

ВЗАИМОСВЯЗЬ ФИЗИЧЕСКОГО И ПАТРИОТИЧЕСКОГО ВОСПИТАНИЯ ШКОЛЬНИКОВ (ЭКСПЕРИМЕНТАЛЬНЫЕ ДАННЫЕ ШКОЛЫ № 143 КРАСНОЯРСКА)

Арутюнян Т. Г.¹⁻³, Ивашко Н. В.¹

¹Сибирский государственный аэрокосмический университет имени академика М.Ф. Решетнева, Красноярск;

²Сибирский федеральный университет, Красноярск;

³Главное управление образования администрации «Красноярский информационно-методический центр», Красноярск, e-mail: nauka.07@mail.ru

Показано содержание физического и патриотического воспитания учащихся на основе их взаимосвязи в школе № 143 города Красноярск. Рассматривается разработка и реализация мер, направленных на повышение эффективности физического и патриотического воспитания. Разработанная система теоретических занятий на основе спецкурса «Физическое упражнение как средство воспитания воли и сверхволи будущего защитника Отечества» способствовала повышению мотивации учащихся к двигательной активности в течение учебного года. Предложенные комплексы утренней гигиенической и пальцекистевой гимнастики, используемые до учебных занятий, повысили эффективность умственной деятельности учащихся, что отразилось на успеваемости детей. Мобильная коррекция рабочей программы дисциплины «Физическая культура» по данным мониторинга привела к приросту показателей физической подготовленности учащихся. Упражнения данных комплексов эффективно использовались в качестве физкультминутки на уроках. Результаты средних величин физической подготовленности после эксперимента по критерию Стьюдента были статистически значимо выше в экспериментальных группах у мальчиков и у девочек. Результаты характеризовались статистически значимым приростом с достоверностью 95 %. Определялись дисперсия, стандартная ошибка разностей, среднее арифметическое и вычисленный t-критерий.

Ключевые слова: методика, взаимосвязь, патриот, физкультура, воспитание, упражнение, здоровье, движение, программа, Отечество.

THE RELATIONSHIP OF PHYSICAL AND PATRIOTIC EDUCATION OF SCHOOLCHILDREN (EXPERIMENTAL DATA SCHOOL NUMBER 143 OF KRASNOYARSK)

Aarutyunyan T. G.¹⁻³, Ivashko N. V.¹

¹Siberian State Aerospace University named after Academician MF Reshetnev, Krasnoyarsk;

²Siberian Federal University, Krasnoyarsk;

³Education Department of Administration «Krasnoyarsk guidance center», Krasnoyarsk, e-mail: nauka.07@mail.ru

Displaying the contents of physical and patriotic education of students on the basis of their relationship in the school number 143 of city of Krasnoyarsk. We consider the development and implementation of measures aimed at improving the efficiency of physical and patriotic education. The developed system of theoretical studies based courses «Physical exercise as a means of education and faith sverhvoli future Defender of the Fatherland» helped to increase students' motivation to motor activity during the school year. Proposal of the complex hygienic morning gymnastics and finger carpal used to training sessions, improve mental activity of pupils, which affected the performance of children. Mobile correction of the working program of discipline «Physical training» according to the monitoring led to the growth indicators of physical readiness of students. Exercise of these complexes efficiently used as gymnastic minute in the classroom. The results are the average values of physical fitness after the experiment by Student's test were significantly higher in the experimental groups for boys and girls. Results characterized statistically significant increase with 95 % confidence. The variance, standard error of the difference, the arithmetic mean and the calculated t-test.

Keywords: methodology, relationship, patriot, physical, education, exercise, health, exercise, program, Fatherland.

В связи с внешнеполитическими реалиями Военная доктрина Российской Федерации от 26 декабря 2014 года нацеливает на необходимость объединения усилий государства, общества и личности по защите Российской Федерации. Российское общество нуждается в

разработках и реализации мер, направленных на повышение эффективности военно-патриотического воспитания граждан Российской Федерации [8].

Концептуальное направление нашего исследования – морально-психологическая подготовленность допризывной молодежи [9], отражено в спецкурсе «Физическое упражнение как средство воспитания воли и сверхволи будущего защитника Отечества» [1].

Модернизируя методику Б.Х. Ланды [6] и учитывая вышесказанное, была разработана Красноярская городская Программа «Мониторинг физического здоровья и физической подготовленности школьников». Программа была реализована в 2011–2012 и в 2012–2013 учебном году. Программа первоначально разрабатывалась для целевой группы – юношей старших классов. Но в нее вошли все желающие, то есть различный контингент учащихся. В данном случае учащиеся 1-х и 5-х классов в 2011–2012 учебном году.

В процессе исследования мы учитывали современные взгляды концептуальных изменений военно-патриотического и физического воспитания допризывной молодежи [3], гуманистический принцип равных возможностей [2], а также развитие профессионально важных качеств и психолого-физиологических свойств [10].

Методология теоретических положений исследования охарактеризована тесным соединением философских, общенаучных, отраслевых и конкретно-исследовательских принципов, подходов и методов [5; 7].

Объект исследования: взаимосвязь процесса патриотического и физического воспитания учащихся общеобразовательной школы.

Предмет исследования: программно-методическое и структурно-организационное обеспечение взаимосвязи патриотического и физического воспитания учащихся.

Цель исследования: теоретически и экспериментально обосновать методику организации и содержательного обеспечения взаимосвязи патриотического и физического воспитания учащихся.

Задачи исследования

1. На основании мониторинга разработать и апробировать экспериментальную программу, способствующую более качественному оборонно-физкультурному воспитанию учащихся с помощью и на основе средств физического воспитания.

2. Повысить мотивацию учащихся к двигательной активности на основе спецкурса «Физическое упражнение как средство воспитания воли и сверхволи будущего защитника Отечества», обеспечивающего взаимосвязь патриотического и физического воспитания, адаптированного к данной возрастной группе [1].

3. Повысить эффективность учебной деятельности с помощью физического упражнения.

4. По данным мониторинга произвести коррекцию рабочей программы дисциплины «Физическая культура» во время учебного года.

Гипотеза исследования: патриотическое и физическое воспитание школьников будет успешным и поступательным, если будут:

- разработаны предмет и программно-методическое обеспечение взаимосвязи патриотического и физического воспитания;
- разработаны и реализованы структура руководства и организации патриотического и физического воспитания.

Научная новизна результатов исследования заключается в постановке и решении проблемы качественной физической подготовки на основе использования средств физического воспитания в муниципальной системе образования Красноярск, разработке оборонно-физкультурной системы, обеспечивающей патриотическое воспитание молодёжи и способствующей улучшению здоровья, ее теоретическом обосновании и экспериментальной апробации, ставшей предметом комплексного научного исследования.

Материалы и методы исследования

Исследование в школе № 143 города Красноярск проводилось в течение 2011–2012 учебного года среди учащихся 1 «г», 1 «е» и 5 «а», 5 «и» класса. Осуществлялся контроль физической подготовки испытуемых. В эксперименте приняли участие 104 человека с одинаковой физической подготовленностью, из них 53 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 учащиеся 1-х и 5-х классов вышеназванного учреждения. Основной эксперимент всё время проводился в условиях учебного процесса, что позволило полностью контролировать уровень физического состояния обучающихся, рост их тренированности и восстановительные процессы. Анализ результатов проводимого педагогического эксперимента позволил конкретизировать методические подходы и внести уточнения в ранее разработанный спецкурс. Методом случайной выборки в контрольную группу 1 «г» класса было включено 25 и в экспериментальную группу 1 «е» класса 27 учащихся. А также в контрольную группу 5 «а» класса было включено 26 и в экспериментальную группу 5 «и» класса 26 учащихся. Результаты девочек и мальчиков подсчитывались отдельно. В экспериментальной группе, 1 «е» классе 27 учащихся, из которых 13 мальчиков и 14 девочек, а в контрольной группе, 1 «г» классе 25 учащихся, из которых 14 мальчиков и 11 девочек. В экспериментальной группе, 5 «и» классе 26 учащихся, из которых 12 мальчиков и 14 девочек, а в контрольной группе, 5 «а» классе 26 учащихся, из которых 11 мальчиков и 15 девочек.

Сопоставление велось по нескольким параметрам. Определялось физическое развитие: рост, масса тела, окружность грудной клетки, сила кисти, жизненная емкость легких (ЖЕЛ), артериальное давление, задержка дыхания. Устанавливалась частота сердечных сокращений (ЧСС): в покое лёжа, в покое стоя, после нагрузки, после 1 мин восстановления. Производились измерения физической подготовленности: прыжок в длину с места, прыжки через скакалку за 1 мин, сгибание и разгибание рук в упоре лежа, подъем туловища за 30 секунд, подтягивания, челночный бег 3x10 м. В течение урока производился контроль частоты сердечных сокращений и коррекция нагрузки.

Благодаря директору А.А. Савенко, заместителю директора по учебно-воспитательной работе Л.Я. Малеевой, руководителю методического комплекса школы Е.И. Попковой и руководителю методического объединения учителей физической культуры школы А. В. Пичуевой был организован процесс физического воспитания во взаимосвязи с патриотическим, а именно:

- введение лекционного сопровождения (классные часы, тематические вечера и др.) – спецкурса «Физическое упражнение как средство воспитания воли и сверхволи будущего защитника Отечества» [1];

- мониторинг воспитания воли посредством физического упражнения через учебные задания-ситуации в конце курса;

- введение индивидуального для каждого учащегося комплекса утренней гигиенической гимнастики;

- оценка учащегося по предмету «Физическая культура» по его личному приросту физических и улучшению функциональных качеств. Отказ от фиксированных нормативов;

- обязательная пульсометрия в начале каждого занятия;

- введение пальцекистевой гимнастики во время проведения утренней гигиенической гимнастики или после первого урока;

- мобильная коррекция рабочих программ предмета «Физическая культура». Рабочие программы в общеобразовательных учреждениях утверждаются руководством и не меняются до конца учебного года. Но с участниками Программы была оговорена их коррекция после первого тестирования в экспериментальных группах.

Результаты исследования и их обсуждение

Сравнение средних величин шести видов тестирования физической подготовленности по критерию Стьюдента на начало эксперимента не выявило статистически значимых различий ни у мальчиков, ни у девочек. На конец эксперимента у мальчиков и у девочек экспериментальной группы и в 1 и в 5 классе результат достоверно выше. Коэффициент прироста у мальчиков в экспериментальной группе 1 класса составил в среднем 15,2 % (у

девочек 12,1%), а в контрольной группе 5,4 % (у девочек 5,1%). В 5 классе у мальчиков 18,3 % (у девочек 11,2 %), а в контрольной 7,3 % (у девочек 6,9 %). Процент прироста физической подготовленности рассматривался в каждой группе, он вычислялся по формуле S. Brody:

$$W = \frac{100 \cdot (v_2 - v_1)}{\frac{1}{2} \cdot (v_1 + v_2)},$$

где v_1 – исходный показатель; v_2 – конечный показатель, получаем процент прироста физической подготовленности за соответствующий период. Результаты характеризовались статистически значимым приростом с достоверностью 95 %. Определялись дисперсия, стандартная ошибка разностей, среднее арифметическое и вычисленный t-критерий [4].

Актом внедрения программы «Мониторинг физического здоровья и физической подготовленности школьников» в школу № 143 города Красноярска подтверждается положительный эффект, выраженный в следующем:

1. Разработанная система теоретических занятий на основе спецкурса «Физическое упражнение как средство воспитания воли и сверхволи будущего защитника Отечества» способствовала повышению мотивации учащихся к двигательной активности в течение учебного года.

2. Предложенные комплексы утренней гигиенической и пальцекистевой гимнастики, используемые до учебных занятий, повысили эффективность умственной деятельности учащихся.

3. Мобильная коррекция рабочей программы дисциплины «Физическая культура» по данным мониторинга привела к приросту показателей физической подготовленности учащихся в среднем на 10 % в 1 классе (комплексное экспериментальное воздействие привело к приросту в среднем на 15 % в ЭГ – авт.) и на 11 % в 5 классе (комплексное экспериментальное воздействие привело к приросту в среднем на 18 % в ЭГ – авт.).

Выводы:

1. Взаимосвязь патриотического и физического воспитания, выраженная в авторском спецкурсе, способствовала повышению мотивации учащихся к двигательной активности.

2. На основании мониторинга разработана и апробирована экспериментальная программа, которая способствовала более качественному оборонно-физкультурному воспитанию учащихся с помощью и на основе физического упражнения.

3. Эффективность учебной деятельности повысилась с помощью предложенных комплексов утренней гигиенической и пальцекистевой гимнастики.

4. Коррекция рабочей программы дисциплины «Физическая культура» во время учебного года привела к приросту показателей физической подготовленности.

5. Испытания у мальчиков и у девочек получили статистически значимый прирост с достоверностью 95 %. Поэтому мы говорим об экспериментальном обосновании и эффективности содержательного обеспечения взаимосвязи патриотического и физического воспитания учащихся под воздействием данной методики.

Работа выполнена по специальности 13.00.04 «Теория и методика физического воспитания, спортивной тренировки, оздоровительной и адаптивной физической культуры».

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.
2. Барабанова В.Б. «Социум – культура – человек» в социальной практике спорта // Фундаментальные исследования. – 2014. – № 1. – С. 189-194.
3. Гаськов А.В. Основные концептуальные положения изменений военно-патриотического и физического воспитания допризывной молодежи / А.В. Гаськов, Г.Я. Галимов, Т.Г. Арутюнян, М.Д. Кудрявцев // Вестник Бурятского государственного университета. – Вып. 14. Физическая культура и спорт. – Улан-Удэ: Изд-во Бурятского госуд. ун-та, 2014. – С. 116–120.
4. Закирьянов К.Х. Экспериментальные методы в педагогике, психологии и физической культуре / К.Х. Закирьянов, Л.И. Орехов – Алматы: Казахская академия спорта и туризма, 2002. – 112 с.
5. Ивашко, Н. В. Основы работы студентов в тренажерном зале: учебное пособие / Н.В. Ивашко, А. Шакиров. – Красноярск: Сибирский государственный аэрокосмический университет им. академика М.Ф. Решетнева, 2015. – 86 с.
6. Ланда Б.Х. Методика комплексной оценки физического развития и физической подготовленности. – М.: Советский спорт, 2011. – 346 с.
7. Матвеев Л.П. Теория и методика физической культуры. – М.: Физкультура и спорт, 2008. – 544 с.
8. Сайт Президента России: Президент утвердил новую редакцию Военной доктрины [Электронный ресурс]. – Режим доступа: <http://kremlin.ru/news/47334> (дата обращения: 07.05.15).
9. Таймазов В.А. Показатели, характеризующие готовность боевых пловцов к военно-профессиональной деятельности / В.А. Таймазов, А.Э. Болотин, С.А. Цветков, В.Е. Михеев //

Ученые записки университета имени П.Ф. Лесгафта. – СПб.: Изд-во ФГБОУ ВПО «Национальный государственный Университет физической культуры, спорта и здоровья имени П.Ф. Лесгафта», 2015. – № 1 (119). – С. 169–172.

10. Хазова С.А. Компетентностный подход к профессиональному физкультурно-спортивному образованию // Вестник Адыгейского государственного университета. Серия «Педагогика и психология». – Майкоп, 2008. – Вып. 7.

Рецензенты:

Сидоров Л.К., д.п.н., профессор, КГПУ им. В.П. Астафьева, г. Красноярск;

Кудрявцев М.Д., д.п.н., профессор, заведующий кафедрой валеологии Торгово-экономического института ФГАОУ ВПО «Сибирский федеральный университет», Министерство образования и науки РФ, г Красноярск.