

УДК 796.0

## ВЗАИМОСВЯЗЬ ФИЗИЧЕСКОГО И ПАТРИОТИЧЕСКОГО ВОСПИТАНИЯ УЧАЩИХСЯ НА ПРИМЕРЕ ЭКСПЕРИМЕНТАЛЬНЫХ ДАННЫХ ЛИЦЕЯ № 11 ГОРОДА КРАСНОЯРСКА

Арутюнян Т.Г.

*Сибирский государственный аэрокосмический университет*

*имени академика М.Ф. Решетнева, Красноярск;*

*Сибирский федеральный университет, Красноярск;*

*Главное 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 лицее № 11 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 семи видов испытаний по критерию Стьюдента были статистически значимы и выше в экспериментальной группе у мальчиков по шести видам испытаний. У девочек результаты средних величин семи видов испытаний по критерию Стьюдента были статистически значимо выше в экспериментальной группе по пяти видам испытаний. Большая часть результатов характеризовалась 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 PUPILS ON AN EXAMPLE OF EXPERIMENTAL DATA LYCEUM № 11 OF THE CITY OF KRASNOYARSK

Arutyunyan T.G.

*Siberian State Aerospace University named after academician M.F. Reshetnev, Krasnoyarsk;*

*Siberian Federal University, Krasnoyarsk;*

*Department of Education of the city administration of Krasnoyarsk,*

*Krasnoyarsk information-methodical center, Krasnoyarsk, e-mail: nauka.07@mail.ru*

It shows the content of physical and patriotic education of students on the basis of their relationship at the Lyceum № 11 of the city of Krasnoyarsk. We consider the development and implementation of measures aimed at improving the efficiency of physical and patriotic education. The developed system is based on theoretical studies elective course «Physical exercise as a means of education and faith excess will 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 wrist 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» for the monitoring data has led to the increase in indicators of physical readiness of students. Exercise of these complexes efficiently used as fizkult minute in the classroom. The results are the average values of physical fitness after seven types of experimental tests on the Student's t test were statistically significant and higher in the experimental group of boys in six kinds of tests. In girls, the results of averages seven types of tests t-test were statistically significant and higher in the experimental group of five types of tests. Most of the results was characterized by a statistically significant increase from the 95% confidence level. The variance, standard error of the differences, 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, что современные внешнеполитические реалии наталкивают на необходимость объединения усилий государства, общества и личности

по защите Российской Федерации. Это выражено в необходимости разработки и реализации мер, направленных на повышение эффективности военно-патриотического воспитания граждан Российской Федерации [6].

В исследовании мы концептуально подчеркнули важность морально-психологической подготовленности допризывной молодежи [7], это было одним из направлений спецкурса «Физическое упражнение как средство воспитания воли и сверхволи будущего защитника Отечества» [1].

Опираясь на методику Б.Х. Ланды [4] 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, т.е. различный контингент учащихся. В данном случае учащиеся 4 классов.

В процессе реализации было обращено внимание на современные взгляды концептуальных изменений военно-патриотического и физического воспитания допризывной молодежи [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 лица в их взаимосвязи.

**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 дис-

циплины «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 молодежи и способствующей улучшению здоровья, ее теоретическом обосновании и экспериментальной апробации, ставшей предметом комплексного научного исследования.

#### **Материалы и методы исследования**

Исследование в лицее № 11 города Красноярска проводилось в течение 2012–2013 учебного года среди учащихся 4 «д» и 4 «э» класса. Осуществлялся контроль физической подготовки испытуемых. В эксперименте приняли участие 37 человек с одинаковой физической подготовленностью, из которых 16 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 был включен 21 и в экспериментальную 16 учащихся. Результаты девочек и мальчиков подсчитывались отдельно. В экспериментальной группе, 4 «э» классе, 16 учащихся, из которых 10 мальчиков и 6 девочек, а в контрольной группе, 4 «д» классе, 21 учащийся, всего 12 мальчиков и 9 девочек. Сопоставление велось по семи показателям: подтягивания (м. на высокой, д. на низкой перекладине) (раз), сгибание и разгибание рук в упоре лежа (раз), подъем туловища за 30 с (раз), прыжок в длину с места (см), прыжки через скакалку за 1 мин (раз), бег 30 м (с), бег 1000 м (мин, с).

Благодаря директору Г.Г. Толстоноговой, заместителю директора по учебно-воспитательной работе Е.Ю. Левиной, социальному педагогу Р.Н. Буторину и классному руководителю Е.В. Слезак 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 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 шести видам испытаний. У девочек экспериментальной группы достоверно выше результат по пяти видам испытаний, остальные показатели выше, но не имеют статистических различий. Коэффициент прироста у мальчиков в эксперимен-

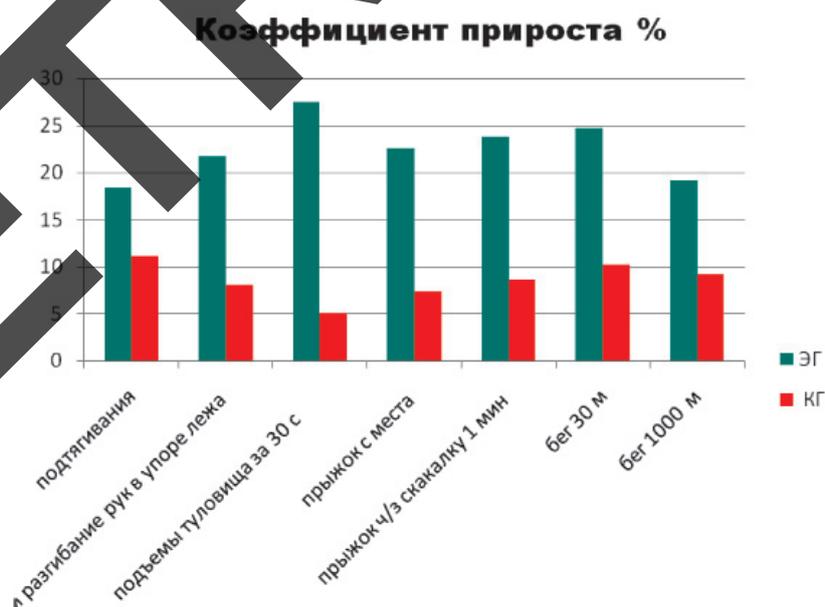
тальной группе составил в среднем 22,55%, а в контрольной группе 8,5% (рисунок). Процент прироста физической подготовленности рассматривался в каждой группе, он вычислялся по формуле S. Brody:

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

где  $v_1$  – исходный показатель;  $v_2$  – конечный показатель, получаем процент прироста физической подготовленности за соответствующий период [8]. У девочек результаты средних величин семи видов испытаний по критерию Стьюдента были статистически значимы и выше в экспериментальной группе, а по видам испытаний «сгибание и разгибание рук в упоре лежа (раз)» и «бег 30 м» результаты выше, но статистически не значимы. Большая часть результатов характеризовалась статистически 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 лицее № 11 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



Процент прироста показателей физической подготовленности мальчиков экспериментальной и контрольной групп

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 13% (комплексное экспериментальное воздействие привело к приросту в среднем на 22,55% 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. Большинство испытаний у мальчиков и у девочек получили статистически значимый прирост с достоверностью 95%. Поэтому мы говорим об экспериментальном обосновании и эффективности содержания 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. – Режим доступа: <http://www.kimc.ms/net/school-net/gmo-fizkult/> (дата обращения: 07. 03.15).

2. Гасков А.В. Основные концептуальные положения изменений военно-патриотического и физического воспитания допризывной молодежи / А.В. Гасков, Г.Я. Галимов, Т.Г. Арутюнян, М.Д. Кудрявцев // Вестник Бурятского государственного университета. – Вып. 14. Физическая культура и спорт. – Улан-Удэ: Изд-во Бурятского го- суд. 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. 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.

8. Усаков, В.И. Программно-методическое обеспечение оздоровительного воздействия физической культуры в условиях семьи, детского сада и школы: дис. ... д-ра пед. наук. – Омск, 2000. – 87 с.

### References

1. Arutjunjan T.G. Fizicheskoe uprazhnenie kak sredstvo vospitanija voli i sverhvoli budushhego zashhitnika Otechestva: spekurs, rekomendovan KIMC GUO administracii g. Krasnojarska dlia prakticheskoi raboty v srednih obshheobrazovatelnyh uchrezhdenijah. Krasnojarsk: Gorodskoj informacii-izdatel'skij 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 polozhenija izmenenij voenno-patrioticheskogo i fizicheskogo vospitanija doprizyvnoj molodjozhi [Tekst] / A.V. Gaskov, G.Ja. Galimov, T.G. Arutjunjan, M.D. Kudrjavcev // Vestnik Burjatskogo gosudarstvennogo universiteta. Vypusk 14. FIZICHESKAJA KULTURA I SPORT. Ulan-Udje: Izd-vo Burjatskogo go- sud. un-ta. 2014. pp. 116–120.

3. Zakirjanov K.H. Jeksperimentalnye metody v pedagogike, psihologii i fizicheskoi kulture / K.H. Zakirjanov, L.I. Orehov. – Алматы: Kazahskaja akademija sporta i turizma, 2002. 112 p.

4. Landa B.H. Metodika kompleksnoj ocenki fizicheskogo razvitiya i fizicheskoi podgotovlennosti. Moskva: Sovetskij sport, 2011. 346 p.

5. Matveev L.P. Teorija i metodika fizicheskoi kulture. Moskva: Fizkultura i sport, 2008. 544 p.

6. Sajt Prezidenta Rossii: Prezident utverdil novuju redakciju Voennoi doktriny [Jelektronnyj resurs]. Rezhim dostupa: <http://kremlin.ru/news/47334> (data obrashhenija: 07. 03.15).

7. Tajmazov V.A. Pokazateli, harakterizujushhie gotovnost boevyh plovcov k voenno-professionalnoj dejatelnosti / V.A. Tajmazov, A.Je. Bolotin, S.A. Cvetkov, V.E. Miheev // Nauchno-teoreticheskij zhurnal «Uchenye zapiski universiteta imeni P.F. Lesgafita». Sankt-Peterburg: Izd-vo FGBOU VPO «Nacionalnyj gosudarstvennyj Universitet fizicheskoi kulture, sporta i zdorovja imeni P.F. Lesgafita», no. 1 (119) 2015, pp. 169–172

8. Usakov, V.I. Programmno-metodicheskoe obespechenie ozdorovitel'nogo vozdeystvija fizicheskoi kulture v uslovijah semi, 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, Академия физической культуры и спорта, Южный федеральный университет, г. Ростов-на-Дону;

Сидоров Л.К., д.п.н., профессор, Красноярский государственный педагогический университет им. В.П. Астафьева, г. Красноярск.