

ФИЗИЧЕСКОЕ УПРАЖНЕНИЕ КАК СРЕДСТВО ВОСПИТАНИЯ ВОЛИ СТУДЕНТА – ЗАЩИТНИКА ОТЕЧЕСТВА

Арутюнян Т.Г.

«Сибирский государственный аэрокосмический университет имени академика М.Ф. Решетнева», «Сибирский федеральный университет», Главное управление образования администрации «Красноярский информационно-методический центр», Красноярск, Россия, e-mail: nayka.07@mail.ru

На сентябрь 2013 года система подготовки граждан к военной службе в Российской Федерации во многом повторяет прежнюю, рассчитанную на двухгодичный срок военной службы по призыву. Переход в 2008 году на годичный срок военной службы по призыву повлек за собой значительное повышение требований к качеству подготовки граждан к военной службе. Базовым фактором, определяющим способность гражданина проходить военную службу, является состояние его физического развития и здоровья. В условиях внешнеполитической напряженности и в связи с новыми вызовами общества необходимо дальнейшее повышение уровня организационно-методического обеспечения оборонно-физкультурного воспитания молодежи, в том числе и студентов. Для решения вышеназванной проблемы было проведено исследование в Сибирском государственном аэрокосмическом университете имени академика М.Ф. Решетнева и Сибирском федеральном университете, способствующее более качественному оборонно-физкультурному воспитанию защитников Отечества с помощью и на основе физического упражнения. С соблюдением педагогической этики положительно воздействовано на физическое, морально-психологическое и нравственное развитие учащихся, через дополнительное образование – спецкурс «Физическое упражнение как средство формирования воли и сверхволи будущего защитника Отечества».

Ключевые слова: студент, воля, упражнение, патриот, воспитание, физическое, Отечество.

PHYSICAL EXERCISE AS A MEANS OF EDUCATION WILL THE STUDENT - DEFENDER OF THE FATHERLAND

Arutyunyan T.G.

«Siberian State Aerospace University named after academician MF Reshetnev», «Siberian Federal University», Education Department of Administration «Krasnoyarsk information-methodical center», Krasnoyarsk, Russia, e-mail: nayka.07@mail.ru

In September 2013 the system of training of citizens for military service in the Russian Federation is largely repeats previous calculated on a two-year period of compulsory military service. Transition in 2008 for one year of compulsory military service has led to a significant increase in the quality requirements for the preparation of citizens for military service. Basic determinant of the ability of citizens to perform military service, is the state of his physical development and health. In terms of foreign policy tensions and new challenges of society need to further increase the organizational methods of defense and athletic education of young people, including students. To solve the above problem, a study was conducted in the Siberian State Aerospace University named after academician MF Reshetnev and Siberian Federal University, contributing to a better defense and athletic education of Defenders of the Motherland with the help and on the basis of physical exercise. Subject of teaching ethics to positively impact the physical, moral, psychological and moral development of students through additional education - course «Physical exercise as a means of forming and will sverhvoli future Defender of the Fatherland».

Keywords: student, will, exercise, patriot, education, physical, Fatherland.

На сентябрь 2013 года система подготовки граждан к военной службе в Российской Федерации во многом повторяет прежнюю, рассчитанную на двухгодичный срок военной службы по призыву.

Базовым фактором, определяющим способность гражданина проходить военную службу, является состояние его физического развития и здоровья. По данным Министерства здравоохранения и социального развития Российской Федерации, общий показатель

годности к военной службе (суммарная доля годных к военной службе и годных к военной службе с незначительными ограничениями) граждан, прибывших на призывные комиссии, ежегодно снижается.

Несмотря на усилия современных специалистов, ученых-исследователей и практиков - С.В. Галкина (2005), А.Ю. Рустамова (2005), Г.В. Рудаковой (2005), Т.Г. Арутюняна (2006), С.Б. Элипханова (2007), Р.В. Бойко (2009), В.Ю. Микрюкова (2009), В.Г. Паутова (2010), А.В. Щеткина (2012), В.В. Казанцева (2013), Д.Г. Радченко (2014), Попкова А.А. (2014) и других, значительная часть молодёжи, призванная на военную службу, не справляется с физическими и морально-психическими нагрузками первых месяцев военной службы. Основная причина травматизма и гибели личного состава армии – это неподготовленность юношей к действиям в сложных военно-служебных ситуациях.

В условиях внешнеполитической напряженности и в связи с новыми вызовами общества необходимо дальнейшее повышение уровня организационно-методического обеспечения оборонно-физкультурного воспитания молодёжи, в том числе и студентов. В связи с вышесказанным актуальность исследования, направленного на улучшение физического здоровья и двигательной активности студентов – защитников Отечества, обуславливается следующими основными противоречиями, выявленными в ходе анализа отечественной и зарубежной научно-практической литературы и нормативно-правовых документов по проблеме нашего исследования:

- научно-практическое – обусловленное запросами общественной практики между необходимостью научного подхода в совершенствовании процесса, способствующего улучшению здоровья и физической подготовленности молодёжи, с одной стороны, и ежегодному ухудшению здоровья и физической подготовки молодёжи, с другой;
- признание значимости методов и средств физической культуры как незаменимого комплекса средств воспитания социально адаптированной личности, с одной стороны, и отсутствие планомерной воспитательной работы с использованием методов и средств физической культуры по формированию морально-волевых и нравственных качеств молодёжи, с другой стороны;
- научно-теоретическое – обусловленное недостаточностью знаний по проблеме системной подготовки молодёжи к защите Отечества и методико-информационного обеспечения функционирования патриотического воспитания молодёжи в студенческой среде.

Сформулирована крупная научная проблема. Социально-экономические условия, межгосударственные и внешние связи диктуют необходимость усиления внимания к физическому здоровью и физической подготовленности молодёжи, что способствует более качественной и профессиональной защите Отечества. В вузах Сибирского федерального

округа хороший и отличный уровень физической подготовленности показали около половины студентов, за три года мониторинга этот показатель несколько снизился. При этом на 5% увеличилась доля студентов, имеющих неудовлетворительный уровень физической подготовленности [5]. Все это требует кардинальной перестройки системы, направленной на улучшение здоровья, физической подготовки, допризывной физической подготовки, а также морально-волевой и нравственной подготовки молодёжи России, не отвечающей современным требованиям. В Концепции Новой четвертой государственной программы патриотического воспитания граждан Российской Федерации на 2016-2020 годы заявлено о продолжении совершенствования системы патриотического воспитания в современных условиях, что подчёркивает высокую научно-теоретическую и практическую значимость данного исследования.

Цель исследования. На основе результатов теоретического исследования и экспериментальной работы разработать концептуальные положения научно-образовательной, педагогической оборонно-физкультурной системы Красноярского края в студенческой среде, отвечающей требованиям Вооружённых сил и запросам Российского общества.

Гипотеза. Учебно-методическое обеспечение системы в студенческой среде позволит выйти на более качественный уровень физической, морально-волевой и нравственной подготовки молодёжи, в том числе и допризывников.

Задачи исследования

В соответствии с целью и гипотезой.

1. Определить степень разработанности проблемы физического воспитания будущего защитника Отечества в процессе выполнения физического упражнения в теории и практике, сформулировать системное представление об объекте и предмете исследования.
2. Провести мониторинг физического здоровья и физической подготовленности у студентов города Красноярска. На основании мониторинга разработать и апробировать экспериментальную программу, способствующую более качественному оборонно-физкультурному воспитанию защитников Отечества с помощью и на основе физического упражнения.
3. В экспериментальной работе обосновать необходимость выполнения в студенческой среде физического упражнения как основного и незаменимого средства воспитания будущего защитника Отечества.

Объект исследования. Процесс формирования системы допризывной физической подготовки в условиях модернизации российского общества.

Предмет исследования. Физическая подготовка будущих защитников Отечества в студенческой среде, в Красноярском крае.

Информационная база исследования основана на документах и материалах государственных органов, законодательных и нормативных актов Российской Федерации по вопросам дальнейшего развития спорта высших достижений и массового спорта; нормативных документах, приказах и распоряжениях руководителей Российской Федерации по видам спорта, Министерства образования и науки Российской Федерации, материалах и данных периодической печати, научно-методического совета Сибирского федерального округа по физической культуре, монографий и других научных изданий по теме исследования.

Эмпирическую базу работы составят аналитические данные, опубликованные в научно-исследовательских изданиях, экспертные разработки российских и зарубежных специалистов в области физической подготовки защитников Отечества, собственные результаты исследования автора в Сибирском государственном аэрокосмическом университете имени академика М.Ф. Решетнева, Сибирском федеральном университете и муниципальной системе образования Красноярска.

Методология теоретических положений исследования охарактеризована тесным соединением философских, общенаучных, отраслевых и конкретно-исследовательских принципов, подходов и методов [3].

Научная новизна результатов исследования заключается в постановке и решении проблемы качественной физической подготовки, ставя в центре выполнение физического упражнения, в вузовской системе Красноярского края, разработке оборонно-физкультурной системы, обеспечивающей патриотическое воспитание молодежи и способствующей улучшению здоровья, ее теоретическом обосновании и экспериментальной апробации, ставшей предметом комплексного научного исследования.

1. Определение степени разработанности системы допризывной физической подготовки в теории и практике физического воспитания, формулировании системного представления об объекте и предмете исследования.
2. Обоснование перспективных направлений повышения результативности использования физического упражнения в студенческой среде.
3. Изучение связи между процессом выполнения физических упражнений и воспитанием (в том числе воли и сверхволи) будущих защитников Отечества.
4. Экспериментальное обоснование необходимости выполнения физического упражнения как незаменимого средства в воспитании (в том числе воли и сверхволи) будущего защитника Отечества.

5. Разработка и теоретическое обоснование структуры и содержания системы, влияющей на воспитание (в том числе воли и сверхволи) будущего защитника Отечества, основным составляющим которой является физическое упражнение.

6. Внедрение в практику образования специализированного лекционного курса, способствующего более качественному воспитанию защитников Отечества с помощью физического упражнения.

7. Введение в научно-практический оборот новой терминологии.

Материал и методы исследования. Имеют под собой теоретическую основу положений Л.П. Матвеева, В.И. Ляха, Д.Г. Миндиашвили, Л.И. Лубышевой, Я.К. Коблева, Ю.И. Евсеева, А.М. Максименко, В.Ф. Прядченко, С.А. Хазовой, К.К. Маркова, А.И. Завьялова, Л.К. Сидорова, В.А. Адольфа, В.И. Усакова, Г.Я. Галимова, А.В. Гаськова, В.А. Стрельникова, В.Г. Шилько, О.И. Загrevского, Л.В. Капилевича, Б.Х. Ланды, Х-Д.Н. Ооржака, М.Д. Кудрявцева, А.Н. Савчука, К.С. Лавриченко, О.В. Волковой, В.А. Кузьмина, И.А. Медведева, М.И. Шиловой, О.Н. Московченко, А.Р. Шакирова, М.И. Бордукова, Г.С. Саволайнен, Е.В. Панова, О.В. Казак, В.В. Денискина, О.М. Леонтьевой, С.Б. Элипханова, Д.А. Коряковской, В.Ю. Зиамбетова, С.Г. Александрова, Д.Г. Радченко, В.В. Пономарева и других.

Результаты исследования и их обсуждение. В 2009–2010 учебном году в муниципальной системе образования реализована городская Программа «Оборонно-физкультурное воспитание». Цель Программы – обеспечение формирования личностных и ценностно-ориентационных качеств в области оборонно-физкультурной деятельности, необходимых для исполнения конституционного и гражданского долга у учащихся школ через учителя ОБЖ и физической культуры. Впервые в Красноярске в практику было введено понятие «Оборонно-физкультурное воспитание». До этого встречалась только схожая терминология. Оборонно-физкультурное воспитание является частью патриотического воспитания. Включает в себя методику физической подготовки допризывной молодежи, а также механизмы защиты от террористических угроз. В современной России, как и в других странах, остро стоит вопрос защиты от террористических проявлений. Оборонно-физкультурная подготовка школьников допризывного возраста к службе в армии, в милиции, МЧС и других ведомствах является особо актуальной во многих государствах [4]. В этот период времени появилась идея создания спецкурса для дополнительного образования старших школьников (впоследствии и для студентов) «Физическое упражнение как средство воспитания воли и сверхволи будущего защитника Отечества» [1]. В решении поставленной проблемы был организован

учебно-воспитательный процесс с использованием разработанного нами вышеназванного спецкурса дополнительного образования.

Исследование проводилось в течение 2013-2014 учебного года в несколько этапов на базе Сибирского государственного аэрокосмического университета имени академика М.Ф. Решетнева и Сибирского федерального университета с молодёжью допризывного возраста. Осуществлялся контроль физической и технической подготовки испытуемых. В эксперименте приняли участие 144 человека с одинаковой физической подготовленностью, из которых 72 человека в течение учебного года получали дополнительное образование по спецкурсу «Физическое упражнение как средство воспитания воли и сверхволи будущего защитника Отечества». Проведён формирующий педагогический эксперимент, в котором участвовали студенты 1-3 курсов вышеназванных вузов. Основной эксперимент всё время проводился в условиях учебно-тренировочного процесса, что позволило полностью контролировать уровень физического состояния допризывной молодёжи, рост их тренированности и восстановительные процессы. Благодаря тщательному анализу результатов проводимого педагогического эксперимента были конкретизированы методические подходы и внесены уточнения в ранее разработанный спецкурс. Методом случайной выборки в контрольную группу было включено 72 и в экспериментальную 72 учащихся-юношей. Сопоставление велось по пяти показателям: челночный бег 3x10 м (сек); прыжок в длину с места толчком двумя ногами (см); подтягивание из виса на высокой перекладине (кол-во раз) (мужчины); сгибание и разгибание рук в упоре лежа на полу (кол-во раз); поднятие туловища из положения лежа на спине (кол-во раз).

Сравнение средних величин по пяти показателям по критерию Стьюдента на начало эксперимента было статистически не значимо, а на конец эксперимента статистически значимо (рис. 1). Определялись дисперсия, стандартная ошибка разностей, среднее арифметическое и вычисленный t-критерий [2].



Рис. 1. Средние показатели до и после эксперимента.

Выводы

1. Несмотря на разработку и изученность многих вопросов, связанных с подготовкой молодежи к службе в Вооруженных силах, данная тема является актуальной.
2. На основании данных мониторинга НМС СФО по физической культуре установлено, что студенты не достаточно физически здоровы и физически подготовлены в Сибирском федеральном округе, Красноярском крае и городе Красноярске.
3. Экспериментальная программа, включающая в себя спецкурс «Физическое упражнение как средство воспитания воли и сверхволи будущего защитника Отечества», способствовала более качественному оборонно-физкультурному воспитанию защитников Отечества с помощью и на основе физического упражнения.
4. В экспериментальной работе обоснована необходимость выполнения в студенческой среде физического упражнения как основного и незаменимого средства воспитания будущего защитника Отечества.
5. Для повышения результативности использования физического упражнения необходимо осознанное понимание студентами необходимости его выполнения.
6. Экспериментально обоснована необходимость выполнения физического упражнения как незаменимого средства в воспитании (в том числе воли и сверхволи) будущего защитника Отечества.

7. Теоретически обосновано содержание системы, влияющей на воспитание (в том числе воли и сверхволи) будущего защитника Отечества, основным составляющим которой является физическое упражнение. Сравнение средних величин по пяти показателям на начало эксперимента было статистически не значимо, а на конец эксперимента статистически значимо с достоверностью 95%.

8. Внедрение в практику образования специализированного лекционного курса способствовало более качественному воспитанию защитников Отечества с помощью физического упражнения.

9. Впервые в Красноярске в практику было введено понятие «Оборонно-физкультурное воспитание». До этого встречалась только схожая терминология. Оборонно-физкультурное воспитание является частью патриотического воспитания. Включает в себя методику физической подготовки допризывной молодежи, а также механизмы защиты от террористических угроз.

Список литературы

1. Арутюнян Т.Г. Физическое упражнение как средство воспитания воли и сверхволи будущего защитника Отечества : спецкурс, рекомендован КИМЦ ГУО администрации г. Красноярска для практической работы в средних общеобразовательных учреждениях. – Красноярск : Городской информационно-издательский центр, 2011. – 40 с. – URL: <http://www.kimc.ms/net/school-net/gmo-fizkult/>
2. Закирьянов К.Х., Орехов Л.И. Экспериментальные методы в педагогике, психологии и физической культуре. – Алматы : Казахская академия спорта и туризма, 2002. – 112 с.
3. Матвеев Л.П. Теория и методика физической культуры. – М. : Физкультура и спорт, 2008. – 544 с.
4. Перспективы на 2009/2010 учебный год КИМЦ ГУО администрации г. Красноярска. - Красноярск : Городской информационно-издательский центр, 2009. – 118 с.
5. Шилько В.Г., Капилевич Л.В., Арутюнян Т.Г. Организация физического воспитания студентов в вузах Сибирского федерального округа // Студенческое спортивное движение. состояние, проблемы и перспективы развития : материалы Международной научно-практической конференции [Электронный ресурс] / отв. за выпуск И.И. Морозова. – Красноярск : Сиб. федер. ун-т, 2013. – ISBN 978-5-7638-2932-7.

Рецензенты:

Миндиашвили Д.Г., д.п.н., профессор, заведующий кафедрой борьбы Института физической культуры имени И.С. Ярыгина, Министерство образования и науки РФ, г. Красноярск.

Кудрявцев М.Д., д.п.н., профессор, заведующий кафедрой валеологии Красноярского государственного торгово-экономического института, Сибирского федерального университета, Министерство образования и науки РФ, г. Красноярск.

RETRACTED