

ПРОЕКТИРОВАНИЕ И РЕАЛИЗАЦИЯ ЗДОРОВЬЕСБЕРЕГАЮЩИХ ТЕХНОЛОГИЙ В УСЛОВИЯХ ФУНКЦИОНИРОВАНИЯ СК «ЧЕМПИОН» Г.ВЛАДИВОСТОК

А.Н. Яковлев^{1,2}, А.А. Огренич²

¹Полесский государственный университет, Yak-33-c1957@mail.ru

²Владивостокский государственный университет экономики и сервиса

Современные оздоровительные технологии в спортивно–оздоровительном сервисе отражают научно–методологические особенности педагогического процесса. Составление физкультурно–оздоровительных программ, реализация здоровьесберегающих технологий осуществляются при четком выполнении дидактических задач (практика сохранения и укрепления здоровья).

Сегодня учеными еще недостаточно изучены особенности организма в процессе занятий спортивными практиками, которые составляют основу здоровьесберегающих технологий в структуре многоуровневого образования ВГУЭС.

Первым аспектом оздоровления населения, занимающихся на спортивных объектах вуза является гармонизация взаимоотношений организма с окружающей средой путем оптимизации этой среды и поиска адекватных форм жизнедеятельности: оценка региона проживания, его экологии, возможностей сохранения здоровья конкретного человека в данном месте; исследование экологии малого жизненного пространства (жилища, места работы, одежды, питания) и коррекция отрицательных факторов (биопатогенные зоны, шум, загрязненность среды.); анализ и коррекция психо– и биоэнергоинформационных аспектов среды обитания; оценка психосоматической конституции человека и подбор оптимальных для него в данных условиях форм обмена с окружающей средой (характера питания, двигательной активности и отдыха, общения) [1– 6].

Действующая государственная программа «Развитие физической культуры и спорта Приморского края на 2013–2017 годы» (объем финансирования мероприятий государственной программы за счёт средств краевого бюджета составит 1 1484 988,20 тысяч рублей, внебюджетных средств – 10 646 300,0 тысячи рублей), направлена на реализацию крупных инвестиционных проектов, ориентированных на новые условия для развития массового спорта и спорта высших достижений [6].

Сегодня имеется ряд факторов, требующих неотложного решения, в числе неразрешимых противоречий на сегодняшний день можно выделить: недостаточная на государственном федеральном и региональном уровне пропаганда занятий физической культурой и спортом как составляющей части здорового образа и стиля жизни, включая заботу о здоровье будущего поколения; недостаточный ассортимент и сопутствующих услуг в современной спортивно–оздоровительной индустрии, низкий уровень анимационной культуры организованных мероприятий.

Целью данного исследования является разработка механизма управления здоровьесберегающими технологиями на спортивных комплексах г.Владивостока (на примере ВГУЭС) в контексте практической реализации.

Проектное управление занимает значительное место в решении проблем образования и социальной сферы. Отмечая значимость проектного управления А.С. Акимов [1], В.А. Алексунин [2], Т.Н. Ананьева [3] полагают, что для оптимизации физкультурно–оздоровительных услуг в первую очередь необходимо разработать единую государственную стратегию, реализуемую на всех уровнях, создающую благоприятные условия для распространения массового спорта. В качестве примера нами приведена авторская таблица (таблица 1).

Таблица 1 – Факторы, влияющие на активность в сфере физкультурно–оздоровительных услуг

Группы факторов	Содержание групп факторов
Макрофакторы (гр. makros – большой, больших размеров)	Влияние на группу людей международных физкультурных и спортивных объединений, которые культивируют вид двигательной активности, вид спорта с присущими им ценностями. Государственная политика, законодательное и нормативно–правовое обеспечение сферы физической культуры и спорта
Мезофакторы (гр. mezzos – средний, промежуточный)	Социализация больших групп людей, которые выделяются по национальному признаку (этнос как фактор социализации) по месту и типу поселения, в котором они живут (регион, город, село), по принадлежности к аудитории (радио, телевидение, кино и другие) Элементы системы физического воспитания в той среде, в которой происходит усвоение и реализация определенных программ взаимодействия с природой, формирования определенного типа сознания, а также соответствующих форм и методов жизнедеятельности
Микрофакторы (гр. mikros – малый)	Социальные группы (семья, группа сверстников, микросоциум, организации, в которых осуществляется социальное воспитание – учебные, профессиональные, общественные и другие). Микрофакторы влияют на развитие людей через агентов социализации, в непосредственном взаимодействии с которыми проходит их жизнь

Спортивно–оздоровительные услуги могут включать в себя консультирование, а также дополнительные и сопутствующие услуги, в отрасли «физическая культура и спорт» можно классифицировать по ряду признаков (таблица 2).

Таблица 2 – Классификация спортивно–оздоровительных услуг

Признак классификации	Вид услуги
По форме распределения общественных фондов потребления	Платные, бесплатные
По мотивам производства	Коммерческие, некоммерческие
По форме потребления	Индивидуальные, массовые
По мотивам потребления	Деловые, личные
По характеру потребности	Физкультурно–спортивные, зрелищные, консультативные, образовательные, доп. образование, посреднические, коммерческие
По степени важности для потребителя	Основные, дополнительные, сопутствующие

Интеграция наук (физической культуры, медицины, физиологии спорта, физики, приборостроения) приведёт к более чёткому пониманию механизмов влияния физических упражнений на организм человека и к поиску эффективных решений по преодолению неблагоприятных ситуаций и заболеваний спортсменов.

Изучение различных научно–педагогических источников и экспертные оценки эффективности использования физкультурно–оздоровительного сервиса позволили представить педагогические направления его развития, а также взять на вооружение

теорию познания качества деятельности специалистов с учетом отечественного и зарубежного опыта.

Так, Приморский край обладает уникальными возможностями для развития самых разных видов спортивно–оздоровительного туризма: пешеходный, горный, водный, лыжный, авто, вело, мото, и спелеотуризм.

В коммерческом – трекинг, каньонинг, рафтинг, горнолыжный, конный и другие виды активного отдыха. В данной работе мы рассматриваем перспективы развития самого массового вида туризма среди детей – пешеходного.

По имеющимся статистическим данным наибольшее развитие получили такие виды туризма, как пешеходный, лыжный, водный, скалолазание и горный туризм.

В отдельных регионах распространен спелеотуризм. По степени сложности спортивно–туристские выезды делят на: некатегорийные, категорийные походы (1, 2, 3 степени сложности).

Современный вуз в последнее десятилетие находится в состоянии непрерывного изменения и все больше отходит от традиционной модели образования, в которой очень четко были обозначены отношения между различными его структурными элементами. Фактически мы имеем дело с организацией и развертыванием нового социокультурного здоровьесберегающего образовательного пространства, в котором развиваются и распространяются инновации в сфере физической культуры.

К сожалению, этот вопрос еще недостаточно разработан и представляет определенную проблему с позиции методологии исходных посылок, организации и учебно–методического обеспечения самого образовательного процесса в здоровьесберегающем режиме (таблица 3).

Таблица 3 – Факторы здоровья

Сфера	Примерный удельный вес (Значение для здоровья)	Группы факторов
Образ жизни	49–53	Вредные условия труда, плохие материально–бытовые условия, стрессовые ситуации, гиподинамия, непрочность семей, одиночество, низкий образовательный и культурный уровень, чрезмерно высокий уровень урбанизации, несбалансированное, неритмичное питание, курение, злоупотребление алкоголем и лекарствами и т.д.
Генетика, биология человека	18–22	Предрасположенность к наследственным и дегенеративным болезням
Внешняя среда, природно–климатические условия	17–20	Загрязнение воздуха, воды и почвы канцерогенами и другими веществами, резкая смена атмосферных явлений, повышенные гелиокосмические, магнитные и другие излучения
Здравоохранение, медицинская активность	8–10	Неэффективность личных гигиенических и общественных профилактических мероприятий, низкое качество медицинской помощи, несвоевременность их оказания

При рассмотрении теорий психического здоровья существует две ведущие линии – социоцентрическая, к которой относят разработки Э. Фромма, В. Франкла, Б.С. Братуся, и персоноцентрическая, к которой тяготеют исследования Г. Олпорта, К. Роджерса и А. Маслоу. Ключевыми моментами рассмотрения являются в первом случае восхождение

индивида к своей родовой сущности, личностной позиции: «человеком надо стать»; во втором – представление о том, что человеческой природе присущи позитивные силы, направляющие к здоровью и росту. На реализацию стратегических планов направлен ряд нормативных документов, действующих на основе Федеральных программ («Развитие массовой физической культуры и спорта во Владивостоке и Приморском крае»; «Подготовка спортивного резерва в городе Владивостоке и Приморском крае»; «Развитие спорта высших достижений в Приморском крае»). Общий объём финансирования мероприятий государственной программы за счёт средств краевого бюджета составит 1 1484 988, 20 тыс. рублей, субсидий из Федерального бюджета – 3 533 513, 49 тыс. рублей, средств бюджетов муниципальных образований Приморского края – 1 366 823,21 тыс. рублей, внебюджетных средств – 10 646.300,0 тыс. рублей.

Таблица 4 – Типы установок в подходах к проблеме психологического здоровья

Ключевые аспекты	Ориентация	
	социоцентрическая	персоноцентрическая
Основа психологического здоровья	Родовая человеческая сущность как сложный, безмасштабный ансамбль интериоризированных и персонифицированных человеческих отношений.	Врожденная безусловно–позитивная конструктивная индивидуальная человеческая сущность как имманентный потенциал, который раскрывается при определенных условиях.
Базовый процесс в картине личностно–психического развития	Социализация как приобщение индивида к духовным и культурным традициям, нормам и ценностям общественной жизни.	Индивидуализация как оформление у индивида уникального и неповторимого рефлексирующего Я.
Источник субъективного благополучия	Чувство общности и духовного сродства, социальная укоренённость в мире.	Чувство аутентичности, цельности и внутренней согласованности.
Доминанта личностной направленности	Самотрансценденция и самоотдача.	Самоактуализация и самовыражение
Мировоззренческая установка как детерминанта поведения	Чувство солидарности, долга и ответственности перед людьми, сознательное, добровольное принятие социальных обязательств и следование им, служение.	Вера в собственное предназначение, призвание, следование внутренним сигналам (внутренним подсказкам) в стремлении к личным достижениям.
Максима психологического здоровья	Стремление быть человеческим, т.е. развивать в себе добродетельные качества, следовать высшим, духовно–нравственным ценностям, проявлять верность, стойкость и последовательность в их осуществлении.	Стремление быть самобытным, т.е. осознавать личную свободу, раскрывать и реализовывать собственный потенциал, выбирать и прокладывать жизненный путь, сохраняя ощущение подлинности бытия.

Общая ситуация в области физической культуры и спорта в Приморском крае характеризуется: недостаточным числом спортивных сооружений: 440 спортивных

сооружений, единовременная пропускная способность которых составляет 13909 человек (по данным Федерального государственного статистического наблюдения по форме №1–ФК «Сведения о физической культуре и спорте в городе Владивостоке по состоянию на 31 декабря 2011 года»); недостаточностью муниципальных спортивных учреждений в связи с ограниченностью финансовых средств на их содержание и поддержание материально–технической базы: 10 детско–юношеских спортивных школ. В 2013 – 2017 годах планируется строительство и реконструкция спортивных сооружений для массового спорта в жилых массивах (всего 8 спортивных сооружений). Целесообразно следующее распределение спортивных сооружений для массового спорта на территории Владивостокского городского округа пропорционально численности населения: Первореченский район – 2 сооружения, Советский район – 1 сооружение, Ленинский район – 2 сооружения, Первомайский район – 2 сооружения, Фрунзенский район – 1 сооружение. По данным программы развития физической культуры и спорта процент населения г.Владивостока, систематически занимающегося физической культурой и спортом отмечается на уровне 26% от общей численности населения (статотчет 2013 года – рост составил – 1,30 процента; процент охвата детей и подростков (учащихся муниципальных образовательных учреждений) занятиями в спортивных школах – это 32%, рост составил – 1,7%; обеспеченность населения спортивными сооружениями – 12%, рост составит 0,72 процента)).

Учитывая вышеизложенное следует остановиться на индивидуальном здоровье как базисной составляющей телесного здоровья, которое можно трактовать как структурированное представление исследуемой системы, имеющей ряд уровней: интегральное здоровье; статусы физического, психического и социального здоровья; компоненты статусов здоровья; составляющие компонентов здоровья; отдельные показатели составляющих здоровья. В программу входит: внедрение методологии, принципов и методов здоровьесберегающего образования; разработка и реализация спортивно–оздоровительных программ и рекомендаций по улучшению физических качеств студентов, учащихся колледжа и лица ВГУЭС, обеспечивающих, надежное функционирование органов и систем человека; формирование физической культуры личности обучающегося с учетом его индивидуальных способностей, состояния здоровья и мотивации; обеспечение взаимодействия учебного и внеучебного процессов физического воспитания для освоения ценностей физической культуры, удовлетворения потребностей обучающихся в занятиях физическими упражнениями, спортом и туризмом; создание во ВГУЭС условий, содействующих сохранению и укреплению физического и психического здоровья обучающихся средствами физической культуры и спорта; выработка психологических умений и жизненных навыков через тренинговые занятия; создание и реализация программы «Спортивно–оздоровительной работы со студентами и учащимися ВГУЭС»; развитие научно–методической, производственной, образовательной просветительской деятельности университета в сфере формирования и сохранения здоровья; осуществление медико–физиологического, социологического и психолого–педагогического контроля за состоянием здоровья субъектов образовательного пространства; мониторинг и оценка эффективности программной профилактической деятельности; осуществление научно–образовательной миссии университета через распространение знаний, идей, разработок, здоровьесберегающих технологий, просвещение населения; контроль за соблюдением законодательных и нормативных правовых актов, регламентирующих деятельность университета по вопросам сохранения здоровья обучающихся; обобщение полученных данных, представление их в статьях и докладах на конференциях и симпозиумах.

Результаты этой работы используются для внедрения в учебно–воспитательный процесс механизмов формирования ценностного отношения к здоровью, культуры здорового образа жизни, мотивации к активному сохранению и укреплению личного и общественного здоровья: создания среды, способствующей формированию ценностного отношения к своему здоровью и здоровью окружающих; осуществления научно–образовательной миссии университета через распространение знаний, идей, разработок, здоровьесберегающих технологий, просвещение населения; проведения мероприятий по

профилактике асоциального поведения обучающихся средствами физической культуры и спорта; реализации единой для всех участников образовательного процесса системы требований по осуществлению здорового образа жизни с использованием разработанной системы поощрения.

Содержание здоровьесберегающих технологий определялось условиями водной среды и наиболее эффективными упражнениями из области спортивной тренировки (плавание, синхронное плавание, акватлон), оздоровительной тренировки (аквафитнес, аэробика, изотоническая тренировка, хатха-йога, пилатес, и т.д.), лечебной физкультуры и др. Выбранные упражнения по направленности были *систематизированы* на следующие виды: аэробные, силовые, вращательно-равновесные, упражнения на развитие гибкости, дыхательные, плавательные.

По структурному содержанию основной части в технологии различали два вида ККЗ: *Занятие с акцентированным воздействием на воспитание физических качеств*: аэробно-силовое, аэробно-координационное, координационно-силовое занятие. Основная часть такого занятия состояла из двух блоков упражнений. Например, аэробно-силовое занятие состояло из аэробного и силового блока и т.д.; *Занятие с комплексным воздействием на воспитание физических качеств* – комплексное занятие. Содержание основной части занятия составляли три блока упражнений: аэробный, силовой и вращательно-равновесного воздействия.

Заключение. Все вышеизложенное убедительно свидетельствует о необходимости научного поиска на основе педагогических, онтокинезиологических и физиологических исследований, углубленного изучения и понимания сущностных характеристик физической культуры. Осознание своего здоровья как ценности высшего порядка в процессе жизнедеятельности – это базовое условие оптимального воспроизводства биотики человеческой телесности.

Идеи Н.А.Бернштейна о психической самоорганизации и уровневой организации двигательных действий продолжают оставаться центральными в педагогических технологиях и требуют расширенного воспроизводства.

Результаты проведенного педагогического эксперимента выявили статистически значимое положительное изменение всех параметров фитнес-профиля экспериментальной группы, кардиореспираторной подготовленности на 18,8%, телосложения на 9,9%, физической подготовленности на 25,6%, психоэмоционального состояния на 13,8%, комплексной оценки состояния здоровья на 39,7%. Общий уровень фитнес-профиля увеличился на 21,4% и достиг уровня «выше среднего», тогда как в контрольной остался на среднем уровне и повысился всего лишь на 7,6%. Приоритетными задачами изыскания, на наш взгляд, могут быть следующие: выявление рационального соотношения средств аква-аэробики в комплексно-комбинированных занятиях с другими половозрастными группами занимающихся, научное обоснование методики двигательного-координационной тренировки в воде на основе программ направления «Тело и разум».

Литература

1. Акимов, А.С. Маркетинг физкультурно-спортивных услуг крупного стадиона / А.С. Акимов // Физическая культура. – 2010. – № 9. – С. 55 – 59.
2. Алексунин, В.А. Маркетинг в отраслях и сферах деятельности: учебное пособие для вузов / В.А. Алексунин. – М.: Дашков и Ко, 2007. – 716 с.
3. Ананьева, Т.Н. Инновационная деятельность УМО / Т.Н. Ананьева // Образование в области сервиса и туризма: сб. статей / Под ред. А.А. Федулина, Т.Н. Ананьевой. — М.: ИЦ Маска, 2008. — 216 с.
4. Багаева, Т.Н. Социодинамика маркетинговых коммуникаций /Т.Н. Багаева // Рекламные технологии. – 2008. – N 7.– С. 34–38.
5. Клетнева, А.А. Перспективные направления организации физкультурных занятий взрослого населения / А.А. Клетнева, Е.А. Бородин, С.А. Давыдова // Теория и практика физ. культуры. – 2011. – № 11. – С. 63 – 64.
6. Распоряжение Правительства РФ от 07. 08. 2009 № 1101-р «Об утверждении стратегии развития физической культуры и спорта в Российской Федерации на период до 2020 года».