

МОДЕЛЬ ФИЗКУЛЬТУРНО-ОЗДОРОВИТЕЛЬНОЙ РАБОТЫ В ФИНАНСОВОЙ ОРГАНИЗАЦИИ (КОРПОРАЦИИ)

И.В. Антипенкова, А.В. Киреева

Смоленская государственная академия физической культуры, спорта и туризма, Смоленск, Россия

Для связи с авторами: antipenckova2012@yandex.ru, kireeva_an@bk.ru

Аннотация:

В данной статье изложена характеристика теоретической модели физкультурно-оздоровительной работы, которая предлагается к использованию в практической деятельности современной финансовой организации (корпорации). Описываются условия функционирования предложенной модели и факторы, способствующие реализации модели на практике, излагается содержание ее блоков. Разработанная модель предполагает оптимизацию физкультурно-оздоровительной работы современной финансовой организации (корпорации).

Ключевые слова: физкультурно-оздоровительная работа; физическая подготовленность сотрудников; работоспособность.

MODEL SPORTS AND RECREATION ACTIVITIES IN FINANCIAL ORGANIZATION (CORPORATIONS)

I.V. Antipenkova, A.V. Kireeva

Smolensk State Academy of Physical Culture, Sports and Tourism, Smolensk, Russia

Abstract:

In this article the characteristics of the theoretical model of sports and recreation activities, which is offered for use in the practice of modern financial organizations (corporations). It describes the conditions for the functioning of the proposed model and the factors contributing to the implementation of the model in practice, sets out the content of its units. The developed model assumes optimizing sports and recreation activities of modern financial organization (corporation).

Keywords: sports and recreation activities; physical fitness of employees; operability.

ВВЕДЕНИЕ

Для определения уровня экономически активного населения в практике используется понятие «трудоспособный возраст». Согласно ТК РФ, возраст, в котором человек способен к трудовой деятельности, составляет для мужчин 16–59 лет, для женщин – 16–54 года. Границы обусловлены получением основного общего и средне-профессионального образования и правом получения пенсии [1].

Население трудоспособного возраста является важнейшей производительной силой общества, которая определяет национальную безопасность страны, ее экономическое развитие. Кроме того, важной социально-демографической задачей мужчин и женщин зрелого возраста является выполнение функций, связанных с деторождением и воспитанием подрастающего поколения, сохранением генофонда.

Интенсификация трудовой деятельности, чрезвычайная демографическая ситуация, выполнение многообразных ролей в обществе предъявляют повышенные требования к здоровью физическому, психическому, репродуктивному, к физической подготовленности как важнейшему компоненту, определяющему работоспособность названного контингента. Вопросы, связанные с сохранением, укреплением здоровья и повышением работоспособности населения трудоспособного возраста, должны решаться как на государственном уровне в рамках социальной политики, так и на уровне отдельно взятой организации в рамках корпоративной социальной ответственности.

Аналитические заключения на основе статистических данных, полученных в ходе мониторинговых исследований, говорят о том, что включенность экономически активного

населения нашей страны в систематические занятия спортом очень низкая. На сегодняшний день в России этот показатель составляет менее 8%, тогда как, например, в Италии более 20% работающих являются членами спортивных клубов предприятий и организаций. В связи с этим в Стратегии развития физической культуры и спорта в Российской Федерации на период до 2020 года, разработанной по поручению Президента Российской Федерации и Правительства Российской Федерации, особое внимание уделено вопросам развития физической культуры и спорта среди взрослого населения, особенно экономически активного.

На важнейшее профилаксирующее и формирующее значение занятий физическими упражнениями и спортом указывают результаты исследований ряда авторов: Ю.П. Галкина, С.В. Колтан, Е.В. Коневой, Г.Г. Санояна, В.А. Семирекова, А.Г. Фурманова, М.Б. Юспа. Авторами установлено, что эти занятия оказывают разностороннее влияние на организм, избирательно воздействуя на него в связи с индивидуальными особенностями человека и спецификой его трудовой деятельности, способствуют снятию психоэмоционального напряжения и снижению утомления, повышению работоспособности и, как следствие, увеличению производительности труда [4, 5, 6, 8]. В то же время П.А. Виноградов, Ю.В. Окуньков отмечают, что вопросы возрастания роли физической культуры и спорта в повышении производительности труда, работоспособности, улучшении социально-психологического климата в рабочем коллективе и в быту до сих пор не являлись темой для серьезных дискуссий [3].

Неразрешённые вопросы оптимизации физкультурно-оздоровительной работы в рамках финансово-хозяйственной деятельности организаций, слабая изученность проблемы, отсутствие программного обеспечения и теоретически обоснованных методик оздоровительной физической культуры, учитывающих образ жизни и условия работы людей, занятых различными видами трудовой деятельности, определяют актуальность нашего исследования.

Нам представляется, что разработка модели

физкультурно-оздоровительной работы в финансовой организации (корпорации), функционирование которой должно быть обеспечено рядом условий (организационных, экономических, материально-технических, правовых), позволит решить ряд обозначенных вопросов и будет способствовать повышению работоспособности лиц, занятых профессиональной деятельностью, сформирует у них потребности в занятиях физической культурой и спортом, ведении здорового образа жизни. Что немаловажно, эти условия будут способствовать привлечению к этой деятельности и членов их семей.

Использование средств оздоровительной физической культуры в режиме рабочего дня и в свободное от работы время с целью снижения утомляемости, повышения работоспособности, профилактики профессиональных заболеваний и рекреации имело и имеет место в практической деятельности организаций и предприятий. Физкультурно-оздоровительная работа в различных ее проявлениях существовала и существует во многих отечественных и зарубежных компаниях. В одних организациях делается акцент на проведение соревнований, в других – на посещение сотрудниками фитнес-центров. И лишь в некоторых из них физкультурно-оздоровительная работа представляет собой многоуровневую, последовательную, логично выстроенную систему, которая способна решать сразу несколько задач. В результате анализа опыта организации физкультурно-оздоровительной работы в отечественных и зарубежных финансовых организациях (корпорациях) нами была разработана модель ФОР, предложенная к внедрению в практику с целью оптимизации физкультурно-оздоровительной работы среди сотрудников финансовой организации (корпорации).

Модель включает три блока (целевой, содержательный, контрольно-оценочный). **Целевой блок модели** организации физкультурно-оздоровительной работы в финансовой организации (корпорации) включил в себя цель, задачи и общеметодические принципы. Задачи целевого блока:

- повышение уровня физической подготовленности и работоспособности сотрудников;

- формирование у сотрудников осознанной потребности в систематических занятиях спортом и физической культурой и ведении здорового образа жизни;
- воспитание через занятия спортом корпоративного духа и личностных качеств (умение работать в коллективе, лидерские качества, трудолюбие, ответственность, целеустремленность, и др.)

При выборе основополагающих принципов для реализации модели физкультурно-оздоровительной работы в финансовой организации (корпорации) за основу были взяты общеметодические принципы, разработанные специалистами по теории и методике физического воспитания Л.П. Матвеевым, Ю.П. Галкиным [4, 6]: принцип активности, сознательности, наглядности, индивидуализации и доступности, систематичности.

Принцип активности предполагает заинтересованность и повышение интереса сотрудников к занятиям спортом и физической культурой, степень их включения в физкультурно-оздоровительную деятельность. Активность человека является фактором, зависящим от сознания. При этом сознание направляет и регулирует деятельность посредством таких категорий, как знание, мотивация потребности, интересы и цели.

Принцип сознательности. В процессе физкультурно-оздоровительной работы должно быть обеспечено сознательное отношение к занятиям спортом и физической культурой. Тогда у занимающихся будут созданы достаточно сильные и устойчивые стимулы, побуждающие их годами уделять время занятиям.

Оптимизация физкультурно-оздоровительной работы невозможна без принципа наглядности. Практическая наглядность осуществляется в таких формах, как зрительная, звуковая и двигательная. Зрительная наглядность – демонстрация движений в целом и по частям, использование иллюстративного материала (киноциклограмм, видеозаписи), наглядных пособий. Звуковая наглядность (в виде различных звуковых сигналов) имеет преимущественное значение в уточнении временных и ритмических характеристик

двигательных действий.

Принцип индивидуализации и доступности означает, что занятия необходимо строить в соответствии с возможностями занимающихся, учитывая, прежде всего, особенности пола, возраста, уровень физической подготовленности. Доступность выполняемых комплексов физических упражнений непосредственно зависит, с одной стороны, от индивидуальных возможностей сотрудников, а с другой – от объективных условий и трудностей. Полное соответствие между возможностями человека и реальными трудностями означает реальную меру доступности. Конкретное определение и соблюдение этой меры является одной из самых актуальных проблем организации физкультурно-оздоровительной работы.

Суть принципа систематичности раскрывается в ряде положений, касающихся регулярности занятий и системы чередования нагрузок с отдыхом, а также последовательности форм занятий. Занятия спортом и физической культурой должны проводиться регулярно и в различных циклах трудовой деятельности – в режиме одного рабочего дня, недели, месяца, года. То есть процесс физкультурно-оздоровительной работы должен быть непрерывным.

Перечисленные цель, задачи и принципы физкультурно-оздоровительной работы в финансовой организации реализуются через определенное содержание деятельности, которое представлено в содержательном блоке.

Содержательный блок модели представляет физкультурно-оздоровительную работу в системе рабочего дня, в свободное от работы время и физкультурно-оздоровительные мероприятия.

ФОР в системе рабочего дня происходит непосредственно в рамках трудового процесса и направлена на оптимизацию работоспособности и трудового процесса в целом. ФОР в системе рабочего дня стимулируется технологическими предписаниями по рациональному использованию рабочей силы, минимизации ее расходов, требованиями эргономики на рабочем месте, условиями коллективного договора, планом социаль-

ного развития [3]. Подразделяется на ФОР в режиме рабочего дня, связанного с работой, и ФОР в нерабочее время, связанное с работой (обеденный перерыв). Проводится непосредственно вблизи рабочих мест; в приспособленных помещениях, на площадках вблизи рабочих мест; в оборудованных помещениях, на спортсооружениях, на местности. Формы организации занятий: групповые, коллективные, индивидуальные. Формы занятий: урочные, секционные, самостоятельные. Виды занятий: производственная гимнастика (офисная зарядка, физкультура на рабочем месте), микропаузы (физкультминутки), реабилитационно-корректирующие процедуры (занятия в комнатах здоровья (отдыха), психологической разгрузки, совместно с гидротерапиями, физиотерапией, ароматерапией и другими мероприятиями).

ФОР в свободное от работы время проводится на спортивных сооружениях организации и по месту жительства. Формы организации: индивидуальные, групповые (когда в занятиях участвует эпизодический и случайный состав), коллективные (постоянный списочный состав). Формы занятий: секционные, проводимые по определенной долгосрочной программе и плану с данным контингентом, конкретной списочной группой; консультативные, проводимые для определенного контингента лиц (возраст, пол, профессия, режим труда). Им дается консультация-установка, которая рассчитана на самостоятельное применение физических упражнений и прочих физкультурно-оздоровительных средств, ориентирует в системе занятий ФКиС. Самостоятельные, выполняемые индивидуально или в группе без формального руководства. Виды занятий: посещение тренажерного зала, занятия фитнесом, группы ГТО, терренкур, спортивные секции по различным видам спорта; оздоровительная ходьба и бег; утренняя гимнастика и др.

Физкультурно-оздоровительные мероприятия. Эта подсистема является обособленной и достаточно специфичной. Как отмечает А.Г. Фурманов, соревнования, встречи с интересными людьми, выдающимися спортсменами, физкультурно-массовые мероприятия прида-

ют занятиям определенную направленность и систематичность, способствуют соблюдению двигательного режима [8].

Формы физкультурно-оздоровительных мероприятий, используемые в практике физической работы различных организаций и предприятий, многообразны, и это является вопросом, заслуживающим отдельного внимания нашего исследования. Но уже сейчас можно сказать, что корпоративные физкультурно-оздоровительные и спортивные мероприятия могут быть многоэтапными (Спартакиады, соревнования по различным видам спорта) и разовыми (Дни спорта и здоровья, физкультурно-оздоровительные праздники и фестивали; подвижные игры и эстафеты).

Контрольно-оценочный блок модели необходим для комплексной оценки эффективности физкультурно-оздоровительной работы. Нами были определены следующие критерии эффективности:

- 1) число лиц, систематически занимающихся ФКиС;
- 2) объем финансовых средств, выделяемых организацией на ФОР;
- 3) количество планируемых физкультурно-оздоровительных и спортивно-массовых мероприятий;
- 4) число подготовленных значкистов ГТО;
- 5) результаты медицинского контроля. Мониторинг здоровья.

Эффективность модели зависит от следующих **условий ее реализации**: организационных, экономических, материально-технических, правовых, системы мер по вовлечению сотрудников организаций и их семей в активные занятия физической культурой и спортом.

Охарактеризуем условия функционирования и реализации модели ФОР среди сотрудников финансовой организации (корпорации). Организационные условия предполагают:

- а) назначение ответственных должностных лиц, выполняющих функции по организации, планированию, координации и контролю физкультурно-оздоровительной деятельности;
- б) разработку ответственными лицами про-

- грамм, планов и годового графика проведения спортивно-массовых мероприятий;
- в) проведение ответственными лицами разъяснительной и воспитательной работы, организацию двигательного режима во время и после рабочего дня;
- г) обеспечение ответственных лиц необходимыми методическими материалами по организации различных видов и форм ОФК;
- д) проведение плановых методических советов, семинаров, других организационных мероприятий по вопросам, связанным с внедрением и контролем ФОР;
- е) организацию взаимодействия финансово-го предприятия с медицинскими подразделениями, осуществляющими медицинскую поддержку и сопровождение занятий физическими упражнениями;
- ж) организацию взаимодействия с другими корпоративными предприятиями внутри и вне самой корпорации с целью объединения усилий и обмена опытом по вопросам физкультурно-оздоровительной работы.

Экономические условия предусматривают финансирование расходов, связанных с реализацией программ, планов ФОР. К этим расходам относятся:

- а) материальное стимулирование лиц, ответственных за ФОР;
- б) оплата расходов, связанных с содержанием собственных или арендованных спортивных залов, площадок, комплексов и т.п.
- в) полная или частичная оплата физкультурно-

- оздоровительных услуг, потребляемых сотрудниками на собственной физкультурно-спортивной базе (если таковая имеется), или оплата абонементов, предоставляемых иными физкультурно-оздоровительными организациями;
- г) финансирование запланированных массовых спортивных мероприятий;
- д) материальное поощрение сотрудников, активно занимающихся физическими тренировками, ведущих здоровый образ жизни, не имеющих больничных листов в течение календарного года.

Материально-технические условия предполагают

- а) наличие необходимой материально-технической базы, оснащение ее необходимым инвентарем и оборудованием, ее развитие и совершенствование;
- б) в случае необходимости использование материально-технической базы других организаций на различных договорных условиях (безвозмездных, взаимозачётных и пр.).

Правовые условия предполагают:

- а) отображение в Уставе организации пунктов, связанных с нормированием физкультурно-оздоровительной деятельности;
- б) разработку и утверждение Положения, программ, концепций, обозначающих основное направление ФОР и связывающих корпоративный спорт с бизнес-миссией организации;
- в) отображение в коллективном договоре видов и порядка материального и нематериаль-

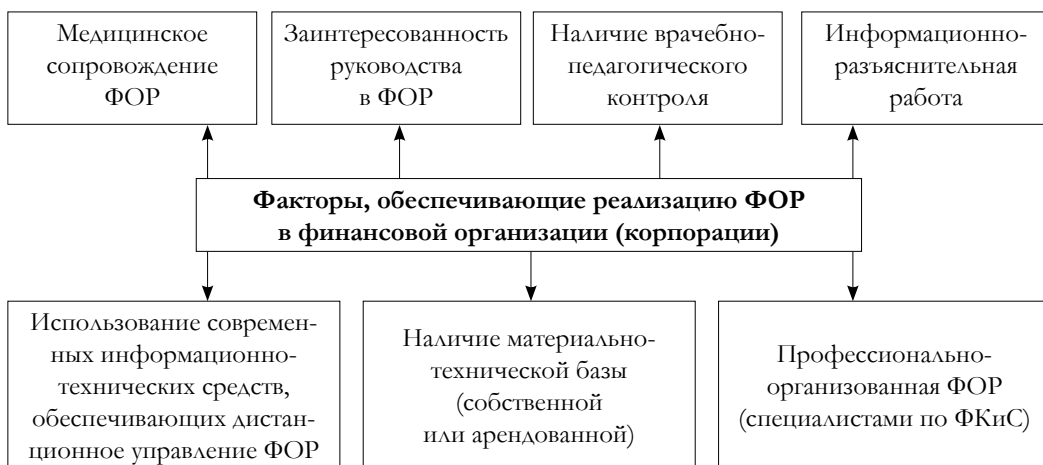


Рисунок – Факторы, обеспечивающие реализацию ФОР в финансовой организации (корпорации)

ного поощрения сотрудников, активно участвующих в физкультурно-оздоровительной работе, систематически занимающихся физической культурой и спортом.

Система мер по вовлечению сотрудников и членов их семей в ФОР:

- а) предоставление семейных абонементов на посещение физкультурно-оздоровительных комплексов;
- б) организация и проведение спортивно-массовых мероприятий с участием членов семей сотрудников;
- в) сотрудничество и заключение договоров со спортивными организациями по вопросам вовлечения детей сотрудников в занятия различными видами спорта.

БИБЛИОГРАФИЧЕСКИЙ СПИСОК

1. Трудовой кодекс Российской Федерации: принят 30.12.2001 г. № 197-ФЗ (ред. от 03.07.2016) (с изм. и доп., вступ. в силу с 03.10.2016) [Электронный ресурс]. – Справочно-правовая система «Консультант Плюс». – (дата обращения: 09.11.2016).
2. Артемьев, А. А. Организация физкультурно-оздоровительной работы в структуре здоровьесберегающей деятельности образовательных учреждений / А. А. Артемьев // Вестник Челябинского государственного университета. Образование и здравоохранение. – 2014. – №1. – С.9-30.
3. Виноградов, П. А. Физическая культура и спорт трудящихся: научно-методические, социологические и организационные аспекты / П. А. Виноградов, Ю. В. Окуньков. – М. : Советский спорт. – 2015. – 172 с.
4. Галкин, Ю. П. Физическая культура, работоспособность и здоровье трудящихся: проблемы и перспективы / Ю. П. Галкин. – Смоленск : СГАФКСТ, 2008. – 282 с.
5. Колтан, С. В. Корпоративный спорт и его миссия в развитии международной компании / С. В. Колтан, Е. В. Конеева // Вестник Балтийского государственного университета им. И. Канта. – 2014. – №5. – С.75-79.

BIBLIOGRAPHY

1. The Labour Code of the Russian Federation: adopted 30.12.2001 № 197-FZ (as amended on 03.07.2016.) (From amendment and dop, entered into force on 10.03.2016..) [Electronic resource]. – Reference legal system "KonsulttantPlyus". - (Access date: 11.09.2016).
2. Artemyev, A. A. Organization of sports and recreation activities in the structure of health care activities of educational institutions / A. A. Artemyev // Bulletin of the Chelyabinsk State University. Education and health care. – 2014. – №1. – P.9-30.
3. Vinogradov, P. A. Physical culture and sport workers: scientific and methodological, sociological and organizational aspects / P. A. Vinogradov, Y. V.

Названные условия следует рассматривать в качестве главных в обеспечении функционирования разработанной модели. Однако не следует забывать о **факторах, обеспечивающих реализацию ФОР** (рисунк).

Таким образом, представленная модель предполагает наличие трех взаимосвязанных блоков (целевого, содержательного и контрольно-оценочного). Функционирование модели должно быть обеспечено названными выше условиями и факторами. Для оценки результативности разработанной модели на следующем этапе исследования нам предстоит провести опытно-экспериментальную работу в финансовых организациях (корпорациях) города.

6. Матвеев, Л. П. Теория и методика физической культуры (общие основы теории и методики физического воспитания; теоретико-методические аспекты спорта и профессионально-прикладных форм физической культуры) : Учеб. для ин-тов физ. культуры. – М. : Физкультура и спорт, 1991. – 543 с.
7. Саноян, Г. Г. Физическая культура для трудящихся : учеб. пособие / Г. Г. Саноян. – М. : Физическая культура, 2007. – 288 с.
8. Семиреков, В. А. Модульный метод организации физкультурно-оздоровительной работы в производственном коллективе : дис... канд. пед. наук / В. А. Семиреков. – СПб, 2013. – 160 с.
9. Фурманов, А. Г. Оздоровительная физическая культура : Учеб. для студентов вузов / А. Г. Фурманов, М. Б. Юсна. – Мн., Тесеи, 2003. – 528 с.
10. Oortwijn, W. Health of people of working age: summary report / W. Oortwijn, E. Nelissen, S. Adamini: ECORYS Nederland BV TNO & Erasmus MC, University Medical Centre. – 2011. – 34 p.
11. Pierre, J. Le sport en entreprise au service des pratiques managériales [Electronic resource] / J. Pierre [et al.] // Communication [En ligne]. – 2010. – №28. – Mode of access: <http://communication.revues.org/207>. – Date of access: 09.11.2016.

- Okounkov. – Moscow : Soviet Sport, 2015. – 172 p.
4. Galkin, U. P. Physical education, operability and health of workers: challenges and prospects / U. P. Galkin. – Smolensk: SGAFKST, 2008. – 282 p.
5. Koltan, S. V. Corporate sports and its mission in the development of an international company / S. V. Koltan, E. V. Koneeva // Bulletin I. Kant Baltic State University. – 2014. – № 5. – P.75-79.
6. Matveev, L. P. Theory and methods of physical culture (the general principles of the theory and methodology of physical education, theoretical and methodological aspects of sports and professional and applied forms of physical culture): Proc. for in-Comrade nat. culture. – M. : Physical Education and Sports, 1991. – 543 p.

7. Sanojan, G. G. Physical training for workers: Textbook / G. G. Sanojan. – Moscow : Physical Culture, 2007. – 288 p.
8. Semirekov, V. A. Modular method of organizing sports and recreation activities in the production team : Diss. / V. A. Semirekov. – St. Petersburg, 2013. – 160 p.
9. Furmanov, A. G. Physical culture of recuperation: textbook for students / A. G. Furmanov, M. B. Yuspa. – Minsk, Theseus, 2003. – 528 p.
10. Oortwijn, W. Health of people of working age: summary report / W. Oortwijn, E. Nelissen, S. Adami: ECORYS Nederland BV TNO & Erasmus MC, University Medical Centre. – 2011. – 34 p.
11. Pierre, J. Le sport en entreprise au service des pratiques managériales [Electronic resource] / J. Pierre [et al.] // Communication [En ligne]. – 2010. – № 28. – Mode of access: <http://communication.revues.org/207>. – Date of access: 09.11.2016.

СВЕДЕНИЯ ОБ АВТОРАХ:

Антипенкова Ирина Викторовна (Antipenkova Irina Viktorovna) – кандидат педагогических наук, доцент, зав. кафедрой фитнеса и режиссуры театрализованных представлений и праздников Смоленской государственной академии физической культуры, спорта и туризма, e-mail: antipenkova2012@yandex.ru.

Киреева Анна Вячеславовна (Kireeva Anna Vjacheslavovna) – старший преподаватель кафедры фитнеса и режиссуры театрализованных представлений и праздников Смоленской государственной академии физической культуры, спорта и туризма, e-mail: kireeva_an@bk.ru