

УДК 796.0

**РЕЗУЛЬТАТЫ ЭКСПЕРИМЕНТАЛЬНОЙ АПРОБАЦИИ МЕТОДИКИ
ОРГАНИЗАЦИИ И СОДЕРЖАТЕЛЬНОГО ОБЕСПЕЧЕНИЯ
ВЗАИМОСВЯЗИ ПАТРИОТИЧЕСКОГО
И ФИЗИЧЕСКОГО ВОСПИТАНИЯ УЧАЩИХСЯ
(НА ПРИМЕРЕ ШКОЛЫ № 5 ГОРОДА КРАСНОЯРСКА)**

Арутюнян Т.Г.

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

В статье рассматриваются результаты экспериментального воздействия на состояние физического и нравственного здоровья подрастающего поколения. Объектом исследования является процесс патриотического и физического воспитания учащихся общеобразовательной школы № 5 города Красноярск. А предметом 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. Введение лекционного сопровождения – спецкурса «Физическое упражнение как средство воспитания воли и сверхволи будущего защитника Отечества» и других составляющих положительно повлияли на результаты тестирования учащихся. Но в экспериментальной группе прирост физических качеств был выше и статистически достоверен только по одному показателю «подъем туловища за 30 секунд». Поэтому в данном случае мы не говорим об эффективности методики. Однако явно прослеживаются позитивные изменения в экспериментальной группе под воздействием данной методики.

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

**THE RESULTS OF EXPERIMENTAL TESTING OF METHODS
OF ORGANIZATION AND PROVIDE MEANINGFUL RELATIONSHIP
PATRIOTIC AND PHYSICAL EDUCATION STUDENTS
(FOR EXAMPLE, SCHOOL NUMBER 5 OF THE CITY OF KRASNOYARSK)**

Arutyunyan T.G.

*Siberian State Aerospace University named after academician M.F. Reshetnev;
Siberian Federal University;
Department of Education of the city administration of Krasnoyarsk, Krasnoyarsk information-methodical
center, Krasnoyarsk, e-mail: nauka.07@mail.ru*

The article discusses the results of experimental impacts on the physical and moral health of the younger generation. The object of research is the process of patriotic and physical education students of secondary school number 5 in Krasnoyarsk. A subject of the study program and methodical and structural and organizational support for the relationship patriotic and physical education students. Objective: theoretical and experimental methodology to justify the organization and provide meaningful relationship patriotic and physical education students. Introduction lecture accompaniment – a special course «Physical exercise as a means of education and will sverhvoli future Defender of the Fatherland» and other components of a positive impact on students' test results. But the increase in the experimental group was higher than the physical qualities and statistically significant only one indicator «lifting the trunk in 30 seconds». So in this case we are not talking about the effectiveness of the methodology. But with a clear positive change in the experimental group under the influence of this technique.

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

Проблема состояния физического и нравственного здоровья подрастающего поколения в последнее десятилетие озвучивается на самом высоком уровне власти. Кроме этого, в Стратегии развития физической культуры и спорта в Российской Федерации на период до 2020 года, утвержденной распоряжением Правительства Российской Федерации от 7 августа 2009 г. № 1101-р,

говорится о том, что уровень развития физической культуры и спорта не соответствует общими положительным социально-экономическим преобразованиям в Российской Федерации. А также и о том, что расходы государства на занятия граждан физической культурой и спортом являются экономически эффективным вложением в развитие человеческого потенциала и улучшение

качества жизни граждан России. Стратегия ставит перед сферой физической культуры и спорта задачи, решение которых требует современных подходов.

Основываясь на данной Стратегии, а так же опираясь на методику Б.Х. Ланды [7], была разработана Красноярская городская программа «Мониторинг физического здоровья и физической подготовленности школьников». Программа была реализована в 2011–2012 и в 2012–2013 учебном году. Данная городская Программа первоначально разрабатывалась для целевой группы – юношей старших классов. Но в нее вошли все желающие с различным контингентом учащихся. В процессе реализации Программы учитывались концептуальные положения изменений военно-патриотического и физического воспитания допризывной молодёжи [2, 3, 4], а также тенденции физического развития различных возрастных групп и разной физической подготовленности [6, 9, 10, 11].

Методология теоретических положений исследования охарактеризована тесным соединением философских, общенаучных, отраслевых и конкретно-исследовательских принципов, подходов и методов [8].

Объект исследования: процесс патриотического и физического воспитания учащихся общеобразовательной школы № 5 города Красноярска.

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 [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 Красноярска, разработке оборонно-физкультурной системы, обеспечивающей патриотическое воспитание молодёжи и способствующей улучшению здоровья, ее теоретическом обосновании и экспериментальной апробации, ставшей предметом комплексного научного исследования.

Материал и методы исследования

Имеют под собой теоретическую основу положений Л.П. Матвеева, Д.Г. Миндиашвили, В.И. Ляха, Л.И. Лубышевой, Я.К. Коблева, С.А. Хазовой, В.Б. Барабановой, И.А. Медведева, Ю.И. Евсеева, А.М. Максименко, В.Ф. Прядченко, К.К. Маркова, А.И. Завьялова, Л.К. Сидорова, В.А. Адольфа, Г.Я. Галимова, В.И. Усакова, 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, 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. Липханова, Д.А. Коряковской, В.Ю. Зиамбетова, С.Г. Александрова, Д.Г. Радченко, А.А. Попкова, В.В. Пономарева и других.

Исследование в общеобразовательной школе № 5 города Красноярска проводилось в течение 2011–2012 учебного года с учащимися 4 «А» и 4 «Д» класса. Осуществлялся контроль физической и технической подготовки испытуемых. В эксперименте приняло участие 53 человека с одинаковой физической подготовленностью, из которых 25 человек 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 4-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 было включено 28 и в экспериментальную – 25 учащихся. Сопоставление велось по шести показателям: прыжок в длину с места (см), прыжки через скакалку за 1 мин (раз), сгибание и разгибание рук в упоре лежа (раз), подъем туловища за 30 с (раз), бег 30 м (с), бег 1000 м (мин, с).

Благодаря директору О.А. Акачутиной, заместителю директора начальной школы Т.Ю. Алексеевой, заместителю директора по воспитательной работе В.А. Грищенко, руководителю спортивного клуба О.П. Петрук и других был организован процесс физического воспитания во взаимосвязи с патриотическим, а именно:

- введение лекционного сопровождения – спецкурса «Физическое упражнение как средство воспитания воли и сверхволи будущего защитника Отечества» [1];
- мониторинг формирования 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. В рамках Программы с руководством учреждений было оговорена их коррекция.

Результаты исследования и их обсуждение

Сравнение средних величин по шести показателям по критерию Стьюдента на начало эксперимента не выявило статистически значимых различий, а на конец эксперимента достоверные различия были выявлены только по одному испытанию «подъем туловища за 30 секунд». Результаты средних величин пяти видов испытаний по критерию Стьюдента были статистиче-

ски не значимы в экспериментальной группе, но выше, а по одному виду испытаний результат выше и статистически значим. Исследования проводились с доверительной вероятностью 95%. Определялись дисперсия, стандартная ошибка разностей, среднее арифметическое и вычисленный t-критерий [5].

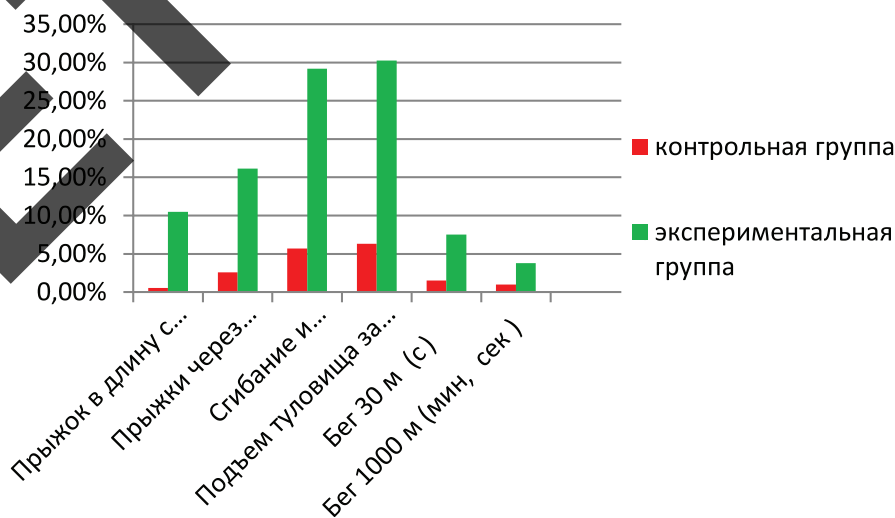
Кроме этого было проведено сравнение средних величин в группах между собственными показателями до эксперимента и после эксперимента. Определялся коэффициент прироста по формуле

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

где v_1 – исходный показатель; v_2 – конечный показатель, получаем процент прироста физического качества за соответствующий период подготовки [12].

Результаты контрольной группы были на конец эксперимента ниже результатов экспериментальной. Прирост в контрольной группе: прыжок в длину с места (см) на 0,53%, прыжки через скакалку за 1 мин (раз) на 2,6%, сгибание и разгибание рук в упоре лежа (раз) на 5,7%, подъем туловища за 30 с (раз) на 6,3%, бег 30 м (с) на 1,5%, бег 1000 м (мин, с) на 0,97%.

Результаты экспериментальной группы были на конец эксперимента выше результатов контрольной. Прирост в экспериментальной группе: прыжок в длину с места (см) на 10,47%, прыжки через скакалку за 1 мин (раз) на 16,15%, сгибание и разгибание рук в упоре лежа (раз) на 29,2%, подъем туловища за 30 с (раз) на 30,24%, бег 30 м (с) на 7,5%, бег 1000 м (мин, с) на 3,8% (рисунк).



Прирост показателей после эксперимента

Актом внедрения программы «Мониторинг физического здоровья и физической подготовленности школьников» в школу № 5 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 4,9% в 4 «Д» классе.

Выводы

1. В экспериментальной группе прирост физических качеств был выше и статистически достоверен только по одному показателю «подъем туловища за 30 секунд». Поэтому в данном случае мы не говорим об эффективности методики, как в предыдущих исследованиях [2, 3]. Однако явно прослеживаются позитивные изменения в экспериментальной группе под воздействием данной методики.

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. 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 и обеспечила взаимосвязь патриотического и физического воспитания.

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

5. Коррекция рабочей программы дисциплины «Физическая культура» во время учебного года привела к приросту показателей физической подготовленности учащихся в среднем на 4,9%, а комплексное

экспериментальное воздействие к приросту в среднем на 16,2%.

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 / Т.Г. Арутюнян – Красноярск: Городской информационно-издательский центр, 2014. – 40 с. – URL: <http://www.kimc.ms/net/school-net/gmo-fizkult>.

2. Арутюнян Т.Г. Физическое упражнение как средство воспитания воли студента – защитника Отечества // Современные проблемы науки и образования. – 2014. – № 5; URL: www.science-education.ru/119-45032 (дата обращения: 23.10.2014).

3. Арутюнян Т.Г. Экспериментальное обоснование методики организации и содержательного обеспечения взаимосвязи патриотического и физического воспитания учащихся (на примере Гимназии № 14 города Красноярска) // Фундаментальные исследования. – 2014. – № 11 (10). – С. 2244–2247; URL: www.rae.ru/fs/?section=content&op=show_article&article_id=40005195 (дата обращения: 11.12.2014).

4. 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. Выпуск 14. Физическая культура и спорт. – Улан-Удэ: Изд-во Бурятского гос. суд. ун-та, 2014. – С. 116–120.

5. 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.

6. Кузнецов В.С. Внеурочная деятельность учащихся. Совершенствование видов двигательных действий в физической культуре: пособие для учителей и методистов / В.С. Кузнецов, Г.А. Колодницкий. – М.: Просвещение, 2014. – 127 с.

7. Ланда Б.Х. Методика комплексной оценки физического развития и физической подготовленности. – М.: Советский спорт, 2011. – 346 с.

8. Матвеев Л.П. Теория и методика физической культуры. – М.: Физкультура и спорт, 2008. – 544 с.

9. Миндиашвили Д.Г., Завьялов А.И. Формирование спортивно-образовательного пространства в условиях модернизации Российского общества (на примере подрастающего поколения Сибирского региона): монография. – Красноярск: КГПУ им. В.П. Астафьева, 2011. – 415 с.

10. Марков К.К., Николаева О.О. Экспериментальные исследования совершенствования психо-моторных качеств игроков в современном волейболе // Современные проблемы науки и образования. – 2014. – № 4; URL: www.science-education.ru/118-14476 (дата обращения: 25.10.2014).

11. Пономарёв В.В. Быстрее, выше, сильнее: Региональная программа по физическому воспитанию для учащихся 3–4 (5) классов общеобразовательных школ: метод. разраб. для регионов Сибири и Крайнего Севера. – Норильск, 1991. – 46 с.

12. Усаков В.И. Программно-методическое обеспечение оздоровительного воздействия физической культуры в условиях семьи, детского сада и школы: дис. ... докт. пед. наук в форме науч. докл. – Омск, 2000. – 87 с.

References

1. Arutyunyan T.G. Physical exercise as educational tool of will and superwill of future defender of the Fatherland: the special course, is recommended to KIMTs GUO of administration of Krasnoyarsk for practical work in average educational institutions / T.G. Arutyunyan – Krasnoyarsk: City information and

publishing center, 2011. – 40 pages – URL: <http://www.kimc.ms/net/school-net/gmo-fizkult>.

2. Arutjunjan T.G. Fizicheskoe uprazhnenie kak sredstvo vospitaniya voli studenta zashhitnika Otechestva // *Sovremennye problemy nauki i obrazovanija*. 2014. no. 5; URL: www.science-education.ru/119-15032 (data obrashhenija: 23.10.2014).

3. Arutjunjan T.G. Jeksperimental'noe obosnovanie metodiki organizacii i sodержatel'nogo obespechenija vzaimosvjazi patrioticheskogo i fizicheskogo vospitaniya uchashhihsja (na primere Gimnazii no. 14 goroda Krasnojarska) // *Fundamental'nye issledovanija*. 2014. no. 11 (10), pp. 2244–2247; URL: www.rae.ru/fs/?section=content&op=show_article&article_id=10005195 (data obrashhenija: 11.12.2014).

4. Gaskov A.V. Osnovnye konceptual'nye položenija izmenenij voenno-patrioticheskogo i fizicheskogo vospitaniya dopriyvnoj molodjozhi / A.V. Gas'kov, G.Ja. Galimov, T.G. Arutjunjan, M.D. Kudrjavcev // *Vestnik Burjatskogo gosudarstvennogo universiteta*. Vypusk 14. FIZICHESKAJA KUL'TURA I SPORT. Ulan-Udje: Izd-vo Burjatskogo gosudarstvennogo universiteta, 2014. pp. 116–120.

5. Zakiryjanov K.Kh. Experimental methods in pedagogics, psychology and physical culture / K.H. Zakiryjanov, L.I. Orekhov Almaty: Kazakh academy of sport and tourism, 2002. 112 p.

6. Kuznecov V.S. Vneurochnaja dejatel'nost' uchashhihsja Sovershenstvovanie vidov dvigatel'nyh dejstvij v fizicheskoi kul'ture. Posobie dlja uchitelej i metodistov / V.S. Kuznecov, G.A. Kolodnickij Moskva: Prosveshhenie, 2014. 127 p.

7. Landa B.H. Metodik of a complex assessment of physical development and physical fitness. M.: Soviet sport, 2011. 346 p.

8. Matveev L.P. Theory and technique of physical culture. M.: Physical culture and sport, 2008. 544 p.

9. Mindiashvili D.G., Zav'jalov A.I. Formirovanie sportivno-obrazovatel'nogo prostranstva v uslovijah modernizacii Rossijskogo obshhestva (na primere podrastajushhego pokolenija Sibirskogo regiona): monografija. Krasnojarsk: KGPU im. V.P. Astaf'eva, 2011. 415 p.

10. Markov K.K., Nikolaeva O.O. Jeksperimental'nye issledovanija sovershenstvovanija psiho-motornyh kachestv igrokov v sovremennom volejbole // *Sovremennye problemy nauki i obrazovanija*. 2014. no. 4; URL: www.science-education.ru/118-14476 (data obrashhenija: 25.10.2014).

11. Ponomarjov V.V. Bystree, vyshe, sil'nee: Regional'naja programma po fizicheskomu vospitaniju dlja uchashhihsja 3–4 (5) klassov obshheobrazovatel'nyh shkol. Metod. razrab. dlja regionov Sibiri i Krajnego Severa. Noril'sk, 1991. 46 p.

12. Usakov, V.I. Programmno-metodicheskoe obespechenie ozdorovitel'nogo vozdejstvia fizicheskoi kul'tury v uslovijah sem'i, detskogo sada i shkoly: dis. ... dokt. ped. nauk v forme nauch. dokl. Omsk, 2000. 87 p.

Рецензенты:

Барабанова В.Б., д.ф.н., профессор кафедры физической культуры, Академии физической культуры и спорта, Южного федерального университета, г. Ростов-на-Дону;

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

Работа поступила в редакцию 26.12.2014.