

УДК 796.0

**МЕТОДИКА ОРГАНИЗАЦИИ И СОДЕРЖАТЕЛЬНОГО ОБЕСПЕЧЕНИЯ
ВЗАИМОСВЯЗИ ПАТРИОТИЧЕСКОГО И ФИЗИЧЕСКОГО
ВОСПИТАНИЯ УЧАЩИХСЯ (ЭКСПЕРИМЕНТАЛЬНЫЕ
ДАННЫЕ ЛИЦЕЯ № 2 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*

Приведен пример экспериментальной работы в лицее № 2 города Красноярск. В статье рассматривается разработка и реализация мер, направленных на повышение эффективности физического и патриотического воспитания в их взаимосвязи. 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 семи видов испытаний по критерию Стьюдента были статистически значимы и выше в экспериментальной группе у мальчиков по пяти видам испытаний, а по видам испытаний «подтягивания (раз)» и «бег 1000 м» результаты выше, но статистически не значимы. У девочек результаты средних величин семи видов испытаний по критерию Стьюдента были статистически значимы и выше в экспериментальной группе только по двум видам испытаний, а по видам испытаний «прыжок в длину с места (см)», «прыжки через скакалку за 1 мин (раз)», «сгибание и разгибание рук в упоре лежа (раз)», «подтягивания (раз)», «бег 1000 м (мин, с)» результаты выше, но статистически не значимы. Большая часть результатов характеризовалась статистически значимым приростом с достоверностью 95%. Определены дисперсия, стандартная ошибка разностей, среднее арифметическое и вычисленный t-критерий.

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

**METHODS OF ORGANIZATION AND PROVIDE MEANINGFUL RELATIONSHIP
PATRIOTIC AND PHYSICAL EDUCATION STUDENTS
(EXPERIMENTAL DATA LYCEE № 2 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 development and implementation of measures aimed at improving the efficiency of physical and patriotic education in their relationship. An example of the experimental work at the Lyceum number 2 city of Krasnoyarsk. The developed system of theoretical studies based on a special course «Physical exercise as a means of education and will overhvoli future Defender of the Fatherland» helped to increase students' motivation to motor activity during the school year. The proposed complexes morning hygienic gymnastics and paltsekistevoiy used to training sessions, increased the efficiency of the mental activity of pupils, which affected the performance of children. Mobile correction work program of discipline «Physical Culture» monitoring data has led to the increase in indicators of physical fitness of students. Exercise of these complexes are effectively used as fizkultminutki in the classroom. The results of the average values of physical fitness after the experiment, seven kinds of tests by Student's test were statistically significant and higher in the experimental group of boys in five kinds of tests and trials by type «pull-ups (time)» and «run 1000 meters». Results above, but statistically not significant. In girls, the results of the average values of the seven types of tests by Student's test were statistically significant and the higher in the experimental group, only two types of tests, and by types of tests «long jump with the space (cm)», «jumping rope for 1 min (Times)», «flexion and extension arms in emphasis lying (again)», «pull (time)», «running 1000 meters (min, P)». Results above, but not statistically significant. Most of the results was characterized by a statistically significant increase from the 95% confidence level. Estimate the variance, standard error of the difference, the arithmetic mean and the calculated t-test.

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

В новом варианте Военной доктрины Российской Федерации от 26 декабря 2014 года отмечается необходимость объеди-

нения усилий государства, общества и личности по защите Российской Федерации, разработке и реализации мер, направленных

на повышение эффективности военно-патриотического воспитания граждан Российской Федерации и их подготовки к военной службе [6].

В процессе исследования мы концептуально выделили роль наглядно-образной модели двигательного акта и идеальной модели спортсмена [7], которые отражены в спецкурсе «Физическое упражнение как средство воспитания воли и сверхволи будущего защитника Отечества» [1].

Учитывая вышесказанное и взяв за основу методику Б.Х. Ланды [4], 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 с различным контингентом учащихся. В данном случае учащиеся 6 класса.

В процессе реализации было обращено внимание на современные взгляды концептуальных изменений военно-патриотического и физического воспитания допризывной молодёжи [2].

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

Объект исследования – процесс патриотического и физического воспитания учащихся общеобразовательного лицея.

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 и 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;

– разработана и реализована 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.

Материал и методы исследования

Исследования в лицее № 2 города Красноярск проводились в течение 2011–2012 учебного года среди учащихся 6 «а» и 6 «б» класса. Осуществлялся контроль физической подготовки испытуемых. В эксперименте приняли участие 54 человека с одинаковой физической подготовленностью, из которых 29 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 6-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 25 и в экспериментальную 29 учащихся. Результаты девочек и мальчиков подсчитывались отдельно. В экспериментальной группе, 6 «б» классе, 29 учащихся, из которых 14 мальчиков и 15 девочек, а в контрольной группе, 6 «а» классе, 25 учащихся, из которых 12 мальчиков и 13 девочек. Сопоставление велось по семи 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), подтягивания (раз), бег 30 м (с), бег 1000 м (мин, с).

Благодаря директору И.В. Сосновской, заместителю директора по воспитательной работе Л.С. Третьяковой, учителю физической культуры В.В. Писа-

ренко, учителю физической культуры Т.Д. Лампетовой 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 пальчестиковой 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 семи показателей по критерию Стьюдента на начало эксперимента не выявило статистически значимых различий ни у мальчиков, ни у девочек, а на конец эксперимента у мальчиков экспериментальной группы результат достоверно выше по пяти видам испытаний, кроме испытания «подтягивания (раз)» и испытания «бег 1000 м (мин, с)». У девочек экспериментальной группы достоверно выше результат по двум испытаниям «подъем туловища за 30 с (раз)» и «бег 30 м», остальные показатели выше, но не имеют статистических различий. Результаты средних величин физической подготовленности после эксперимента семи видов испытаний по критерию Стьюдента были статистически значимы и выше в экспериментальной группе у мальчиков по пяти видам испытаний, а по видам испытаний «подтягивания (раз)» и «бег 1000 м» результаты выше, но статистически не значимы. У девочек результаты средних величин семи видов испытаний по критерию Стьюдента были статистически значимы и выше в экспериментальной группе по двум видам испытаний, а по видам испытаний «прыжок в длину с места (см)», «прыжки через скакалку за 1 мин (раз)», «сгибание и разгибание рук в упоре лежа (раз)», «подтягивания (раз)», «бег 1000 м (мин, с)» результат выше, но статистически не значим. Большая часть результатов характеризовалась статистиче-

ски значимым приростом с достоверностью 95%. Определялись дисперсия, стандартная ошибка разностей, среднее арифметическое и вычисленный t-критерий [3].

Актом внедрения программы «Мониторинг физического здоровья и физической подготовленности школьников» в лицей № 2 города Красноярск 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 пальчестиковой 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 3% (комплексное экспериментальное воздействие привело к приросту в среднем на 18,7% – 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 пальчестиковой гимнастики.

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

5. Результаты средних величин физической подготовленности после эксперимента семи видов испытаний по критерию Стьюдента были статистически значимы и выше в экспериментальной группе у мальчиков по пяти видам испытаний, а по видам испытаний «подтягивания (раз)» и «бег 1000 м» результаты выше, но статистически не значимы. У девочек результаты средних величин семи видов испытаний по критерию

Стюдента были статистически значимы и выше в экспериментальной группе по двум видам испытаний, а по видам испытаний «прыжок в длину с места (см)», «прыжки через скакалку за 1 мин (раз)», «сгибание и разгибание рук в упоре лежа (раз)», «подтягивания (раз)», «бег 1000 м (мин, с)» результат выше, но статистически не значим. Большая часть испытаний у мальчиков получила статистически значимый прирост с достоверностью 95%. А у девочек меньшая часть испытаний. Поэтому мы говорим об экспериментальном обосновании и эффективности методики организации и содержательного обеспечения взаимосвязи патриотического и физического воспитания учащихся в экспериментальной группе мальчиков, а в экспериментальной группе девочек лишь о положительных изменениях под воздействием данной методики.

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. – Режим доступа: <http://www.kimc.ms/net/school-net/gmo-fizkult/> (дата обращения: 07.03.15).
2. 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 гос. ун-та., 2014. – С. 116–120.
3. 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.
4. Ланда Б.Х. Методика комплексной оценки физического развития и физической подготовленности. – М.: Советский спорт, 2011. – 346 с.
5. Матвеев Л.П. Теория и методика физической культуры. – М.: Физкультура и спорт, 2008. – 544 с.
6. Сайт Президента России: Президент утвердил новую редакцию Военной доктрины [Электронный ресурс]. – Режим доступа: <http://kremlin.ru/news/47334> (дата обращения: 07.03.15).
7. Таймазов В.А. Развитие системного подхода к изучению деятельности человека / В.А. Таймазов, С.Е. Бакулев // Научно-теоретический журнал «Ученые записки универси-

тета имени П.Ф. Лесгафта». – СПб.: Изд-во ФГБОУ ВПО «Национальный государственный Университет физической культуры, спорта и здоровья имени П.Ф. Лесгафта», № 1 (23) – 2007 год, С. 68–75.

References

1. Arutjunjan T.G. Fizicheskoe uprazhnenie kak sredstvo vospitanija voli i sverhvoli budushhego zashhitnika Otechestva: speckurs, rekomendovan KIMC GUO administracii g. Krasnojarska dlja prakticheskoj raboty v srednih obshheobrazovatelnyh uchrezhdenijah / T.G. Arutjunjan Krasnojarsk: Gorodskoj informacionno-izdatelskij centr, 2011. 40 p. Rezhim dostupa: <http://www.kimc.ms/net/school-net/gmo-fizkult/> (data obrashhenija: 07.03.15).
2. Gaskov A.V. Osnovnye konceptualnye polozenija izmenenij voenno-patrioticheskogo i fizicheskogo vospitanija doprizyvnoj molodjzhi / A.V. Gaskov, G.Ja. Galimov, T.G. Arutjunjan, M.D. Kudrjavcev // Vestnik Burjatskogo gosudarstvennogo universiteta. Vypusk 14. FIZICHESKAJA KULTURA I SPORT. Ulan-Ud'e: Izd-vo Burjatskogo gos. un-ta. 2014, pp. 116–120.
3. Zakirjanov K.H. Eksperimentalnye metody v pedagogike, psihologii i fizicheskoj kulture / K.H. Zakirjanov, L.I. Orehov Almaty: Kazahskaja akademija sporta i turizma, 2002. 112 p.
4. Landa B.H. Metodika kompleksnoj ocenki fizicheskogo razvitiya i fizicheskoj podgotovlennosti / B.H. Landa. Moskva: Sovetskij sport, 2011. 346 p.
5. Matveev L.P. Teorija i metodika fizicheskogo kulture/L.P. Matveev. Moskva: Fizkultura i sport, 2008. 544 p.
6. Sajt Prezidenta Rossii: Prezident utverdil novuju redakciju Voenoj doktriny [Elektronnyj resurs]. Rezhim dostupa: <http://kremlin.ru/news/47334> (data obrashhenija: 07.03.15).
7. Tajmazov, V.A. Razvitie sistemnogo podhoda k izucheniju dejatel'nosti cheloveka / V.A. Tajmazov, S.E. Bakulev // Nauchno-teoreticheskij zhurnal «Uchenye zapiski universiteta imeni P.F. Lesgaf'ta». Sankt-Peterburg: Izd-vo FGBOU VPO «Nacionalnyj gosudarstvennyj Universitet fizicheskogo kulture, sporta i zdorovja imeni P.F. Lesgaf'ta», no. 1 (23) 2007 god, pp. 68–75.

Рецензенты:

Кудрявцев М.Д., д.п.н., профессор, заведующий кафедрой валеологии Красноярского государственного торгового-экономического института, Сибирский федеральный университет, г. Красноярск;

Корягина Ю.В., д.б.н., профессор, зам. директора по НР НИИ деятельности в экстремальных условиях, профессор кафедры анатомии, физиологии, спортивной медицины и гигиены, ФГБОУ ВПО «Сибирский государственный университет физической культуры и спорта», г. Омск.

Работа поступила в редакцию 10.04.2015.