

СОВМЕСТНАЯ ФИЗКУЛЬТУРНО-СПОРТИВНАЯ ДЕЯТЕЛЬНОСТЬ СЕМЬИ И ОБРАЗОВАТЕЛЬНОЙ ОРГАНИЗАЦИИ КАК ФАКТОР ФОРМИРОВАНИЯ ТРАДИЦИОННЫХ СЕМЕЙНЫХ ЦЕННОСТЕЙ И УКРЕПЛЕНИЯ ЗДОРОВЬЯ ДЕТЕЙ

*Матвеева Елена Валерьевна,
методист
МБУ ДО ЦДТ «Спектр» г. о. Самара*

Формирование традиционных семейных ценностей является одним из приоритетных направлений воспитательной работы образовательных организаций [1]. В современных условиях особую значимость приобретает проблема сохранения и укрепления здоровья обучающихся, решение которой невозможно без активного взаимодействия семьи и образовательной организации. Семья выступает первичным социальным институтом, в котором закладываются основы отношения ребенка к здоровому образу жизни, физической активности и ценностным ориентациям [2].

Вместе с тем наблюдается снижение уровня двигательной активности детей и недостаточная вовлеченность родителей в совместную физкультурно-спортивную деятельность, что негативно сказывается как на физическом развитии обучающихся, так и на характере внутрисемейного взаимодействия. В этой связи особую актуальность приобретает поиск эффективных форм интеграции семьи и образовательной организации в процессе формирования ценностей здорового образа жизни [3].

Одним из перспективных направлений решения данной проблемы является организация совместной физкультурно-спортивной деятельности детей, родителей и педагогов. Подобная деятельность способствует не только развитию физических качеств, но и укреплению эмоциональных связей в семье, формированию взаимной поддержки, доверия и ответственности. Особую роль в данном процессе играют мероприятия, связанные с выполнением нормативов комплекса ГТО, обладающие значительным воспитательным потенциалом.

Несмотря на наличие отдельных исследований, посвященных физическому воспитанию и семейному взаимодействию, вопросы методической организации совместной физкультурно-спортивной деятельности как средства формирования традиционных семейных ценностей разработаны недостаточно полно, что и обусловило выбор темы исследования.

Цель исследования – разработка и обоснование методики организации совместной физкультурно-спортивной деятельности семьи и образовательной организации, направленной на формирование традиционных семейных ценностей.

Задачи исследования:

- проанализировать научно-методическую литературу по проблеме исследования;
- определить роль семьи в формировании ценностного отношения к физической культуре и здоровому образу жизни;
- разработать методику организации совместной физкультурно-спортивной деятельности;
- апробировать предложенную методику и оценить ее эффективность.

Методика исследования направлена на изучение влияния совместной физкультурно-спортивной деятельности семьи и образовательной организации на формирование традиционных семейных ценностей и укрепление здоровья обучающихся.

В основе методики лежит комплексный подход, включающий сочетание теоретических и практических методов исследования. Из теоретических методов использован анализ научной литературы, что позволило определить сущность и значимость совместной физкультурно-спортивной деятельности в системе воспитательной работы.

Практическая часть исследования реализуется на базе центра тестирования «Спектр» городского округа Самара и включает следующие методы:

1. Педагогическое наблюдение. Данный метод используется для анализа поведения участников в ходе совместных спортивных мероприятий. В процессе наблюдения фиксируются характер взаимодействия между детьми и родителями, уровень их вовлеченности, эмоциональные реакции,

а также формы взаимной поддержки. Сбор эмпирических данных осуществляется в том числе с использованием видеозаписи, что позволяет проводить последующий детальный анализ.

2. Тестирование физической подготовленности. Оценка уровня физического развития участников осуществляется в процессе выполнения нормативов комплекса ГТО. В ходе тестирования анализируются показатели основных физических качеств: силы, выносливости, гибкости и быстроты. Полученные результаты позволяют отследить динамику физической подготовленности и влияние совместных занятий на ее изменение.

3. Экспертная оценка. Для анализа техники выполнения упражнений привлекаются специалисты (судьи, инструкторы), которые оценивают правильность выполнения двигательных действий, выявляют типичные ошибки и определяют уровень сформированности двигательных навыков. Данный метод позволяет не только диагностировать уровень подготовки, но и корректировать процесс занятий.

4. Беседа и обратная связь. С целью выявления субъективного отношения участников к совместной деятельности используются беседы с детьми и родителями. Анализируются впечатления, уровень удовлетворенности, мотивация к дальнейшему участию, а также изменения в семейном взаимодействии.

Методика организации совместной физкультурно-спортивной деятельности включает несколько последовательных этапов:

- подготовительный этап – информирование и привлечение семей, консультирование участников, формирование мотивации к участию;
- организационный этап – разработку и планирование мероприятий (совместные тренировки, выполнение нормативов, спортивные праздники, челленджи);
- практический этап – непосредственное проведение совместных мероприятий с включением детей, родителей и педагогов;
- оценочный этап – анализ количественных и качественных показателей (уровень вовлеченности, результаты тестирования, характер взаимодействия, эмоциональный фон).

В рамках реализации методики применяются следующие педагогические приемы:

1. Личный пример родителя – включение взрослых в совместное выполнение физических упражнений с целью формирования у детей положительной мотивации. Например, во время одного из тестирований ученик шестого класса с интересом наблюдал за тем, как его отец выполняет рывок гири. Несмотря на сбившийся темп, отец смог успешно справиться с испытанием, а поддержка сына помогла ему преодолеть сомнения и показать хороший результат. После завершения тестирования ребенок отметил, что гордится своим родителем и хотел бы в дальнейшем достичь таких же результатов.

В другой ситуации классный руководитель выполнял норматив по наклону вперед на гимнастической скамье вместе со своими учениками. Ребята активно поддерживали своего педагога, а затем старались выполнить упражнение не хуже него. Подобные моменты вызывают у детей особый интерес и формируют уважительное отношение к учителю как к человеку, ведущему активный и здоровый образ жизни.

2. Взаимная поддержка – организация взаимодействия, при котором участники оказывают эмоциональную и практическую помощь друг другу. Практическая реализация приема осуществляется в ходе совместного выполнения детьми и взрослыми всех нормативов комплекса ГТО, когда участники поддерживают друг друга аплодисментами и подбадривающими высказываниями. Подобное взаимодействие способствует формированию положительного эмоционального фона, укреплению доверительных отношений и развитию навыков сотрудничества внутри семьи. Совместная поддержка помогает как ребенку, так и взрослому преодолеть волнение, почувствовать уверенность в собственных силах и стремиться к достижению лучших результатов. Кроме того, подобные мероприятия формируют важные семейные традиции, связанные с активным образом жизни и совместной физкультурно-спортивной деятельностью.

3. Обратная поддержка – включение ребенка в активную роль помощника и мотиватора для взрослого. Нередко родители, впервые принимающие участие в тестировании, испытывают волнение, сомневаются в своих физических возможностях. В такие моменты именно дети подбадривают

родителей, дают советы, делятся собственным опытом выполнения нормативов. Такая поддержка помогает взрослым преодолеть психологический барьер и успешно справиться с испытаниями.

Так, во время кросса по пересеченной местности одна из мам уже хотела сойти с дистанции. Однако ее сын, который уже имел опыт участия в тестировании, уверенно поддержал маму, пробежав рядом с ней остаток пути и объяснив правильную технику дыхания на длинных дистанциях. В результате мама успешно выполнила норматив и позже отметила, что поддержка ребенка стала для нее важным стимулом.

4. Совместное достижение результата – создание условий для получения общего положительного результата (выполнение нормативов, участие в соревнованиях), усиливающего семейную сплоченность. Показателен пример семьи, которая в течение двух лет принимала активное участие в мероприятиях центра тестирования. Родители и дети совместно готовились к выполнению нормативов комплекса ГТО, проводили регулярные тренировки и в итоге были награждены знаками отличия. Благодаря достигнутым результатам семья получила возможность представлять центр тестирования «Спектр» и городской округ Самара на региональном фестивале ВФСК ГТО среди семейных команд, где продемонстрировала достойные результаты.

Подобный опыт показывает, что совместные занятия спортом могут стать важной семейной традицией. Вместо пассивного отдыха формируется привычка проводить свободное время в движении – на спортивных площадках, стадионах, в туристических походах или на прогулках. И когда физическая активность становится регулярной частью семейной жизни, она постепенно выходит за рамки отдельных мероприятий и превращается в естественный элемент семейного уклада.

Эффективность реализации методики оценивается по следующим критериям:

- рост уровня вовлеченности семей в мероприятия;
- положительная динамика показателей физической подготовленности;
- повышение мотивации к занятиям физической культурой;
- улучшение эмоционального климата и характера взаимодействия в семье;
- формирование устойчивых традиций совместного активного отдыха.

Апробация методики показала ее эффективность. В ходе наблюдения за совместными спортивными мероприятиями выявлены следующие тенденции: активно растет процент вовлеченности родителей и педагогов в тестирование комплекса ГТО, улучшаются показатели физической подготовленности у детей и взрослых, большинство мероприятий проходит в позитивной атмосфере, участники поддерживают друг друга независимо от возраста. По итогам бесед с родителями и детьми было отмечено, что совместные занятия спортом укрепили взаимопонимание в семье, причины неудач стали анализироваться и сопровождаться конструктивным обсуждением ошибок без критики, а также появились новые традиции активного отдыха. Обратная связь позволяет своевременно корректировать мероприятия, делая их более полезными и увлекательными для всех участников.

Применение данной методики позволяет обеспечить воспроизводимость практики и возможность ее внедрения в деятельность других образовательных организаций, ориентированных на укрепление института семьи и формирование ценностей здорового образа жизни.

Научная новизна исследования заключается в разработке и обосновании методики организации совместной физкультурно-спортивной деятельности семьи и образовательной организации как средства формирования традиционных семейных ценностей.

В отличие от существующих подходов в работе:

- уточнена роль совместной физкультурно-спортивной деятельности не только как средства физического развития, но и как инструмента формирования ценностных ориентаций семьи;
- систематизированы педагогические приемы, обеспечивающие вовлечение всех участников образовательного процесса;
- предложена этапная модель организации взаимодействия семьи и образовательной организации в процессе физкультурно-спортивной деятельности;
- обоснована эффективность включения семейных форм участия в мероприятиях комплекса ГТО как фактора укрепления внутрисемейных связей и повышения мотивации к занятиям физической культурой.

Таким образом, исследование расширяет представления о воспитательном потенциале физической культуры в контексте семейного взаимодействия.

Практическая значимость исследования заключается в возможности использования разработанной методики в деятельности образовательных организаций, центров тестирования и учреждений дополнительного образования.

Предложенные в работе подходы позволяют:

- организовать эффективное взаимодействие семьи и образовательной организации в процессе физкультурно-спортивной деятельности;
- повысить уровень вовлеченности родителей в воспитательный процесс;
- сформировать устойчивую мотивацию обучающихся к занятиям физической культурой и здоровому образу жизни;
- создать условия для укрепления эмоциональных связей внутри семьи;
- внедрить доступные формы совместной активности (спортивные праздники, семейные соревнования, челленджи, подготовка к выполнению нормативов).

Методика может быть адаптирована к условиям различных образовательных организаций и реализована без значительных материальных затрат, так как опирается на уже существующую инфраструктуру и нормативную базу.

Результаты исследования могут быть использованы:

- педагогами и классными руководителями;
- специалистами в области физической культуры и спорта;
- организаторами воспитательной работы;
- центрами тестирования комплекса ГТО.

В ходе проведенного исследования была подтверждена значимость совместной физкультурно-спортивной деятельности семьи и образовательной организации как эффективного средства формирования традиционных семейных ценностей и укрепления здоровья обучающихся.

Анализ научно-методической литературы позволил установить, что семья играет ключевую роль в формировании у ребенка ценностного отношения к физической культуре и здоровому образу жизни, а включение родителей в совместную деятельность существенно усиливает воспитательный эффект. В то же время выявлена недостаточная разработанность методических аспектов организации такого взаимодействия, что определило необходимость создания соответствующей методики.

В рамках исследования была разработана и апробирована методика организации совместной физкультурно-спортивной деятельности, включающая поэтапную реализацию и систему педагогических приемов, направленных на активное вовлечение всех участников образовательного процесса. К числу наиболее эффективных приемов отнесены личный пример родителя, взаимная и обратная поддержка, а также организация совместного достижения результата.

Результаты апробации показали, что внедрение предложенной методики способствует повышению уровня вовлеченности родителей и обучающихся в физкультурно-спортивную деятельность, формированию устойчивой мотивации к занятиям физической культурой, улучшению показателей физической подготовленности, а также укреплению эмоциональных связей внутри семьи. Отмечено формирование позитивного опыта взаимодействия между детьми и взрослыми, основанного на поддержке, сотрудничестве и совместном преодолении трудностей.

Таким образом, поставленная цель исследования достигнута, задачи решены, а полученные результаты подтверждают эффективность предложенной методики.

Перспективы дальнейших исследований связаны с расширением практики внедрения разработанной методики в различных образовательных организациях, а также с разработкой новых форм семейного участия в физкультурно-спортивной деятельности, включая цифровые и дистанционные форматы взаимодействия.

Литература

1. Воронова А. А., Сень Е. А. Семейные ценности как основа развития личности ребенка // Вестник Оренбургского государственного университета. – 2023. – URL:

<https://cyberleninka.ru/article/n/semeynye-tsennosti-kak-osnova-razvitiya-lichnosti-rebenka?ysclid=mmu8scxf4v175187085> (дата обращения: 16.03.2026).

2. Министерство спорта Российской Федерации. Всероссийский физкультурно-спортивный комплекс «Готов к труду и обороне» (ГТО): официальный сайт. – URL: <https://minsport.gov.ru/> (дата обращения: 16.03.2026).

3. Попованова Н. А., Кравченко В. М., Баймухаметова К. Р. Спортивные традиции в семье как фактор физического воспитания личности // The new man in foreign policy. – 2021. – № 6. – URL: <https://cyberleninka.ru/article/n/sportivnye-traditsii-v-semie-kak-faktor-fizicheskogo-vospitaniya-lichnosti-1?ysclid=mmu8iq2obc170272348> (дата обращения: 16.03.2026).

4. Тумановская Е. О., Налимова М. Н. Влияние спортивной династии в семье на физическую активность будущего поколения. // Международный журнал гуманитарных и естественных наук. Педагогические науки. – 2019. – № 11-1. – URL: <https://cyberleninka.ru/article/n/vliyanie-sportivnoy-dinastii-v-semie-na-fizicheskuyu-aktivnost-buduschego-pokoleniya> (дата обращения: 16.03.2026).