду и обороне (ГТО), который сыграл ключевую роль в мобилизации ресурсов населения в довоенный и военный периоды советского государства [48].

К началу последней четверти XX века в ходе всесоюзных научно-практических конференций (1925, 1927, 1929 гг.) были сформированы концептуальные основы советской модели физического воспитания. В частности, в 1927 г. Государственным учёным советом разработаны унифицированные программы школьного физического воспитания, а в 1929 г. Народным комиссариатом просвещения РСФСР утверждены обновленные учебные расписания для средних образовательных учреждений второй ступени, предусматривающие выделение двух часов в неделю на занятия физическими упражнениями.

Согласно постановлению Совета народных комиссаров РСФСР от июля 1929 года физическая подготовка приобретает статус обязательного предмета в высших учебных заведениях [145]. В обозначенный период наблюдается интенсификация формирования инфраструктуры образовательных учреждений, ориентированных на подготовку квалифицированных специалистов в сфере физической культуры и спорта.

Именно тогда возникают Институты физической культуры (ИФК) в Азербайджане, Грузии, Харьковской области Украины и Минской области Беларуси. Параллельно с этим формируются специализированные научно-исследовательские учреждения в ключевых центрах, включая Москву, Ленинград, Харьков и Тбилиси, нацеленные на проведение фундаментальных и прикладных исследований, соответствующих приоритетным научным направлениям и осуществляющих подготовку исследовательского кадрового потенциала [76; 134; 167].

В последующий временной промежуток, охватывающий 1947–1948 годы, аналогичные подразделения появляются в городах Горький, Орджоникидзе, Ставрополь, Хабаровск, Челябинск, Ярославль. Государственное руководство СССР дополнительно постановляет открыть пятьдесят аналогичных факультетов в педагогических вузах ввиду критического дефицита высококвалифицированного педагогического персонала. Тем самым создается дополнительная организационно-педагогическая структура, отвечающая требованиям Министерства просвещения, предназначенная для подготовки педагогов-физиологов с университетским уровнем образования [113].

Одновременно с данным процессом фиксируется расширение сети самостоятельных институтов физической культуры. По мере роста численности выпускников вузов с дипломами специалистов высшей категории Министерство просвещения предпринимает шаги по постепенному снижению количества отделений физического воспитания в педагогических училищах регионов, где уже функционируют факультеты либо полноценные институты физической культуры.

Второй этап количественного роста образовательных организаций сферы физической культуры зафиксирован в конце шестидесятых – начале семидесятых годов прошлого столетия, характеризуя собой появление Хабаровского и Краснодарского институтов физической культуры, а также специализированных подразделений указанных вузов, расположенных

соответственно в Московской области (г. Малаховка), Челябинской области (филиал Омского вуза), Псковской области (Великие Луки, филиал Ленинградского учреждения) и Республике Татарстан (Казань, позже переведен в город Набережные Челны) [10; 22].

Данный процесс значительно отличался от массовых процессов открытия факультетов физического воспитания в 1949 году, поскольку тогда инициация учебно-воспитательного процесса фактически возлагалась на недавних выпускников профильных высших учебных заведений, при этом создание научных и преподавательских коллективов занимало длительный период продолжительностью в несколько десятков лет. Открытие же специализированных филиалов обеспечивало незамедлительное использование имеющегося кадрового потенциала опытных преподавателей и ученых, позволяя оперативно осуществлять подготовку аспирантов и докторов наук, сокращая продолжительность существования учебных заведений в статусе филиалов до временного интервала длиной пять-десять лет и способствуя последующему преобразованию в отдельные образовательные организации высшего уровня аккредитации [29; 44; 169].

Семидесятые годы прошлого столетия ознаменовались появлением нового типа среднетехнических профессиональных учебных заведений на базе интернатов спортивной направленности – училищ олимпийского резерва.

В восьмидесятые годы XX века наблюдается существенная трансформация подходов к подготовке специалистов с высшим профессиональным образованием в сфере физической культуры. Процесс совершенствования образовательной деятельности осуществлялся посредством корректировки учебных планов, хотя интенсивность изменений была различной в зависимости от конкретного образовательного заведения – менее значимой в учреждениях физкультуры и выраженной в большей степени на факультетах физического воспитания [186].

Таким образом, проведенный исторический анализ позволяет сделать вывод о поэтапном характере развития и трансформации форматов подготовки специалистов в сфере физической культуры и спорта в советский период, отражающих влияние общественно-политического контекста и потребностей общественного производства.

Значительные преобразования в структуре образовательной деятельности стали очевидны после внедрения учебной программы 1985 г., когда был введен специальный учебный курс спортивно-педагогического совершенствования, нацеленный на выполнение двух основных задач: раскрытие методологических аспектов работы учителя физической культуры на примерах конкретных видов спорта и формирование профессиональных компетенций обучающихся в организации внеурочной и внешкольной спортивной деятельности; обеспечение достижения будущими учителями физической культуры соответствующего уровня физкультурно-спортивного развития [224; 271].

Наиболее радикальные перемены произошли в 1988 г., поскольку демократизация общественной жизни затронула также сферу высшего образования. Переориентация профессиональной направленности привела к изменению наименований учебных подразделений: в 1990 г. данные подразделения были официально преобразованы в факультеты физической культуры. Кроме того, пересмотр структуры учебного процесса привел к разработке унифицированных типовых планов обучения 1988 г., позволивших образовательным учреждениям «проявлять творческий подход к индивидуализации части образовательной программы, охватывающей до 15% общего объема аудиторного времени» [101].

Таким образом, в советский период произошёл переход от хаотичного, эпизодического распространения физкультурного движения к созданию упорядоченной системы профессионального образования. Была выстроена инфраструктура, позволившая сделать занятия спортом массовыми и общедоступными. Сформированный в тот период кадровый и

организационный потенциал послужил базой, на которой впоследствии выстраивалась подготовка учителей физической культуры в независимых государствах постсоветского пространства [145].

На рубеже 1980–1990-х годов начались глубинные преобразования, затронувшие все сферы общественной жизни, включая образование. Прежние модели подготовки специалистов, сложившиеся ещё в советское время, перестали отвечать требованиям новой социально-экономической ситуации. Предоставление учебным заведениям академической и хозяйственной самостоятельности создало условия для привлечения частных инвестиций и активизации научно-методической работы. В итоге на смену единообразию пришла вариативность: стали появляться гибкие образовательные модели, которые учитывали как запросы конкретных регионов, так и потребности рынка труда в квалифицированных кадрах.

Особое значение приобретает модульное обучение, обеспечивающее возможность формировать индивидуальный учебный план. Российские вузы начинают участвовать в международных программах сотрудничества, совместных исследованиях и обмене опытом. Появляется ряд новых специальностей и профилей подготовки внутри направления «Физическая культура», к примеру спортивный менеджмент, тренерская деятельность, медицинская и адаптивная физическая культура. Компьютеризация процесса обучения приводит к изменению содержательной части учебной программы, в частности возникает необходимость овладения будущими учителями цифровыми инструментами мониторинга физической нагрузки, проектирования тренировочных планов и анализа результатов тестов и соревнований [52; 81].

Начало девяностых годов ознаменовалось интенсивной деятельностью учебно-методических объединений институтов физической культуры и педагогических вузов совместно с профильными министерствами. Обсуждались перспективные модели образовательных траекторий, включая традиционные одноуровневые структуры и инновационные многоуровневые

и многоступенчатые схемы подготовки кадров. Среди рассматриваемых вариантов был постепенный переход на пятилетнюю продолжительность образовательного процесса [174].

Начиная с 1992 года, с внедрением новых учебных планов, специализированные учреждения перешли на многоуровневую схему образовательной деятельности, подразумевающую развитие гуманитарной составляющей подготовки будущих педагогов и введение промежуточных квалификаций («бакалавр») по завершении периода сокращенного цикла высшего образования. Полноценному уровню квалификации соответствовала степень «специалист», присваиваемая по окончании полного курса профессиональной подготовки («преподаватель физической культуры») [4]. Часть кафедральных структур последовали данному примеру, тогда как основная масса проявила осторожность ввиду отсутствия жестких требований Министерства образования Российской Федерации и учебно-методического объединения педагогических институтов относительно обязательного перехода на новую парадигму. Тем более, социально-экономический кризис существенно ограничивал возможности поступления учащихся из регионов в ведущие образовательные центры [170; 209]. Наиболее остро встала проблема обеспечения кадрами тех территорий, где ранее отсутствовала система подготовки высококвалифицированных работников отрасли физкультуры и спорта. Возникла необходимость открытия новых факультетов соответствующего направления.

В 1993 году начался этап трансформации наименований учреждений высшего образования: институты физической культуры получили статус академий, педагогические институты преобразовались в педагогические университеты. В 1994 году был принят новый государственный образовательный стандарт высшего профессионального образования, который обязывал все учреждения привести свою организационно-учебную документацию в соответствие с обновленными нормами до конца 1996 года [213].

Таким образом, в постсоветский период в системе подготовки учителей физической культуры происходят значительные перемены, обеспечивающие приближенность к современным реалиям и мировым тенденциям. В результате возрастает профессионализм и эффективность работы педагогов в области физического воспитания и спорта.

На современном этапе наблюдается тенденция расширения спектра специализаций и квалификаций, которые предлагаются в рамках одной основной профессии. Особую роль играют цифровые технологии, а именно, использование дистанционных платформ, онлайн-курсов, симуляторов и компьютерных программ, направленных на создание индивидуальных траекторий обучения, отслеживание динамики прогресса обучающихся и повышение качества профессиональной подготовки. Сегодняшний рынок труда предъявляет к начинающему педагогу иной, чем раньше, набор требований. Теоретическая подготовка, какой бы глубокой она ни была, перестаёт быть самодостаточной – работодатели ждут от молодого специалиста умения перевести знания в плоскость практических действий. Именно поэтому в учебном процессе возрастает роль проектных форм работы, стажировок и практик, погружающих обучающегося в контекст будущей деятельности. Как показывают исследования, «использование активных методов обучения – деловых игр, разбора конкретных ситуаций, проблемных задач – позволяет не только усвоить материал, но и развить у будущего учителя критическое мышление, способность принимать самостоятельные решения и нести за них ответственность» [212].

Из сказанного следует, что современный этап подготовки кадров для сферы физической культуры и спорта протекает в условиях возросшей конкуренции и необходимости постоянного обновления содержания образования. Вузы вынуждены оперативно реагировать на внешние вызовы, перестраивая учебные программы и методы работы. И хотя трудности сохраняются, сама динамика изменений свидетельствует о том, что система

находится в состоянии устойчивого роста и способна гибко реагировать на запросы времени.

В рамках нашего исследования стоит рассмотреть труды ученых, посвященные проблеме профессиональной подготовки учителей физической культуры. Вопросы психологической природы педагогической деятельности, педагогического совершенства преподавателя, оптимизации результативности образовательного процесса получили отражение в трудах известных ученых-педагогов и психологов, среди которых И.А. Зимняя, В.А. Кан-Калик, И.А. Колесникова, Н.В. Кузьмина, В.Г. Куценко, Б.Т. Лихачев, В.П. Симонов, В.А. Сластёнин, И.Ф. Исаев, А.И. Щербаков [111; 120; 131; 147; 152; 157; 234; 237; 116; 288]. Процесс самосовершенствования педагога выступает социокультурно детерминированным явлением, характеризующимся определенной структурой и динамикой. Научному осмыслению данной проблематики посвящены труды исследователей М.Р. Битяновой, М.Я. Виленского, С.Б. Елканова, Г.М. Коджаспирова, А.В. Мудрика, В.А. Сластёнина и др., раскрывающих механизмы самопознания, самооценивания, саморегуляции и мотивации педагогов в процессе постоянного роста профессиональных компетенций [35; 45; 96; 129; 186; 237]. Психологические основы реализации личности изучаются через призму педагогических дисциплин и спортивной психологии в исследованиях И.Б. Дермановой, Л.А. Коростылевой, А.А. Крылова, Д.А. Леонтьева, Е.В. Селезнёвой и др. [88; 137; 140; 154; 230].

Профессионально значимая деятельность преподавателей физкультуры исследуется в рамках педагогического подхода, предложенного такими авторами, как Н.Н. Зволинская, И.А. Зимняя, Е.П. Каргаполов, В.Е. Ключко, В.Г. Тютюков, Н.Ш. Фазлеев, В.Д. Шадриков и др. [108; 111; 121; 128; 259; 261; 283]. Формирование профессиональной компетентности преподавателей рассматривалось в ряде научных публикаций, авторы которых ставят вопрос о развитии профессионально значимых качеств и знаний, необходимых специалистам физического воспитания и спорта (И.А. Зимняя,

В.Д. Шадриков) [111; 283]. Исследование профессионально-психологической компетентности специалистов по физической культуре и спорту нашло отражение в трудах И.А. Бавтрюкова, Ю.В. Варданяна, Е.Н. Гогунова, И.А. Григорьянца, В.Н. Пищулина и др. [19; 42; 73; 72; 202]. Ученые уделяют особое внимание повышению уровня профессиональной компетентности (В.И. Байденко, И.А. Зимняя, Н.А. Лызь, А.И. Субетто, Н.Ш. Фазлеев, В.Д. Шадриков и др.) [20; 111; 166; 249; 261; 283].

В Приложении 1 представлен анализ диссертационных исследований по проблеме профессиональной подготовки будущих учителей физической культуры.

Так, профессиональную подготовку будущего учителя физической культуры рассматриваем как «целенаправленный образовательный процесс, направленный на формирование профессиональных компетенций, который включает освоение теоретико-методической базы дисциплин, овладение методикой проведения занятий, развитие практических навыков организации уроков физкультуры, умение использовать современные образовательные технологии и инновационные подходы в обучении, воспитание личностных качеств и формирование способности обеспечивать всестороннее физическое развитие учащихся через гармоничное сочетание образовательных, воспитательных и оздоровительных функций учебного процесса» [62, с. 11-19].

Структура профессиональной готовности будущих учителей физической культуры включает совокупность компонентов, определяющих ключевые векторы подготовки. Когнитивный компонент отражает способность анализировать и синтезировать данные на базе специализированных знаний, фиксируя и извлекая необходимые сведения при выполнении задач профессиональной деятельности. Компетентностный компонент отличается «динамичностью и предполагает постоянное наращивание образовательного потенциала, поддержание потребности в непрерывном обучении и стремление к профессиональному

совершенствованию» [214]. В структуру профессиональной готовности, как отмечают исследователи, входят «информативный, социально-практический и коммуникативный компоненты» [222]. Информативный компонент в условиях цифровой трансформации образования обеспечивает эффективную работу с информацией и её осмысление. Социально-практический компонент проявляется «в умении решать профессиональные задачи и организовывать педагогическое взаимодействие. Коммуникативный компонент отражает готовность специалиста к конструктивному общению, установлению взаимопонимания и сотрудничеству с участниками образовательного процесса» [74].

Анализ требований к уровню профессиональной готовности будущих учителей физической культуры показывает, что становление интегративной профессиональной компетенции опосредовано совокупностью общекультурных и предметно-профессиональных компетенций. В этой связи процесс формирования профессиональной компетентности должен предусматривать сочетание фундаментальной теоретической подготовки, освоения общепрофессиональных практических навыков и углублённого развития специализированных компетенций, обеспечивающих успешность образовательной деятельности [170; 214; 223; 261].

Профессиональная деятельность учителя физической культуры регламентируется рядом нормативных документов: Федеральный закон «Об образовании в Российской Федерации» от 29.12.2012 г. № 273-ФЗ (с изм. и допол.) [264], ФГОС ВО 44.03.01 «Педагогическое образование» [262], профессиональным стандартом «Педагог (педагогическая деятельность в сфере дошкольного, начального общего, основного общего, среднего общего образования (воспитатель, учитель)», профессиональным стандартом «Педагог дополнительного образования», должностной инструкцией, санитарно-эпидемиологическими требованиями, локальными актами образовательной организации [263; 264].

Социально-психологическая составляющая выступает ключевым элементом педагогической деятельности, обеспечивающим формирование необходимой системы социальных интеракций, непосредственно влияющих на успешность социализации субъектов образовательного процесса. Реализация индивидуально-дифференцированного подхода возможна исключительно посредством максимальной экспликации личностных качеств и профессионально значимых компетенций преподавателя, выраженных через понятие «индивидуального стиля» [13; 220].

В логике нашего исследования считаем необходимым рассмотреть профессиограмму будущего учителя физической культуры, которая представлена в Приложении 2.

В структуре профессиональной компетентности учителя физической культуры исследователями выделяются четыре взаимодополняющих компонента: универсальная педагогическая компетентность, профильная отраслевая компетентность, общесоциальная личностно-профессиональная компетентность, а также социально-психологическая компетентность, ориентированная на специфику профессиональной деятельности [3; 20; 146; 170].

Универсальная профессионально-педагогическая компетентность отражает междисциплинарную подготовленность будущего учителя физической культуры, охватывая комплекс ключевых компетенций, значимых для выполнения широкого спектра профессиональных задач, а именно: исследовательско-аналитическую компетенцию (способность проектировать экспериментальные мероприятия, обрабатывать полученные данные и интерпретировать результаты научных исследований), организационно-управленческую компетенцию (организационные навыки управления учебными процессами, обеспечение продуктивного функционирования коллективов и структурированных процессов); «методико-проектировочную компетенцию (разработка инновационных образовательных программ, внедрение эффективных методологических

подходов и проектирование перспективных решений); дидактически-воспитательную компетенцию (овладение технологиями педагогического воздействия, детальное знание возрастных особенностей обучающихся и психолого-педагогической теории); практико-прикладную компетенцию (интеграция теоретических знаний и практических навыков в реальных условиях трудовой деятельности, установление партнерских связей с профильными институтами и организациями)» [99; 110].

Специализированная профессионально-отраслевая компетентность направлена на подготовку профессионала конкретно к реализации узкопрофильных задач, присущих профессии преподавателя физической культуры, таких как: организация и ведение учебного процесса по дисциплине физическая культура в общеобразовательных учреждениях и дошкольных образовательных организациях; осуществление учебно-тренировочных занятий, подготовка квалифицированных спортсменов и сопровождение спортивного роста; деятельность в реабилитационных центрах и санаториях, направленная на восстановление функциональных возможностей организма посредством физической нагрузки; выполнение лечебных и профилактических процедур, направленных на коррекцию нарушений функционального характера и улучшение общего самочувствия; пропагандирование принципов здорового образа жизни, формирование сознательного отношения к собственному здоровью и физическим возможностям; координация и организация крупных спортивно-массовых мероприятий, включая фестивали, соревнования и другие массовые акции; психолого-консультативная поддержка семей, сотрудников и воспитанников по вопросам оптимизации повседневной активности, рационализации питания и укрепления костно-мышечной системы; подготовка дидактических материалов, методических пособий и рекомендаций по развитию базовых двигательных навыков школьников; руководство образовательной деятельностью, мониторинг качества оказываемых услуг в сфере физической культуры и спорта [7; 14; 16; 21; 33; 50].

Общесоциальная личностно-профессиональная компетентность включает общекультурные характеристики и навыки, важные для адекватного социального взаимодействия и качественного исполнения профессиональных ролей вне привязанности к конкретному профилю деятельности, а именно: межличностная толерантность, способность создавать атмосферу доверия и уважения внутри коллектива, корректно решать конфликтные ситуации; эмоционально-коммуникативные навыки построения положительного микроклимата в учебном классе, стимулирование познавательной активности и развитие внутренней мотивации обучающихся; склонность к непрерывному повышению своего профессионального мастерства, готовность осваивать новые знания и технологии; экологическое мировоззрение, осознание важности бережного отношения к природе и экологическим ресурсам планеты; базовые знания психологической науки и анатомо-физиологических закономерностей детского возраста, позволяющие грамотно распределять физические нагрузки и контролировать состояние занимающихся физической культурой и спортом [18; 50; 59; 63; 113].

Профильно-ориентированная социально-психологическая компетентность обеспечивает адаптивность и эффективность будущих учителей в условиях специализированной деятельности в сфере физической культуры и включает: использование мотивационных технологий, направленных на вовлечение учащихся в систематическое занятие физическими упражнениями; дифференцированный подход к учащимся с учетом индивидуально-типологических различий, создание оптимальных условий для самореализации и творческого проявления каждого ученика; активизация ориентации молодежи на принципы здорового образа жизни, ответственное отношение к своему организму и двигательному потенциалу; эффективные техники коммуникации, способствующие установлению доверительных взаимоотношений в ходе проведения занятий и тренировочного процесса; коррекционное воздействие на самооценку

обучающихся через постановку достижимых целей и регулярное поощрение успехов; поддержание духа товарищества и сотрудничество среди всех субъектов образовательного пространства [50; 150; 163; 180].

Следовательно, рассматриваемая структура профессиональной компетентности учителя физической культуры интегрирует общие и специализированные профессиональные знания, навыки и личные качества, обеспечивая высокую результативность труда, социальную адаптацию и успешное решение поставленных педагогических задач.

Результатом профессиональной подготовки будущих учителей физической культуры является профессиональная готовность, которую рассматриваем как интегративное личностное качество, включающее совокупность профессиональных знаний, практических навыков, способностей, мотивации и психологического настроя, необходимых для успешного выполнения трудовых обязанностей и эффективного решения возникающих профессиональных задач в конкретных условиях труда и социальных взаимодействий [18; 35; 121].

В структуре профессиональной готовности будущих учителей физической культуры к рекреационной работе с учащимися основной школы выделяются три компонента. Мотивационно-ценностный компонент отражает устойчивый интерес к данному виду деятельности и осознание её оздоровительного потенциала. Когнитивно-теоретический компонент предполагает владение знаниями о сущности рекреационной работы, возрастных и психофизиологических особенностях учащихся, методиках организации оздоровительных мероприятий. Компетентностно-практический компонент включает сформированные личностные качества (коммуникабельность, креативность, организованность, эмпатия, ответственность) и практические умения, обеспечивающие успешную реализацию рекреационных задач.

Таким образом, профессиональная готовность рассматривается как интегративная характеристика личности, определяющая способность учителя

физической культуры эффективно организовывать рекреационную деятельность в условиях основной школы. Так, в настоящем исследовании понятие «профессиональная подготовка будущего учителя физической культуры» рассматривается как специально организованный педагогический процесс, направленный на становление профессиональной компетентности выпускника. Содержательное наполнение этого процесса представлено рядом компонентов: усвоение теоретических и методических знаний в области профильных учебных дисциплин; освоение технологий проведения физкультурных занятий с различными возрастными группами; развитие умений, необходимых для осуществления организационно-педагогической деятельности; включение в образовательный процесс современных инновационных средств и методов; целенаправленное формирование профессионально значимых свойств личности; подготовка к реализации образовательных, воспитательных и оздоровительных задач физической культуры в условиях образовательной организации.

Профессиональную готовность будущих учителей физической культуры к рекреационной работе с учащимися основной школы рассматриваем «как комплексную характеристику личности, включающую устойчивый интерес к рекреационной деятельности, осознание её значимости для физического и психического здоровья школьников; знание основ рекреационной деятельности, возрастных и психофизиологических особенностей учащихся основной школы, методик организации оздоровительных мероприятий» [62, с. 11-19]; сформированность личностных качеств (коммуникабельность, креативность, организованность, эмпатия, ответственность); владение практическими навыками организации и проведения различных форм рекреационной работы; определяющую способность успешно реализовывать рекреационные задачи в образовательном процессе основной школы.

1.2. Специфика рекреационной работы будущих учителей физической культуры с учащимися основной школы

Проблема укрепления и сохранения здоровья подрастающего поколения актуальна во многих странах мира. Специалисты разного профиля – учителя и врачи, а также родители отмечают ухудшение состояния здоровья современных детей и подростков. Важным аспектом обучения будущих учителей физической культуры выступает «воспитание способности к развитию у учеников основ здорового образа жизни» [122]. Профессиональная задача будущего учителя – вырастить крепкую, социально активную личность, успешно адаптированную к современным условиям. Для этого учителя разрабатывают и внедряют методики, ориентированные на укрепление здоровья и восстановление сил. Установлено, что рекреационная деятельность школы по поддержанию здоровья учащихся обладает огромными возможностями в формировании здорового образа жизни. Эта работа осуществляется двумя способами: «через физическую активность, включающую разнообразные упражнения и специальные процедуры, и через умственное развитие, направленное на повышение интереса к здоровому образу жизни при помощи задач, игр и развлекательных мероприятий» [151; 163; 171].

Изучение существующих подходов к подготовке учителей физической культуры выявило, что программы фокусируются преимущественно на теоретических знаниях и методиках, тогда как формирование основ здорового образа жизни и поддержка эффективной физической реабилитации учеников не включены в учебные материалы. Поэтому возникает необходимость обновления программ обучения, чтобы они охватывали «важные целевые, ценностные, содержательные и практико-технологические аспекты подготовки будущих учителей физической культуры к организации рекреационных мероприятий для школьников» [21; 46; 63; 99].

Всестороннему рассмотрению данной проблемы посвящены исследования Р.В. Бальба «Модель подготовки будущих педагогов физической культуры к оздоровительно-рекреационной работе со школьниками» [21], а также кандидатские диссертации Е.В. Миргородской «Профессиональная подготовка будущих педагогов по физической культуре к рекреационной работе с дошкольниками» [182] и А.В. Астахова «Формирование готовности будущих учителей физической культуры к физкультурно-рекреативной деятельности в школе» [14]. Однако, в этих исследованиях технология обучения будущих учителей физической культуры методам проведения рекреационных мероприятий с учащимися средних классов освещена недостаточно полно. В настоящее время ощущается острая потребность в научных и методических руководствах, касающихся реализации этого направления деятельности.

Кроме того, исследователи отмечают ряд проблем, существующих сегодня в практике подготовки будущих учителей, в частности:

- недостаточное внимание в «системе профессионально-педагогической подготовки учителей к проведению рекреационной деятельности в школе» (А.В. Астахов) [14];
- «дефицит четких методических указаний относительно организации досуга и восстановления учащихся» [87];
- недостаточное представление будущих учителей о понятиях «рекреация» и «физическая рекреация», а также отсутствие необходимых знаний и умений в соответствующей работе (Е.В. Миргородская) [182];
- недостаточное использование педагогического потенциала рекреационной деятельности для воспитания здорового образа жизни и привития навыков активного отдыха (Р.В. Бальба) [21].

При этом проблемы развития рекреационной физической культуры у школьников пока что освещены в научной литературе лишь отчасти, а конкретные способы, инструменты и подходы к ее развитию требуют обновления. В этой связи, актуальность исследуемой педагогической

проблемы обусловлена необходимостью разрешения существующего противоречия между необходимостью широкого использования рекреационной деятельности во внеурочных и урочных формах физического воспитания школьников и недостаточной подготовкой будущих учителей физической культуры в её организации и проведении.

Рассмотрим сущность понятия «рекреационная деятельность» подробнее. Рекреационная деятельность или рекреация в переводе с латинского (от лат. *Recreatio*) означает «восстановление». В российской научной мысли рекреация определяется как смена деятельности, ориентированная на обновление энергетических и эмоциональных ресурсов. Когда это восстановление достигается посредством упражнений и игр, говорят о «физической рекреации» [14; 21].

Термин «рекреация» впервые появился в научной литературе в США в конце XIX века (1890-е гг.) для описания отпусков и выходных дней как части регламентированного рабочего графика. Затем в Западной Европе рекреационная деятельность обрела популярность как способ использования спорта, физических упражнений и иных развлечений для снижения преступности и укрепления здоровья через оздоровительный отдых. В Советском Союзе рекреация оформилась как отдельная область научных исследований в середине шестидесятых годов прошлого века, став частью общей теории о физическом воспитании. Значительный импульс к развитию теоретических основ и практических методов физического восстановления был получен в семидесятые годы благодаря работам В.М. Выдрина – известного педагога, профессора из Санкт-Петербургской академии физической культуры имени П.Ф. Лесгафта, а также признанного ученого и члена различных академических организаций. По мнению исследователя, истоки физической рекреации восходят к глубокой древности и заключаются в естественной человеческой потребности в разнообразии занятий и радости от дел, не связанных с работой. В результате многолетних исследований,

проводимых под руководством В.М. Выдрина, физическая рекреация стала считаться одной из составляющих физической культуры [55; 156].

В известном медицинском журнале XX ст. под рекреацией понимали занятия людей во время отдыха, призванные поддерживать здоровье, возвращать жизненные силы и способствовать гармоничному развитию человека. Это достигалось за счет воздействия природы на человека в специально оборудованных местах отдыха, находящихся за пределами дома.

Сегодня понятие «рекреация» анализируется в различных областях знаний – от медицины и туризма до искусства и градостроительства, что демонстрирует её связь с разными науками. В связи с этим, значимость рекреации возрастает и приобретает более широкое содержание, включая множество видов деятельности, помогающих человеку восстановить свои силы [89; 117].

Согласно определению С.В. Седоченко, «физическая рекреация» представляет собой совокупность действий, призванную отвечать запросам человека, нуждающегося в полноценном восстановлении посредством активности и непринужденного общения за пределами работы, учебы и других занятий. Целью таких мер является возвращение энергии после трудового процесса, получение положительных эмоций и поддержание хорошего самочувствия [229, с. 6]. Автор отмечает, что существует четыре вида физической рекреации:

1) рекреационная физическая культура (спортивные занятия, ориентированные на восстановление сил и учитывающие индивидуальные предпочтения человека);

2) рекреативная физическая культура (активный отдых с использованием специализированных зон – курортов, парков, пешеходных маршрутов и общественных мест, создающих условия для релаксации и позитивного влияния на здоровье);

3) рекреация спорта (увлечение спортом с целью получения удовольствия и восстановления энергии);

4) оздоровительная физическая рекреация (восстановительные тренировки в специализированных учреждениях, например, санаториях, профильных лагерях и туристических комплексах, создающие условия для эффективного восстановления сил и укрепления здоровья) [229].

Таким образом, основной целью рекреации является восстановление психо-физиологического состояния человека с целью укрепления здоровья и развития личностных черт, которые в перспективе улучшат продуктивность умственной и физической деятельности.

Отметим также, что к задачам рекреации исследователи относят: активный отдых (короткие разминочные упражнения, посещение спортивных клубов); смену видов деятельности и их интенсивности (чередование умственного напряжения и физической работы; освоение нового спорта); улучшение внешнего вида тела (придание стройной формы, развитие мускулатуры, укрепление пресса); замедление возрастных изменений организма; создание условий для непринужденного взаимодействия между людьми; развитие и улучшение физических качеств, таких как гибкость, сила, выносливость, которые делают личность более привлекательной; получение культурно-познавательного, оздоровительного или эмоционального эффекта [89; 160; 201].

Под «рекреационной деятельностью» также понимают активность в свободное время, ассоциирующуюся с положительными эмоциями и имеющую социально благоприятные характеристики. Она направлена на удовлетворение потребности в отдыхе, возвращение утраченных сил и их укрепление, а также на улучшение умственных способностей и личностный рост человека. По мнению исследователя Седоченко С.В., рекреационная деятельность представляет собой сферу активности человека во внерабочее время, ориентированную на обновление энергии, повышение продуктивности, личностный рост и улучшение себя, способствующую гармоничному развитию и сопровождающуюся приятным эмоциональным состоянием отдыхающего. Важной задачей такого досуга является

устранение усталости, возникшей вследствие рутинных занятий, будь то работа или обучение [229, с. 11].

Охарактеризуем виды рекреационной деятельности:

1. Лечебно-курортная, основанная на воздействии природных ресурсов, процедурах с использованием благоприятного климата и лечебных веществ (к примеру, морского воздуха, целебной глины, минеральных вод).

2. Спортивно-оздоровительная – занятия, ориентированные на укрепление организма и повышение физической подготовки, охватывая физические упражнения, туристические прогулки, покорение горных вершин, рыбную ловлю, спортивную охоту, водные развлечения (виндсерфинг, погружение, плавание под парусом и сплавы по рекам).

3. Развлекательная – этот вид отдыха отличается широким спектром возможностей и объединяет народные гуляния, торговые выставки, тематические события, спортивные соревнования, массовые игры, красочные шествия, театрализованные представления и танцы, а также всё, что доступно в сфере индустрии досуга.

4. Познавательная – ознакомительный отдых, представляет собой процесс приобретения новых знаний и опыта через посещение музеев, экскурсий, памятников архитектуры и истории, экспозиций, духовных мест и других подобных занятий. Как правило, разные формы рекреации тесно связаны между собой и усиливают положительное влияние друг друга [65].

Количество типов рекреационной деятельности увеличивается вдвое каждые 10 лет. В начале двухтысячных годов зафиксировано свыше 65 различных типов, а в 2025 году их уже более 200. К ним также могут относиться: творческие занятия, участие в народных праздниках и концертах, обучение ремеслам, ландшафтные наблюдения, треккинг, участие в мемориалах, научные дискуссии, посещение спортивных соревнований, туристические и спортивные походы, а также занятия менее активными играми, театральные постановки, путешествия, плавание на яхтах, вовлеченность в религиозные обряды и паломничества, охота, терренкуры,

оздоровление с помощью климата, посещение выставок, социальное взаимодействие, активные игры, восхождение на скалы, развлечения на снегу и воде и многое другое [32; 47].

Рассмотрим также наиболее популярные средства рекреационной деятельности. К ним относятся: малоподвижные игры, физические упражнения, пассивные занятия в помещении, рекреационный туризм, водные процедуры, экскурсии, подвижные игры, спортивные игры и упражнения, любительские занятия на свежем воздухе, подвижные занятия на воде, охота и рыбалка, прогулки, климатолечение, бальнеотерапия.

Физические упражнения играют ключевую роль в оздоровлении организма, включают разнообразные виды упражнений (общие подготовительные, направленные на дыхательную систему, сочетающие мысль и движение, специализированные, предназначенные для подготовки к соревнованиям).

Подвижные игры – это организованная и активная деятельность, в которой важны быстрота и аккуратность при выполнении заданий посредством разнообразных двигательных навыков (бега, прыжков, метания, ловли мяча), подчиняющихся установленным правилам [204]. Особенность подвижных игр определяется высокой эмоциональной окрашенностью, необходимостью быстро реагировать на изменения ситуации и возможностью проявлять самостоятельность и креативность. Они делятся на простые (с сюжетом или без него, эстафеты, короткие забеги, развлекательные мероприятия с состязаниями) и более сложные (конструктивные игры, игры с ролями и сюжетными линиями, драматические постановки, спортивные игры типа большой теннис, городки, настольный теннис, баскетбол, футбол, волейбол и другие). Игровые формы особенно значимы при организации рекреационной деятельности, так как они отвечают разнообразным потребностям людей, стремящихся к восстановлению сил – физической активности, общению, обретению новых знаний, позволяют отвлечься от основной повседневной работы [185; 203].

Малоподвижные игры обычно используются для постепенного перехода от интенсивных упражнений к более расслабляющим; способствуют развитию памяти, логического мышления, внимательности, координации движений и способности оценивать окружающее пространство. При этом атмосфера соревнований и азарта может вызвать эмоциональный подъем, который помогает отвлечься от забот, снять мышечное напряжение и получить заряд положительных эмоций [71].

Также к средствам рекреационной деятельности относят пассивные занятия в помещении: чтение книг, просмотр фильмов и телепередач, использование интернета, посещение театра, решение головоломок, которые тоже считаются рекреационными мероприятиями, приносящими радость и удовлетворение от любимого занятия. Такое времяпрепровождение строится на осознанном выборе увлечения с целью получения положительных эмоций или приобретения новых знаний, доступных благодаря этому хобби.

Еще одним средством рекреационной деятельности являются водные виды активности (например, плавание), которые оказывают благоприятное воздействие на здоровье и способствуют восстановлению сил, однако требуют соблюдения мер предосторожности. Несмотря на то, что каждая из них решает свои определенные задачи, все они объединены общей целью: укрепление организма, улучшение состояния здоровья, подъем настроения, корректировка фигуры и, безусловно, ощущение комфорта, расслабления и хорошего самочувствия. К рекреационному плаванию относят занятия в бассейнах, купание в природных водоемах, а также аквафитнес и аквааэробику [271].

Следующим средством является рекреационный туризм – это отдых и развлечения посредством путешествий. Он получил широкое распространение как популярная форма проведения досуга, ориентированная на релаксацию и восполнение энергии, здоровья и работоспособности. Выделяют четыре основных направления: активный, познавательный, лечебный и комбинированный туризм. Все они базируются на общих

принципах: смена обстановки, умеренные физические упражнения и улучшение самочувствия. Среди популярных видов можно выделить альпинизм, велопогулки, походы пешком, знакомство с культурой народов, путешествия на личном транспорте, катание на лыжах, плавание на лодках и судах, верховая езда, исследование пещер, погружение под воду, сплавы по рекам, изучение подземных объектов, религиозные поездки, медицинский туризм (оздоровительный), отдых в деревне с погружением в местную жизнь (агротуризм или турреализм) и наблюдение за природой в охраняемых зонах и живописных местах, джайлоо (в дали от цивилизации без электричества и пр.), кулинарные туры с посещением различных фестивалей, индустриальный (экскурсии на заводы, предприятия, технические комплексы) и др. [247; 267].

Экскурсии – средство рекреационной деятельности, представляющее собой познавательные туры, которые могут быть организованы как для больших компаний, так и для отдельных посетителей, предполагая посещение интересных достопримечательностей, выставок и различных учреждений с образовательными, исследовательскими, обучающими или просто досуговыми целями [233].

В структуре рекреационной деятельности значимое место занимают спортивные игры и упражнения, которые характеризуются соревновательной направленностью, строгой регламентацией двигательных действий и активным взаимодействием участников с использованием игрового оборудования. Динамичность игровых ситуаций, требующая быстрого принятия решений и непрогнозируемых двигательных реакций, придаёт данным занятиям высокий развивающий и оздоровительный потенциал. Они доступны для широкого круга занимающихся и способствуют укреплению здоровья, повышению физической подготовленности и формированию устойчивой мотивации к занятиям физической культурой.

Проведение рекреационных мероприятий на открытом воздухе обеспечивает закаливание организма, улучшение кислородного обмена,

позитивное влияние на эмоциональную сферу, снижение тревожности и утомления. Естественные условия местности создают дополнительные возможности для варьирования двигательных стереотипов, что способствует более полному и разностороннему физическому развитию занимающихся [219].

Подвижные занятия на воде не менее многообразны, чем другие формы отдыха и включают в себя такие активности, как катание на водных лыжах, парусный спорт, плавание, прыжки в воду, греблю на лодке, катание на гидровелосипеде и др.

Климатотерапия предполагает использование естественных климатических элементов и особенностей конкретного региона с целью оздоровления и улучшения самочувствия. В санаториях и курортах активно применяют ландшафт, растительность, метеорологические факторы (атмосферное давление, температура воздуха, солнечное воздействие и уровень влажности) для ускорения процесса выздоровления [201].

Бальнеотерапия, также известная как гидротерапия, включает широкий спектр лечебных процедур физиотерапевтического, косметического и курортного характера, использующих различные виды воды – минеральную, морскую, термальную. Эти методы с древности применяются для предотвращения заболеваний и поддержки общего состояния здоровья [160].

А.В. Астахов в своем диссертационном исследовании использует также понятие «физкультурно-рекреативная деятельность школьников», под которым понимает «педагогически организованный процесс двигательной активности с использованием физических упражнений, выполняемых в определенной последовательности, направленных на восстановление психофизического состояния школьников, развлечение и их активный отдых» [14, с. 20]. Автор выделяет три основных направления школьной физкультурно-рекреативной деятельности:

- мероприятия, направленные на физическое развитие учащихся;
- виды деятельности, относящиеся к спорту;

– упражнения, ориентированные на восстановление двигательных функций [14].

Таким образом, проведенный анализ терминологического аппарата, существующих средств, форм, видов рекреационной работы позволит нам глубже понимать сущность данного вида деятельности для проведения дальнейшего исследования.

В рамках нашего исследования остановимся подробнее на особенностях и специфике организации рекреационной работы. Под рекреационной работой в образовательной организации понимают организацию досуга учеников в перерывах между уроками и во внеурочное время, направленную на восстановление сил, смену рода деятельности и развитие навыков. Такие виды рекреационной работы могут быть связаны с физической активностью, познавательной деятельностью, общением или отдыхом. Организация рекреационной работы в школе регулируется приказом Министерства просвещения РФ № 804 от 06.09.2022 г., который требует создавать комфортные условия для отдыха учащихся [210].

В общеобразовательной организации применяются следующие виды рекреационной работы: физическая активность, которая предполагает подвижные игры, спортивные зоны и физкультурно-оздоровительные мероприятия. Подвижные игры направлены, прежде всего, на развитие физической силы, ловкости, гибкости и координации движений. В рекреационных зонах для этой цели размещают игровые модули (Приложение И): мини-горки, лабиринты, модули для 3D-физкультуры. Спортивные зоны (сетки и батуты, шведские стенки, настольный теннис) «и физкультурно-оздоровительные мероприятия в режиме учебного дня (игры и физические упражнения на перемене, физкультминутки и физкультпаузы во время урока, утренняя гимнастика до занятий) направлены на повышение двигательной активности учащихся и помогают укрепить их здоровье, обеспечить активный отдых, восстановить умственную работоспособность, улучшить физическое развитие» [32; 47; 86; 89; 118].

Познавательная деятельность, как один из видов рекреационной работы, предполагает: интеллектуальные игры (шахматы, шашки, лото); мини-библиотеки и зоны для чтения. Такой вид рекреационной работы, как общение, может быть организован через совместные активные и тихие игры; организацию площадок для демонстрации умений и талантов (например, общественный форум). Также важным видом рекреационной работы является отдых, который может быть организован следующим образом:

- зоны релаксации с мягкими креслами, приглушённым светом и элементами природного дизайна (декоративные растения) – создают условия для восстановления эмоционального состояния;

- уголки для уединения с мягкими диванами, креслом-яйцом или «норкой» в стене, закрытые от остального пространства акустическими перегородками;

- небольшое кафе в одной из рекреаций – здесь учащиеся могут перекусить и пообщаться в неформальной обстановке.

При этом, отметим, что важно, чтобы рекреация была разнообразной и учитывала интересы и предпочтения школьников.

Рекреационная работа учителей физической культуры с учащимися основной школы предполагает, прежде всего, профессиональную деятельность, связанную с развитием у школьников способности к восстановлению и поддержанию здоровья посредством физических активностей. Эта «деятельность направлена на достижение осознанных, мотивированных, самостоятельных занятий физическими упражнениями, гигиеническими и закаливающими процедурами, с целью физического, интеллектуального и духовного совершенствования в свободное или специально отведённое время» [243, с. 9].

Современная рекреационная работа в школе должна быть направлена на интеграцию различных форм досуга, таких как спортивные мероприятия, творческие кружки и культурные события, с целью создания гармоничной образовательной среды, способствующей развитию личности учащихся.

Среди средств, которые используются в такой работе, выделяют:

1) физические упражнения – развивают моторику, поддерживают здоровье организма, стимулируют циркуляцию крови и метаболизм, положительно сказываются на работе легких;

2) прогулки и развлечения, в эту категорию входят, например, несложные игры с мячом, походы в лес, спортивные упражнения с адаптированными условиями, оздоровительная пробежка и пешие прогулки;

3) музыкальное сопровождение – создаёт определённый эмоциональный настрой, активизирует внимание учащихся, повышает работоспособность мышечной и дыхательной систем организма.

К особенностям рекреационной работы в школе можно отнести:

– многофункциональность пространства – сочетание нескольких функций, которые переключают учеников от одной деятельности к другой;

– учёт возрастных особенностей учеников – например, в начальной школе рекреации следует приспособить для активных и тихих игр, в средней и старшей школе – для тихих рекреаций с коворкингом и мест для разминки (VR-зоны, игровые модули);

– свободный доступ – зоны должны быть в свободном доступе (без запираания на ключ), чтобы ученики в свободные от учёбы «окна» также проводили время с пользой [118].

Специально созданные рекреационные зоны выполняют несколько функций: обеспечивают отдых между уроками; дают площадку для совместных активных и тихих игр, встреч с друзьями, социальных проектов; стимулируют интерес к интеллектуальным занятиям, самообразованию (например, правильно оформленная шахматная зона); позволяют учащимся расслабиться в приятной атмосфере [160].

Будущий учитель физической культуры должен быть подготовлен к реализации таких аспектов рекреационной работы, как:

1) «организация занятий физкультурно-оздоровительной направленности с учётом возрастных и психологических особенностей учащихся, а также уровня их здоровья и физической подготовленности» [74];

2) «выбор средств и методов рекреационной работы для коррекции состояния учащихся» [16];

3) «формирование осознанного использования средств физической культуры как фактора восстановления работоспособности и обеспечения активного долголетия» [4];

4) «реализация программ оздоровительной тренировки, которые включают в себя технологии управления массой тела, вопросы питания и регуляции психического состояния» [160].

В этой связи основной целью подготовки будущих учителей физической культуры к рекреационной работе «с учащимися основной школы – является развитие их способности эффективно планировать и осуществлять оздоровительные мероприятия, включая разработку учебных занятий по физической культуре, основанных на принципах восстановления и укрепления здоровья» [110]. Суть подготовки будущих учителей физической культуры к проведению рекреационной работы с учащимися основной школы состоит в «развитии способности организовывать оздоровительную деятельность – самостоятельные двигательные занятия с применением физических упражнений, которые способствуют повышению психоэмоционального состояния, отдыху и личностному росту учащихся. Это находит отражение в задачах образовательного процесса, программе учебных предметов и практик, применяемых методиках преподавания, способах проверки полученных знаний, умений и компетенций» [243; 253; 272].

К задачам профессиональной подготовки будущих учителей физической культуры к рекреационной работе с учащимися основной школы можно отнести:

1) развитие профессиональной готовности в сфере физического воспитания и оздоровления, охватывающей психологию обучения, эффективное взаимодействие с учащимися и соблюдение норм профессионального поведения;

2) воспитание уважительного отношения к занятиям спортом и активному отдыху, к проведению соответствующих занятий;

3) приобретение умений по планированию и реализации восстановительных процедур во время дополнительных занятий, организации свободного времени школьников (включая участие родителей) в период педагогических и производственных практик.

Профессиональная подготовка будущих учителей к рекреационной работе направлена на изучение дисциплин, раскрывающих различные аспекты рекреационной деятельности. Например, дисциплина «Теория и методика физической рекреации» формирует знания о месте и значении рекреационной деятельности, о её содержании и технологиях реализации; учебная дисциплина «Физическая рекреация» знакомит будущих учителей со средствами, типами и функциями рекреационной деятельности, с организацией рекреационного времени; педагогические практики закрепляют полученные знания и умения на практике в общеобразовательных и спортивных школах, в оздоровительных лагерях [201; 253]. Кроме того, посредством интеграции знаний из смежных дисциплин, например, медико-биологических, обучающиеся знакомятся с ценностными, целевыми, содержательными и практико-технологическими аспектами рекреационной деятельности. Также в учебную программу дисциплины «Физическая культура» включен материал, раскрывающий «практический аспект реализации потенциальных возможностей физической рекреации, что дает возможность будущим учителям проследить четкую взаимосвязь рекреационной деятельности с учебными и самостоятельными занятиями физической культурой и спортом» [202; 257].

Достижение описанных выше образовательных целей может быть достигнуто с помощью проблемных лекций и семинарских занятий, посвященных обсуждению различных концепций и инновационных точек зрения по вопросам организации физкультурно-рекреативной деятельности; учебно-исследовательских заданий по конструированию сценариев для «Дней здоровья», спортивных праздников, а также различных вариантов уроков на основе физкультурно-рекреационной деятельности; деловых игр, представляющих собой имитацию реального образовательного процесса, созданного на практическом занятии, и решение педагогических задач; моделирования и решения конкретных ситуаций или микропроблем, решение которых требует самостоятельного поиска знаний [118].

Результатом профессиональной подготовки будущих учителей физической культуры к осуществлению рекреационных мероприятий должна стать готовность будущего учителя физической культуры к рекреационной работе с учащимися основной школы, которая включает следующие компоненты:

а) мотивационно-целевой компонент – предусматривает умение разрабатывать планы проведения досуга и оздоровления, опираясь на подходы стратегического планирования, и побуждать учащихся придерживаться полезных привычек;

б) эмоционально-волевой компонент – характеризуется способностью проявлять инициативу в организации рекреационной работы, демонстрировать личный пример физических упражнений и осознавать ответственность за выполнение намеченных задач;

в) организационно-деятельностный компонент – предполагает способность самостоятельно организовывать мероприятия по восстановлению сил, воплощать в жизнь различные программы, используя разнообразные методики и подходы, контролировать уровень активности школьников, обеспечивать эффективное общение и использовать доступные средства для достижения желаемых результатов;

г) коммуникативный компонент – предполагает активное продвижение принципов здорового образа жизни, распространение позитивного опыта, связанного с пользой отдыха и восстановления сил для здоровья, а также использование аргументации и обсуждений для воздействия на учащихся, установления конструктивного диалога [220; 243; 244].

Будущий учитель физической культуры должен иметь обширные знания о сущности рекреационной работы и физкультурно-спортивной рекреации, обладать необходимыми для её осуществления знаниями, умениями и опытом. Актуальность и значимость формирования способности к организации рекреационной работы у будущих учителей физической культуры была отмечена во многих государственных нормативных документах. Например, в Стратегии развития физической культуры и спорта в Российской Федерации на период до 2030 года, ФГОС ВО по направлению подготовки 44.03.01 «Педагогическое образование» и др. [262; 263].

Как отмечает исследователь Шутова Т.Н., «направленность образования на формирование компетенций рекреационной направленности предполагает создание дидактических и психологических условий, в которых выпускник сможет проявить не только интеллектуальную и познавательную активность, но и личностную социальную активность в оздоровлении населения страны, его приобщения к регулярным занятиям физической культурой и спортом. При этом традиционная программа профессиональной подготовки студентов физкультурного вуза недостаточно охватывает указанные компетенции» [220, с. 78].

Среди профессионально значимых качеств учителя физической культуры особое место отводится умению разрабатывать и реализовывать физкультурно-оздоровительные программы для различных групп населения. Эта компетенция рассматривается в качестве одной из базовых, обеспечивающих готовность выпускника к рекреационной работе в системе образования. Её содержание включает: практические навыки управления двигательной активностью лиц разного возраста и пола, знание

физиологических основ построения тренировочных планов, а также владение технологиями организации досуга и восстановительных процедур [284, с. 154].

Как зафиксировано в нормативных актах, «объектами профессиональной деятельности бакалавра являются: лица, вовлеченные в деятельность в сфере физической культуры, спорта, а также те, кто может выступать потребителем оздоровительных и спортивных услуг» [164]. Исходя из этого положения, выпускник, получивший соответствующую подготовку, должен быть готов к организации и проведению физкультурно-оздоровительных занятий с разными категориями граждан. В ФГОС ВО подчёркивается, что рекреационная деятельность входит в число обязательных профессиональных функций любого специалиста, работающего в области физической культуры, – будь то педагог общеобразовательной школы, тренер спортивной секции, преподаватель профильного вуза или инструктор оздоровительного центра.

Также одним из ведущих типов задач профессиональной деятельности, к решению которых готовятся выпускники вуза, кроме педагогического, тренерского и др., является рекреационный тип. В этой связи, очевидным видится необходимость постоянного «совершенствования компетенций рекреационной направленности, позволяющих бакалавру по физической культуре планировать, организовывать и проводить оздоровительные занятия с учащимися разного пола, возраста, физической подготовленности, состояния здоровья; обучать студентов алгоритму выбора эффективных технологий и методик занятий для различного контингента занимающихся» [220].

Проведённый анализ позволяет констатировать, что сложившаяся система подготовки учителей физической культуры ориентирована преимущественно на формирование умений проведения учебно-тренировочных занятий с учащимися в рамках традиционных видов спорта (гимнастика, лёгкая атлетика, плавание, игровые виды, единоборства). При

этом содержание образовательных программ не в полной мере охватывает вопросы организации рекреационной работы, адресованной лицам с разным уровнем физической подготовленности и состояния здоровья. Указанное обстоятельство «актуализирует необходимость совершенствования учебных планов с включением соответствующих модулей» [219].

В целом, можно выделить следующие важные педагогические проблемы в этой области:

- недостаточный уровень специальной подготовки, нехватка качественного методического обеспечения уроков, основанных на физкультурно-рекреативной деятельности школьников;
- отсутствие проектировочных умений в сфере организации оздоровительно-рекреационной деятельности (организации активного отдыха и культурного досуга, дружеского общения, укрепления здоровья);
- недостаточная мотивация к занятиям рекреационными видами деятельности (хотя учащиеся проявляют заинтересованность в физической активности, способствующей восстановлению сил и хорошему настроению, позитивное отношение к подобным практикам сформировано еще не полностью).

Анализ сущности профессиональной подготовки будущих учителей физической культуры требует её рассмотрения, в том числе, в контексте готовности специалиста к организации рекреационной работы с учащимися основной школы. Структура этой подготовки включает следующие компоненты: систему базовых знаний в области физической культуры; понимание теоретических основ рекреации и физкультурно-спортивной оздоровительной деятельности; практические умения применения методов и приёмов рекреационной работы в образовательном процессе; а также развитие личностных качеств, необходимых для эффективной профессиональной самореализации. Рекреационная работа учителя физической культуры с учащимися основной школы понимается как профессиональная деятельность, направленная на организацию активного

досуга и оздоровительных мероприятий в рамках внеурочной и внеучебной деятельности [191]. Такая деятельность направлена на формирование, укрепление, восстановление и сохранение здоровья учащихся. Специфика подготовки будущих учителей физической культуры к рекреационной работе с учащимися основной школы включает: знания в области физической культуры; понимание сущности рекреационной работы; практические умения применения методов рекреационной работы; развитие профессионально значимых личностных качеств; готовность к организации рекреационной работы, направленной на обеспечение двигательной активности, улучшение работоспособности, отдых, восстановление и личностное развитие школьников; создание условий для укрепления здоровья, формирования мотивации к физической активности, развития саморегуляции, творческой самореализации и эмоционально-волевой устойчивости; организацию активного досуга и оздоровительных мероприятий в рамках внеучебной и внеурочной деятельности. Данная специфика проявляется в целях, содержании, методах и формах контроля профессиональной подготовки будущих учителей физической культуры.

1.3. Модель профессиональной подготовки будущих учителей физической культуры к рекреационной работе с учащимися основной школы

Педагогическое моделирование процесса профессиональной подготовки будущих учителей физической культуры является интегративным способом получения нового знания об объекте, объединяющим в научном исследовании теоретические и эмпирические аспекты, т.е. «сочетающим эксперимент с построением научных абстракций и логических конструкций» [1; 14; 21]. Педагогическое моделирование как исследовательская процедура предполагает поэтапное проектирование: обоснование методологической базы, постановку дидактической цели,

конструирование структурно-функциональных компонентов модели, их апробацию в ходе эксперимента и интерпретацию эмпирических данных. Качество разработанной модели определяется её адекватностью исследовательским задачам и условиям, что обеспечивает достоверность обобщений и выводов по итогам экспериментальной работы.

Разработанная модель профессиональной подготовки будущих учителей физической культуры к рекреационной работе с учащимися основной школы включает целевой, методологический, технологический, диагностический, результативный блоки [21]. Целевой блок модели определяется «потребностями современного общества в подготовке высококвалифицированных учителей физической культуры, готовых к рекреационной работе с учащимися основной школы, требованиями Федерального государственного образовательного стандарта 3++ 44.03.01 «Педагогическое образование» по формированию соответствующих компетенций, необходимых для профессиональной деятельности будущих учителей физической культуры» [263]. Системообразующим элементом любой педагогической деятельности на всех уровнях профессиональной подготовки является постановка цели и достижение результата. Т.е. целеполагание является основой любой педагогической деятельности. В области нашего исследования источником целеполагания является социальный запрос государства и общества на подготовку высококвалифицированных будущих учителей физической культуры. Целью разработанной модели является профессиональная подготовка будущих учителей физической культуры к рекреационной работе с учащимися основной школы.

Целевой блок обосновывает и объединяет в единое целое все элементы модели. Целеполагание актуализирует следующие специфические задачи профессиональной деятельности будущего учителя физической культуры:

- овладение методологическим базисом (знания, теория и технологии физической культуры и инклюзии);

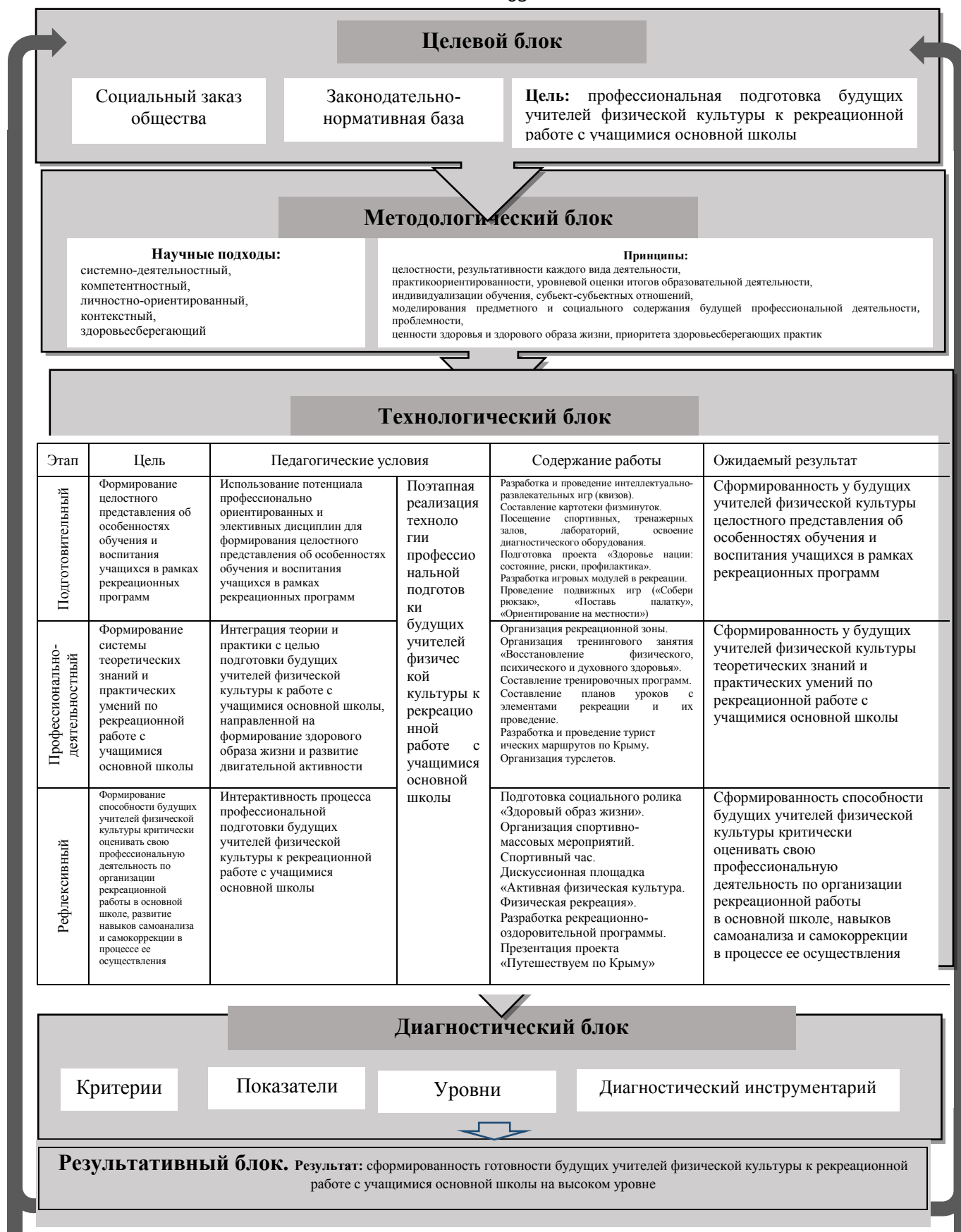


Рисунок 1. Модель профессиональной подготовки будущих учителей физической культуры к рекреационной работе с учащимися основной школы

– овладение способностью к реализации профессиональных функций в сфере физической культуры и инклюзии (умения и навыки), а также технологий профессиональной деятельности с помощью интерактивных средств и методов.

Задачи профессиональной деятельности будущего учителя физической культуры включают:

- формирование профессионально важных качеств будущих учителей физической культуры;
- применение интерактивных и активных, традиционных и инновационных технологий в сфере физической культуры и рекреации.

Методологический блок модели составляют системно-деятельностный, компетентностный, личностно-ориентированный, контекстный, здоровьесберегающий подходы и принципы целостности, результативности каждого вида деятельности, практикоориентированности, уровневой оценки итогов образовательной деятельности, индивидуализации обучения, субъект-субъектных отношений, моделирования предметного и социального содержания будущей профессиональной деятельности, проблемности, ценности здоровья и здорового образа жизни, приоритета здоровьесберегающих практик [21; 122; 163].

В таблице 16 представлено соотношение научных подходов и принципов.

Таблица 16

Соотношение научных подходов и принципов

Научный подход	Принципы
Системно-деятельностный подход	Целостности; результативности каждого вида деятельности
Компетентностный подход	Практикоориентированности; уровневой оценки итогов образовательной деятельности
Личностно-ориентированный	Индивидуализации обучения;

подход	субъект-субъектных отношений
Контекстный подход	Моделирования предметного и социального содержания будущей профессиональной деятельности; проблемности
Здоровьесберегающий подход	Ценности здоровья и здорового образа жизни; приоритета здоровьесберегающих практик

Системно-деятельностный подход лежит в основе любого системного и структурированного педагогического процесса. Системный анализ позволяет комплексно изучать сложные объекты, такие как процессы воспитания и обучения, а также другие процессы, связанные с формированием личности. При этом системно-деятельностный подход не противоречит, но дополняет как традиционные, так и специальные методы исследования. Системно-деятельностный подход позволяет совершенствовать процесс формирования профессиональной готовности будущих учителей физической культуры посредством специальным образом организованного учебного процесса, представляющего собой непрерывную смену педагогических ситуаций и действий. При системно-деятельностном подходе ведущая роль в процессе обучения и воспитания будущих учителей физической культуры отводится системной деятельности [20]. Принципами реализации системно-деятельностного подхода выступили принципы целостности и результативности каждого вида деятельности.

Принцип целостности предполагает независимость системы профессиональной подготовки будущих учителей физической культуры от «среды и одновременно с этим зависимость каждого элемента системы от его места и функции внутри целого. В рамках системно-деятельностного подхода принцип целостности предусматривает общность, неразрывность, взаимовлияние друг на друга всех составляющих профессиональной подготовки будущих учителей физической культуры» [17].

Принцип результативности каждого вида деятельности в рамках системно-деятельностного подхода обусловлен тем, что каждый вид деятельности характеризуется собственными результатами. Так, к результатам эффективной профессиональной деятельности учителя физической культуры относим повышение физических способностей организма (сила, быстрота, ловкость, выносливость), снижение уровня заболеваемости учащихся, повышение уровня двигательной активности учащихся, сохранение здоровья, формирование положительного отношения к здоровому образу жизни.

Компетентностный подход предполагает, что обучение представляет собой процесс приобретения и освоения комплекса определенных знаний и умений, в ситуативном ракурсе и целевом плане приближающий его к профессиональной сфере. Компетентностный подход, трансформируя общее целеполагание и традиционные методы оценивания результатов обучения, влияет на содержание и применение определенных средств и специальных педагогических технологий, используемых в процессе обучения (Н.Ф. Радионова, А.П. Тряпицына) [215; 258].

Принципами реализации компетентностного подхода были выделены принцип практикоориентированности и уровневой оценки итогов образовательной деятельности.

Принцип практикоориентированности в контексте компетентностного подхода направлен на формирование профессиональных компетенций будущего учителя физической культуры и позволяет оценить качество профессиональной подготовки и степень готовности выполнять трудовые функции непосредственно на рабочем месте (Т.П. Резник, Г.В. Ткачева, С.В. Коровин) [217; 256; 135].

Принцип уровневой оценки итогов образовательной деятельности предполагает фиксацию уровней достижений будущих учителей физической культуры в соответствии с планируемыми результатами, ориентирован на выявление и оценку образовательных достижений учащихся.

Личностно-ориентированный подход способствует личностному росту, самосовершенствованию и самоопределению, а также выявлению собственной образовательной траектории, что «важно для формирования профессиональной готовности будущих учителей физической культуры. Принципами реализации личностно ориентированного подхода выступили принципы индивидуализации обучения и субъект-субъектных отношений» [134].

Принцип индивидуализации обучения в контексте личностно-ориентированного подхода ориентирован на организацию образовательного процесса в соответствии с индивидуальными особенностями учащихся. При реализации данного принципа расширяется практика использования личностно-ориентированного обучения и увеличение доли самостоятельности с целью успешного овладения новыми знаниями и умениями.

Принцип субъект-субъектных отношений предполагает отношение субъекта к другому и к самому себе. В контексте реализации личностно ориентированного подхода будущий учитель физической культуры не только «формирует у учащихся ценностное отношение к здоровью, здоровому образу жизни, занятиям физической культурой и спортом, воспитывает у них желание к повышению физической активности, но и, прежде всего, своим личным примером показывает это ценностное отношение к своему здоровью, ведет здоровый образ жизни, активно занимается спортом» [122; 163].

Контекстный подход направлен на усиление квази-профессиональной составляющей деятельностной части процесса обучения посредством применения инновационных педагогических технологий, поскольку, как справедливо отмечал А.А. Вербицкий, при всей общности структуры учебной и профессиональной деятельности и функциональных связей их содержательное наполнение принципиально разное, что обусловлено соответствующей сменой целей, потребностей, мотивов, результатов [43]. Без контекста невозможно сформировать профессиональную мотивацию

будущих учителей физической культуры. А.А. Вербицкий выделяет «три базовых формы деятельности: учебная деятельность, квазипрофессиональная деятельность, учебно-профессиональная деятельность» [43]. Принципами реализации контекстного подхода выступили принцип моделирования предметного и социального содержания будущей профессиональной деятельности и принцип проблемности.

Принцип моделирования предметного и социального содержания будущей профессиональной деятельности лежит в основе контекстного обучения, где знания, умения и навыки даются не как предмет, на который должна быть направлена активность, а в качестве средства решения задач деятельности будущих учителей физической культуры [21].

Принцип проблемности предполагает создание проблемных ситуаций и активную самостоятельную деятельность учащихся по их разрешению; отражает «закономерности изменения структуры содержания учебного материала и сочетания методов обучения на основе логико-познавательных противоречий процесса обучения и характеризует способы реализации этих закономерностей в соответствии с целями обучения, развития интеллектуальных способностей учащихся» (М.И. Махмутов) [177].

Здоровьесберегающий подход базируется на стремлении не нанести ущерба здоровью учащихся; предполагает создание условий для сохранения, укрепления и развития духовного, эмоционального, интеллектуального, личностного и физического здоровья всех субъектов образования (обучающихся, педагогов). Ключевыми для здоровьесберегающего подхода являются приоритет здоровья, грамотная забота о здоровье как обязательное условие образовательного процесса. Здоровьесберегающий подход реализуется с целью обеспечения безопасного учебного процесса, который способствует развитию психологического, социального и физического здоровья ученика; формированию у учащихся знаний, умений и навыков по здоровому образу жизни, умения использовать полученные знания в повседневной жизни; предотвращению формирования у учащихся

дезадаптационных состояний: переутомления, гиподинамии, дистресса. Принципами реализации здоровьесберегающего подхода являются принцип ценности здоровья и здорового образа жизни и принцип приоритета здоровьесберегающих практик [50; 180].

Принцип ценности здоровья и здорового образа жизни в контексте реализации здоровьесберегающего подхода заключается в том, что главной жизненной ценностью, позволяющей человеку полноценно участвовать во всех сферах общественной жизни, выступает здоровье как основное условие для выполнения биологических и социальных функций, основа развития личности [122].

Принцип приоритета здоровьесберегающих практик предполагает актуализацию в образовательной деятельности программ, методик и технологий, обладающих здоровьесохраняющим и здоровьеразвивающим потенциалом.

Технологический блок модели характеризует этапы этого процесса и их последовательность. Каждый из таких этапов имеет цель, педагогические условия, формы работы, предполагаемый результат. Ключевым элементом технологического блока модели выступают педагогические условия, представляющие собой комплексное образование, объединяющее факторы, обстоятельства и меры образовательной среды, сознательно конструируемые педагогом. Они выражаются в организации целенаправленного взаимодействия субъектов образовательного процесса, ориентированного на реализацию конкретных задач обучения и воспитания с учётом индивидуальных траекторий развития учащихся. Структура педагогических условий включает как материально-технические ресурсы, так и методическое обеспечение, организационные формы, психологический климат и характер межличностных отношений. Их результативность измеряется степенью соответствия поставленным целям, индивидуальным потребностям учащихся и ресурсным возможностям образовательной организации [8; 15; 52].

Таким образом, педагогические условия выступают как своего рода «строительные блоки» образовательного процесса, которые, будучи грамотно спроектированными и реализованными, создают благоприятную почву для успешного усвоения знаний, формирования умений и навыков, а также для становления профессиональной личности обучающегося. Педагогические условия не являются статичными, а требуют постоянного анализа, адаптации и совершенствования в зависимости от меняющихся образовательных задач, контингента учащихся и контекста образовательной деятельности. Создание оптимальных педагогических условий – это комплексная задача, требующая от учителя глубокого понимания психолого-педагогических закономерностей, владения разнообразными методиками и технологиями, а также умения выстраивать доверительные и поддерживающие отношения с каждым учащимся. Педагогические условия можно ассоциировать с конструированием педагогической системы, в которой они являются базовым компонентом, включающим средства, формы и методы обучения, особенности взаимодействия обучающего и обучаемого.

Теоретическое осмысление понятия «педагогические условия» представлено в работах В.И. Андреева, В.А. Беликова, М.В. Зверевой, Н.В. Ипполитовой, Е.П. Кузнецовой, Б.В. Куприянова, А.Я. Найна, В.М. Полонского, Ю.В. Сенько, А.Х. Хушбахтова, Е.Н. Шиянова, Е.В. Яковлева, Н.М. Яковлевой [8; 29; 107; 114; 146; 150; 188; 206; 231; 279; 286; 292; 293] и др. Анализ указанных исследований позволяет углубить представления о том, каким образом совокупность внешних и внутренних факторов детерминирует эффективность процессов обучения и воспитания.

Ученые определяют педагогические условия как «перманентно уточняющиеся закономерности и связи образовательного процесса, одной из главных возможностей которого является проверяемость» [286; 293]. Так, по мнению В.И. Андреева, педагогические условия – «это комплекс мер, содержание, методы, приёмы и организационные формы обучения и воспитания» [8]. С.Н. Павлов признает «необходимость включения в понятие

«педагогические условия» совокупности объективных возможностей обучения и воспитания людей, организационных форм и материальных возможностей» [198]. По мнению А.В. Сверчкова, под педагогическими условиями понимаются «принципиальные основания для связывания процессов деятельности по управлению процессом формирования профессиональной педагогической культуры личности» [228]. Согласно А.Я. Найну, педагогические условия – «это совокупность возможностей содержания, форм, методов, средств и материально-пространственной среды, направленных на решение поставленных задач» [188].

Ряд ученых (А.С. Белкин, Л.П. Качалова, Е.В. Коротаева, Н.М. Яковлева) определяют педагогические условия как то, «что способствует успешному протеканию чего-либо, как педагогически-комфортная среда, как совокупность мер в учебно-воспитательном процессе, обеспечивающих развитие учащихся в процессе учебно-познавательной деятельности» [30; 124; 138].

В научно-педагогической литературе принято классифицировать педагогические условия по ряду оснований. К числу наиболее распространённых типологических групп относят: психолого-педагогические, организационно-педагогические, организационно-методические, дидактические и социально-педагогические условия. Каждый из перечисленных типов представляет собой целостную совокупность взаимодействующих факторов, опосредующих ход и результативность образовательно-воспитательного процесса.

Психолого-педагогические условия предполагают учёт психологических особенностей субъектов образовательного процесса, их мотивации, потребностей и интересов. Реализация данных условий предполагает создание на занятиях благоприятной психологической атмосферы, учёт личностных особенностей школьников, целенаправленное развитие их познавательной активности и эмоциональной сферы.

Организационно-педагогические условия связаны с общими подходами к построению образовательного процесса. Они охватывают такие аспекты, как планирование учебной работы, определение режима занятий, организацию комфортной пространственной среды, а также обеспечение безопасности и соблюдение гигиенических требований.

Организационно-методические условия регламентируют выбор и использование методов, приёмов и средств обучения. Они предполагают разработку учебно-методического обеспечения, подбор дидактических материалов, внедрение инновационных образовательных технологий и организация внеурочной деятельности.

Дидактические педагогические условия ориентированы на содержательный аспект образования, его внутреннюю структуру и способы передачи знаний учащимся. Ключевыми здесь выступают: определение целей и задач обучения, отбор содержания учебного материала, разработка системы контроля и оценки знаний, а также организация эффективной обратной связи.

Социально-педагогические условия учитывают влияние социальной среды на процесс обучения и воспитания. Они включают в себя взаимодействие с семьей, социальными институтами, общественными организациями, а также формирование у учащихся социальных навыков и ценностей.

И.Я. Лернер, в свою очередь, представил следующую классификацию педагогических условий «по степени общности (общие и специфические); по отношению к учебно-воспитательному процессу (внутренние и внешние); по дидактическим целям (условия для обеспечения информационной функции обучения; условия для обеспечения развивающей функции обучения и условия для обеспечения воспитывающей функции обучения)» [155].

Так, М.М. Махмутов педагогические условия классифицировал «по дидактическим действиям (условия для усвоения знаний; формирования навыков и умений; развития творческой активности учащихся); по этапам

учебно-познавательной деятельности (условия для восприятия информации; осмысления информации; обеспечения информацией; применения информации); по компонентам учебно-воспитательного процесса (условия, связанные с содержанием образования; условия, связанные с методами обучения; условия, связанные с формой обучения; условия, связанные со средствами обучения)» [177].

В ходе исследования установлен комплекс педагогических условий, «обеспечивающих результативность профессиональной подготовки будущих учителей физической культуры к рекреационной работе с учащимися основной школы» [62, с. 11-19]:

– «использование потенциала профессионально ориентированных и элективных дисциплин для формирования целостного представления об особенностях обучения и воспитания учащихся в рамках рекреационных программ» [62, с. 11-19];

– «интеграция теории и практики с целью подготовки будущих учителей физической культуры к работе с учащимися основной школы, направленной на формирование здорового образа жизни и развитие двигательной активности» [62, с. 11-19];

– «интерактивность процесса профессиональной подготовки будущих учителей физической культуры к рекреационной работе с учащимися основной школы» [62, с. 11-19];

– «поэтапная реализация технологии профессиональной подготовки будущих учителей физической культуры к рекреационной работе с учащимися основной школы» [62, с. 11-19].

В таблице 2 представлена взаимосвязь между современными требованиями, противоречиями, особенностями и педагогическими условиями, обеспечивающими эффективность процесса профессиональной подготовки будущих учителей физической культуры (с. 74-75).

Таблица 2

Взаимосвязь современных требований, противоречий, особенностей, педагогических условий, обеспечивающих эффективность профессиональной подготовки будущих учителей физической культуры к рекреационной работе с учащимися основной школы

Современные требования	Противоречия между	Особенности формирования профессиональной готовности	Педагогические условия
Будущие учителя физической культуры должны обладать знаниями о различных формах и видах рекреационной работы, возрастных особенностях учащихся, принципах организации и проведения рекреационных мероприятий, понимать психологические аспекты рекреации и ее влияния на физическое и психическое здоровье учащихся.	Стандартизацией образовательных программ и индивидуальными потребностями учащихся основной школы в занятиях физической культурой и спортом, двигательной активности	Создание условий для формирования у будущих учителей физической культуры целостного представления о специфике обучения и воспитания учащихся основной школы. Будущие учителя должны не только понимать теоретические принципы, но и уметь применять их на практике, разрабатывая и реализуя рекреационные программы различной направленности. Это требует активного участия в практических занятиях, мастер-классах, где они смогут получить опыт работы с учащимися и столкнуться с реальными проблемами.	Использование потенциала профессионально ориентированных и элективных дисциплин для формирования целостного представления об особенностях обучения и воспитания учащихся в рамках рекреационных программ.
Профессиональная подготовка будущих учителей физической культуры должна включать изучение особенностей развития и обучения учащихся основной школы, в рамках которой учитель должен уметь разрабатывать рекреационные программы, учитывая интересы и потребности учащихся, а также ресурсы образовательного учреждения и местной инфраструктуры; владеть навыками проведения подвижных	Традиционными подходами к физическому воспитанию учащихся основной школы и инновационным педагогическим потенциалом рекреационной работы	Углубленное изучение психолого-педагогических особенностей учащихся основной школы, что включает знание возрастных закономерностей развития, типовых трудностей в обучении и адаптации, а также индивидуальных различий в мотивации и интересах. При обучении будущих учителей важно акцентировать внимание на инновационных формах работы, таких как проектная деятельность, проблемное обучение и игровое моделирование. Это позволит будущим учителям физической культуры не только освоить теоретические знания, но и развить	Интеграция теории и практики с целью подготовки будущих учителей физической культуры к работе с учащимися основной школы, направленной на формирование здорового образа жизни и развитие двигательной активности.

игр, соревнований, спортивных походов и других форм активного отдыха.		практические навыки планирования, организации и проведения рекреационных мероприятий.	
Будущие учителя физической культуры должны знать методики оценки функционального состояния организма учащихся, принципов безопасной организации физической активности, способов профилактики травматизма и оказания первой помощи, а также уметь адаптировать рекреационные программы для учащихся с разными уровнями физической подготовки и состояния здоровья.	Необходимостью сохранения и укрепления здоровья учащихся основной школы и неготовностью учителей физической культуры к осуществлению рекреационной работы	Активный обмен опытом между будущими учителями физической культуры, преподавателями и практикующими учителями в процессе рекреационной работы с учащимися основной школы. Будущие учителя должны знать принципы безопасной организации физической активности, уметь оценивать риски и принимать меры по их снижению, модифицировать упражнения, регулировать нагрузку, учитывать особенности здоровья и физической подготовки каждого учащегося.	Интерактивность процесса профессиональной подготовки будущих учителей физической культуры к рекреационной работе с учащимися основной школы.
Профессиональная подготовка должна формировать у будущих учителей физической культуры потребность в самообразовании, умение анализировать собственный педагогический опыт и адаптироваться к новым требованиям. Учитель физической культуры должен обладать такими качествами, как: коммуникабельность, эмпатия, творчество, организаторские способности, умение мотивировать учащихся к активному участию в рекреационных мероприятиях.	Современными требованиями к подготовке будущих учителей физической культуры и их недостаточной готовностью к работе с учащимися основной школы	Обеспечение последовательности и систематичности в освоении компетенций, необходимых для работы в рекреационной среде. Создание стимулирующей образовательной среды, поощряющей самостоятельный поиск информации, критическое мышление и творческий подход к решению педагогических задач. Необходимо внедрять в образовательный процесс интерактивные методы обучения, такие как кейс-стади, ролевые игры, дискуссии, мозговой штурм, коллективный ситуационный анализ и мастер-классы по конкретному направлению деятельности, позволяющие будущим учителям физической культуры активно участвовать в процессе познания и формировать собственное мнение.	Поэтапная реализация технологии профессиональной подготовки будущих учителей физической культуры к рекреационной работе с учащимися основной школы.

Первое педагогическое условие – «использование потенциала профессионально ориентированных и элективных дисциплин для формирования целостного представления об особенностях обучения и воспитания учащихся в рамках рекреационных программ» [62, с. 11-19] – предполагает «интеграцию теоретических представлений об обучении и воспитании учащихся основной школы, через изучение психолого-педагогических дисциплин, освоение адаптивных методик и технологий физической культуры» [89; 101]. Это означает не только проведение отдельных лекций или семинаров по психологии, педагогике, методике преподавания физической культуры, но и системное включение теоретических основ рекреации, раскрытие практических аспектов работы с детьми и подростками.

Элективные курсы позволяют будущим учителям физической культуры углубиться в интересующие их области рекреации (спортивная рекреация, творческая деятельность или оздоровительные практики). Элективные дисциплины, в свою очередь, обеспечивают возможность углубленного изучения разнообразных аспектов, формируя многомерное понимание влияния активного отдыха и досуга на развитие личности учащихся основной школы [101].

Элективные дисциплины выступают инструментом формирования ключевых компетенций, востребованных в профессиональной деятельности учителя физической культуры. Их содержание ориентировано на углублённое освоение теоретических и практических аспектов рекреационной работы с учащимися основной школы. В рамках элективных курсов решаются задачи, связанные с пониманием возрастной психологии, освоением современных педагогических технологий, изучением рекреационных видов спорта, туристическо-краеведческой деятельности и социально-культурных аспектов рекреации.

– Курс «Психология рекреационной деятельности: возрастные аспекты» направлен на изучение мотивационно-потребностной сферы

учащихся основной школы, их возрастных и индивидуальных особенностей в контексте рекреационной деятельности. В центре внимания – влияние рекреационных занятий на личностное развитие, формирование социальных навыков и эмоционального интеллекта. Практический блок включает анализ педагогических ситуаций и проектирование рекреационных программ с учётом возрастных характеристик школьников.

– Элективная дисциплина «Педагогические технологии рекреационной деятельности» знакомит с современными подходами к организации активного отдыха и стимулированию познавательной активности учащихся. Рассматриваются принципы проектирования рекреационных программ, игровые и интерактивные технологии, методы развития творческих способностей школьников. Приоритетное место отводится проектной деятельности и практико-ориентированным формам обучения.

– Курс «Рекреационные виды спорта и активного отдыха» расширяет представления о спектре оздоровительных видов деятельности, применимых в рекреационной среде. Изучаются правила соревнований, техника безопасности и методы адаптации физических упражнений для учащихся с различным уровнем подготовленности. Практическая часть предусматривает освоение двигательных навыков, разработку тренировочных программ и организацию рекреационных мероприятий.

– Элективная дисциплина «Основы рекреационного туризма и краеведения» знакомит будущих учителей физической культуры с образовательным и оздоровительным потенциалом туристическо-краеведческой деятельности. Содержание курса охватывает методику организации походов, экскурсий и экспедиций, при этом особое место отводится вопросам обеспечения безопасности и формирования экологической культуры. В рамках практических занятий будущие учителя разрабатывают туристические маршруты и участвуют в организации выездных мероприятий.

– Курс «Социально-культурные аспекты рекреационной деятельности» ориентирован на осмысление роли культурного наследия, народных традиций и этнокультурных особенностей в организации рекреационной работы. Его ключевая задача – формирование у будущих учителей физической культуры толерантности, уважения к культурному многообразию и развитие социально-коммуникативных навыков. Практическая составляющая предполагает организацию культурных мероприятий и разработку проектов социально-культурной направленности [247].

Реализация данного педагогического условия предполагает включение будущих учителей физической культуры в практико-ориентированные формы подготовки: практические занятия, мастер-классы, стажировки в школах, что позволяет приобрести опыт взаимодействия с учащимися и решать реальные профессиональные задачи.

Мастер-классы, проводимые практикующими педагогами, дают будущим учителям физической культуры возможность не только освоить действенные методики и технологии организации рекреационной работы, но и непосредственно наблюдать, как теоретические положения воплощаются в образовательной практике. Кроме того, такие встречи создают условия для профессиональной коммуникации, совместного анализа сложных ситуаций и получения экспертных рекомендаций [118].

Прохождение стажировки в общеобразовательных учреждениях даёт возможность будущим учителям физической культуры погрузиться в условия реальной педагогической деятельности, познакомиться с особенностями работы с учащимися основной школы. В ходе стажировки будущие учителя осваивают «навыки разработки и проведения рекреационных мероприятий, адаптации программ к конкретным условиям и индивидуальным особенностям школьников», что в конечном счёте «способствует формированию профессиональной ответственности, уверенности в

собственных силах и готовности к самостоятельной педагогической деятельности» [63].

Регулярные семинары и дискуссионные площадки создают условия для профессионального общения, обмена опытом и совместного поиска решений в педагогических ситуациях, что способствует становлению профессионального сообщества и педагогической идентичности.

Важным аспектом является интеграция теории и практики как содержательное взаимопроникновение дисциплин, ориентированное на формирование целостного представления о «рекреационной деятельности как системе, охватывающей физическое, психическое и социальное развитие школьников» [128]. Для достижения этой цели необходимо «использовать междисциплинарный подход, при котором знания из различных областей (психологии, педагогики, физиологии, медицины и др.) интегрируются для решения конкретных педагогических задач. В рамках изучения профессионально ориентированных дисциплин акцент должен делаться на практическом применении полученных знаний, на анализе конкретных ситуаций и разработке рекреационных программ, учитывающих возрастные особенности и индивидуальные потребности учащихся» [65].

Элективные дисциплины, в свою очередь, «предоставляют возможность углубленного изучения интересующих обучающихся аспектов рекреационной деятельности, позволяя им формировать индивидуальную траекторию профессионального развития. Важно, чтобы содержание элективных курсов было актуальным и соответствовало современным тенденциям в области рекреации, а также учитывало потребности образовательных организаций и территориальных особенностей» [64, 101].

Второе педагогическое условие – «интеграция теории и практики с целью подготовки будущих учителей физической культуры к работе с учащимися основной школы» [62, с. 11-19], направленной на формирование здорового образа жизни и развитие двигательной активности, предполагает создание единого образовательного пространства, где теоретические знания

органично дополняются и подкрепляются практическими навыками. Это означает, что будущие учителя физической культуры должны не просто усваивать теоретические концепции, но и иметь возможность применять их на практике в реальных условиях образовательного процесса.

Реализация интегративного подхода осуществляется через широкое использование практико-ориентированных образовательных форматов. К их числу относятся: прохождение педагогической практики на базе школ и других образовательных учреждений, непосредственное участие будущих учителей физической культуры в подготовке и проведении спортивных и рекреационных мероприятий, а также разработка авторских оздоровительных программ. При этом ключевым условием успешной подготовки выступает предоставление будущим учителям возможности наблюдения за деятельностью опытных педагогов, осмысления их профессиональных действий и последующего освоения продуктивных педагогических стратегий [88; 99].

Эффективность интеграции теории и практики усиливается за счёт взаимодействия с образовательными и спортивными организациями. Будущие учителя вовлекаются в исследовательскую деятельность, осуществляют сбор и анализ эмпирических данных об эффективности рекреационных программ, апробируют новые методики. Это позволяет не только осваивать сложившиеся подходы, но и вносить собственный вклад в развитие теоретико-методологического и прикладного обеспечения сферы физической культуры.

Практическая подготовка в условиях общеобразовательной школы выступает важнейшим этапом профессионального становления будущих учителей физической культуры, обеспечивая не только закрепление теоретических знаний, но и формирование практических умений организации образовательного процесса. Это, в свою очередь, способствует развитию ответственности за физическое развитие и здоровье подрастающего

поколения, а также позволяет столкнуться с реальными профессиональными задачами, требующими оперативных и обоснованных решений.

Погружение в образовательную среду школы предоставляет будущим учителям возможность наблюдать за профессиональной деятельностью педагогов-наставников, осваивать их методический инструментарий, овладевать навыками дифференцированного подхода к обучающимся, а также самостоятельно разрабатывать и проводить уроки физической культуры, внеурочные и спортивно-массовые мероприятия, учитывая возрастные и индивидуальные особенности школьников.

Прохождение педагогической практики в школе даёт будущим учителям уникальный опыт общения с учащимися разных возрастных категорий, формирует умения выстраивать педагогическое взаимодействие, создавать устойчивую мотивацию к занятиям физической культурой и воспитывать ценностное отношение к здоровому образу жизни. В процессе практики будущие учителя физической культуры также овладевают навыками конструктивного разрешения конфликтов, оказания доврачебной помощи при травмах и эффективного взаимодействия с родительской общественностью и педагогическим коллективом [108; 176].

Включение будущих учителей физической культуры в соревновательную и тренировочную практику позволяет им не только овладеть представлениями об организации физкультурно-спортивных мероприятий, но и накопить собственный опыт выступлений. Данный аспект профессиональной подготовки играет существенную роль в становлении лидерских качеств, формировании навыков коллективного взаимодействия и выработке способности к принятию решений в условиях эмоционального напряжения – качеств, значимых для успешной профессиональной деятельности. Участие в соревновательной практике активизирует аналитическое мышление, «развивает способность адекватно оценивать физический потенциал обучающихся и выстраивать оптимальные стратегии подготовки – компетенции, непосредственно востребованные при

организации участия школьников в соревнованиях разного ранга» [22]. Помимо этого, занятия спортом способствуют формированию личности будущего специалиста, ориентированной на успешную профессиональную деятельность в области физического воспитания. Также, систематическое участие в тренировках способствует осознанию необходимости постоянного поддержания физической формы, что является неотъемлемым условием для грамотного показа упражнений и служит убедительным личным примером приверженности здоровому образу жизни.

Разработка и проведение рекреационных программ предоставляют будущим учителям физической культуры возможность практического применения теоретических знаний, их адаптации к условиям и потребностям различных возрастных групп учащихся, а также развивают творческий подход и инициативу в проектировании занятий, соответствующих современным образовательным задачам.

В процессе разработки программ будущие учителя физической культуры учатся определять цели и задачи рекреационной работы, учитывать возрастные и индивидуальные особенности учащихся, выбирать наиболее эффективные формы и методы проведения занятий, а также оценивать их результаты. Проведение рекреационных программ позволяет будущим учителям физической культуры приобрести практический опыт работы с учащимися основной школы, научиться мотивировать их к активному участию в занятиях, создавать благоприятную психологическую атмосферу, а также находить индивидуальный подход к каждому ученику [88; 90; 94].

Такая форма работы способствует развитию организаторских способностей, умению работать в команде, планировать и контролировать ход мероприятия, решать возникающие проблемы и конфликтные ситуации, практически реализовывать инклюзивный подход на уроках физической культуры и во внеурочной деятельности, создавая программы, доступные и интересные для всех учащихся вне зависимости от их физических возможностей.

Таким образом, разработка и проведение рекреационных программ является неотъемлемой частью профессиональной подготовки будущих учителей физической культуры, позволяя им сформировать необходимые компетенции для успешной работы в сфере рекреации и внести свой вклад в формирование здорового образа жизни подрастающего поколения.

Вовлечение будущих учителей физической культуры в научно-исследовательскую деятельность открывает возможности для концептуального осмысления профессиональных задач, позволяет анализировать сложившиеся образовательные практики с позиций научного подхода и экспериментальной проверки. Речь идёт не только о применении известных методик, но и о проектировании новых путей решения актуальных вопросов физического воспитания и рекреации.

Исследовательская работа развивает аналитическое мышление, способность работать с эмпирическими данными, выдвигать и проверять гипотезы, систематизировать информацию, устанавливать причинно-следственные связи и представлять результаты в формате научных публикаций, докладов и конкурсных проектов [97].

Научно-исследовательская деятельность также способствует ознакомлению с современными педагогическими технологиями и инновационными подходами в области физической культуры, позволяет анализировать эффективность различных методик и разрабатывать авторские программы. Формируется устойчивая потребность в непрерывном профессиональном развитии, повышении квалификации и самообразовании, что является необходимым условием успешной педагогической деятельности в условиях динамично изменяющейся образовательной среды.

Ключевым аспектом в реализации данного педагогического условия является формирование у будущих учителей физической культуры стремления к «непрерывному профессиональному развитию, где теоретические знания, полученные в вузе, органично переплетаются с практическим опытом работы в образовательных организациях. Данная

тенденция должна обеспечивать возможность постоянного совершенствования профессиональных навыков, адаптации к новым требованиям и инновациям в сфере физической культуры, спорта и рекреаций» [96].

Третье педагогическое условие – «интерактивность процесса профессиональной подготовки будущих учителей физической культуры к рекреационной работе с учащимися основной школы» [62, с. 11-19] – предполагает углубленное изучение психолого-педагогических особенностей учащихся основной школы, что включает знание возрастных закономерностей развития, «типовых трудностей в обучении и адаптации, индивидуальных различий в мотивации и интересах, через создание динамичной образовательной среды, в которой будущие учителя физической культуры являются активными участниками процесса, вовлеченными в обсуждение, исследование и практическое применение полученных знаний» [109; 137].

Важную роль в современном образовательном пространстве играет интерактивность обучения – специальная форма ведения познавательной деятельности (способ познания), характеризующийся совместной деятельностью обучающихся. «В отличие от традиционных активных методов обучения интерактивные методы рассчитаны на доминирование активности обучающихся, на коммуникацию не только с преподавателем, но и друг с другом. При этом роль преподавателя сводится к направлению познавательной деятельности обучающихся, а также к разработке плана занятий» [62, с. 15].

Целью интерактивного обучения является «создание для обучающихся наилучших условий в конкретной учебной среде, в результате чего они должны почувствовать себя успешными» [65]. В результате создается прочная база для будущей профессиональной деятельности, и процесс обучения делается максимально продуктивным.

Задачами интерактивного обучения являются:

- повышение интереса обучающихся к процессу обучения и формирования специальных компетенций и компетентностей;
- эффективное усвоение знаний, умений и навыков, определенных образовательной программой;
- привитие навыков самостоятельной работы и самостоятельного получения и обработки информации, умения выбора эффективного варианта решения учебной задачи;
- установление коммуникации между обучающимися, формирование навыка работы в команде, терпимости к различным мнениям и точкам зрения, уважения достоинства других людей и их права на свободу;
- совершенствование личностных качеств обучающихся, важных как в повседневной жизни, так и в профессиональной деятельности;
- формирование профессиональной компетентности будущих учителей физической культуры.

При интерактивных формах обучения преподаватель занимается общей организацией процесса исходя из его целей и задач. Кроме того, преподаватель формирует темы и вопросы для коллективного обсуждения, контролирует выполнение разработанного им плана. Применение интерактивных форм и технологий в процессе обучения позволяет преподавателю сочетать несколько методов для достижения поставленной цели, не замыкая процесс познания лишь на одну выбранную форму ведения занятий, которая может оказаться в итоге не самой оптимальной и эффективной. Несомненно, интерактивность способствует лучшему осмыслению материала обучающимися [87; 138].

Анализ литературных источников позволяет выявить принципы работы на интерактивных занятиях:

- а) интерактивное занятие (лекция, семинар и пр.) – не статичное индивидуальное мероприятие, а динамичная общая работа;
- б) возраст, опыт, профессиональный статус не дают преимущества ни одному участнику занятия;

в) каждый участник занятия свободен в декларировании и защите собственного мнения по любому вопросу;

г) критиковать можно только идею, другая личность подвергаться критике не может;

д) информация, полученная на занятии, не должна быть безусловным руководством к действию, но является материалом для размышлений и собственных выводов [132; 200].

Все участники интерактивного учебного процесса совместно решают проблемы и поставленные преподавателем вопросы, коммуницируют друг с другом, обмениваются информацией. На занятии происходит динамичное оценивание действий участников образовательного процесса и своих собственных действий и поведения. Создается атмосфера делового сотрудничества для решения проблемы, ассоциированной с явлениями будущей профессиональной деятельности. Интерактивные формы обучения позволяют сделать процесс получения новых знаний комфортным для обучающихся, которые должны воспринимать себя успешными и интеллектуально состоятельными участниками общего дела, что значительно повышает его продуктивность.

Методы, средства и технологии интерактивного обучения могут быть разнообразны, а виды и формы их применения зависят от многих факторов: дидактических целей и задач конкретного этапа обучения, численности участников учебной группы, уровня подготовленности и эрудиции обучающихся, а также от степени владения ими материалом смежных дисциплин. Они зависят от содержания учебных дисциплин, должны быть ориентированы на будущую профессиональную деятельность и адаптированы к преподаванию [158; 172].

Применение интерактивности в учебном процессе развивает способность самостоятельно принимать и обрабатывать информацию, научно мыслить, быстро находить решения возникающих новых задач и проблем, эффективно набираться знаний, умений и навыков для будущей

профессиональной деятельности. Как правило, интерактивные формы обучения ассоциированы с условиями будущей профессиональной деятельности, позволяют повысить закрепить результаты других форм обучения, улучшить профессиональные качества и способности. Они способствуют развитию коммуникативных способностей обучающихся, таких, как умение общаться на равноправной основе, четко формулировать в письменной и устной форме свои мысли и предложения, отстаивать собственную точку зрения и т.д.

Интерактивность процесса профессиональной подготовки будущих учителей физической культуры заключается в создании динамичной образовательной среды, где студенты активно взаимодействуют друг с другом, с преподавателями и с материалом обучения. Это выходит за рамки традиционной лекционной формы, подразумевая вовлечение в разнообразные формы деятельности, направленные на развитие не только теоретических знаний, но и практических навыков, необходимых для эффективной рекреационной работы с учащимися основной школы [174; 220; 231].

Интерактивность проявляется в применении разнообразного спектра активных методов обучения: проектная деятельность, проблемное обучение и игровое моделирование, что позволит обучающимся не только освоить теоретические знания, но и развить практические навыки планирования, организации и проведения рекреационных мероприятий.

Проектная деятельность – это метод достижения конкретных целей деятельности, основанный на проработке проблемной ситуации и вариантов её решения в течение ограниченного временного периода и с определённым оформлением итогов решения, которая позволяет будущим учителям физической культуры развить критическое мышление, аналитические навыки и творческий подход к решению профессиональных задач. Она стимулирует активное вовлечение обучающихся в учебно-познавательный процесс,

формирует навыки самостоятельной работы, планирования и оценки результатов [233; 236].

Проблемное обучение – это способ организации деятельности обучающихся, основанный на получении информации путём решения теоретических и практических проблем в создающихся в силу этого проблемных ситуациях, который позволит будущим учителям физической культуры развить критическое мышление, аналитические способности и умение находить нестандартные решения. В рамках этого подхода будущие учителя физической культуры не просто усваивают готовые знания, а активно участвуют в процессе познания, сталкиваясь с противоречиями, формулируя гипотезы и самостоятельно осуществляя поиск информации для их проверки [254; 256].

Использование проблемных ситуаций в процессе обучения стимулирует познавательную активность обучающихся, мотивирует их к самостоятельному исследованию и поиску оптимальных путей решения возникающих задач. Например, это может быть кейс, описывающий ситуацию с учеником, имеющим ограничения по здоровью, и требующий от будущего учителя разработки индивидуальной программы рекреационных занятий, учитывающей его физические возможности и психологические особенности.

Игровое моделирование представляет собой форму творческой учебно-познавательной деятельности, направленную на воспроизведение реальных ситуаций в условиях, регламентированных правилами и временными рамками. Данный метод позволяет будущим учителям физической культуры не только «усваивать теоретический материал, но и отрабатывать практические навыки организации рекреационной работы в условиях, приближенных к профессиональной реальности» [203].

В процессе игрового моделирования обучающиеся сталкиваются с разнообразными педагогическими ситуациями, требующими оперативного принятия решений и применения знаний из различных предметных областей.

В качестве примера можно привести моделирование спортивного праздника для учащихся с ограниченными возможностями здоровья, что предполагает адаптацию программы с учётом медицинских противопоказаний и создание психологически комфортной среды для каждого участника.

Другим примером может служить моделирование конфликтной ситуации между участниками рекреационной программы. Будущий учитель физической культуры должен продемонстрировать навыки медиации, умение выслушать обе стороны, найти компромисс и восстановить позитивный микроклимат в группе.

Игровое моделирование развивает навыки коммуникации, организации команды и управления временем. Обучающиеся учатся эффективно взаимодействовать друг с другом, распределять обязанности, координировать действия и достигать поставленной цели в условиях ограниченных ресурсов и временных рамок.

Ключевым аспектом в реализации данного педагогического условия является создание образовательной среды, которая стимулирует активное участие будущих учителей физической культуры в процессе обучения, способствует развитию их критического мышления и формированию навыков эффективного взаимодействия с учащимися и коллегами. Важную роль играет организация групповой работы, в рамках которой обучающиеся решают общие задачи, обмениваются опытом и учатся принимать решения в команде.

Четвертое педагогическое условие – «поэтапная реализация технологии профессиональной подготовки будущих учителей физической культуры к рекреационной работе с учащимися основной школы» [62, с. 11-19] – предполагает «структурированный подход к формированию необходимых компетенций, позволяющий будущим учителям физической культуры последовательно осваивать теоретические основы, методические приемы и практические навыки организации рекреационной деятельности» [1; 3; 14; 17; 42].

Первый этап – подготовительный – предполагает «изучение теоретических основ рекреационной деятельности, ознакомление с нормативно-правовыми документами. Будущие учителя физической культуры изучают возрастные особенности учащихся, принципы планирования и проведения рекреационных мероприятий, а также основы безопасности и оказания первой помощи» [65]. Содержание работы первого этапа включало: разработку и проведение интеллектуально-развлекательных игр (квизов); составление картотеки физминуток; посещение спортивных, тренажерных залов, лабораторий, освоение диагностического оборудования; подготовку проекта «Здоровье нации: состояние, риски, профилактика»; разработку игровых модулей в рекреации; проведение подвижных игр («Собери рюкзак», «Поставь палатку», «Ориентирование на местности»).

Второй этап – профессионально-деятельностный этап – направлен на формирование практических навыков организации и проведения рекреационных мероприятий. Будущие учителя физической культуры участвуют в разработке и реализации конкретных рекреационных программ, проводят занятия с учащимися, организуют рекреационные зоны, тренинговое занятие «Восстановление физического, психического и духовного здоровья», составляют тренировочные программы, планы уроков с элементами рекреации и их проведение, разрабатывают и проводят туристские маршруты по Крыму, организуют турслеты (Приложение 10).

Третий этап – рефлексивный – предполагает обобщение полученного опыта, оценку сформированных компетенций и подготовку к самостоятельной профессиональной деятельности. Будущие учителя физической культуры готовят социальные ролики по теме «Здоровый образ жизни», организуют спортивно-массовые мероприятия, проводят спортивные часы, организуют работу дискуссионной площадки «Активная физическая культура. Физическая рекреация», разрабатывают рекреационно-оздоровительной программы, разрабатывают и защищают собственные проекты, анализируют результаты своей работы и корректируют свои

действия, демонстрируя умение применять полученные знания и навыки для решения конкретных задач рекреационной работы [50; 126].

Таким образом, эффективность подготовки будущих учителей физической культуры к рекреационной работе с учащимися основной школы обеспечивается созданием педагогических условий: использование потенциала профессионально ориентированных и элективных дисциплин для формирования целостного представления о специфике обучения и воспитания в рамках рекреационных программ; интеграция теории и практики в подготовке к работе по формированию здорового образа жизни и развитию двигательной активности; интерактивность процесса подготовки; поэтапная реализация технологии подготовки. Поэтапная реализация условий предполагает последовательное формирование компетенций, необходимых для организации рекреационных мероприятий с учащимися разного возраста и уровня подготовленности, а также развитие мотивации к самообразованию и совершенствованию профессиональных навыков [160].

Технологический блок модели включает три этапа (подготовительный, профессионально-деятельностный, рефлексивный), на каждом из которых выделены направления работы: познавательно-развлекательное, спортивно-оздоровительное, туристическо-игровое.

На первом подготовительном этапе у будущих учителей физической культуры формировали целостное представление об особенностях обучения и воспитания детей и подростков в рамках рекреационных программ. На этом этапе при разработке и проведении интеллектуально-развлекательных игр (квизов), составлении картотеки физминуток, посещении спортивных, тренажерных залов, лабораторий, освоение диагностического оборудования, подготовке проекта «Здоровье нации: состояние, риски, профилактика», разработке игровых модулей в рекреации, проведении подвижных игр («Собери рюкзак», «Поставь палатку», «Ориентирование на местности») реализуется педагогическое условие использования потенциала профессионально ориентированных и элективных дисциплин для

формирования целостного представления об особенностях обучения и воспитания учащихся в рамках рекреационных программ.

Профессионально-деятельностный этап был направлен на формирование системы теоретических знаний и практических умений по рекреационной работе с учащимися основной школы. На втором этапе при организации рекреационной зоны, проведении тренингового занятия «Восстановление физического, психического и духовного здоровья», составлении тренировочных программ, планов уроков с элементами рекреации и их проведение, разработки и проведения туристических маршрутов по Крыму, «организации турслетов было реализовано педагогическое условие использование потенциала профессионально ориентированных и элективных дисциплин для формирования целостного представления об особенностях обучения и воспитания учащихся в рамках рекреационных программ» [267].

Рефлексивный этап был направлен на формирование способности будущих учителей физической культуры критически оценивать свою профессиональную деятельность по организации рекреационной работы в основной школе. На третьем этапе в процессе подготовки социального ролика «Здоровый образ жизни», организации спортивно-массовых мероприятий, проведения спортивного часа, организации дискуссионной площадки «Активная физическая культура. Физическая рекреация», разработки рекреационно-оздоровительной программы, презентации проекта «Путешествуем по Крыму» реализовывалось педагогическое условие интерактивность процесса профессиональной подготовки будущих учителей физической культуры к рекреационной работе с учащимися основной школы.

На всех этапах эксперимента реализовывалось педагогическое условие, связанное с поэтапным внедрением технологии подготовки будущих учителей физической культуры к рекреационной работе с учащимися основной школы. В диагностическом блоке модели определены критерии, показатели и уровни готовности, а также подобран диагностический

инструментарий для оценки исходного состояния. Результативный блок модели направлен на достижение планируемого итога – формирование у выпускников высокой готовности к рекреационной работе с учащимися основной школы.

Выводы по первой главе

Опираясь на результаты теоретического анализа, мы конкретизировали содержание ключевого для нашего исследования понятия. Под профессиональной подготовкой будущих педагогов физической культуры мы понимаем целенаправленно организуемый образовательный процесс, в рамках которого происходит становление профессиональных компетенций. Содержательное наполнение этого процесса не ограничивается трансляцией знаний. Оно включает: освоение теоретико-методического фундамента дисциплины; овладение современными методиками ведения занятий; формирование практических организационных умений; использование инновационных образовательных технологий; воспитание личностных качеств, востребованных в профессии; выработку способности интегрировать образовательные, воспитательные и оздоровительные функции в педагогической деятельности.

Под профессиональной готовностью будущего учителя к организации рекреационной работы с учащимися основной школы мы предлагаем рассматривать интегративное личностное образование. Оно аккумулирует в себе устойчивую мотивационно-ценностную направленность на рекреационную деятельность; осознание её значимости для сохранения физического и психического здоровья школьников; систему знаний о возрастных и психофизиологических особенностях учащихся, о методических основах организации оздоровительных мероприятий; комплекс личностных свойств (коммуникативные способности, креативность, организаторские задатки, эмпатийность, ответственность); практические

навыки реализации различных форм рекреационной работы; готовность к решению рекреационных задач в условиях образовательного процесса основной школы.

Характеризуя специфику исследуемой профессиональной подготовки, мы выделяем следующие её составляющие: наличие у будущих учителей фундаментальных знаний в области физической культуры; сформированные представления о сущности и содержании рекреационной деятельности, а также физкультурно-спортивной рекреации; практическое владение методами организации рекреационной работы с учащимися; развитие личностных качеств, определяющих успешность педагогической деятельности; готовность к организации добровольной двигательной активности школьников, направленной на повышение работоспособности, полноценный отдых и гармоничное развитие личности; способность создавать условия для укрепления здоровья учащихся, формирования устойчивой потребности в регулярных занятиях физической культурой, совершенствования навыков саморегуляции, творческой самореализации и эмоционально-волевой сферы; умение организовывать активный досуг и оздоровительные мероприятия в рамках внеучебной и внеурочной деятельности.

В ходе исследования был выявлен комплекс условий, обеспечивающих результативность подготовки будущих учителей к рекреационной деятельности. Мы относим к их числу: целенаправленное использование потенциала профессионально ориентированных и элективных дисциплин для формирования у будущих учителей физической культуры целостного представления об образовательно-воспитательном потенциале рекреационных программ; органическое единство теоретической и практической составляющих подготовки, ориентированной на пропаганду здорового образа жизни и повышение двигательной активности школьников; придание процессу обучения интерактивного характера; последовательное внедрение технологии профессиональной подготовки к рекреационной

работе.

В основу экспериментальной работы положена авторская модель, включающая пять взаимосвязанных структурных элементов. Целевой компонент задаёт общую направленность подготовки. Методологический компонент определяет научные основания и принципы организации процесса. Технологический компонент представляет собой технологию подготовки к рекреационной деятельности. Диагностический компонент содержит критерии, показатели, уровни готовности и инструментарий для их выявления. Результативный компонент отражает ожидаемый итог – достижение выпускниками высокого уровня готовности к рекреационной работе с учащимися основной школы.

ГЛАВА 2.

ЭКСПЕРИМЕНТАЛЬНАЯ ПРОВЕРКА ТЕХНОЛОГИИ ПРОФЕССИОНАЛЬНОЙ ПОДГОТОВКИ БУДУЩИХ УЧИТЕЛЕЙ ФИЗИЧЕСКОЙ КУЛЬТУРЫ К РЕКРЕАЦИОННОЙ РАБОТЕ С УЧАЩИМИСЯ ОСНОВНОЙ ШКОЛЫ

2.1. Содержание и ход констатирующего этапа опытно-экспериментальной работы

На современном этапе профессиональной подготовки будущих учителей физической культуры остро встает вопрос о необходимости соответствующих изменений в системе высшего педагогического образования в русле активного поиска новых образовательных моделей, методов и форм организации педагогической работы, гармоничного сочетания традиционных средств обучения с нетрадиционными (инновационными).

Проверка формирования компонентов готовности будущих учителей физической культуры к рекреационной работе с учащимися основной школы и эффективности предложенного содержательно-методического обеспечения требовала разработки программы проведения педагогического эксперимента.

Ученые определяют понятие «эксперимент» как активный метод воздействия на педагогические явления созданием новых условий, соответствующих цели исследования. Таким образом, суть эксперимента заключается в сознательном отделении изучаемого явления от других и целенаправленном изменении условий педагогического воздействия на испытуемых.

Цель опытно-экспериментальной работы состояла в разработке и апробации педагогической технологии, обеспечивающей формирование готовности будущих учителей физической культуры к рекреационной

деятельности с учащимися основной школы, а также в проверке эффективности выделенных педагогических условий.

В рамках экспериментального исследования решались задачи, связанные с внедрением технологии подготовки, оценкой её результативности и обоснованием условий, обеспечивающих успешное формирование профессиональной готовности будущих учителей физической культуры к рекреационной работе.

Экспериментальной базой исследования выступило Федеральное государственное автономное образовательное учреждение высшего образования «Крымский федеральный университет имени В.И. Вернадского». Экспериментальной работой было охвачено 154 обучающихся направления подготовки 44.03.01 «Педагогическое образование», 49.03.02 «Физическая культура для лиц с отклонениями в состоянии здоровья (адаптивная физическая культура)». Респонденты были разделены на экспериментальную (76 человек) и контрольную группы (78 человек). Экспериментальная и контрольная группы были однородными и идентичными по составу.

С целью проверки гипотезы педагогического исследования и эффективности разработанной технологии педагогический эксперимент был организован в три этапа: констатирующий, формирующий и контрольный.

Так на констатирующем этапе педагогического эксперимента (2021-2022 гг.) для определения уровня сформированности готовности будущих учителей физической культуры к рекреационной работе с учащимися основной школы был разработан критериально-диагностический аппарат исследования. Подобранные диагностические методики позволили определить исходные уровни сформированности у студентов исследуемой профессиональной готовности.

Формирующий этап педагогического эксперимента (2022-2024 гг.) проводился с обучающимися второго и третьего курсов направления

подготовки 44.03.01 «Педагогическое образование» и требовал экспериментальной проверки выдвинутой гипотезы и концептуальных положений исследования. Так, была апробирована разработанная технология профессиональной подготовки будущих учителей физической культуры к рекреационной работе с учащимися основной школы.

В ходе контрольного этапа педагогического эксперимента (2024–2025 гг.) была осуществлена комплексная обработка собранных данных, включающая как количественный, так и качественный анализ, а также статистическую проверку значимости полученных различий. Для оценки результативности авторской технологии подготовки будущих учителей физической культуры к рекреационной работе с учащимися основной школы на контрольном этапе было проведено диагностическое тестирование в экспериментальной и контрольной группах. Полученные результаты позволили проследить динамику уровней сформированности исследуемой готовности и зафиксировать качественные сдвиги в подготовке студентов экспериментальной группы.

В рамках исследования выделены следующие критерии и соответствующие им показатели профессиональной готовности будущих педагогов физической культуры к организации рекреационной работы с учащимися основной школы:

– мотивационно-когнитивный критерий оценивается через показатели: наличие устойчивой профессиональной мотивации будущих учителей к педагогической деятельности и, в частности, к рекреационной работе с учащимися основной школы; сформированность систематизированных знаний об особенностях организации рекреационной деятельности с учащимися данной возрастной группы;

– деятельностно-практический критерий раскрывается через показатели: способность будущих учителей физической культуры применять полученные теоретические знания и практические навыки в реальной профессиональной деятельности, демонстрируя необходимый

уровень компетентности и адаптивности при организации рекреационной работы с учащимися основной школы; проявление инициативы и готовности к использованию инновационных подходов в рекреационной деятельности с учащимися основной школы;

– рефлексивно-аналитический критерий определяется показателями: способность к осознанной рефлексии в процессе организации рекреационной работы с учащимися основной школы; готовность к самоанализу и адекватной самооценке профессиональной деятельности при организации рекреационной работы с учащимися основной школы.

На основе выделенных критериев и показателей охарактеризованы три уровня профессиональной подготовки будущих учителей физической культуры к рекреационной работе с учащимися основной школы: высокий, средний, низкий (таблица 3).

Таблица 3

Уровни профессиональной подготовки будущих учителей физической культуры к рекреационной работе с учащимися основной школы

Низкий	Средний	Высокий
Мотивационно-когнитивный критерий		
Низкий уровень мотивации будущих учителей физической культуры к профессиональной деятельности в целом и к рекреационной работе с учащимися основной школы; наличие фрагментарных знаний о специфике рекреационной работы с учащимися основной школы.	Мотивированность будущих учителей физической культуры к профессиональной деятельности в целом и к рекреационной работе с учащимися основной школы; наличие фрагментарных знаний о специфике рекреационной работы с учащимися основной школы.	Мотивированность будущих учителей физической культуры к профессиональной деятельности в целом и к рекреационной работе с учащимися основной школы; наличие системы знаний о специфике рекреационной работы с учащимися основной школы.
Деятельностно-практический критерий		
Несформированность способности применять теоретические знания, умения и навыки в практической деятельности; отсутствие инициативы и готовности к инновациям в рекреационной работе с	Сформированность способности применять теоретические знания, умения и навыки в практической деятельности в рекреационной работе с учащимися основной школы на среднем уровне; готовность к инновациям в рекреационной работе с	Сформированность способности применять теоретические знания, умения и навыки в практической деятельности, демонстрируя необходимый уровень мастерства и адаптивности

учащимися основной школы.	учащимися основной школы, безинициативность.	в рекреационной работе с учащимися основной школы; проявление инициативы и готовности к инновациям в рекреационной работе с учащимися основной школы.
Рефлексивно-аналитический критерий		
Несформированность способности к рефлексии при организации рекреационной работы с учащимися основной школы; способности к самоанализу и самооценке профессиональной деятельности при организации рекреационной работы с учащимися основной школы.	Сформированность способности к самоанализу и самооценке профессиональной деятельности при организации рекреационной работы с учащимися основной школы; несформированность способности к рефлексии при организации рекреационной работы с учащимися основной школы.	Сформированность способности к рефлексии при организации рекреационной работы с учащимися основной школы; способности к самоанализу и самооценке профессиональной деятельности при организации рекреационной работы с учащимися основной школы.

К каждому показателю подобран диагностический инструментарий оценивания (таблица 4).

Таблица 4

Критерии, показатели, диагностические методики формирования профессиональной подготовки будущих учителей физической культуры к организации рекреационной работы с учащимися основной школы

Критерий	Показатель	Диагностический инструментарий
Мотивационно-когнитивный	Мотивированность будущих учителей физической культуры к профессиональной деятельности в целом и к рекреационной работе с учащимися основной школы	Интервьюирование
	Наличие системы знаний о специфике рекреационной работы с учащимися основной школы	Тестовые задания
Деятельностно-практический	Способность применять теоретические знания, умения и навыки в практической деятельности, демонстрируя необходимый уровень мастерства и адаптивности в рекреационной работе с учащимися основной школы	Решение кейс задач

	Инициативность и готовность к инновациям в рекреационной работе с учащимися основной школы	Разработка и проведение рекреационных занятий с учащимися основной школы
Рефлексивно-аналитический	Способность к рефлексии при организации рекреационной работы с учащимися основной школы	Методика определения уровня рефлексивности (А.В. Карпов, В.В. Пономарева)
	Способность к самоанализу и самооценке профессиональной деятельности при организации рекреационной работы с учащимися основной школы	Диагностика самооценки Дембо-Рубинштейн (в модификации А.М. Прихожан)

С целью определения исходного уровня сформированности профессиональной готовности будущих учителей физической культуры к рекреационной работе с учащимися основной школы проведен констатирующий этап опытно-экспериментальной работы.

В рамках мотивационно-когнитивного критерия выделены такие показатели, как: «мотивированность будущих учителей физической культуры к профессиональной деятельности в целом и к рекреационной работе с учащимися основной школы; наличие системы знаний о специфике рекреационной работы с учащимися основной школы. Для проверки каждого из выделенных показателей подобран диагностический инструментарий: интервьюирование, тестовые задания» [62].

Показатель: мотивированность будущих учителей физической культуры к профессиональной деятельности в целом и к рекреационной работе с учащимися основной школы.

Методика. Интервьюирование (Приложение 3).

Цель: выявить уровень мотивированности будущих учителей физической культуры к профессиональной деятельности в целом и к рекреационной работе с учащимися основной школы.

Процедура выполнения. Респондентам предлагали ответить на ряд вопросов, ответы на которые позволяли определить уровень

мотивированности и осознанность выбора будущей профессиональной деятельности.

Критерии оценивания.

3 балла получали респонденты, демонстрирующие глубокую заинтересованность выбранной профессиональной деятельностью, четко представляющие траекторию профессионального развития и осознающие значимость рекреационной работы с учащимися основной школы.

2 балла присваивали учащимся, активно участвующим в опросе, однако их ответы носили формальный характер, отсутствовало четкое понимание значимости выбранной профессии, важности рекреационной работы.

1 балл получали будущие учителя физической культуры, ответы на вопросы которых были преимущественно односложными, при этом они не проявляли интереса к работе и не демонстрировали личную заинтересованность в выборе профессиональной направленности.

Интервьюирование направлено на всестороннее изучение мотивированности будущих учителей физической культуры к профессиональной деятельности в целом и к рекреационной работе с учащимися основной школы. Ключевым элементом при этом была практическая деятельность, направленная на получение реального практического опыта.

Показатель: наличие системы знаний о специфике рекреационной работы с учащимися основной школы.

Методика. Тестовые задания (Приложение 4).

Цель: определение уровня сформированности системы знаний о специфике рекреационной работы с учащимися основной школы.

Процедура выполнения. Респондентам предлагали тестовые задания с вопросами открытого типа, необходимо было ответить на них не просто выражая согласие или не согласие, а полностью раскрывая свою точку зрения, приводя аргументированные доводы.

Критерии оценивания.

Оценка в 3 балла присваивалась респондентам, чьи ответы демонстрировали осознанное понимание значимости рекреационной деятельности, устойчивую мотивацию и готовность к реализации профессионально-педагогических функций, связанных с оздоровлением учащихся и формированием здорового образа жизни.

Оценка в 2 балла выставлялась будущим учителям физической культуры, которые проявляли способность к восприятию, переработке и применению в профессиональной деятельности знаний, опыта и педагогических технологий в сфере рекреации. Однако у данной группы респондентов не была в достаточной мере сформирована педагогическая рефлексия, а также отмечались затруднения в практическом использовании накопленных знаний, умений и навыков в реальной профессиональной деятельности.

Оценка в 1 балл фиксировалась у респондентов, чьи ответы носили шаблонный характер, не отражали понимания значимости рекреационной работы в системе образования, а также не демонстрировали мотивации и готовности к профессионально-педагогической деятельности, направленной на формирование здорового образа жизни.

Качественный анализ полученных результатов позволил определить уровень мотивированности будущих учителей физической культуры к профессиональной деятельности в целом и к рекреационной работе с учащимися основной школы, а также выявить наличие системы знаний о специфике организации рекреационной деятельности. Участие в данном виде работы способствовало дальнейшему углублению в изучение дисциплин профессионального цикла, расширению знаний за счёт освоения факультативных курсов и приобретению практического опыта и профессиональных навыков.

Количественные результаты выполнения заданий в рамках мотивационно-когнитивного критерия представлены в таблице 5.

Анализ эмпирических данных, полученных в ходе констатирующего

этапа, позволил установить, что распределение испытуемых по уровням профессиональной готовности в экспериментальной и контрольной группах характеризовалось несущественными расхождениями.

Таблица 5

Уровни профессиональной готовности будущих учителей физической культуры к рекреационной работе с учащимися основной школы в рамках мотивационно-когнитивного критерия

Уровень	Экспериментальная группа	Контрольная группа
Высокий	11,8% (9 чел.)	12,8% (10 чел.)
Средний	53,9% (41 чел.)	56,4% (44 чел.)
Низкий	34,3% (26 чел.)	30,8% (24 чел.)

Доля студентов, продемонстрировавших высокий уровень, составила 11,8% в экспериментальной группе и 12,8% – в контрольной. Преобладающей категорией в обеих группах стали респонденты со средним уровнем готовности: их удельный вес достиг 53,9% в экспериментальной и 56,4% в контрольной группах. Низкий уровень был диагностирован у 34,3% будущих учителей физической культуры экспериментальной группы и у 30,8% обучающихся контрольной группы.

Анализируя качественные результаты выполнения диагностических заданий в рамках мотивационно-когнитивного критерия, отметим, что при выборе дальнейшей профессиональной деятельности будущие учителя физической культуры руководствовались такими факторами, как: «рекомендации со стороны родителей и друзей», «престижность и уровень оплаты», «возможность помогать нуждающимся». Менее значимыми факторами определяли «случайное стечение обстоятельств», «семейные традиции», «желание быть частью педагогической системы».

Так при ответах на вопрос: «Какие личные качества, по вашему мнению, необходимы учителю физической культуры при организации рекреационной работы?» многие респонденты отмечали высокий уровень эмпатии, толерантность, любой вид коммуникации, высокий уровень

теоретических знаний и практического опыта в профессиональной сфере, наличие навыка самоанализа и стремление к самосовершенствованию. Менее важным отмечали недостаточный уровень готовности к выполнению профессиональных функций, эмоциональное равнодушие, недостаточное знание специфики работы с лицами с ОВЗ.

Отвечая на вопрос: «Что вы знаете о специфике работы с людьми с ограниченными возможностями здоровья?», большинство испытуемых ограничивались теоретическими знаниями, полученными в процессе освоения основной профессиональной образовательной программы, не подкрепляя их практическими умениями и навыками. Большая часть респондентов подтверждали наличие специфики при организации учебного процесса с людьми с ограниченными возможностями здоровья, однако не смогли четко определить границы этой специфики.

Анализируя полученные ответы на вопрос «Какие цели, вы ставите перед собой в дальнейшей профессиональной деятельности?», большая часть обучающихся давали такие ответы: «добиться успеха и признания в своей профессиональной деятельности», «финансовое благополучие», «стабильность», «достижение профессионального успеха», что свидетельствует о наличии внешней мотивации будущих учителей физической культуры в освоении трудовых функций. Небольшое количество респондентов на первое место выносили такие ответы, как: «помощь нуждающимся людям», «быть полезным для общества», «добиться успеха в практической деятельности» «минимизировать неудобство лиц с ограниченными возможностями здоровья на занятиях физической культурой».

Так, большинство ответов будущих учителей физической культуры были направлены на достижение личных благ, многие респонденты акцентировали внимание исключительно на получении материальной выгоды и личного самодовольствия. Кроме суждений, подтверждающих привлекательность и материальное благополучие

профессии, обучающиеся отмечали целевую направленность на продвижение по карьерной лестнице и удовлетворение потребностей в профессиональном саморазвитии.

Для диагностики показателя – наличие системы знаний о специфике рекреационной работы с учащимися основной школы – респондентам были предложены тестовые задания разного типа. Анализ ответов респондентов позволяет сделать вывод, что большинство будущих учителей физической культуры поверхностно представляют суть и ценность дальнейшей профессиональной деятельности. Данный вывод основан на расплывчатости и неопределенности ответов будущих учителей физической культуры на ряд открытых тестовых вопросов. Так, например, отвечая на вопрос: «Я считаю, что организация рекреационной работы с учащимися основной школы играет важную роль в формировании здоровой нации», большая часть испытуемых охотно соглашались, отвечая утвердительно, однако не смогли четко охарактеризовать ответ и аргументированно объяснить собственную точку зрения. Также были и те, чей ответ был отрицательным, уверяя, что нет никакой взаимосвязи между работой учителя физической культуры с учащимися основной школы и уровнем их здоровья.

Обучающиеся затруднялись при формулировке цели профессионального обучения, описывая ее нечетко и без связи с личными способностями и интересами. В ответах прослеживается ориентир не на дальнейший профессиональный успех, а скорее на избежание неудачи, например, «просто получить диплом», а не стремление к приобретению знаний и соответствующих практических навыков. Все это свидетельствует о преобладании внешних мотивов над внутренними. Так при ответах на вопросы обучающиеся фокусировались на внешних стимулах, например, таких как: «положительные оценки», «похвала со стороны профессорско-преподавательского состава и родителей», «признание со стороны одноклассников», при этом абсолютно игнорируя

внутреннее удовлетворение от процесса обучения, возможность саморазвития и самореализации в профессиональной сфере, расширение кругозора и достижение профессионального мастерства. В некоторых ответах прослеживалось отсутствие интереса к изучению профессиональных дисциплин и чувство бессмысленности затраченных усилий.

В рамках деятельностно-практического критерия выделены такие показатели, как: способность применять теоретические знания, умения и навыки в практической деятельности, демонстрируя необходимый уровень мастерства и адаптивности в рекреационной работе «с учащимися основной школы; инициативность и готовность к инновациям в рекреационной работе с учащимися основной школы. Для проверки каждого из выделенных показателей подобран диагностический инструментарий: решение кейс задач, разработка и проведение тренировочных занятий с учащимися общеобразовательной школы» [65].

Показатель: способность применять теоретические знания, умения и навыки в практической деятельности, демонстрируя необходимый уровень мастерства и адаптивности в рекреационной работе с учащимися основной школы.

Методика. Решение кейс задач.

Цель: комплексная оценка способности будущих учителей физической культуры к практическому применению теоретических знаний и профессиональных умений при поиске эффективных решений педагогических задач. В ходе выполнения заданий проверяется сформированность навыков анализа профессиональной ситуации, выявления ключевых факторов и проблемных зон, обуславливающих выбор стратегий и тактик организации физического воспитания учащихся.

Процедура выполнения. Обучающимся необходимо ознакомиться с предложенными вариантами профессиональных задач и выделить ключевые факторы и способы их решения, представить варианты

альтернативного решения проблемы, каждый из которых должен быть аргументирован и представить разработанный план реализации выбранного пути решения (план должен отразить конкретные шаги, сроки выполнения и предполагаемый результат).

Критерии оценивания.

3 балла – респондент демонстрирует глубокий анализ кейса, выявляет ключевые проблемы организации рекреационной деятельности, предлагает оригинальные и обоснованные решения, учитывающие интересы учащихся, ресурсные возможности и условия реализации. Изложение отличается логичностью, аргументированностью и чёткостью формулировок.

2 балла – обучающийся корректно определяет цели и задачи рекреационной работы, предлагает разнообразные формы активности, соответствующие возрасту и подготовленности школьников. Разработанные мероприятия безопасны, способствуют формированию положительного отношения к физической культуре и здоровому образу жизни. Учитываются временные, пространственные и материально-технические условия, а также возможность интеграции с другими учебными дисциплинами. Прослеживается понимание значимости индивидуального подхода и мотивации учащихся.

1 балл – будущий учитель физической культуры использует шаблонные, неадаптированные формы работы, отсутствует комплексный подход к рекреационной деятельности. Не учитываются мотивационные, коммуникативные и здоровьесформирующие аспекты. Цели и задачи сформулированы нечётко, выбор средств не обоснован, этапы реализации описаны поверхностно, требования безопасности и гигиены игнорируются, оценка эффективности предложенных мероприятий затруднена.

Диагностические данные, полученные в рамках исследования, позволили потенциальным работодателям оценить кадровый потенциал претендента, его профессиональные склонности и готовность справляться

с функциональными задачами и управленческими ожиданиями. Кроме того, результаты тестирования могут оказаться полезными и для самих кандидатов: они помогают выявить индивидуальные ресурсы и точки роста, спрогнозировать возможные направления профессионального движения, а также определить пути личностно-профессионального самосовершенствования.

Показатель: инициативность и готовность к инновациям в рекреационной работе с учащимися основной школы.

Методика. Разработка и проведение тренировочных занятий с учащимися основной школы.

Цель: выявить инициативность и готовность будущих учителей физической культуры к инновациям в рекреационной работе с учащимися основной школы.

Процедура выполнения. Будущим учителям физической культуры необходимо разработать развернутые конспекты рекреационных занятий с учащимися основной школы.

Критерии оценивания.

3 балла получали респонденты не просто знающие методики и педагогические техники, а также глубоко понимающие психологию обучения, динамику групповых процессов, индивидуальные особенности и способности каждого ученика, которые умели адаптировать программу тренингового занятия под конкретный контингент, учитывая общий уровень физической активности, креативно подошли к разработке программы тренинга, используя нетрадиционные методы обучения.

2 балла присваивали обучающимся, уверенно владеющим теоретическими знаниями в области частных методик, способных свободно перенести теорию в практическую профессиональную деятельность, самостоятельно разработать сценарий тренингового занятия с учетом целевой аудитории разных категорий, однако испытывающих затруднения при оценке эффективности проведенного мероприятия.

1 балл получали будущие учителя физической культуры, которые испытывали значительные трудности в методологической составляющей тренингового занятия, в содержательной части не прослеживалось четкой структуры и системности, не учитывалась специфика целевой аудитории, не предусмотрена обратная связь и оценка эффективности проделанной работы.

Сформированность показателей деятельностно-практического критерия позволит будущим учителям физической культуры развивать практические навыки и умения, повышает общую физическую подготовку, подчеркивает важность здорового образа жизни. Проведение тренинговых занятий с учащимися общеобразовательной школы позволяет проводить регулярный мониторинг изменения физического состояния, оценивать имеющиеся навыки и умения; грамотно планировать профессиональную деятельность, обеспечивает индивидуальный подход к каждому ученику, контроль и оценку эффективности проведенной работы.

Количественные результаты выполнения заданий в рамках деятельностно-практического критерия представлены в таблице 6.

Таблица 6

Уровни профессиональной готовности будущих учителей физической культуры к рекреационной работе с учащимися основной школы в рамках деятельностно-практического критерия

Уровень	Экспериментальная группа	Контрольная группа
Высокий	10,5% (8 чел.)	10,3% (8 чел.)
Средний	51,3% (39 чел.)	53,8% (42 чел.)
Низкий	38,2% (29 чел.)	35,9% (28 чел.)

Обработка эмпирических данных констатирующего этапа эксперимента позволила установить распределение респондентов по уровням профессиональной готовности к рекреационной работе с учащимися основной школы в рамках деятельностно-практического критерия. Доля будущих учителей физической культуры, продемонстрировавших высокий уровень, составила 10,5% в

экспериментальной группе и 10,3% – в контрольной. Наибольший удельный вес в обеих выборках пришёлся на респондентов со средним уровнем готовности: 51,3% в экспериментальной и 53,8% в контрольной группах. Низкий уровень был зафиксирован у 38,2% будущих учителей физической культуры экспериментальной и у 35,9% обучающихся контрольной групп.

Качественный анализ результатов показал, что при решении кейс-задач (Приложение 5) будущие учителя физической культуры демонстрировали исключительно традиционные подходы, не наблюдалось стремления к поиску инновационных решений, все ответы зачастую базировались только на теоретическом опыте обучающихся, не ссылаясь на личный опыт. Выполнение практических заданий выявило у будущих учителей физической культуры ряд проблем. Будущие учителя испытывали сложности при комплексном анализе предложенных ситуаций, с трудом выделяли в них наиболее существенные моменты и не могли последовательно спланировать шаги по их разрешению. Многие респонденты оказались неспособны перенести имеющийся теоретический багаж в плоскость практических действий, что проявлялось в формальном, шаблонном подходе к выполнению задач. Анализ ответов испытуемых показал, что они отличались лаконичностью, недостаточной глубиной и слабой доказательной базой. Данный факт позволяет констатировать, что у будущих учителей физической культуры недостаточно сформированы научно-методологические компетенции. Помимо этого, респонденты демонстрировали заметные трудности при попытке вербализовать собственные суждения и отстоять свою точку зрения, что свидетельствует о недостаточном уровне развития коммуникативных способностей.

Ряд респондентов показали высокий уровень профессиональной активности, так как они успешно идентифицировали проблемные аспекты педагогических ситуаций, выстраивали логически последовательные шаги их разрешения, свободно взаимодействовали с коллективом и уверенно

переводили теоретические знания в плоскость практической деятельности. Особенностью их подхода стало пристальное внимание к личностным особенностям участников образовательного процесса и разработка индивидуализированных траекторий решения профессиональных задач. Будущие учителя физической культуры также продемонстрировали умение проводить анализ и самоанализ эффективности выполненных действий.

Решение кейс-задач – это инструмент для «анализа предложенной проблемной ситуации, сбора и изучения информации, предложения возможных вариантов действий и выбора наиболее предпочтительного решения» [98].

Качественные результаты исследования указывают на необходимость развития у будущих учителей физической культуры аналитических и коммуникативных навыков. Эффективным средством решения этой задачи выступает внедрение активных форм обучения: дискуссий, дебатов, деловых игр, защиты проектов, что способствует формированию умений аргументации и продуктивного взаимодействия.

Анализируя результаты разработки и проведения тренинговых занятий с учащимися общеобразовательной школы, можем констатировать, что все участники справились с заданием. Однако преимущественное количество респондентов опирались исключительно на традиционные, универсальные подходы, фронтальный охват аудитории, без учета индивидуальных особенностей, способностей и интересов слушателей. Не считали нужным разрабатывать более гибкие (персонализированные) занятия, не смогли обеспечить оптимальную нагрузку и желаемый результат для каждого ученика.

При проведении мероприятия будущие учителя физической культуры не всегда учитывали сформированность базовых двигательных навыков участников тренингового занятия, постепенное увеличение физической нагрузки, избегая переутомления. Игнорирование индивидуализации привело к потере внимания участников тренингового занятия и в конечном

итоге к отказу от взаимодействия. Значительная часть респондентов не смогла продемонстрировать эффективную коммуникацию с аудиторией. Будущие учителя физической культуры не могли замотивировать учащихся к занятию, заинтересовать их и создать позитивную атмосферу в коллективе. Изложение материала было скомканным и не последовательным. Цели и задачи занятия были достигнуты частично.

В рамках рефлексивно-аналитического критерия выделены такие показатели: «способность к рефлексии при организации рекреационной работы с учащимися основной школы; способность к самоанализу и самооценке профессиональной деятельности при организации рекреационной работы с учащимися основной школы» [62]. Для проверки уровня сформированности каждого из выделенных показателей подобран диагностический инструментарий: методика определения уровня рефлексивности (А.В. Карпов, В.В. Пономарева и диагностика самооценки Дембо-Рубинштейн (в модификации А. М. Прихожан).

Показатель: способность к рефлексии при организации рекреационной работы с учащимися основной школы.

Методика определения уровня рефлексивности (А.В. Карпов, В.В. Пономарева) представлена в Приложении Е.

Цель: выявить способность будущих учителей физической культуры к рефлексии при организации рекреационной работы с учащимися основной школы.

Процедура выполнения. Участникам предлагали оценить несколько утверждений опросника. В столбцах «Варианты ответов» поставить галочку в ячейке с номером, соответствующим выбранному варианту ответа: 1 – абсолютно неверно; 2 – неверно; 3 – скорее неверно; 4 – не знаю; 5 – скорее верно; 6 – верно; 7 – совершенно верно.

Критерии оценивания.

3 балла. Обучающиеся были способны к глубокому анализу и всестороннему изучению собственной деятельности, проявляли

способность находить сложные взаимосвязи между различными факторами, могли определять свои сильные и слабые стороны, на основе объективной самооценки могли строить конкретные планы совершенствования профессиональных умений и развития личностных качества.

2 балла. Респонденты проявили осознанный подход к анализу и самоанализу эффективности своей деятельности, были способны устанавливать причинно-следственные связи профессиональных действий, однако не видели целостности картины происходящего, чаще всего давали обобщенную оценку собственных действий, не просчитывали их последствия.

1 балл. Будущие учителя физической культуры ограничивались поверхностной рефлексией, не анализируя происходящее, а констатируя факт перечислением действий, при этом практически отсутствовал анализ причинно-следственных связей профессиональных действий.

Анализ полученных эмпирических данных позволил внести коррективы в образовательный процесс в рамках освоения основной профессиональной образовательной программы и спрогнозировать индивидуальные образовательные траектории для каждого обучающегося. Это предусматривало пересмотр вариативной части учебного плана (расширение перечня элективных дисциплин) и дополнение различными видами практической деятельности с учётом интересов, склонностей и способностей студентов. Указанные меры направлены на развитие необходимых трудовых умений и навыков, а также на формирование профессиональных компетенций будущих учителей физической культуры.

Показатель: способность к самоанализу и самооценке профессиональной деятельности при организации рекреационной работы с учащимися основной школы.

Методика Диагностика самооценки Дембо-Рубинштейн (в модификации А.М. Прихожан) представлена в Приложении 7.

Цель: выявить способность к самоанализу и самооценке профессиональной деятельности при организации рекреационной работы с учащимися основной школы.

Процедура выполнения. Будущим учителям физической культуры предлагали оценить себя по перечню заданных шкал (здоровье, характер, умение что-либо делась своими руками, авторитетность в кругу сверстников). На каждую из предложенных шкал предлагался отрезок, на котором участники отмечали свое положение. Каждый самостоятельно делал отметку от нижнего значения (минимального) к верхнему значению (приближенному к идеалу).

3 балла – будущий учитель физической культуры обнаруживает чётко сформированную профессиональную идентичность, последовательно и доказательно выстраивает собственные суждения, демонстрирует убеждённость и уверенность в ходе самопрезентации, приводит развёрнутую аргументацию высказываемых положений.

2 балла – обучающийся в целом осознаёт свою профессиональную роль, соблюдает логическую последовательность изложения, формулирует личное отношение к обсуждаемым вопросам, однако при этом сталкивается с трудностями в аргументированном обосновании своих взглядов.

1 балл – будущий учитель имеет фрагментарное, поверхностное представление о профессиональной роли педагога, испытывает существенные затруднения при формулировании и изложении собственной позиции, не способен к эффективной самопрезентации, нуждается в постоянной организующей помощи со стороны преподавателя.

Количественные результаты выполнения заданий в рамках рефлексивно-аналитического критерия представлены в таблице 7.

Анализ результатов, полученных в рамках рефлексивно-аналитического критерия, позволил выявить незначительные расхождения количественных показателей между экспериментальной и контрольной группами. Доля респондентов, продемонстрировавших высокий уровень,

составила 13,1% в экспериментальной группе и 11,5% – в контрольной. Средний уровень был диагностирован у 55,3% будущих учителей физической культуры экспериментальной группы, в то время как в контрольной группе аналогичный показатель достиг 59,0%. Низкий уровень готовности зафиксирован у 31,6% обучающихся экспериментальной группы и у 29,5% испытуемых контрольной группы.

Таблица 7

Уровни профессиональной готовности будущих учителей физической культуры к рекреационной работе с учащимися основной школы в рамках рефлексивно-аналитического критерия

Уровень	Экспериментальная группа	Контрольная группа
Высокий	13,1% (10 чел.)	11,5% (9 чел.)
Средний	55,3% (42 чел.)	59% (46 чел.)
Низкий	31,6% (24 чел.)	29,5% (23 чел.)

Так, в ходе анализа результатов (методика определения уровня рефлексивности (А.В. Карпов, В.В. Пономарева)) выявили, что респонденты проявили разный уровень осознанности и анализа своих профессиональных действий. Часть респондентов демонстрировали полное понимание действий и мотивированность в освоении и углублении профессиональных компетенций, однако большая часть участников проявляли непонимание и испытывали затруднения в прогнозировании дальнейшей работы и конечного результата. Это позволило будущим учителям подчеркнуть свои сильные и слабые стороны, определить план дальнейшего профессионального развития. Будущие учителя физической культуры активно искали причины своих неудач и продумывали стратегии как их избежать, однако большая часть решений заключалась в перекладывании ответственности на других и поиске оправдательных аргументов, что свидетельствовало о низком уровне сформированности аналитических навыков, самоанализа и саморегуляции.

Также одним из важных показателей рефлексивности считаем способность к прогнозированию и четкому планированию собственных

профессиональных действий. Будущие учителя физической культуры, обладающие данными навыками, способны ставить перед собой реальные цели, быть гибкими и адаптивными при их достижении, корректировать профессиональные действия в зависимости от обстоятельств и внешних условий. В то же время респонденты с низким показателем рефлексивности проявляли спонтанность и импульсивность действий, полагаясь на «волю случая», чем на собственные силы, что приводило к получению незначительного положительного эффекта либо к его полному отсутствию.

Полученные эмпирические данные дают основания для вывода о том, что рефлексивные компетенции будущих учителей физической культуры требуют целенаправленного развития. Достижению этой цели, по нашему мнению, способствуют тренинговые форматы работы и коучинговые встречи. Ключевым условием успешности данного направления выступает создание пространства для профессиональной рефлексии, в рамках которого будущие учителя могли бы анализировать накопленный опыт и уровень собственной подготовленности, делиться профессиональными находками, а также получать содержательную, аргументированную обратную связь от коллег и преподавателей.

Анализируя результаты диагностики самооценки Дембо-Рубинштейн, отметили, что будущие учителя физической культуры проявили неоднозначность в оценке собственных личностных качеств, возможностей и способностей. В ответах респондентов наблюдались как случаи завышенной самооценки (чрезмерной самоуверенности), так и случаи заниженной самооценки (неуверенности в собственных профессиональных навыках, способностях и знаниях). Анализ результатов показал, что наиболее адекватно оценивались такие профессиональные качества, как: физическая подготовленность, знание и владение педагогическими методами, приемами, владение спортивными техниками и теоретические знания в области физической культуры и спорта, эмпатийность, стремление к профессиональному самосовершенствованию и успеху. В то же время менее

значимыми считали коммуникативные навыки, знание возрастных и индивидуальных особенностей учащихся, уровень мотивации участников образовательного процесса. Полученные эмпирические данные позволяют утверждать, что в процессе профессиональной подготовки будущих учителей физической культуры требуется целенаправленная работа по формированию у них адекватной самооценочной позиции. Это предполагает создание условий, в которых будущие учителя физической культуры смогут осмыслить свои профессиональные сильные стороны и дефициты, овладеть навыками объективной оценки собственного потенциала и научиться проектировать перспективные направления своего профессионального роста.

Обобщенные результаты констатирующего этапа опытно-экспериментальной работы в разрезе критериев представлены в таблице 8.

Таблица 8

Исходные уровни профессиональной готовности будущих учителей физической культуры к рекреационной работе с учащимися основной школы в разрезе критериев оценивания

Уровень	Экспериментальная группа	Контрольная группа
Высокий	11,8% (9 чел.)	11,5% (9 чел.)
Средний	53,9% (41 чел.)	56,4% (44 чел.)
Низкий	34,3% (26 чел.)	32,1% (25 чел.)

Анализ исходных уровней профессиональной готовности будущих учителей физической культуры к рекреационной работе с учащимися основной школы по всем выделенным критериям показал, что распределение респондентов в экспериментальной и контрольной группах на констатирующем этапе было практически идентичным. Вместе с тем были зафиксированы некоторые различия, заслуживающие более детального рассмотрения. Высокий уровень был выявлен у 11,8% испытуемых экспериментальной и у 11,5% – контрольной групп. Средний уровень продемонстрировала значительная часть респондентов – 53,9% в

экспериментальной и 56,4% в контрольной группах. Низкий уровень был диагностирован у 34,3% обучающихся экспериментальной и у 32,1% будущих учителей физической культуры контрольной групп.

Обобщенные количественные результаты констатирующего этапа опытно-экспериментальной работы представлены на рисунке 2.

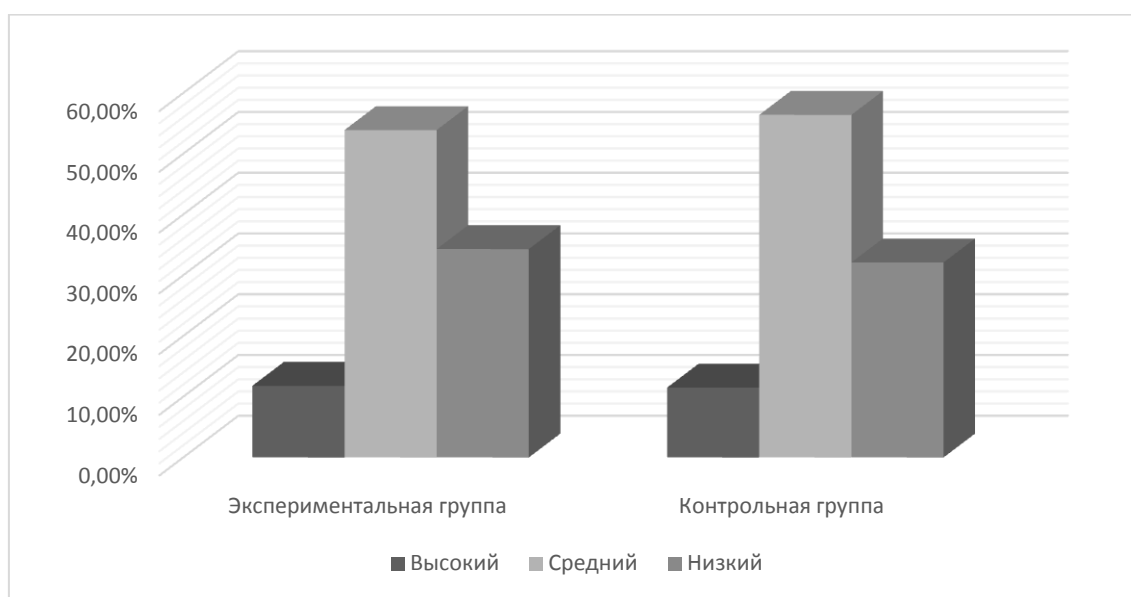


Рисунок 2. Обобщенные количественные результаты констатирующего этапа опытно-экспериментальной работы в разрезе критериев

Качественный анализ данных констатирующего этапа эксперимента показал недостаточную сформированность у будущих учителей физической культуры целостных представлений о специфике рекреационной и физкультурно-оздоровительной деятельности в основной школе. У респондентов отсутствовало чёткое понимание возрастных, гендерных, нозологических и индивидуальных особенностей учащихся, что приводило к затруднениям при проектировании и реализации образовательных программ по физической культуре. Также был выявлен дефицит методических и педагогических компетенций в области

применения специальных методов и приёмов обучения: участники демонстрировали ориентацию на традиционные подходы, недостаточно учитывали необходимость адаптации упражнений и дозировки физической нагрузки, а также недостаточно владели диагностическим инструментарием для оценки функционального состояния школьников.

Проведённый констатирующий этап эксперимент показал, что существующая система подготовки будущих учителей физической культуры нуждается в содержательной модернизации. Центральное место в модели должно занимать формирование у будущих учителей физической культуры целостного представления о рекреационной деятельности, развитие специализированных компетенций и укрепление внутренней мотивации к работе с учащимися основной школы. Это обуславливает необходимость разработки и внедрения технологии профессиональной подготовки, а также выявления и реализации педагогических условий, обеспечивающих её действенность. Решение этих задач, в свою очередь, способствует повышению уровня физической активности школьников, укреплению их здоровья и улучшению показателей качества жизни.

2.2. Реализация технологии и педагогических условий профессиональной подготовки будущих учителей физической культуры к рекреационной работе с учащимися основной школы

Ряд исследователей и выдающихся педагогов, внесли вклад в развитие подходов к пониманию технологии в образовании, так Я.А. Коменский считается автором первой научной педагогической технологии, в рамках которой он выразил основополагающую концепцию – обеспечение успешного исхода обучения [132]. Вклад Я.А. Коменского заключается в разработке четкой системы, предусматривающей последовательность шагов и методов, направленных на достижение гарантированного результата в образовательном процессе. В отличие от

существовавших до него эмпирических подходов, Я.А. Коменский стремился к созданию универсальной, научно обоснованной методики, применимой к обучению любого человека.

К.Д. Ушинский полагал, что педагогическое мастерство учителя может быть усовершенствовано до уровня технологии, что выражается в умении педагога действовать независимо, гибко и последовательно в любых обстоятельствах [260]. К.Д. Ушинский подчеркивал важность глубокого понимания педагогом психологических особенностей воспитанников, их возрастных характеристик и индивидуальных потребностей. Только на основе этого понимания педагог мог разработать эффективные методы и приемы обучения, а также адаптировать их к конкретным условиям и задачам. Педагогическая технология, в понимании автора, включала в себя не только конкретные методики, но и умение учителя создавать благоприятную образовательную среду, устанавливать доверительные отношения с учениками и мотивировать их к учению. Он акцентировал внимание на необходимости развития у детей самостоятельности, инициативы и творческого мышления.

При этом И.Г. Песталоцци верил в создание «инструмента» образования, с помощью которого любой компетентный преподаватель способен обучить каждого обучающегося [200]. Учёный настаивал на важности создания благоприятной образовательной среды, атмосферы любви и доверия, где каждый обучающийся чувствует себя в безопасности и свободе. Педагог должен быть не просто наставником, а скорее другом и помощником, готовым поддержать ученика в его стремлении к знаниям. И.Г. Песталоцци делал акцент на индивидуальном подходе к обучению, на развитии чувственности и нравственности, на создании благоприятной образовательной среды, что до сих пор актуально и является основой многих современных образовательных систем. Работы ученого призывают видеть в каждом личность, способную к росту и развитию, создавать условия для раскрытия его потенциала.

С.Т. Шацкий, изучая воздействие окружающей среды на обучающегося, расширил границы педагогической технологии, очертив предсказуемые результаты её влияния как на индивида, так и на группу [285]. Идеи ученого о взаимосвязи образовательной среды и развития личности, о необходимости индивидуализации обучения и адаптации педагогических технологий к конкретным условиям продолжают вдохновлять исследователей и практиков образования во всем мире. Работы С.Т. Шацкого демонстрируют, что успешное обучение – это не просто передача знаний, а создание благоприятной среды для развития человека в целом.

В свою очередь А.С. Макаренко одним из первых подчеркнул необходимость внедрения технологической четкости в образовательную практику [169]. Ученый стремился к максимально эффективному достижению целей, используя планирование, учет, контроль и стимулирование, где коллектив рассматривался как своего рода производственная бригада, в которой каждый член вносит свой вклад в общий результат.

Педагогическую технологию как описание подхода к достижению намеченных образовательных результатов рассматривал И.П. Волков [53]. Учёный подчеркивал необходимость проектирования педагогического процесса как системы, в которой все элементы – цели, содержание, методы, формы, средства обучения и контроля – взаимосвязаны и направлены на достижение четко определенных образовательных результатов. И.П. Волков акцентировал внимание на том, что педагогическая технология должна обеспечивать воспроизводимость и масштабируемость успешного опыта, позволяя другим педагогам эффективно применять ее в своей практике.

Согласно, А.М. Новикову педагогическая технология представляет собой «запрограммированный или алгоритмизированный образовательный процесс, гарантирующий достижение запланированных учебных целей» [193].

В.П. Беспалько определял педагогическую технологию как «методику реализации учебного процесса, основанную на конкретном содержании» [34, с. 15]. Данная трактовка акцентирует внимание на практическом применении педагогических знаний и инструментов для достижения заранее определенных образовательных целей. В понимании автора, педагогическая технология – это не просто набор методов, а целостная система, включающая в себя диагностику исходного уровня знаний обучающихся, проектирование учебного процесса, выбор оптимальных средств и форм обучения, контроль и корректировку результатов. В.П. Беспалько разработал классификацию педагогических технологий по ряду оснований: уровень педагогического мастерства, характер взаимодействия в образовательном процессе и степень индивидуализации обучения. Исследователь выделяет репродуктивные, объяснительно-иллюстративные, проблемные, программированные, алгоритмические и эвристические технологии. Каждая из них обладает своими преимуществами и ограничениями и применяется в зависимости от целей и условий обучения.

В педагогике сегодня технологизация обучения сохраняет статус одного из ключевых векторов модернизации. Вместе с тем усиливается понимание того, что инновационные технологические решения должны органично дополнять проверенные временем методы и средства обучения, а их применение невозможно без учёта личностных характеристик и образовательных потребностей каждого школьника.

В профессиональном образовании технологический подход нацелен прежде всего на обеспечение соответствия результатов обучения требованиям Федерального государственного образовательного стандарта. Наряду с этим использование педагогических технологий призвано решать ряд сопутствующих задач, среди которых:

- формирование профессиональной направленности личности (устойчивой потребности в профессиональной деятельности, позитивной

мотивации к труду и отчётливо выраженной склонности к выбранной специальности);

– развитие профессионально значимых личностных качеств (самостоятельности, готовности принимать ответственные решения, творческого подхода к выполнению профессиональных задач, а также способности и потребности в непрерывном профессиональном саморазвитии).

В процессе профессиональной подготовки технология направлена на решение следующих задач:

– «систематизация учебного материала – отбор наиболее важной информации, структурирование контента, разработка учебно-творческих заданий, направленных на формирование необходимых умений и навыков» [65];

– создание модели образовательного процесса – выбор методик и организации учебной деятельности (лекции, семинары, практикумы, самостоятельная работа и т. д.);

– применение различных методов обучения – информационных, репродуктивных, проблемно-поисковых, репродуктивно-творческих и других;

– подбор средств обучения – учебников и пособий, наглядных материалов, информационных ресурсов и технического оснащения.

Структура технологии в профессиональной подготовке включает:

1. Концептуальную основу – определение целей обучения, описание содержания учебного материала.

2. «Содержательную часть – образовательные цели (общие и конкретные), содержание учебного материала» [64].

3. «Процессуальную часть – организация образовательного процесса, способы и формы учебной деятельности обучающихся, подходы и формы работы преподавателя, методы управления процессом усвоения материала, оценка результатов обучения» [65].

Технология профессиональной подготовки будущих учителей физической культуры к рекреационной работе с учащимися основной школы представлена в Приложении 12.

Целью первого, подготовительного, этапа было формирование целостного представления об особенностях обучения и воспитания учащихся в рамках рекреационных программ. На данном этапе происходило ознакомление с основными понятиями рекреации, ее видами, формами и значением для здоровья и развития школьников; формирование у будущих учителей мотивации к освоению и применению рекреационных технологий. Это достигается путем проведения лекций, семинаров, тренинговых занятий, на которых рассматриваются примеры успешной реализации рекреационных программ в образовательных организациях, обсуждаются преимущества использования рекреации для повышения интереса учащихся к занятиям физической культурой и спортом, а также для укрепления их здоровья и формирования здорового образа жизни.

Основываясь на цели данного этапа, были предложены следующие направления деятельности: познавательно-развлекательное; спортивно-оздоровительное; туристическо-игровое. На подготовительном этапе были предложены следующие формы работы: разработка и проведение интеллектуально-развлекательных игр (квизов); составление картотеки физминуток; посещение спортивных, тренажерных залов, лабораторий, освоение диагностического оборудования; подготовка проекта «Здоровье нации: состояние, риски, профилактика»; разработка игровых модулей в рекреации; проведение подвижных игр.

Познавательно-развлекательное направление предполагало углублённое изучение теоретических основ рекреационной деятельности, включая её принципы, виды, формы и методы организации. Будущие учителя физической культуры должны были усвоить, что рекреация представляет собой не просто досуговое занятие, а целенаправленный процесс, обеспечивающий восстановление физических и психических ресурсов,

развитие творческого потенциала и социализацию личности. Существенное внимание уделялось возрастной специфике учащихся основной школы, а также учёту их потребностей и интересов при планировании и проведении рекреационных мероприятий. Кроме того, в рамках данного направления будущие учителя физической культуры знакомились с отечественным и зарубежным опытом организации рекреационной работы с учащимися основной школы.

Так, в ходе подготовительного этапа реализации технологии будущим учителям физической культуры предлагали разработать и провести интеллектуально-развлекательные игры (квизы) (Приложение 8); составить картотеку физминуток. Разработка и проведение интеллектуально-развлекательных игр (квизов) открывает широкие возможности для повышения мотивации к изучению физической культуры и формированию здорового образа жизни.

В отличие от традиционных уроков, квизы проводятся в игровом формате, что способствует активизации познавательной деятельности школьников и расширению их представлений о спорте, здоровье и двигательной активности. Ключевым требованием к их содержанию является сочетание познавательной ценности и увлекательности, а также учёт возрастных особенностей и уровня подготовленности участников.

Цель – организация содержательного досуга подростков, содействие их гармоничному развитию и формированию активной жизненной позиции, развитие интеллектуальных способностей, повышение учебной мотивации и интереса к различным областям науки и культуры.

Ход работы. Процедура организации квизов строилась поэтапно. Первым шагом стало изучение интересов, возрастных и психологических характеристик учащихся основной школы. На основе полученных данных разрабатывалась концепция, после утверждения которой создавалось содержательное наполнение игровых заданий. В содержание квизов включались вопросы из разных областей знаний – от гуманитарных

дисциплин до естественных наук. При этом вопросы конструировались таким образом, чтобы они пробуждали любознательность и подталкивали участников к самостоятельному освоению нового материала, а практические задания ориентировались на развитие творческого мышления и формирование навыков коллективной работы. Особое внимание уделялось психологическому комфорту участников, поскольку именно в атмосфере эмоциональной безопасности, по нашему убеждению, наиболее полно раскрывается личностный потенциал школьников.

Непосредственное проведение квизов осуществлялось по заранее утверждённому сценарию. Сформированные команды последовательно проходили серию интеллектуальных испытаний, включавших ответы на вопросы и выполнение практических заданий. За соблюдением правил и объективностью оценки следили ведущие. Между раундами для поддержания положительного настроения и укрепления командного взаимодействия организовывались динамические паузы и развлекательные конкурсы.

Разработка картотеки физкультурных пауз предполагала наличие у студентов не только творческого потенциала, но и глубокого понимания педагогических задач, решаемых на конкретном занятии (Приложение 10). Физминутка не может представлять собой случайный набор двигательных действий – она должна быть организована как целенаправленный комплекс, обеспечивающий снятие психоэмоционального напряжения, активизацию внимания и восстановление работоспособности. Эффективность применения физминуток определяется учётом специфики урока, преобладающего вида деятельности и возрастных характеристик учащихся, что позволяет педагогу гибко подходить к выбору упражнений и дозировке нагрузки.

Целевой ориентир работы: систематизация знаний в области методики физического воспитания, развитие творческого мышления, совершенствование педагогического мастерства, формирование устойчивого интереса к занятиям физической культурой и здоровому образу жизни.

Организация работы строилась вокруг оформления каждой физминутки на отдельной карточке, содержащей описание упражнений, методические рекомендации, иллюстративный материал и указание целевой возрастной группы. Картотека систематизировалась по тематическим разделам, целевому назначению и степени сложности. Особое внимание уделялось чёткости и доступности изложения материала, чтобы он был понятен как начинающим педагогам, так и самим школьникам.

Работа по созданию картотеки развивала у будущих учителей физической культуры умения планировать и организовывать двигательную активность. Они учились определять оптимальное место физминутки в структуре урока, рассчитывать её временные параметры и подбирать музыкальное сопровождение. При подборе упражнений учитывались интересы и возрастные предпочтения учащихся, использовались игровые приёмы, создавалась эмоционально комфортная атмосфера.

Спортивно-оздоровительное направление обеспечивало формирование будущего учителя физической культуры, способного интегрировать ценностно-смысловые установки здорового образа жизни и двигательной активности в образовательную практику. Данное направление не ограничивается трансляцией теоретических знаний и практических навыков в области физической культуры, но и способствует выработке у будущих учителей физической культуры осознанного отношения к рекреации как к значимому фактору сохранения психофизического здоровья школьников. Приоритетное значение при этом приобретают современные педагогические технологии, ориентированные на вовлечение учащихся в физкультурно-оздоровительную деятельность с учётом их возрастных, типологических и индивидуальных характеристик.

Реализация спортивно-оздоровительного направления на рассматриваемом этапе предполагала организацию экскурсий в спортивные и тренажёрные залы, посещение профильных лабораторий, практическое ознакомление с диагностическим оборудованием, а также разработку

будущими учителями физической культуры проектных работ по теме «Здоровье нации: состояние, риски, профилактика». Данные формы работы обеспечивали не только накопление теоретического багажа, но и формирование практических умений, востребованных в профессиональной деятельности в сфере рекреации. Освоение диагностического инструментария и овладение навыками интерпретации полученных данных позволяют специалисту осуществлять индивидуализацию учебно-тренировочного процесса, разрабатывать программы двигательной активности, максимально соответствующие актуальным потребностям и функциональным возможностям учащихся. Овладение средствами диагностики – пульсометрами, анализаторами состава тела, динамометрами – даёт возможность объективно оценивать динамику физического состояния занимающихся, своевременно вносить коррективы в тренировочные программы и минимизировать риски травматизма.

Целевым ориентиром выступает формирование у будущих учителей физической культуры системного подхода к управлению тренировочным процессом, основывающегося на синтезе научно-теоретических знаний и практического опыта и направленного на достижение высоких спортивных результатов при одновременном обеспечении долгосрочного сохранения здоровья и психофизического благополучия учащихся.

Организация работы строилась на принципе погружения будущих учителей физической культуры в активную образовательную среду. Перед ними ставилась задача проследить взаимосвязь теоретических положений анатомии и физиологии с практическими двигательными действиями, проследить логику освоения техники выполнения упражнений. В процессе тренировочных занятий будущие учителя физической культуры овладевали навыками управления собственным телом, развивали силовые качества и выносливость. Практика в тренажёрном зале служила наглядной иллюстрацией биомеханических и эргономических принципов, что способствовало формированию умений выстраивать тренировочный процесс

с учётом индивидуальных особенностей занимающихся и поставленных целей.

Значимым компонентом работы выступило использование мобильных устройств, сенсоров и специализированного программного обеспечения для мониторинга физической активности, сна и иных параметров в режиме реального времени. Сбор и последующая обработка данных с применением алгоритмов машинного обучения позволяли идентифицировать скрытые закономерности, получать эмпирическую информацию для корректировки тренировочных программ и профилактики травматических ситуаций.

Подготовка проекта «Здоровье нации: состояние, риски, профилактика» способствовала формированию здорового поколения и повышала престиж профессии учителя физической культуры, демонстрируя его важную роль в обществе и стимулируя к дальнейшему профессиональному развитию, поиску новых методов укрепления здоровья.

Цель работы заключалась в комплексном анализе современного состояния здоровья населения, выявлении ключевых факторов риска, оказывающих негативное влияние, разработке эффективных стратегий профилактики, направленных на улучшение здоровья в целом. Проект ставит перед собой задачу не просто констатировать существующие проблемы, но и предложить конкретные, научно обоснованные решения, применимые на практике.

Ход работы. Первым этапом является формирование рабочей группы, включающей медиков, социологов, статистов, экономистов и представителей органов государственной власти. Эта группа отвечала за определение целей и задач проекта, разработку методологии исследования. Следующий этап – сбор и анализ данных. Для этого проводили комплексный анализ демографической ситуации, показателей заболеваемости и смертности, факторов риска для здоровья населения, эффективности существующих программ профилактики. После анализа данных формировали концепцию проекта, в которой определяли основные направления деятельности, целевые

группы населения, ожидаемые результаты и показатели эффективности. Завершающим этапом была подготовка итогового отчета.

Результаты исследования могут быть использованы для разработки специализированных образовательных программ и модулей, ориентированных на формирование у обучающихся знаний и навыков, необходимых для поддержания и укрепления здоровья. В частности, это может включать разработку курсов по здоровому питанию, физической активности, управлению стрессом и профилактике вредных привычек.

Туристическо-игровое направление подразумевало интеграцию в образовательный процесс элементов туризма и игровых методик. Данное направление позволяло создать мотивирующую среду для учащихся, способствуя их активному участию в рекреационных мероприятиях, формированию здорового образа жизни и развитию необходимых навыков. Будущие учителя осваивали методику организации туристических походов, игр на местности, спортивного ориентирования и других видов активности, направленных на укрепление здоровья и развитие физических качеств школьников.

На подготовительном этапе, в рамках туристическо-игрового направления, были предложены следующие формы педагогического взаимодействия: разработка игровых модулей в рекреации; проведение подвижных игр («Собери рюкзак», «Поставь палатку», «Ориентирование на местности»).

Разработка игровых модулей в рекреационной работе представляет собой многоплановый процесс, предполагающий учёт не только возрастных особенностей и интересов целевой аудитории, но и специфики рекреационного пространства, его функциональных возможностей и ограничений. Цель заключается в создании оптимальных условий для восстановления физических и психических ресурсов учащихся и учителей в течение учебного дня.

Ход работы. На начальном этапе осуществляется оценка имеющихся рекреационных зон с точки зрения их функциональности, безопасности и соответствия актуальным потребностям школьников. Далее разрабатывается концепция, определяющая общую идею и стилевое решение рекреационного пространства. Концепция предполагает создание многофункциональной среды, позволяющей учащимся отдыхать, общаться, заниматься игровой и творческой деятельностью, развивая различные навыки. Важным компонентом является разработка проектной документации, включающей решения по освещению, озеленению, мебелировке, подбору спортивного и игрового оборудования, а также элементов декора, формирующих комфортную и эстетически привлекательную атмосферу. Завершающий этап включает обучение персонала правилам использования и обслуживания рекреационной зоны, а также проведение информационных мероприятий для учащихся и педагогов, направленных на ознакомление с возможностями нового пространства.

Рекреационное пространство, организованное с учётом задач личностного развития, способствовало формированию социально-коммуникативных навыков и укреплению конструктивных межличностных отношений среди будущих учителей физической культуры. Неформальное общение и совместная деятельность в такой среде создавали предпосылки для углубления взаимопонимания, отработки навыков командного взаимодействия и освоения стратегий бесконфликтного общения. Создание условий, побуждающих школьников к социальной активности, рассматривается как значимый фактор формирования психологически комфортной и поддерживающей атмосферы в учреждении образования. Кроме того, правильно выстроенное рекреационное пространство приобретает функции дополнительного образовательного ресурса. Интеграция в его оформление природных, художественных и интерактивных компонентов позволяет учащимся в непринуждённой обстановке расширять кругозор и развивать творческое мышление. Таким образом, рекреационная

среда, будучи грамотно спроектированной, перестаёт быть лишь зоной отдыха и превращается в эффективное средство многогранного развития личности.

Проведение подвижных игр («Собери рюкзак», «Поставь палатку», «Ориентирование на местности») направлено на повышение уровня физической активности участников и развитие у них ключевых навыков, необходимых для успешного взаимодействия с природой.

Игра «Собери рюкзак» учит правильно укладывать вещи, распределять вес и выбирать только самое необходимое для похода. Разделившись на команды, участники по сигналу начинали укладывать в рюкзак заранее подготовленные предметы, ориентируясь на список, соответствующий определенному виду похода (однодневный, многодневный, зимний и т.д.). Побеждала команда, которая быстрее и правильнее собрала рюкзак, учитывая его содержимое и распределение веса.

Игра «Поставь палатку» представляет собой практическое занятие по установке туристического укрытия. Командам предоставляются одинаковые палатки и инструкция по сборке (для более подготовленных участников инструкция может быть исключена). Цель – осуществить сборку палатки максимально быстро и правильно, строго соблюдая инструкцию и правила техники безопасности. Данное упражнение развивает навыки командного взаимодействия, умение работать с инструктивными материалами и схемами, а также способствует совершенствованию координации движений и ловкости.

Игра «Ориентирование на местности» ставит своей целью развитие у школьников навыков работы с компасом, топографической картой и умения использовать природные ориентиры для навигации. Участники, получив карту с нанесённым маршрутом и компас, проходят обозначенный путь, последовательно находя контрольные точки. На каждой из них им необходимо выполнить практическое задание, связанное с ориентированием или элементарными навыками выживания в природной среде. Такая игровая

форма способствует развитию наблюдательности, логического мышления и способности принимать решения в нестандартных условиях.

Проведённые подвижные игры, по результатам наблюдений, оказали благотворное воздействие как на физическое, так и на психоэмоциональное состояние участников. Освоенные в ходе игр навыки и знания, как показал опыт, могут найти применение не только в туристической практике, но и в повседневных жизненных ситуациях. Следует также отметить, что участие в командных играх способствовало сплочению коллектива, развитию коммуникативных умений и навыков совместной деятельности. Положительная обратная связь от участников, выразивших желание участвовать в аналогичных мероприятиях в дальнейшем, также свидетельствует об успешности проведённой работы.

Целью профессионально-деятельностного этапа было формирование системы теоретических знаний и практических умений по рекреационной работе с учащимися основной школы. Формируемые практические умения и навыки включали: разработку программ и мероприятий, направленных на поддержание здоровья школьников; использование современных методов и средств физического воспитания; создание условий для активного отдыха учащихся; формирование мотивации у школьников к занятиям физической культурой и спортом; осуществление мониторинга состояния здоровья и физической подготовленности. Профессионально-деятельностный этап направлен на подготовку квалифицированных учителей, способных организовать физическую рекреацию для школьников, что, в свою очередь, будет способствовать укреплению их здоровья и воспитанию потребности в регулярных занятиях физическими упражнениями.

Познавательно-развлекательное направление позволяло интегрировать образовательные цели с элементами развлечения, тем самым делая образовательный процесс увлекательным для учащихся основной школы. Применение активных игровых методов способствовало вовлечению

учащихся в познавательную деятельность, стимулируя двигательную активность и создавая положительный эмоциональный фон. Организация туристических походов способствует расширению кругозора, формированию умений ориентироваться на местности, укрепляет физическое здоровье и развивает коллективные навыки. Практическое обучение педагога в процессе организации спортивных мероприятий, уроков физической культуры с элементами рекреации и т.д. повышает профессиональный уровень будущего учителя.

Будущим учителям было предложено организовать рекреационную зону и тренинговое занятие «Восстановление физического, психического и духовного здоровья». Организация рекреационной зоны представляла собой комплекс мер, направленных на создание комфортной среды для отдыха, восстановление сил, поддержание здоровья учащихся основной школы.

Цель: создание условий для формирования профессиональных компетенций, необходимых будущим учителям физической культуры для эффективной организации и проведения физкультурно-рекреационных мероприятий с учащимися основной школы.

Ход работы. Организация рекреационной зоны включала несколько последовательных этапов, каждый из которых был направлен на достижение выдвинутой цели.

Подготовительный этап предусматривал анализ существующей ситуации и разработку концепции рекреационной зоны. Будущие учителя физической культуры в ходе данного этапа провели изучение потребностей и интересов учащихся, определили целевую аудиторию (возрастные группы), проанализировали доступные природные и материальные ресурсы, составили предварительную концепцию рекреационной зоны.

Этап проектирования и дизайна направлен на разработку проектных решений и создание визуализации будущей рекреационной зоны. Будущие учителя выбирали оптимальное расположение зоны, планировали

функциональные участки, подбирали подходящее оборудование и инвентарь, оформляли графические материалы проекта (эскизы, схемы и макеты).

Этап реализации проекта – организация и благоустройство рекреационной зоны. Будущими учителями физической культуры осуществлялся монтаж необходимых конструкций и оборудования, проводились работы по обустройству территории, проверялась готовность объектов к эксплуатации.

Этап запуска и тестирования – проведение пробных мероприятий и оценка эффективности созданных условий. Будущие учителя организовали тестовую эксплуатацию зоны, провели инструктаж по правилам пользования объектами, проанализировали реакцию целевой аудитории и внесли необходимые коррективы.

Этап эксплуатации и сопровождения – обеспечение устойчивого функционирования рекреационной зоны. Студенты поддерживали санитарное состояние и порядок, консультировали учащихся, стимулировали их участие в поддержании и развитии пространства.

Этап мониторинга и оценки результатов – анализ состояния рекреационной зоны. Проводились опросы и анкетирование школьников, отслеживались показатели посещаемости и вовлечённости, готовились отчёты о результатах работы.

Ключевой акцент в реализации данной формы работы делался на активном включении будущих учителей физической культуры в процессы создания и организации рекреационного пространства. Такой подход обеспечивал студентам возможность не только закрепления теоретических знаний, но и приобретения практических навыков, непосредственно связанных с предстоящей профессиональной деятельностью. Участие в проектировании, планировании и практической реализации инфраструктурных решений позволило им освоить комплекс умений, необходимых для организации условий полноценного отдыха и досуга школьников.

Обучающимися было проведено анкетирование, что позволило выявить предпочтения относительно видов активного отдыха, развлечений, мероприятий и других форм активности. Под руководством будущих учителей были проведены разнообразные мероприятия, способствующие развитию коммуникативных способностей, творческих талантов и повышению физической подготовленности. Обучающимися регулярно проводился мониторинг состояния рекреационного пространства.

Организация тренингового занятия «Восстановление физического, психического и духовного здоровья» направлена на формирование готовности будущих учителей к эффективному проведению реабилитационных мероприятий, способствующих всестороннему восстановлению и сохранению здоровья учащихся основной школы.

Цель: формирование у будущих учителей физической культуры знаний, умений и навыков, необходимых для разработки и проведения физкультурных мероприятий с элементами рекреации, способствующих восстановлению и сохранению физического, психического и духовного здоровья учащихся основной школы. Проведение данного тренингового занятия направлено на развитие способности, выбирать оптимальные формы и методы работы, изучение теории и методики проведения физических мероприятий с элементами рекреации, отработку практических навыков, повышение уровня осведомленности о влиянии физической активности на самочувствие учащихся, развитие креативного мышления и творческого потенциала будущих учителей физической культуры.

Ход работы. Продолжительность тренингового курса составляла три дня, при этом программа могла корректироваться в зависимости от особенностей образовательной организации и специфики её деятельности. Содержание тренинговой программы представлено в таблице 9.

Таблица 9

Программа тренингового занятия «Восстановление физического, психического и духовного здоровья»

День 1	День 2	День 3
Приветствие и знакомство. Были определены ожидания участников относительно содержания и результатов тренингового занятия.	Проведение практикума: ролевые игры («Учитель-фасилитатор»). В рамках данного занятия были смоделированы ситуации взаимодействия с учениками, находящимися в состоянии переутомления и стресса.	Презентация разработанных уроков и мероприятий по восстановлению здоровья школьников.
Проведение теоретико-практического модуля: «Основы физической реабилитации и ее значение для учащихся основной школы».	Проведение семинара-тренинга: «Психология здоровья и роль педагогов в восстановлении душевного равновесия школьников». Были разобраны приемы психологической поддержки и снижения тревожности.	Обмен впечатлениями и результатами.
Проведение методического семинара: «Современные подходы к организации физкультурно-рекреационных мероприятий». Были рассмотрены основные принципы построения тренировок, направленных на восстановление здоровья.	Проведение мастер-класса: «Пространственно-двигательные техники укрепления опорно-двигательного аппарата школьников». Были рассмотрены и проанализированы практические рекомендации по разработке комплексов упражнений.	
Проведение интерактивного занятия: «Физкультминутки и разминки для профилактики утомляемости учащихся».	Проектирование урока физической культуры с использованием авторских техник восстановления здоровья.	

Проведение тренингового занятия позволило участникам в дальнейшем самостоятельно разрабатывать и организовывать физкультурные мероприятия с элементами рекреации, направленные на восстановление и сохранение здоровья учащихся основной школы, а также создавать условия, способствующие их полноценной жизнедеятельности. Тренинг выступал эффективным инструментом профессиональной подготовки будущих учителей физической культуры, обеспечивая их необходимыми знаниями и практическими умениями для успешной профессиональной деятельности.

Анализ результатов тренинга показал положительную динамику у его участников: возросла двигательная активность, уменьшились проявления утомляемости и тревожности. Зафиксированные изменения позволяют говорить о высоком уровне профессиональных компетенций, ответственного отношения и проявленных творческих способностях у будущих учителей, выступивших организаторами и ведущими данных тренингов.

Развитию умений, связанных с организацией рекреационной работы, в значительной мере способствовало спортивно-оздоровительное направление подготовки. Его целевая установка – подготовить будущих учителей физической культуры, которые могут на профессиональной основе проектировать и проводить физкультурно-оздоровительные мероприятия, решающие задачи укрепления здоровья школьников. В рамках данного направления будущие учителя физической культуры выполняли следующие практические задания: разрабатывали тренировочные программы и планы-конспекты уроков физической культуры с включением рекреационных элементов, а затем апробировали их в условиях реальной педагогической практики.

Составление тренировочных программ направлено на разработку комплекса мероприятий, обеспечивающих сохранение и укрепление здоровья школьников средствами физической культуры и спорта. Данная форма работы способствовала формированию навыков рекреационной работы у будущих учителей физической культуры, что обеспечивало эффективное решение задач физического воспитания учащихся основной школы.

Цель: формирование готовности будущих учителей к выполнению задач по сохранению физического, психического и социального здоровья; знаний и практических умений в области организации рекреационной деятельности, овладение методиками диагностирования физического состояния учащихся, выработка умений разрабатывать и реализовывать учебно-воспитательную деятельность, привлечение внимания к важности рекреационной деятельности.

Ход работы. Перед составлением тренировочных программ будущими учителями физической культуры были определены исходные характеристики учащихся основной школы, выявлен уровень их физической подготовленности, медицинские показания и противопоказания, были сформулированы конкретные цели и задачи программ. На основе полученных данных была сформирована концепция программы, которая определила направления и приоритеты работы. Концептуальная модель программы включала планируемый объем и интенсивность нагрузок, наиболее адекватные формы и методы проведения занятий, распределение учебной нагрузки по временным интервалам. Детальная разработка содержательных компонентов программы предусматривала проработку конкретных направлений и форматов занятий. Наиболее распространенными видами занятий были общая физическая подготовка, специализированные тренировки и тренировки специальной направленности. Будущими учителями физической культуры были разработаны программы тренировок следующих типов: бег трусцой, гимнастика и акробатика, силовые тренировки, гибкость и растяжка, координация движений, подготовка к сдаче ГТО, упражнения на балансировку и стабилизацию тела, дыхательные практики и расслабляющие техники.

Педагогическое сопровождение реализации тренировочных программ включало: консультации, методическую поддержку, проведение промежуточного оценивания и диагностику динамических изменений в физических показателях учащихся. По окончании реализации программ были проведены итоговые замеры и анализы достигнутых результатов, на основании чего были внесены корректировки в последующие программы. Стоит отметить, что программы составлялись с учетом индивидуальных особенностей учащихся, включали разнообразные типы нагрузок (силовая подготовка, кардионагрузка, растяжка, балансировка и координация). Студенческие тренировочные программы характеризуются продуманностью, отсутствием чрезмерных нагрузок и опасностей, а также содержали

механизмы стимулирования, поддержания интереса и вовлечения участников в здоровый и активный образ жизни.

Составление планов уроков с элементами рекреации и их проведение позволяло гармонично сочетать образовательную нагрузку с отдыхом и восстановлением сил учащихся, повышая общую эффективность занятий.

Цель: формирование профессиональных компетенций, необходимых для грамотного планирования и проведения физкультурных мероприятий с элементами рекреации; развитие способности применять современные методики и инновационные подходы; выработка навыков дифференцированного подхода; создание условий для полноценного освоения будущими учителями приемов и способов организации физкультурно-оздоровительного процесса; повышение мотивации школьников к занятиям физической культурой и спортом.

Ход работы. Составление и проведение уроков физической культуры с включением рекреационных элементов предполагало реализацию ряда последовательных этапов, направленных на повышение профессионального уровня и эффективности занятий:

1 этап – диагностика и целеполагание. На начальном этапе будущие учителя проводили анализ состояния здоровья и уровня физической подготовленности учащихся, изучали медицинскую документацию и выявляли возрастные особенности каждой группы. На основе полученных данных формулировались цели и задачи урока, согласованные с общей программой физического воспитания.

2 этап – планирование и структурирование урока. Разрабатывалась схема занятия, включающая вводную, основную и заключительную части. Каждый структурный элемент наполнялся соответствующими формами и методами физической активности. В содержание уроков интегрировались рекреационные элементы: дыхательные упражнения, танцевальные движения, подвижные игры на свежем воздухе, элементы йоги.

3 этап – проведение урока. Занятие начиналось с ознакомления учащихся с целями и задачами, затем следовала основная активная часть, завершалась – восстановительным этапом. Будущие учителя контролировали соблюдение норм и требований, поддерживали дисциплину и доброжелательную атмосферу, оказывали индивидуальную помощь отстающим ученикам и создавали условия для самосовершенствования более подготовленных.

4 этап – рефлексия и самоанализ. Будущие учителя осуществляли самооценку педагогической деятельности, выявляли недостатки и определяли направления для дальнейшего профессионального развития.

Анализ деятельности будущих учителей физической культуры показал, что проведённые уроки отличались чёткой структурой, последовательным распределением нагрузки, использованием игровых технологий, нестандартных заданий и элементов арт-реабилитации. Сочетание традиционных спортивных упражнений с творческим самовыражением способствовало повышению интереса учащихся к предмету, улучшению дисциплины и работоспособности. В результате школьники продемонстрировали улучшение физических показателей, повышение общего тонуса, укрепление психического здоровья и рост активности.

Туристическо-игровое направление способствовало внедрению элементов туризма и игровой деятельности в образовательную практику, что направлено на развитие физических, интеллектуальных и морально-нравственных качеств; активному освоению окружающего мира и природного ландшафта, развитию умений коммуникации и командообразования, снижению утомляемости и стрессов через включение в игровую деятельность, укреплению физического здоровья, развитию ловкости, силы, выносливости и координации движения.

На профессионально-деятельностном этапе в рамках туристическо-игрового направления были предложены следующие формы педагогического взаимодействия: разработка и проведение туристических маршрутов по

Крыму и организация турслетов. При разработке туристических маршрутов учитывали возрастные и физические возможности учащихся, а также цели путешествия; подбирали подходящее снаряжение, продукты питания и планирования бюджета; обеспечивали безопасность участников.

Цель: подготовка будущих учителей физической культуры к эффективному руководству туристическими походами, что формирует навыки планирования, организации и проведения безопасных путешествий.

Ход работы. Будущим учителям физической культуры был предложен следующий план работы: определение целей и задач, выбор маршрута, подготовка и планирование, проведение маршрута, анализ и оценка, подготовка документации и отчетности.

Первоначально будущими учителями были сформулированы цели и задачи туристического маршрута, включая образовательные (изучение природы, истории и культуры региона), физические (развитие выносливости, силы и координации), социальные (развитие навыков сотрудничества и взаимопонимания) и эстетические (эстетическое удовольствие от пребывания на природе) цели. Выбор маршрута осуществлялся с учетом возраста и физической подготовки участников, климатических условий, уровня сложности маршрута и доступности транспортных средств и инфраструктуры.

В процессе подготовки и планирования будущие учителя осуществляли сбор информации о маршруте: изучали картографические материалы, специальную литературу и отзывы, подбирали необходимое снаряжение и оборудование, разрабатывали график движения и рацион питания. На этапе проведения похода по заранее разработанному маршруту была организована вводная встреча, в ходе которой озвучивались цели и задачи путешествия; по итогам дня проводился анализ возникавших проблем и ситуаций, подводились промежуточные итоги. После завершения маршрута оценивалось качество организации и проведения похода, формулировались предложения по его усовершенствованию. В заключение будущими

учителями был составлен отчёт о маршруте, включающий: подробное описание пройденного пути, фото- и видеоматериалы, выводы и практические рекомендации.

Будущие учителя физической культуры продемонстрировали высокий профессиональный уровень: экскурсионные объекты были содержательно и увлекательно представлены, что способствовало формированию устойчивого интереса учащихся к истории и культуре региона. Движение группы было организовано с соблюдением всех мер безопасности. Студенты показали способность устанавливать конструктивный контакт с учащимися, оперативно разрешать возникавшие конфликтные ситуации, поддерживать положительный эмоциональный настрой и дисциплину в группе.

Практической формой рекреационной работы стала подготовка туристических слётов. Они развивали у школьников интерес к физкультуре, краеведению и экологии, подчёркивали значимость физической активности и здоровья.

Цель: формирование готовности будущих учителей физической культуры к организации туристических мероприятий с включением двигательной активности, ориентирования и командной работы.

Ход работы. Организация туристического слёта включала несколько этапов. Сначала определялись цели, подбиралось место с учётом безопасности и доступности, разрабатывалась программа с включением спортивных, творческих и познавательных заданий. Затем готовилась документация, проводился инструктаж, распределялись обязанности. В день мероприятия организовывались открытие, прохождение маршрутов с выполнением заданий и награждение. На завершающем этапе анализировались результаты и формулировались рекомендации.

Будущими учителями физической культуры был разработан пакет нормативной документации, включающий регламент участия, критерии оценки результатов, требования безопасности и процедуру награждения. Предложенные маршруты варьировались по сложности и подбирались с

учётом уровня физической и технической подготовленности участников. Контрольные пункты содержали задания, интегрирующие знания из географии, биологии, математики и других предметных областей. Для обеспечения объективности оценивания и контроля соблюдения правил к проведению мероприятия привлекались квалифицированные педагоги-наставники.

Торжественное открытие слёта включало официальную церемонию: приветствие команд, объявление регламента соревнований и напутствие участникам. В основной части мероприятия команды двигались по заданным маршрутам, последовательно проходя контрольные пункты и выполняя практические задания. Судейская бригада фиксировала время прохождения этапов, оценивала правильность выполнения и вела подсчёт баллов. По завершении соревновательной программы состоялось построение, на котором были оглашены итоговые результаты и проведена церемония награждения. После официальной части участники неформально обменивались впечатлениями, анализировали как удачные тактические решения, так и допущенные просчёты, обсуждали перспективы участия в будущих мероприятиях. Будущие учителя физической культуры, выступавшие в роли организаторов, подготовили письменные отчёты о проведении слётов, в которых провели анализ достигнутых результатов и выявленных трудностей, а также сформулировали предложения по совершенствованию организации подобных мероприятий в дальнейшем.

Будущие учителя физической культуры грамотно выстроили расписание соревнований и культурной программы. Инфраструктура была продумана: качественно оборудована территория, удобно разработаны маршруты и пункты следования. В ходе турслётов применялись цифровые карты, навигационные приборы и гаджеты для ориентирования. Программа включала командные состязания, интеллектуальные конкурсы и творческие выступления.

На третьем – рефлексивном – этапе в качестве ключевой целевой установки выступало формирование у будущих учителей физической культуры умений критически оценивать собственную профессиональную деятельность в сфере организации рекреационной работы в основной школе, а также развитие навыков самоанализа и способности к самокоррекции в процессе выполнения рекреационных задач. Этап предполагал, что будущие учителя физической культуры смогут не только осознать свои профессиональные успехи и сильные стороны, но и выявить проблемные зоны, требующие дальнейшего развития и совершенствования. В рамках данного этапа будущие учителя вовлекались в систематический анализ педагогического опыта, накопленного в ходе практической деятельности и выполнения проектных заданий, имитирующих условия реальной рекреационной практики. Рефлексивная работа включала: оценку результативности используемых методических приёмов, анализ трудностей, возникающих в процессе организации рекреационных занятий, поиск путей их устранения, а также осмысление того, как личностные свойства педагога влияют на эффективность проведения рекреационных мероприятий и их результативность.

Существенное место в содержании рефлексивного этапа отводится развитию педагогической рефлексии. В ходе данного направления работы будущие учителя физической культуры осваивают навыки анализа не только собственных педагогических действий, но и ответных реакций учащихся, специфики группового взаимодействия, а также влияния внешних социокультурных условий на организацию рекреационной деятельности. Для решения этих задач используются такие методические приёмы, как самооценивание и взаимооценивание, дискуссионные обсуждения и анализ конкретных педагогических ситуаций.

На рефлексивном этапе были предложены следующие направления деятельности: познавательно-развлекательное, спортивно-оздоровительное, туристическо-игровое, а также формы работы: подготовка социального

ролика «Здоровый образ жизни», организация спортивно-массовых мероприятий, спортивный час, дискуссионная площадка «Активная физическая культура. Физическая рекреация», разработка рекреационно-оздоровительной программы, презентация проекта «Путешествуем по Крыму».

Реализация познавательно-развлекательного направления на рефлексивном этапе давала возможность будущим учителям не просто восстановить в памяти ход событий, а осмысленно переработать накопленный опыт. Речь идёт не о поверхностном перечислении произошедшего, а о содержательном анализе собственной роли в происходивших событиях, характера взаимодействия с другими участниками, а также о том, как внешние обстоятельства повлияли на образовательный процесс и его результаты. На данном этапе важно не только отметить успешные моменты, но и признать ошибки, проанализировать их причины и спланировать стратегии для их предотвращения в будущем. Так, в ходе рефлексивного этапа будущим учителям физической культуры предлагали разработать и презентовать социальный ролик «Здоровый образ жизни», разработать и организовать спортивно-массовые мероприятия.

Разработка и презентация социального ролика «Здоровый образ жизни» – форма работы, которая позволяла обучающимся не только углубить свои знания о принципах здорового образа жизни, но и развить ряд важных навыков. В процессе создания ролика, будущие учителя физической культуры вовлекаются в исследовательскую деятельность, изучают статистику, анализируют существующие социальные кампании и, самое главное, учатся доносить информацию до широкой аудитории.

Процесс создания ролика требовал от будущих учителей умения работать в команде, распределять обязанности, эффективно взаимодействовать друг с другом. Каждый участник «проекта» может внести свой вклад, распределять и делегировать полномочия: кто-то отвечает за сценарий, кто-то за съёмку, монтаж, музыкальное сопровождение. Работа над

роликом способствовала развитию критического мышления, так как будущим учителям необходимо анализировать информацию, выбирать наиболее эффективные методы подачи информации, учитывать целевую аудиторию. Будущие учителя физической культуры учились аргументировать свою позицию, отвечать на вопросы аудитории; получали возможность участвовать в конкурсах социальных роликов, что являлось дополнительной мотивацией.

Цель: закрепление и визуализация полученных знаний и навыков, стимулирование осознанного отношения к собственному здоровью.

Ход работы. На начальном этапе обучающимся предлагалось провести анализ с целью выявления возрастных групп и социальных слоёв, наиболее восприимчивых к пропаганде здорового образа жизни. На основе полученных данных будущие учителя разрабатывали сценарии, учитывающие интересы, ценностные ориентации и особенности коммуникации целевой аудитории. Сценарий включал яркие визуальные образы, динамичный сюжет и чётко сформулированный посыл о преимуществах здорового образа жизни.

Далее будущие учителя физической культуры распределялись по командам, формировали съёмочную группу и определяли функциональные роли, проводили кастинг актёров, способных убедительно передавать эмоции и транслировать значимость темы. Съёмки проходили в различных локациях, символизирующих активный отдых, правильное питание и занятия спортом. Особое внимание уделялось качеству изображения и звука для обеспечения современного и профессионального визуального ряда.

Третий этап – монтаж и постпродакшен. Команды монтировали материал для привлечения и удержания внимания, добавляли музыку, проводили цветокоррекцию и визуальные эффекты.

Четвёртый этап – разработка плана продвижения. Ролики размещались на видеохостингах, в соцсетях и на площадках о ЗОЖ, организовывались

рекламные кампании и конкурсы. Ролик должен был интегрировать теоретические знания, практические навыки и личный опыт.

В рамках реализации данной формы работы обучающимся предлагались следующие тематики с кратким содержанием социальных роликов (таблица 10).

Таблица 10

Предложенная тематика и содержание социальных роликов

«Здоровый образ жизни»

№ п/п	Тематика социальных роликов	Краткое содержание социальных роликов
1	Твой выбор – твоя жизнь	Ролик, акцентирующий внимание на том, что каждый маленький выбор в течение дня, от стакана воды вместо сладкой газировки до короткой прогулки, суммируется и формирует наше здоровье в долгосрочной перспективе.
2	Движение – это жизнь	Этот ролик может вдохновлять людей на активное участие в физических упражнениях, демонстрируя различные способы оставаться активным, не обязательно посещая спортзал: танцы, прогулки на природе, игры с детьми на свежем воздухе.
3	Питание – это фундамент здоровья	Важность сбалансированного питания сложно переоценить. Ролик может показывать примеры здоровых, но при этом вкусных и легко готовящихся блюд, разрушая миф о том, что здоровое питание – это дорого и сложно.
4	Стресс под контролем	Управление стрессом – ключевой аспект здорового образа жизни. Ролик может предлагать простые техники релаксации, такие как медитация, дыхательные упражнения или хобби, помогающие снизить уровень стресса.
5	Сон – лучшее лекарство	Ролик, подчеркивающий важность достаточного и качественного сна для физического и психического здоровья. Советы по созданию комфортной среды для сна и установлению регулярного режима.
6	Вредные привычки – враги здоровья	Отказ от курения, алкоголя и других вредных веществ – важный шаг к здоровому образу жизни. Ролик может показывать негативные последствия этих привычек и предлагать ресурсы для тех, кто хочет от них избавиться.

7	Профилактика – залог здоровья	Ролик, побуждающий людей регулярно проходить медицинские осмотры и вакцинацию для предотвращения серьезных заболеваний.
8	Меняй жизнь к лучшему вместе с нами	Ролик, демонстрирующий истории людей, которые изменили свой образ жизни и стали более здоровыми и счастливыми.
9	Поддержка – это сила	Ролик, показывает важность поддержки со стороны семьи, друзей и сообщества в поддержании здорового образа жизни.
10	Здоровое поколение – здоровое будущее	Ролик, ориентированный на детей и подростков, подчеркивающий важность формирования здоровых привычек с детства.

Будущим учителям физической культуры больше всего понравилось работать над такими тематиками в рамках социальных роликов, как «Меняй жизнь к лучшему вместе с нами» и «Твой выбор – твоя жизнь». Ролик «Меняй жизнь к лучшему вместе с нами» позволил обучающимся погрузиться в реальные судьбы обычных людей, которые бросили вызов рутине (офисный работник, утопающий в стрессе и фастфуде, решает встать на пробежку по утрам, сначала это всего 10 минут, но постепенно его тело наливается силой, а разум – ясностью). В одном из роликов будущие учителя показывают, как молодая мать, борющаяся с послеродовой депрессией, присоединяется к групповым занятиям йогой. Её улыбка на экране – это не постановка, а отражение счастья, обретённого через движение и поддержку сообщества.

При создании видеороликов будущие учителя физической культуры стремились донести до зрителя идею о том, что перемены начинаются с небольших шагов, но при поддержке друзей, тренеров и единомышленников они способны привести к серьёзным, ощутимым результатам. Важной задачей для будущих учителей физической культуры было показать, что герои роликов обретают не только физическую форму, но и внутреннюю уверенность, а также новые ориентиры в жизни. Ключевой посыл, который

авторы стремились передать аудитории, можно сформулировать так: «Присоединяйся, меняйся, живи ярко!»

В рамках работы над видеороликами по теме «Твой выбор – твоя жизнь» будущие учителя физической культуры акцентировали внимание на повседневных решениях, которые на первый взгляд кажутся незначительными, однако в своей совокупности формируют устойчивую модель здорового поведения. Визуальный ряд включал сцены, иллюстрирующие выбор в пользу здоровья: утренний стакан воды с лимоном вместо сладкого напитка, сбалансированный обед вместо фастфуда, вечерняя прогулка вместо бессмысленного просмотра ленты в смартфоне. Динамика сюжета, построенная на смене кадров с тикающими часами, демонстрировала, как отказ от одной привычки позволяет избежать усталости, а от другой – предотвратить заболевания. Каждый эпизод подчёркивал мысль о том, что сумма ежедневных выборов определяет качество жизни и обеспечивает сохранение здоровья.

Обратная связь, полученная от участников проектной деятельности, свидетельствует о том, что предложенный формат работы способствовал как развитию творческих способностей студентов, так и более глубокому пониманию роли физической культуры в становлении личности. Ниже приводятся высказывания участников.

Студентка Анастасия К., 22 года, отмечает: «Создание видеоролика «Меняй жизнь к лучшему вместе с нами» оказалось для меня значимым этапом профессионального роста. В процессе работы мы фиксировали реальные истории, стремились передать через каждый кадр эмоциональную составляющую – радость, преодоление, победу. Видеоработа, как мне кажется, способна вдохновить зрителя, продемонстрировать, что изменения возможны, когда рядом есть единомышленники. Я ощутила себя частью педагогического коллектива, где задача учителя – влиять не только на тело, но и на душу ученика».

Студент Дмитрий С., 23 года, подчёркивает: «При создании ролика «Твой выбор – твоя жизнь» мы старались показать, как важны повседневные решения. Монтаж и сюжет позволили нам визуализировать эффект от полезных привычек. Этот опыт утвердил меня в мысли, что физическая культура – это не просто школьный предмет, а образ мышления. Мне приятно осознавать, что наш проект может побуждать людей заботиться о своём здоровье».

Таким образом, создание и представление социального видеоролика на тему здорового образа жизни можно рассматривать как многофункциональную форму учебной работы, которая позволяет студентам не только обобщить теоретические знания, но и отточить навыки командного взаимодействия, творческого подхода, аналитического мышления и эффективной коммуникации. Такой опыт, по нашему убеждению, закладывает основу для становления активной жизненной позиции и формирования умения воздействовать на ценностные ориентиры социума.

Практико-ориентированным форматом профессиональной подготовки будущих учителей физической культуры выступает организация спортивно-массовых мероприятий. В ходе данной деятельности будущие учителя имели возможность применить теоретические знания в реальных условиях, осуществить анализ собственных действий и внести в них коррективы по ходу выполнения задач. Этот этап приобретает особую значимость для формирования компетентного специалиста, поскольку именно здесь происходит не просто соединение теории с практикой, а вырабатывается способность критически оценивать свои решения и гибко реагировать на изменения в ходе педагогического процесса. Помимо закрепления практических умений, участие в подобной работе создаёт условия для трансляции учащимся таких ценностных ориентиров, как здоровый образ жизни, умение работать в команде и стремление к личностному росту.

Цель: сформировать у обучающихся умение системно анализировать проведённые мероприятия, давать оценку применяемым методикам,

учитывать реакцию участников, выявлять трудности и разрабатывать пути их преодоления.

Ход работы. Первый этап предполагал составление тематического плана. При этом будущие учителя учитывали возрастные особенности и уровень подготовки участников, их интересы, а также вопросы безопасности и создания позитивного эмоционального фона.

Второй этап носил организационный характер: распределялись обязанности внутри команды, разрабатывался сценарий, подготавливался инвентарь. В ходе этой работы будущие педагоги учились взаимодействовать в коллективе, принимать решения в нестандартных ситуациях и нести ответственность за конечный результат.

Третий этап – непосредственно проведение мероприятия. Здесь ключевое значение имела логистика: от своевременной доставки материалов до координации всех процессов. Будущие учителя физической культуры стремились поддерживать комфортную атмосферу, обеспечивать активное участие всех присутствующих и создавать условия для неформального общения.

Четвёртый этап – рефлексия. На этом этапе анализировались как успешные решения, так и допущенные ошибки. Такой подход позволил будущим учителям совершенствовать свои умения, раскрывать творческий потенциал и укреплять мотивацию к профессиональной деятельности. В рамках данной формы работы студентам предлагалось разработать и провести следующие мероприятия: фестиваль «Движение к здоровью», благотворительный забег «Бежим вместе», турнир по мини-футболу «Большой вызов», мастер-класс по йоге «Осознанно с телом».

Наибольший интерес у будущих учителей вызвала подготовка фестиваля «Движение к здоровью», в рамках которого они организовывали эстафеты, пилатес-сессии и мини-турнир по уличному волейболу. Будущие педагоги проработали каждый элемент программы: от разминки с игровыми элементами, где участники получали баллы за активность, до мастер-классов

по здоровому питанию. В перерывах демонстрировались вдохновляющие истории успеха, аналогичные по своему воздействию социальным роликам из серии «Меняй жизнь к лучшему вместе с нами».

Оценка данной формы работы со стороны будущих учителей выглядела следующим образом. Ольга В., 21 год: «Фестиваль стал для нас настоящей тренировочной площадкой. Мы учились быстро реагировать на изменения, находить подход к каждому участнику и работать в условиях неопределённости». Максим З., 23 года: «Распределение ролей, взаимодействие в команде и общая ответственность за результат – это опыт, который будет крайне полезен в дальнейшей педагогической практике». Кирилл А., 22 года: «Анализируя проведённую работу, могу сказать, что наибольший интерес у меня вызвали мероприятия, предполагающие непосредственное взаимодействие с аудиторией и возможность проявить творческий подход».

В ходе реализации данной формы работы были выявлены зоны роста. Например, обучающиеся отметили, что необходимо более тщательно планировать логистику мероприятия, предусматривая запасные варианты на случай непредвиденных обстоятельств; уделять больше внимания информационной поддержке, чтобы максимально широко охватить целевую аудиторию и привлечь к участию большее количество людей.

Такая форма работа, как разработка и организация спортивно-массовых мероприятий, по мнению обучающихся, развивала лидерские качества. Будущие учителя учились управлять группами, решать конфликты на поле и оценивать эффективность событий через обратную связь. Например, после проведения благотворительного забега «Бежим вместе», в котором участвовали сотни участников, организаторы отметили следующие метрики: рост интереса к мероприятиям, снижение уровня стресса.

На рефлексивном этапе спортивно-оздоровительное направление позволяло будущим учителям физической культуры проводить углублённый анализ физического состояния школьников, определять их индивидуальные

потребности и корректировать тренировочный процесс на основе объективных показателей. Такой подход способствовал внедрению персонализированных программ, при которых каждый участник получал нагрузку, соответствующую его возможностям, и мог достигать результатов с минимальными рисками для здоровья. В рамках данного направления на рефлексивном этапе реализовывались такие формы работы, как спортивный час и дискуссионная площадка «Активная физическая культура. Физическая рекреация».

Спортивный час представлял собой форму занятий, в ходе которой будущие учителя физической культуры включаются в практическую деятельность по развитию двигательных качеств, формированию умений и навыков, а также по организации активного досуга. Данная форма работы становится своего рода полигоном для проверки и закрепления теоретических знаний, полученных в процессе обучения, в условиях, максимально приближенных к реальной педагогической практике.

Цель – формирование навыков самостоятельно планировать и проводить занятия, подбирать упражнения и игры, соответствующие возрасту и уровню подготовленности учащихся; развитие организаторских и коммуникативных способностей; умения находить индивидуальный подход к каждому участнику, мотивировать и вовлекать в двигательную активность.

Ход работы. Спортивный час предполагал разнообразие организационных форматов: от традиционных уроков физической культуры до тематических спортивных праздников, эстафет и подвижных игр на открытом воздухе. Каждое занятие должно было иметь чёткую структуру, включающую разминку, основную часть и заключительный восстановительный блок. Отбор упражнений осуществлялся с учётом физиологического воздействия на организм и соответствия поставленным задачам.

Подготовительная часть (разминка) была направлена на функциональную подготовку организма к предстоящей физической нагрузке.

Студенты предлагали комплекс лёгких кардиоупражнений, растяжку основных мышечных групп и суставную гимнастику. Задачами разминки выступали повышение температуры тела, активизация кровообращения и снижение риска травматизма. Временной интервал – 10–15 минут.

Основная часть занятия являлась наиболее насыщенной по интенсивности и содержанию и была сориентирована на реализацию конкретных тренировочных целей. Будущие педагоги включали в программу упражнения на развитие силы, выносливости, гибкости и координационных способностей, осуществляя контроль за технически правильным выполнением движений с целью предупреждения травм и достижения максимального тренировочного эффекта. Продолжительность данной части – 30–45 минут.

Заключительный этап – заминка – был направлен на постепенное снижение интенсивности нагрузки и восстановление организма. Обучающиеся использовали упражнения на растяжку, дыхательные техники и элементы медитации для снижения мышечного напряжения, улучшения кровообращения и снятия психоэмоционального стресса. Длительность этапа – 5–10 минут.

Предложенная структура работы позволила будущим учителям реализовать теоретические знания на практике, усовершенствовать навыки планирования и организации занятий физической культурой, а также учитывать индивидуальные особенности и уровень подготовленности учащихся при разработке тренировочных программ.

Спортивный час выступил эффективной площадкой для профессионального общения и обмена педагогическим опытом. Будущие учителя физической культуры активно обсуждали различные методики и подходы к организации занятий, делились практическими наблюдениями и методическими находками, получали обратную связь от преподавателей и коллег.

Дискуссионная площадка «Активная физическая культура. Физическая рекреация» представляет собой интерактивную форму профессионального взаимодействия, направленную на активизацию обмена мнениями, опытом и знаниями между будущими учителями, практикующими специалистами и заинтересованными сторонами в области физической культуры, рекреации и спорта. Целью является создание условий для открытого и свободного диалога, в рамках которого каждый участник имеет возможность высказать собственную позицию, представить результаты своей работы и получить ответы на актуальные вопросы.

Ход работы. На первом этапе определялась цель дискуссии и формулировались ключевые вопросы или проблемные области для обсуждения. На втором этапе выбирались формат и место проведения. Формат мог варьироваться от экспертной панельной дискуссии до неформального круглого стола; выбор определялся целями мероприятия и предпочтениями целевой аудитории. При этом обеспечивалось наличие необходимого технического оснащения (микрофоны, проекционное оборудование, комфортные места для участников). На данном этапе также предлагались различные формы включения аудитории: выступления с докладами, участие в дебатах или активное обсуждение проблемных вопросов.

Третий этап – модерация дискуссии. Модератор играл ключевую роль в поддержании продуктивной и конструктивной атмосферы: задавал общий тон обсуждению, контролировал соблюдение регламента, стимулировал участие всех присутствующих и направлял дискуссию в конструктивное русло.

Четвёртый этап – подведение итогов и распространение результатов. По завершении дискуссии будущие учителя физической культуры готовили краткий отчёт или резюме, в котором фиксировали основные положения и выводы обсуждения. В рамках реализации данной формы работы были предложены следующие темы для дискуссии (таблица 11).

Наибольший отклик у будущих учителей физической культуры вызвали тематические блоки, посвящённые влиянию цифровых инструментов на развитие рекреационных практик и включению рекреационных элементов в организационную культуру предприятий.

Таблица 11

Предложенная тематика и краткое описание дискуссионных площадок

«Активная физическая культура. Физическая рекреация»

№ п/п	Тематика дискуссионных площадок	Краткое описание дискуссионных площадок
1	Интеграция элементов физической рекреации в корпоративную культуру: повышение продуктивности и снижение стресса у сотрудников	Обсуждение практических методов внедрения программ физической активности на рабочем месте, анализ их влияния на здоровье и психологическое состояние персонала, оценка экономической выгоды для компании.
2	Доступность и инклюзивность физической рекреации для различных групп населения: барьеры и пути их преодоления	Рассмотрение вопросов обеспечения равного доступа к физической активности для людей с ограниченными возможностями здоровья, пожилых людей, социально незащищенных слоев населения. Обсуждение необходимых инфраструктурных изменений, специализированных программ и образовательных инициатив.
3	Роль цифровых технологий в развитии физической рекреации: мобильные приложения, фитнес-трекеры и онлайн-платформы	Анализ влияния технологий на мотивацию к занятиям спортом, возможности персонального подхода к тренировкам и контроля за прогрессом. Оценка рисков, связанных с использованием гаджетов, и этических аспектов сбора и обработки данных о физической активности пользователей.
4	Экологический туризм и физическая рекреация на природе: устойчивое развитие и сохранение природных ресурсов	Обсуждение проблем экологической нагрузки на природные территории, связанной с развитием туризма. Рассмотрение вопросов организации экологически безопасных маршрутов, образовательных программ и инициатив по сохранению биоразнообразия.
5	Физическая рекреация как инструмент профилактики заболеваний и укрепления	Анализ эффективности существующих программ поддержки физической активности и разработка новых подходов к формированию здорового

здоровья населения: государственные программы и общественные инициативы	образа жизни. Рассмотрение роли медицинских работников, педагогов и волонтеров в популяризации физической рекреации.
---	--

По мнению будущих учителей, обращение к этим вопросам позволило им по-новому взглянуть на профессиональную сферу и оценить возможности современных технологий в повышении результативности труда.

Участники дискуссии подчеркнули, что анализ цифровых решений способствовал углублению представлений о функциях мобильных приложений, носимых устройств и интернет-платформ. Они пришли к выводу, что применение таких средств может служить действенным стимулом для вовлечения школьников в занятия физической культурой, создания индивидуальных тренировочных схем и мониторинга динамики развития каждого ученика. Кроме того, студенты отметили перспективность использования цифровых технологий для проведения занятий в дистанционном формате и привлечения к двигательной активности тех, кто по разным причинам не может участвовать в очных уроках. В ходе обсуждения были высказаны предложения по организации соревновательных мероприятий, фитнес-программ и практик, направленных на снижение психоэмоционального напряжения.

На рефлексивном этапе туристическо-игровое направление позволяло будущим учителям физической культуры осмыслить накопленный опыт и интегрировать его в собственную систему ценностных ориентаций. Данный этап выступал логическим завершением образовательного цикла, связующим звеном между теоретической подготовкой и профессиональной деятельностью, между полученными знаниями и их применением в практической работе. В ходе этого этапа предполагалось «проведение самоанализа, направленного на выявление профессиональных сильных сторон и зон роста, постановку новых целей для дальнейшего

совершенствования, а также формирование устойчивого интереса к познанию и исследованию своей профессиональной области» [62].

В рамках туристическо-игрового направления рефлексивного этапа будущим учителям физической культуры предлагались такие формы работы, как проектирование рекреационно-оздоровительных программ и презентация проекта «Путешествуем по Крыму». Разработка рекреационно-оздоровительной программы представляет собой вид деятельности, позволяющий будущим учителям детально изучить запросы различных возрастных и социальных групп в области двигательной активности и оздоровления, а также освоить практические навыки планирования и внедрения таких программ. Эта форма работы является значимой частью профессионального становления, поскольку современный специалист в области физической культуры должен сочетать функции педагога, организатора досуга и специалиста по укреплению здоровья населения.

Цель – сформировать навыки анализа теоретических основ рекреации и оздоровления, выбора методики оценки физического состояния и функциональных возможностей организма, принципов планирования и организации занятий различной направленности.

Ход работы. Работа над рекреационно-оздоровительной программой строилась в два этапа.

На первом – теоретико-методологическом – будущие учителя физической культуры осуществляли анализ научных подходов к организации рекреационной деятельности, подбирали методики оценки физического состояния, изучали принципы планирования занятий с учётом возрастных, половых и индивидуальных особенностей, уровня подготовленности и мотивации участников.

Второй этап – практико-проектировочный – был связан с разработкой содержательного наполнения программы: подбором упражнений и комплексов, оборудования, составлением расписания и системы критериев для оценки результативности. Будущие учителя физической культуры

обосновывали выбор конкретных средств и методов, обращаясь к научным данным и опыту специалистов. Апробация программы в условиях учебной практики позволила будущим учителям получить опыт взаимодействия с разными группами занимающихся, проанализировать результаты и скорректировать содержание, а также развить коммуникативные способности, навыки коллективной работы и принятия решений.

Будущими учителями физической культуры были разработаны тематические модули программы: «Природа как лекарство», «Движение – жизнь», «Осознанное питание», «Управление стрессом», «Творческое самовыражение», «Цифровой детокс», «Йога и медитация», «Здоровый сон». Участники высоко оценили данный формат, однако отметили сложности на этапе теоретической подготовки. При этом они подчёркивали, что практическое применение знаний способствовало их осмыслению и закреплению. Интерактивные формы – проектирование и презентация программ – развивали критическое мышление, коммуникативные умения и навыки самопрезентации.

Студентка Юля К., 22 года, так оценила данную форму работы: «Разработка рекреационно-оздоровительной программы позволила мне сформировать целостное представление о роли двигательной активности в жизни человека, освоить необходимые знания и умения для организации эффективной оздоровительной работы и стать конкурентоспособным специалистом на рынке труда».

Проект «Путешествуем по Крыму» в формате презентации выступает эффективной учебной формой, позволяющей будущим учителям не только обобщить и систематизировать знания о регионе, но и отработать навыки проектирования и организации спортивно-оздоровительных мероприятий. Включение в образовательный процесс материалов по географии, истории, культурному наследию и рекреационному потенциалу Крыма усиливает практико-ориентированность подготовки и обогащает содержание курса.

Цель – развитие профессиональных компетенций будущих учителей физической культуры: умения работать в команде, принимать решения в нестандартных условиях, эффективно взаимодействовать с различными группами участников и оперативно адаптироваться к изменяющейся ситуации.

Ход работы включал подготовку детализированных маршрутов для пеших, велосипедных или водных походов с учётом рельефа, климатических особенностей и инфраструктурных возможностей региона. Особое внимание уделялось проектированию системы безопасности, мер предосторожности, а также планированию логистического и бюджетного обеспечения.

Работа над проектом строилась поэтапно. На первом этапе определялись цель проекта и целевая аудитория. На втором – осуществлялся сбор и анализ информации: изучение исторических, географических, культурных и туристических ресурсов Крыма, а также отзывов путешественников и статистических данных. Проводилась фото- и видеосъёмка для визуального обогащения презентации. Третий этап предполагал разработку структуры презентации (вступление, основная часть, заключение). На четвёртом этапе создавался визуальный контент – презентация в PowerPoint, видеоролик, интерактивная карта или иные форматы.

Представим предлагаемую тематику для проектов «Путешествуем по Крыму»: «Крым гастрономический: от мидий до ялтинского лука», «По следам античных городов: Херсонес и другие древности», «Крым для любителей экстремального спорта: от скалолазания до кайтсерфинга», «Крымские святыни: монастыри, храмы и другие духовные места», «Крымские каникулы с детьми: парки развлечений, аквапарки и зоопарки», «Тайны Крымских гор: пещеры, водопады и ущелья», «Крым литературный: места, вдохновившие писателей и поэтов», «Экологический туризм в Крыму: заповедники, заказники и национальные парки», «Крым здравница: санатории, пансионаты и грязелечебницы», «Архитектурное наследие

Крыма: дворцы, замки и крепости», «Крым многонациональный: культура, традиции и обычаи разных народов», «Крым кинематографический: места съемок известных фильмов», «Звездное небо Крыма: астрономические наблюдения и фестивали».

Обучающиеся положительно оценили данную форму работы; представленные презентации отличались содержательностью и творческим подходом к решению поставленных задач. Каждая группа разработала оригинальный маршрут, адаптированный к особенностям целевой аудитории – от семейных групп до любителей экстремальных видов спорта. Значительное внимание уделялось вопросам безопасности и экологической ответственности: будущие педагоги продемонстрировали способность оценивать потенциальные риски, разрабатывать планы эвакуации и алгоритмы оказания первой помощи, а также отразили правила поведения на особо охраняемых природных территориях и способы минимизации антропогенного воздействия.

В ходе подготовки презентаций будущие учителя физической культуры активно применяли современные информационные технологии: создавали интерактивные карты с маршрутами, монтировали видеоматериалы с панорамами крымских ландшафтов, разрабатывали инфографику с полезной туристической информацией. Это позволило не только углубить знания о регионе, но и развить навыки работы с мультимедийным контентом, что является востребованной компетенцией в профессиональной деятельности в сфере физической культуры и спорта.

Таким образом, в ходе реализации технологии профессиональной подготовки будущих учителей физической культуры к организации рекреационной работы с учащимися основной школы были достигнуты следующие результаты: будущие учителя овладели необходимыми знаниями и умениями эффективного планирования и проведения рекреационных мероприятий, направленных на физическое, психическое и социальное развитие школьников; осознали важность интеграции теории и практики;

научились адаптировать полученные знания применительно к реальной практике. В ходе реализации представленной технологии процесс подготовки стал более структурированным, цельным и целенаправленным. Будущие учителя физической культуры обогатили арсенал используемых средств и методов, научились применять инновационные образовательные технологии, способствующие профессиональному становлению и личностному развитию.

2.3. Сравнительный анализ результатов опытно-экспериментальной работы

Анализ результатов, полученных на контрольном этапе педагогического эксперимента, был направлен на проверку исходной гипотезы о том, что внедрение разработанной технологии и педагогических условий способствует повышению эффективности профессиональной подготовки будущих учителей физической культуры к организации рекреационной деятельности с учащимися основной школы в сравнении с традиционными формами организации учебного процесса в вузе.

На контрольном этапе опытно-экспериментальной работы диагностика уровней профессиональной готовности будущих учителей физической культуры к рекреационной работе с учащимися основной школы осуществлялась в соответствии с выделенными нами критериями, показателями, к каждому из которых был подобран диагностический инструментарий. Сформированность показателей мотивационно-когнитивного критерия проверяли с помощью интервьюирования и тестовых заданий. В таблице 12 представлены сравнительные результаты уровней профессиональной готовности будущих учителей физической культуры к рекреационной работе с учащимися основной школы в рамках мотивационно-когнитивного критерия.

Опираясь на представленные в таблице 12 эмпирические данные, можно констатировать наличие устойчивой положительной динамики в

формировании профессиональной готовности будущих учителей физической культуры к рекреационной деятельности с учащимися основной школы.

Таблица 12

Динамика уровней профессиональной готовности будущих учителей физической культуры к рекреационной работе с учащимися основной школы в рамках мотивационно-когнитивного критерия

Уровни	Экспериментальная группа		Контрольная группа	
	констатирующий эксперимент	контрольный эксперимент	констатирующий эксперимент	контрольный эксперимент
Высокий	11,8% (9 чел.)	27,6% (21 чел.)	12,8% (10 чел.)	15,4% (12 чел.)
Средний	53,9% (41 чел.)	57,9 % (44 чел.)	56,4% (44 чел.)	60% (46 чел.)
Низкий	34,3% (26 чел.)	14,5% (11 чел.)	30,8% (24 чел.)	25,6% (20 чел.)

Так, на констатирующем этапе респонденты демонстрируют сопоставимость распределения по уровням в обеих группах, что свидетельствует об однородности выборки.

Согласно результатам контрольного этапа в экспериментальной группе зафиксированы значимые изменения: удельный вес участников, показавших высокий уровень, увеличился с 11,8% до 27,6% (прирост составил 15,8%), что даёт основание утверждать, об эффективности реализованной системы педагогических воздействий и результативности в части усиления мотивационной сферы и углубления знаний о рекреационной деятельности в экспериментальной группе. Доля будущих учителей, продемонстрировавших средний уровень, возросла с 53,9% до 57,9%, тогда как численность респондентов с низкими показателями сократилась с 34,3% до 14,5% (уменьшение почти в 2,4 раза). Отмеченная динамика убедительно подтверждает эффективность проведённой работы

и её позитивное влияние на уровень профессиональной готовности будущих учителей физической культуры.

В контрольной группе также прослеживается положительная динамика, однако её выраженность значительно ниже, чем в экспериментальной. Доля испытуемых, продемонстрировавших высокий уровень, увеличилась с 12,8% до 15,4% (прирост 2,6 процентных пункта). Численность респондентов, отнесённых к среднему уровню, возросла с 56,4% до 60% (увеличение на 3,6%). Наряду с этим, доля участников с низким уровнем снизилась с 30,8% до 25,6% (сокращение на 5,2%). Однако следует отметить, что зафиксированные в контрольной группе изменения менее интенсивны по сравнению с показателями экспериментальной группы, что подтверждает большую эффективность реализованных в ней педагогических воздействий.

С целью подтверждения статистической значимости полученных различий и оценки результативности предложенной технологии был использован критерий хи-квадрат Пирсона (χ^2). Обращение к данному непараметрическому методу объясняется характером эмпирических данных, представленных в виде распределения участников по уровням готовности, а также поставленной задачей сравнения двух независимых выборок.

На этапе статистической проверки была сформулирована гипотеза H_0 , согласно которой распределение будущих учителей физической культуры по уровням профессиональной готовности в экспериментальной и контрольной группах на контрольном этапе не имеет статистически значимых различий. Альтернативная гипотеза H_1 , напротив, предполагала, что такие различия существуют.

Эмпирическое значение критерия хи-квадрат вычислялось на основе общепринятой формулы, в которой f_e обозначает эмпирическую частоту, а f_t – теоретическую (ожидаемую) частоту: $\chi_{\text{эмп}}^2 = \sum (f_e - f_t)^2 / f_t$

Вычислительные процедуры выполнялись с использованием табличного процессора *Microsoft Excel 10* (применялась функция, реализующая расчёт коэффициента корреляции Пирсона). Количество степеней свободы рассчитывалось по формуле $df = (r - 1)(c - 1)$, где r соответствует числу строк таблицы сопряжённости (в данном случае 3 уровня готовности), а c – числу столбцов (2 группы). Таким образом, $df = (3 - 1)(2 - 1) = 2$.

Для найденного числа степеней свободы критические значения критерия составляют: $\chi^2_{0,05} = 5,991$ и $\chi^2_{0,01} = 9,210$.

Расчётное значение критерия хи-квадрат для мотивационно-когнитивного критерия составило $\chi^2_{\text{эмп}} = 10,988$. Установлено, что данная величина превышает пороговые значения как для уровня значимости $\alpha = 0,05$ ($10,988 > 5,991$), так и для $\alpha = 0,01$ ($10,988 > 9,210$). В связи с этим нулевая гипотеза об отсутствии различий между распределениями в экспериментальной и контрольной группах отклоняется, а альтернативная гипотеза о наличии статистически значимых различий принимается. Данный результат даёт основание утверждать, что зафиксированные расхождения не являются случайными, а выступают следствием внедрения разработанной технологии профессиональной подготовки.

Проведённый количественный анализ эмпирических данных позволяет заключить, что реализация разработанной технологии профессиональной подготовки будущих педагогов физической культуры к рекреационной деятельности с учащимися основной школы оказывает позитивное воздействие на процесс становления их готовности к данной деятельности.

По завершении экспериментальной работы отмечено значительное увеличение доли испытуемых, продемонстрировавших высокий уровень готовности. В высказываниях студентов данной группы фиксировалось осознанное отношение к роли рекреационной деятельности, выраженная

мотивационная направленность и готовность к профессионально-педагогической деятельности, в том числе с детьми, имеющими ограниченные возможности здоровья, с использованием актуальных педагогических технологий. Ответы респондентов отличались содержательностью, аргументированностью и опорой на практический опыт, приобретённый в ходе учебной практики, волонтерских инициатив и стажировок. Помимо этого, студенты демонстрировали понимание социальной миссии избранной профессии и её взаимосвязи с профессиональной идентичностью учителя физической культуры. Осмысление того факта, что физическая культура выходит за рамки учебного предмета и выступает средством формирования здорового образа жизни, личностного развития и социальной адаптации, способствовало укреплению чувства профессиональной приверженности и мотивации к непрерывному самосовершенствованию.

Будущие учителя воспринимали рекреационные мероприятия не как досуг, а как инструмент развития социальных навыков, творчества и здоровья школьников, видя в них возможность реализации индивидуальных способностей учащихся. Студенты демонстрировали умение анализировать свою практику, определять слабые звенья и намечать пути коррекции, выражали готовность к взаимодействию с коллегами и профессиональному совершенствованию.

В свою очередь, результаты выполненных тестовых заданий показали, что будущие учителя физической культуры продемонстрировали не только удовлетворительный уровень освоения базовых дисциплин – физиологии, анатомии, биомеханики и теории физического воспитания, но и достаточную сформированность компетенций в сфере специальной педагогики и психологии. Респонденты подтвердили знание особенностей различных категорий школьников по уровню физической подготовленности, учёт возрастных характеристик учащихся и владение

методиками адаптации упражнений для обеспечения их полноценного участия в учебном процессе.

Существенное значение в профессиональной подготовке приобретает освоение нормативно-правового обеспечения рекреационной деятельности, включая федеральные государственные образовательные стандарты, адаптированные образовательные программы и индивидуальные учебные планы. Будущие учителя физической культуры разрабатывали образовательные программы, учитывающие индивидуальные особенности каждого ученика, адаптировали методические материалы и использовали разнообразные средства обучения, обеспечивающие доступность физической культуры для всех учащихся. Высокий уровень теоретических знаний был фундаментом для формирования практических умений и готовности будущих учителей физической культуры к рекреационной работе с учащимися основной школы. Сравнительные количественные результаты в рамках деятельностно-практического критерия представлены в таблице 13.

Таблица 13

Динамика уровней профессиональной готовности будущих учителей физической культуры к рекреационной работе с учащимися основной школы в рамках показателей деятельностно-практического критерия

Уровни	Экспериментальная группа		Контрольная группа	
	констатирующий эксперимент	контрольный эксперимент	констатирующий эксперимент	контрольный эксперимент
Высокий	10,5% (8 чел.)	19,8% (15 чел.)	10,3% (8 чел.)	11,5% (9 чел.)
Средний	51,3% (39 чел.)	64,4% (49 чел.)	53,8% (42 чел.)	60,3% (47 чел.)
Низкий	38,2% (29 чел.)	15,8% (12 чел.)	35,9% (28 чел.)	28,2% (22 чел.)

Результаты контрольного этапа по деятельностно-практическому критерию показывают существенные изменения в экспериментальной группе. Доля будущих учителей, достигших высокого уровня, увеличилась с

10,5% до 19,8% (прирост 9,3%). Численность обучающихся со средним уровнем возросла на 13,1% (с 51,3% до 64,4%). Наиболее существенные сдвиги зафиксированы в сегменте низкого уровня: его доля сократилась с 38,2% до 15,8% – уменьшение составило 22,4%.

В контрольной группе изменения оказались менее заметными. Доля участников с высоким уровнем увеличилась с 10,3% до 11,5% (прирост 1,2%), со средним – с 53,8% до 60,3% (увеличение на 6,5%), а численность респондентов с низким уровнем снизилась с 35,9% до 28,2% (снижение на 7,7%).

Сравнение динамики уровней профессиональной готовности в экспериментальной и контрольной группах выявляет выраженные расхождения. В экспериментальной группе отмечен существенный прирост числа респондентов, достигших высокого уровня, что свидетельствует об эффективности разработанной и апробированной технологии подготовки будущих учителей физической культуры к рекреационной работе с учащимися основной школы.

Статистическая проверка была проведена и для деятельностно-практического критерия. Значения эмпирического критерия составили $\chi_{эмп}^2 = 10,314$, что также превышает критические значения ($10,314 > 5,991$; $10,314 > 9,210$), подтверждая статистическую достоверность различий между экспериментальной и контрольной группами.

Анализ количественных данных, полученных в ходе опытно-экспериментальной работы, позволяет заключить, что реализация разработанной технологии и педагогических условий способствовала положительной динамике в профессиональной подготовке будущих учителей физической культуры к рекреационной деятельности с учащимися основной школы. Зафиксированные изменения в рамках деятельностно-практического критерия подтверждают эффективность предложенных педагогических решений.

Так, в ходе решения кейс-задач будущие учителя физической

культуры проявили умение разрабатывать индивидуализированные планы физической активности, учитывающие не только медицинские показания и ограничения, но и интересы, предпочтения и возможности каждого ученика, включая выбор подходящих видов спорта и упражнений, модификацию правил игры и оборудования, создание благоприятных условий для участия в групповых занятиях. Будущие учителя оценивали прогресс учащихся, при необходимости корректировали планы и обеспечивали максимальное вовлечение учащихся в процесс физического воспитания. Кроме того, успешное решение кейс-задач требовало от будущего учителя физической культуры развитых коммуникативных навыков. Будущие учителя эффективно общались как с учениками, оказывая им поддержку и мотивируя к достижению целей, так и с их родителями, объясняя особенности программы и давая рекомендации по обеспечению физической активности учащихся вне школы. Большинство респондентов проявили готовность к организации рекреационной работы, продемонстрировали глубокие теоретические знания, практические навыки, креативное мышление и коммуникативные способности.

Разработка и проведение тренировочных занятий с учащимися основной школы позволила будущим учителям погрузиться в практическую деятельность. Большая часть обучающихся демонстрировали умения адаптировать стандартные методики, создавать персонализированные программы, учитывающие индивидуальные возможности и ограничения каждого ученика. Умели четко определять цели каждого занятия, разбить их на небольшие, достижимые шаги и обеспечить постоянную обратную связь, чтобы мотивировать учеников на дальнейшее развитие.

При разработке тренинговых занятий учитывали разнообразие нозологий, с которыми могут сталкиваться будущие учителя физической культуры, что требовало от них не только теоретических знаний в области педагогики и психологии, но и понимания медицинских аспектов,

связанных с теми или иными нарушениями развития (нарушения опорно-двигательного аппарата, нарушения слуха, нарушения зрения, нарушения речи). Демонстрировали умения в определении потребности каждого ученика, адаптировать учебный материал и методы обучения в соответствии с уровнем подготовки, возможностями и особенностями развития, грамотное использование альтернативных и дополнительных средств обучения, а также различных форм представления информации играет здесь ключевую роль. Также значительные улучшения наблюдались в умении разрабатывать комплексные программы рекреационной работы, интегрирующие различные виды активности, направленные на снижение утомляемости, повышение работоспособности и укрепление здоровья учащихся. Будущие учителя способны адаптировать эти программы к конкретным условиям образовательной организации, учитывая материально-техническую базу, квалификацию педагогического коллектива и запросы обучающихся.

В ходе практической работы уделяли внимание организации пространства и времени; создавали комфортную и безопасную среду, где каждый ученик чувствует себя уверенно и защищенно; учитывали индивидуальные особенности учащихся при организации групповой работы, используя индивидуальный подход и дифференцированное обучение; осуществляли контроль за эмоциональным состоянием учащихся, оказывали поддержку, поощряли успехи. Будущие учителя физической культуры более владели инструментарием для оценки эффективности рекреационной работы; использовали разнообразные методы диагностики, включая «наблюдение, анкетирование, тестирование и анализ результатов деятельности учащихся для выявления проблем и внесения корректировок в программы рекреации» [66]. Полученные данные свидетельствуют о положительном влиянии разработанной технологии.

Результаты динамики уровней профессиональной готовности будущих учителей физической культуры к рекреационной работе с учащимися основной школы в рамках рефлексивно-аналитического критерия представлены в таблице 14. Показателями данного критерия были: способность к рефлексии при организации рекреационной работы с учащимися основной школы; способность к самоанализу и самооценке профессиональной деятельности при организации рекреационной работы с учащимися основной школы.

Таблица 14

Динамика уровней профессиональной готовности будущих учителей физической культуры к рекреационной работе с учащимися основной школы в рамках рефлексивно-аналитического критерия

Уровни	Экспериментальная группа		Контрольная группа	
	констатирующий эксперимент	контрольный эксперимент	констатирующий эксперимент	контрольный эксперимент
Высокий	13,1% (10 чел.)	27,6% (21 чел.)	11,5% (9 чел.)	12,8% (10 чел.)
Средний	55,3% (42 чел.)	57,9% (44 чел.)	59% (46 чел.)	61,5% (48 чел.)
Низкий	31,6% (24 чел.)	14,5% (11 чел.)	29,5% (23 чел.)	25,7% (20 чел.)

Данные показатели проверялись с помощью диагностических методик: «Методика определения уровня рефлексивности (А.В. Карпов, В.В. Пономарева)» и «Диагностика самооценки Дембо-Рубинштейн (в модификации А.М. Прихожан)».

Анализ количественных данных, полученных в рамках рефлексивно-аналитического критерия, выявил устойчивую положительную динамику в экспериментальной группе. Прирост числа респондентов, показавших высокий уровень, составил 14,5% (с 13,1% до 27,6%), что является следствием эффективности подобранных форм и методов аудиторной и внеаудиторной работы. Доля будущих учителей со средним уровнем на

контрольном этапе достигла 57,9% по сравнению с 55,3% на начальном этапе. На низком уровне зафиксировано сокращение на 17,1% (с 31,6% до 14,5%).

В контрольной группе, в рамках которой специальные педагогические воздействия не осуществлялись, также прослеживаются некоторые позитивные сдвиги, однако их масштаб незначителен. Доля участников, показавших высокий уровень, увеличилась с 11,5% до 12,8% (увеличение 1,3%), средний уровень – с 59,0% до 61,5% (увеличение на 2,5%), а численность респондентов с низкими показателями сократилась с 29,5% до 25,7% (уменьшение на 3,8%). Вместе с тем следует подчеркнуть, что выраженность изменений в контрольной группе существенно ниже аналогичных показателей экспериментальной группы, что подтверждает преимущество разработанной технологии перед традиционными подходами.

Расчётное значение критерия хи-квадрат для рефлексивно-аналитического критерия составило $\chi^2_{\text{эмп}} = 8,778$. Установлено, что эта величина превышает пороговое значение для $\alpha = 0,05$ (5,991), но не достигает критической отметки для $\alpha = 0,01$ (9,210). Следовательно, выявленные различия между экспериментальной и контрольной группами являются статистически значимыми на уровне значимости $p < 0,05$. Данный факт свидетельствует о результативности реализованной системы педагогических воздействий в аспекте формирования рефлексивных умений и становления объективной профессиональной самооценки у будущих учителей.

Анализ ответов респондентов на вопросы опросника рефлексивности позволяет выделить несколько характерных тенденций. С одной стороны, у значительной части будущих педагогов прослеживается стремление к осознанному отношению к собственным профессиональным установкам: они фиксируют наличие личных предубеждений и ожиданий, указывают на важность преодоления стереотипов и формирования безоценочного,

позитивного отношения ко всем школьникам независимо от их индивидуальных особенностей. Это свидетельствует о сформированности у студентов рефлексивной позиции, готовности к пересмотру собственных взглядов и адаптивности в нестандартных педагогических условиях. Респонденты также демонстрируют понимание необходимости овладения специальными компетенциями для организации рекреационной работы с учащимися основной школы.

Вместе с тем обращает на себя внимание и другая группа будущих учителей, чьи ответы отличаются неуверенностью и выраженной тревогой в связи с предстоящей организацией рекреационных мероприятий. Причинами такой неуверенности, по признанию самих испытуемых, выступают недостаточный практический опыт, дефицит организаторских навыков, а также укоренившееся в обыденном сознании представление о рекреационной деятельности как о второстепенной, не требующей серьёзной методической подготовки.

Итоговые сравнительные результаты для экспериментальной и контрольной групп представлены в таблице 15.

Таблица 15

Сравнительные уровни профессиональной готовности будущих учителей физической культуры к рекреационной работе с учащимися основной школы

Уровни	Экспериментальная группа		Контрольная группа	
	констатирующий эксперимент	контрольный эксперимент	констатирующий эксперимент	контрольный эксперимент
Высокий	11,8% (9 чел.)	25% (19 чел.)	11,5% (9 чел.)	12,8% (10 чел.)
Средний	53,9% (41 чел.)	59,2% (45 чел.)	56,4% (44 чел.)	60,3% (47 чел.)
Низкий	34,3% (26 чел.)	15,8% (12 чел.)	32,1% (25 чел.)	26,9% (21 чел.)

Согласно данным представленным в таблице 15 в экспериментальной группе доля участников, достигших высокого уровня, увеличилась на 13,2% (с 11,8% до 25,0%). Прирост численности респондентов со средним уровнем оказался менее заметным – 5,9% (с 53,9% до 59,2%). Одновременно с этим зафиксировано значительное сокращение доли студентов, отнесённых к низкому уровню, – на 18,5% (с 34,3% до 15,8%).

При этом, в контрольной группе изменения представлены менее значительными: доля респондентов с высоким уровнем возросла на 1,3% (с 11,5% до 12,8%), со средним – на 3,9% (с 56,4% до 60,3%), а численность обучающихся с низким уровнем снизилась на 5,2% (с 32,1% до 26,9%). Полученные данные свидетельствуют о более выраженной динамике в экспериментальной группе по сравнению с контрольной.

Обобщение результатов по трём критериям позволило вычислить интегративное значение критерия хи-квадрат, которое составило $\chi^2 = 8,916$. Установлено, что данная величина превышает пороговое значение для $\alpha = 0,05$ (5,991), но не достигает критического уровня для $\alpha = 0,01$ (9,210). Иными словами, различия между экспериментальной и контрольной группами по совокупному показателю профессиональной готовности признаются статистически значимыми при $p < 0,05$.

Обобщённые количественные результаты констатирующего и контрольного этапов опытно-экспериментальной работы в разрезе трёх критериев представлены на рисунке 3.

Следует отметить, что в экспериментальной группе, по сравнению с данными констатирующего этапа, зафиксирован рост уровня знаний и практических умений. Данная динамика обусловлена систематической работой в течение продолжительного периода: будущие учителя физической культуры осваивали необходимый объём теоретического материала и практических навыков с использованием эффективно подобранных форм и методов организации учебной деятельности.

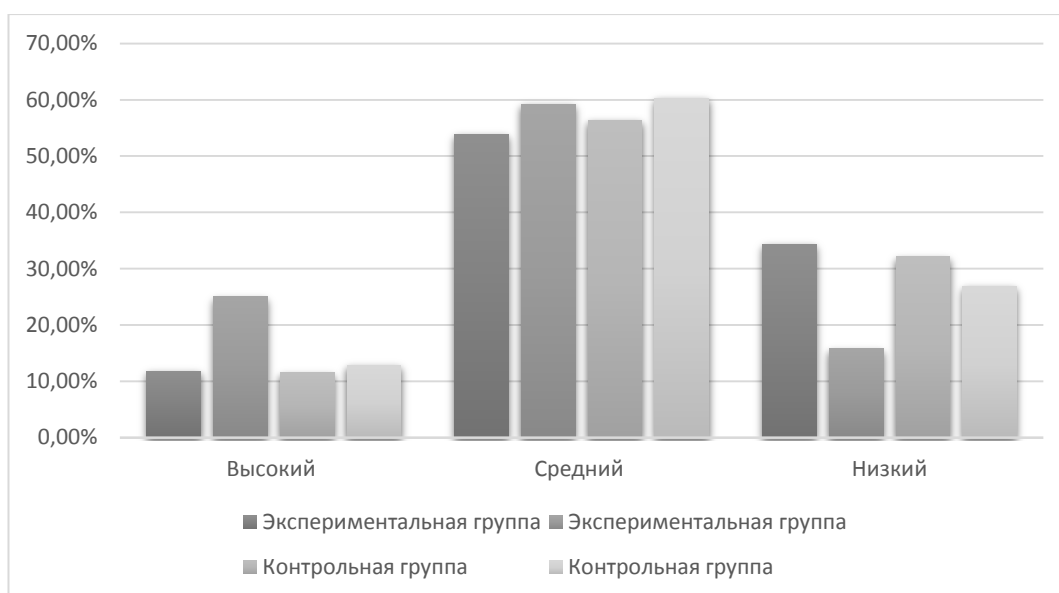


Рисунок 3. Обобщенные количественные результаты констатирующего и контрольного этапов опытно-экспериментальной работы в разрезе критериев

Итоги контрольного этапа экспериментальной работы дают основание утверждать, что успешное повышение уровня профессиональной готовности будущих учителей физической культуры к рекреационной деятельности с учащимися основной школы невозможно без целенаправленного формирования ряда ключевых компетенций. К их числу относятся: способность к критическому анализу профессиональных ситуаций, умение эффективно взаимодействовать в команде, готовность применять теоретические знания в условиях реальной педагогической практики, а также навыки проектирования и внедрения авторских методик, позволяющих выстраивать индивидуальную образовательную траекторию, обеспечивать профессиональное саморазвитие и карьерный рост. Эти направления должны стать приоритетными в организации образовательного процесса с целью формирования устойчивой мотивации к обучению и непрерывному профессиональному совершенствованию.

Полученные эмпирические данные подтверждают результативность разработанной технологии и обоснованных в ходе исследования

педагогических условий профессиональной подготовки будущих учителей физической культуры к рекреационной работе с учащимися основной школы, а также доказывают целесообразность их практического внедрения в образовательный процесс профессиональной подготовки.

Выводы по второй главе

В соответствии с целью исследования нами были определены критерии и показатели, позволяющие оценить уровень профессиональной готовности будущих учителей физической культуры к рекреационной работе с учащимися основной школы.

Мотивационно-когнитивный критерий оценивается посредством следующих показателей: сформированность мотивации будущих учителей к профессиональной деятельности и к организации рекреационной работы с учащимися основной школы; наличие системных знаний о специфике организации рекреационной работы с учащимися данной возрастной категории.

Деятельностно-практический критерий раскрывается через показатели: способность применять теоретические знания и практические навыки в реальной профессиональной деятельности, демонстрируя необходимый уровень мастерства и адаптивности при организации рекреационной работы с учащимися основной школы; проявление инициативности и готовности к инновационной деятельности в сфере рекреационной работы.

Рефлексивно-аналитический критерий определяется показателями: способность к рефлексивному осмыслению процесса организации рекреационной работы с учащимися основной школы; готовность к самоанализу и адекватной самооценке профессиональной деятельности в ходе организации рекреационной работы.

На основе выделенных критериев и показателей были определены три

уровня профессиональной готовности будущих учителей физической культуры к организации рекреационной работы с учащимися основной школы: высокий, средний и низкий.

Высокий уровень профессиональной готовности будущих учителей физической культуры характеризуется устойчивой профессиональной направленностью, осознанным выбором педагогической деятельности, стремлением к углублению знаний, совершенствованию навыков и самообразованию. Будущие учителя данной группы имеют достаточный объём теоретических знаний, высокий уровень физической подготовленности и развитые двигательные навыки, не испытывают затруднений при решении профессиональных задач, демонстрируют осознанную ценностную позицию, понимая значимость профессии для личной реализации и общественного блага.

Средний уровень профессиональной готовности отличается рядом специфических характеристик. У студентов данной группы отмечается наличие профессиональных мотивов и интереса к избранной деятельности, однако при этом наблюдается недостаточная осознанность профессиональных целей и затруднения в построении индивидуальной образовательной траектории. Объём профессионально значимых знаний у таких обучающихся ограничен; уровень физической подготовленности и сформированность специальных двигательных навыков соответствуют средним показателям. Характерной особенностью является то, что будущие учителя физической культуры испытывают затруднения при переносе теоретических знаний в практическую плоскость – успешное решение профессиональных задач возможно лишь при условии чёткой постановки цели и наличия алгоритмизированной инструкции. Система профессиональных ценностей у них в целом сформирована, однако её практическая значимость и необходимость осознаются недостаточно полно.

Низкий уровень профессиональной готовности сопровождается

отсутствием мотивации к профессиональной деятельности и к организации рекреационной работы с учащимися основной школы, дефицитом знаний о её специфике, низкой физической подготовленностью и несформированностью специальных двигательных навыков. Такие будущие учителя не способны самостоятельно решать профессиональные задачи, имеют низкий уровень адаптации к условиям труда, характеризуются размытостью представлений о профессиональных ценностях, ответственности и общественной значимости педагогического труда.

Анализ результатов констатирующего этапа эксперимента показал, что высокий уровень профессиональной готовности был зафиксирован у 11,8% респондентов экспериментальной группы и у 11,5% – контрольной. Средний уровень отмечен у 53,9% будущих учителей физической культуры экспериментальной группы и у 56,4% – контрольной. Низкий уровень выявлен у 34,3% обучающихся экспериментальной группы и у 32,1% контрольной.

Разработанная технология подготовки будущих учителей физической культуры к рекреационной работе с учащимися основной школы включает три последовательных этапа (подготовительный, профессионально-деятельностный и рефлексивный). На каждом из этапов реализуются три направления работы (познавательно-развлекательное, спортивно-оздоровительное и туристическо-игровое) и комплекс педагогических условий.

Сопоставление результатов, полученных на контрольном этапе в экспериментальной и контрольной группах, позволяет выявить существенные различия в динамике профессиональной готовности. В экспериментальной группе зафиксирован значительный прирост числа студентов с высоким уровнем – на 13,2% (с 11,8% до 25,0%), тогда как увеличение доли респондентов со средним уровнем оказалось менее заметным (+5,9%, с 53,9% до 59,2%). Наиболее выразительная динамика

отмечена в сегменте низкого уровня: его доля сократилась на 18,5% (с 34,3% до 15,8%).

В контрольной группе изменения носят менее выраженный характер: высокий уровень вырос лишь на 1,3% (с 11,5% до 12,8%), средний – на 3,9% (с 56,4% до 60,3%), а численность будущих учителей с низким уровнем снизилась на 5,2% (с 32,1% до 26,9%).

Таким образом, полученные эмпирические данные подтверждают результативность разработанной технологии и комплекса педагогических условий подготовки будущих учителей физической культуры к рекреационной работе с учащимися основной школы.

ЗАКЛЮЧЕНИЕ

Актуальность исследования продиктована запросом общества и государства на подготовку квалифицированных педагогических кадров, способных эффективно решать задачи формирования здорового образа жизни подрастающего поколения. Именно профессиональная готовность будущих педагогов физической культуры к рекреационной работе с учащимися основной школы рассматривается как значимый ресурс укрепления физического и социального здоровья школьников, развития их коммуникативных навыков, формирования устойчивого интереса к занятиям физической культурой и организации активного досуга.

В ходе теоретического анализа были уточнены содержательные характеристики базовых понятий исследования – «профессиональная подготовка будущих учителей физической культуры к рекреационной работе с учащимися основной школы» и «профессиональная готовность будущих учителей физической культуры к рекреационной работе с учащимися основной школы». Под профессиональной подготовкой в контексте настоящего исследования понимается целенаправленно организуемый образовательный процесс, обеспечивающий становление профессиональных компетенций будущего специалиста. Его содержательное наполнение включает: освоение теоретико-методических основ дисциплин здоровьесберегающей и рекреационной направленности; овладение методикой организации рекреационной работы в основной школе; самореализацию в ходе практической реализации рекреационных мероприятий и при проведении уроков с включением элементов рекреации; формирование практических навыков организации рекреационной деятельности; освоение современных образовательных технологий и инновационных подходов; развитие способности к обеспечению всестороннего физического развития учащихся средствами рекреационной деятельности.

Профессиональную готовность будущих учителей физической культуры к рекреационной работе с учащимися основной школы трактуем как комплексную характеристику личности, включающую устойчивый интерес к рекреационной деятельности, осознание её значимости для физического и психического здоровья школьников; знание основ рекреационной деятельности, возрастных и психофизиологических особенностей учащихся основной школы, методик организации оздоровительных мероприятий; сформированность личностных качеств (коммуникабельность, креативность, организаторские способности, эмпатия, ответственность); владение практическими навыками организации и проведения различных форм рекреационной работы; определяющую способность успешно реализовывать рекреационные задачи в образовательном процессе основной школы.

В ходе исследования выявлена структура профессиональной готовности будущих учителей физической культуры к рекреационной работе с учащимися основной школы, включающая мотивационно-целевой, эмоционально-волевой, организационно-деятельностный, коммуникативный компоненты.

Проведенное исследование позволило выявить специфику рекреационной работы будущих учителей физической культуры с учащимися основной школы, которая заключается в сформированности знаний в области физической культуры; наличии представлений о сущности рекреационной деятельности и физкультурно-спортивной рекреации; сформированности умения применять методы и приёмы рекреационной работы с учащимися на практике; развитии личностных качеств, необходимых для успешной профессиональной деятельности; формировании готовности к организации рекреационной деятельности – добровольной двигательной активности с использованием физических упражнений, направленной на улучшение психофизиологической работоспособности, отдых и совершенствование личности школьников; создании условий для сохранения и укрепления

здоровья обучающихся, восстановления, отдыха, мотивации потребности в физической активности, улучшения саморегуляции, совершенствования творческой самореализации и эмоционально-волевой устойчивости; организации активного досуга и оздоровительных мероприятий в рамках внеучебной и внеурочной деятельности.

Теоретически разработана и научно обоснована модель подготовки будущих учителей физической культуры к рекреационной работе с учащимися основной школы, включающая целевой (цель), методологический (научные подходы и принципы), технологический (технология профессиональной подготовки будущих учителей физической культуры к рекреационной работе с учащимися основной школы), диагностический (критерии, показатели, уровни, диагностический инструментарий), результативный (ожидаемый результат) блоки.

Определен и обоснован критериальный базис по выявлению уровня профессиональной готовности будущих учителей физической культуры к рекреационной работе с учащимися основной школы. Мотивационно-когнитивный критерий характеризуется показателями: мотивированность будущих учителей физической культуры к профессиональной деятельности в целом и к рекреационной работе с учащимися основной школы; наличие системы знаний о специфике рекреационной работы с учащимися основной школы. Деятельностно-практический критерий представлен показателями: способность применять теоретические знания, умения и навыки в практической деятельности, демонстрируя необходимый уровень мастерства и адаптивности в рекреационной работе с учащимися основной школы; инициативность и готовность к инновациям в рекреационной работе с учащимися основной школы. Рефлексивно-аналитический критерий содержит показатели: способность к рефлексии при организации рекреационной работы с учащимися основной школы; способность к самоанализу и самооценке профессиональной деятельности при организации рекреационной работы с учащимися основной школы. На основе выделенных

критериев и показателей охарактеризованы уровни профессиональной готовности будущих учителей физической культуры к рекреационной работе с учащимися основной школы: высокий, средний, низкий.

В ходе исследования выявлены и апробированы педагогические условия профессиональной подготовки будущих учителей физической культуры к рекреационной работе с учащимися основной школы: использование потенциала профессионально ориентированных и элективных дисциплин для формирования целостного представления об особенностях обучения и воспитания учащихся в рамках рекреационных программ; интеграция теории и практики с целью подготовки будущих учителей физической культуры к работе с учащимися основной школы, направленной на формирование здорового образа жизни и развитие двигательной активности; интерактивность процесса профессиональной подготовки будущих учителей физической культуры к рекреационной работе с учащимися основной школы; реализация технологии профессиональной подготовки будущих учителей физической культуры к рекреационной работе с учащимися основной школы.

Технология подготовки будущих учителей физической культуры к рекреационной работе с учащимися основной школы представляет собой комплекс направлений (познавательно-развлекательное, спортивно-оздоровительное, туристическо-игровое), форм и методов работы. Технология реализуется в три этапа (подготовительный, профессионально-деятельностный, рефлексивный).

В результате реализации технологии подготовки будущих учителей физической культуры к рекреационной работе с учащимися основной школы в экспериментальной группе на 13,2% (с 11,8% до 25%) возросло количество респондентов с высоким уровнем. Менее заметные изменения произошли на среднем уровне – количество респондентов увеличилось на 5,9% (с 53,9% до 59,2%). В то же время отмечалось значительное уменьшение количества будущих учителей физической культуры с низким уровнем

профессиональной готовности к рекреационной работе с учащимися основной школы – на 18,5% (с 34,3% до 15,8%). В контрольной группе отмечались незначительные положительные изменения: количество респондентов с высоким уровнем увеличилось на 1,3% (с 11,5% до 12,8%); со средним уровнем – на 3,9% (с 56,4% до 60,3%), доля обучающихся с низким уровнем уменьшилась на 5,2% (с 32,1% до 26,9%).

Среди полученных качественных результатов отметим, что будущие учителя физической культуры проявили умение разрабатывать индивидуализированные планы физической активности, учитывающие не только медицинские показания и ограничения, но и интересы, предпочтения и возможности каждого ученика, включая выбор видов спорта и упражнений, модификацию правил игры и оборудования, создание благоприятных условий для участия в групповых занятиях. Оценивали прогресс учащихся, корректировали план при необходимости и обеспечивали его максимальное вовлечение в процесс физического воспитания.

Результаты исследования могут быть использованы в практической деятельности высших образовательных организаций, в частности при подготовке будущих учителей необходимо широко использовать междисциплинарные связи, предусматривающие интеграцию психолого-педагогических, валеологических, медицинских знаний с целью формирования целостного представления о рекреационной работе. При организации практической подготовки будущих учителей физической культуры необходимо делать акцент на рекреацию, организацию и проведение рекреационных школьных мероприятий (дней здоровья, спортивных часов, туристических слетов); закреплять за молодыми педагогами учителей-наставников с целью передачи навыков организации детского отдыха; проводить семинары и мастер-классы с целью внедрения новых форм и методов рекреационной работы; разрабатывать памятки по организации внеклассной физкультурно-оздоровительной работы.

По результатам проведенного исследования были сделаны следующие выводы:

1. На основе анализа научной литературы сформулировали рабочее определение ключевых дефиниций исследования «профессиональная подготовка будущих учителей физической культуры к рекреационной работе с учащимися основной школы», которое рассматриваем как целенаправленный образовательный процесс, имеющий целью формирование профессиональных компетенций, который включает освоение теоретико-методической базы дисциплин здоровьесберегающей и рекреационной направленности, овладение методикой организации рекреационной работы в основной школе, самореализацию в процессе осуществления рекреационных мероприятий и при проведении уроков с элементами рекреации, развитие практических навыков организации рекреационной работы, умение использовать современные технологии и инновационные подходы в рекреационной работе с учащимися основной школы, формирование способности обеспечивать всестороннее физическое развитие учащихся в процессе рекреационной деятельности; и «профессиональная готовность будущих учителей физической культуры к рекреационной работе с учащимися основной школы», которое рассматриваем как комплексную характеристику личности, включающую устойчивый интерес к рекреационной деятельности, осознание её значимости для физического и психического здоровья школьников; знание основ рекреационной деятельности, возрастных и психофизиологических особенностей учащихся основной школы, методик организации оздоровительных мероприятий; сформированность личностных качеств (коммуникабельность, креативность, организаторские способности, эмпатия, ответственность); владение практическими навыками организации и проведения различных форм рекреационной работы; определяющую способность успешно реализовывать рекреационные задачи в образовательном процессе основной школы.

Выявлена специфика рекреационной работы будущих учителей физической культуры с учащимися основной школы, которая заключается в сформированности знаний в области физической культуры; наличии представлений о сущности рекреационной деятельности и физкультурно-спортивной рекреации; сформированности умения применять методы и приёмы рекреационной работы с учащимися на практике; развитии личностных качеств, необходимых для успешной профессиональной деятельности; формировании готовности к организации рекреационной деятельности – добровольной двигательной активности с использованием физических упражнений, направленной на улучшение психофизиологической работоспособности, отдых и совершенствование личности школьников; создании условий для сохранения и укрепления здоровья обучающихся, восстановления, отдыха, мотивации потребности в физической активности, улучшения саморегуляции, совершенствования творческой самореализации и эмоционально-волевой устойчивости; организации активного досуга и оздоровительных мероприятий в рамках внеучебной и внеурочной деятельности.

2. Выявлены педагогические условия, обеспечивающие эффективность профессиональной подготовки будущих учителей физической культуры к рекреационной работе с учащимися основной школы: использование потенциала профессионально ориентированных и элективных дисциплин для формирования целостного представления об особенностях обучения и воспитания учащихся в рамках рекреационных программ; интеграция теории и практики с целью подготовки будущих учителей физической культуры к работе с учащимися основной школы, направленной на формирование здорового образа жизни и развитие двигательной активности; интерактивность процесса профессиональной подготовки будущих учителей физической культуры к рекреационной работе с учащимися основной школы; реализация технологии профессиональной

подготовки будущих учителей физической культуры к рекреационной работе с учащимися основной школы.

3. Модель профессиональной подготовки будущих учителей физической культуры к рекреационной работе с учащимися основной школы включает целевой (цель), методологический (научные подходы и принципы), технологический (технология профессиональной подготовки будущих учителей физической культуры к рекреационной работе с учащимися основной школы), диагностический (критерии, показатели, уровни, диагностический инструментарий), результативный (ожидаемый результат) блоки.

4. Выделены критерии и показатели оценивания уровня профессиональной готовности будущих учителей физической культуры к рекреационной работе с учащимися основной школы:

- мотивационно-когнитивный критерий с показателями: мотивированность будущих учителей физической культуры к профессиональной деятельности в целом и к организации рекреационной работы с учащимися основной школы; наличие системы знаний о специфике организации рекреационной работы с учащимися основной школы;

- деятельностно-практический критерий с показателями: способность применять теоретические знания, умения и навыки в практической деятельности, демонстрируя необходимый уровень мастерства и адаптивности в рекреационной работе с учащимися основной школы; инициативность и готовность к инновациям в организации рекреационной работы с учащимися основной школы;

- рефлексивно-аналитический критерий с показателями: способность к рефлексии при организации рекреационной работы с учащимися основной школы; способность к самоанализу и самооценке профессиональной деятельности при организации рекреационной работы с учащимися основной школы.

На основе выделенных критериев и показателей охарактеризованы три уровня профессиональной подготовки будущих учителей физической культуры к организации рекреационной работы с учащимися основной школы: высокий, средний, низкий.

5. Технология подготовки будущих учителей физической культуры к рекреационной работе с учащимися основной школы включает три этапа (подготовительный, профессионально-деятельностный, рефлексивный), на каждом из которых реализуются три направления работы (познавательно-развлекательное, спортивно-оздоровительное, туристическо-игровое) и педагогические условия.

Контрольный этап опытно-экспериментальной работы показал увеличение доли респондентов с высоким и средним уровнями профессиональной готовности будущих учителей физической культуры к рекреационной работе с учащимися основной школы в экспериментальной группе благодаря реализации технологии и педагогических условий профессиональной подготовки будущих учителей физической культуры к рекреационной работе с учащимися основной школы. В контрольной группе произошли незначительные положительные изменения.

Полученные результаты свидетельствуют об эффективности педагогических условий и технологии профессиональной подготовки будущих учителей физической культуры к рекреационной работе с учащимися основной школы.

Результаты проведенной работы подтверждают, что цель исследования достигнута, поставленные задачи решены, выдвинутая гипотеза подтверждена. Данное исследование не ставит своей целью полный и исчерпывающий анализ исследуемой проблемы.

Перспективы дальнейшего исследования видим в теоретико-методологическом обосновании и разработке системы работы по развитию массового студенческого спорта.

СПИСОК ИСПОЛЬЗОВАННОЙ ЛИТЕРАТУРЫ

1. Абдулина, О.А. Общепедагогическая подготовка учителя в системе высшего педагогического образования : для педагогических специальностей вузов / О.А. Абдулина. – Москва : Просвещение, 1989. – 139 с.
2. Абрамова, Т.Ф. Физическое развитие и физическая подготовленность современных детей младшего возраста. Нормативы оценки : монография / Т.Ф. Абрамова. – Москва : ФГБУ ФНЦ ВНИИФК, 2023. – 378 с.
3. Абрамова, В.В. Формирование профессиональной компетентности будущих учителей физической культуры : специальность 13.00.08 «Теория и методика профессионального образования» : автореферат диссертации соискание ученой степени кандидата педагогических наук / Абрамова Валентина Владимировна ; Ростовский государственный педагогический университет. – Ростов-на-Дону, 2006. – 26 с.
4. Алхасов, Д.С. Преподавание физической культуры по основным общеобразовательным программам : учебник для среднего профессионального образования / Д.С. Алхасов, С.Н. Амелин. – Москва : Издательство Юрайт, 2024. – 230 с. – URL: <https://urait.ru/bcode/541331> (дата обращения: 07.03.2025). – Текст : электронный.
5. Амбурцев, С.Н. Влияние соотношения различных методов упражнения на процесс формирования интереса школьников к урокам физической культуры : специальность 13.00.04 «Теория и методика физического воспитания, спортивной тренировки, оздоровительной и адаптивной физической культуры» : диссертация на соискание ученой степени кандидата педагогических наук / Амбурцев Сергей Николаевич. – Челябинск, 1998. – 150 с.
6. Ананьев, Б.Г. Избранные психологические труды : в 2-х томах / Ананьев Борис Герасимович ; составители: В.П. Лисенкова, Н.В. Кузьмина. – Москва : Педагогика, 1980. – 22 с.

7. Ангелова, О.Ю. Основы инновационной деятельности в сфере физической культуры и спорта : учебное пособие / О.Ю. Ангелова. – Москва: Лань, 2023. – 102 с.
8. Андреев, В.И. Педагогика : учебный курс для творческого саморазвития / В.И. Андреев ; Издание второе. Рекомендовано УМО РФ. ; Центр инновационных технологий. – Казань : 2000. – 608 с.
9. Анохин, П.К. Философские аспекты теории функциональной системы / П.К. Анохин. – Москва : Наука, 1978. – 400 с.
10. Арвисто, М.А. Необходимость новой воспитательной среды и организационной структуры для гуманизации спорта / Арвисто М.А., Семенов А.А. // Социально-экономические проблемы воспитания спортсменов в условиях перестройки советского общества : тезисы доклада всесоюзной научно-практической конференции (Минск, 1 – 4 июня 1990 г.). – Минск, 1990. – С. 66-67.
11. Артемов, С.В. К вопросу о философско-педагогической антропологии: отечественные ученые середины XIX – первой половины XX вв. / С.В. Артемов // Подготовка специалистов в сфере культуры и искусства: опыт, проблемы, перспективы : сборник материалов межвузовской научно – практической конференции. – Рязань : Изд-во РИНФО, 2011. – С. 312-315.
12. Архангельский, С.И. Учебный процесс в высшей школе и его закономерные основы и методы / С.И. Архангельский. – Москва : Высшая школа, 1980. – 368 с.
13. Асмолов, А.Г. Блеск и нищета системно-деятельностного подхода : монография / А.Г. Асмолов ; Деятельностный подход в образовании : Московский государственный педагогический университет. – Москва : МГПУ, 2018. – Кн. 1. – С. 127-158.
14. Астахов, А.В. Формирование готовности будущих учителей физической культуры к физкультурно-рекреативной деятельности в школе : специальность 13.00.08 «Теория и методика профессионального образования» : диссертация на соискание ученой степени кандидата

педагогических наук / Астахов Александр Викторович ; Московская государственная академия физической культуры. – Малаховка, 2008. – 25 с.

15. Ашмарин, Б.А. Теория и методика педагогических исследований в физическом воспитании : пособие для студентов, аспирантов и преподавателей институтов физической культуры. – Москва : Физкультура и спорт, 1978. – С. 223.

16. Ахаев, А.В. Научно-педагогические основы валеологизации обучения в системе школьного образования : специальность 13.00.08 «Теория и методика профессионального образования» : автореферат диссертации на соискание ученой степени доктора педагогических наук / Ахаев Андрей Васильевич. – Караганда, 2005. – 19 с.

17. Аяшев, О.А. Формирование профессиональной готовности будущего учителя к воспитательной работе средствами физической культуры: специальность 13.00.04 «Теория и методика физического воспитания, спортивной тренировки, оздоровительной и адаптивной физической культуры» : диссертация на соискание ученой степени доктора педагогических наук диссер / Аяшев Оналбай Аяшевич ; Государственный центральный институт физической культуры. – Москва, 1991. – 405 с.

18. Бабушкин, Г.Д. Психологические основы формирования профессионального интереса к педагогической деятельности / Г.Д. Бабушкин. – Омск : Омский государственный институт физической культуры, 1991. – 185 с.

19. Бавтрюков, И.А. Формирование психолого-педагогической компетентности у будущих специалистов по физической культуре и спорту: специальность 13.00.08 «Теория и методика профессионального образования» : диссертация на соискание ученой степени кандидата педагогических наук / Бавтрюков Иван Алексеевич; Ульяновский государственный университет. – Ставрополь, 2009. – 196 с.

20. Байденко, В.И. Компетентностный подход к проектированию государственных образовательных стандартов высшего профессионального

образования : методическое пособие / В.И. Байденко. – Москва: Исследовательский центр проблем качества подготовки специалистов, 2005. – 114 с.

21. Бальба, Р.В. Модель подготовки будущих педагогов физической культуры к оздоровительно-рекреационной работе со школьниками / Р.В. Бальба // Вестник Адыгейского государственного университета. Серия 3: Педагогика и психология. – Майкоп, 2017. – № 1(193). – С. 86-91.

22. Бальсевич, В.К. Спортивный вектор физического воспитания в российской школе = Sports Vector of Physical education at Russian School : Sports Vector of Physical education at Russian School : монография / В.К. Бальсевич. – Москва : Теория и практика физической культуры и спорта, 2006. – 111 с.

23. Баранников, А.В. Содержание общего образования: Компетентностный подход / А.В. Баранников. – Москва : ГУ ВШЭ, 2002. – 51 с.

24. Барков, В.А. Адаптивная физическая культура: состояние и перспективы развития / В.А. Барков // Материалы II международной научно-практической конференции «Здоровье для всех». – Пинск, 2010. – (Ч. 1). – С. 202-205.

25. Батт, С.Д. Формирование потребности в физическом совершенствовании старшеклассников как основа содержания школьной программы : специальность 13.00.04 «Теория и методика физического воспитания, спортивной тренировки, оздоровительной и адаптивной физической культуры» : диссертация на соискание ученой степени кандидата педагогических наук / Батт Сергей Дмитриевич. – Санкт-Петербург, 1998. – 190 с.

26. Батышев, С.Я. Профессиональная педагогика: учебник для студентов, обучающихся по педагогическим специальностям и направлениям/ С.Я. Батышев, А.М. Новиков // Издательство ЭГВЕС. – 2010. – 456 с.

27. Бауэр, В.Г. Организация педагогического контроля деятельности спортивных школ : методические рекомендации / В.Г. Бауэр. – Москва : Совет. спорт, 2003. – 32 с.
28. Бездухов, В.П. Теоретические проблемы становления педагогической компетентности учителя / В.П. Бездухов, С.Е. Мишина, О.В. Правдина. – Самара : Издательство СамГПУ, 2001. – 55 с.
29. Беликов, В.А. Образование. Деятельность. Личность : учебное пособие для студентов высших учебных заведений, обучающихся по специальности 050700.62 «Педагогика» / Беликов В.А. – Москва : Академия Естествознания, 2010. – 339 с.
30. Белкин, А.С. Концепция формирования и функционирования журнала – издания «Педагогическое образование» / А.С. Белкин, Б.М. Игошев // Педагогическое образование в России. – 2007. – №1 – С. 176-179.
31. Белинович, В.В. Обучение в физическом воспитании / В.В. Белинович. – Москва : Физкультура и спорт, 2020. – 240 с.
32. Белова, Ю.В. Современные технологии физкультурно-оздоровительной деятельности: учебно-методическое пособие / Ю.В. Белова, О.И. Ткачева, Е.Ю. Смирнова; – Великие Луки : Великолукская государственная академия физической культуры и спорта, 2022. – 156 с. – URL: <https://rucont.ru/efd/807702> (дата обращения: 01.11.2025). – Текст : электронный.
33. Бермус, А.Г. Методы гуманитарных исследований модернизации образования : монография / А.Г. Бермус ; Министерство образования и науки Российской Федерации, Федеральное государственное автономное образовательное учреждение высшего образования «Южный федеральный университет». – Ростов-на-Дону : Издательство Южного федерального университета, 2016. – 310 с.
34. Беспалько, В.П. Психологические парадигмы образования / В.П. Беспалько // Педагогика. – 2000. – № 5. – С. 13-20.

35. Битянова, М.Р. Социальная психология : учебное пособие / М.Р. Битянова. – Санкт-Петербург, 2008. – 368 с.
36. Бишаева, А.А. Физическая культура : учебник / А.А. Бишаева, А.А. Малков ; Москва: КноРус, – 2020. – 312 с.
37. Блинов, В.И. Введение в педагогическую деятельность : учебник для вузов / В.И. Блинов. – Москва : Издательство Юрайт, 2025. – 129 с.
38. Бондаревская, Е.В. Теория и практика личностно-ориентированного образования / Е.В. Бондаревская. – Ростов-на-Дону : Булат, 2000. – 351 с.
39. Бороздина, Г.В. Основы педагогики и психологии : учебник для среднего профессионального образования / Г.В. Бороздина. – Москва : Издательство Юрайт, 2025. – 418 с.
40. Бурухин, С.Ф. Методика обучения физической культуре. Гимнастика : учебное пособие для вузов / С.Ф. Бурухин. – Москва : Издательство Юрайт, 2020. – 173 с.
41. Быстрова, Ю.А., Основы специальной психологии и педагогики : учебник / Ю.А. Быстрова, С. Н. Савинков, А. Е. Быстрова. – Москва : КноРус, 2023. – 140 с. – URL: <https://book.ru/book/949422> (дата обращения: 02.11.2025). – Текст : электронный.
42. Варданян, Ю.В. Развитие студента как субъекта овладения профессиональной компетентностью : монография / Ю.В. Варданян, Т.В. Савинова, А.Н. Яшкова ; Министерство образования Российской Федерации. – Саранск : Мордовский государственный педагогический институт им. М.Е. Евсевьева, 2002. – 100 с.
43. Вербицкий, А.А. Контекстно-компетентностный подход к модернизации образования : дайджест / А.А. Вербицкий // Психология обучения. – 2011. – № 2 – С. 131-132.
44. Ветров, Ю.П. Качество профессиональной подготовки в современном вузе: теория и практика управления : монография / Ю.П. Ветров, А.Г. Кравченко ; Министерство образования и науки Российской Федерации, Федеральное государственное бюджетное

образовательное учреждение высшего образования «Армавирский государственный педагогический университет». – Армавир : АГПУ, 2017. – 167 с.

45. Виленский, М.Я. Физическая культура : учебник / М.Я. Виленский, А.Г. Горшков. – Москва : КноРус, 2020. – 216 с.

46. Виленская, Т.Е. Теория и методика физического воспитания: оздоровительные технологии физического воспитания младших школьников : учебник для среднего профессионального образования / Т.Е. Виленская. – Москва : Издательство Юрайт, 2025. – 285 с.

47. Виленская, Т.Е. Оздоровительные технологии физического воспитания детей младшего школьного возраста : учебник / Т.Е. Виленская. – Москва : Издательство Юрайт, 2025. – 285 с. – URL: <https://urait.ru/bcode/563233> (дата обращения: 01.11.2025). – Текст : электронный.

48. Верховцев, К.Н. Структура физкультурно-спортивных потребностей различных социально-демографических групп городского населения: специальность 13.00.04 «Теория и методика физического воспитания, спортивной тренировки, оздоровительной и адаптивной физической культуры» : диссертация на соискание ученой степени кандидата педагогических наук / Верховцев Константин Николаевич. – Тюмень, 2001. – 156 с.

49. Виноградова, Г.Л. Технология эволюционного реинжиниринга бизнес-процессов организации : монография / Г.Л. Виноградова, А.Н. Серёдкин. – Пенза : ПензГТУ, 2013. – 180 с.

50. Власова, О.П. Повышение двигательной активности современной молодежи как необходимого условия ее здоровьесбережения / О.П. Власова, Ю.В. Коричко, В.А. Шалаев // Теория и практика физической культуры. – 2023. – № 9. – С. 54-55.

51. Власова, Т.И. Педагогическая конфликтология: содержание конфликтов и технологии их разрешения : учебник / Т.И. Власова. – Москва : Директ-Медиа, 2022. – 232 с.
52. Воищева, Э.Л. Педагогическое сопровождение процесса саморазвития будущих учителей физической культуры в условиях цифровизации высшего образования / Э.Л. Воищева, И.Б. Ларина, Н.А. Нехороших // Теория и практика физической культуры. – 2023. – № 9. – С. 26-28.
53. Волков, И.П. Восхождение к гармонии / И.П. Волков. – Москва : Молодая гвардия, 1989. – 382 с.
54. Воспитательная работа в сфере физической культуры и спорта : учебное пособие / Т.В. Левченкова, Е.В. Киселева, Т.В. Аронова, Т.Н. Ольховик. – Москва : РГУФКСМиТ, 2021. – 156 с.
55. Выдрин, В.М. Физическая культура – вид культуры личности и общества : монография / В.М. Выдрин. – Санкт-Петербург : Изд-во гос. акад. физ. культуры им. П.Ф. Лесгафта, 2004. – 153 с.
56. Газман, О.С. Неклассическое воспитание : от автора. педагогики к педагогике свободы / О.С. Газман. – Москва : МИРОС, 2002. – 294 с.
57. Гимазов, Р.М. Модель процесса двигательного обучения на основе закономерностей развития ловкости / Р.М. Гимазов // Физическая культура в школе. – 2022. – № 6. – С. 11-21.
58. Гимазов, Р.М. Теория и методика физической культуры и спорта: обучение двигательным действиям : учебное пособие для вузов / Р.М. Гимазов. – Москва : Лань, 2024. – 156 с.
59. Германов, Г.Н. Двигательные способности и физические качества. Разделы теории физической культуры : учебник для вузов / Г.Н. Германов. – Москва : Издательство Юрайт, 2025. – 224 с. – URL: <https://urait.ru/bcode/563330> (дата обращения: 07.03.2025). – Текст : электронный.

60. Германов, Г.Н. Методика обучения предмету «Физическая культура». Легкая атлетика : учебник для среднего профессионального образования / Г.Н. Германов, В.Г. Никитушкин, Е.Г. Цуканова. – Москва : Издательство Юрайт, 2025. – 461 с. – URL: <https://urait.ru/bcode/563432> (дата обращения: 07.03.2025). – Текст : электронный.

61. Гершунский, Б.С. Перспективы развития системы непрерывного образования / Б.С. Гершунский. – Москва : Педагогика, 1990. – 37 с.

62. Глобенко, Р.Р. Педагогические условия и модель профессиональной подготовки будущих педагогов – учителей физической культуры к рекреационной работе в основной школе / Р.Р. Глобенко // Инновационное развитие профессионального образования. – 2026. – № 1(49). – С. 11-19.

63. Глобенко, Р.Р. Влияние качества физической рекреации студентов на уровень их физического развития и психоэмоционального состояния / Р.Р. Глобенко // Журнал Наука и Образование сегодня Издательство «Олимп» Иваново. – 2016. – № 9(10). – С. 81-84.

64. Глобенко, Р.Р. Эффективность применения элементов адаптивной двигательной рекреации при работе с детьми – инвалидами / Р.Р. Глобенко // Журнал Наука и Образование сегодня Издательство «Олимп» Иваново. – 2016. – № 9(10). – С. 84-89.

65. Глобенко, Р.Р. Актуальность поликультурного подхода в подготовке к профессиональной деятельности бакалавров физического воспитания / А.В. Цеван, Р.Р. Глобенко // Сборник научных трудов по материалам Международной научно-практической конференции «Здоровый образ жизни: тенденции, традиции, инновации». – Симферополь, 2019. – С. 216-217.

66. Глобенко, Р.Р. Повышение уровня здоровья у часто болеющих детей средствами адаптивной физической культуры. / Р.Р. Глобенко // Вопросы педагогики. – 2022. – № 9–1. – С. 24-28.

67. Глобенко, Р.Р. Пути усовершенствования и организации физкультурно-оздоровительной работы с пятиклассниками в общеобразовательной школе / Р.Р. Глобенко // Сборник научных трудов

«Здоровый образ жизни, физическая культура и спорт: тенденции, традиции, инновации». – Симферополь : ИТ «АРИАЛ», 2022. – С. 68-72.

68. Глобенко, Р.Р. Некоторые аспекты процесса формирования инклюзивной компетентности магистров кафедры физической культуры по направлению подготовки «Физическая культура для лиц с отклонениями в состоянии здоровья (адаптивная физическая культура)» в типовом учебном процессе / Р.Р. Глобенко // Педагогический журнал. – 2023. – № 9–1. – С. 462-471.

69. Глобенко, Р.Р. Обучение двигательным действиям детей с нарушением зрения в условиях общеобразовательной школы / Р.Р. Глобенко // Физическая культура. Рекреация. Спорт. Материалы VIII Международной научно-практической конференции «Место и роль физической культуры в современном обществе». – 2024. – С. 90-96.

70. Глобенко, Р.Р. Квази-профессиональная деятельность магистров АФК как основной резерв повышения их профессиональной компетентности / Р.Р. Глобенко // научно-практический журнал «Современная наука». – 2024. – С. 51-55.

71. Глобенко, Р.Р. Подвижные игры и креативные и телесно-ориентированные практики / Р.Р. Глобенко, М.А. Лелеко // В сборнике: Здоровый образ жизни, физическая культура и спорт: тенденции, традиции, инновации. – Симферополь, 2024. – С. 25-33.

72. Глазырина, Л.Д. Конспекты уроков для учителя физической культуры / Л.Д. Глазырина, И.А. Григорьянц. – Москва : Владос, 2021. – 416 с.

73. Голикова, Е.М. Применение модели смешанного обучения в преподавании физической культуры в школе / Е.М. Голикова, Т.М. Панкратович, В.Ю. Нефедова // Теория и практика физической культуры. – 2022. – № 6. – С. 111-112.

74. Горбунов, Г.Д. Психопедагогика спорта : учебник для среднего профессионального образования / Г.Д. Горбунов. – Москва : Издательство Юрайт, 2025. – 269 с.

75. Горбунова, Н.В. Самостоятельные занятия по физической культуре как средство профилактики переутомления студентов на дистанционном обучении / Горбунова Н.В., Горбунова В.Р. // Мир науки, культуры, образования. – 2023. – № 1 (98). – С. 226-228.

76. Горбунова, Н.В. Образовательный потенциал регионального контента в личностно-профессиональном становлении педагога / Н.В. Горбунова // Актуальные проблемы личностно-профессионального становления педагога : вызовы, тенденции и перспективы : Материалы Всероссийского форума, посвященного Году педагога и наставника. В 2-х частях (Воронеж, 18–20 мая 2023 г.) Том Часть 1. – Воронеж : Воронежский государственный педагогический университет, 2023. – С. 79-83.

77. Горбунова, Н.В. Педагогический потенциал спорта высших достижений в формировании гражданской активности студенческой молодежи / Н.В. Горбунова // Теория и практика физической культуры. – 2023. – № 11. – С. 68.

78. Горбунова, Н.В. Сущность и структура профессиональной компетенции магистров адаптивной физической культуры / Н.В. Горбунова, Р. Р. Глобенко // Образование и общество. – 2023. – № 6(143). – С. 84-92.

79. Горбунова, Н.В. Ключевые подходы в подготовке будущих педагогов к проектированию коррекционно-развивающей среды инклюзивного образования / Н.В. Горбунова, А.С. Фетисов // Социально-педагогическая поддержка лиц с ограниченными возможностями здоровья: теория и практика : Сборник статей по материалам VII Международной научно-практической конференции (Ялта, 25–27 мая 2023 г.) / Под научной редакцией Ю.В. Богинской. – Симферополь : Общество с ограниченной ответственностью «Издательство Типография «Ариал», 2023. – С. 89-92.

80. Горбунова, Н.В. Совершенствование организации квази-профессиональной деятельности магистров АФК как залог повышения профессиональной компетентности / Н.В. Горбунова, Р.Р. Глобенко // Вестник педагогических инноваций. – 2024. – № 2(74). – С. 60-69. – DOI 10.15293/1812-9463.2402.06.

81. Горбунова, Н.В. Методический подход к использованию информационно-коммуникационных технологий в образовательном процессе / Н.В. Горбунова, Д.В. Горобец, В.В. Селиванов. – Симферополь : ООО «Издательство Типография «Ариал», 2024. – 155 с.

82. Горбунова, Н.В. Система инклюзивного образования в Республике Крым / Н.В. Горбунова // Актуальные проблемы личностно-профессионального становления педагога: вызовы, тенденции и перспективы : сборник научных статей III Международного форума, посвященного Году защитника Отечества, в 2 частях (Воронеж, 17 мая 2025 г.) / Воронежский государственный педагогический университет, – Воронеж, 2025. – С. 22-25.

83. Государственная программа «Развитие образования до 2030 года», Постановление Правительства РФ от 26.12.2017 N 1642 (ред. от 24.07.2025) Режим доступа: https://www.consultant.ru/document/cons_doc_LAW_286474/ (Дата обращения: 31.10.2025). – Текст : электронный.

84. Государственные образовательные стандарты высшего профессионального образования. – Российское образование. Федеральный портал. Режим доступа: <http://www.edu.ru>. (Дата обращения: 13.04.2022). – Текст : электронный.

85. Давыдов, В.В. Проблемы развивающего обучения / В.В. Давыдов. – Москва : Академия, 2004. – 288 с.

86. Данилейко, М.С. Адаптация детей к школьным условиям средствами физической рекреации : специальность 13.00.04 «Теория и методика физического воспитания, спортивной тренировки, оздоровительной и адаптивной физической культуры» : диссертация на соискание ученой степени кандидата педагогических наук / Данилейко Максим Сергеевич ;

Санкт-Петербург государственная академия физической культуры им. П.Ф. Лесгафта. – Санкт-Петербург, 2008. – 27 с.

87. Девятловский, Д.Н. Педагогические условия формирования праксиологических умений будущих специалистов с учетом идей компетентностного подхода / Д.Н. Девятловский, В.В. Игнатова // Ежемесячный научный журнал Aimamater : Вестник высшей школы, 2013. – №8. – С. 113-116.

88. Дерманова, И.Б. Психозмоциональное благополучие. Интегративный подход : монография / И.Б. Дерманова – Санкт-Петербург : Нестор-История, 2020. – 357 с.

89. Джумаев, А.Д. Теоретические основы физической рекреации как составной части физической культуры: специальность 13.00.04 «Теория и методика физического воспитания, спортивной тренировки, оздоровительной и адаптивной физической культуры» : диссертация на соискание ученой степени кандидата педагогических наук / Джумаев Ахмет Джораевич. – Институт физической культуры им. П.Ф. Лесгафта. – Ленинград, 1999. – 23 с.

90. Димова, А.Л. Базовые виды физкультурно-спортивной деятельности с методикой преподавания : учебник для СПО / А.Л. Димова. – Москва : Юрайт, 2025. – 533 с.

91. Документы и материалы деятельности Федерального агентства по образованию. – Режим доступа: <http://www.ed.gov.ru>. (Дата обращения: 11.12.2022). – Текст : электронный.

92. Долматова, Т.В. Государственное управление в сфере физической культуры и массового спорта за рубежом: монография / Т.В. Долматова; ФГБУ ФНЦ ВНИИФК. – Москва, 2020. – 480 с.

93. Дорожкин, Е.М. Специфика контроля компетентностных результатов профессионального обучения / Е.М. Дорожкин, Л.В. Колясникова, Е.Ю. Щербина // Вестник Московского государственного гуманитарного университета им. М.А. Шолохова. – Москва : Педагогика и психология. – 2014. – № 4. – С. 43-51.

94. Дуркин, П.К. К проблеме воспитания личной физической культуры у школьников и студентов / П.К. Дуркин, М.П. Лебедева // Физическая культура : воспитание, образование, тренировка. – Москва, 2000. – № 2. – С. 50-53.

95. Еделева, Е.Х. Отношение учащихся разного возраста к учебному предмету и урокам физической культуры в средней школе: специальность 19.00.07 «Педагогическая психология» : диссертация на соискание ученой степени кандидата психологических наук / Еделева, Елена Гурьевна ; Ленинградский государственный педагогический институт им. А.И. Герцена. – Ленинград, 1989. – 196 с.

96. Елканов, С.Б. Основы профессионального самовоспитания будущего учителя / С.Б. Елканов. – Москва : Просвещение, 1989. – 189 с.

97. Ерошенкова, Е.И. Научная школа И.Ф. Исаева «Профессионально-педагогическая культура» : монография / Е.И. Ерошенкова, Н.В. Ерошенков ; Министерство науки и высшего образования Российской Федерации, Федеральное государственное автономное образовательное учреждение высшего образования «Белгородский государственный национальный исследовательский университет». – Белгород : НИУ «БелГУ», 2020. – 129 с.

98. Ершова, Н.Г. Профессионально-личностное развитие студентов в условиях психолого-педагогического сопровождения в вузе физической культуры / Н.Г. Ершова // Теория и практика физ. культуры. – 2005. – № 9. – С. 44-47.

99. Железняк, Ю.Д. Интеграция учебных дисциплин производственной практики в процессе физкультурного образования в профессиональную готовность будущего бакалавра физической культуры / Ю.Д. Железняк // XXII Международная научно-практическая конференция по проблемам физического воспитания учащихся «Человек, здоровье, физическая культура и спорт в изменяющемся мире» : Всерос. научно-исслед. ин-т физ. культуры и спорта. – Коломна, 2012. – С. 230-233.

100. Железовская, Г.И. Формирование рефлексивной культуры как составляющая профессиональной подготовки будущих специалистов среднего звена / Г.И. Железовская, Н.В. Трунилина // Педагогика. – 2013. – № 10. – С. 76-81.

101. Зайцев, А.А. Элективные курсы по физической культуре. Практическая подготовка : учебник для среднего профессионального образования / под общей редакцией А.А. Зайцева. – Москва : Издательство Юрайт, 2025. – 321 с.

102. Загвязинский, В.И. Теория обучения и воспитания : учебник и практикум для вузов / В.И. Загвязинский, И.Н. Емельянова. – Москва : Издательство Юрайт, 2025. – 230 с. – URL: <https://urait.ru/bcode/559868> (дата обращения: 01.11.2025). – Текст : электронный.

103. Загревский, О.И. Гимнастика в 9 –11-х классах : методические рекомендации для студентов, преподавателей, учителей физической культуры / О.И. Загревский, А.И. Загревская. – Томск : ТГУ, 2009. – 37 с.

104. Зайцев, Г.К. Воспитание и судьба: живая педагогика: учебное пособие для студентов педагогических и гуманитарных факультетов / Г.К. Зайцев, А.Г. Зайцев ; Министерство образования и науки Российской Федерации, Псковский государственный университет. – Псков : Псковский государственный университет, 2016. – 242 с.

105. Закон Российской Федерации «Об образовании» // Образование в документах и комментариях. – Москва : АСТ «Астрель» Профиздат, 2025. – 64 с.

106. Залетаев, И.П. Анализ проведения и планирование уроков физической культуры / И.П. Залетаев. – Москва : Физкультура и спорт, 2020. – 378 с.

107. Зверева, М.В. О системе начального обучения, направленной на общее развитие учащихся (система Л.В. Занкова) / М.В. Зверева // Психологическая науки и образование. – Москва. – 1996. – № 4. – С. 53-57.

108. Зволинская, Н.И. Учебники и учебные пособия в системе образования по направлению «Физическая культура» : методическое руководство / Н.И. Зволинская, И.П. Космина. – Москва : Физическая культура, 2006. – 134 с.

109. Зеер, Э.Ф. Психология профессий : учебное пособие / Э.Ф. Зеер. – Москва : Академический Проект, 2020. – 336 с. – URL: <https://e.lanbook.com/book/132582> (дата обращения: 28.10.2025). – Текст : электронный.

110. Зеер, Э.Ф. Компетентностный подход в реализации профессионального развития личности специалиста / Зеер Э.Ф., Мухлынина О.В. // Формирование компетенций в практике преподавания общих и профессиональных дисциплин в учреждениях среднего профессионального образования: сборник статей по материалам Всероссийской научно-практической конференции ; Екатеринбург. – 2021. – С. 101-106.

111. Зимняя, И.А. Коммуникативная компетентность: психологическая характеристика / И.А. Зимняя // V Съезд Общероссийской общественной организации «Российское психологическое общество». Материалы участников съезда. Т. 1. – Москва : Российское психологическое общество, 2012. – 33 с.

112. Зеленко, Н.В. Профессиональная самоидентификация как категория педагогики / Н.В. Зеленко, А.А. Науменко // Вестник Армавирского государственного педагогического университета. – 2019. – № 3. – С. 5-13.

113. Ильин, Е.П. Психология и физиология. Союз или конфронтация? : исторические очерки / Е.П. Ильин. – Санкт-Петербург : Реноме, 2020. – 572 с.

114. Ипполитова, М.В. Готов ли ваш ребенок к школе? / М.В. Ипполитова, О.Н. Усанова // Дефектология : научно-методический журнал Академии педагогических наук / Ред. В.И. Лубовский, В. Бирюков. – 1972. – № 3 – С. 87-89.

115. Ипполитов, М.М. Актуальность и перспективы в XXI веке / М.М. Ипполитов : / Министерство культуры Российской Федерации. – Москва : Белый ветер, 2020. – 251 с.

116. Исаев, И.Ф. Классное руководство : учебник для среднего профессионального образования / под редакцией И.Ф. Исаева. – Москва : Издательство Юрайт, 2025. – 342 с.

117. Исаченко, Т.Е. Рекреационное природопользование : учебник для вузов / Т.Е. Исаченко, А.В. Косарев. – Москва : Издательство Юрайт, 2020. – 268 с. – URL: <http://biblio-online.ru/bcode/456687> (дата обращения: 18.12.2023). – Текст : электронный.

118. Использование средств рекреационно-оздоровительной направленности на уроках физической культуры / А.И. Васильов, В.Ф. Усманов, В.С. Кругликова, Л.Ю. Десяткина // Актуальные проблемы физической культуры, спорта и туризма : Материалы XIV Международной научно-практической конференции, посвященной 75-летию Победы в Великой Отечественной войне (Уфа, 25-27 марта 2020 г.) Том 1. – Уфа : Уфимский государственный авиационный технический университет, 2020. – С. 95-99.

119. Кабачков, В.А. Уроки физической культуры в 7–8 классах средней школы / В.А. Кабачков. – Москва : Машиностроение, 2021. – 529 с.

120. Кан-Калика В.А. Педагогическое творчество / В.А. Кан-Калик, Н.Д. Никандров. – Москва : Педагогика, 1990. – 142 с.

121. Каргополов, Е.Н. Социальная модель преподавателя по физической культуре и спорту : специальность 13.00.04 «Теория и методика физического воспитания, спортивной тренировки, оздоровительной и адаптивной физической культуры» : диссертация на соискание ученой степени кандидата педагогических наук / Каргополов Евгений Павлович. – Ленинград, 1982. – 192 с.

122. Кардялис, К.К. Отношение будущих специалистов физической культуры к здоровому образу жизни / К.К. Кардялис // Социология образования. – 2008. – № 3. – С. 72-73.

123. Карелова, И.И. Комплексное развитие детей. Познавательная, речевая, игровая, социальная деятельность / И.И. Карелова ; ФГОС ДО. – Москва : Учитель, 2020. – 134 с.

124. Качалова, Л.П. Супервизия как прогрессивный ресурс формирования профессиональной компетенции педагогов: монография / Л.П. Качалова, Л.Г. Светоносина; Министерство просвещения РФ, Шадринский государственный педагогический университет. – Курск, 2022. – 100 с.

125. Кларин, М.В. Корпоративный тренинг, наставничество, коучинг : учебник для вузов / М.В. Кларин. – Москва : Издательство Юрайт, 2025. – 288 с. – URL: <https://urait.ru/bcode/562199> (дата обращения: 02.11.2025). – Текст : электронный.

126. Кларин, М.В. Эффективные методы обучения в информационно-образовательной среде : методическое пособие / М.В. Кларин. – Москва : Институт стратегии развития образования РАО, 2021. – 118 с.

127. Клименко, А.А. Организация активного отдыха: учебное пособие / А.А. Клименко, А.К. Хашханок, Э.А. Каминская ; Министерство сельского хозяйства РФ, ФГБОУ ВО «Кубанский государственный аграрный университет имени И.Т. Трубилина». – Краснодар : КубГАУ, 2018. – 146 с.

128. Ключко, В.Е. Образовательное взаимодействие: системно-антропологический контекст : учебное пособие / В.Е. Ключко, О.М. Краснорядцева, Э.А. Щеглова. – Томск : ТГУ, 2016. – 130 с. – URL: <https://e.lanbook.com/book/105072> (дата обращения: 02.11.2025). – Текст : электронный.

129. Коджаспирова, Г.М. Педагогическая антропология : учебник и практикум для вузов / Г.М. Коджаспирова. – Москва : Издательство Юрайт,

2025. – 360 с. – URL: <https://urait.ru/bcode/560544> (дата обращения: 02.11.2025). – Текст : электронный.

130. Койносов, В.В. Формирование потребности в физической культуре у учащихся младшего школьного возраста : специальность 13.00.04 «Теория и методика физического воспитания, спортивной тренировки, оздоровительной и адаптивной физической культуры» : автореферат диссертации на соискание ученой степени кандидата педагогических наук / Койносов, Владимир Васильевич. – Омск, 1992. – 21 с.

131. Колесникова, И.А. Коммуникативная деятельность педагога : учебное пособие для студентов высших учебных заведений, обучающихся по специальности : Педагогика / И.А. Колесникова; под ред. В.А. Сластенина. – Москва : Академия, 2007. – 328 с.

132. Коменский, Я.А. Великая дидактика / Я.А. Коменский. – Санкт-Петербург : журнал «Семья и школа», 1877. – 312 с.

133. Кольга, В.В. Теория и методология проектирования педагогически интегрированной системы аэрокосмического образования : монография / В.В. Кольга. – СПб. : Издательство РГПУ им. А.И. Герцена, 2004. – 142 с.

134. Коровин, С.В. Применение проблемного метода обучения при преподавании гуманитарных дисциплин / С.В. Коровин, О.Н. Салмановой // Современные технологии непрерывного обучения школа-вуз. – Воронеж, 2019. – 130-131 с.

135. Коровин, С.С. Физическая культура. Ценности. Личность : учебное пособие / С.С. Коровин. – Москва : Директ-Медиа, 2020. – 199 с.

136. Королев, А.С. Круговая тренировка как средство массовой физической подготовки студентов : учебное пособие для вузов / А.С. Королева. – Москва : Лань, 2023. – 68 с.

137. Коростылева, Л.А. Психология самореализации личности / Л.А. Коростылева. – Санкт-Петербург : Издательство Санкт-Петербургского университета, 2000. – 292 с.

138. Коротаева, Е.В. Педагогическое взаимодействие : учебное пособие для вузов / Е.В. Коротаева. – Москва : Издательство Юрайт, 2025. – 217 с. – URL: <https://urait.ru/bcode/557191> (дата обращения: 02.11.2025). – Текст : электронный.

139. Коротаева, Е.В. Образовательные технологии в педагогическом взаимодействии: учебное пособие для вузов / Е.В. Коротаева. – Москва : Юрайт, 2022. – 181 с.

140. Крылов, А.А. Психология : учебник (2-е издание) / А.А. Крылов. – Москва ; Издательство Проспект, 2005. – 474 с.

141. Крившенко, Л.П. Педагогика. Учебник для бакалавров / Л.П. Крившенко. – Москва : Проспект, 2023. – 488 с.

142. Крившенко, Л.П. Педагогика : учебник и практикум для вузов / Л.П. Крившенко, Л.В. Юркина. – Москва : Издательство Юрайт, 2025. – 400 с. – URL: <https://urait.ru/bcode/560076> (дата обращения: 03.11.2025). – Текст : электронный.

143. Крутецкий, В.А. Психология обучения и воспитания школьников / В.А. Крутецкий. – Москва, 1976. – 55 с.

144. Кузнецов, В.В. Общая и профессиональная педагогика : учебник и практикум для вузов / В.В. Кузнецов. – 2-е изд., испр. и доп. – Москва : Издательство Юрайт, 2025. – 156 с. – URL: <https://urait.ru/bcode/560305> (дата обращения: 02.11.2025). – Текст : электронный.

145. Кузнецов, В.С. Теория и история физической культуры / В.С. Кузнецов, Г.А. Колодецкий. – Москва : КноРус, 2020. – 448 с.

146. Кузнецова, Е.П. Педагогические условия формирования профессиональной компетентности будущих социальных педагогов : специальность 13.00.08 «Теория и методика профессионального образования» : автореферат диссертации на соискание ученой степени кандидата педагогических наук / Кузнецова Елена Петровна : Институт медико-биологических проблем. – Москва, 2009. – 24 с.

147. Кузьмина, Н.В. Методы системного педагогического исследования : учебное пособие / Н.В. Кузьмина и др. – Москва : Народное образование, 2002. – 207 с.

148. Кузьмина, Н.В. Системный подход в педагогическом исследовании / Н.В. Кузьмина // Методология педагогических исследований. – Москва, 1980. – № 1. – С. 67-81.

149. Кузьмин, Н.Н. Организация самостоятельной работы студентов по курсу «Педагогика» : учебно-методическое пособие / Н.Н. Кузьмин, Е.В. Кузьмина, Т.Б. Хорошилова ; Институт психологии и образования, Кафедра психологии, педагогики и специального образования. – Липецк : Липецкий гос. пед. ун-т им. П.П. Семенова-Тян-Шанского, 2020. – 20 с.

150. Куприянов, Б.Г. Организация досуговых мероприятий: учебник для программ среднего профессионального образования по специальности «Педагогика дополнительного образования» / Б.В. Куприянов. – Москва : Академия, 2017. – 283 с.

151. Кутепов, М.Е. Структура потребностей и интересов школьников и трудящихся на занятиях физическими упражнениями и спортом : специальность 13.00.04 «Теория и методика физического воспитания, спортивной тренировки, оздоровительной и адаптивной физической культуры» : автореферат диссертации на соискание ученой степени кандидата педагогических наук / Кутепов Михаил Ефимович. – Москва, 1980. – 270 с.

152. Куценко, В.Г. Педагогические знания – в массы В помощь лектору / В.Г. Куценко. – Ленинград : Ленингр. орг. о-ва «Знание» РСФСР, 1983. – 16 с.

153. Леньшина, М.В. Гимнастика и оздоровительные системы в программах по физической культуре : учебное пособие / М.В. Леньшина. – Воронеж : ВГИФК, 2020. – 13 с.

154. Леонтьев, А.Н. Проблемы развития психики / А.Н. Леонтьев; под редакцией и с предисловием Д.А. Леонтьева. – Москва : Смысл, 2020. – 526 с.

155. Лернер, И.Я. Дидактические основы методов обучения / И.Я. Лернер. – Москва : Педагогика, 1981. – 185 с.

156. Лесгафт, П.Ф. Педагогика. Избранные труды / П.Ф. Лесгафт. – Москва : Издательство Юрайт, 2025. – 374 с. – URL: <https://urait.ru/bcode/562640> (дата обращения: 02.11.2025). – Текст : электронный

157. Лихачев, Б.Т. Педагогика : учебное пособие для студентов вузов и слушателей институтов и факультетов повышения квалификации и переподготовки научно-педагогических кадров / Б.Т. Лихачев. – Москва : Юрайт, 2001. – 607 с.

158. Лобастова, М.А. Теория и методика физического воспитания с практикумом : учебно-методическое пособие / М.А. Лобастова. – Барнаул : АлтГПУ, 2022. – 70 с. – URL: <https://e.lanbook.com/book/292118> (дата обращения: 02.11.2025). – Текст : электронный.

159. Ломов, Б.Ф. Психическая регуляция деятельности. Избранные труды : монография / Б.Ф. Ломов ; ответственные редакторы В.А. Барабанщиков, А.Л. Журавлев, В.А. Кольцова. – Москва : Институт психологии РАН, 2006. – 624 с.

160. Лотоненко, А.В. Физическая рекреация в физкультурно-оздоровительной деятельности : учебное пособие / А.В. Лотоненко, В.С. Зыков, А.С. Косицин, Н.В. Лотоненко. – Воронеж : ВГГТУ, 1996. – 36 с.

161. Лотоненко, А.В. Потребность в физической культуре как области деятельности / А.В. Лотоненко, А.Н. Плешаков // Теория и практика ФК. – Москва, 2020. – № 5. – 22 с.

162. Лубышева, Л.И. Приоритеты профессиональной подготовки учителя-тренера-преподавателя: от теоретико-абстрактного к практико-ориентированному обучению / Л.И. Лубышева // Теория и практика физической культуры. – 2023. – № 9. – С. 103.

163. Лукманова, Н.Б. Физическая активность как детерминанта формирования культуры здорового образа жизни детей школьного возраста / Н.Б. Лукманова, А.В. Малинин, Д.Н. Пухов // Теория и практика физ. культуры. – 2023. – № 9. – С. 68-70.

164. Лукьянова, Н.А. Социокультурные аспекты деятельности организатора массовых физкультурно-спортивных, рекреационных и анимационных мероприятий : учебное пособие / Н.А. Лукьянова, Е.В. Гинжол, Т.А. Кравчук ; Сибирский гос. ун-т физ. культуры и спорта; – Омск : Издательство СибГУФК, 2023. – 175 с.

165. Лукьяненко, В.П. Теория физической культуры и спорта : учебное пособие для вузов / В.П. Лукьяненко. – Москва : Лань, 2024. – 116 с.

166. Лызь, Н.А. Методика преподавания психологии : учебник и практикум для бакалавриата и специалитета / Н.А. Лызь. – Москва : Издательство Юрайт, 2025. – 308 с. – URL: <https://urait.ru/bcode/574991> (дата обращения: 02.11.2025). – Текст : электронный.

167. Магомедов, Р.Р. Современные дидактические средства обучения физической культуре и спорту по направлениям педагогической подготовки : учебное пособие / Р.Р. Магомедов, А.В. Агеев, А.М. Дауров ; под общей редакцией доктора педагогических наук, профессора Магомедова Руслана Расуловича ; Министерство науки и высшего образования Российской Федерации, Министерство образования Ставропольского края, Государственное бюджетное образовательное учреждение высшего образования «Ставропольский государственный педагогический институт», Кафедра физического воспитания и адаптивной физической культуры. – Москва : Знание, 2020. – 350 с.

168. Макарова, А.К. Профессиональная этика и этикет сервисной реальности : учебное пособие / А.К. Макарова, С.В. Мусийчук ; Министерство науки и высшего образования Российской Федерации, ФГБОУ ВО «Сочинский государственный университет», филиал в г. Анапе Краснодарского края. – Краснодар : Новация, 2022. – 102 с.

169. Макаренко, А.С. Теоретик и практик педагогики (130 лет со дня рождения советского педагога и писателя) : библиографический рекомендательный указатель / А.С. Макаренко // Курский государственный

университет, Научная библиотека; составитель Ю.И. Бирюкова. – Курск : Издательство КГУ, 2018. – 21 с.

170. Малышева, А.А. Компетенции молодых выпускников вузов, обеспечивающие конкурентноспособность на рынке труда / А.А. Малышева, И.В. Невраева. – URL: <http://www.youwe.tom.ru/nauka-i-stati/stati-prosto-o-slozhnom/kompetencija-molodyh-vypustnikov-vuzov/>. (Дата обращения: 16.12.2023). – Текст : электронный.

171. Манжелей, И.В. Теоретические и прикладные аспекты методической работы учителя физической культуры : учебник для среднего профессионального образования / И.В. Манжелей. – Москва : Издательство Юрайт, 2025. – 182 с. – URL: <https://urait.ru/bcode/565455> (дата обращения: 07.03.2025). – Текст : электронный.

172. Мануйленко, Э.В. Физическая культура и спорт для каждого / Э.В. Мануйленко, К.Г. Томилин // Ценности, традиции и новации современного спорта : материалы III Международного научного конгресса: в 3 ч., Минск, 14-15 ноября 2024 года. – Минск : Учреждение образования «Белорусский государственный университет физической культуры», 2024. – С. 322-328. – EDN FMJSMF.

173. Маркова, А.К. Психология профессионализма / А.К. Маркова. – Москва : Международный гуманитарный фонд «Знание», 1996. – 308 с.

174. Маслов, В.И. Формирование готовности специалиста физической культуры к педагогической самореализации : специальность 13.00.04 «Теория и методика физического воспитания, спортивной тренировки, оздоровительной и адаптивной физической культуры» : автореферат диссертации на соискание ученой степени кандидата педагогических наук / Маслов Владимир Иванович ; Санкт-Петербургская государственная академия физической культуры им. П.Ф. Лесгафта. – 1997. – 24 с.

175. Матвеев, Л.П. Теория и методика физической культуры : учебник / Л.П. Матвеев. – Москва : Спорт, 2021. – 520 с.

176. Матов, В.В. Методы и основы врачебного контроля при занятиях массовой физической культурой: / Л.П. Матов ; ВНИИ физ. культуры. – Москва : Отд. исслед. и разраб. НТИ «Спорт», 1986. – 22 с.

177. Махмутов, М.М. Проблемное обучение : основные вопросы теории / М.М. Махмутов. – Москва : Педагогика, 1975. – 364 с.

178. Махмутов, М.И. Организация проблемного обучения в школе / М.И. Махмутов. – Москва : Просвещение, 1977. – 240 с.

179. Мелёхин, А.В. Правовое регулирование физической культуры и спорта : учебник для бакалавриата и магистратуры / А.В. Мелёхин. – Москва : Издательство Юрайт, 2022. – 479 с. – URL: <https://urait.ru/bcode/488328> (дата обращения: 07.03.2025). – Текст : электронный.

180. Менчинская, Е.А. Основы здоровьесберегающего обучения в начальной школе: Методические рекомендации по преодолению перегрузки учащихся / Е.А. Менчинская. – Москва : Вентана-Граф, 2008. – 55 с.

181. Минин, М.Г. Проблемно-ориентированная и проектно-организованная модель обучения Ольборгского университета / М.Г. Минин, М.А. Соловьёв, Н.Ю. Вьюжанина // Актуальные социальные проблемы молодежи и образования. – Томск : Изд-во ТПУ, 2012. – С. 7-12.

182. Миргородская, Е.В. Профессиональная подготовка будущих педагогов по физической культуре к рекреационной работе с дошкольниками: специальность 13.00.08 «Теория и методика профессионального образования»: автореферат диссертации на соискание ученой степени кандидата педагогических / Миргородская Екатерина Вячеславовна; Южный Уральский государственный университет. – Челябинск, 2010. – 22 с.

183. Михайлова, Т.А. Создание социально-образовательной среды для обучения студентов с особыми адаптивными возможностями : учебно-методическое пособие / Т.А. Михайлова. – Москва : МГППУ, 2019. – 88 с.

184. Мишагин, В.Н. Личностно-ориентированный подход к организации профессиональной подготовки будущего учителя физической культуры : специальность 13.00.01. «Общая педагогика, история педагогики и

образования» : автореферат диссертации на соискание ученой степени кандидата педагогических наук / Мишагин Виктор Николаевич. – Саратов, 2001. – 190 с.

185. Можаяев Э.Л. Особенности применения игровой деятельности в совершенствовании тактической подготовки волейболистов 18-19 лет (на примере студенческих команд) / Э.Л. Можаяев // Образование и право, 2020. – № 1. – С. 281.

186. Монахов, В.М. Введение в теорию педагогических технологий: монография / В.М. Монахов : Волгоград. гос. пед. ун-т. – Волгоград : Перемена, 2006. – 318 с.

187. Мудрик, А.В. Социально-педагогические проблемы социализации : монография / А.В. Мудрик. – Москва : МПГУ, 2016. – 256 с.

188. Найн, А.Я. Педагогический эксперимент: методика и его организация : учебное пособие / А.Я. Найн, З.М. Уметбаев ; М-во образования Рос. Федерации, Магнитогор. гос. ун-т. – Магнитогорск : МаГУ, 2002. – 125 с.

189. Никандров, Н.Д. Общие основы педагогики : учебник для вузов / Н.Д. Никандров, В.В. Анисимов, О.Г. Грохольская. – Москва : Просвещение, 2006. – 574 с.

190. Николаев, Ю.М. Теоретико-методологические основы физической культуры : специальность 13.00.04 «Теория и методика физического воспитания, спортивной тренировки, оздоровительной и адаптивной физической культуры» : автореферат диссертации на соискание ученой степени доктора педагогических наук / Николаев Юрий Михайлович. – Санкт-Петербург, 1998. – 351 с.

191. Никулин, Н.Н. Подготовка будущего учителя к физкультурно-рекреативной деятельности с учащимися общеобразовательной школы : специальность 13.00.04 «Теория и методика физического воспитания, спортивной тренировки, оздоровительной и адаптивной физической

культуры» : автореферат диссертации на соискание ученой степени кандидата педагогических наук / Никулин Игорь Николаевич. – Белгород, 2000. – 209 с.

192. Никитушкин, В.Г. Оздоровительные технологии в системе физического воспитания : учебник для вузов / В.Г. Никитушкин, Н.Н. Чесноков, Е.Н. Чернышева. – Москва : Издательство Юрайт, 2025. – 279 с.

193. Новиков, А.М. Основания педагогики : пособие для авторов учебников и преподавателей педагогики / А.М. Новиков. – Москва : Эгвес, 2010. – 204 с.

194. Новоселова, И.И. Развитие культуры духовного и физического здоровья будущего учителя в процессе профессиональной подготовки: специальность 13.00.01. «Общая педагогика, история педагогики и образования» : автореферат диссертации на соискание ученой степени кандидата педагогических наук / Новоселова Ирина Игоревна ; Марийский государственный педагогический институт им. Н.К. Крупской. – Йошкар-Ола, 2000. – 22 с.

195. Огольцова, Е.Г. Сущность готовности будущего преподавателя физического воспитания к профессиональной деятельности в современных условиях / Е.Г. Огольцова, С.А. Чанзан // Молодой ученый. – 2021. – № 5 (347). – С. 344-346.

196. Околелов, О.П. Педагогика высшей школы : учебник / О.П. Околелов. – Москва : Инфра-М, 2023. – 187 с.

197. Осипцов, А.В. Психолого-педагогические условия воспитания общечеловеческих ценностей у студенческой молодежи / А.В. Осипцов, А.Л. Ускова // Общественные и гуманитарные науки. Военная подготовка : материалы 89-й научно-технической конференции профессорско-преподавательского состава, научных сотрудников и аспирантов (с международным участием), (Минск, 3-18 февраля 2025 г.). – Минск : БГТУ, 2025. – С. 289-291.

198. Павлов, С.Н. Организационно-педагогические условия формирования общественного мнения органами местного самоуправления : специальность 13.00.04 «Теория и методика физического воспитания, спортивной тренировки, оздоровительной и адаптивной физической культуры» : диссертация на соискание ученой степени кандидата педагогических наук / Павлов Сергей Николаевич. – Магнитогорск, 1999. – 179 с.

199. Петунин, О.В. Теоретические основы подготовки студентов к профессиональной деятельности учителя физической культуры : специальность 13.00.08 «Теория и методика профессионального образования» : автореферат диссертации на соискание ученой степени кандидата педагогических наук / Петунин Олег Владимирович. – Воронеж, 1996. – 362 с.

200. Песталоцци, И.Г. Избранные педагогические сочинения : в двух томах / И.Г. Песталоцци ; под ред. В.А. Ротенберг, В.М. Кларина. – Москва : Педагогика, 1981. – 21 с.

201. Пиотровски, Л.М. Физическая рекреация как часть физической культуры : специальность 13.00.08 «Теория и методика профессионального образования» : автореферат диссертации на соискание ученой степени кандидата педагогических наук / Пиотровски Лех Максимильянович. – Ленинград, 1980. – 167 с.

202. Письменский, И.А. Физическая культура : учебник для вузов / И.А. Письменский, В.Н. Пищулин. – Москва : Издательство Юрайт, 2025. – 450 с. – URL: <https://urait.ru/bcode/560410> (дата обращения: 01.11.2025). – Текст : электронный.

203. Пожидаев, С.Н. Игровые формы профессиональной подготовки студентов института физической культуры : специальность 13.00.04 «Теория и методика физического воспитания, спортивной тренировки, оздоровительной и адаптивной физической культуры» : автореферат

диссертации на соискание ученой степени кандидата педагогических наук / Пожидаев Сергей Николаевич. – Москва, 1992. – 24 с.

204. Подвижные игры : методические указания / Мезенцева В.А. – Кинель : ИБЦ Самарского ГАУ, 2021 . – 23 с. – URL: <https://rucont.ru/efd/745508> (дата обращения: 01.11.2025). – Текст : электронный.

205. Подымова, Л.С. Педагогика : учебник и практикум для вузов / под общей редакцией Л.С. Подымовой, В.А. Сластенина. – Москва : Издательство Юрайт, 2025. – 227 с. – URL: <https://urait.ru/bcode/559808> (дата обращения: 02.11.2025). – Текст : электронный.

206. Полонский, В.М. Оценка качества научно-педагогических исследований : учебное пособие / В.М. Полонский. – Москва : ИНФРА-М, 2019. – 220 с.

207. Пономарев, Н.И. Предмет теории физического воспитания / Н.И. Пономарев, д-р пед. наук, проф. ; Гос. ин-т физ. культуры им. П.Ф. Лесгафта. – Ленинград, 1976. – 35 с.

208. Попов, Ю.А. Физические упражнения как одно из средств оздоровления человека : методическое пособие / Ю.А. Попов. – Москва : РГУФКСМиТ, 2020. – 98 с.

209. Приказ Министерства образования и науки Российской Федерации от 19.09.2017 № 940 «Об утверждении федерального государственного образовательного стандарта высшего образования – бакалавриат по направлению подготовки 49.03.01 Физическая культура» (Зарегистрирован 16.10.2017 № 48566) Режим доступа: <http://publication.pravo.gov.ru/document/000120171018001>.

210. Приказ Министерства спорта РФ от 3 августа 2022 г. № 635 «Об утверждении особенностей организации образовательной деятельности для обучающихся с ограниченными возможностями здоровья по дополнительным общеобразовательным программам в области физической культуры и спорта

в отношении дополнительных образовательных программ спортивной подготовки» Режим доступа: <https://base.garant.ru/405165193>.

211. Принципы, обеспечивающие эффективность технологий использования адаптивной двигательной рекреации и адаптивного спорта / С.П. Евсеев и др. // Теория и практика физической культуры. – 2023. – № 9. – С. 71-72.

212. Приходько, В.В. Педагогические основы физкультурного образования студентов : специальность 13.00.04 «Теория и методика физического воспитания, спортивной тренировки, оздоровительной и адаптивной физической культуры» : автореферат диссертации на соискание ученой степени кандидата педагогических наук / Приходько Владимир Васильевич. – Москва, 1992. – 47 с.

213. Прохорова М.В. Динамика мотивации и удовлетворённости трудом на разных этапах развития организации : монография / М.В. Прохорова; Министерство науки и высшего образования Российской Федерации, Научно-исследовательский Нижегородский государственный университет им. Н.И. Лобачевского. – Нижний Новгород : Издательство Нижегородского государственного университета, 2022. – 205 с.

214. Равен, Дж. Компетентность в современном обществе. Выявление, развитие и реализация / Равен Дж. – Москва : Когито-Центр, 2002. – 396 с.

215. Радионова, Н.Ф. Подготовка студентов к решению современных общепрофессиональных задач педагогической деятельности : учебное пособие / Н.Ф. Радионова, С.В. Ривкина – Санкт-Петербург : Свое изд-во, 2020. – 48 с.

216. Рейзин, В.М. Физическая культура в жизни студента / В.М. Рейзин, А.С. Ищенко; Науч. ред. А.А. Логинов. – Минск : Высшая школа, 1986. – 174 с.

217. Резник, Т.П. Проектная деятельность как средство формирования единства индивидуальности и коллективизма студентов педвуза : специальность 13.00.04 «Теория и методика физического воспитания,

спортивной тренировки, оздоровительной и адаптивной физической культуры» : автореферат диссертации на соискание ученой степени кандидата педагогических наук / Резник Татьяна Павловна. – Волгоград, 2004. – 239 с.

218. Ротерс, Т.Т. Аналитический взгляд на проблему совершенствования системы физического воспитания в регионе / Т.Т. Ротерс // Ценности, традиции и новации современного спорта : материалы III Международного научного конгресса: в 3 ч., Минск, 14-15 ноября 2024 года. – Минск : Учреждение образования «Белорусский государственный университет физической культуры», 2024. – С. 225-228. – EDN NXKPUC.

219. Рыжкин, Ю.Е. Физическая рекреация и здоровье человека : учебное пособие / Ю.Е. Рыжкин. – СПб. : НИИ химии СПбГУ, 2003. – 81 с.

220. Рыбакова, Е.О. Совершенствование компетенций рекреационной направленности в профессиональной подготовке бакалавров физической культуры / Е.О. Рыбакова, Т.Н. Шутова // Известия Тульского государственного университета. Физическая культура. Спорт. – 2016. – № 4. – С. 77-84.

221. Савенков, А.И. Педагогика. Исследовательский подход : учебник и практикум для вузов / А.И. Савенков. – 2-е изд., испр. и доп. – Москва : Издательство Юрайт, 2025. – 400 с. – URL: <https://urait.ru/bcode/568587> (дата обращения: 02.11.2025). – Текст : электронный.

222. Садовский, В.Н. Системный подход в современной науке / В. Н. Садовский. – Москва : Прогресс-Традиция, 2004. – 560 с.

223. Савченко, Е.В. Методика диагностики рефлексивных умений на личностном уровне рефлексивной компетентности / Е.В. Савченко // Журнал Пензенский психологический вестник, 2025. – № 1(24). – 417 с.

224. Салмаев, Б.С. Студенческий спорт как основа развития физкультурно-спортивного движения студенческой молодежи / Б.С. Салмаев // Теория и практика физической культуры. – 2023. – № 9. – С. 34.

225. Сальдаева, О.В. Педагогика инклюзивного образования : учебник / О.В. Сальдаева ; Москва Инфра-М, 2023. – 439 с.

226. Самарин, Д.Н. Теоретико-практические и рекреативно-оздоровительные аспекты / Е.М. Голикова, Д.Н. Самарин. – Москва, 2022. – 81 с.

227. Сверчков, А.В. Формирование профессионального мастерства спортивных педагогов в процессе обучения в вузе : автореферат дис. ... кандидата педагогических наук : 13.00.08 / Сверчков Алексей Владимирович; Тольяттинский государственный университет. – Тольятти, 2010. – 22 с.

228. Сверчкова, А.В. Профессиональная ориентация и предпрофессиональная подготовка школьников в центре технического творчества «Технотория» / А.В. Сверчкова, Н.А. Шайденко, С.Н. Кипурова // Школа и производство. – 2019. – № 1. – С. 41-55.

229. Седоченко, С.В. Физическая рекреация: учебное пособие для студентов институтов физической культуры / С.В. Седоченко. – Воронеж : ФГБОУ ВО «ВГИФК», 2019. – 70 с.

230. Селезнева, Е.В. Психология управления : учебник и практикум для вузов / Е.В. Селезнева. – Москва : Издательство Юрайт, 2025. – 373 с. – URL: <https://urait.ru/bcode/560532> (дата обращения: 02.11.2025). – Текст : электронный.

231. Сенько, Ю.В. Эволюция профессионального образа мира педагога / Ю.В. Сенько, М.Н. Фроловская // Педагогика. – 2009. – № 2. – С. 50-55.

232. Сергеев, Н.К. Воспитательная деятельность в вузе: концепция, технологии, организация : учебно-методическое пособие / Н.К. Сергеев ; Федеральное агентство по образованию, Государственное образовательное учреждение высшего профессионального образования «Волгоградский государственный педагогический университет». – Волгоград : Перемена, 2006. – 174 с.

233. Сериков, В.В. Развитие личности в образовательном процессе : монография / В.В. Сериков. – Москва : Логос, 2020. – 448 с.

234. Симонов, В.П. Педагогика. Педагогика и психология высшей школы : учебное пособие. / В.П. Симонов. – Москва : Вузовский учебник, 2024. – 320 с.

235. Ситаров, В.А. Теория обучения. Теория и практика : учебник для вузов / В.А. Ситаров. – Москва : Издательство Юрайт, 2025. – 338 с. – URL: <https://urait.ru/bcode/581777> (дата обращения: 01.11.2025). – Текст : электронный.

236. Собянин, Ф.И. Профессиональная подготовка учителей физической культуры на основе культурологического подхода : специальность 13.00.04 «Теория и методика физического воспитания, спортивной тренировки, оздоровительной и адаптивной физической культуры» : автореферат диссертации на соискание ученой степени доктора педагогических наук / Собянин Федор Иванович ; Санкт-Петербургский гос. акад. физ. культуры им. П.Ф. Лесгафта. – Санкт-Петербург, 2002. – 53 с.

237. Сластенин, В.А. Педагогическое наследие: проблемы воспитания, личностного и профессионального развития / В.А. Сластенин, Л.С. Подымова, Н.А. Подымов ; Министерство науки и высшего образования Российской Федерации, Федеральное государственное бюджетное образовательное учреждение высшего образования «Московский педагогический государственный университет». – Москва : МПГУ, 2020. – 290 с.

238. Смирнова, Е.Ю. Содержание и направленность социокультурной деятельности в сфере физической культуры : учебное пособие / Е.Ю. Смирнова. – Великие Луки : Великолукская государственная академия физической культуры и спорта, 2022. – 124 с.

239. Соколов, В.А. Проведение основных школьных праздников : учебно-методическое пособие / В.А. Соколов. – Чебоксары : Издательство Чувашского университета, 2007. – 44 с.

240. Соколова, В.И. Штрихи об особенностях реформирования школьного образования в советском государстве в 1917–1941 годы /

В.И. Соколова // Российская интеллигенция в условиях цивилизационных вызовов : сборник статей. – Чебоксары, 2014. – С. 378-382.

241. Спирин, Л.Ф. Идеино-политическое воспитание школьников / Л.Ф. Спирин, П.В. Конаныхин. – Москва : Просвещение, 1982. – 190 с.

242. Степанов, Е.Н. Педагогу о современных подходах и концепциях воспитания / Е.Н. Степанов, Л.М. Лузина. – Москва : Сфера, 2008. – 220 с.

243. Степанова Е.Н. Формирование рекреационной физической культуры у школьников : специальность 13.00.04 «Теория и методика физического воспитания, спортивной тренировки, оздоровительной и адаптивной физической культуры» : автореферат диссертации на соискание ученой степени кандидата педагогических наук / Степанова Елена Николаевна ; Российский государственный педагогический университет им. А.И. Герцена. – Санкт-Петербург, 2005. – 21 с.

244. Степанова, Г.А. Профессионально-педагогическая подготовка будущих специалистов по физической культуре к оздоровлению школьников / Г.А. Степанова, Г.А. Булатова, Р.М. Гимазов // Теория и практика физ. культуры. – 2003. – № 4. – С. 60-62.

245. Столяров, В.И. Идеология и технология массовой физкультурно-спортивной работы в новой стратегии развития физической культуры и спорта (авторская концепция) : монография / В.И. Столяров. – Москва : Советский спорт, 2022. – 340 с.

246. Столяренко, Л.Д. Основы педагогики и психологии : учебник. / Л.Д. Столяренко, С.И. Самыгин, А.Т. Латышева. – Москва : КноРус, 2023. – 490 с.

247. Стеблецов, Е.А. Спортивно-оздоровительный туризм и спортивное ориентирование : учебник для вузов / Е.А. Стеблецов, Ю.С. Воронов, В.В. Севастьянов. – Москва : Издательство Юрайт, 2025. – 195 с.

248. Суржок, Т.Г. Физическая рекреация в профессиональной подготовке будущих менеджеров : специальность 13.00.04 «Теория и методика физического воспитания, спортивной тренировки, оздоровительной и

адаптивной физической культуры» : автореферат диссертации на соискание ученой степени кандидата педагогических наук / Суржок Татьяна Георгиевна. – Санкт-Петербург, 2004. – 137 с.

249. Субетто, А.И. Государственная политика качества высшего образования: концепция, механизмы, перспективы / А.И. Субетто. – Кострома : Смольный университет РАО Астерион КГУ, 2004. – 134 с.

250. Сулейманов, И.И. Система основных понятий теории физической культуры : учебное пособие / И.И. Сулейманов ; Тюм. гос. ун-т, Ком. по физ. культуре, молодежи и спорта Администрации Тюм. обл. – Тюмень, 1999. – 33 с.

251. Татур, Ю.Г. Компетентностный подход в описании результатов и проектировании стандартов высшего профессионального образования : материалы ко второму заседанию методол. семинара / Ю.Г. Татур. – Москва : Исслед. центр проблем качества подгот. специалистов, 2004. – 16 с.

252. Теория и методика обучения предмету «физическая культура». Водные виды спорта : учебное пособие / под ред. Булгакова Н.Ж. – М. : Юрайт, 2019. – 304 с.

253. Теория и методика физической рекреации : метод. рекомендации по практическим занятиям / И.В. Петрачева. – Москва : РГУФКСМиТ, 2020. – 74 с.

254. Технология оценки образовательных результатов будущих педагогов по физической культуре на основе кейс-задания / А.В. Стафеева // Теория и практика физической культуры. – 2023. – № 9. – С. 29-31.

255. Технологии научных исследований в физической культуре и спорте : учебник для среднего профессионального образования / З.С. Варфоломеева, В.Ф. Воробьев, О.Б. Подоляка, А.А. Артеменков. – Москва : Издательство Юрайт, 2025. – 105 с.

256. Ткачева, Г.В. Основы профессиональной деятельности : учебно-практическое пособие / Г.В. Ткачева, Т.Е. Никвист, С.В. Коровин. – Москва : КноРус, 2021. – 295 с.

257. Торочкова, Т.Ю. Физическая культура : учебник для студентов, обучающихся по профессиям и специальностям сред. проф. образования / Т.Ю. Торочкова, Т.В. Целикова ; рец. М.М. Борисова. – Москва : Академия, 2025. – 207 с.

258. Тряпицина, А.П. Современное взаимодействие педагогической теории и практики в контексте изучения наследия С.Г. Вершловского / А.П. Тряпицина // Непрерывное образование. – 2022. – № 1 (39) – С. 9-14.

259. Тютюков, В.Г. Работа над магистерской диссертацией по направлению подготовки «Физическая культура» : учебное пособие для студентов направления подготовки магистров 034300.68 «Физическая культура» вузов региона / В.Г. Тютюков, Т.В. Стеблій, Г.В. Сафонова ; М-во образования и науки Российской Федерации, Дальневосточный федеральный ун-т. – Владивосток, 2013. – 207 с.

260. Ушинский, К.Д. и национальное образование: исторические уроки, идеи и современность : XXVI Межрегион. пед. чтения, посвящ. великому рус. педагогу К.Д. Ушинскому / сост. : Н.А. Воробьева, С.В. Обоева ; рец. Е.В. Ломтева ; Департамент образования и науки г. Москвы, Гос. автоном. образоват. учреждение высш. образования г. Москвы «Моск. гор. пед. ун-т» (ГАОУ ВО МГПУ), Ин-т сред. проф. образования им. К.Д. Ушинского. – Москва : МГПУ, 2022. – 330 с.

261. Фазлеев, Н.Ш. Компетентностно ориентированный подход к профессиональной подготовке педагога по физической культуре и спорту : монография / Н.Ш. Фазлеев. – Москва : Теория и практика физ. культуры и спорта, 2006. – 196 с.

262. Фазлеев, Н.Ш. Проектирование и реализация компетентно ориентированного подхода к профессиональной подготовке педагога по физической культуре и спорту / Н.Ш. Фазлеев // Теория и практика физической культуры. – 2006. – № 7. – С. 40-44.

263. Федеральный государственный образовательный стандарт высшего образования (ФГОС ВО) по направлению подготовки 44.03.01

«Педагогическое образование» утверждён приказом Министерства образования и науки Российской Федерации от 22 февраля 2018 года №121–
Режим доступа: URL: <https://fgos.ru/fgos/fgos-44-03-01-pedagogicheskoe-obrazovanie-121> (Дата обращения 06.06. 2026) – Текст : электронный.

264. Федеральный закон 29.12.2012 № 273-ФЗ (ред. от 02.06.2016) «Об образовании в Российской Федерации». – URL: https://www.consultant.ru/document/cons_doc_LAW_140174/ (14.04.2023). – Текст : электронный.

265. Фёдорова, Н.А. Физическая культура. Подвижные игры. Справочник / Н.А. Фёдорова. – Москва : Экзамен, 2022. – 256 с.

266. Федорова, Т.А. Отношение учителей начальной школы к инклюзивному образованию детей с ограниченными возможностями здоровья / Т.А. Федорова // Инновации в науке, 2013. – № 27. – С. 156-162.

267. Федякин, Л.А. Теоретико-методические основы оздоровительного туризма : специальность 13.00.04 «Теория и методика физического воспитания, спортивной тренировки, оздоровительной и адаптивной физической культуры» : автореферат диссертации на соискание ученой степени доктора педагогических наук / Федякин Александр Александрович. – Майкоп, 2001. – 317 с.

268. Фельдштейн, Д.И. Психолого-педагогические проблемы построения новой школы в условиях значимых изменений ребенка и ситуации его развития / Д.И. Фельдштейн // Образование и наука. – 2010. – № 5. – С. 3-14.

269. Фетисов, А.С. Здоровьесбережение в образовательном процессе современного вуза / А.С. Фетисов, Н.В. Горбунова, С.С. Михайлов // Экономические и гуманитарные исследования регионов. – 2023. – № 3. – С. 71-75.

270. Фетисов, А.С. Педагогическая концепция формирования профессиональных качеств педагога в контексте здоровьесберегающей образовательной среды : специальность 13.00.04 «Теория и методика физического воспитания, спортивной тренировки, оздоровительной и

адаптивной физической культуры» : автореферат диссертации на соискание ученой степени доктора педагогических наук / Фетисов Александр Сергеевич; Воронежский государственный университет. – Воронеж, 2019. – 47 с.

271. Физическая культура, спорт, олимпизм: проблемы и перспективы / ред.: В.Н. Шляхтов. – Великие Луки : Великолукская государственная академия физической культуры и спорта, 2021. – 387 с.

272. Физическая культура : для вузов / под редакцией Е.В. Конеевой. – Москва : Издательство Юрайт, 2025. – 609 с.

273. Физкультурно-оздоровительные технологии : учебник для вузов / В.Л. Кондаков, А.А. Горелов, О.Г. Румба, Е.Н. Копейкина. – Москва : Издательство Юрайт, 2025. – 334 с.

274. Филиппов, С.С. Муниципальная система физкультуры школьников. Организационно-педагогические условия формирования / С.С. Филиппов, В.В. Жгутова. – Москва : Советский спорт, 2022. – 184 с.

275. Филоненко, Н.В. Маркетинг физкультурно-спортивных и спортивно-зрелищных услуг : учебник / Н.А. Ушакова; Рос. гос. ун-т физической культуры, спорта, молодежи и туризма (ГЦОЛИФК); Н.В. Филоненко. – Москва : Колосс, 2020. – 126 с.

276. Фокин, Ю.Г. Теория и технология обучения. Деятельностный подход : учебное пособие для вузов / Ю.Г. Фокин. – Москва : Издательство Юрайт, 2025. – 237 с.

277. Фоменко, В.Т. Исходные логические структуры процесса обучения / В.Т. Фоменко. – Ростов н/Дону : Изд-во Рост. ун-та, 1985. – 222 с.

278. Фролов, А.Ю. Обучение будущих учителей физической культуры диагностической деятельности в системе профессиональной подготовки : специальность 13.00.08 «Теория и методика профессионального образования» : диссертация на соискание ученой степени доктора педагогических наук / Фролов Александр Юрьевич ; Тульский

государственный педагогический университет им. Л.Н. Толстого. – Тула, 2009. – 183 с.

279. Хушбаштова, А.Х. Приоритетные направления научных исследований. Анализ, управление, перспективы : Collection of articles based on the results of International scientific and practical conference, Тюмень, 21 сентября 2022 года. – Стерлитамак : Общество с ограниченной ответственностью «Агентство международных исследований», 2022. – 94 с.

280. Чичикин, В.Т. Структура и регуляция профессиональной готовности педагога физической культуры : монография / В.Т. Чичикин ; Гос. бюджетное образовательное учреждение доп. проф. образования «Нижегородский ин-т развития образования». – Нижний Новгород : Нижегородский ин-т развития образования, 2011. – 255 с.

281. Чунаев, А.А. Динамика профессионально-педагогической мотивации студентов в процессе ее формирования : специальность 13.00.01. «Общая педагогика, история педагогики и образования» : автореферат диссертации на соискание ученой степени кандидата педагогических наук / Чунаев Анатолий Андреевич. – Ульяновск, 1982. – 215 с.

282. Шабалина, О.Л. Интеграция теоретической и практической составляющих общепедагогической подготовки учителя физической культуры в системе высшего профессионального образования / О.Л. Шабалина // Теория и практика физической культуры. – 2002. – № 12. – С. 9-13.

283. Шадриков, В.Д. Онтогенез: от инстинктивной активности к деятельности / В.Д. Шадриков // Культурно-историческая психология. – 2023. – № 19(2), – С. 80-87.

284. Шарафеева, А.Б. Технологии формирования профессиональных компетенций в рекреационной деятельности будущих специалистов по физической культуре и спорту / А.Б. Шарафеева, О.И. Загrevский // Вестник Томского государственного университета. – 2012. – № 361. – С. 153-156.

285. Шацкий, С.Т. Избранные педагогические сочинения : в двух томах / С.Т. Шацкий. – Москва : Педагогика, 1980. – 33 с.

286. Шиянов, Е.Н. Гуманизация образования и профессиональной подготовки учителя / Е.Н. Шиянов; Моск. пед. гос. ун-т им. В.И. Ленина, Ставроп. гос. пед. ин-т. – Москва : Ставрополь : СГПИ, 1991. – 179 с.

287. Шутова, Т.Н. Рекреационные компетенции в профессиональной подготовке бакалавров физической культуры : учебное пособие / Т.Н. Шутова, Е.О. Рыбакова, М.А. Возисова, А.В. Шаравьёва ; Министерство образования и науки Российской Федерации, – Москва : РЭУ им. Г.В. Плеханова, 2018. – 182 с.

288. Щедрина, А.Н. К вопросу об адаптации студентов в условиях современного образовательного процесса / А.Н. Щедрина, С.В. Щенникова // Адаптация учащихся всех ступеней образований в условиях современного образовательного процесса : материалы Всероссийской научно-практической конференции. – Арзамас : АГПИ, 2006. – 88 с.

289. Щербаков, А.И. Психологические основы формирования личности советского учителя в системе высшего педагогического образования. – Ленинград : Просвещение, Ленингр. отделение, 1967. – 266 с.

290. Якиманская, И.С. Личностно-ориентированное обучение в современной школе / И.С. Якиманская. – Москва : Сентябрь, 2000. – 111 с.

291. Яковлев, Б.П. Психолого-педагогические особенности подготовки спортсменов к соревновательной деятельности : учебное пособие / Б.П. Яковлев. – Москва : Лань, 2023. – 348 с.

292. Яковлева, Е.В. Формирование когнитивно-цифровой компетентности учителя истории в университете : специальность 13.00.08 «Теория и методика профессионального образования» : диссертация на соискание ученой степени доктора педагогических наук / Яковлева Елена Валериевна; ФГБОУ ВО «Российский государственный социальный университет». – Москва, 2024. – 251 с.

293. Яковлева, М.Н. Региональные особенности социального портрета молодежи (на примере Орловской области и г. Москвы) / М.Н. Яковлева // Социальные трансформации в контексте пространственного развития России. Материалы Второго Крымского социологического форума (г. Ростов-на-Дону – Симферополь, 28-29 сентября 2020). – Ростов-на-Дону : Издательство Фонд науки и образования, 2020. – С. 496-502.

294. Ямалетдинова, Г.А. Педагогика физической культуры и спорта : учебник для вузов / Г.А. Ямалетдинова ; под научной редакцией И.В. Ермайшвили. – Москва : Издательство Юрайт, 2025. – 191 с.

ПРИЛОЖЕНИЯ

Приложение 1

Анализ диссертационных исследований по проблеме профессиональной подготовки будущих учителей физической культуры

Ученый	Тема исследования	Ключевые идеи
Бурухин С.Ф. [40]	Профессиональная подготовка учителей физической культуры к преподаванию гимнастики в школе	Исследование посвящено подготовке учителей физической культуры к преподаванию гимнастики, предлагает обновлённую концепцию вузовского курса. Её ядром выступают инновационные методики преподавания, пересмотр образовательных стандартов и интеграция информационно-коммуникационных технологий в процесс обучения. Цель предлагаемых преобразований – формирование у будущих учителей устойчивых профессиональных компетенций, необходимых для эффективной работы с учащимися на уроках гимнастики.
Собянин Ф.И. [236]	Профессиональная подготовка учителей физической культуры на основе культурологического подхода	В исследовании автор обосновывает эффективность культурологического подхода в подготовке педагогов физической культуры: интеграция гуманитарных, профессиональных и физических составляющих, по мнению автора, способствует личностному развитию, формированию культурных стандартов и профессиональной самоидентификации будущих учителей.
Можаев Э.Л. [185]	Игровая деятельность как парадигмальный компонент профессиональной подготовки учителя физической культуры	Исследование посвящено роли игровых технологий в формировании профессиональных компетенций и повышении качества подготовки преподавателей физической культуры.
Лобастова М.А. [158]	Профессиональная подготовка учителей физической культуры к работе с учащимися	В исследовании автор акцентирует внимание на подготовке педагогов физической культуры к работе с учащимися специальных медицинских

	специальной медицинской группы в педагогическом колледже	групп в педагогическом колледже, рассматривая формирование специальной компетенции как необходимое условие организации учебного процесса в соответствии с федеральными стандартами и педагогическими нормами.
Шабалина О.Л. [282]	Общепедагогическая подготовка учителя физической культуры в системе высшего профессионального образования	Ключевая идея заключается в том, что педагогическое становление преподавателя физического воспитания представляет собой сложный процесс формирования профессиональной компетентности, включающий освоение педагогических знаний, приобретение опыта практической работы и самостоятельную подготовку, направленный на развитие профессионального мастерства и культурологического потенциала специалиста.
Михайлова Т.А. [183]	Профессиональная подготовка будущего учителя физической культуры в процессе педагогической практики	Современный подход к педагогической практике повышает эффективность профессиональной подготовки будущих учителей физической культуры путем внедрения технологически обеспеченной структурно-функциональной модели, способствующей развитию профессионально-педагогической компетентности и формированию индивидуального стиля профессиональной деятельности.
Мишагин В.Н. [184]	Личностно-ориентированный подход к организации профессиональной подготовки будущего учителя физической культуры	Разработана модель дидактической системы личностно-центрированной подготовки студентов педагогических вузов, направленная на формирование компетентных специалистов в сфере физического воспитания через интегративный подход, оценку уровней профессиональной готовности и внедрение оригинальной технологии образовательного процесса.
Новоселова И.И. [194]	Развитие культуры духовного и физического здоровья будущего учителя в процессе профессиональной подготовки	Ключевая идея заключается в проведении комплексного анализа структуры, функций и содержания категории «культура духовного и физического здоровья», обосновании механизмов формирования валеологической культуры учителей через интеграцию культурологического, энергоинформационного подходов и синергетики с целью улучшения образовательных и воспитательных процессов.
Давыдова С.А.	Профессиональная	Стратегия здоровьесбережения направлена

[85]	подготовка будущих учителей физической культуры к формированию здоровьесберегающей стратегии обучающихся	на развитие активной позиции человека в поддержании своего здоровья путем интеграции образовательных, профессиональных и поведенческих компонентов, ориентированных на сохранение и укрепление жизненных ресурсов личности на протяжении всей жизни.
Фролов А.Ю. [278]	Обучение будущих учителей физической культуры диагностической деятельности в системе профессиональной подготовки	Ключевая идея заключается в том, что диагностическая деятельность преподавателя физической культуры представляет собой комплексный процесс, направленный на выявление и оценивание физических, функциональных и личностных особенностей учеников, позволяющий проектировать эффективные образовательные траектории и формировать профессиональные компетенции будущих учителей.

Профессиограмма будущего учителя физической культуры

Учитель физической культуры – осуществляет физическое воспитание детей, подростков и молодёжи, организует физкультурно-спортивную деятельность в учреждениях образования.		
Основное содержание деятельности учителя физической культуры: • Преподавание физической культуры по основным общеобразовательным программам. • Организация и проведение внеурочной работы и занятий по программам дополнительного образования в области физической культуры. • Методическое обеспечение процесса физического воспитания		
Виды деятельности: – конструктивная; – гностическая; – организаторская; – коммуникативная		
Способности к педагогической деятельности	Знания	Умения
1) дидактические способности; 2) академические способности; 3) перцептивные способности; 4) речевые способности; 5) организаторские способности; 6) авторитарные способности; 7) коммуникативные способности; 8) педагогическое воображение; 9) аттентивные способности.	• по педагогике, психологии, возрастной физиологии, основам медицинских знаний; • методик, прогрессивных педагогических технологий обучения и воспитания учащихся; • содержания, принципов организации обучения физической культуры; • образовательных программ, учебных пособий; • основ трудового законодательства; • правил и норм охраны труда.	– конструктивные; – организаторские; – коммуникативные; – гностические; – двигательные
Общие и профессиональные компетенции: • Понимать сущность и социальную значимость своей будущей профессии, проявлять к ней устойчивый интерес. • Организовывать собственную деятельность, определять методы решения профессиональных задач, оценивать их эффективность и качество. • Оценивать риски и принимать решения в нестандартных ситуациях. Осуществлять поиск, анализ и оценку информации, необходимой для постановки и решения профессиональных задач, профессионального и личностного развития. • Использовать информационно-коммуникационные технологии для совершенствования профессиональной деятельности. • Работать в коллективе и команде, с руководством, коллегами и социальными партнерами.		

- Ставить цели, мотивировать деятельность учащихся, организовывать и контролировать их работу с принятием на себя ответственности за качество образовательного процесса.
- Самостоятельно определять задачи профессионального и личностного развития, заниматься самообразованием, осознанно планировать повышение квалификации.
- Осуществлять профессиональную деятельность в условиях обновления ее целей, содержания, смены технологий.
- Осуществлять профилактику травматизма, обеспечивать охрану жизни и здоровья детей.
- Строить профессиональную регулируемую деятельность с соблюдением ее правовых норм.
- Владеть базовыми и новыми видами физкультурно-спортивной деятельности.
- Исполнять воинскую обязанность, в том числе с применением полученных профессиональных знаний (для юношей).
- Определять цели и задачи, планировать, проводить и анализировать внеурочные мероприятия и занятия.
- Мотивировать обучающихся, родителей (лиц, их заменяющих) к участию в физкультурно-спортивной деятельности.
- Осуществлять педагогический контроль, оценивать процесс и результаты деятельности учащихся.
- Вести документацию, обеспечивающую организацию физкультурно-спортивной деятельности.
- Выбирать учебно-методический комплект, разрабатывать учебно-методические материалы (рабочие программы, учебно-тематические планы) на основе образовательного стандарта и примерных программ с учетом вида образовательного учреждения, особенностей класса/группы и отдельных учащихся.
- Систематизировать и оценивать педагогический опыт и образовательные технологии в области физической культуры на основе изучения профессиональной литературы, самоанализа и анализа деятельности других педагогов.
- Оформлять педагогические разработки в виде отчетов, рефератов, выступлений.
- Участвовать в исследовательской и проектной деятельности в области физического воспитания.

Обязанности	Личностные качества, навыки, способности	Функции
• создание программы, включающей теорию и практические навыки по стандартам ФГОС; • заполнение журнала, оценка умений и навыков детей; • понимание детской анатомии, физиологии и психологии; • объяснение правил безопасности и контроль за их соблюдением; • страховка каждого ребёнка при отработке тяжёлых упражнений, демонстрация правильной техники выполнения на своём примере; • разрешение ссор и проблем между детьми, поддержание	• физическая активность; • энергия и активность; • коммуникабельность; • терпение и понимание; • творческий подход; • организационные навыки; • интерес к педагогике; • интерес к психологии и межличностным отношениям; • забота о здоровье; • спортивные навыки; • стрессоустойчивость;	– воспитательная; – образовательно-просветительская; – управленческо-организаторская; – проектировочная; – административно-хозяйственная

дисциплины; • развитие интереса к спорту, мотивация к ведению ЗОЖ; • проведение факультативных занятий; • организация спортивных мероприятий, праздников и Дней здоровья; • уход за оборудованием, его ремонт и замена в случае поломки; • развитие талантов в спорту, личные занятия с испытывающими трудности в освоении программы; • оценка состояния здоровья учащихся, оказание первой медицинской помощи при необходимости; • участие в профессиональных конкурсах и соревнованиях, повышение квалификации.	• наблюдательность; • выдержка; • чувство юмора; • доброта; • организованность; • оптимизм; • самостоятельность; • ответственность; • общительность; • сочувствие (эмпатия); • организаторские способности;	
--	---	--

Интервьюирование

Какие личностные качества, по вашему мнению, необходимы учителю физической культуры при организации рекреационной работы с учащимися?

Что вы знаете о специфике работы с людьми с ограниченными возможностями здоровья?

Что вас привлекает в сфере рекреационной деятельности?

Какие знания, умения, навыки необходимы учителю физкультуры для успешной организации рекреационной деятельности?

Какие формы и методы рекреационной работы с учащимися основной школы считаете наиболее эффективными и почему?

Как планируете формировать интерес учащихся основной школы к регулярной физической активности и здоровому образу жизни через рекреационные занятия?

Как будете учитывать индивидуальные и возрастные особенности подростков при планировании и проведении рекреационных мероприятий?

Как оцениваете уровень своей готовности к работе с учащимися в нестандартных ситуациях?

Какие виды физической активности вы бы предложили для включения в рекреационную программу для учащихся основной школы?

Какие цели, вы ставите перед собой в дальнейшей профессиональной деятельности?

Тестовые задания

1. В какой период времени появился термин «физическая культура»?
А) в конце XIX в;
Б) в середине XVIII в;
В) в XX в;
Г) в начале XXI в.
2. Дайте определение физической культуры:
А) физическая культура удовлетворяет биологические потребности;
Б) физическая культура – средство отдыха;
В) физическая культура – специфический процесс и результат человеческой деятельности, средство и способ физического совершенствования личности;
Г) физическая культура – средство физической подготовки.
3. Какой компонент не входит в структуру физического образования?
А) спорт;
Б) СМИ;
В) двигательная реабилитация;
Г) физическая рекреация.
4. Верно ли утверждение: «...основным этапом в формировании физической культуры личности является образовательный период в жизни человека, т.е. с 5 до 30 лет»?
А) верно;
Б) неверно (7-25).
5. Утомление это:
А) состояние покоя, либо времяпрепровождение, целью которого является восстановление сил, достижение работоспособного состояния организма;
Б) это состояние, которое возникает вследствие работы при недостаточности восстановительных процессов и проявляется в снижении работоспособности, нарушении координации регуляторных механизмов и в ощущении усталости;
В) естественное физиологическое состояние, противоположное состоянию бодрствования, характеризующееся пониженной реакцией на окружающий мир;
Г) является следствием того, что мозг человека, обладая большими компенсаторными возможностями, способен длительное время работать с перегрузкой, не давая знать о своём утомлении, которое мы ощущаем только тогда, когда практически уже наступила фаза переутомления.
6. Умственное переутомление:
А) это состояние, которое возникает вследствие работы при недостаточности восстановительных процессов и проявляется в снижении работоспособности, нарушении координации регуляторных механизмов и в ощущении усталости;
Б) состояние, когда паралич мышц наступает до засыпания, или же пробуждение происходит до его спада;
В) является следствием того, что мозг человека, обладая большими компенсаторными возможностями, способен длительное время работать с перегрузкой, не давая знать о своём утомлении, которое мы ощущаем только тогда, когда практически уже наступила фаза переутомления;

Г) состояние сознания, при котором человек осознаёт, что видит сон, и может в той или иной мере управлять его содержанием.

7. Какой фактор не влияет на здоровье и продолжительность жизни человека?

- А) генетика;
- Б) образ жизни;
- В) здравоохранение;
- Г) образование.

8. Кто автор классификации темпераментов у людей?

- А) И. Павлов;
- Б) Гиппократ;
- В) Ч. Дарвин;
- Г) И. Ньютон.

9. Главное условие здорового образа жизни:

- А) общество;
- Б) окружающая среда;
- В) гигиена;
- Г) физическое самовоспитание.

10. Какие виды здоровья можно выделить?

- А) физическое, психическое;
- Б) физическое, психическое, нравственное;
- В) физическое, нравственное;
- Г) виды здоровья выделить нельзя.

11. Здоровый образ жизни (ЗОЖ) предполагает:

- А) упорядоченный режим труда и отдыха, отказ от вредных привычек; Б) регулярное обращение к врачу;
- В) физическую и интеллектуальную активность;
- Г) рациональное питание и закаливание.

12. За сколько часов до занятий физической культурой следует принимать пищу?

- А) 1-2ч;
- Б) 2-2,5ч;
- В) 3-3,5ч;
- Г) 4-5ч.

13. Какой фактор играет определяющую роль для состояния здоровья человека?

- А) образ жизни;
- Б) наследственность;
- В) климат;
- Г) все перечисленное.

14. Занятия оздоровительной физической культурой направлены на:

- А) оздоровление организма;
- Б) повышение работоспособности;
- В) всесторонне физическое развитие;
- Г) все верны.

15. Что такое двигательная активность?

- А) любая мышечная активность, обеспечивающая оптимальную работу организма и хорошее самочувствие;
- Б) выполнение каких-либо движений в повседневной деятельности;
- В) занятие физической культурой и спортом;
- Г) количество движений, необходимых для работы организма.

16. Что такое закаливание?

- А) повышение устойчивости организма к факторам среды, путем систематического их воздействия на организм;
- Б) длительное пребывание на холоде, с целью привыкания к низким температурам;
- В) перечень процедур для воздействия на организм холода;
- Г) купание в зимнее время.

17. Что такое личная гигиена?

- А) перечень правил для предотвращения инфекционных заболеваний;
- Б) совокупность гигиенических правил, выполнение которых способствует сохранению и укреплению здоровья;
- В) правила ухода за телом, кожей, зубами;
- Г) выполнение медицинских мероприятий по профилактике заболеваний.

18. Что такое работоспособность?

- А) стремление самостоятельности в отборе знаний с учётом личных интересов и жёсткими рамками учебного плана и учебных программ;
- Б) понимание студентами нормального протекания их учебной деятельности;
- В) трудности, которые сказываются на учебе и психоэмоциональном состоянии студентов;
- Г) потенциальная возможность человека выполнить целесообразную, мотивированную деятельность на заданном уровне эффективности в течение определённого времени.

19. Чем сопровождается утомление?

- А) отсутствием хорошо налаженных межличностных отношений;
- Б) формированием профессионального идеала как ориентировочной основы деятельности;
- В) потерей интереса к работе, преобладанием мотивации на прекращение деятельности, негативными эмоциональными реакциями;
- Г) интеграцией личности со студенческой средой, принятием её ценностей, норм, стандартов поведения.

20. Какие выделяют виды утомления?

- А) физическое и умственное, острое и хроническое, нервно-эмоциональное и др.;
- Б) лимфатическое, эндокринное, эпителиальное и др.;
- В) возбудимость, проводимость, сократимость, эластичность и др.;
- Г) изотонический, изометрический, ауксотонический вид и др.

21. Что такое произвольная релаксация?

- А) расслабление мышц, до этого вовлечённых в различные виды активности, принятие спокойной позы;
- Б) состояние покоя и расслабленности, возникающее вследствие снятия напряжения;

- В) отход ко сну;
 Г) физкультурная пауза.
22. Отдых, необходимый для восстановления сил организма после физической нагрузки это...
- А) релаксация;
 Б) рекреация;
 В) реинкарнация;
 Г) реструктуризация.
23. Самочувствие это... А) общее состояние здоровья;
 Б) ощущение внутреннего состояния;
 В) чувство долга;
 Г) усталость.
24. Как описать утреннюю ритмику?
 А) рано встают, поздно ложатся;
 Б) поздно встают, поздно ложатся;
 В) рано встают, рано ложатся;
 Г) поздно встают, рано ложатся.
25. Термин рекреация означает:
 А) постепенное приспособление организма к нагрузкам;
 Б) состояние расслабленности, возникающее у человека после чрезмерного физического, эмоционального и/или умственного напряжения;
 В) отдых, восстановление сил человека, израсходованных в процессе труда, тренировочных занятий и соревнований;
 Г) психотерапию, применяемую индивидом к самому себе.
26. Основными видами физической рекреации являются:
 А) туризм, пешие и лыжные прогулки, купание;
 Б) аэробика и шейпинг;
 В) атлетическая гимнастика и стретчинг;
 Г) велоаэробика, легкая атлетика, гимнастические упражнения.
27. Какие физические упражнения, наиболее эффективны для повышения умственной работоспособности и профилактики переутомления в течение учебного (трудового) дня:
 А) упражнения на внимание;
 Б) простые и легкие кратковременные физические упражнения разной направленности;
 В) быстрая длительная ходьба на свежем воздухе.
 Г) упражнения на развитие силы мышц спины.
28. Физическая подготовка – это:
 А) процесс развития физических качеств и овладения движениями;
 Б) результат изменения морфологических и функциональных показателей развития человека, достигнутый в результате занятий физическими упражнениями;
 В) это процесс совершенствования физических качеств и формирования тех двигательных умений и навыков, которые отвечают специфике избранного вида спорта или выбранной профессии;
 Г) целенаправленное воздействие на развитие физических качеств человека посредством нормированных физических нагрузок.

29. Процесс совершенствования физических качеств и формирования жизненно необходимых двигательных умений и навыков, направленных на всестороннее и гармоничное физическое развитие человека, называется:

- А) физическим развитием;
- Б) специальной физической подготовкой;
- В) физической подготовленностью;
- Г) общей физической подготовкой.

30. Изучение дисциплины «Физическая культура» предусмотрено по разделам:

- А) только практическому;
- Б) практическому и разделу профессионально-прикладной физической подготовке;
- В) теоретическому, практическому и контрольному;
- Г) физической, технической и психологической подготовке.

Кейс-задачи

1. Ситуация: на уроке физической культуры учащиеся основной школы не проявляют интереса к предложенным спортивным играм.

Задача: Каковы причины такого поведения и как должен поступить учитель физической культуры для решения проблемы?

2. Ситуация: во время рекреационного мероприятия возникает конфликт между учащимися.

Задача: Какие действия должен предпринять учитель физической культуры для урегулирования ситуации и сохранения эффективности рекреационной деятельности?

3. Ситуация: необходимо организовать физкультурно-оздоровительные занятия на открытом воздухе, но у учащихся нет подходящего инвентаря.

Задача: Какие альтернативные варианты можно предложить для проведения таких занятий?

4. Ситуация: Посмотрите мультфильм «Ну - погоди!».

Задача: Почему волк всегда оказывался проигравшим? Что бы изменилось, если бы волк занимался спортом? Что помогло волку и зайцу победить на соревнованиях? На какого героя ты бы хотел быть похож? Какие виды спорта встречаются в данном мультфильме? Какие виды спорта ты знаешь?

5. «Учащиеся 10-го класса должны разделиться на две команды для игры в волейбол. Учитель предложил сделать это самим учащимся, процесс деления класса затянулся, и тогда учитель предложил провести игру между командой юношей и командой девушек. Все учащиеся, особенно девушки, стали выражать открытое недовольство решением учителя, а некоторые девушки даже бойкотировали это учебное задание, сев на скамью запасных.

Задача: Каковы причины возникновения этой ситуации и как в этом случае должен поступить учитель?»

6. Придя на первый свой урок в 10-й класс, молодой педагог по ФК, до этого работавший в начальной школе, обратился к учащимся так: «Дети, встаньте в строй! Равняйся! Смирно!» Учащиеся с усмешками, нехотя выполняли задание, явно желая изобразить маленьких детей. Они имитировали детскую речь и походку, вызывая смех одноклассников.

Задача: Каковы должны быть действия учителя в этой ситуации?

7. Ситуация: Запланировано проведение спортивной эстафеты на улице, но погода резко ухудшилась (дождь или ветер).

Задача: Как быстро адаптировать план? Какие альтернативные виды активности можно провести внутри здания или в другом помещении?

8. Ситуация: В учебном дне предусмотрена короткий перерыв, но есть желание провести небольшую зарядку или разминку, чтобы поднять настроение и энергию.

Задача: Какие варианты коротких оздоровительных упражнений можно провести за 5-7 минут? Как организовать их так, чтобы все участники были активны и вовлечены?

9. Ситуация: Во время перерыва заметили, что один из одноклассников выглядит уставшим, у него головная боль, слабость.

Задача: Что следует сделать? Как помочь ему почувствовать себя лучше? Какие меры профилактики можно принять для предотвращения подобных ситуаций?

10. Ситуация: Команда ребят хочет провести активный отдых, а часть участников предпочитает спокойный. В результате возникают конфликты.

Задача: Как организовать досуг так, чтобы каждый мог выбрать тот вид активности, который ему нравится? Какие компромиссные решения можно предложить?

11. Ситуация: Планируется провести занятие на природе или в парке, но площадка не оснащена специальными спортивными снарядами или инвентарем.

Задача: Какие упражнения или игры можно провести, используя только природные ресурсы и подручные материалы? Как обеспечить безопасность во время проведения?

12. Ситуация: В процессе игры или упражнения один из участников получил ушиб или небольшую травму.

Задача: Как действовать в подобной ситуации? Какие меры необходимо предпринять для оказания первой помощи и как обеспечить дальнейшее безопасное участие всех?

13. Ситуация: Во время учебного похода команда потеряла ориентир или карту и не знает, куда идти дальше.

Задача: Какие действия необходимо предпринять, чтобы найти путь? Как сохранить спокойствие и организовать поиски, не рискуя здоровьем?

14. Ситуация: В пути вы заметили грязную или опасную территорию, отсутствующие дорожки или разрушающиеся мосты.

Задача: Что нужно сделать? Как сообщить о проблеме и выбрать безопасный маршрут? Почему важно соблюдать правила безопасного туризма?

15. Ситуация: Во время похода началась гроза или сильный дождь.

Задача: Как быстро организовать безопасную остановку или укрытие? Какие меры нужно предпринять, чтобы избежать переохлаждения или иных опасностей?

16. Ситуация: Во время активной туристическо-игровой активности у кого-то возникла слабость или он почувствовал себя плохо.

Задача: Как помочь пострадавшему? Какие правила оказания первой помощи вы знаете? Почему важно сохранять спокойствие и действовать четко?

17. Ситуация: В процессе путешествия оказывается, что запасы воды или еды закончились.

Задача: Как организовать разумное использование оставшихся ресурсов? Какие меры можно предпринять для поиска воды или питания в природных условиях?

18. Ситуация: В группе возник спор по поводу выбора маршрута или выполнения задания.

19. Задача: Как решить конфликт конструктивно и сохранить командный дух? Почему важно слушать друг друга и уважать мнение каждого?

20. Ситуация: После серии интенсивных упражнений у кого-то из класса стало болеть сердце или возникла сильная усталость.

Задача: Что нужно сделать? Как правильно отдыхать, чтобы восстановить силы? Какие признаки указывают на переутомление?

21. Ситуация: После быстрого выполнения упражнения или игры осталось всего несколько минут на отдых, а участники все еще чувствуют усталость.

Задача: Какие короткие, эффективные способы восстановления сил можно применить за 2-3 минуты? Как правильно проводить активный отдых?

22. Ситуация: Некоторые ребята не хотят делать активные упражнения и требуют более легких видов отдыха.

Задача: Как сбалансировать программу так, чтобы все могли отдыхать комфортно и одновременно получить пользу? Какие варианты легких движений или релаксации существуют?

23. Ситуация: Во время перерыва часть школьников устала и хочет просто посидеть, а другие хотят продолжать активные игры.

Задача: Как организовать отдых так, чтобы все смогли восстановить силы и подготовиться к следующему этапу? Какие короткие игры или упражнения можно добавить?

24. Ситуация: Во время занятий на улице было очень жарко или, наоборот, прохладно, и участники чувствуют дискомфорт.

Задача: Какие меры нужно предпринять для комфортного отдыха? Как правильно обустроить место для отдыха, чтобы избежать перегрева или переохлаждения?

25. Ситуация: На игровой площадке или открытом поле всплыла опасность – острые предметы, грязь или разбросанный инвентарь.

Задача: Какие правила безопасности при отдыхе необходимо соблюдать? Как правильно организовать безопасное место для отдыха?

Методика определения уровня рефлексивности (А.В. Карпов, В.В. Пономарева)

Инструкция: Вам предстоит оценить несколько утверждений опросника. В столбцах «Варианты ответов» поставьте галочку в ячейке с номером, соответствующим варианту Вашего ответа:

- 1 – абсолютно неверно;
- 2 – неверно;
- 3 – скорее неверно;
- 4 – не знаю;
- 5 – скорее верно;
- 6 – верно;
- 7 – совершенно верно.

Не задумывайтесь подолгу над ответами. Помните, что правильных или неправильных ответов в данном случае быть не может.

Утверждения	Варианты ответов						
	1	2	3	4	5	6	7
1. Прочитав хорошую книгу, я всегда потом долго думаю о ней; хочется ее с кем-нибудь обсудить.							
2. Когда меня вдруг неожиданно о чем-то спросят, я могу ответить первое, что пришло в голову.							
3. Прежде чем снять трубку телефона, чтобы позвонить по делу, я обычно мысленно планирую предстоящий разговор.							
4. Совершив какой-то промах, я долго потом не могу отвлечься от мыслей о нем.							
5. Когда я размышляю над чем-то или беседую с другим человеком, мне бывает интересно вдруг вспомнить, что послужило началом цепочки мыслей.							
6. Приступая к трудному заданию, я стараюсь не думать о предстоящих трудностях.							
7. Главное для меня – представить конечную цель своей деятельности, а детали имеют второстепенное значение.							
8. Бывает, что я не могу понять, почему кто-либо недоволен мною.							
9. Я часто ставлю себя на место другого человека.							
10. Для меня важно в деталях представлять себе ход предстоящей работы.							
11. Мне было бы трудно написать серьезное письмо, если бы я заранее не составил план.							

12. Я предпочитаю действовать, а не размышлять над причинами своих неудач.							
13. Я довольно легко принимаю решение относительно дорогой покупки.							
14. Как правило, что-то задумав, я прокручиваю в голове свои замыслы, уточняя детали, рассматривая все варианты.							
15. Я беспокоюсь о своем будущем.							
16. Думаю, что во множестве ситуаций надо действовать быстро, руководствуясь первой пришедшей в голову мыслью.							
17. Порой я принимаю необдуманные решения.							
18. Закончив разговор, я, бывает, продолжаю вести его мысленно, приводя все новые и новые аргументы в защиту своей точки зрения.							
19. Если происходит конфликт, то, размышляя над тем, кто в нем виноват, я в первую очередь начинаю с себя.							
20. Прежде чем принять решение, я всегда стараюсь все тщательно обдумать и взвесить.							
21. У меня бывают конфликты от того, что я порой не могу предугадать, какого поведения ожидают от меня окружающие.							
22. Бывает, что, обдумывая разговор с другим человеком, я как бы мысленно веду с ним диалог.							
23. Я стараюсь не задумываться над тем, какие мысли и чувства вызывают в других людях мои слова и поступки.							
24. Прежде чем сделать замечание другому человеку, я обязательно подумаю, какими словами это лучше сделать, чтобы его не обидеть.							
25. Решая трудную задачу, я думаю над ней даже тогда, когда занимаюсь другими делами.							
26. Если я с кем-то ссорюсь, то в большинстве случаев не считаю себя виноватым.							
27. Редко бывает так, что я жалею о сказанном.							

Диагностика самооценки Дембо-Рубинштейн (в модификации А.М. Прихожан)

Инструкция. Любой человек оценивает свои способности, возможности, характер и др. Уровень развития каждого качества, стороны человеческой личности можно условно изобразить вертикальной линией, нижняя точка которой будет символизировать самое низкое развитие, а верхняя – наивысшее. На следующей странице изображены семь таких линий. Они обозначают:

- 1) здоровье;
- 2) ум, способности;
- 3) характер;
- 4) авторитет у сверстников;
- 5) умение многое делать своими руками, умелые руки;
- 6) внешность;
- 7) уверенность в себе.

Под каждой линией написано, что она означает.

На каждой линии чертой (-) отметьте, как вы оцениваете развитие у себя этого качества, стороны вашей личности в данный момент времени. После этого крестиком (х) отметьте, при каком уровне развития этих качеств сторон вы были бы удовлетворены собой или почувствовали гордость за себя.

Время, отводимое на заполнение шкалы вместе с чтением инструкции, 10-12 мин.

Обработка результатов

Обработка проводится по шести шкалам (первая, тренировочная – «здоровье» – не учитывается). Каждый ответ выражается в баллах. Как уже отмечалось ранее, размеры каждой шкалы 100 мм, в соответствии с этим ответы получают количественную характеристику (напр., 54 мм = 54 баллам).

1. По каждой из шести шкал определить:

а) уровень притязаний – расстояние в мм от нижней точки шкалы («0») до знака «х»;

б) высоту самооценки – от «0» до знака «-»;

в) значение расхождения между уровнем притязаний и самооценкой – расстояние от знака «х» до знака «-», если уровень притязаний ниже самооценки, он выражается отрицательным числом.

2. Рассчитать среднюю величину каждого показателя по всем шести шкалам.

Интеллектуально-развлекательные игры (квизы) в рекреационной работе с школьниками.

Примеры интеллектуально-развлекательных игр (квизов)

1. «Мозговой штурм» – Исторический викторин

Описание: Вопросы по истории, археологии, знаменитым личностям.

Вопросы:

Кто был первым президентом России? (Ответ: Борис Ельцин)

Назовите столицу Древней Греции? (Ответ: Афины)

Какая война длилась с 1939 по 1945 год? (Ответ: Вторая мировая)

2. «Географический марафон»

Описание: Вопросы о странах, континентах, природных объектах.

Вопросы:

Какая самая высокая гора мира? (Ответ: Эверест)

Какая страна называется «Цветущая страна»? (Ответ: Япония)

В каком океане находится остров Мадагаскар? (Ответ: Индийский океан)

3. «Литературный квест»

Описание: Вопросы о классической и современной литературе.

Вопросы:

Кто написал «Войну и мир»? (Ответ: Лев Толстой)

Какое произведение начинается словами «Это был лучший из времен, это был худший из времен»? (Ответ: «Повести эпохи Просвещения» – «Гоцкий рассказ» т. е. это цитата из «Повести о двух городах»)

Назовите героя романа «Приключения Тома Сойера». (Ответ: Том Сойер)

4. «Логическая цепочка»

Описание: Загадки и логические задачи.

Примеры:

Что растет вверх ногами? (Ответ: Тень)

Не умеет говорить, но всегда поднимается вверх и падает вниз. Что это? (Ответ: Вода или воздушный шар)

5. «Творческий вызов»

Описание: Задания на ассоциации и креативность.

Примеры:

Назовите 5 вещей, связанных с космосом.

Придумайте короткую историю или слоган о дружбе.

6. «Музыкальная викторина»

Описание: Вопросы о музыке и исполнителях.

Вопросы:

Кто поет композицию «Shape of You»? (Ответ: Ed Sheeran)

Назовите музыкальный инструмент, на котором звучит звук «свистелки». (Ответ: флейта)

Примеры интеллектуально-развлекательных игр (квизов) по физической культуре

1. «Знаешь ли ты спорт?» – Общий спортивный квиз

Вопросы:

Как называется разновидность футбола, которая играется на воде?

Ответ: Водное поло

Какая спортсменка известна как «Летящая саранча»?

Ответ: Светлана Журова

В каком виде спорта используется коньки и дуга?

Ответ: Фигурное катание

Кто установил мировой рекорд по бегу на 100 метров?

Ответ: Усэйн Болт

В каком виде спорта участвуют в соревнованиях на велосипеде на треке?

Ответ: Трековые велоспорты

2. «Верно или неправильно?» – Проверяем знания

Примеры:

Бег на короткую дистанцию требует много сил и скорости. (Верно)

В волейболе нельзя касаться сетки во время игры. (Верно)

В баскетболе три очка начисляется за любой бросок за три точки. (Верно)

Теннис был придуман в России в XIX веке. (Неверно – возник в Англии)

В Олимпийских играх участвуют только профессиональные спортсмены. (Неверно – также участвуют любители).

3. «Угадай вид спорта» – Видео или описание.

Показывать короткие видеоролики или давать описание вида спорта, а участники должны назвать его.

Примеры:

В этом виде спорта используют ракетку и мяч, цель – отбить мяч так, чтобы противник не смог его вернуть.

Ответ: Теннис

В этом командном виде спорта применяют мяч и сетку, забивают мяч в ворота соперника.

Ответ: Футбол

4. «Знаешь ли ты спортсменов?»

Вопросы:

Кто – легендарный российский борец, четырежды олимпийский чемпион?

Ответ: Александр Карелин

Назовите знаменитого американского баскетболиста, известного как «Черная мамба».

Ответ: Коби Брайант

Кто установил мировой рекорд по прыжкам в длину?

Ответ: Юрий Бугайчук (или Майкл Джонс, зависит от рекорда)

5. «Физкультурные загадки»

Что нужно делать, чтобы укрепить сердце и легкие?

Ответ: Регулярно заниматься спортом

Каким видом спорта занимаются на льду и используют коньки?

Ответ: Фигурное катание или хоккей

Как называется время, проведенное на велосипедах или самокатах?

Ответ: Велоспорт или катание на роликах

Примеры интеллектуально-развлекательных квизов для оздоровительной и рекреационной работы

1. «Здоровье и спорт» – книжка-викторина

Темы вопросов:

Почему важно заниматься физкультурой?

Назовите 3 упражнения для укрепления спины.

Какие продукты способствуют развитию мышц?

Что такое сердечно-сосудистая система?

Почему нужно правильно дышать во время физической нагрузки?

Типы вопросов:

Верно/Неверно

Вопросы с выбором ответа

Открытые вопросы, требующие краткого ответа

2. «Витамины и минералы» – викторина про здоровье

Примеры вопросов:

Какие продукты богаты железом? (Ответ: мясо, гречка, листовая зелень)

Назовите витамин, который полезен для зрения. (Ответ: витамин А)

Чем полезна клетчатка? (Ответ: помогает пищеварению)

Что помогает укреплять кости и зубы? (Ответ: кальций)

Задачи:

Нарисовать или собрать из карточек правильное меню, богатое витаминами.

Отгадать загадки о продуктах или витаминах.

3. «Экология и здоровье» – экологический квиз

Вопросы:

Почему важно убирать место для игр и прогулок?

Какие бывают опасные загрязнения воздуха?

Что такое «зеленая зона»?

Как можно сохранить чистоту в городе?

Интерактив:

Создать плакат или плакаты с рекомендациями по сохранению природы и здоровья.

4. «Дыхательная гимнастика и расслабление» – игра на развитие внимания и релаксации

Задания:

Вдохнуть медленно через нос, считать до 4, и выдохнуть через рот, считая до 6.

Повторить 3 раза.

Рассказ о том, как правильно дышать при стрессах.

Практика «дыхание с цветами» – представить, что вдох делается через синий цвет, а выдох – через красный.

Цель:

– Научиться правильно расслабляться и контролировать дыхание.

5. «Творческий уголок – здоровье и спорт»

Задания:

Нарисовать плакат «Мои любимые спортивные игры и упражнения».

Придумать короткий слоган о пользе активного образа жизни.

Создать мини-историю или сказку о приключениях спортсмена, заботящегося о здоровье.

Игровые модули в рекреации

Примеры игровых модулей в рекреации

1. «Командные забавы» – эстафеты и соревнования

Описание:

Разделите класс на команды по 4-6 человек.

Проведите серии эстафет или веселых соревнований:

«Переноска шарика ложкой»

«Бег в мешках»

«Перекрестные зигзаги» с мячом на голове

«Передача мячей по цепочке»

Цель:

Развивать быстроту, ловкость и командное взаимодействие.

2. «Игры знакомства и социализации»

Описание:

Игра «Кто я?» – на лбу клеится карточка с именем или образом, и игроки задают вопросы одноклассникам, чтобы понять, кто они.

Игра «Лестница дружбы» – по очереди все говорят интересный факт о себе, закрепляя дружеские связи.

Цель:

Способствовать взаимопониманию, избавлять от неловкости.

3. «Поиск сокровищ» – командная игра с подсказками

Описание:

Создайте скрипт из подсказок, которые ведут к «сокровищам» (например, игрушкам, сладостям).

Каждая команда ищет с помощью загадок и заданий, выполнение которых провоцирует развитие логики.

Цель:

Развивать мышление, совместную работу и умение ориентироваться на местности.

4. «Тематические ролевые игры»

Примеры:

«Миссия спасения» – разыгрывание сценария, где команда должна спасти «пострадавшего» (игровой персонаж или условный объект).

«Путешествие по миру» – каждая команда представляет другую страну, ее культуру и традиции, демонстрируя знания через сценки.

Цель:

Развивать коммуникативные навыки и творческое мышление.

5. «Пазлы и головоломки»

Описание:

Создайте или купите большие пазлы, которые нужно собрать командой за ограниченное время.

Или предложите логические головоломки, требующие коллективного обсуждения и поиска решений.

Цель:

Развивать мышление, внимание и умение работать вместе.

6. «Квест-игра»

Описание:

Разделите класс на команды, каждая получает маршрут и задания, которые нужно выполнить по пути (например, разгадывать загадки, выполнять физические упражнения). В финале – получение награды или сертификата.

Цель:

Повысить интерес к учебе и развивать навыки командной работы.

Примеры игровых модулей в физической рекреации

1. «Веселые эстафеты»

Описание:

Разделите класс на команды по 5-6 человек.

Проведите серию коротких эстафет, например:

«Бег с мячом на ложке»

«Переноска воды ложками» (перекладывание воды)

«Обход препятствий» (скачки, ползания)

«Переправа через речку» (доска или веревка)

Цель:

Развивать скорость, ловкость и умение взаимодействовать.

2. «Игры на ловкость и координацию»

Описание:

Игра «Поймай мяч» – один или несколько игроков, пытающихся поймать мяч, который бросают им другие.

«Дженга» – строить башню, избегая падения.

«Параллельные линии» – бег по линиям или рисункам, прыжки на одну или обе ноги.

Цель:

Развивать баланс, ловкость и реакцию.

3. «Командные упражнения»

Описание:

«Тянуть канат» (трос на прочность) – командная борьба за победу.

«Перетягивание каната» с разметкой по центру.

«Круговая эстафета» – все участники бегают по кругу, передавая предметы.

Цель:

Развивать силу, выносливость и командный дух.

4. «Игровое поле – полоса препятствий»

Описание:

Организуйте полосу препятствий из скакалок, обручей, кубиков, досок и других предметов.

Участники проходят её на время или по очереди.

Можно сделать соревнование между командами или индивидуальное.

Цель:

Развивать физическую выносливость и координацию.

5. «Игры с мячами»

Описание:

«Вышибалы» – классическая игра, где игроки команд пытаются выбить соперника мячом.

«Футбол на мини-полях» или мини-баскетбол.

«Перекрестный бросок» – метание мяча в цель.

Цель:

Развивать точность, ловкость и командные навыки.

6. «Ролево-игровые модули» (активные сценки)

Описание:

Игры, объединяющие физическую активность и творческое взаимодействие, например:

«Спасательная операция» – имитация спасения с помощью физических упражнений.

«Спортинг-квест» – выполнение заданий в движении для достижения «цели».

Цель:

Объединение активных движений с воображением и командной работой.

Примеры игровых модулей в оздоровительной рекреации

1. «Ладоски и ладошки» – дыхательные и расслабляющие упражнения

Описание:

Участники садятся удобно, закрывают глаза.

Медленный вдох – через нос, усиленно наполняют лёгкие, задержка дыхания.

Медленный выдох – через рот.

После этого делают мягкие ладошковые поглаживания по лицу и плечам.

Цель:

Облегчить стресс, улучшить дыхание и настроение.

2. «Мягкие растяжки – дерево»

Описание:

Встать, руки раскинуть в стороны, медленно тянуться вверх, представляя дерево, ветки которого тянутся к солнцу.

Потом наклониться к ногам, расслабляя поясницу и шею.

Потом выполнять круговые движения туловищем.

Цель:

Улучшить гибкость, расслабить мышцы спины и плеч.

3. «Магнит и железо» – упражнения на баланс и координацию

Описание:

Встать на одну ногу, другую подтянуть к колену или бедру, балансируя, как магнит, тянущий «железо».

Менять ногу.

Можно усложнить, закрыв глаза или держа руки в стороны.

Цель:

Развивать баланс и концентрацию.

4. «Круги и волны» – плавные движения для расслабления мышц

Описание:

Выполнять круговые движения руками, шеей, туловищем, имитируя медленные волны.

Мягко крутить руки, делая большие и маленькие круги.

Цель:

Снять мышечное напряжение и стресс.

5. «Цветовые настроения» – мимика и дыхание

Описание:

Участники выбирают «свой» цвет настроения.

Говорят и показывают мимикой, что соответствует выбранному цвету (например, зеленый – спокойствие, красный – энергия).

После этого делают глубокий вдох и выдох, представляя, что наполняются этим настроением.

Цель:

Укрепление эмоционального состояния и дыхательных навыков.

6. «Летающие облака» – дыхательная гимнастика с визуализацией

Описание:

Стоя или сидя, медленно вдохнуть через нос, представляя, что в легкие попадают мягкие облака.

Медленно выдохнуть, представляя, что облака растворяются.

Можно делать плавные движения руками вверх – будто касаетесь облаков.

Цель:

Расслабление, улучшение дыхательной функции.

Картотека физминуток для школьников**1. «Пляшущие плечи»**

Цель: размять плечевой пояс и снизить напряжение.

Длительность: 2 минуты

Как делать:

Положите руки на плечи, делайте вращательные движения вперед и назад.

Затем поднимите плечи к ушам, задержитесь, опустите их.

Повторите 10 раз.

2. «Кошечка и собачка»

Цель: растянуть спину и расслабиться.

Длительность: 2 минуты

Как делать:

Встаньте на четвереньки, прогнуться вверх (кошечка), задержаться, затем прогнуться вниз (собачка).

Повторите 8-10 раз.

3. «Вода в ручьях»

Цель: улучшить кровообращение.

Длительность: 2 минуты

Как делать:

Тянитесь руками вверх, делая медленные плавные движения.

Затем наклонитесь вперед, протяните руки к полу.

Потом сделайте классические разминочные повороты головы и корпуса.

Повторите 8 раз.

4. «Клубочек»

Цель: расслабить шею и плечи.

Длительность: 2 минуты

Как делать:

Сесть прямо, медленно наклоните голову вперед, затем в стороны.

Почувствуйте растяжение шеи.

Сделайте круговые движения головой по часовой и против часовой стрелки – по 5 раз в каждую сторону.

5. «Квадратики и круги руками»

Цель: размять запястья и предплечья.

Длительность: 1-2 минуты

Как делать:

Вращайте запястьями по часовой и против часовой стрелки.

Затем просуньте руки вперед и сделайте упражнения "двойной круг" руками.

Повторите 10 раз.

6. «Пружинка» (подпрыгивания)

Цель: повысить настроение и разогреться.

Длительность: 2 минуты

Как делать:

Прыжки на месте с руками вверх или на бок.

Важно: выполнять мягко, с минимальной нагрузкой на суставы.

7. «Обнимашки»

Цель: размять мышцы рук и спины.

Длительность: 2 минуты

Как делать:

Обнимите себя за плечи, слегка похлопайте по спине или сделайте круговые движения руками.

Можно выполнять мягкое растяжение плеч и рукав.

Специальные комплексы для отдельных частей тела

Гимнастика для глаз

Глазки у ребят устали. (Поморгать глазами)

Посмотрите все в окно, (Посмотреть влево-вправо)

Ах, как солнце высоко. (Посмотреть вверх)

Мы глаза сейчас закроем, (Закрыть глаза ладошками)

В классе радугу построим,

Вверх по радуге пойдем, (Посмотреть по дуге вверх-вправо и вверх-влево)

Вправо, влево повернем,

А потом скатимся вниз, (Посмотреть вниз)

Жмурься сильно, но держись. (Зажмурить глаза, открыть и поморгать ими)

Сколиогимнастика (профилактика искривления позвоночника)

Исходное положение – руки на поясе. Медленные наклоны головы вперёд, назад, к левому плечу, к правому плечу. (4-6 раз)

Исходное положение – руки на поясе. Ходьба на месте высоко поднимая колени. (30 сек.)

Исходное положение – кисти рук на плечевых суставах. Круговые движения в плечевых суставах – вперёд 5 раз, назад 5 раз.

Игры на внимательность

«Пол-нос-потолок»

Этап 1: называем слово, показываем на него же (называем «Пол» – показываем на пол).

Этап 2: называем слово, показываем на другой объект (называем «Пол» – показываем на потолок).

Этап 3: ускоряемся и запутываем учеников.

«Светофор»

Этап 1: называем цвет, договаривается об определённом движении на определённый цвет (красный – руки вверх, жёлтый – руки вперёд, зелёный – руки вниз).

Этап 2: называем цвет, но показываем движение для другого цвета (называем красный – показываем жёлтый).

Этап 3: ускоряемся и запутываем учеников.

Двигательно-речевые физкультминутки

Дети произносят стихотворный текст и в соответствии с ним выполняют движения.

Упражнения для развития координации речи с движением:

Упражнение «МОЙ БРАТ»

Есть у меня братишка,

Смешной такой мальчишка!

Мне во всем он подражает

И ни в чем не уступает.

Если мы играем в мячик,

Я скачу, он тоже ... (скачет),

Я сижу, и брат ... (сидит), Я бегу, и он ... (бежит),

Мяч беру, и он ... (берет),

Мяч кладу, и он ... (кладет),

Куст стригу, и он ... (стрижет)!

Ходьба на месте.

Импровизация движений, соответствующих смыслу стихотворения.

Упражнение «СЕМЕЙНАЯ ЗАРЯДКА»

Осенью, весной,
 Летом и зимой
 Мы во двор выходим
 Дружною семьёй.
 Встанем в круг и по порядку
 Каждый делает зарядку.
 Мама руки поднимает.
 Папа бодро приседает.
 Повороты вправо-влево
 Делает мой братик Сева. Я сама бегу трусцой
 И качаю головой. Ходьба на месте.
 Стать в круг.
 Руки верх и вниз.
 Приседания.
 Руки на поясе, дети делают повороты всем корпусом.
 Бег на месте.
 Наклоны головой в стороны.

Раз, два, три, четыре, пять!
 Все умеем мы считать.
 Отдыхать умеем тоже.
 Руки за спину положим.
 Голову подыдем выше.
 И легко-легко подышим.
 Раз, два – выше голова!
 Три, четыре – руки шире!
 Пять, шесть – тихо сесть.
 Семь, восемь – лень отбросим.
 Раз – подняться, потянуться.
 Два – согнуться, разогнуться.
 Три – в ладоши три хлопка,
 Головою три кивка.
 На четыре – руки шире.

Ветер дует нам в лицо,
 Закачалось деревцо,
 Деревцо все выше, выше,
 А ребята – тише, тише»
 «Раз, два – выше голова
 Три, четыре – руки шире
 Пять, шесть – всем присесть
 Семь, восемь – встать попросим
 Девять, десять – тихо сесть

«Утром бабочка проснулась, улыбнулась, потянулась!
 Раз – росой она умылась, два – изящно покрутилась,
 Три – нагнулась и присела, на четыре – улетела!»

Туристические маршруты по Крыму.

1. «Крымский юг: ЮБК и Ласточкино гнездо»

Описание маршрута:

Начало: Ялта – прогулка по набережной, посещение Ливадийского дворца.

Далее: экскурсия в Воронцовский дворец и дендрарий.

Заключение: Поездка к знаменитой скале Ласточкино гнездо, фотосессия, осмотр южного побережья.

Особенности:

Прекрасные морские пейзажи.

Исторические дворцы и архитектура.

Возможность искупаться и позагорать.

2. «Крымский заповедник и Ай-Петри»

Описание маршрута:

Начало: Посещение Крымского природного заповедника – знакомство с флорой и фауной региона.

Далее: Поездка на канатной дороге на гору Ай-Петри.

Заключение: Обзорная экскурсия и прогулка по плато, фотосессия на скалах.

Особенности:

Восхождение на гору с потрясающими видами.

Обучение природоохранной деятельности.

Получение ярких впечатлений и фотоснимков.

3. «Исторический тур: Бахчисарай и Херсонес»

Описание маршрута:

Начало: Экскурсия в Бахчисарай – ханская дворцово-парковая резиденция, ханский хамам, история крымских татар.

Далее: Посещение Чуфут-Кале – древней крепости и поселения.

Заключение: В Херсонесе – один из древнейших Греческих городов, музейный комплекс и театр.

Особенности:

Знакомство с историей и культурой региона.

Интерактивные экскурсии и мастер-классы.

Развитие интереса к археологии и истории.

4. «Крымские водопады и Ласпи»

Описание маршрута:

Начало: Путешествие в город-курорт Алушка, прогулка по паркам и набережной.

Далее: Посещение водопадов Учан-Су и Джур-Джур.

Заключение: Отдых в районе Ласпи – морской берег, купание и пикник.

Особенности:

Экскурсия к природным водопадам и скальным образованиям.

Возможность искупаться в море и позагорать.

Спортивные активности и активные прогулки.

5. «Пещерный Крым и природные карьеры»

Описание маршрута:

Начало: Посещение пещер – Мраморная, Аяз-Аул, Демерджи.

Далее: Экскурсия в окружающие природные карьеры и окрестности, осмотр скал и карстовых образований.

Заключение: Пикник и отдых на природе.

Особенности:

Обучение основам спелеологии.

Развитие любознательности и практических навыков ориентирования.

Фотосессия в уникальных природных формациях.

6. «Голубой Крым: Парк Победы и Армянская дача»

Описание маршрута:

Начало: Прогулка по парку Победы в Ялте – чистый воздух, памятники, аллеи.

Далее: Посещение Армянской дачи – уютные уголки для отдыха, зоны для медитативных упражнений.

Конец: Мягкая прогулка по набережной и море.

Оздоровительный эффект:

Свежий морской воздух, спокойная обстановка.

Восстановление эмоционального баланса.

Мягкая физическая активность – прогулки, дыхательные упражнения.

7. «Крымский лес: Реликтовый парк и тропы здоровья»

Описание маршрута:

Начало: Посещение реликтового леса в месте, например, Лисьи норы или Ялтинский ботанический сад.

Далее: Спокойные прогулки по лесной тропе с дыхательными упражнениями среди деревьев.

Конец: Посещение экологической тропы – места для отдыха, медитативные зоны, небольшие площадки для йоги и зарядки.

Оздоровительный эффект:

Восстановление дыхательной системы.

Улучшение кровообращения и снятие стресса.

Развитие чувствительности к природе.

8. «Морской бриз и пешеходные маршруты в Новоотрадном»

Описание маршрута:

Начало: Утренние прогулки по берегу и песчаным пляжам.

Далее: Экологическая тропа вдоль моря, дыхательные упражнения на свежем воздухе.

Заключение: Пикник и отдых с легкими физическими упражнениями у моря.

Оздоровительный эффект:

Усиление иммунитета дыхательной системы.

Развитие выносливости и хорошего настроения.

Восстановление нервной системы.

9. «Курортный Карабах: Балаклавские холмы и морские прогулки»

Описание маршрута:

Начало: Легкая прогулка по холмам Балаклавы – воздух насыщен ионизирован.

Далее: Морская прогулка на катере или лодке – тряска и свежий морской бриз.

Конец: Посещение природных источников или санаториев с процедурами.

Оздоровительный эффект:

Улучшение работы сердечно-сосудистой системы.

Заряд бодрости и свежести.

Совмещение физической активности и релакса.

10. «Пещерные красоты и лечебные источники»

Описание маршрута:

Начало: Посещение Демерджи – природных пещер и скальных форм.

Далее: Посещение природных минеральных источников или водопадов, например, Учан-Су.

Конец: Расслабляющий отдых у воды и гигиенические процедуры.

Оздоровительный эффект:

Оздоровляющие свойства минеральных вод.

Физическая активность и восстановление нервной системы.

Повышение жизненного тонуса.

Приложение 12

Технология профессиональной подготовки будущих учителей физической культуры к рекреационной работе с учащимися основной школы

Этапы	Цель	Педагогические условия		Направления деятельности			Ожидаемый результат
				Познавательно-развлекательное	Спортивно-оздоровительное	Туристическо-игровое	
Подготовительный	Сформировать целостное представление об особенностях обучения и воспитания детей и подростков в рамках рекреационных программ	Использование потенциала профессионально ориентированных и элективных дисциплин для формирования целостного представления об особенностях обучения и воспитания учащихся в рамках рекреационных программ	Поэтапная реализация технологии профессиональной подготовки будущих учителей физической культуры к рекреационной работе с учащимися основной школы	Разработка и проведение интеллектуально-развлекательных игр (квизов)	Посещение спортивных, тренажерных залов, лабораторий, освоение диагностического оборудования	Разработка игровых модулей в рекреации	Сформированность у будущих учителей физической культуры целостного представления об особенностях обучения и воспитания детей и подростков в рамках рекреационных программ

				Составление картотеки физминуток	Подготовка проекта «Здоровье нации: состояние, риски, профилактика»	Проведение подвижных игр («Собери рюкзак», «Поставь палатку», «Ориентирование на местности»)	
Профессионально-деятельностный	Сформировать систему теоретических знаний и практических умений по рекреационной работе с учащимися основной школы	Интеграция теории и практики с целью подготовки будущих учителей физической культуры к работе с учащимися основной школы, направленной на формирование здорового образа жизни и развитие		Организация рекреационной зоны	Составление тренировочных программ	Разработка и проведение туристических маршрутов по Крыму	Сформированность у будущих учителей физической культуры теоретических знаний и практических умений по рекреационной работе с учащимися основной школы

		двигательной активности		Организация тренингового занятия «Восстановление физического, психического и духовного здоровья»	Составление планов уроков с элементами и рекреации и их проведение	Организация турслетов	
Рефлексивный	Сформировать у будущих учителей физической культуры способность критически оценивать свою профессиональную деятельность по организации рекреационной работы в основной школе, навыки самоанализа и самокоррекции в процессе рекреационной	Интерактивность процесса профессиональной подготовки будущих учителей физической культуры к рекреационной работе с учащимися основной школы		Подготовка социального ролика «Здоровый образ жизни»	Спортивный час	Разработка рекреационно-оздоровительной программы	Сформированность способности будущих учителей физической культуры критически оценивать свою профессиональную деятельность по организации рекреационной работы в основной школе, навыков самоанализа и самокоррекции в

	работы			Организация спортивно- массовых мероприятий	Дискуссионная площадка «Активная физическая культура. Физическая рекреация	Презентация проекта «Путешествуем по Крыму»	процессе ее осуществления
--	--------	--	--	--	--	---	---------------------------------