

*И. А. Пономарева*

## МЕТОДОЛОГИЧЕСКИЕ ЗНАНИЯ И ФУНКЦИИ ИННОВАЦИОННОГО ОБРАЗОВАНИЯ В ОЗДОРОВИТЕЛЬНОЙ ФИЗИЧЕСКОЙ КУЛЬТУРЕ СТУДЕНТОВ БАКАЛАВРИАТА

*Современное состояние здоровья студенческой молодежи актуализирует решение задач по разработке и реализации теоретико-методологических основ инновационного образования по оздоровительной физической культуре. В статье определяются формы, уровни методологического знания в инновационном образовании по оздоровительной физической культуре, характеризуются подходы к отбору содержания. Формирование потребности личности в ценностных ориентациях на здоровье рассматривается с позиций гуманистической теории. Обсуждаются критерии сформированности методологической культуры студента, стержневой категорией оздоровительной физической культуры представляется деятельность, определяющаяся как осознанная, целенаправленная активность человека по повышению уровня показателей функционального состояния организма.*

**Ключевые слова:** инновационное образование, оздоровительная физическая культура, методологические знания, методологическая культура студента

*I. Ponomareva*

## METHODOLOGICAL KNOWLEDGE AND FUNCTIONS OF INNOVATIVE EDUCATION IN HEALTH-IMPROVING PHYSICAL CULTURE OF UNDERGRADUATE STUDENTS

*The current state of students' health foregrounds the need to develop and implement theoretical and methodological foundations of innovative health-improving physical education. The article defines forms and levels of methodological knowledge in innovative health-improving physical education and describes approaches to content selection. We apply humanistic theory to consider formation of a person's need for value orientation to health. The research results present criteria for the level of students' methodological culture and define the core category of health-improving physical education as a conscious human activity aimed to improve the functional state of the body.*

**Keywords:** innovative education, health-improving physical education, methodological knowledge, methodological culture of the student

Низкий уровень показателей состояния здоровья студенческой молодежи актуализирует решение задач по разработке и реализации теоретико-методологических основ инновационного образования по оздоровительной физической культуре в системе высшего образования. Сложность строения, а также функционирования организма, современные научные достижения по изучению

человека требуют новых методологических знаний о механизмах здоровья и их практического внедрения в оздоровительной физической культуре [4; 14]. Для формирования знаний, умений и навыков проведения физкультурно-оздоровительных занятий необходима разработка методической системы, включающей межпредметные связи, преемственность и последовательное овладение учебным материалом.

**Целью** настоящего исследования выступило рассмотрение уровней методологического знания в инновационном образовании по оздоровительной физической культуре.

**Методами** теоретического исследования выступили обзорно-аналитическое изучение научной и методической литературы, обобщение, сопоставление, качественный анализ, моделирование, проектирование и др.

**Результаты исследования.** Результаты изучения современных проблем теории и практики оздоровительной физической культуры свидетельствуют о необходимости ее модернизации, и в первую очередь в высших учебных заведениях [6]. Зрелый студенческий возраст требует творческого подхода к физическому воспитанию, осознанному выполнению и решению двигательных задач. В качестве актуальных проблем в оздоровительной физической культуре Т. Е. Коваль [9] указывает различные и противоречивые подходы к проектированию оздоровительных программ и технологий.

Инновационный подход как стратегия физического воспитания представлен в работе А. Ю. Анисимовой и соавт. [1], вопросы моделирования содержания обучения в сфере физического воспитания рассматривает в своих работах Г. Н. Блахин, Р. М. Кадыров [2], а создание в учебных заведениях России здоровьесформирующего образования — В. И. Загвязинский и И. В. Манжелей [8]. Практикоориентированной актуальной проблемой в образовании молодежи является организационно-методическая направленность сохранения здоровья средствами физической культуры, где методологическим знаниям придается первостепенное значение [11].

Всесторонний анализ специальной литературы свидетельствует о том, что методологическое знание используется в оздоровительной физической культуре в следующих формах: нормативной («прескриптивной»), направленной на регуляцию деятельности, и описательной («дескриптивной»), раскрывающей структуру знания и закономерности

научного познания. В процессе исследования прескриптивный компонент определяет проектирование и сопровождение педагогического исследования, а дескриптивный является аналитически-сопоставительным на основе имеющихся результатов. В инновационном образовании по оздоровительной физической культуре методологическое знание представляется как совокупность знаний:

- о закономерностях процесса формирования, развития и сохранения здоровья человека;
- о строении и функциях организма и существенных характеристиках человека;
- о среде и условиях, в которых осуществляются все виды физкультурно-оздоровительной деятельности;
- о методологии оздоровительной физической культуры как науки;
- о сущности процесса образования и понимания ценностного отношения к здоровью как системе регулярных занятий физическими упражнениями и как результат этой деятельности.

Иерархический характер структуры методологического знания в инновационном образовании по оздоровительной физической культуре представлен следующими уровнями.

1. Философский уровень, определяющий общие принципы познания и понятийно-категориальную идентификацию в целом, в педагогических исследованиях опирается в основном на идеи неотоцизма, позитивизма, прагматизма, материализма и экзистенциализма.

Позитивизм, превознося совокупность эмпирических методов, переносит из естественнонаучного знания приемы в область педагогических исследований, обогащает технологии инновационного образования по оздоровительной физической культуре пониманием важности не только контента, но и методологии в сфере оздоровления человека.

Прагматизм, основанный на главенствующей роли индивидуального опыта человека, в оздоровительной физической культуре реализуется через технологию «познания через самопознание» [10].

Методология диалектического материализма, рассматривающего в единстве личность и ее деятельность и считающего личность и объектом, и субъектом социальных отношений, в развитии личности большую роль отводит воспитанию, а с точки зрения мотивации на здоровьесформирование — совокупности знания, понимания и формированию потребности в укреплении и сохранении здоровья с помощью двигательной деятельности [5; 13].

Экзистенциальное направление, оспаривающее наличие объективного знания как такового, однако не отрицающее индивидуальный выбор обучающимся технологии познания, является одним из фундаментальных основ в индивидуализации оздоровительных программ по физическому воспитанию [3].

Характеризуя философский уровень методологии инновационного образования в сфере оздоровительной физической культуры, необходимо учитывать существующее в настоящее время противоречие между потребительским представлением о здоровье как об источнике получения материального благополучия и необходимостью формирования понимания о нем как о высшей ценности.

2. Общенаучный уровень, характеризующийся системно-структурным подходом, отражающим взаимообусловленность процессов и явлений, представляет организм человека как единую саморегулирующуюся систему, постоянно взаимодействующую в совокупности различных сфер (природной, социальной, информационной, техногенной и т. д.). В этой связи закономерно рассмотрение теоретических аспектов всех составляющих здоровья человека (физического, психического, духовного, социального) в условиях межсредового взаимодействия

для экспериментальной (практической) проверки разрабатываемых концепций.

Очевидно, что формирование потребности личности в ценностных ориентациях на здоровье возможно лишь по мере роста культуры и интеллектуально-духовного состояния, желаний к улучшению условий жизни и образовательной деятельности.

С позиций гуманистической теории К. Роджерса, организм человека стремится заботиться о своей жизни с целью сохранить ее и улучшить. На основе жизненного опыта формируется система представлений о себе «Я-концепция», включающая те характеристики, которые человек воспринимает как часть себя, какой он есть («реальное Я») и каким должен быть («идеальное Я»).

Важнейший мотив жизни человека — это сохранить и развивать себя, выявлять свои лучшие качества, заложенные природой. Двигательная активность как биологическая потребность, заложенная природой, является базовой основой укрепления и сохранения здоровья человека. Здоровый человек реализует свои потребности в двигательной активности на основе познания своего организма. Известная древняя истина «познай себя» предполагает усвоение человеком реально существующего широкого спектра знаний из различных областей наук о человеке. Именно фундаментальные знания являются основой формирования представлений о здоровье человека [12]. Важнейшей их особенностью является прикладной характер. Знания о механизмах и закономерностях здоровьесформирования в процессе физического воспитания призваны рационально применять умения и навыки укрепления и сохранения здоровья и формировать мотивационно-ценностные ориентации к занятиям физическими упражнениями.

3. Конкретно-методологический уровень, представленный совокупностью принципов и методов исследования, базируется на непротиворечащих друг другу подходах для анализа существующей образовательной практики и моделирования новых технологий

обучения в инновационном образовании по оздоровительной физической культуре студенческой молодежи.

Первостепенное значение при этом отводится определению содержания, направленного на формирование методологической культуры студента. Методологическая культура студента — это овладение научно-исследовательской деятельностью для формирования умений самостоятельно определять цель и педагогические задачи, выстраивать гипотезу их решения, овладение опосредованными интеллектуальными операциями (формирование эффективного решения оздоровительных задач, методологической рефлексии).

Уровень сформированности методологической культуры определяется показателями проблемного видения решения оздоровительных задач, постановкой перспектив, выявления и профилактики негативных причин и факторов.

Первый нормативно задаваемый уровень включает в себя систему базовых педагогических физкультурно-оздоровительных знаний, организационных умений и компетентностных качеств.

Второй критериально-содержательный уровень направлен на процессы осмысления ценностного отношения к здоровью, осознание потенциала физических упражнений различной оздоровительной направленности, конструирование новых смыслов оздоровительного знания.

Третий конструктивно-содержательный уровень содержит конструирование смыслов физкультурно-оздоровительной деятельности как жизненно важных ценностей в сфере саморазвития, самостоятельное конструирование моделей физкультурно-образовательной среды, формирование целей, условий, содержания и средств оздоровительной физической культуры.

Методологическая культура студента в области оздоровительной физической культуры — это сформированный склад мышления, основанный на знании методологических

норм и умении их применять в определенных условиях тренировочного процесса.

Основными средствами реализации методологии в оздоровительной физической культуре являются ее следующие функции.

«Нормативно-организующая функция методологии в педагогике определяется реализацией современных критериев гуманизма, нормирующих и организующих подходы к развитию сознания, интеллекта, культуры» [7, с. 8], определения интересов, возможностей и способностей, где личность студента — субъект образования, имеющий самооценку, самопознание, самоопределение, ответственность, активность, саморегуляцию, саморазвитие и самоутверждение.

Философская функция методологии в оздоровительной физической культуре соотносится с самопознанием и самоидентификацией студента как единой сущности с духовной и физической составляющей, стремящейся к гармонии с собой и средой и осознанием себя в системе мироздания.

Идеологическая функция определяется проявлением философских форм общественного сознания студента, стойким осознанием себя как части гармоничной системы, сопровождается внутренним совершенствованием и духовным ростом, формированием мировоззренческих характеристик и личностных качеств, в том числе при выполнении физических упражнений.

Гносеологическая функция методологии в оздоровительной физической культуре характеризуется овладением студенческой молодежью личностными смыслами, самостоятельными методологическими ориентациями, обеспечивая принятие ценностей содержания образовательной работы по формированию, развитию и сохранению здоровья в современных условиях окружающей среды.

Технологическая функция методологии заключается в постоянном обновлении содержания физкультурно-оздоровительного образования по формированию методологической культуры студента на основе совре-

менных научных достижений по изучению человека.

Инновационные аспекты представлены и в системно-прогностическом, культурологическом, личностно-деятельностном и индивидуальном подходах в образовании по оздоровительной физической культуре.

Системно-прогностический подход означает, что опираться необходимо на прошлое, на будущее и изменять происходящие процессы по достижению эффективных результатов оздоровления студенческой молодежи.

Культурологический подход направлен на то, чтобы в оздоровительной физической культуре учитывались условия места и времени, в которых находится и живет студенческая молодежь.

Личностно-деятельностный и индивидуальный подходы к оздоровительной физической культуре означают, что каждая личность уникальна, неповторима и требует индивидуализации образовательных программ в сфере оздоровительной физической культуры.

Рассмотренные методологические функции и подходы направлены на познание себя, самоорганизацию, развитие своих способностей и потребностей в физкультурно-оздоровительной деятельности как основы здоровья и увеличения продолжительности жизни.

4. Технологический уровень, включающий технологию и методику педагогических исследований в сфере инновационного образования по оздоровительной физической культуре, определяется анализом достоверного эмпирического материала, отражающего формирование студентом ценностного отношения к здоровью и компетенций в области применения технологий физкультурно-оздоровительных занятий для формирования, сохранения и укрепления здоровья.

Сложность строения и функционирования систем организма определяет необходимость интеграции образования по оздоровительной физической культуре. Но, как показывает анализ современной теории и практики

оздоровительной физической культуры, проблема организации образования на интегративной основе в вузах еще далека от своего решения. Интеграция междисциплинарных знаний и научность являются центральными принципами инновационного образования по оздоровительной физической культуре. Принцип научности методологического знания в оздоровительной физической культуре основан на природной биологической потребности в двигательной активности и содержит систему важнейших научных знаний, понятий и методик. К числу таковых относятся: «гомеостаз», обеспечивающий сохранение состояния здоровья человека, «адаптация», направленная на укрепление здоровья, «оптимизация» — процесс изменения резистентности и реактивности организма человека, состояния его физиологических систем и их функциональных возможностей по отношению к неблагоприятным экзогенным и эндогенным факторам риска развития заболеваний.

Учет биологических закономерностей требует соответствующих корректирующих мер, поддерживающих оптимальное функциональное состояние определенной физиологической системы.

В качестве основных корректирующих мер в оздоровительной физической культуре представляется выполнение индивидуальных комплексов физических упражнений, направленных на стабильность гомеостаза, расширение резервных возможностей адаптации и оптимизации деятельности систем организма, что активно влияет на состояние здоровья и замедление темпа биологического старения организма человека.

**Заключение.** Исходя из того, что организм человека является целостной саморегулирующейся системой, в качестве предмета оздоровительной физической культуры мы понимаем, прежде всего, педагогический процесс изучения закономерных связей и взаимодействия систем и органов организма человека по укреплению и сохранению здоровья. Стержневой категорией оздорови-

тельной физической культуры является деятельность, которая определяется как осознанная и целенаправленная активность человека по повышению уровня показателей функционального состояния систем организма. Инновационные функции в оздоровительной физической культуре определяются реализацией современных критериев гуманизма, нормирующих и организующих подходы к развитию сознания, интеллекта, возможностей и способностей; овладением студенческой молодежью личностными смыслами, самостоятельными методологическими ориентациями, обеспечивая принятие ценностей содержания образовательной работы по формированию, развитию

и сохранению здоровья в современных условиях окружающей среды; постоянным обновлением содержания физкультурно-оздоровительного образования по формированию методологической культуры студента на основе современных научных достижений по изучению человека.

Уровень сформированности методологической культуры студента в сфере оздоровительной физической культуры определяется показателями проблемного видения решения оздоровительных задач, постановкой перспектив и рефлексией результата, направленных на проведение дальнейших комплексных педагогических исследований.

#### СПИСОК ЛИТЕРАТУРЫ

1. Анисимова А. Ю., Якимович В. С., Гибадуллин И. Г. Новый вектор физического воспитания в высших учебных заведениях России // Физическая культура: воспитание, образование, тренировка. 2017. № 2. С. 28–29.
2. Блахин Г. Н., Кадыров Р. М., Солнцев Д. А., Антрофиков С. А., Горохов А. В. Содержание обучения преподавателей физической подготовки моделированию ее организации // Теория и практика физической культуры. 2016. № 2. С. 27–29.
3. Бондин В. И., Мареев В. И., Пономарев А. Е., Пономарева И. А. Индивидуализация оздоровительных программ по физическому воспитанию студентов. Ростов-на-Дону: Изд-во Южного федерального университета, 2021. 172 с.
4. Бондин В. И., Пономарева И. А. Сущность и содержание инновационного образования в оздоровительной физической культуре студенческой молодежи // Мир университетской науки: культура, образование. 2021. № 10. С. 51–57. <https://www.doi.org/10.18522/2658-6983-2021-10-51-57>
5. Бондин В. И., Степанова Т. А., Белавкина М. В. Мотивация к занятиям физической культурой и спортом как основа формирования культуры здоровья в студенческой среде // Теория и практика физической культуры. 2020. № 1. С. 27–28.
6. Гилев Г. А., Плеваков А. А., Румянцев С. В. О необходимости модернизации физического воспитания в высших учебных заведениях // Ученые записки университета им. П. Ф. Лесгафта. 2017. № 6 (148). С. 60–62.
7. Давыдова Г. И., Бондин В. И., Самыгин П. С., Самыгин С. И. Прикладная профессиональная педагогика. М.: Русайнс, 2021. 164 с.
8. Загвязинский В. И., Манжелей И. В. Возможно ли в России здоровьесформирующее образование? // Теория и практика физической культуры. 2015. № 11. С. 94–96.
9. Коваль Т. Е., Ярчиковская Л. В., Ошина О. В. Использование комбинированного подхода в технологии проектирования оздоровительных программ // Теория и практика физической культуры. 2015. № 2. С. 98–100.
10. Лебедева В. В., Пономарев А. Е. К вопросу о познании через самопознание как прогрессивной методике здоровьесбережения // Психолого-педагогические и физиологические аспекты построения физкультурно-оздоровительных программ и обеспечение их безопасности: сборник материалов научной конференции. Ростов-на-Дону: Изд-во Южного федерального университета, 2015. С. 453–459.
11. Логвина Т. Ю., Врублевский Е. П., Костюченко В. Ф. Организационно-методическая направленность процесса сохранения здоровья детей средствами физической культуры // Ученые записки университета им. П. Ф. Лесгафта. 2016. № 8 (138). С. 116–121.

12. Лукьяненко В. П. Теоретико-методологическое обоснование содержания общего среднего образования в области физической культуры // автореф. дис. ... д-ра пед. наук. Ставрополь, 2002. 73 с.

13. Lutsenko O., Lucenko G., Khrolenko M., Mehem O. Defining the conditions of forming students' motivation to movement activity // International Journal of Human Movement and Sports Sciences. 2020. Vol. 8. No. 4. P. 117–123. <https://www.doi.org/10.13189/saj.2020.080403>

14. Soto M. R., Aguinaga I. O., Guillén-Grima F., Marín B. F. Changes in the physical activity of university students during the first three years of university // Nutricion Hospitalaria. 2019. Vol. 36. No. 5. P. 1157–1162. <https://doi.org/10.20960/nh.02564>

## REFERENCES

1. Anisimova A. Yu., Yakimovich V. S., Gibadullin I. G. Novyj vektor fizicheskogo vospitaniya v vysshikh uchebnykh zavedeniyakh Rossii // Fizicheskaya kul'tura: vospitanie, obrazovanie, trenirovka. 2017. № 2. S. 28–29.

2. Blakhin G. N., Kadyrov R. M., Solntsev D. A., Antrofikov S. A., Gorokhov A. V. Soderzhanie obucheniya prepodavatelej fizicheskoy podgotovki modelirovaniyu ee organizatsii // Teoriya i praktika fizicheskoy kul'tury. 2016. № 2. S. 27–29.

3. Bondin V. I., Mareev V. I., Ponomarev A. E., Ponomareva I. A. Individualizatsiya ozdorovitel'nykh programm po fizicheskomu vospitaniyu studentov. Rostov-na-Donu: Izd-vo Yuzhnogo federal'nogo universiteta, 2021. 172 s.

4. Bondin V. I., Ponomareva I. A. Sushchnost' i sodержanie innovatsionnogo obrazovaniya v ozdorovitel'noj fizicheskoy kul'ture studencheskoj molodezhi // Mir universitetskoj nauki: kul'tura, obrazovanie. 2021. № 10. S. 51–57. <https://www.doi.org/10.18522/2658-6983-2021-10-51-57>

5. Bondin V. I., Stepanova T. A., Belavkina M. V. Motivatsiya k zanyatiyam fizicheskoy kul'turoj i sportom kak osnova formirovaniya kul'tury zdorov'ya v studencheskoj srede // Teoriya i praktika fizicheskoy kul'tury. 2020. № 1. S. 27–28.

6. Gilev G. A., Pleshakov A. A., Rumyantsev S. V. O neobkhodimosti modernizatsii fizicheskogo vospitaniya v vysshikh uchebnykh zavedeniyakh // Uchenye zapiski universiteta im. P. F. Lesgafta. 2017. № 6 (148). S. 60–62.

7. Davydova G. I., Bondin V. I., Samygin P. S., Samygin S. I. Prikladnaya professional'naya pedagogika. M.: Rusajns, 2021. 164 s.

8. Zagvyazinskij V. I., Manzhelej I. V. Vozmozhno li v Rossii zdorov'eformiruyushchee obrazovanie? // Teoriya i praktika fizicheskoy kul'tury. 2015. № 11. S. 94–96.

9. Koval' T. E., Yarchikovskaya L. V., Oshina O. V. Ispol'zovanie kombinirovannogo podkhoda v tekhnologii proektirovaniya ozdorovitel'nykh programm // Teoriya i praktika fizicheskoy kul'tury. 2015. № 2. S. 98–100.

10. Lebedeva V. V., Ponomarev A. E. K voprosu o poznanii cherez samopoznanie kak progressivnoj metodike zdorov'esberezheniya // Psikhologo-pedagogicheskie i fiziologicheskie aspekty postroeniya fizkul'turno-ozdorovitel'nykh programm i obespechenie ikh bezopasnosti: sbornik materialov nauchnoj konferentsii. Rostov-na-Donu: Izd-vo Yuzhnogo federal'nogo universiteta, 2015. S. 453–459.

11. Logvina T. Yu., Vrublevskij E. P., Kostyuchenko V. F. Organizatsionno-metodicheskaya napravlenost' protsessa sokhraneniya zdorov'ya detej sredstvami fizicheskoy kul'tury // Uchenye zapiski universiteta im. P. F. Lesgafta. 2016. № 8 (138). S. 116–121.

12. Luk'yanenko V. P. Teoretiko-metodologicheskoe obosnovanie sodержaniya obshchego srednego obrazovaniya v oblasti fizicheskoy kul'tury // avtoref. dis. ... d-ra ped. nauk. Stavropol', 2002. 73 s.

13. Lutsenko O., Lucenko G., Khrolenko M., Mehem O. Defining the conditions of forming students' motivation to movement activity // International Journal of Human Movement and Sports Sciences. 2020. Vol. 8. No. 4. P. 117–123. <https://www.doi.org/10.13189/saj.2020.080403>

14. Soto M. R., Aguinaga I. O., Guillén-Grima F., Marín B. F. Changes in the physical activity of university students during the first three years of university // Nutricion Hospitalaria. 2019. Vol. 36. No. 5. P. 1157–1162. <https://doi.org/10.20960/nh.02564>