

МИНИСТЕРСТВО НАУКИ И ВЫСШЕГО ОБРАЗОВАНИЯ
РОССИЙСКОЙ ФЕДЕРАЦИИ
федеральное государственное бюджетное образовательное
учреждение высшего образования
«КРАСНОЯРСКИЙ ГОСУДАРСТВЕННЫЙ
ПЕДАГОГИЧЕСКИЙ УНИВЕРСИТЕТ им. В.П. Астафьева»

ФИЗКУЛЬТУРНО-ОЗДОРОВИТЕЛЬНАЯ ДЕЯТЕЛЬНОСТЬ И СОЦИАЛИЗАЦИЯ МОЛОДЕЖИ В СОВРЕМЕННОМ ОБЩЕСТВЕ

*Материалы II Всероссийской
научно-практической конференции
студентов и молодых ученых*

Красноярск, 6–9 июня 2018 г.

Электронное издание

КРАСНОЯРСК
2018

ББК 75
Ф 505

Редакционная коллегия:

*М.Г. Янова (отв. ред.),
М.И. Бордуков, О.Н. Московченко,
А.Н. Савчук, С.С. Ситничук, И.В. Трусей*

Ф 505 Физкультурно-оздоровительная деятельность и социализация молодежи в современном обществе: материалы II Всероссийской научно-практической конференции студентов и молодых ученых. Красноярск, 6–9 июня 2018 г. / отв. ред. М.Г. Янова; ред. кол. [Электронный ресурс]. – Электрон. дан. / Краснояр. гос. пед. ун-т им. В.П. Астафьева. – Красноярск, 2018. – Систем. требования: PC не ниже класса Pentium I ADM, Intel от 600 MHz 100 Мб HDD, 128 Мб RAM; Windows, Linux, Adobe Acrobat Reader. – Загл. с экрана.

ISBN 978-5-00102-204-6

ББК 75

ISBN 978-5-00102-204-6

© Красноярский государственный
педагогический университет
им. В.П. Астафьева, 2018

Оглавление

<i>Востриков В.А., Нияскина А.В.</i> ЭНЕРГЕТИЧЕСКИЕ И ПРОСТРАНСТВЕННО-ВРЕМЕННЫЕ ХАРАКТЕРИСТИКИ ДВИЖЕНИЙ СПОРТСМЕНОВ	5
<i>Панов Р.В.</i> К ВОПРОСУ О ФОРМИРОВАНИИ ГОТОВНОСТИ ШКОЛЬНИКОВ-ПОДРОСТКОВ К БЕЗОПАСНОМУ ПОВЕДЕНИЮ В ПОВСЕДНЕВНОЙ ЖИЗНИ.....	12
<i>Куклина Ю.А.</i> ОБОСНОВАНИЕ СРЕДСТВ И МЕТОДОВ ПОВЫШЕНИЯ ТЕХНИКИ НАПАДАЮЩЕГО УДАРА У ДЕВОЧЕК 11-12 ЛЕТ, ЗАНИМАЮЩИХСЯ ВОЛЕЙБОМ.....	22
<i>Петрик А.А.</i> ПЕДАГОГИЧЕСКОЕ СОПРОВОЖДЕНИЕ ДЕТЕЙ МЛАДШЕГО ШКОЛЬНОГО ВОЗРАСТА НА УРОКАХ ФИЗИЧЕСКОЙ КУЛЬТУРЫ.....	29
<i>Трофимова Е.И.</i> ИСПОЛЬЗОВАНИЕ МЕТОДА КРУГОВОЙ ТРЕНИРОВКИ В СПЕЦИАЛЬНЫХ МЕДИЦИНСКИХ ГРУППАХ	40
<i>Катцин О.А.</i> СПОРТИВНО-ТЕХНИЧЕСКИЙ КЛУБ ПОДВОДНОГО СПОРТА «ДИАНЕМА» КАК ФАКТОР СОЦИАЛИЗАЦИИ ЛИЧНОСТИ.....	48
<i>Куюков Р.А., Вахрушев С.А.</i> ПАТРИОТИЧЕСКОЕ ВОСПИТАНИЕ КАК ОСНОВА ПРАВИЛЬНОГО ФОРМИРОВАНИЯ МОРАЛЬНО ЗДОРОВОЙ ЛИЧНОСТИ	55
<i>Сукаленко И.А.</i> ПРИМЕНЕНИЕ МЕТОДА ПРОЕКТИРОВАНИЯ НА УРОКАХ ОБЖ ДЛЯ ФОРМИРОВАНИЯ НАВЫКОВ БЕЗОПАСНОГО ПОВЕДЕНИЯ у ОБУЧАЮЩИХСЯ	60

<i>Зуева Н.А., Маланичева Т.В.</i> К ВОПРОСУ О СЕМЕЙНОМ ОБРАЗОВАНИИ В ФИЗИЧЕСКОЙ КУЛЬТУРЕ.....	68
<i>Лайко Т.Т.</i> ФУТБОЛ КАК СРЕДСТВО ОРГАНИЗАЦИИ СВОБОДНОГО ВРЕМЕНИ ШКОЛЬНИКОВ	74
<i>Черкашин В.И.</i> ЗНАЧЕНИЕ СПОРТА В СОЦИАЛИЗАЦИИ СОВРЕМЕННОЙ МОЛОДЕЖИ	82
<i>Якутенок К.Э.</i> ИССЛЕДОВАНИЕ КАНАЛОВ ТРУДОУСТРОЙСТВА СТУДЕНТОВ ИНСТИТУТА ФИЗИЧЕСКОЙ КУЛЬТУРЫ, СПОРТА И ТУРИЗМА.....	88
<i>Гофман Е.В.</i> ОЗДОРОВИТЕЛЬНЫЕ ЗАНЯТИЯ ПЛАВАНИЕМ КАК СПОСОБ КОРРЕКЦИИ НАРУШЕНИЯ ОСАНКИ У ДЕТЕЙ.....	99
<i>Романова В.В.</i> ИССЛЕДОВАНИЕ ПРОБЛЕМЫ ИГРОВОЙ ЗАВИСИМОСТИ ОБУЧАЮЩИХСЯ.....	107
<i>Ситников Ю.Е.</i> ГОТОВНОСТЬ БУДУЩЕГО ПЕДАГОГА К ПРИМЕНЕНИЮ ЗДОРОВЬЕСБЕРЕГАЮЩИХ ТЕХНОЛОГИЙ В ОБРАЗОВАТЕЛЬНОЙ СРЕДЕ.....	116
<i>Соловьев В.В.</i> ОБУЧЕНИЕ ПРАВИЛАМ ОКАЗАНИЯ ПЕРВОЙ ПОМОЩИ СРЕДСТВАМИ УЧЕБНЫХ КЕЙСОВ НА УРОКАХ ОСНОВ БЕЗОПАСНОСТИ ЖИЗНЕДЕЯТЕЛЬНОСТИ	124
<i>Тропин М.Д.</i> РЕАЛИЗАЦИЯ ДЫХАТЕЛЬНОЙ ГИМНАСТИКИ В ПРАКТИКЕ ФИЗИЧЕСКОГО ОБРАЗОВАНИЯ ОБУЧАЮЩИХСЯ МЛАДШЕЙ ШКОЛЫ	133
<i>Чукаленко А.С.</i> ФОРМИРОВАНИЕ ОСНОВ БЕЗОПАСНОГО ПОВЕДЕНИЯ ПРИ ПОЖАРЕ ОБУЧАЮЩИХСЯ 14-15 ЛЕТ	142

ЭНЕРГЕТИЧЕСКИЕ И ПРОСТРАНСТВЕННО-ВРЕМЕННЫЕ ХАРАКТЕРИСТИКИ ДВИЖЕНИЙ СПОРТСМЕНОВ

ENERGY AND SPACE-TIME CHARACTERISTICS OF MOVEMENT OF ATHLETES

Востриков В.А., Нияскина А.В.

*Оренбургский государственный
педагогический университет, г. Оренбург*

Vostrikov V.A., Niyaskina A.V.

Orenburg State Pedagogical University, Orenburg

Аннотация. В представленной статье предпринята попытка обоснования и выявления пространственно-временных характеристик двигательных действий спортсменов и энергетических ресурсов при их выполнении. Представленные характеристики отражают параметры двигательных действий, которые могут быть учтены при рационализации построения учебно-тренировочного процесса в обучении и повышении технической подготовленности спортсменов.

Abstract. In the presented article, an attempt is made to substantiate and reveal the spatial-temporal characteristics of the motor actions of the athletes and the energy inputs when they are performed. The presented characteristics reflect the parameters of the motor actions, which can be taken into account in the rationalization of the construction of the training process, in training and improving the technical preparedness of athletes.

Введение. Сформированность технико-тактического мастерства спортсмена, достижение им высокого уровня физической, функциональной, психологической подготовленности обуславливается наряду с научно-методическим, медико-биологическим, материально-техническим обеспечением эргономикой, то есть экономичностью его энергозатрат

и пространственно-временных характеристик движений, что в совокупности представленных воздействий приводит к результативной составляющей – успешности деятельности спортсмена в тренировочной и соревновательной деятельности.

Материалы исследования. На основании собственных исследований, анализе научно-методической литературы, связанной с заявленной темой статьи нами предпринята попытка обоснования и выявления характеристик движений спортсменов с позиции биомеханических характеристик и их энергообеспечения. Обобщенным показателем деятельности спортсмена, который можно количественно измерить и качественно оценить, является расход физической энергии. По этому показателю можно судить о функциональном состоянии спортсмена, его физической (двигательной) подготовленности и необходимости своевременного проведения восстановительных мероприятий.

Результаты и их обсуждение. Анализ двигательной деятельности спортсменов свидетельствует об ее общей закономерности: в определенном диапазоне интенсивности работы расход энергии пропорционален мышечной работе и носит ярко выраженный линейный характер. В зависимости от индивидуальных особенностей при выполнении одной и той же работы порог появления усталости проявляется неоднозначно и зависит от ряда показателей (возраст, общая тренировка, эмоциональное настроение, мотивация деятельности и др.).

Величина энергозатрат и порог наступления утомления во многом зависят от физиологического состояния, состояния функциональной системы спортсмена. В ряде случаев отмечается значительное измене-

ние физиологических показателей в сторону увеличения (газообмен, частота сердечных сокращений, дыхания), причем не, только в течение рабочего периода, но и после его окончания, то есть наблюдается феномен Ландгарта.

Также следует добавить, что наблюдается зависимость энергозатрат спортсмена от типологии его характера, силы, лабильности, возбудимости и антропометрической конституции телосложения. Антропологическая типология количественно оценивает степень выраженности энто-, мезо-, эндоморфии [1].

Наиболее полно и достоверно описывает весь комплекс рассматриваемых свойств человека политетический метод [1, 4, 5]. Выявлено, что представители различных конституционных типов обладают различным спектром способностей в двигательных действиях.

Восстановительный период для различных спортсменов также неоднозначен и зависит от субъективных и объективных показателей (время суток, условия среды обитания и т.п.).

Двигательная деятельность спортсменов представляет собой, как правило, упорядоченную структуру взаимосвязанных приемов, действий, движений, имеющих сложно-координированный характер и доведенный в большинстве случаев до высокой степени автоматизма [2]. Энергозатраты при этом следует считать по величине общих энергозатрат (энергозатраты непосредственно на выполнение двигательных действий и естественные затраты при обмене веществ). Общее количество затраченной энергии зависит от четырех переменных: уровня физической нагрузки, размеров и состава тела, возраста и ряда экзогенных факторов [3].

Энергозатраты организма спортсмена при выполнении двигательных действий прямо пропорциональны количеству потребляемого им кислорода, что в свою очередь находится в зависимости от частоты сердечных сокращений.

Энергозатраты и его работоспособность спортсмена имеют тесную и непосредственную связь. Согласно В. П. Горячкину наблюдается зависимость работоспособности человека от трех факторов: P -сила тяги; v - скорость движения; t - время работы, оптимальное соотношение между значениями указанных факторов определяется по известной формуле Машека: $P/P_{cp} + V/V_{cp} + t/t_{cp} = 3$

В характеристике деятельности спортсменов важно отметить, что в результате переключения активности на иной двигательный стереотип, наблюдается «эффект погашения» вегетативных реакций, характеризующих срочное, немедленно наступающее уменьшение степени функционального напряжения важнейших систем его организма.

Двигательная деятельность спортсменов реализуется в последовательности действий, каждое из которых обеспечивает решение частной задачи и достижение частичного результата. При этом отдельное действие подчинено цели деятельности и связано как с теми действиями, которые уже выполнены, так с теми, которые еще предстоит выполнить. Разложив действие на составляющие его движения, можно рассмотреть действие как систему определенным образом организованных движений рук, ног, туловища.

Исходя из многообразия двигательных действий спортсмена можно утверждать, что его энергозатраты будут связаны с объемом мышечного окружения суста-

ва, которое обеспечивает выполнение действия. Нами было выявлено, что при небольшом наклоне корпуса энергозатраты возрастают на 22,4%, при значительном – на 45,6% по сравнению со спокойной, прямой позой. Вместе с тем, в позе стоя отмечается увеличение энергозатрат по сравнению с позой сидя на 6-10%. Любое двигательное действие характеризуется переменными составляющими силы P , скорости v , и переключаемостью Δt .

Сила сокращения мышц спортсмена является чрезвычайно вариативной величиной и зависит, прежде всего, от характера выполняемой работы, стереотипа двигательного акта. Как правило, то, или иное движение может обеспечиваться сокращением 2 – 3 двигательных единиц или же в него может вовлекаться значительно большая мышечная масса элементов кисти, предплечья, плеча, туловища и мышц нижних конечностей.

Максимальная величина усилия определяется фактором утомления спортсмена, минимальная – необходимостью развития мышечного чувства усилий для точностной регулировки и способностью органа управления противостоять случайным смещениям внешнего и внутреннего характера. Точность движений определяется существующими дифференциальными порогами и зависит от характера решаемых задач, подготовленности и функционального состояния спортсмена.

Точностные характеристики движений подчиняются закону Вебера-Фехнера, дифференцированный их порог колеблется от 2,5 до 9,6% от исходной величины. Выявлено, что при тренировках величина порога может уменьшиться до 1%. Наиболее низкие диффе-

ренциальные пороги существуют для движений кисти и пальцев. Наиболее высокие – для мышц туловища.

Точность пространственных перемещений, зависит не только от информации от двигательного анализатора, но и от зрительного анализатора (визуального) контроля. Точность движений возрастает с увеличением усилия более 400г, но при очень больших усилиях (15-18 кг) падает из-за быстро развивающегося утомления. Большей точностью отличаются плавные эллиптические и круговые движения.

Диапазон скоростей, развиваемых при движении рук спортсменов, очень широк: от 0,01 см/с при точной плавной регулировке до 8000 см/с при метаниях. Наиболее часто используются скорости порядка 5-800 см/с. При этом максимальная точность достигается при скоростях 20-25см/с.

Скорость перемещения элементов руки зависит от направления движения: движение к себе совершается быстрее, чем от себя, вертикальное движение рукой осуществляется быстрее, чем горизонтальное, время выполнения вращательного движения быстрее (меньше) времени поступательного движения. Продолжительность движений зависит от числа суставов участвующих в движениях. На развиваемую скорость движений определенное влияние оказывает нагрузка, с ее возрастанием соответственно уменьшается темп, точность движений, быстрота.

Со скоростными характеристиками тесно связаны характеристики с переключением, т. е. число смены движений в единицу времени. Наиболее общим показателем переключаемости является темп движений, на который в свою очередь также влияет величина нагрузки.

Заключение. Таким образом, даже краткое представление пространственно– временных и энергетических характеристик движений спортсменов, может быть принято при обосновании тренировочных воздействий и рационального построения, в целом, тренировочного процесса спортсменов.

Список литературы

1. Витгейнштейн, Л. Логико-философский трактат. – М.: Наука, 1958.
2. Востриков, В.А. Методы и технические средства для изучения опорно-двигательного аппарата человека / В.А. Востриков.– Пути увеличения производства и резерва повышения качества сельскохозяйственной продукции. Оренбург: ОСХИ, 1993. – С. 28-29.
3. Привычная физическая активность и здоровье. Всемирная организация здравоохранения. Региональное бюро ВОЗ (Европейская серия №6), Копенгаген, 1982, С. 16.
4. Розова, С.С. Классификационная проблема в современной науке. – Новосибирск: Наука, 1986.
5. Сокулер, З.А. Проблема обоснования знания. – М.: Наука, 1988.

**К ВОПРОСУ О ФОРМИРОВАНИИ ГОТОВНОСТИ
ШКОЛЬНИКОВ-ПОДРОСТКОВ
К БЕЗОПАСНОМУ ПОВЕДЕНИЮ
В ПОВСЕДНЕВНОЙ ЖИЗНИ**

**TO THE QUESTION OF READINESS
FORMATION OF SAFE BEHAVIOR
OF SCHOOLCHILDREN-TEENAGERS IN
THE DAILY LIFE**

Панов Р.В.

*Красноярский государственный педагогический
университет им. В.П. Астафьева, г. Красноярск*

Panov R.V.

*Krasnoyarsk State Pedagogical University
named after V.P. Astafiev, Krasnoyars*

Научный руководитель:

доц., канд. пед. наук Строгова Н.Е.

Аннотация. В статье рассматривается теоретический аспект проблемы формирования готовности школьников-подростков к безопасному поведению в повседневной жизни, описывается опытно-экспериментальная работа по формированию данной готовности у обучающихся экспериментальной и контрольных групп, анализируется уровень сформированности готовности школьников к безопасному поведению в повседневной жизни по мотивационному, когнитивному и практическому критериям.

Abstract. The theoretical aspect of the problem of the formation of the readiness of schoolchildren for adolescents to safe behavior in the daily life is described in the article, the experimental work on the formation of this readiness among the schoolchildren of experimental and control groups is described, the level of readiness of schoolchildren for safe behavior in the daily life is analyzed in terms of motivational, cognitive and practical criteria.

Введение. Готовность к безопасному поведению в повседневной жизни – одно из важнейших условий для обеспечения личной безопасности каждого человека и общества в целом. Сегодня проблема обеспечения безопасности жизнедеятельности заявляет о себе всё более настойчиво: преступность, терроризм, военные и межнациональные конфликты, экологические катастрофы, аварии на производстве и транспорте, многое другое делают жизнь человека чрезвычайно опасной.

Формирование готовности к безопасной жизнедеятельности школьников-подростков является одной из приоритетных задач развития современной образовательной организации. Поскольку подростки в этот момент находятся в наиболее сложном периоде жизни, очень важно сформировать у них отношение к собственной безопасности как реальной ценности, на которую они будут ориентироваться своим поведением и которая затрагивает их основные, наиболее важные интересы, потребности, стимулируемые принятой в обществе системой норм и правил поведения [1, 6]. В этом возрасте легче сформировать мотивы, побуждающие детей и подростков к соблюдению норм и правил безопасного поведения дома, на улице, в школе и природе. По мнению В.И. Бачевского, Е.Н. Литвинова, В.В. Полякова и др. позитивные побуждающие мотивы являются основой для самостоятельного принятия безопасного стиля жизни [2].

Муравьева А.Н. и Бакшеева З.К. [3, 4, 5] дают следующее определение готовности к безопасной жизнедеятельности – умение действовать в специфических обстоятельствах и условиях, нестандартных ситуациях, а также способность быстро реагировать, прини-

мать решения, продумывать действия, проявлять дисциплинированность и другие нравственные качества во взаимоотношениях со сверстниками и взрослыми. Мы согласимся с этим определением и в нашем исследовании будем использовать его.

Материалы и методы. Для определения уровня и выявления динамики формирования готовности учащихся к безопасной жизнедеятельности в начале и конце опытно-экспериментальной работы нами применялись следующие методики: опросник С. Шварца и тест-опросник, составленный на основе диагностической методики Т.Д. Дубовицкой.

Результаты и их обсуждение. В нашем исследовании принимали участие 30 подростков, учащихся 8 классов МКОУ СШ № 3 с. Богучаны. Экспериментальная группа состояла из 16 учащихся 8 А класса, контрольная – из 14 учащихся 8 Б класса. В 8 А в образовательном процессе по ОБЖ мы использовали разработанную нами программу, в 8 Б классе процесс обучения проводился по обычной программе.

Разработанная нами программа включала в себя два блока:

- мотивационно-информационный: проведение занятий с использованием деловых имитационных игр.

- тренировочный: полигон безопасности жизнедеятельности

По завершении программы уровень сформированности готовности школьников к безопасному поведению в повседневной жизни по следующим критериям: мотивационный, когнитивный и практический.

Мотивирование учащихся на подготовку к безопасному поведению осуществлялось в образователь-

ном процессе через показ значимости учебного материала, разъяснение личной жизненной необходимости подготовки к обеспечению безопасности, формирование установок на высокий результат подготовки. Приводились примеры людей, имеющих хорошую подготовку в области безопасности, что позволило им успешно преодолеть опасные ситуации. Для этого использовались публикации в журналах «Основы безопасности жизни», «Основы безопасности жизнедеятельности», фрагменты телепередач, документальных и художественных фильмов, художественная литература. На занятиях учащиеся встречались с работниками МЧС, полиции, ГИБДД, которые не только приводили примеры безопасного поведения в конкретных ситуациях повседневной жизни, но и сами демонстрировали высокий уровень готовности к преодолению различных опасностей. Большую роль в воспитании ответственного и активного отношения к обучению безопасному поведению играет демонстрация преподавателем заинтересованного и увлеченного отношения к занятиям. Там, где учитель подбирал интересные и разнообразные задания, использовал активные методы обучения, отношение учащихся к обучению безопасному поведению постепенно изменялось от отрицательного или равнодушного к положительному, лично значимому. Для повышения мотивации к самосовершенствованию в области безопасности использовались задания поискового, творческого, проблемного характера, направленные на подготовку сообщений, докладов, разработку проектов, проведение исследований.

Результаты диагностики исходного уровня когнитивной готовности показали, что у одних учащихся

ся знания о способах безопасного поведения бессистемны и неполны, другие знают отдельные нормы и правила, действующие в той или иной ситуации, но не имеют опыта практического применения необходимых требований, у некоторых школьников существуют заведомо ложные представления о предпочитаемых в определенных условиях действиях. Противоречивый характер информации, получаемой подростками из различных источников, зачастую приводит к искаженным представлениям об опасных и вредных факторах окружающей среды, что, в свою очередь, способствует формированию деструктивного поведения. Поэтому формирование когнитивного компонента готовности к безопасному поведению имеет немаловажное значение.

В ходе подготовки учащиеся изучали опасности окружающей среды, их физические свойства, признаки, причины возникновения опасной ситуации, ее последствия, правила и способы безопасного поведения в повседневной жизни, позволяющие спрогнозировать, предотвратить, избежать или преодолеть опасную ситуацию. Такой алгоритм рассмотрения каждой конкретной опасности позволял в дальнейшем формировать умения предвидеть, распознавать опасные факторы, принимать правильное решение о выборе способа взаимодействия с данной ситуацией. Усвоенная информация об опасных ситуациях вызывает не только сознательное противодействие им, но и порождает неосознанные процессы саморегуляции, способствующие противостоянию вредным воздействиям. Поэтому важно заблаговременно предупреждать подростков об опасных ситуациях, которые могут возникнуть на отдельных этапах их жизнедеятельности.

Нашей задачей также было не запугать учащихся, а научить правильно воспринимать, оценивать и учитывать особенности тех или иных опасных факторов при принятии решения и успешного выполнения действий. В процессе обучения безопасному поведению использовались иллюстрации фотографий мест происшествий, разрушений, последствий взаимодействия человека с опасной ситуацией; демонстрации фильмов о различных способах поведения в опасной ситуации; ознакомление со средствами защиты.

Успешность и эффективность действий школьников-подростков в опасной ситуации формируется в результате актуализации и активизации жизненного опыта. Для его получения и накопления нами использовался «полигон безопасности жизнедеятельности», который организовывался следующим образом: На большом пространстве, которым послужило спортивное поле школы, установили несколько пунктов-станций, где осуществлялся тренинг по следующим направлениям: 1) безопасность поведения в помещении (дом, класс, школа); 2) безопасность поведения в транспорте (водный, железнодорожный, сухопутный); 3) безопасность поведения на дороге; 4) безопасность поведения на воде; 5) безопасность поведения в лесу; 6) безопасность поведения в общественных местах (музей, парк, автобусная остановка); 7) безопасность поведения в отношениях и общении с людьми (встреча с группой, в которой были ровесники, старшие школьники, взрослые, люди пожилого возраста).

Таким образом, на каждой станции полигона у школьников-подростков формировалась готовность к безопасной жизнедеятельности в повседневной жизни – общий кругозор или отношение старшеклас-

ков к ситуации, или личный опыт в сфере обеспечения безопасной жизнедеятельности, или личностные нравственные качества (сознательная дисциплинированность, организованность в работе, ответственность, общественная направленность, инициативность, заинтересованность, самостоятельность).

Наибольшие изменения уровня мотивационной готовности в экспериментальной группе произошли после первого этапа процесса формирования безопасного поведения. Этому способствовало разъяснение личной жизненной необходимости подготовки к обеспечению безопасности, показ практической значимости изучаемого материала, использование примеров из жизни, интересных и разнообразных заданий. Реализация активных методов обучения, включение всех учащихся в совместную деятельность по решению проблем, отработка действий и поведения в ситуациях, схожих с реальными, на последующих этапах помогли подросткам осознать важность безопасного поведения и необходимость подготовки в области обеспечения безопасности. Учащиеся этой выборки отмечают, что учебные занятия по обучению безопасному поведению стали им интересны, повысилась активность, самостоятельность в выполнении заданий, решении ситуационных задач. Они стали читать дополнительную литературу, смотреть телепередачи по обеспечению личной безопасности. Учителя, участники опытно-экспериментальной работы, отметили, что подростки стали более целеустремленными в учебе, стремились к улучшению качества своей подготовки, расширению своего кругозора, активно посещали внеклассные мероприятия, самостоятельно вызывались участвовать в мероприятиях научно-

исследовательского характера (конференции, конкурсы, олимпиады). Учащиеся, демонстрировали умения привлекать знания, приобретенные на различных уроках.

В контрольной группе результаты следующие: если на первом этапе произошли небольшие изменения уровней готовности в сторону улучшения, то на последующих этапах уровни – остались практически без изменения. Это связано с тем, что преподаватели безопасности жизнедеятельности и других учебных дисциплин не уделяют должного внимания активизации познавательной деятельности школьников, развитию интереса к подготовке в области безопасности, порой сами проявляют равнодушное, незаинтересованное отношение к занятиям, а это, в свою очередь, не способствует формированию мотивов безопасного поведения.

Изменения представлены ниже на диаграммах.

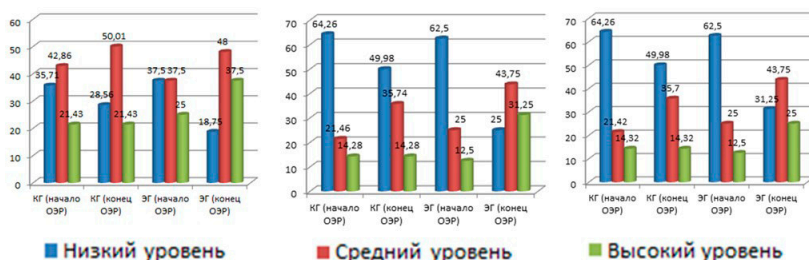


Рисунок 1 – Динамика сформированности готовности подростков к безопасному поведению по мотивационному, когнитивному и практическому критериям

Заключение. Диагностика позволила оценить уровень сформированности готовности к безопасному поведению в повседневной жизни школьников-подростков, что позволило выявить три уровня готовности. На констатирующем этапе опытно-

экспериментальной работы учащиеся экспериментальной и контрольной групп не показали значительных различий в степени сформированности данной готовности.

Реализация программы формирования готовности к безопасному поведению в повседневной жизни, основанной на погружении подростков в приближенные к реальности опасные ситуации (информационные, имитационные и дозированного риска), свидетельствует об эффективности и целесообразности ее использования для становления мотивационной и когнитивной основы безопасного поведения, формирования умений и навыков эффективного взаимодействия с опасными ситуациями повседневной жизни.

Увеличение количества учащихся экспериментальной группы со средним и высоким уровнем готовности к безопасному поведению, уменьшение числа подростков с низким уровнем позволило сделать заключение о том, что эффект положительных изменений обусловлен использованием в образовательном процессе разработанной программы формирования готовности к безопасному поведению в повседневной жизни.

Список литературы

1. Бакшеева З. К., Строгова Н. Е., Зайцева М. С. Сопоставительная характеристика состояния здорового образа жизни студентов высшей школы / З. К. Бакшеева, Н. Е. Строгова, М. С. Зайцева // Физкультурно-оздоровительная деятельность и социализация молодежи в современном обществе: материалы I Всероссийской научно-практической конференции. – Красноярск, 2017. – С. 187-196.

2. Жуйков А. В., Строгова Н. Е. К проблеме формирования позитивного отношения к здоровью и безопасному поведению учащихся / А. В. Жуйков, Н. Е. Строгова // Молодежь и наука XXI века: материалы XIII Всероссийской (с международным участием) научно-практической конференции студентов, аспирантов и молодых ученых. В 4 томах. Том 3. (Красноярск, 17 апреля 2012 г.) / отв. за выпуск В.И. Пихутина. – Красноярск, 2012. – С. 81-83.
3. Муравьёва А. Н., Бакшеева З. К. Педагогические условия эффективности формирования готовности к безопасности жизнедеятельности младших школьников / А. Н. Муравьёва, З. К. Бакшеева // Вестник КГПУ им. В.П. Астафьева. – 2013. – № 1 (23). – С.120-122.
4. Муравьёва А.Н., Бакшеева З.К. Результаты исследования проблемы безопасности жизнедеятельности школьников в образовательном пространстве школы / А. Н. Муравьёва, З. К. Бакшеева // Вестник КГПУ им. В.П. Астафьева. – 2011. – № 2. – С. 94-98.
5. Муравьёва А.Н., Бакшеева З.К. Современное состояние проблемы формирования готовности младших школьников к безопасности жизнедеятельности / А. Н. Муравьёва, З. К. Бакшеева // Вестник КГПУ им. В.П. Астафьева. – 2012. – № 1. – С. 85-87.
6. Усова Т. В., Строгова Н. Е. Физкультурно-оздоровительная деятельность в формировании здорового образа жизни у студенческой молодежи // Физкультурно-оздоровительная деятельность и социализация молодежи в современном обществе: материалы I Всероссийской научно-практической конференции. – Красноярск, 2017. – С. 355-360.

**ОБОСНОВАНИЕ СРЕДСТВ И МЕТОДОВ
ПОВЫШЕНИЯ ТЕХНИКИ
НАПАДАЮЩЕГО УДАРА
У ДЕВОЧЕК 11-12 ЛЕТ,
ЗАНИМАЮЩИХСЯ ВОЛЕЙБОМ**

**SUBSTANTIATION OF MEANS AND METHODS
OF INCREASING THE TECHNIQUE OF FORWARD
STRIKE IN GIRLS 11-12 YEARS OLD ENGAGED
IN VOLLEYBALL**

Куклина Ю.А.

*Красноярский государственный педагогический
университет им. В.П. Астафьева, г. Красноярск*

Kuklina Y.A.

*Krasnoyarsk State Pedagogical University
named after V.P. Astafiev, Krasnoyarsk*

Научный руководитель:

проф., доктор пед. наук Сидоров Л.К.

Аннотация. В данной статье аргументируется, какими средствами и методами будет повышена техника нападающего удара девушек 11-12 лет, занимающихся волейболом. Выявлено, что большую роль в совершенствовании техники нападающего удара играют специальные упражнения. На основании проведенного исследования, которое проходило в МБОУ «Лицей» г. Лесосибирска, показано, что девочки экспериментальной группы имели значительно более высокие тестовые баллы, что свидетельствует о значительном улучшении физической и технической подготовленности юных волейболистов.

Abstract. This article argues what means and methods will increase the technique of forward strike in outside the educational work of girls 11-12 years old, engaged in volleyball. It is revealed that the special exercises play a big role to improve the technique of the striker. On the basis of the study, which took

place in the Lyceum of Lesosibirsk, showed that the children of the experimental group had significantly higher test scores, which indicates a significant improvement in the physical and technical readiness of young volleyball players.

Введение. Современный волейбол представляет собой игру, в которой основным средством атаки является прямой нападающий удар. Одним из показателей эффективного завершения атакующего действия является выполнение нападающего удара по мячу в высшей точке взлета, которая достигается за счет ростовых показателей, физической подготовленности, рационального выполнения фазы разбега и прыжка [2, 4, 7].

При рассмотрении и анализе работ, посвященных обучению технике нападающего удара, выявлено, что в учебно-методической литературе недостаточно изучен и обоснован педагогический подход к овладению техникой нападающего удара у девочек 11-12 лет увеличена длина тела и они отстают в развитии силовых и скоростно-силовых качеств, что и определило актуальность исследования [1, 3, 5].

Цель исследования: экспериментальное обоснование средств и методов повышения техники нападающего удара во вне учебной работе у девочек 11-12 лет, занимающихся волейболом.

Материалы и методы. Для решения поставленных задач были использованы следующие методы:

- теоретический анализ и обобщение литературных источников по данной проблеме;
- педагогические наблюдения;
- тестирование;
- педагогический эксперимент;
- методы математической статистики.

Теоретический анализ и обобщение литературных источников проводился с целью выявления современного состояния вопроса по исследуемой теме, для обоснования актуальности темы, определения задач и выявления путей их решения.

Педагогические наблюдения проводились с целью оценки эффективности разработанной методики в совершенствовании прямого нападающего удара.

Для оценки динамики показателей технической и физической подготовленности волейболистов нами использовались тесты, предложенные в Программе по волейболу для ДЮСШ [6].

Методы математической статистики использовались с целью выявления объективных закономерностей при обработке полученных данных в ходе эксперимента данных и определении их характера и значений [8, 9]. Результаты подсчетов данных уровня техники нападающего удара у девочек экспериментальной и контрольной группы приведены в таб. 1 и 2.

Исследование особенностей техники нападающего удара у девочек, занимающихся волейболом в экспериментальной и контрольной группах с применением упражнений для повышения техники нападающего удара, проводилось в МБОУ «Лицей» г. Лесосибирска в период с октября по декабрь 2017 г. Время проведения тестов, характер отдыха между попытками были постоянными для всех испытуемых. Общее количество испытуемых 18 девочек. Экспериментальную группу составляют 9 девочек, занимающихся в секции волейбола при школе, контрольную группу составляют 9 девочек 11-12 лет, занимающиеся волейболом на уроках физической культуры.

Методика обучения нападающему удару девочек 11-12 лет включает в себя два блока:

1. Первый блок направлен на обучение техники нападающего удара, включает в себя подводящие упражнения и упражнения совершенствования нападающего удара в волейболе.

2. Второй блок представляет собой систему основных упражнений на тренажерах, способствующие закреплению техники нападающему удару.

В первый блок был включен разработанный комплекс подготовительных и подводящих упражнений, направленных на эффективное освоение данного технического приема учащимися. Второй блок включал упражнения на тренажерах: тренажер «Волейбольный мяч», который позволяет безопасно выполнять такие упражнения, как нападающий удар, верхняя подача, блокирование; «Опрокидывающиеся мишени».

Результаты и их обсуждение. В сравнительном анализе данных экспериментальной и контрольной групп было выявлено, что в тесте «нападающий удар из зоны № 4 в зоны № 5 и 1» таблица 1 на начальном этапе эксперимента группы находятся практически на одном уровне. Прирост уровня развития исследуемого качества составил: в экспериментальной группе 4,8, а в контрольной – 1,6. В экспериментальной группе различия до и после эксперимента статистически достоверны на уровне 95% вероятности.

Таблица 1

Изменение показателей в тесте «Нападающий удар из зоны № 4 в зоны № 5 и 1»

	Экспериментальная группа	Контрольная группа	Т	Р
До эксперимента	26,2±0,9	27±0,8	0,64	P >0,05
После эксперимента	31±0,8	28,6±0,7	2,18	P <0,05

В сравнительном анализе данных экспериментальной и контрольной групп было выявлено, что в тесте « Нападающий удар из зоны № 2 в зоны № 1 и 5» таблица 2 на начальном этапе эксперимента группы находятся практически на одном уровне. Прирост уровня развития исследуемого качества составил в экспериментальной группе – 4,7, а в контрольной – 2, 3. В экспериментальной группе различия до и после эксперимента статистически достоверны на уровне 95% вероятности.

Таблица 2

Изменение показателей в тесте «Нападающий удар из зоны № 2 в зоны № 1 и 5»

	Экспериментальная группа	Контрольная группа	Т	Р
До эксперимента	26,1±0,9	25,8±0,6	0,25	P >0,05
После эксперимента	30,8±1	28,1±0,6	2,19	P <0,05

В тестах, направленных на исследование технической подготовленности, а именно попадание мяча в мишень из различных зон свидетельствует о значительном приросте попаданий, что позволяет сделать вывод об эффективности применения тренажеров в обучении:

- тренажер «подвесные мячи на амортизаторах», который способствовал подбору правильного разбега и выбора места для отталкивания, а также поможет при отработке техники удара по мячу на месте.

- Опрокидывающиеся мишени, используемые для тренировки нацеленного нападающего удара и способствующий точности попадания мяча [10, с. 318].

Прирост показателей повышения техники нападающего удара юных волейболисток свидетельствуют об эффективности применения тренажеров в обучении нападающему удару.

Заключение. Проведенное исследование позволяет сделать следующие выводы:

1. В результате анализа данных литературных источников были выделены особенности техники прямого нападающего удара.

Проведенный теоретический анализ литературы свидетельствует, о следующих этапах технической подготовки волейболе:

– начальное разучивание; – формирование умения совершенного выполнения технического приёма (этап углубленного разучивания); – этап совершенствования – достижения высокой стабильности и рациональной вариативности технических приёмов.

2. В разработанной нами методике совершенствование техники выполнения прямого нападающего удара используются комплексы специальных упражнений, направленных на совершенствования техники прямого нападающего удара. Авторская методика обучения нападающему удару девочек 11-12 лет включает в себя два блока:

1. Первый блок направлен на обучение техники нападающего удара и включает в себя подводящие упражнения и упражнения совершенствования нападающего удара в волейболе.

2. Вторым блоком представляет собой систему основных упражнений на тренажерах, способствующих закреплению техники нападающего удара.

II блок: упражнения на тренажерах: «Волейбольный мяч», опрокидывающиеся мишени

3. В результате исследования было установлено, что систематическое применение разработанной методики позволяет оптимизировать процесс технической подготовки волейболистов.

Список литературы

1. Беляев А.В. Волейбол на уроках физической культуры. – 2-е изд. – М.: Физкультура и Спорт, 2005. – 144с.
2. Беляев А.В., Савин М.В. Волейбол. Учебник для вузов. – 4-е изд. – М.: ТВТ Дивизион, 2009.
3. Беляев, А. В. Обучение технике игры в волейбол и ее совершенствование / А. В. Беляев. М.: ВФВ, 1995.
4. Волейбол : учебник; под ред. А.В. Беляева, М.В. Савина. – М.: Физическое образование и наука, 2000.
5. Всероссийская Федерация Волейбола. Волейбол (сборник статей). Москва, 2000.
6. Железняк Ю.Д., Портнов Ю.М. Спортивные игры: Совершенствование спортивного мастерства: Учеб. для студ. высш. учеб. заведений.– М.: Издательский центр Академия, 2004.
7. Козырева Л. «Волейбол» М.: «Физкультура и спорт», 2003.
8. Колпакова Т.В., Кужугет А.А. Математическая статистика для студентов ИФКСиЗ им. И.С. Ярыгина. М., 2015.
9. Холодов, Ж. К. Теория и методика физического воспитания и спорта: Учебник / Ж.К. Холодов, В. С. Кузнецова. – М.: Издательский центр «Академия», 2003.
10. Юшкевич Т.П. Тренажёры в спорте / Т.П. Юшкевич, В.Е. Васюк, В.А. Буланов. М.: ФиС, 1989.

ПЕДАГОГИЧЕСКОЕ СОПРОВОЖДЕНИЕ ДЕТЕЙ МЛАДШЕГО ШКОЛЬНОГО ВОЗРАСТА НА УРОКАХ ФИЗИЧЕСКОЙ КУЛЬТУРЫ

PEDAGOGICAL SUPPORT OF CHILDREN OF THE YOUNG SCHOOL AGE ON LESSONS OF PHYSICAL CULTURE

Петрик А.А.

Красноярский государственный педагогический университет им. В.П. Астафьева, г.Красноярск

Petrik A.A.

*Krasnoyarsk State Pedagogical University named after
V.P. Astafiev, Krasnoyarsk*

Научный руководитель:

док. пед. наук Янова М.Г.

Аннотация: В статье обосновывается необходимость и приводится анализ педагогического сопровождения детей младшего школьного возраста на уроках физической культуры. Охарактеризованы возрастные психофизиологические особенности младшего школьного возраста. Представлено авторское изложение содержания и этапы педагогического сопровождения детей младшего школьного возраста на уроках физической культуры.

Ключевые слова: школьники, младший школьный возраст, сопровождение, педагогическое сопровождение, урок физической культуры, физическая культура, физическое воспитание.

Abstract: The article substantiates the necessity and provides an analysis of the pedagogical support of children of primary school age in physical education classes. Characterized by age psychophysiological features of primary school age. The author presents the contents and stages of pedagogical support of children of primary school age at physical education classes.

Введение. Занятия физической культурой и спортом являются одним из важных условий гармонического развития личности детей, которые проявляются в повышении уровня их физического развития и укрепления здоровья, приобретении ими специальных знаний. Занятия физической культурой способствуют формированию интеллектуальной, волевой и эмоциональной сфер ребенка, его эстетических представлений и потребностей. Так, А.О. Гуляев определяет цели и задачи учебного предмета «Физическая культура», рассматривая его как обучение школьников физкультурным знаниям, двигательным умениям, развитие физических качеств, необходимых человеку в повседневной жизни и в спортивных занятиях [3].

По оценкам исследователей от 20 до 60% современных школьников младшего возраста имеют серьезные трудности адаптации к условиям школьного обучения. Причины распространения дезадаптации детей младшего школьного возраста кроются в том, что в образовательном процессе слабо учитываются индивидуальные особенности, склонности и интересы ребенка, снижаются показатели психического и физического здоровья, эмоционального благополучия детей [1]. Помочь ребенку адаптироваться в сложных условиях школы призвана дисциплина «физическая культура», которая рассматривается как «уровень сформированности правильного отношения человека к своему здоровью и физическому состоянию, обусловленный образом жизни, системой сохранения здоровья и физкультурно-спортивной деятельностью, знанием о единстве гармонии тела и духа, о развитии духовных и физических сил» [2]. Решение обозначен-

ных проблем тесно связывается с условием регулярного посещения школьниками занятий по физической культуре, что возможно только при условии педагогического сопровождения младших школьников на уроках физической культуры.

Современный период развития России характеризуется особенностями транзитивных преобразований: увеличение количества компьютерной техники, современных гаджетов, что влечет за собой неуклонный рост проблем со здоровьем у подрастающего поколения. В связи с этим возникает необходимость разработки программ педагогического сопровождения по развитию детей, начиная с младшего школьного возраста. Педагогическое сопровождение должно быть ориентировано на гармоническое развитие личности обучающихся, и физическая культура в этом смысле призвана решить проблемы здоровьесбережения. Педагогическое сопровождение позволит успешно формировать знания, умения и навыки в области физической культуры, в соответствии с индивидуальными особенностями личности и, в конечном итоге, существенно повысить эффективность социализации ребенка в обществе.

Младший школьный возраст, как отмечает Л.Д. Глазырина, является ответственным периодом в формировании двигательных умений и физических качеств детей, формируются интересы и мотивы к занятиям физической культуры, к спорту, выявляется специфика индивидуальных физических и двигательных проявлений, предрасположенность к тем или иным видам физической активности и спорту. В младшем школьном возрасте закладываются основы культуры движений, успешно осваиваются физические

упражнения, действия и знания о здоровье и физической культуре. Представления младших школьников о значимости физической культуры в целом конкретизируются по мере получения знаний о сущности самого здоровья, здоровом образе жизни, о действии факторов физической культуры на состояние здоровья [2].

Особенности младшего школьного возраста определяют ориентиры педагогического сопровождения детей на уроках физической культуры для успешной физкультурно-спортивной подготовки обучающихся. Данное сопровождение предполагает разработку и реализацию педагогических условий.

М.Г. Янова отмечает, что педагогическое сопровождение определяется как деятельность, процесс, система. В отличие от традиционных педагогических форм оно более индивидуализировано и гибко, в большей степени учитывает динамику самого обучающегося, более многоаспектно, имеет перманентный характер. В процессе сопровождения субъект самостоятелен в принятии решений, что позволяет раскрыть термин «сопровождение» через создание условий для принятия субъектом решения в ситуации выбора [4].

Педагогическое сопровождение детей младшего школьного возраста подразумевает участие педагога в учебной деятельности обучающихся, является направлением профессиональной деятельности педагогов, способствующее успешному обучению и развитию школьника в условиях здоровьесбережения. Важной задачей педагогического сопровождения физического воспитания должно быть понимание, выявление возможных двигательных достижений в развитии физических индивидуальных, личностных и субъектно-деятельностных характеристик обучающихся.

Вслед за Е.И. Пилюгиной педагогическое сопровождение младших школьников на уроках физической культуры рассматривается нами как метод, создающий условия для достижения целей субъектами образовательного пространства в субъектно-субъектных отношениях в интересах здоровья подрастающего поколения [5]. Педагогическое сопровождение обучающихся на уроках физической культуры гарантирует обеспечение возможности принятия оптимальных решений в ходе образовательного процесса и создает индивидуальную траекторию физической подготовки младших школьников через реализацию образовательной программы с учетом личностных физических возможностей и потребностей в физическом развитии.

Организация педагогического сопровождения младших школьников на уроках физической культуры позволяет совершенствовать уроки физической культуры в начальной школе и повысить его эффективность. Одним из требований к современному уроку является обеспечение дифференцированного и индивидуального подхода к обучающимся с учётом состояния здоровья, пола, особенностей развития психических свойств, уровня физической подготовленности обучающихся.

Педагогическое сопровождение детей младшего школьного возраста на уроках физической культуры включает в себя:

- систематическое диагностическое исследование личностных особенностей обучающихся, изучение состояния здоровья каждого ребенка;
- разработка и выбор средств, методов, технологий в соответствии с результатами диагностики;

- развитие у детей мотивации и интереса к урокам физической культуры;

- соответствие организационной и содержательной сторон учебно-воспитательного процесса потребностям и возможностям каждого младшего школьника благотворно влияет на формирование положительной мотивации к урокам физической культуры, что способствует сохранению и укреплению здоровья учащихся;

- обеспечение стремления к мотивации успеха. Деятельность, обеспечивающая положительные результаты, является механизмом формирования потребности в дальнейшем самосовершенствовании [6].

Рассматривая педагогическое сопровождение детей младшего школьного возраста в его содержательном и процессуальном выражении, отмечаем, что педагогическое сопровождение реализуется поэтапно. Так, Е.И. Пилюгина выделяет следующие этапы педагогического сопровождения детей младшего школьного возраста на уроках физической культуры:

- 1) диагностический (определение исходного уровня мотивации к урокам физической культуры, теоретических знаний и уровня развития физических качеств);

- 2) мотивационный (создание положительной мотивации к урокам физической культуры);

- 3) деятельностьный (формирование и совершенствование теоретических знаний по физической культуре и развитие физической подготовленности);

- 4) контрольный – этап контроля достигнутых результатов (включает в себя повторную диагностику уровня физической подготовки, теоретических знаний о физической культуре, здоровье) [7].

Для выявления общего физического состояния детей младшего школьного возраста в начале учебного года диагностика уровня физической подготовленности осуществляется с помощью тестов по выявлению состояния здоровья обучающихся (по данным медицинских карт).

Диагностика психофизического состояния младших школьников включает в себя исследование состояния здоровья, уровня физического развития и физической подготовленности, учёт физкультурно-спортивных потребностей и физической активности.

Деятельностный этап педагогического сопровождения включает в себя:

- Определение общей направленности занятий физическими упражнениями, под которыми понимается физическая подготовка, воспитание культуры движений.

- Разработка индивидуальных программ физического совершенствования, направленная на развитие мышечных групп, воздействие на физические качества.

- Индивидуальный подбор адекватных средств различных видов физической активности – сочетание традиционных и нетрадиционных видов физической активности младших школьников. К.В. Гобузева при составлении комплексов физических упражнений и комбинаций различной направленности указывает на необходимость учета психофизических упражнений, статических и динамических упражнений.

- Определение индивидуального объема нагрузки на занятиях физической культурой для младших школьников предусматривает расчет количества повторений, темпа и ритма движений, серий, амплитуды движений и интенсивности выполнения двигательных действий [8].

Критериями результативности педагогического сопровождения, по мнению Е.И. Пилюгиной, являются:

- субъектность (степень сформированности физической подготовленности личности, самосознание);
- активность (самостоятельность, творчество, личностное самосохранение);
- достижения в учебном процессе (успеваемость по предмету «физическая культура»;
- востребованность педагогического сопровождения (рост числа школьников, участвующих в спортивных соревнованиях, повышение мотивации к занятиям физической культуры) [7].

К показателям личностной результативности Е.И. Пилюгина относит:

- умение активно включаться в общение со сверстниками на принципах уважения, доброжелательности и взаимопомощи;
- умение проявлять положительные качества личности и управлять своими эмоциями в различных ситуациях;
- проявлять дисциплинированность, трудолюбие и упорство в достижении поставленных целей [7].

Для решения задач по педагогическому сопровождению младших школьников на уроках физической культуры была разработана авторская программа, которая включает в себя теоретическую подготовку (история развития физкультуры и спорта, понятие физической нагрузки, личная гигиена и другое). В практическую часть включены комплексы специальных упражнений: упражнения с предметами (со скакалкой, с мячами большого тенниса), акробатические упражнения (кувырки, перекаты), прыжково-координационные упражнения «Сигнальщик», сгибание и разгибание

рук в упоре из различных положений, бег с ускорением изучение и отработка ударной техники и элементов борьбы без контакта с партнером, овладение техникой передвижений, стоек, защиты.

Для реализации авторской программы был организован и проведен эксперимент по ее внедрению в процесс физического воспитания в школе. Проводились уроки по физической культуре с детьми младшего школьного возраста по разработанной программе «Обучение основам спортивных единоборств». Были сформированы две группы, одна из которых занималась по стандартной программ, а другая, помимо основного урока физической культуры дополнительно, занималась в течение 1 года по авторской программе факультативно три раза в неделю. После проведения эксперимента были проведены тесты, которые показали, что в экспериментальной группе наблюдается положительная динамика результатов по сравнению с контрольной. Школьники из группы занимающихся дополнительно по авторской программе показали хорошие и очень хорошие результаты в таких упражнениях, как сгибание и разгибание рук в упоре от пола ($\Xi_1 - 8$; $\Xi_2 - 11$), где Ξ_1 – результат 1-го контрольного среза, а Ξ_2 – результат 2го контрольного среза, подъем туловища из положения лежа на спине ($\Xi_1 - 9$; $\Xi_2 - 16$), нанесение ударов руками и ногами «по воздуху». Также обучающиеся стали с большим удовольствием посещать уроки по школьной программе, так как у них появилась мотивация совершенствовать себя не только в физическом, но и интеллектуальном развитии, достигать новых результатов в своем обучении. Было отмечено повышение дисциплинированности и умения общаться со сверстниками, проявляя свои поло-

жительные качества. Кроме этого значительно снизилось количество школьников жалующихся на плохое самочувствие. Группа школьников, обучающихся по стандартной программе, показала более скромные результаты. Это позволяет сделать вывод, что наша программа результативна для использования ее в качестве педагогического сопровождения детей младшего школьного возраста.

Заключение. Применительно к физической культуре младших школьников в педагогическом сопровождении реализуются требования к процессу физкультурного образования, где оцениваются результаты учебно-воспитательного процесса, совершенствуется содержание основного и дополнительного физкультурного образования, реализуются современные формы организации двигательной деятельности, повышается эффективность профессиональной деятельности педагога, осуществляется массовое привлечение школьников к активным занятиям физической культурой и спортом.

Список литературы

1. Беличева С.А. Социально-педагогическая поддержка детей и семей «группы риска». – М., 2006. – 103 с.
2. Глазырина Л.Д. Физическая культура – младшим школьникам. – М.: Владос, 1999. – 264 с.
3. Гуляев А. О современном уроке физкультуры. // Физическая культура в школе. – 2001. – № 6. – С. 50-61
4. Янова М.Г. Педагогические стратегии формирования организационной культуры будущего учителя [Электронный ресурс]: <https://www.sworld.com.ua/index.php/ru/pedagogy-psychology-and-sociology/theory-and-methods-of-studying-education-and-training/1472-midsummer-mg>

5. Пилюгина Е.И. Педагогическая технология сопровождения учащихся старших классов в образовательной области «физическая культура»./ / Сибирский педагогический журнал. 2010. № 7. С. 116-122.
6. Глоба Г.В., Ширин Я.В. Повышение уровня физических качеств учеников путем организации педагогического сопровождения на уроках физической культуры с детьми 9-10 лет.// Научный альманах. 2015. № 9 (11). С. 397-400.
7. Пилюгина Е.И. К проблеме моделирования технологии педагогического сопровождения физической культуры в школе.// Гуманитарные исследования. 2009. № 4. С. 258-263.
8. Гобузева К.В. Значимость сопровождения на занятиях физической культурой.// Здоровье – основа человеческого потенциала: проблемы и пути их решения. 2011. Т. 6. № 1. С. 456-458.

**ИСПОЛЬЗОВАНИЕ МЕТОДА
КРУГОВОЙ ТРЕНИРОВКИ
В СПЕЦИАЛЬНЫХ МЕДИЦИНСКИХ ГРУППАХ**

**THE USE OF THE METHOD
OF CIRCULAR TRAINING
IN SPECIAL MEDICAL GROUPS**

Трофимова Е.И.

*Красноярский государственный педагогический
университет им. В.П. Астафьева, г. Красноярск,*

Trofimova E.I.

*Krasnoyarsk State Pedagogical University
named after V.P.Astafiev, Krasnoyarsk*

Научные руководители:

доц., канд. пед. наук Попованова Н.А.,

доц., канд. мед. наук Казакова Г.Н.

Аннотация. Решение задачи поддержания и укрепления здоровья обучающихся с ограниченными возможностями здоровья и повышение их физических кондиций лежит в поиске новых технологий проведения занятий по дисциплине «Элективная дисциплина по физической культуре для обучающихся с ОВЗ и инвалидов». Метод круговой тренировки обеспечивает необходимую двигательную активность, оптимальный уровень физической, функциональной подготовленности в период обучения, коррекцию индивидуального физического развития, освоение необходимых навыков. Эффективность использования данного метода подтверждается данными проведенного мониторинга физического состояния обучающихся с ограниченными возможностями здоровья в КГПУ им. В.П. Астафьева.

Abstract. The solution of the task of maintaining and strengthening the health of students with disabilities and raising their physical condition lies in the search for new technologies for conducting classes in the discipline "Elective discipline in

physical education for students with special needs and disabled". Method of circular training supplies a necessary activity, optimum level of physical, functional readiness in the period of training, correction of individual physical development, acquiring of necessary skills. The efficiency of use of given method is confirmed by the results of the monitoring of the physical condition of special needs students in KSPU named after V.P. Astafiev.

Введение. В соответствии с ФГОС ВО дисциплины (модули) по физической культуре и спорту реализуются: «Физическая культура и спорт» в объеме не менее 72 академических часов (2 зачетные единицы); «Элективная дисциплина по общей физической подготовке», «Элективная дисциплина по подвижным и спортивным играм» и «Элективная дисциплина для обучающихся с ОВЗ и инвалидностью». Данные курсы являются курсами по выбору и реализуются в объеме 328 часов (о зачетных единицах).

После медицинского осмотра обучающиеся делятся на три группы. К основной медицинской группе (1 группа здоровья) относятся обучающиеся без отклонений в состоянии здоровья и физическом развитии, имеющие функциональные показатели, соответствующие возрасту, а также учащиеся с незначительными отклонениями.

К подготовительной медицинской группе (2 группа здоровья) относятся практически здоровые студенты, имеющие морфофункциональные отклонения, входящие в группы риска по возникновению патологии или с хроническими заболеваниями в стадии стойко-лабораторной ремиссии не менее 3-5 лет. Обучающиеся, которые относятся к основной и подготовительной медицинским группам занимаются вме-

сте по дисциплинам «Элективная дисциплина по подвижным и спортивным играм» или «Элективная дисциплина по общей физической подготовке» на выбор.

В специальную медицинскую группу (3 группа здоровья) входят обучающиеся с ограниченными возможностями здоровья (хронические заболевания, врожденные пороки развития в стадии компенсации или временного характера), не мешающими выполнению учебной и внеучебной деятельности, однако требующие ограничения физических нагрузок. Для данных обучающихся предусмотрена дисциплина «Элективная дисциплина по физической культуре для обучающихся с ОВЗ и инвалидов». Студентам, отнесенным к специальной медицинской группе, со стороны преподавателя уделяется особое внимание.

Материалы и методы. Во время практических занятий используются следующие организационные методы: индивидуальный – метод, определяющий возможность организации занятия преподавателем с одним обучающимся. В данном случае методика подбирается строго индивидуально, с учетом особенностей патологии, функциональных возможностей и подготовленности студента; групповой – преподаватель работает с группой студентов до 10 человек; индивидуально-групповой – занятие организуют и проводят несколько педагогов. Эффективность этого метода очень высока, так как у обучающихся повышается эмоциональный тонус, формируются навыки общения в группе [3].

Эффективность работы преподавателей с обучающимися с ОВЗ и инвалидностью во многом зависит от их профессиональной компетентности, от их способности обеспечивать обоснованный выбор средств

и форм обучения, опираясь на педагогические методы [1]. Одним из таких является метод круговой тренировки, который предусматривает поточное, последовательное выполнение специально подобранного комплекса физических упражнений для развития и совершенствования силы, быстроты и выносливости.

Круговая тренировка, на наш взгляд, является одним из средств повышения мотивации на занятиях физической культурой, в котором присутствует соревновательный компонент, влияющий на эмоциональное восприятие обучающихся.

Процесс круговой тренировки опирается на ряд принципов:

1. Круговая тренировка не сводится к какому-либо частному методу, а является организационно-методической формой, включающей в себя ряд физических упражнений или комплексов упражнений.

2. Подбор упражнений предполагает соблюдение разнообразия и последовательности в нагрузке на разные группы мышц и системы организма.

3. Строгое выполнение конкретных упражнений, определенным образом подобранных и сконцентрированных в заданном времени, обеспечивает развитие двигательных качеств, совершенствование умений и навыков за короткий период времени [4].

На практических занятиях использовались разнообразные средства для круговой тренировки: общеразвивающие и специальные упражнения, развивающие определенные навыки или конкретные группы мышц. Они подбирались с учетом задач, поставленных на занятия, и физических способностей обучающихся в специальной медицинской группе [2].

Обязательным условием круговой тренировки являлось предварительное изучение упражнений, предлагаемых обучающимся. Не целесообразно на каждом занятии предлагать новые комплексы упражнений, поскольку значительное время будет уходить на их освоение, в результате чего существенно снизится эффективность воздействия этих упражнений на организм.

Последовательность прохождения «станций» устанавливалась по кругу, прямоугольнику или квадрату, в зависимости от количества обучающихся на учебном занятии с учетом рационального использования площади зала и оборудования. Каждый комплекс упражнений повторялся на протяжении 4-5 занятий, после этого вводились новые упражнения и повышалась нагрузка, так как организм обучающегося постепенно приспосабливался к систематически повторяемой нагрузке.

Рассмотрим использование организационного метода круговой тренировки на примере специальной медицинской группы факультета иностранных языков КГПУ им. В. П. Астафьева.

Далее рассмотрим как осуществлялась организация и проведение круговой тренировки. В зависимости от количества обучающихся на каждом занятии проводился подбор упражнений, последовательность их выполнения, размещение станций, порядок перехода занимающихся. Расчет нагрузки на каждой станции определялся с учетом специфики заболеваний обучающихся. Планомерный переход по станциям позволял совершать упражнения на разные группы мышц, не перегружая организм и сохраняя активность на протяжении всего занятия. Во время занятия

педагогом оказывалась консультативная помощь, контролировалось выполнение заданий, изменялась нагрузка в зависимости от самочувствия студентов.

На практических занятиях по методу круговой тренировки группа студентов была разделена на четыре подгруппы. Обучающиеся выполняли упражнения на четырех станциях, переход осуществлялся по сигналу свистка против часовой стрелки (продолжительность выполнения упражнений на одной станции – 5 минут).

Задания на станциях:

1. Вращение обруча и прыжки со скакалкой (200 раз);

2. Броски баскетбольного мяча в кольцо со штрафной линии. На этой станции присутствовал соревновательный момент – каждый обучающийся считал свое количество попаданий в корзину, а в заключительной части занятия выявлялся лидер в группе;

3. Игра в волейбол в кругу (по принципу пляжного волейбола);

4. Выполнение поднятия туловища из положения лежа в сед (20 раз) и подъем спины из положения лежа на животе (20 раз). Данные задания выполняются в парах по 2 подхода, чередуясь с партнером, который фиксирует стопы во время выполнения упражнения.

Благодаря разнообразию методических вариантов мы использовали на «станциях» игровой и соревновательный методы, которые положительно влияли на психологическое состояние обучающихся. Метод круговой тренировки, на наш взгляд, позволяет нормировать нагрузку в соответствии с индивидуальными особенностями, а также учитывать интересы студентов с ОВЗ и инвалидностью.

Результаты и их обсуждение. Эффективность использования предложенного метода подтверждают данные ежегодного мониторинга физического состояния студентов специальной медицинской группы. Нами была проведена экспериментально-опытная работа по выявлению эффективности применения метода круговой тренировки на занятиях физической культурой студентов факультета иностранных языков, имеющих отклонения в состоянии здоровья. В экспериментальную группу вошли 20 человек (2 группы по 10 человек), в контрольную – 24 человека (3 группы по 8 человек). Для определения уровня физического состояния студентов специальной медицинской группы использовались следующие параметры: вес, рост, жизненная емкость легких (ЖЕЛ), частота сердечных сокращений (ЧСС), артериальное давление (АД), динамометрия кисти (ДМ кисти), время восстановления после физической нагрузки.

Исходя из опыта проведения такого тестирования, наблюдается положительная динамика темпов прироста функционального состояния. Данные мониторинга свидетельствуют о незначительном приросте показателей физических кондиций у студентов контрольной группы, в отличие от студентов экспериментальной группы, у которой по некоторым показателям виден значительный прирост. К примеру, по показателю «ДМ кисти» у студентов в экспериментальной группе прирост составил от 5 до 10 кг, в то время как в контрольной группе не более 2. Время восстановления после физической нагрузки у студентов экспериментальной группы сократилось на 14 секунд, а в контрольной на 3 секунд. Что подтверждает эффективность использования данного метода.

Заключение. Таким образом, практические занятия с использованием метода круговой тренировки обеспечивают повышение физических кондиций обучающихся с ОВЗ и инвалидностью, а мониторинг физического состояния подтверждает их эффективность. Но, несмотря на все положительные стороны круговой тренировки, ее нельзя рассматривать как универсальный метод, способный заменить все другие. Она должна применяться с другими организационно-методическими формами, занимая в учебном занятии адекватную часть времени.

Список литературы

1. Адольф В.А., Бакшеева З.К., Степанова И.Ю., Зайцева М.С., Озерец И.Г. Новые компетенции педагога для нового ученика. Часть 1. Теоретический аспект / монография / [Электронный ресурс] Электрон. дан. Систем. требования: PC не ниже класса Pentium I ADM, Intel от 600 MHz, 100 Мб HDD, 128 Мб RAM; Windows, Linux; Adobe Acrobat Reader. – Загл. с экрана. Краснояр. гос. пед. ун-т им. В.П. Астафьева. – Красноярск, 2017.
2. Бордуков М.И. Возрастные особенности регламентации физических нагрузок при воспитании физических качеств учащихся: учебно-методическое пособие; Краснояр. гос. пед. ун-т им. В.П. Астафьева. – Красноярск, 2018. – 328 с.
3. Попованова Н.А., Шадрина М.А., Трофимова Е.И. Физическое воспитание, спорт, физическая реабилитация и рекреация: проблемы и перспективы развития. – 2017. – С. 373-376.
4. Серебрянская О. Д. Метод круговой тренировки как эффективное средство повышения уровня физической подготовленности учащихся на уроках физической культуры // Образование и воспитание. – 2015. – №5. – С.34 – 38.

**СПОРТИВНО-ТЕХНИЧЕСКИЙ КЛУБ
ПОДВОДНОГО СПОРТА «ДИАНЕМА»
КАК ФАКТОР СОЦИАЛИЗАЦИИ ЛИЧНОСТИ**

**SPORTS AND TECHNICAL CLUB
OF UNDERWATER SPORTS «DIANEMA»
AS A FACTOR OF SOCIALIZATION OF THE PERSON**

Катцин О.А.

*Красноярский государственный аграрный университет,
г. Красноярск*

Katzin O.A.

Krasnoyarsk State Agrarian University, Krasnoyarsk

Аннотация. В статье рассматривается гуманистическое наследие ДОСААФ на примере обобщения опыта подводной деятельности студенческого спортивно-технического клуба подводного спорта «Дианема».

Ключевые слова: подводный спорт, спортсмены, социализация личности, наследие ДОСААФ, спортивно-технический клуб.

Abstract. The article examines the humanistic heritage of DOSAAF by the example of generalization of the experience of underwater activity of the student sports and technical underwater sport club "Dianema".

Keywords: the article examines the humanistic heritage of DOSAAF by the example of generalization of the experience of underwater activity of the student sports and technical underwater sport club "Dianema".

Одним из главных наследий ДОСААФ (РОСТО) является опыт социализации личности через создание спортивно-технических клубов по различным военно-техническим видам спорта. Создание морских клубов во многих городах страны началось в 1948 году оборонным Обществом ДОСААФ. В их задачу

входило не только распространение среди молодежи военно-морских знаний, но и популяризация таких видов спорта, как водно-моторный, подводный, морское многоборье и гребля на ялах. Зарождение водных видов спорта, а также организация водолазной школы в нашей стране тесно связано с деятельностью массовых общественных организаций – ОСОВИАХИМа, ОСВОДа, ДОСФЛОТа. Их растущая массовость привела к необходимости создания учебно-методического центра, как руководящего органа. С этой целью 14 октября 1948 года была открыта Центральная морская школа, на базе которой в 1955 году был создан Центральный морской клуб ДОСААФ СССР. В структуре Центрального морского клуба (ЦМК) создаются отделы по водным видам спорта с целью координации деятельности в развитии водных видов спорта, в том числе и подводного.

Сотрудники клуба совместно с Федерациями по видам спорта проводят работу, обеспечивающую выполнение соответствующих задач по развитию водных видов спорта, проведению соревнований, учебно-тренировочных сборов, семинаров тренеров и судей. ЦМК проводит научные конференции, выпускает учебно-методические материалы и методические пособия [6].

Спортивно-технический клуб «Дианема» (Dianema-Longibarbis – рыбка – торпеда) был создан в Красноярском политехническом институте в октябре 1969 года, 5 декабря был утвержден на президиуме Крайкома ДОСААФ, а в январе 1970 года был зарегистрирован в Центральном морском клубе ДОСААФ СССР [5].

Вновь созданный клуб начинает свою многолетнюю деятельность по подготовке спортсменов. Мно-

голетняя подготовка спортсмена представляет собой сложный педагогический процесс, зависящий от множества факторов, в том числе от управляющих и неуправляемых воздействий. К первым – относятся тренировочная нагрузка, конкретные физические упражнения, средства восстановления, подобранные с учетом стратегии и тактики. Ко вторым – факторы окружающей и социальной среды, социальные условия [1, 2].

Вместе с тем, одной из задач работы клуба является гражданское воспитание и социализация молодежи. В результате чего индивид приобретает необходимые знания и умения, способствующие становлению личности и успешному вхождению в различные области жизнедеятельности, формируются профессиональные компетенции [3].

В этом случае, тренировочный процесс направлен не только на спортивное совершенствование, но и на самореализацию личности в социуме и способствует успешному вхождению в различные области жизнедеятельности. В этом случае от тренерского коллектива требуется высокопрофессиональное педагогическое осуществление деятельности, которая предполагает не только знание современных подходов к проектированию тренировочной нагрузки, но и наличие умений организовать общение, выстроить гуманистические отношения с подопечными таким образом, чтобы обеспечить им процесс социализации после завершения спортивной карьеры. По нашему мнению именно тренер-педагог призван, не только обеспечить высокий результат спортсмена, но и воспитать в нем лучшие моральные качества. Эстетическое воспитание тесно связано с гармоничным развитием человека, способствует формированию и становлению

человека как личности. Совместные тренировки и соревнования, использование технического оборудования (ласты, маски, акваланги), лично-командные соревнования, выступают как факторы сплочения, развития коллективизма, чувства товарищества и взаимопомощи. Все эти задачи решаются не только в процессе самих тренировочных занятий и во время соревнований. Спортсмен, защищая спортивную честь страны за рубежом, кроме результата должен демонстрировать высокую культуру поведения, дружеское отношение к сопернику, обладать правильными эстетическими понятиями и суждениями.

Спортивно-технический клуб (СТК) – это общественная организация, объединяющая субъектов образовательного процесса вуза. Клуб «Дианема» имеет свою эмблему, гимн, Устав, в котором особое внимание уделено нравственному и эстетическому воспитанию студентов [4, 5, 7].

Занимающиеся подводным спортом, объединены совместной спортивной деятельностью, где проявляются нравственное и эстетическое воспитание. Спортсмены вместе проводят выходные и праздничные дни, ходят в театр, туристические и лыжные походы, отмечают дни рождения, свадьбы и праздники. Раз в неделю ветераны семьями встречаются в клубе, устраивают ветеранские заплывы, культурно-массовые мероприятия. Ветеранские движение клуба создают сознательно или бессознательно социализирующий тип индивида члена клуба. Каждое новое поколение приобщается к определенным правилам, существующим в клубе, срабатывает механизм подражания. Они воспроизводят поведение, манеры, поступки именитых спортсменов «дианемовцев» – кумиров клуба, а их

в клубе не мало. Это заслуженные мастера спорта, мастера спорта международного класса, мастера спорта и сотни спортсменов разрядников. Среди них рекордсмены и чемпионы мира и Европы, победители Всемирных студенческих игр Владимир Куц, Татьяна Гончарова (Поппер), Евгений Андронов, Игорь Захаров, Анастасия Кочнева, Ольга Ларионова, Григорий Рассохин, Екатерина Трегуб, Вера Яровицкая, Елизавета Мельникова и многие другие.

Три тренера клуба О. Московченко, Е. Григорьев, И. Захаров удостоены звания Заслуженный тренер России. В клубе подготовлено 3 судьи Всесоюзной категории, 9 – республиканской категории. Возглавляет клуб Владимир Иваницкий, коллегией судей руководит Алексей Алдаев.

Наставники клуба ориентируют воспитанников на социализацию личности через самопознание, самосовершенствование, самоактуализацию и самообразование. Самоутверждение человека, проявление его творческих сил и способностей, его свободы и творчества – такова сущность эстетического в области подводной деятельности. Среди членов клуба известные учёные профессора, доктора технических наук (2 чел.), доктор педагогических наук, доктор биологических наук; 11 кандидатов наук (технических, медицинских, экономических, педагогических); руководители крупных учреждений (директор института инженерной физики СОРАН, генеральный директор «Востоксантехмонтаж», заслуженный строитель РФ), успешные предприниматели.

Таким образом, велико значение гуманистического наследия ДОСААФ в области патриотического воспитания молодежи через спортивную деятельность.

Объединив молодежь под эгидой клуба педагогических тренеры решают не только вопросы подготовки спортсмена, но особое внимание уделяют формированию, развитию и воспитанию социально значимых качеств личности, которые позволяют субъекту в дальнейшем реализовать себя как личность творческую с ориентацией на гуманизм, свободу, самоорганизацию деятельности и саморегуляцию своего поведения.

Список литературы

1. Московченко, О.Н. Научные основы управления тренировочным процессом/ О.Н. Московченко//Подводный спорт: современное состояние и перспективы развития. Материалы международной научно-практической конференции 11-12 сентября 2007 года /М.: Светотон, 2009. – С. 134-141.
2. Московченко, О.Н. Оптимизация физических нагрузок пловцов-подводников/ О.Н. Московченко, В.В. Иваницкий, И.А. Толстомятов //Подводный спорт: современное состояние и перспективы развития. Материалы международной научно-практической конференции 11-12 сентября 2007 года /М.: Светотон, 2009. – С. 148-155.
3. Московченко, О.Н. История развития скоростных видов подводного спорта в Красноярском крае (в период с 1969 по 1976 годы) /О.Н. Московченко, О.А. Катцин, И.А. Толстомятов //Восток-Россия-Запад. Подводный спорт. Современное состояние и перспективы развития: Материалы Междунар. науч.-практ. конф. Специалистов подводного спорта (5-6 мая 2010, г. Красноярск) /под. Общ. Ред. О.Н. Московченко; Сиб. Гос. Аэрокосмич. Ун-т. – Красноярск, 2010. – С. 85-88 .
4. Московченко, О.Н. Формирование профессиональных компетенций посредством занятий подводным спортом/ О.Н. Московченко //Восток-Россия-Запад.

Подводный спорт. Современное состояние и перспективы развития: Материалы Междунар. науч.-практ. конф. Специалистов подводного спорта (5–6 мая 2010, г. Красноярск) / под. Общ. Ред. О.Н. Московченко; Сиб. Гос. Аэрокосмич. Ун-т. – Красноярск, 2010. – С. 7–8.

5. Московченко, О.Н. Из опыта 40-летней подводной деятельности студенческого клуба «Дианема»/ О.Н. Московченко, В.В. Иваницкий, Е.К. Михайлова, А.А. Кочнева // Физическая культура и спорт в системе образования Материалы XII Всерос. науч.-практ. конф. / Красноярск, 23–25 апреля 2010 г. – С. 103–110.
6. Московченко, О.Н. История зарождения подводного спорта в Красноярском крае/ О.Н. Московченко, О.А. Катцин, Е.К. Михайлова // Физическая культура и спорт в системе образования Сборник материалов XIII Всерос. науч.-практ. конф. / Красноярск, 22–24 апреля 2011 г. – С. 104–111.
7. Подводный спорт и дайвинг: словарь-справочник \ сост. О.Н. Московченко, И.А. Толстопятов, А.В. Александров. – Изд. 2-е, перераб. И доп. / КГПУ им. В.П. Астафьева – Красноярск, 2014. – 316 с.

ПАТРИОТИЧЕСКОЕ ВОСПИТАНИЕ КАК ОСНОВА ПРАВИЛЬНОГО ФОРМИРОВАНИЯ МОРАЛЬНО ЗДОРОВОЙ ЛИЧНОСТИ

PATRIOTIC EDUCATION AS A BASIS FOR CORRECT FORMATION OF THE MORAL HEALTHY PERSON

Куюков Р.А., Вахрушев С.А.

*Красноярский государственный педагогический
университет им. В. П. Астафьева», г. Красноярск*

Kyukov R.A., Vahrushev S.A.

*Krasnoyarsk State Pedagogical University
named after V.P. Astafiev, Krasnoyarsk*

Аннотация. В статье обсуждаются вопросы правильного формирования морально здоровой личности с помощью государственных программ и методов патриотического воспитания обучающихся. Раскрываются основные проблемы патриотического воспитания.

Ключевые слова: патриотическое воспитание, дополнительное образование детей, концепция развития патриотического воспитания, здоровый образ жизни, дети дошкольного возраста, мотивационная сфера личности, развитие.

Abstract. The article discusses the issues of the correct formation of a morally healthy personality with the help of programs and methods of patriotic education of students. The main problems of patriotic education are revealed.

Keywords: patriotic education, additional education of children, the concept of development of patriotic education, a healthy lifestyle, children of preschool age, the motivational sphere of personality, development.

В последнее время в России патриотизм стал одной из самых дискуссионных тем. Разброс мнений в понимании патриотизма достаточно велик: от дискреди-

тации патриотизма как аналога деструктивности и конфликтогенности с фашистским уклоном, до призывов первых лиц государства к единению на основе интеграционного потенциала патриотизма. И еще, актуальная, на наш взгляд проблема, формулируемая риторическим вопросом «Что делать?» в ситуации, когда старые формы и методы воспитания молодежи в духе преданности Отечеству и стремлении служить на благо его интересов не эффективны. А вместе с тем, это очевидно, что делать это необходимо. Президент Российской Федерации считает это задачей стратегической, обеспечивающей России целостность и безопасность одновременно. На необходимость гражданско-патриотического воспитания подрастающего поколения указывает ряд нормативно-правовых документов, а также резолюции всероссийских молодежных форумов [1]. В связи с завершением в 2015 году действующей программы «Патриотическое воспитание граждан Российской Федерации на 2011–2015 годы» и необходимостью повышения качества работы в данной сфере до уровня, соответствующего текущим стратегическим задачам обеспечения национальной безопасности и устойчивого развития нашей страны, Министерство образования и науки Российской Федерации подготовило государственную программу «Патриотическое воспитание граждан Российской Федерации на 2016–2020 годы» [2]. Таким образом, воспитание патриотизма – это государственный заказ, над выполнением которого должны систематически и целенаправленно трудиться все: и органы государственной власти, социальные институты, прежде всего, семья и образовательная сфера, общественные организации и объединения. Сегодня в реализации патриотическо-

го воспитания существует ряд объективных проблем, без учета которых говорить о реализации патриотического воспитания довольно сложно. При этом нужно понимать, что речь пойдет о тенденциях, существующих в плоскости гражданско-патриотического воспитания, с которыми мы сталкиваемся как на региональном уровне, так и на федеральном. Само понятие «патриотизм» сегодня – одно из самых дискуссионных. В обществе отсутствует единое понимание сути патриотизма, а это рождает новые проблемы в деле патриотического воспитания. Произошел развал существующей в советское время системы массового патриотического воспитания. И как следствие этого, в современной студенческой культуре патриотизма четкая система взглядов, ценностей и идеалов размыта и находится в состоянии формирования. Очевидно, что состояние экономики и политическое устройство страны влияют на степень распространенности и принятия идеи патриотизма в стране. Иначе говоря, люди хотят любить Россию и гордиться своей страной. Встает закономерный вопрос: за что любить, и по какой причине гордиться? Утрачена система прежних духовных ценностей и ориентиров. При этом активно распространяется система ложных ценностей «массовой» культуры и субкультур. Значительное число молодых людей сегодня готово переступить через моральные нормы для достижения успеха. Итак, обозначен круг существующих сегодня проблем, связанных с реализацией системы гражданско-патриотического воспитания. С другой стороны, совершенно очевидно, что в современном российском обществе сформирован совершенно явный запрос на возрождение системы патриотического воспитания. Старые методы и лозунги,

эффективные в Советском Союзе, требуют модернизации. При реализации системы патриотического воспитания необходимо учитывать новую реальность.

Наиболее эффективным направлением в развитии патриотизма – это работа в учебно-воспитательной деятельности с обучающимися, однако, и другие направления здесь не менее интересны, все они востребованы и полезны в деле реализации заложенных в них возможностей для патриотического воспитания обучающихся. Педагог, работая с детьми в избранном направлении учебно-воспитательной деятельности, использует своё положение старшего товарища и наставника обучающихся. Главная задача педагога – развить в детях чувство граждан своей страны, которые не только умеют ценить духовные и культурные ценности, но и стремятся их приумножать своим трудом и участием. У педагога учреждения дополнительного образования детей, по сравнению с учителем в общеобразовательной школе, более выгодное положение по формированию у обучаемых чувства патриотизма, поскольку в системе учреждений дополнительного образования более широко могут использоваться модифицированные и авторские образовательные программы, с широким применением интерактивных методов обучения. При этом используются такие формы работы, которые позволяют не только приобретать новые знания и воспитывать необходимые нравственные качества, но и применять их, реализуя в конкретной деятельности сформированные качества, полученные знания и умения [3].

Таким образом, можно сделать вывод, что формирование личности человека процесс длительный, сложный и многофакторный. Некоторые методы па-

триотического Советского воспитания в наше время требуют модернизации, так же существует ряд проблемных вопросов над которыми, безусловно нужно работать, для достижения результата по воспитанию будущего поколения. Воспитательная система патриотизма охватывает весь педагогический процесс, интегрируя учебные занятия, внеурочную жизнь детей, разнообразную деятельность и общение, влияние социальной и предметно-эстетической среды. В случае успешного освоения и восприятия патриотической идеи на всех направлениях, можно утверждать, что человек нравственно сформирован.

Список литературы

1. Стратегия государственной молодежной политики в Российской Федерации // Министерство образования и науки Российской Федерации от 29 ноября 2014 г. № 2403.
2. Государственная программа «Патриотическое воспитание граждан Российской Федерации на 2016 – 2020 годы».
3. Олешко Л. И. Патриотическое воспитание как основа развития // Молодой ученый . 2016. – №1. – С. 22-24

ПРИМЕНЕНИЕ МЕТОДА ПРОЕКТИРОВАНИЯ НА УРОКАХ ОБЖ ДЛЯ ФОРМИРОВАНИЯ НАВЫКОВ БЕЗОПАСНОГО ПОВЕДЕНИЯ У ОБУЧАЮЩИХСЯ

APPLICATION OF THE DESIGN METHOD FOR LESSONS OF «BASICS OF LIFE SAFETY» FOR THE FORMATION OF SAFE BEHAVIOR SKILLS IN STUDENTS

Сукаленко И.А.

*Учитель физической культуры и ОБЖ МБОУ
«Табатская СОШ» Бейского района Республики Хакасия,
студент Красноярский государственный
педагогический университет им. В.П. Астафьева,
г. Красноярск*

Sukalenko I.A.

*Krasnoyarsk State Pedagogical University
named after V.P. Astafiev, Krasnoyarsk*

Научный руководитель:

Трусей И.В.

Аннотация. В работе исследована возможность применения метода проектирования с использованием электронных образовательных ресурсов на уроках ОБЖ. Исследование показало, что данный метод можно использовать для формирования навыков безопасного поведения у обучающихся. В экспериментальном классе, где уроки проводили с использованием метода проектов, качество знаний составило 60%, в контрольном, в котором занятия проходили в традиционной форме – 56%. Однако, были отмечены и недостатки применения данного метода в образовательном процессе ОБЖ, в частности большие трудозатраты обучающихся на создание проектов, по сравнению с контрольным классом.

Ключевые слова: Основы безопасности жизнедеятельности, метод проектирования, электронные образовательные ресурсы.

Abstract. Was investigated the possibility of the design method with the use of electronic educational resources in the course «Basics of Life Safety» to form safe behavior skills of students. Was showed that the application of this method is effective. So, in the experimental class, that lessons were conducted in using the project method, the quality of knowledge was 60%, in the control class, in which classes were held in the traditional form – 56%. However, there were the disadvantages of using this method in the educational process of «Basics of Life Safety».

Keywords: Basics of Life Safety, design method, electronic educational resources.

Проектная деятельность обучающихся, в свете ФГОС, является обязательным элементом образовательного процесса. Метод проектов – система обучения, при которой обучающиеся приобретают знания в процессе планирования и выполнения постоянно усложняющихся практических заданий. Главная цель метода проектов – это разрешение проблемной ситуации, в которую вовлекаются обучающиеся. На практике широкое применение нашли методы проектирования с использованием электронных образовательных ресурсов (ЭОР) [2, 3].

Целью настоящего исследования было оценить эффективность метода проектирования с использованием электронных образовательных ресурсов на уроках ОБЖ для формирования навыков безопасного поведения у обучающихся.

Организация педагогического эксперимента. В данной работе проведена оценка эффективности применения методов проектирования с использова-

нием электронных образовательных ресурсов, размещенных в сети [4, 5, 6, 7]. Эксперимент проводился в МБОУ «Табатская СОШ» Бейского района Республики Хакасия. В педагогическом эксперименте принимали участие обучающиеся 7-ого (15 человек) и 8-ого (15 человек) классов, группы были практически идентичны по половому признаку и успеваемости. В качестве экспериментального класса был выбран 7-ой, где занятия проводились в соответствии с требованиями ФГОС, в частности активно применялся метод проектирования с использованием ЭОР. В качестве контрольного класса был выбран 8-ой, который год назад проходил тот же самый материал, в традиционном варианте без применения метода проектов. Оба класса изучают основы безопасности жизнедеятельности по учебно-методическому комплекту для общеобразовательных учреждений «Основы безопасности жизнедеятельности 5-11 классы» под авторством В.Н. Латчук, С.К. Миронов, С.Н. Вангородский.

Педагогический эксперимент включал три этапа:

- проведение первичной диагностики выявления начального уровня умений и навыков, посредством практических упражнений, предлагаемых обучающимся в экспериментальном и контрольном классах (констатирующий этап);
- разработка и проведение в экспериментальном классе уроков, на котором обучающиеся создавали мини-проекты, работали с ЭОР (формирующий этап);
- проведение итоговой диагностики выявления уровня умений (контрольный этап).

Для оценки уровня знаний на констатирующем и контрольном этапах проводили тестирование. *Вход-*

ное тестирование проводилось в первой учебной четверти на практическом занятии с выполнением заданий, разработанным автором. *Итоговое тестирование* учитывало все разделы, изучаемые в курсе ОБЖ, а так же тематику входного тестирования для соблюдения чистоты эксперимента. Оценивание проходило по критериальной системе в которой оценке «5» соответствовал высокий уровень знаний, «4» – выше среднего, «3» – средний, «2» – низкий. *Качество знаний* рассчитывалось после проведения тестирования по формуле: $\text{Качество знаний (\%)} = (\text{число «4»} + \text{число «5»}) / \text{число учащихся} * 100\%$.

Результаты исследования и обсуждения. Результаты исследования показали, что применение метода проектирования с использованием ЭОР может, достаточно эффективно применяться в образовательном процессе по Основам безопасности жизнедеятельности.

На констатирующем этапе выявили, что в контрольном классе средний уровень знаний имеют 20% обучающихся, 26% – выше среднего и 54% – высокий уровень знаний (рис. 1). Таким образом, все обучающиеся усвоили материал, который изучали в прошлом году, качество знаний в контрольном классе составило 53 %. Также проводили входное тестирование на определение уровня знаний у обучающихся экспериментального класса. Ранжирование результатов тестирования в экспериментальном классе по уровням показало, что у 13% обучающихся – низкий уровень, 41 % – средний уровень, и 20% – выше среднего и 26 % высокий уровень. Качество знаний в классе – 46%. Таким образом, на начальном этапе уровень знаний в экспериментальном классе был ниже.

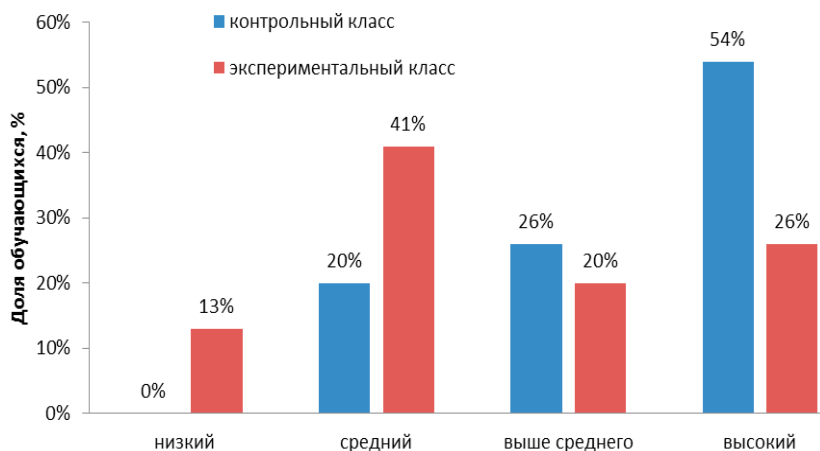


Рис. 1. Распределение уровней знаний обучающихся контрольного и экспериментального класса на контрольном этапе

Результаты входного тестирования послужили основой для формирующего эксперимента. В экспериментальном классе были разработаны и проведены уроки с применением метода проектирования с использованием ЭОР. Для проектирования использовались ресурсы из сети интернет [4, 5, 6, 7]. Для закрепления метода проектирования обучающимися были разработаны и представлены собственные проекты по теме «Безопасный лед», которые оценивались по критериальной шкале, разработанной автором (табл. 1). Следует отметить заинтересованность обучающихся готовым продуктом, многие признались, что в дальнейшем будут использовать опыт работы и полученную информацию при работе с другими проектами и по другим предметам.

Таблица 1

Критерии оценивания проектов обучающихся

Критерии оценки проекта	Показатели	Объекты оценивания
Функциональность	Соответствие назначению, возможная сфера использования	Мультимедийная презентация
Новизна Оригинальность Уникальность	Ранее не существовал Своеобразие, необычность Единственный в своем роде (проявление индивидуальности исполнителя)	Мультимедийная презентация
Технологичность	Современность тематики проекта, востребованность проектируемого результата	Защита проекта Видеоряд: эскизы, схемы, чертежи, графики, рисунки, макеты и т.д.
Содержательность	Информативность, смысловая емкость проекта	Защита проекта Видеоряд: эскизы, схемы, чертежи, графики, рисунки, макеты и т.д.
Разработанность	Глубина проработки темы	Защита проекта Видеоряд (эскизы, схемы, чертежи, графики, рисунки, макеты и т.д.
Самостоятельность	Степень самостоятельности учеников определяется с помощью устных вопросов к докладчику, вопросов к учителю, на основании анкеты учителя	Ответы на вопросы

Сравнительная динамика уровня знаний на входном и итоговом этапах исследования в экспериментальном классе приведена на рисунке 2. По всем темам тестирования, обучающиеся улучшили свои результаты по сравнению с входным тестированием. Ранжирование результатов итогового тестирования в экспериментальном 7 классе по уровням знаний показало, что нет ни одного обучающегося с низким уровнем знаний (рис. 3). Доля обучающихся с высоким уровнем знаний составляет 60%, тогда как в контрольном классе, после изучения данного материала 54% (рис. 1).

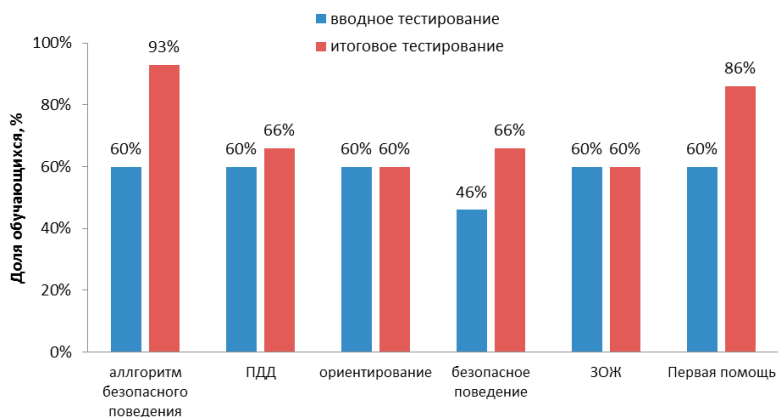


Рис. 2. Доля обучающихся в экспериментальном классе справившаяся с заданием теста при входном и итоговом тестировании

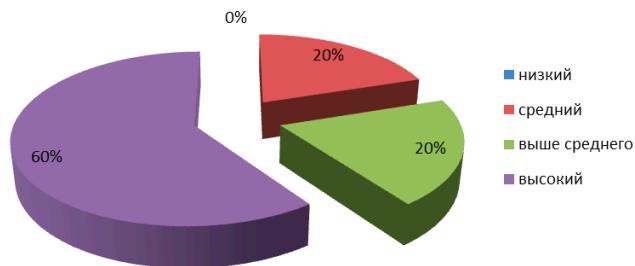


Рис. 3. Распределение уровней знаний у обучающихся в контрольном и экспериментальном классах на контрольном этапе

Таким образом, в образовательном процессе по ОБЖ применение методов проектирования позволяет соединить теоретические знания с практическими навыками, раскрывает потенциал личности. В нашем исследовании, уровень знаний обучающихся в экспериментальном классе был выше, чем в контрольном. Однако были отмечены недостатки применения метода проектов. В частности, недостаточность материально-технической базы школы, вынуждает обучающихся основную долю работы над проектом выполнять дома [1]. В результате на усвоение материала, у обучающихся осваивающих тему с помощью метода проектов, затрачивается существенно больше времени, чем у обучающихся изучающих этот материал в традиционной форме.

Список литературы

1. Абаскалова, Н.П. Проблемы и перспективы программно-методического обеспечения предмета ОБЖ в школе на современном этапе [Текст] / Н.П. Абаскалова, Э. М. Казин, А. С. Шинкаренко // Сибирский педагогический журнал. – 2014. – № 3. – С. 183-185.
2. Архипова, А.И. Типология педагогических программных продуктов и этапы их проектирования / А.И. Архипова, Т.Л. Шапошникова, А.В. Лаврентьев // Педагогическая информатика. – 2002. – №4. – с. 40-45.
3. Бычков, А. В. Метод проектов в современной школе. – М., 2000.
4. Единая коллекция цифровых образовательных ресурсов (ЦОР по биологии и ОБЖ) <http://school-collection.edu.ru/> (дата обращения 30.05.2018)
5. Сайт «Библиотекарь». URL:<http://www.bibliotekar.ru/dal/64.htm> (дата обращения 30.05.2018)
6. Сайт «Список литературы». URL:<http://spisok-literaturi.ru/cross/kategorii-gotovyh-crossvordov/bezopasnost-zhiznedeyatelnosti-bzhd/navodnenie.html> (дата обращения 30.05.2018)
7. Сайт МЧС России. URL: <http://www.mchs.gov.ru/dop/info/individual> (дата обращения 30.05.2018)

К ВОПРОСУ О СЕМЕЙНОМ ОБРАЗОВАНИИ В ФИЗИЧЕСКОЙ КУЛЬТУРЕ

THE ISSUE OF FAMILY EDUCATION IN PHYSICAL CULTURE

Зуева Н.А., Маланичева Т.В.

*клуб «Путь к Здоровью», центр творческого развития
«Планета Радости», г. Москва*

Zueva N.A., Malanicheva T.V.

*club « Path to Health», the center of creative development
«the Planet of Joy», Moscow*

Научный руководитель:

проф., докт. пед. наук, Дунаев К.С.

Аннотация. В статье приводятся положения о необходимости развития в нашей стране семейного образования в предмете физическая культура, о её особенностях преподавания и преимуществах, которые сказываются на физическом воспитании подрастающего поколения, что отражено в Федеральном законе «Об образовании».

Abstract. The article presents the provisions on the need for the development of family education in the subject of physical culture, its peculiarities of teaching and the benefits that affect the physical education of the younger generation, as reflected in the Federal law "on education".

Введение. Семейное образование распространено в 45 странах мира и с каждым годом становится всё популярнее, число детей обучающихся дома ежегодно увеличивается на 5–12%. В России возможность перехода на семейное образование появилась в 1990-е годы и становится востребованным последнее десятилетие. Более 100 тысяч семей ежегодно отдают предпочтение получению образования вне организации. Не-

обходимо повышать уровень грамотности родителей в вопросах физического воспитания и здорового образа жизни.

Материалы и методы. Согласно статье 44 Федерального закона «Об образовании» дать образование, а также «заложить основы физического, нравственного интеллектуального развития ребёнка» обязаны родители. Именно поэтому по закону они имеют право выбрать форму получения образования и форму обучения. По Федеральному закону «Об образовании в Российской Федерации», который вступил в силу с 1 сентября 2013 года, в России существует две формы получения образования: в организациях, осуществляющих образовательную деятельность (очное, заочное или очно-заочное обучение в государственных и частных школах, лицеях, гимназиях); вне таких организаций, семейное образование и самообразование (для детей старше 15 лет) [1].

Не стоит путать семейное образование, с надомным обучением, и экстернатом. На дому учатся дети с инвалидностью, они закреплены за образовательным учреждением, учителя приходят к ним домой или ведут уроки по Skype.

Экстернат, согласно новому закону, это форма аттестации для тех, кто учится вне каких-либо учреждений [2, 3].

Обучаться в форме семейного образования могут дети всех классов – с 1 по 11. Выбор формы получения образования – это право родителей (законных представителей) несовершеннолетнего, реализуемое с учетом мнения ребенка, а также с учетом рекомендаций психолого-медико-педагогической комиссии (при их наличии), закрепленное Федеральным зако-

ном от 29.12.2012 г. №273-ФЗ. Семейное образование может осуществляться как родителями, так и с помощью приглашенных педагогов. На семейную форму можно перейти на любом этапе получения образования, как и продолжить образование в школе.

Форма, периодичность и порядок проведения промежуточной аттестации самостоятельно устанавливаются образовательной организацией. Аттестация по физической культуре является не обязательной и зависит от руководства школы: по договоренности можно предоставить справку из спортивной секции, сдавать письменные тесты или писать рефераты. Если в случае посещения спортивных занятий ребенок получает необходимую физическую подготовку и двигательную активность, то в случае рефератов и тестов можно контролировать только теоретические знания.

В то же время, прохождение промежуточной аттестации за 1–8х классы для получающих образование в семейной форме, является правом, а не обязанностью.

Термин анскулинг (от английского unschooling) это общепринятое в мировом сообществе неофициальное обозначение формы семейного образования без прикрепления к образовательному учреждению и промежуточных аттестаций. Прохождение промежуточной аттестации для обучающихся 9-х и 10-11-х классов является необходимым, только если они претендуют на получение аттестата об основном общем образовании и среднем общем образовании. Ребенок, получающий образование в семейной форме, при выходе на ОГЭ, может пройти промежуточную аттестацию по предметам, сразу за весь школьный курс, причем, только по предметам инвариантной части базис-

ного учебного плана. Физическая культура входит в инвариантную часть, но в списке перечня возможных экзаменов ОГЭ для девятых классов данного предмета нет. И снова есть вероятность контроля только теоретических знаний. Жестких требований к уровню физического здоровья и физической культуры со стороны образовательных организаций не выставляется. Следовательно, физкультура воспринимается частью родителей и детей как менее значимая дисциплина.

Родители Российских хоумскулеров (от английского “homeschooler”) – так называют детей на семейной форме образования, объединяются в сообщества, обмениваются опытом. Выпускаются тематические книги, выходит специальный журнал «Семейное образование». Проводятся фестивали, семинары, конференции.

Физическая культура в семейном образовании затрагивает многие вопросы, связанные с развитием физических качеств детей различного возраста с использованием различных видов спорта и разнообразных средств физического воспитания. формирования здорового образа жизни, а также вопросы сдачи норм комплекса ГТО

Проведя обзор печатных материалов и интернет ресурсов для родителей, выбирающих семейную форму образования для своих детей, мы выявили, что русскоязычная информация по организации занятий хоумскулеров по физической культуре практически отсутствует и со стороны официального образования, и со стороны сообщества родителей. В англоязычных ресурсах такая информация представлена профессиональными центрами и опытом родителей, практикующих семейное образование.

Существуют три типа содержания уроков физической культуры (по ФГОС):

- 1 – с образовательно-познавательной направленностью,
- 2 – с образовательно-предметной направленностью,
- 3 – с образовательно-тренировочной направленностью.

Уроки с образовательно-познавательной направленностью знакомят учащихся со способами и правилами организации самостоятельных занятий, обучают навыкам и умениям по организации и проведению самостоятельных занятий с использованием ранее изученного материала. Используются учебники по физической культуре, особенно разделы, касаемые особенностей выполнения самостоятельных заданий или самостоятельного закрепления разучиваемых физических упражнений.

Уроки с образовательно-предметной направленностью используются в основном для обучения практическому материалу разделов гимнастики, легкой атлетики, подвижных игр, лыжной подготовки и плавания. Осваивание новых знаний, но только тех, которые касаются предмета обучения (например, название упражнений или описание техники их выполнения и т. п.).

Используются в основном для обучения практическому материалу разделов гимнастики, легкой атлетики, подвижных игр, лыжной подготовки и плавания. Осваивание новых знаний, но только тех, которые касаются предмета обучения (например, название упражнений или описание техники их выполнения и т. п.).

Уроки с образовательно-тренировочной направленностью используются для развития физических качеств и решения соответствующих задач в рамках

относительно жесткой регламентации динамики физической нагрузки от начала урока до окончания его основной части. Обучают способам регулирования физической нагрузки и способам контроля над ее величиной (в начальной школе по показателям частоты сердечных сокращений).

Ведущими критериями при выборе физических нагрузок для практики физического воспитания являются следующие показатели:

- функциональных возможностей детского организма;
- структуры двигательных действий;
- методов воздействия на организм.

Заключение. Семейное образование – необычная, гибкая форма обучения, которая подходит не всем семьям и детям. Качество семейного образования полностью зависит от выбора родителей, их общего уровня культуры, образования и жизненных приоритетов. Без физического здоровья и физкультуры, невозможно нормальное физиологическое развитие ребенка.

Интерес к семейному образованию растет с каждым годом, поэтому необходимо повышать грамотность родителей в вопросах здорового образа жизни и физической культуры.

Список литературы

1. Федеральный закон от 29.12.2012 г № 273-ФЗ «Об образовании в Российской Федерации» (статьи 58,59).
2. Ломов, А.И. Формы получения образования / А.И.Ломов/ / Директор школы, – М.: 2014. – Вып. 5.
3. Образование и семья: проблемы индивидуализации. Материалы Всероссийской научно-практической конференции 20-21 апреля 2005 года, Санкт-Петербург. / Под общей ред.: И.А.Хоменко – СПб. – 2006. – С.176-188.

ФУТБОЛ КАК СРЕДСТВО ОРГАНИЗАЦИИ СВОБОДНОГО ВРЕМЕНИ ШКОЛЬНИКОВ

FOOTBALL AS A MEANS OF THE FREE SCHOOL ORGANIZATION

Лайко Т.Т.

*Красноярский государственный педагогический
университет им. В.П. Астафьева, г. Красноярск*

Layko T.T.

*Krasnoyarsk State Pedagogical University
named after V.P. Astafiev, Krasnoyarsk*

Научный руководитель:

проф., док. пед. наук Сидоров Л.К.

Аннотация. В статье освещаются вопросы эффективной организации футбольной деятельности школьников в свободное от учебы время. Разностороннее влияние занятий футболом на занимающихся, формирование мотивации к занятиям физическими упражнениями.

Abstract. The article highlights the issues of effective organization football activities of schoolchildren in their free time. The diverse influence of playing football on those involved, the formation of motivation for exercise.

Коренные изменения, происходящие в обществе, в условиях развития рыночной экономики, неизбежно ведут за собой и соответствующие им преобразования в обучении подрастающего поколения, в системе управления процессом физического воспитания. Подбор оптимального состава средств и методов физического воспитания предполагает, в свою очередь, совершенствование сложившейся методики управления процессом физического воспитания школьников.

Футбол – это вид спорта, о котором много говорят и спорят, в футбол любят играть, футбол любят

смотреть. Многие считают, что неплохо разбираются в футболе, что связано с его популярностью и общепризнанностью среди представителей различных возрастных групп и профессий. Футбол – мощное средство агитации и пропаганды физической культуры и спорта.

Поскольку досуг – необходимая часть жизни любого человека, особенно ребенка, который активно развивается и важно определить, где и как он проводит свой досуг, умеет ли планировать свое свободное время.

Свободное время школьников может быть занято самой разнообразной деятельностью. В одних случаях эта деятельность организуется взрослыми – вожаками, учителями, руководителями кружков, родителями, в других – дети организуют ее сами как общую, совместную деятельность. Они создают кружки и команды, затевают различные игры, компанией отправляются за грибами, собираются во дворах и подъездах для обслуживания своих неотложных ребячьих дел. Значительную часть досуга многие школьники проводят в одиночку, занимаясь любимым делом: одни читают или смотрят телепередачи, другие что-нибудь мастерят, третьи рисуют, лепят, вышивают и пр.

Человек формируется в процессе собственной деятельности, и досуговая деятельность в этом процессе занимает одно из ведущих мест. Если родители не владеют методикой этой деятельности, то на школе лежит ответственность её восполнения, а именно: организация внеклассной работы, организация работы с родителями и другое.

Если конкретно рассматривать футбол в качестве эффективного средства организации свобод-

ного времени учащихся, то можно констатировать факт, что средства футбола используют на всех этапах физического воспитания, так как данный вид спорта очень популярен и удовлетворяет различным физкультурно-оздоровительным интересам школьников и требованиям образовательной программы в школе [2].

Футбол как игра представляет собой соперничество двух команд, осуществляемое в рамках правил, где победительницей признается команда, которая забьет большее количество голов. Такое соперничество может быть только при условии, если игроки обеих команд владеют технико-тактическими навыками, умеют взаимодействовать друг с другом, знают правила игры. Известно, что система обучения игре в футбол, как и другие подобные дисциплины спортивно-педагогического цикла, должна включать последовательное освоение знаний, умений и навыков.

Технология обучения игре в футбол – это связующее звено между теорией обучения и его практической реализацией, то есть проекция теории обучения на плоскость. Сегодня футбол рассматривается и как спортивно-педагогическая дисциплина, предполагающая четкую систему обучения [1].

Учитывая повышенный интерес школьников к этой игре, разностороннее влияние занятий футболом на занимающихся, закономерно возникает вопрос: достаточно ли широко и эффективно используется данный вид спорта в системе физического воспитания школьников для организации их свободного времени? Долгое время занятиям по футболу в школе не уделялось должного внимания, было мало секций по футболу и соответственно учащихся, занима-

ющихся данным видом спорта. Это связано в первую очередь с низкой организаторской деятельностью органов образования, но за последние годы внимание к этой проблеме значительно возросло. На данный момент времени развитие футбола в школе во внеурочной деятельности рассматривается как важное звено физического развития школьников.

В последнее время на страницах печати, радио, на телевидении, а также в педагогических кругах обсуждается вопрос о вовлечении детей в активные занятия физической культурой и спортом, причем проблема рассматривается с точки зрения возможности организации такой работы вблизи места жительства, в футбольных секциях при школах.

Повышение качества учебного процесса в школе по физической культуре, развитие сознательного отношения к физической культуре и спорту, а также эффективности образовательного процесса способствует формированию мотивации школьников. Внеурочное время воспринимается учащимися как развлечение, для многих он не является предметом для изучения. Важный механизм исправления данной ситуации, когда создаются условия, с целью формирования требуемого отношения к продуктивному времяпровождению внеурочного свободного времени, т. е. формирования мотивации к занятиям физическими упражнениями, в частности футболом, с целью повышения познавательной и двигательной активности, при росте эффективности образовательных и оздоровительных задач воспитательного процесса [4].

Еще выдающийся советский педагог А. С. Макаренко советовал решать проблему занятости молодежи через воспитательный процесс, проходящий

на каждом квадратном метре земли, поскольку свое свободное время большинство подростков проводили вне школы, в семье, во дворе и на улице.

В настоящее время юноши школьного возраста активно посещают секции по футболу, играют в футбол на уроках физической культуры и во дворах.

В качестве основной формы в школе ведется внеурочная работа, где школьники в свободное время занимаются в спортивных секциях, участвуют в различных спортивно-массовых мероприятиях, турнирах по футболу. В подобных секциях занимаются школьники различной возрастной категории, проводя свое свободное время целенаправленно и с пользой, приобщаясь к занятиям физической культурой и спортом. Играя в футбол, школьники удовлетворяют потребность в движениях, получают ряд положительных эмоций и энергетический заряд для последующей учебной деятельности.

Учитывая осознанность понимания учениками социальной и личностной сущности физической культуры и спорта, необходимо решать задачи формирования мотивации в ходе физкультурно-спортивной деятельности, повышая принципиальную ориентацию с учётом задач, определяя ближайшую и отдалённую цель.

Стабилизируя мотивирующее отношение к физической культуре и спорту необходимо учитывать факторы социально-личностной ориентации, они могут быть как биологические, так и социальные и активизировать деятельность занимающихся. Определяя мотивацию к деятельности, эти мотивы могут быть основной причиной для образования новых форм потребностей [4].

На основе стремления быть сильнее всех в классе, у юноши, в результате акцентирования мотива сохранения и укрепления здоровья, может развиваться новая потребность в занятиях физическими упражнениями – стремление к здоровому стилю жизни, к физической культуре своего тела. Формирование мотивации к занятиям физической культурой и спортом связано с процессом снижения уровня влияния материальной ориентации (в отличие от профессионального спорта) на деятельность.

Организуя определённые условия и используя в тренировочных занятиях специальные средства обучения можно методически обеспечить процесс формирования мотивации, решая задачи управления потребностями занимающихся. При этом, рациональными для учащихся должны быть условия физической и психологической нагрузки. Здесь важную роль играет грамотная формулировка ближайших и отдельных целей достижений в физической культуре и спорте учениками. Этот способ мотивации способствует не только оптимизации трудности заданий, но и рационализации потребностей субъекта познания. Разнообразие предлагаемых форм, методов и средств обучения в современной науке определяет значительные возможности учителя в решении проблемы выбора методических условий.

Сегодня эффективность процесса обучения доказана экспериментальными исследованиями различных сочетаний средств: словесного, наглядного и практического методов обучения. При этом обнаружена рациональная связь между традиционным, проблемным способом передачи знаний и формирования умений. Освоение педагогом содержания ин-

новационной педагогической деятельности, развивающих и формирующих технологий образования открывает новые перспективы в аспекте совершенствования организации свободного времени учащихся, решения проблем разнообразия методов и средств обучения футболу.

Следовательно, рациональная организация свободного времени учащихся – важнейшая государственная задача. Ведь разумно организуя свободное время школьников, мы создаем необходимые предпосылки для того, чтобы процесс всестороннего развития личности был максимально продуктивным и в зрелые годы человека, в те годы, когда он самостоятельно организует процесс своего общения с людьми, с миром науки, искусства, культуры, с природой, окружающей действительностью. Итак, решение проблемы свободного времени в обществе взрослых существенным образом зависит от того, как она будет решена в детском обществе, в среде детей и подростков, юношей и девушек.

Таким образом, использование занятий футболом в спортивных секциях как средства организации свободного времени способствует правильной и рациональной организации их досуга. Проводя свое свободное время в клубе, учащиеся находятся под наблюдением педагога-организатора, выполняют различные поручения, а также с ними проводится индивидуальная работа. В последние годы меняются формы и методы работы со школьниками, поэтому использование футбола как педагогического средства организации свободного времени учащихся видится продуктивным и целесообразным для различных возрастных категорий школьников.

Список литературы

1. Вайн, Х. Как научиться играть в футбол: Школа технического мастерства для молодых. – М.: Человек, 2014. – 244 с.
2. Губа, В.П. Теория и методика футбола: учебник. / В.П. Губа, А.В. Лексаков. – М.: Советский спорт, 2013. – 536 с.
3. Карпушин, Б.А. Педагогика физической культуры: учебник. – М.: Советский спорт, 2013. – 300 с.
4. Пономарев, В.В. Формирование мотивации занятия спортом школьников: теоретические и практические аспекты. / В.В. Пономарев, А.В. Уколов, С.К. Рябинина. – Красноярск: СибГТУ, 2013. – 160 с.

ЗНАЧЕНИЕ СПОРТА В СОЦИАЛИЗАЦИИ СОВРЕМЕННОЙ МОЛОДЕЖИ

THE IMPORTANCE OF SPORT IN THE SOCIALIZATION OF TODAY'S YOUTH

Черкашин В.И.

*Красноярский государственный педагогический
университет им. В.П. Астафьева, г. Красноярск*

Cherkashin V.I.

*Krasnoyarsk State Pedagogical University
named after V.P.Astafiev, Krasnoyarsk*

Научный руководитель:

проф., док. пед. наук Сидоров Л.К.

Аннотация. В статье анализируется роль спорта в социализации молодежи в современном российском обществе, рассматривается отношение молодежи к физической культуре и спорту, уровень вовлеченности представителей молодежи как особой социально-демографической группы в физкультурно-спортивное движение.

Ключевые слова: молодежь, социализация, социальный институт, физическая культура, спорт, массовый спорт

Abstract. The role of sport in the socialization of youth in modern Russian society is analyzed in the article. Attitudes of youth towards physical education and sport, the level of involvement of young people as a specific socio-demographic group in sports movement are also considered.

Keywords: youth, socialization, social institution, physical culture, sport, mass sport.

В современном российском обществе развитию физической культуры и спорта уделяется повышенное внимание. Спорт как культурно-социальный феномен в современных реалиях значительно расширил свои границы, перестав быть узким направлением де-

тельности человека. В спортивную деятельность, так или иначе, вовлечено большое количество молодых людей. Спорт, являясь феноменом современности, способствует поддержанию человека в хорошей физической форме, и является профессиональной деятельностью профессиональных спортсменов. Увеличилось количество фитнес центров, спорт стал модным явлением, как в молодежной среде, так и у людей старшего возраста [3].

В настоящее время, как показывают результаты специальных исследований, в Российской Федерации число граждан, систематически занимающихся физической культурой и спортом, составляет 22,5 % общего населения страны (необходимо отметить, что в течение последних нескольких лет наблюдается рост численности населения, вовлеченного в массовую спортивную деятельность). Статистические данные также свидетельствуют о том, что наиболее физически активными группами населения России являются дети и молодежь до 30 лет: в группе лиц от 15 до 29 лет, в частности, доля молодых людей, занимающихся физической культурой и спортом, составляет 43,4 % общей численности данной возрастной группы [6].

Как педагогический феномен спорт является важнейшим фактором социализации, оказывая позитивное влияние на формирование физически и духовно здоровой личности.

Сегодня вопросы социализации актуализируются в связи с нарастанием темпов социальной динамики, актуализацией требований к социальной и профессиональной мобильности личности, изменением социальных ценностей и приоритетов.

Поэтому задача социализации с использованием всех возможных механизмов приобретает весьма существенное практическое значение.

Спорт, а, вернее, его командные формы, представляет собой, во-первых, наиболее близкую и понятную социальную среду для молодого человека, во-вторых, даже без применения специальных педагогических приемов, спорт способствует формированию социально активной личности, раскрытию потенциала индивида. То есть в спорте социализация идет естественным образом [3].

Анализируя сложные дисциплины спорта, отметим, что спорт связывает все уровни современного общества, оказывает сильное воздействие на всю структуру жизнедеятельности социума [5]; оказывает воздействие на социальный статус личности, вырабатывает этические ценности, формирует образ жизни людей [4]; способствует созданию условий для личностного самопознания личности, формирует структуру деятельности, через которую проходит процесс социализации личности [3].

Как социальное явление спорт традиционно рассматривается в теориях структурного функционализма, теории конфликта и теории структуризации.

Сторонники структурного функционализма рассматривают общественные процессы в контексте исследования социальной системы как единой структуры. Таким образом, социальная структура становится системой стандартизированных отношений деятелей.

Спорт, в понимании теории структурного функционализма, несет собой главные функции, которые проявляются в системе ролей. Это функции по выбору допустимых способов поведения, стимулирование посредством ролевых ожиданий.

Анализируя спорт как социальную систему, необходимо, выделить несколько важных особенностей изучения роли спорта в социализации молодежи:

- во-первых, необходимо рассматривать спорт не как замкнутую систему, но во взаимодействии с другими институтами общества, такими как образование, работа и пр.

- во-вторых нужно учитывать, что в спорте находят выражение и негативные тенденции общества в целом, такие как дискриминация, национализм. Их преодоление – так же часть процесса социализации.

Большой вопрос вызывает коммерциализация спорта, что приводит к вырождению подлинных спортивных принципов в угоду коммерческой выгоде, превращению спорта в «шоу» [2].

В теории конфликта спорт представляет собой социальную среду, которая формируется благодаря социальным конфликтам и ими же стимулируется.

По теории структуризации социализация происходит при активном участии социального агента посредством трех уровней поведения: мотивации действия, рационализации действия и рефлексивного мониторинга действия.

Мотивации действия есть побуждающие спортсмена к действию по достижению спортивного результата. Рационализация действия предлагает понимание спортсменом своих действий и умение объяснить их. Рефлексивный мониторинг предполагает неизменное и непрерывное отслеживание спортсменом своих личных действий, действий других людей, социальных условий [3].

Конечно, спорт следует рассматривать в различных аспектах с учетом всех подходов и теорий, поскольку ни одна из них не отвечает на все вопросы

сложности построения эффективной модели социализации в спортивной деятельности.

При понимании значения спорта в социализации важно отметить и ряд факторов, затрудняющих реализацию потенциала спорта в этой области.

По мнению исследователя Д. В. Белинской, современная молодежь «отличается своими субкультурными, социосемiotическими, визуальными характеристиками от молодого поколения 90-х гг. XX столетия» [2].

Социологи отмечают появление новых форм интеграции и социализации молодых людей в каждые один-два года. В основе данных форм интеграции лежат процессы заражения и подражания готовых социальных ролей общества.

Следует отметить, что современные социальные условия сложны и разнообразны, в связи с чем, сложно спрогнозировать, как именно будет протекать процесс выстраивания ценностных ориентаций молодых людей, их характера жизненных стратегий, которыми они руководствуются.

На начальном этапе социализации посредством спортивной деятельности важно активно применять современные средства массовой информации и, в первую очередь, Интернет. Активное применение средств массовой информации популяризирует спорт и, тем самым, способствует повышению интереса молодежи к спорту [4].

Повышение эффективности социализации молодежи посредством спортивной деятельности возможно при успешном внедрении современных педагогических технологий, реализации спортивно-массовых мероприятий, предусмотренных современными государственными программами развития массового спорта

Таким образом, следует признать, что спорт представляет собой уникальный социальный институт в современной России, способствующий процессам формирования, трансляции и освоения культуры жизни в социуме. Социализирующая роль спорта выражается в том, что он оказывает и глубокое и многогранное влияние на человека, воспитывая его физически и духовно.

Список литературы

1. Белинская Д. Б. Проблемы адаптации и формирования социализации личности обучающихся в современных условиях // Актуальные вопросы теории и практики совершенствования нормотворческой и правоохранительной деятельности: сборник научных статей адъюнктов, аспирантов, соискателей и докторантов МосУ МВД России // Издательство: Моск. ун-т МВД России. – 2011 г.
2. Вапнярская О.И. Зарубежный опыт управления массовым спортом / О.И. Вапнярская, М.И. Золотов // Менеджмент в России и за рубежом. 2013.
3. Грицак Н.И. Молодежь и спорт в современном социуме // Международный журнал прикладных и фундаментальных исследований. 2014. № 11.
4. Исаев А.А. «Спорт для всех» – продукт политической культуры и идея нового времени. Хрестоматия по социологии физической культуры и спорта. Сост.: В.И. Столяров, Н.Н. Чесноков, Е.В. Стопникова. М. : Физическая культура, 2005. Ч.1.
5. Самыгин С.И. Здоровье в системе ценностных установок современной российской молодежи / С.И. Самыгин, П.С. Самыгин, М.Ю. Попов // Гуманитарные, социально-экономические и общественные науки. 2014. № 12.
6. Хайбуллин М.И. Спорт в системе социальной идентификации личности. Известия Иркутской государственной экономической академии // Электронный научный журнал. 2011. № 4. URL: www.eizvestia.isea.ru

**ИССЛЕДОВАНИЕ КАНАЛОВ
ТРУДОУСТРОЙСТВА СТУДЕНТОВ
ИНСТИТУТА ФИЗИЧЕСКОЙ КУЛЬТУРЫ,
СПОРТА И ТУРИЗМА**

**THE RESEARCH OF JOB PLACEMENT
WAYS FOR INSTITUTE OF PHYSICAL CULTURE,
SPORT AND TOURISM**

Якутенок К.Э.

*Сибирский федеральный университет,
г. Красноярск*

Yakutenok K. E.

*Siberian Federal University,
Krasnoyarsk*

Научный руководитель:

доц., канд. пед. наук А. В. Берлякова

Аннотация. Вопрос трудоустройства выпускников высших учебных заведений, а в особенности выпускников факультетов физической культуры, представляет собой важную тему для рассмотрения, как в сфере управления человеческими ресурсами, так и в физической культуре и спорте, поскольку именно они обеспечивают приток новой рабочей силы в организации, задействованные в сфере спорта, что, несомненно, важно для самих организаций. Соответственно, представляется логичным, что организациям сферы физической культуры, спорта и туризма следует следить за изменением предпочтений выпускников и их ожиданий о будущей работе, чтобы повысить свою привлекательность в глазах молодых соискателей. Сам вопрос трудоустройства довольно обширен, поскольку рассматривает различные аспекты – от выявления различий между трудоустроенными и нетрудоустроенными людьми, до влияния личностных ценностей на выбор карьеры.

Abstract. The issue of student's employment, especially for graduates of the faculties of physical culture, is an important topic for consideration in the human resources management and physical culture and sports, as they ensure the inflow of new labor for organizations of sport, which is undoubtedly important for the organizations themselves. Accordingly, it seems logical that sport organizations should monitor the preferences changes of graduates and their expectations about future work for increasing attractiveness for young applicants. The question of employment is quite extensive, as it considers various aspects from identifying the differences between employed and unemployed people to the influence of personal values of career choices.

Введение. Суть исследования состоит в том, каким образом выпускники устроились на работу, какие факторы способствовали трудоустройству. Исследование каналов трудоустройства стоит начать с анализа внешних условий, формируемых текущей ситуацией на рынке труда [1, 2], которые могут в значительной степени повлиять на то, как будет себя вести человек в обществе. Рассмотрим ситуацию, которая доказывает справедливость данных суждений: допустим, некто имеет работу, по каким бы то ни было причинам, его или ее не устраивающую, при этом данную работу можно с определенной долей успеха назвать стабильной (предположим, что это сфера государственной службы) [3]. В условиях периода экономического роста и расширения спроса на рабочую силу, рассматриваемое нами лицо может относительно легко, прибегнув к различным методам, найти работу, полезность которой для него будет превышать текущую – в таком случае вероятность того, что он сменит место работы выше, чем в других условиях

[4, 5]. В период экономического спада, относительно сложно спрогнозировать будущее некоторых компаний, возможность устройства на работу в них, а также то, насколько регулярно будут происходить выплаты, будет ли осуществляться сокращение работников и оптимизация распределения ресурсов в целях экономии на сотрудниках. Таким образом, предполагаемая полезность от возможного будущего места работы для человека равна или меньше текущей, что, в свою очередь ведет к снижению активности по поиску и смене места работы.

В целом ситуация на рынке труда сложилась довольно сложная – увеличилась конкуренция; увеличилось количество людей, заинтересованных в поиске работы; а количество вакансий, наоборот, снизилось, что, конечно, негативно сказывается на вероятности найти хорошую работу и трудоустроиться. Таким образом, студентов, устраивавшихся на работу после окончания вуза, ожидала высокая конкуренция на рынке труда и меньшая вероятность устройства в наиболее подходящую студенту компанию.

Материалы и методы. При исследовании трудоустройства выпускников использовали метод анкетирования в сети Интернет.

Вопросы, посвященные теме поведения на рынке труда, охватывают множество его аспектов. Рассматривалось трудоустройство выпускника, способствовали ли этому какие либо заслуги, котирующиеся в определенной сфере (например, сертификаты знания иностранных языков, профессиональные или научные сертификаты, благодарности и характеристики). Всего было отправлено 80 предложений на анке-

тирование для исследования в социальной сети ВКонтакте выпускникам 2017 года – критерием определения является ли человек выпускником Института физической культуры, спорта и туризма 2017 года было наличие информации в профиле социальной сети, а также соотнесение ФИО в социальной сети с ФИО ведомостей. В виду технических ограничений на отправку сообщений в социальной сети разослать больше предложений пройти опрос не представлялось возможным. Генеральная совокупность студентов – 67 человек, выборка случайная.

Результаты и их обсуждение. Первым вопросом анкеты определялось в каком году выпускники окончили ВУЗ, для исключения из нашей выборки ложных респондентов: 4 человека были исключены в связи с тем, что окончили другой вуз, 6 человек исключены, так как окончили вуз в предыдущие годы.

Второй вопрос исключил из оставшихся 87 человек еще 5, так как они не имеют опыта работы.

Третий вопрос посвящен вопросу периода трудоустройства. Ответы респондентов распределились следующим образом: устроились во время учебы в университете – 18%, в течение 3 месяцев после получения высшего образования – 49%, в течение 6 месяцев после получения высшего образования – 27%, в течение 12 месяцев после получения высшего образования – 6%.

При ответе на четвертый вопрос: «Имелись ли у Вас особые заслуги при выпуске из университета, которые помогли при трудоустройстве?» 49% респондентов ответили, что у них не было специальных сертификатов, которые помогли бы при трудоустройстве. Данный процент мог бы быть меньше, если бы

у студентов была мотивация получать сертификаты. Встает вопрос о внедрении инструмента для мотивации участия студентов в научных и общественных мероприятиях. 32% ответивших имели подтверждение профессиональных навыков в виде спортивных разрядов, 14% – имели благодарности или характеристики, 3% – использовали научные достижения для трудоустройства на работу, указав их в резюме, 2% – отметили, что знание иностранного языка помогло при трудоустройстве на работу.

Пятый вопрос посвящен каналам трудоустройства. 30% опрошенных как основной канал трудоустройства отметили Интернет (Headhunter и схожие сайты, онлайн доски объявлений др.), 17% опрошенных обратились к работодателю напрямую (нашел в социальных сетях, отправил резюме в службу подбора персонала компании, зарегистрировался на карьерном сайте компании), 15% респондентов устроились на работу после прохождения стажировки (рисунок 1). Таким образом, большинство ответивших использовали формализованные каналы трудоустройства. 1% респондентов трудоустроились с помощью государственного центра занятости. Другими формализованными каналами трудоустройства такими, как печатные издания или с помощью агентств по трудоустройству респонденты не воспользовались. 4% устроились на работу после посещения дня карьеры в СФУ, данный канал можно отнести к полужформальным. 28% респондентов устроились на работу с помощью родственников, друзей, знакомых, преподавателей. Данный канал относится к неформальным каналам трудоустройства. 5% ответивших открыли собственный бизнес.



*Рис. 1. Распределение ответов на вопрос:
«Как Вы устроились на текущее место работы?»*

Шестой вопрос посвящен выявлению основных карьерных установок. Для 32% респондентов основной карьерной установкой является хорошая заработная плата. Карьерные перспективы интересны 18%, наиболее полная реализация своих знаний и умений – 12%, удобный график выбрали 10%. Известность и престиж компании и психологически комфортная атмосфера на работе, желание работать со знакомыми, друзьями, родственниками выбрали 4%. 8% респондентов была нужна хоть какая-нибудь работа, близость к дому – 5%, желание самостоятельности – 3%. Хороший социальный пакет не привлек респондентов.

Седьмой вопрос направлен на определение ожиданий выпускников по поводу работы (Рисунок №2).

36% респондентов отметили, что получение нового опыта и знаний являются основными ожиданиями. С началом карьеры выпускникам придется сталкиваться с большим количеством рабочих задач, находить различные пути решения, получать новые знания и оперировать теми, что получены в университете, развивать себя как специалиста в отрасли физической культуры и спорта.

Быстрый карьерный рост было отмечено 23% респондентов, как и получение высокой заработной платы –17%: выпускники подходят к старту и началу своей карьеры довольно реалистично, понимая, что поначалу необходимо получить опыт работы в сфере физической культуры и спорт, прежде чем думать о высокой оплате своего труда и быстром карьерном росте, поэтому данные ответы ниже по популярности, чем получение опыта.

Ожидания реализации полученных умений и знаний и низкого количества рутинной работы были выбраны 14% и 10% респондентов соответственно.

Восьмой вопрос посвящен реализации ожиданий выпускников на практике. 30% опрошенных ответили, что ничего из вышеперечисленных ожиданий не осуществилось, 26% – получение качественно новых знаний и опыта, 24% – реализация полученных знаний и умений, 10% – низкое количество рутинной работы, 7% – высокая стартовая з/п, 3% – быстрый карьерный рост.

Переходя к девятому, десятому, вопросам об активности респондентов, рассмотрим ответы на оставшиеся вопросы анкеты: участие в днях карьеры, посещение центра занятости СФУ.



*Рис. 2. Диаграмма распределения ответов на вопрос:
«Что Вы ожидали от текущей работы?»*

Половина опрошенных принимала участие в днях карьеры, половина опрошенных посещал от 1 до 3 раз. 13% – 4–6 раз, 5% – больше 6 раз. 75% выпускников посещала карьерные мероприятия или дни карьеры; центр занятости университета не пользуется такой популярностью – его посещали только 25 % респондентов.

Говоря об удовлетворенности выпускников, заполнивших анкету, их работой, стоит отметить, что суммарная оценка удовлетворенности больше 60%.

Заключение. Поскольку объектом данного исследования являются трудоустроенные выпускники Института физической культуры, спорта и туризма 2017 года, а предметом – особенности их поведения на рынке труда, их предпочтения и удовлетворенность работой, необходимо отметить, что существуют факторы, оказывающие влияние на процесс трудоустройства. К таким факторам можно отнести следующие:

Сложившаяся ситуация на рынке труда (т. е. количество доступных рабочих мест, тенденции в управле-

нии человеческими ресурсами в организациях, массовые сокращения или набор и др.)

Условия труда (размер заработной платы, задействование всех возможностей работника, рутинная работа или комплексные задания, требующие неординарных решений, атмосфера в коллективе, качество и полнота предлагаемого работодателем социального пакета)

Личные качества и особенности выпускника (мотивация, интересы, активность в учебной и внеучебной деятельности, наличие связей, наличие собственного стартового капитала, сформированное мнение и набор ожиданий).

На основании результатов исследования была разработана модель по организации трудоустройства студентов Института физической культуры, спорта и туризма показывает взаимосвязь представлений выпускников с каналами трудоустройства и выхода на рынок труда. Модель показывает на какие параметры должны воздействовать Вуз и работодатели.

У выпускников под воздействием средств массовой информации, мнения родственников и друзей, личной оценке сформировано представление о критериях подходящей работы:

- удовлетворенность работой,
- реализация профессиональных навыков,
- зарплатные ожидания,
- психологически комфортная атмосфера,
- получение новых знаний по профессии.

Для целей проекта нами выбраны три канала трудоустройства:

- специализированный раздел на сайте ИФК-СиТ с подбором и обновлением вакансий с сайтов HeadHunter, работа.ру,

день карьеры ИФКСиТ с приглашением работодателей,

прохождение стажировок.

Каналы трудоустройства направлены на рынок труда Красноярского края: общеобразовательные школы, спортивные школы, фитнес-центры, органы государственной власти.

Выпускники влияют на выбор каналов трудоустройства, которые в свою очередь, влияют на удовлетворенность работой. Это объясняется тем, что работодатели используют разные методы поиска сотрудников и, если выпускник решил идти в определенную компанию, то он будет трудоустраиваться через те каналы, которые определила сама компания. Другими словами, настроившись на трудоустройство в одну конкретную компанию, выпускник, предполагая, что данная компания ему подходит и полезность от работы там будет выше, чем в других, скорее будет использовать все доступные способы трудоустройства, предоставленные компанией, т. е. проявлять активность на рынке труда, и трудоустраиваться через определенные каналы. Чем больше выпускник верит в хорошую, успешную и интересную работу для себя в некой организации, тем выше его удовлетворенность работой будет при работе в данной организации и тем меньше будет его желание изменить место работы.

Список литературы

1. Аврамова Е.М., Верпаховская, Ю.Б. Работодатели и выпускники вузов на рынке труда: взаимные ожидания // Социологические исследования. – № 4. – 2016. – С.45–54.
2. Галиутинова, Е.И. Мониторинг трудоустройства выпускников вузов Красноярского края как рыночный инструмент оценки эффективности деятельности си-

стемы высшего профессионального образования / Е.И. Галиутинова // Экономика и управление в современных условиях. – 2015. – №2. – С. 26–31.

3. Злотников, М.С. Обоснование концепции проекта профессионализации и трудоустройства выпускников института физической культуры, спорта и туризма / М.С. Злотников // Теория и практика физической культуры. – 2014. – №2. – С. 105–110.
4. Колокольцев, В.М. Подготовка квалифицированных кадров в условиях университетского комплекса / В.М. Колокольцев // Известия Самарского научного центра Российской академии наук. – 2016. – №1. – С. 615–619.
5. Подольский, О.А. Ключевые компетенции выпускников и молодых специалистов при приеме на работу / О.А. Подольский // Научное обозрение: гуманитарные исследования. – 2016. – №1. – С. 76–79.

ОЗДОРОВИТЕЛЬНЫЕ ЗАНЯТИЯ ПЛАВАНИЕМ КАК СПОСОБ КОРРЕКЦИИ НАРУШЕНИЯ ОСАНКИ У ДЕТЕЙ

IMPROVING OCCUPATIONS SWIMMING AS THE WAY OF CORRECTION OF VIOLATION OF THE BEARING AT CHILDREN

Гофман Е.В.

*Красноярский государственный педагогический
университет им. В.П. Астафьева, г. Красноярск*

Gofman E.V.

*Krasnoyarsk State Pedagogical University
named after V.P. Astafiev, Krasnoyarsk*

Научный руководитель:

доц., док. пед. наук Янова М.Г.

Аннотация. Общеизвестен факт, что здоровье подрастающего поколения – важнейшая задача современного общества. От здоровья молодежи, в конечном итоге зависит благосостояние нации. Однако с каждым годом все более сложной проблемой становится сохранение здоровья учащейся молодежи. Анализ данных медицинских осмотров детей, поступающих в общеобразовательные учебные учреждения, указывает на изначально низкий уровень их здоровья. Отмечается также значительное снижение уровня физического развития и физической подготовленности детского контингента.

Abstract. It is a well-known fact that the health of the younger generation is the most important task of modern society. From the health of youth, the welfare of the nation depends ultimately. However, every year the preservation of the health of young people is becoming an increasingly difficult problem. The analysis of the data of medical examinations of children entering general educational institutions indicates the initially low level of their health. There is also a significant decrease in the level of physical development and physical preparedness of the children's contingent.

Говоря об организации физкультурно-оздоровительной работы и пропаганды здорового образа жизни, мы рассматриваем понятие «здоровье», как «состояние полного физического, психического и социального благополучия, а не просто отсутствия болезней или физических дефектов» (по определению Всемирной организации здравоохранения) [1, 5, 6]. Многочисленные исследования последних лет показывают, что около 30-35 % детей, поступающих в первый класс, имеют различные заболевания. По данным Министерства здравоохранения и социального развития РФ более 80 % выпускников общеобразовательных школ имеют те или иные отклонения в состоянии здоровья. Хронические заболевания диагностируются у 40-50 % детей школьного возраста (третья медицинская группа), у 40 % имеются различные функциональные отклонения (вторая медицинская группа) и лишь около 20 % детей считаются здоровыми (первая медицинская группа) [4]. Увеличилось число болезней опорно-двигательного аппарата, нервной, эндокринной системы и органов пищеварения. У каждого второго ребенка регистрируется функциональное нарушение различных органов и систем, у каждого пятого – общая задержка физического развития. Интенсивные умственные нагрузки и отсутствие правильного соотношения между трудом и отдыхом детей способствуют тому, что только за время обучения в начальной школе существенно увеличивается количество детей, относящихся к третьей группе здоровья, выявляются клинически выраженные признаки вегетативно-сосудистых расстройств. Важным показателем, характеризующим уровень здоровья детей младшего школьного возраста и школьников, являет-

ся устойчивость к различным простудным заболеваниям в течение учебного года [3].

Одним из наиболее частых отклонений в состоянии здоровья детей является нарушение осанки. Как отмечалось многими авторами, у детей с нарушениями осанки снижены физиологические резервы дыхания и кровообращения, нарушены адаптивные реакции, а слабость мышц брюшного пресса приводит к нарушению нормальной деятельности желудочно-кишечного тракта и других органов брюшной полости, часты дискинезии желчевыводящих путей. Кроме того, нарушение рессорной функции позвоночника отрицательно сказывается на высшей нервной деятельности ребенка, что может проявляться в повышенной утомляемости, снижении работоспособности и головных болях. В связи с этим, коррекция дефектов осанки – не только задача физического воспитания детей, но и важный момент первичной и вторичной профилактики ортопедических заболеваний, а также заболеваний внутренних органов. При любой степени сколиотического искривления позвоночника показаны занятия плаванием. При занятиях **плаванием у людей страдающим остеохондрозом**, глубокие мышцы спины получают необходимое развитие, межпозвонковые диски разгружаются, увеличивается расстояние между позвонками, уменьшается давление на нервные окончания, стихают боли.

Плавание способствует укреплению скелетной мускулатуры спины, уменьшению искривлений позвоночного столба. Даже визуально у детей наблюдаются явные признаки укрепления скелетной мускулатуры. У детей возникает явное желание и дальше заниматься плаванием. После тренировок в бассейне стабили-

зируется работа кровеносной системы, давление приходит в норму. Сосуды обретают эластичность, сердечный ритм стабилизируется. При регулярных занятиях в бассейне улучшается работа дыхательной системы, что обеспечивает более интенсивное кислородное насыщение крови. Кроме того, плавание отлично закаливает организм, повышается иммунитет и общее состояние человека. Кроме того, при применении плавания для профилактики остеохондроза через вовлечение в более активную работу гладкой мускулатуры сосудов улучшается снабжение межпозвонковых дисков питательными веществами.

Наиболее подходящими стилями плавания, препятствующими развитию заболеваний позвоночника, считаются кроль на груди и на спине. При невозможности по каким – то причинам применять стиль плавания кроль на груди с выдохом в воду, чтобы избежать нежелательного изгиба позвоночника в шейном отделе, лучше плавать только на спине. При сколиозе плавание также позволяет избавиться от болей в позвоночнике, и, разгружая его, восстанавливает кровообращение в мышцах, улучшает питание сегментов позвоночника.

При разработке комплексов лечебной физкультуры для больных сколиозом следует учитывать всю сложную гамму изменений, происходящих в организме больного. Известно, что особенностью тяжелых форм сколиоза (III-IV степени) является не только грубое искривление самого позвоночника и сложная деформация грудном отделе клетки, но и серьезные функциональные нарушения внутренних органов. Наблюдаются тяжелые нарушения костной, мышечно-связочной и нервно-мышечной систем. Осо-

бенно в неблагоприятных условиях функционируют легкие и сердце. Нередко у таких больных отмечается легочно-сердечная недостаточность. Значительные нарушения функции внешнего дыхания происходят, в основном, при грудной и тотальной формах сколиоза. Меньшие нарушения дыхания наблюдаются у больных с локализацией сколиоза в пояснично-крестцовой области.

Поэтому при разработке комплексов лечебной гимнастики и во время проведения занятий по плаванию необходимо использовать индивидуальный подход и принимать во внимание не только косметический эффект влияния различных средств ЛФК на позвоночный столб, но и терапевтическое их воздействие, направленное, в частности, на улучшение функции внешнего дыхания и предупреждения легочно-сердечной недостаточности. В каждый урок лечебной физкультуры следует включать проведение подвижной игры на суше или на воде, как одного из существенных элементов эмоционального оживления лечебного урока и профилактики переутомления обучающихся. Подвижная игра проводится в конце основной части урока и продолжается в течение 6-8 минут. Для детей с некомпенсированной или нестабильной формами сколиоза, при прогрессировании при III степени в для ослабленных следует подбирать малоподвижные игры.

Лечебный урок заканчивается заключительной частью, в которой проводится строевые и общеразвивающие упражнения, направленные на сложение нагрузки. Выполняется проверка самопроверка и взаимопроверка осанка, подводится итог проведенного занятия.

В учебный период года урок лечебной физкультуры продолжается 45 минут. Из них $\frac{2}{3}$ времени отводится специальной части, включая игру. Для ослабленных детей и имеющих некомпенсированную или нестабильную формы сколиоза, а также в период прогрессирования и при III степени основная часть (без игры) продолжается 18-25 минут. Основное время 45-минутного урока отводится общеразвивающим, игровым упражнениям и малоподвижным играм.

В связи с тем, что лечение сколиоза является непрерывным и длительным процессом, то очень важно избегать длительнообразных и монотонных занятий.

Весь процесс лечения должен осуществляться циклическими курсами. В начале учебного года (I-II четверти) уроки лечебной физкультуры строятся по правилам постепенного нарастания общей и специальной нагрузки. В середине учебного года (III четверть) нагрузка держится на достигнутом уровне или несколько увеличивается. В конце учебного года (IV четверть) происходит постепенное снижение нагрузок с целью необходимой подготовки организма к лету.

Во время летних каникул дети, больные сколиозом, должны вести активный образ жизни в пределах обусловленных показаний и ограничений для каждого занимающегося. Следует широко использовать купание и плавание в открытых водоемах, подвижные игры, пребывание на природе и т.д.

Дети, получающие даже достаточную общую физическую нагрузку, обязаны ежедневно выполнять по 6-8 специальных упражнений. А при достаточной нагрузке им следует заниматься специальными упражнениями по 15-20 минут 4-5 раз в неделю под наблюдением родителей или педагогов. Давая задания де-

тям на летние каникулы, специалисты ЛФК должны избегать повторений и дублирования занятий (упражнений), проводимых в течение учебного года. Специальные упражнения следует организовывать по типу игровых увлекательных и методичных игр, особенно это важно для малышей.

Заключение. Обобщение результатов наблюдений и статистики для решения острой проблемы коррекции осанки у детей младшего школьного возраста свидетельствуют о необходимости использовать оздоровительное плавание как активное средство.

Список литературы

1. Алифанова Л.А. Реализация системного подхода к здоровьесбережению и гармоничному развитию школьников // Педиатрия. – 2006. – Т. 86, № 2. – С. 106 – 110.
2. Бальсевич В.К. Концепция информационно-образовательной кампании по развертыванию национальной системы спортивно-ориентированного физического воспитания обучающихся в образовательных школах Российской Федерации / В.К. Бальсевич, Л.И. Лубышева // Теория и практика физической культуры. – 2003. – № 1. – С. 11 – 17.
3. Баранов А.А. Оценка состояния здоровья детей. Новые подходы к профилактической и оздоровительной работе в образовательных учреждениях: руководство для врачей / А.А. Баранов, В.Р. Кучма, Л.М. Сухарева. – М.: ГЭОТАР-Медиа, 2008. – 437 с.
4. Гаджиев Р.Д. Взаимодействие семьи и школы в формировании здорового образа жизни младших школьников: автореф. дис. ... канд. пед. наук. – Ростов н/Д, 2007. – 26 с.
5. Тарасова М.В., Коган О.С. ЭКОНОМИЧЕСКОЕ ОБОСНОВАНИЕ ПРОГРАММЫ КОРРЕКЦИИ ОСАНКИ ДЛЯ ДЕТЕЙ МЛАДШЕГО

ШКОЛЬНОГО ВОЗРАСТА // Современные проблемы науки и образования. – 2014. – № 6.; URL: <http://www.science-education.ru/ru/article/view?id=15532> (дата обращения: 28.05.2018).

6. Кречковская С. Г. Организация физкультурно-оздоровительной работы и пропаганды здорового образа жизни в дошкольном образовательном учреждении // Молодой ученый. – 2017. – №11.1. – С. 28-34. – URL <https://moluch.ru/archive/145/40647/> (дата обращения: 28.05.2018).

ИССЛЕДОВАНИЕ ПРОБЛЕМЫ ИГРОВОЙ ЗАВИСИМОСТИ ОБУЧАЮЩИХСЯ

INVESTIGATION OF THE PROBLEM GAMBLING ADDICTION OF STUDENTS

Романова В.В.

*Красноярский государственный педагогический
университет им. В.П. Астафьева, г. Красноярск*

Romanova V.V.

*Krasnoyarsk State Pedagogical University
named after V.P. Astafiev, Krasnoyarsk*

Научный руководитель:

доц., канд. мед. наук Казакова Г.Н.

Аннотация. В этой статье было разработано и проведено социологическое исследование о наличии игровой зависимости у школьников (10-11 классов) и студентов 1 курса университета. А также разработаны и опробованы методические рекомендации, направленные на снижение уровня игровой зависимости у школьников и студентов университета. Метод опроса показал уровень осведомленности респондентов по этому вопросу. Выявлена концепция игровой зависимости.

Abstract. This article developed and conducted a sociological study on the presence of gaming addiction in schoolchildren (10-11 grade) and 1st year students of university. And also developed and tested methodological recommendations aimed at reducing the level of gaming addiction in schoolchildren and students of university. The survey method revealed the level of awareness of respondents on this issue. The concept of game dependence is revealed.

Введение. Исследование проблем компьютерной зависимости подростков в России приобретает особую значимость в связи с широким развитием ком-

пьютерных технологий. Мощный поток новой информации, распространение компьютерных игр оказывает большое влияние на социальное пространство подростков. Существенно изменяется и структура досуга, т. к. компьютер сочетает в себе возможности телевизора, DVD приставки, музыкального центра, книги [1]. Компьютеризация всех сфер общественной жизни человека – одно из самых впечатляющих событий последней четверти XX века. Компьютер стал неотъемлемой частью современной жизни, захватывая своим влиянием современных детей и подростков. Вместе с несомненным положительным значением компьютеризации следует отметить негативное последствие данного процесса, влияющего на социально-психологическое здоровье молодого поколения, – **компьютерная зависимость**.

Понятие «компьютерная зависимость» появилось в 1990 г. Специалисты относят подобный вид зависимости к специфической эмоциональной «наркомании», вызванной техническими средствами. Компьютерная зависимость является одной из разновидностей аддиктивного поведения и характеризуется стремлением уйти от повседневности методом трансформации собственного эмоционально психического настроения. В этот момент человеком не только отбрасываются насущные заботы на задний план, но и затормаживается работа его психики, а чаще совсем прекращается индивидуально-личностное развитие [3].

В среде современной молодежи обнаруживается осязаемая тенденция предпочтения жизни виртуальной (т. е. в киберпространстве) жизни реальной. Из-за этого человек затрудняется в предвидении результа-

тов своих действий, а также неверно соотносить эти действия с правилами и нормами поведения, с коллективными представлениями о дозволенном; нарушается представление человека о самом себе, о субъективном я, забываются обязанности, взятые на себя в прошлом – то есть происходят проблемы связанные с идентификацией себя личностью.

В результате постоянного погружения в виртуальное пространство человек теряет самого себя, теряет осознание своего местоположения в реальной жизни и начинает воспринимать себя частью мира виртуального. Жизнь в виртуальном мире позволяет избежать наказания за такие поступки, которые не принимаются реальным обществом, таким образом, у подростка притупляется развитие рациональных способностей, происходит отвлечение его от аналитико-критической рефлексии [4].

Подростковая субкультура может навязывать неверные идеалы, неправильные системы и модели поведения, которые сам подросток (из-за несформированности своего Я-сознания) может примерять на себя, не задумываясь о последствиях своих действий [5].

Цель работы: провести исследование и анализ наличия игровой зависимости у студентов I курса ИФК-СиЗ им И.С. Ярыгина и старших школьников МБОУ СОШ № 98 (г. Железнодорожск).

Методика и материалы. Нами были выбраны именно такие возрастные категории, в связи с тем, что при окончании школы и переходе в высшее учебное заведение у молодых людей происходит смена деятельности, увеличивается учебная нагрузка; также следует отметить, что многие ребята переезжают в другой город, тем самым начиная самостоятельную

жизнь, следовательно, им приходится искать подработку, чтобы обеспечивать свои карманные расходы. Исходя из этого была сформирована гипотеза. Исследование проводилось на базе МБОУ СОШ № 98 г. Железногорска и ИФКСиЗ им. И.С. Ярыгина в течение февраля-апреля 2018 года. В исследовании приняли участие 55 обучающихся 10-11 классов и 56 первокурсников.

Методы исследования: изучение и анализ научно-методической литературы, педагогическое тестирование, статистические методы. Исследование осуществлялось в 3 этапа.

На *первом этапе* был осуществлен анализ различных источников литературы по данной теме и проведен опрос, по результатам которого был получен процент информированности респондентов по данной проблеме.

На *втором этапе* исследования были подобраны различные методики, позволяющие выявить наличие игровой зависимости у обучающихся. На этом же этапе было проведено само исследование по данному вопросу.

Нами были выбраны такие методы тестирования, как:

- Тест Кимберли Янга по выявлению кибераддикции;
- Тест Такера на выявление игровой зависимости;
- Опросник «Степень вовлеченности в компьютерные игры» А.В. Гришина [2].

На *третьем этапе* исследования был осуществлен анализ полученных данных. На основании чего была разработана программа классного часа и тренинг, позволяющий более глубоко и детально

рассмотреть проблему игровой зависимости. Также данная разработка была опробована на старшеклассниках.

Результаты и их обсуждение. Первый этап исследования заключался в проведении опроса, результаты которого показали, в какой степени респонденты осведомлены в таких вопросах, как: Что такое игровая зависимость? Как вы считаете, к каким последствиям данная зависимость может привести? На ваш взгляд, кто-нибудь из вашего окружения подвержен данной зависимости?

Полученные данные показали, что 55% опрошенных старшеклассников и 60% студентов имеют верное представление (смогли дать примерное либо точное определение) о понятии игровой зависимости.

70% респондентов (и старшеклассники, и студенты) перечислили возможные негативные последствия игровой зависимости. Чаще всего указывались такие последствия, как: ухудшение зрения; отсутствие желания живого общения (из-за наличия виртуального); наличие крупных денежных долгов; конфликты в семье; прогуливание учёбы.

На третий вопрос мнения респондентов разошлись. 50% школьников ответили, что у них есть знакомые, которые возможно подвержены кибераддикции. Процент положительного ответа у студентов оказался значительно ниже – 35%.

По итогам тестирования К. Янга все респонденты соотносятся с одной из групп (по количеству набранных за опросник баллов, тест состоял из 10 вопросов): риск игровой зависимости отсутствует; стадия увлеченности; риск развития игровой зависимости и игровая зависимость.

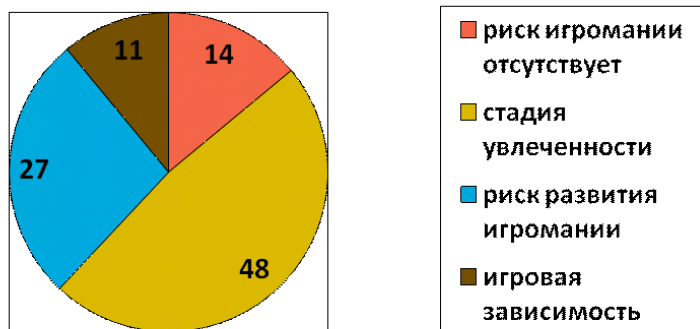


Рис. 1. Результаты тестирования (в %) по К.Янгу среди 10-11 классов

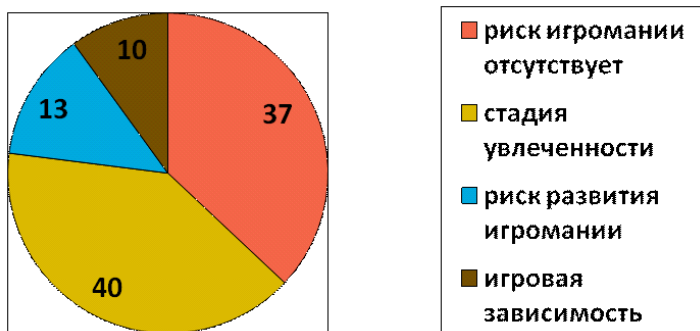


Рис. 2. Результаты тестирования (в %) по К.Янгу первокурсники

Как видно по данным полученных диаграмм количество респондентов-первокурсников, находящихся в стадии увлеченности, подверженных риску игровой зависимости, меньше чем у старшеклассников. В то время как показатель «риск игровой зависимости отсутствует» у первокурсников наоборот преобладает.

Тест Такера состоял из 15 вопросов, на каждый из которых респонденты должны были ответить одним из 4 предложенных вариантов – никогда, иногда, чаще всего, почти всегда (подразумевая свою де-

тельность за последние 12 месяцев). За каждый ответ начисляется определенное количество баллов от 0 до 3. В дальнейшем каждая сумма соотносится с одной из 3х категорий.

Выявили, что 57% школьников находятся в стадии, которая возможно может привести к «игровой зависимости», в то время как у первокурсников данный результат получили 50% респондентов. 40% опрошенных первокурсников находятся на стадии, не вызывающей никаких негативных последствий. Количество респондентов-школьников на данной стадии составило 30%.

Опросник «Степень вовлеченности в компьютерные игры» состоял из 16 вопросов. После подсчета полученных баллов респонденты разделяются на 3 группы: находящиеся в норме; большая часть времени посвящается компьютеру (подверженные риску) и с симптомами игровой зависимости.

Таблица 1

**Сравнительный результат тестирования по опроснику
«Степень вовлеченности в компьютерные игры»**

Стадия	Обучающиеся 10-11 классов	Студенты I курса
Норма	48%	65%
Подверженные риску игровой зависимости	32%	17%
Симптомы игровой зависимости	20%	18%

Как видно из данных таблицы, процент обучающихся 10-11 классов, имеющих симптомы игровой зависимости и подверженных риску значительно больше, чем среди студентов I курса.

Заключение. В данной работе были изучены отечественные и зарубежные понятия игровой и компьютерной зависимости. Проведены исследование по наличию данной зависимости у обучающихся старших классов МБОУ СОШ №98 г. Железногорска и студентов I курса КГПУ им. В.П. Астафьева. Наше предположение подтвердилось, в высшем учебном заведении процент респондентов с ярко выраженной игровой зависимостью составил меньший процент, но все равно достаточно велик. Процент обучающихся, большую часть времени проводящих за компьютером (т. е. подверженных риску игровой зависимости) примерно равен среди исследуемых групп, но все же у старшеклассников составляет большую часть. Несмотря на то, что часть времени, которую обучающиеся проводят за компьютером, составляет выполнение различных заданий, оставшийся процент все равно достаточно велик.

Данные нашей работы могут быть базой для проведения последующих психолого-педагогических исследований в сфере образования, направленных на выявление влияния информационно-компьютерных технологий, как на образовательный процесс, так и на изменения подростковой субкультуры в целом. Разработанные материалы могут использоваться в дальнейшем с целью ознакомления обучающихся с понятием «Игровая зависимость» и опасностями, сопровождающими ее. Так же способствуя профилактики ее развития.

Список литературы

1. Васина, Г.И. Игромания, или не проиграйте своего спасения// Г.И. Васина. – Ст. Радонеж: Православное Общество, 2004. – 203 с.

2. Девятко, И.Ф. Методы социологического исследования / И.Ф. Девятко. – М.: Книжный дом «Университет», 2002.– 296 с.
3. Коптелова, Н. И. Особенности компьютерной игровой зависимости среди подростков // Н.И. Коптелова, М.В. Данилова. Молодой ученый. – 2014. – №20. – С. 547-549 [электронный ресурс] URL: <https://moluch.ru/archive/79/14124/>
4. Шепель, Ю. Патологический азарт. Современный взгляд на проблему/ [электронный ресурс] URL: www.document, www.huvi.ee
5. Шепель, Ю. Игра, азарт, зависимость/ Ю. Шепель. – Таллин: ЧитоГрад. – 2006.– 112 с.

ГОТОВНОСТЬ БУДУЩЕГО ПЕДАГОГА К ПРИМЕНЕНИЮ ЗДОРОВЬЕСБЕРЕГАЮЩИХ ТЕХНОЛОГИЙ В ОБРАЗОВАТЕЛЬНОЙ СРЕДЕ

THE READINESS OF FUTURE TEACHER TO USE MEDICAL TECHNOLOGIES IN EDUCATIONAL ENVIRONMENT

Ситников Ю.Е.

Красноярский государственный педагогический университет им. В.П. Астафьева, г. Красноярск

Sitnikov J.E.

*Krasnoyarsk State Pedagogical University
name after V.P. Astafiev, Krasnoyarsk*

Научный руководитель:

доц., канд. биол. наук Колпакова Т.В.

Аннотация. Формирование у обучающихся культуры безопасного и здорового образа жизни в образовательной организации является залогом успешной учебной деятельности. Решение данного аспекта полностью возлагается на мастерство и опыт педагога в создании им здоровьесберегающей образовательной среды в классе как фактора обеспечивающего практическое усвоение изучаемого материала и применении полученных знаний в повседневной деятельности.

Abstract. Formation of studying culture of safe and healthy lifestyles in educational organization is the key to successful training. This aspect of the decision squarely on the skill and experience of the teacher in creating them health saving educational area in the class as a factor in ensuring the practical assimilation of the studied material and apply the knowledge acquired in daily activities.

Существующая система высшего профессионального образования в стране в настоящее время

не может удовлетворять возникающим потребностям государства в связи с разноплановыми социально-экономическими потребностями, как в интеллектуальном, так и духовно-нравственном развитии личности. В связи с этим одной из актуальных проблем, которую необходимо решать в образовании в целом – это сохранение здоровья и безопасность жизнедеятельности обучающихся.

В связи с этим задачи, которые следует решать на этапе реформирования высшего образования, связаны с формированием у бакалавров будущих педагогов профессиональных компетенций, направленных на сохранения жизни и здоровья учащихся в образовательном пространстве учебного заведения и за его пределами.

Приоритетным направлением в этой связи в высшей школе ставится вопрос перед выпускниками учебного заведения после его окончания не столько о наличии объема знаний, которыми владеет будущий бакалавр, сколько в их умении применять полученные знания и умения в конкретной профессиональной или производственной деятельности. В контексте данной статьи мы делаем акцент в сторону практического закрепления знаний в области здоровьесбережения обучающихся в период обучения в образовательной организации и поддержания данных навыков здорового образа жизни на протяжении последующего его периода и передаче подобных знаний подрастающему поколению.

Поскольку система мер здоровьесбережения в педагогической практике образования носит системный и даже комплексный характер, то и перечень предметных знаний в данной области представляет собой до-

статочно объемный характер. Нет необходимости доказывать доктрину данного тезиса, вполне достаточно осмыслить весь перечень необходимых базовых знаний по основам безопасного существования учащейся молодежи.

Системный характер в контексте здоровьесбережения, можно рассматривать как совокупность организационно-функциональных и психолого-педагогических установок, определяющих многовариантный набор и компоновку действий, форм, методов, приемов, процедур, обеспечивающих практико-ориентированное погружение обучающихся в специально созданную среду. Например, подобная система может рассматриваться в виде организованных форм и технологических единиц, ориентированных на конкретный педагогический результат, создающих принципиально новые возможности для приобщения молодого поколения к ценностям здорового образа жизни через осознанное и творческое использование средств физической культуры в целях оздоровления.

Рассматривая словосочетание «здоровьесбережение» с точки зрения определения интересующей нас проблемы, мы имеем в виду определенную смысловую нагрузку слова «сбережение». В «Словаре русского языка» С.И. Ожегова сберегать означает: «сохранить, не дать утратиться, пропасть» [2], следовательно, здоровьесбережение можно представить в качестве синонима – «здоровьесохранение», т. е. сохранение здоровья на определенном или заданном уровне.

Объектом здоровьесбережения в образовательном пространстве учебного заведения является личность – ее жизнь, здоровье, права, свободы, материальные и духовные ценности.

В перечень ценностей личности как критерия здоровьесбережения можно определить:

- рациональная организация учебного процесса;
- рациональная организация режима дня обучающихся;
- состояние здоровья и текущая заболеваемость;
- двигательная активность обучающихся;
- отсутствие травм;
- отношение человека к своему здоровью и здоровому образу жизни.

Изучение основополагающих и базовых теоретических положений, направленных на обеспечение здоровьесбережения обучающихся в учебных заведениях мы ставим своей целью сформировать у будущих педагогов компетенции, особого мышления и взглядов, позволяющих принимать ответственные решения с учетом требований здорового и безопасного образа жизни обучающихся в повседневной деятельности.

Важным следует считать в качестве приоритетной задачи формирование индивидуального стиля деятельности выпускника вуза еще в стенах учебного заведения, что является фактором, способствующим эффективному переходу его от учебной деятельности к профессиональной деятельности специалиста.

При этом важно обратить внимание на использование для этого собственных ресурсов и возможностей, реализуя в образовательном процессе компетентностный подход, что связано со способностью продуктивного действия, возможностью достигать нужного результата и эффективно разрешать проблему,

Таким образом, по мере повышения профессиональной компетентности будущего педагога, повышается его готовность к осуществлению педагогической

деятельности, в том числе в сфере обеспечения здоровьесбережения обучающихся.

Из сказанного следует, что одной из задач высшего педагогического образования на современном этапе является формирование соответствующей культуры безопасного поведения и жизнедеятельности в обществе, которая должна влиять на всю общность и степень развития самосознания личности в данной социальной среде и культуре.

Формирование культуры безопасного поведения у обучаемых осуществляется через решение следующих задач:

- формирование правильных, с точки зрения обеспечения здоровьесбережения поведенческих мотивов;
- развитие качеств личности, направленных на безопасное поведение в окружающем мире;
- формирование способностей для принятия безопасных решений в быту;
- привитие знаний, умений и компетенций по снижению индивидуальных и коллективных рисков;
- выработка морально-психологической устойчивости в условиях опасных и чрезвычайных ситуаций.

Принимая во внимание вышеперечисленное в контексте современного мировоззрения, отмечаем, что обучение в данном направлении имеет особую направленность и подчиняется общим принципам образования. Данная тема весьма важна с точки зрения деликатного к себе отношения, где от педагога, как воспитателя и психолога требуется внимательность и чуткость по отношению к обучающимся. Он должен своевременно и тонко отреагировать на неблагоприятную, а тем более конфликтную ситуацию в подростковой, школьной среде, своевременно внести кор-

рективы в ее последствия, применяя при этом соответствующие технологии воспитательного характера.

Механизмы обучения в сфере здоровьесбережения в образовательной среде должны быть полностью интегрированы в повседневную жизнь всех участников учебного процесса учреждения так, чтобы они не воспринимались в качестве отдельной меры. Безопасность школы и находящихся там обучающихся являются заботой каждого педагога, а не только делегированных руководителей или сотрудников организации. Определенная подготовка по безопасности жизнедеятельности и совместная деятельность всех педагогов может самую неблагополучную школу преобразовать в безопасное и здоровое учебное заведение.

Ведущая цель деятельности вуза по формированию готовности обучающихся к сознательному выбору педагогической профессиональной деятельности, ориентированной на обеспечение здоровьесбережения обучающихся, принадлежит внутренней мотивации (интерес, любовь к делу), воображению и трудолюбию. Приоритетным направлением в педагогической практике на современном этапе является стремление будущего педагога изменить устоявшуюся систему ценностного отношения к своему здоровью обучающихся в образовательной среде, что является необходимым условием в мотивированном стремлении овладевать необходимыми знаниями и компетенциями в данной области.

Внедрение новых образовательных технологий позволяет активизировать роль студентов в учебно-познавательном деятельности здоровьесбережения и безопасности за счет увеличения доли самостоятельной работы, а также при условии устойчивой соци-

альной образовательной среды, что позволяет проектировать образовательный процесс в информационном обществе с позиции обеспечения качества образования и удовлетворения дефицитов (личных, профессиональных, социальных) [3].

Таким образом, высшие учебные заведения педагогической направленности призваны оказывать непосредственную гуманитарную помощь студентам, акцентируя внимание на проблемах безопасности жизнедеятельности человека. Способ организации учебной деятельности должен оказывать влияние на формирование у них знаний, умений и компетенций по действиям в опасных и экстремальных ситуациях, а также научного мировоззрения, соответствующего требованиям текущего века, при котором безопасность личности, общества и государства становятся неотъемлемой его частью.

Особого внимания требует мотивирование будущих педагогов эффективно применять знания, полученные в учебных заведениях, гибко реагировать на изменения, связанные с научно-техническим прогрессом и международным положением, внедрять инновационные технологии в повседневную практику.

Активное участие студентов в моделировании (проектировании) учебного процесса в вузе совместно с преподавателями способствует овладению выпускниками методами, позволяющими им включиться в самостоятельный поиск и открытие нового, профессионально необходимого [1].

Предложенный в рамках данной статьи подход к рассмотрению значения подготовки педагога-бакалавра к обеспечению безопасности жизнедеятельности образовательной организации, позволяет вы-

страивать стратегический, тактический и операционный уровни проектирования (моделирования) данного процесса с позиции обновления и обеспечения его результативности. Предлагаемый подход рассматривать значение профессиональной подготовки учителя для обеспечения безопасности образовательной организации жизни и моделировать его на стратегическом, тактическом и оперативном уровнях с позиции обновления, обеспечивая его эффективность.

Список литературы

1. Адольф, В.А. Обновление процесса подготовки педагогов на основе моделирования профессиональной деятельности [Текст] : монография / В.А. Адольф, И.Ю. Степанова. – Красноярск, 2005. – 214 с.
2. Ожегов, С.И. Толковый словарь русского языка: Ок. 100 000 слов, терминов и фразеологических выражений / С. И. Ожегов; Под ред. проф. Л. И. Скворцова. – 28 е изд., перераб. – М.: ООО «Издательство «Мир и Образование»: ООО «Издательство Оникс», 2012. – 1376 с.
3. Татур, Ю.Г. Высшее образование: методология и опыт проектирования [Текст] : учебно-методическое пособие / Ю.Г. Татур. – М.: Университетская книга; Логос, 2006. – 256 с.

**ОБУЧЕНИЕ ПРАВИЛАМ ОКАЗАНИЯ
ПЕРВОЙ ПОМОЩИ СРЕДСТВАМИ
УЧЕБНЫХ КЕЙСОВ НА УРОКАХ ОСНОВ
БЕЗОПАСНОСТИ ЖИЗНЕДЕЯТЕЛЬНОСТИ**

**LEARNING THE RULES OF FIRST AID
BY MEANS OF CASE STUDIES
ON THE LESSONS OF THE BASICS
OF SECURITY AND HARMONIOUS LIFE**

Соловьев В.В.

*Красноярский государственный педагогический
университет им. В.П. Астафьева,
г. Красноярск*

Solovyov V.V.

*Krasnoyarsk State Pedagogical University
named after V.P. Astafiev,
Krasnoyarsk*

Научный руководитель:

доц., канд. мед. наук Казакова Г.Н.

Abstract. The article deals with the application of educational cases in teaching the rules of first aid in the lessons of the basics of life safety. The efficiency of the implementation of educational cases in the educational process when teaching the rules of first aid in the lessons of the basics of life safety.

Введение. По данным статистики в городе Красноярске и по России в целом, увеличилось количество несчастных случаев с участием обучающихся. Это связано, в том числе, и с незнанием обучающихся правил оказания первой помощи и страхом, препятствующим ее оказанию. В связи с этим, навыки оказания первой помощи себе и окружающим, должны быть сформированы у каждого обучающегося.

Таким образом, внедрение в образовательный процесс эффективных методов по усвоению знаний и навыков оказания первой помощи, является весьма актуальным.[1]

В Федеральном государственном образовательном стандарте основного общего образования (далее ФГОС ООО) говорится, что изучение предметной области «Основы безопасности жизнедеятельности» должно обеспечить:

- 1) знание и умение применять меры безопасности и правила поведения в условиях опасных и чрезвычайных ситуаций;
- 2) умение оказать первую помощь пострадавшим;
- 3) умение предвидеть возникновение опасных ситуаций по характерным признакам их проявления, а также на основе информации, получаемой из различных источников, готовность проявлять предосторожность в ситуациях неопределенности.[4]

Цель настоящего исследования – обеспечить эффективное обучение теоретическим и практическим знаниям по правилам оказания первой помощи с помощью кейсов.

Правила оказания первой помощи – это простые и необходимые каждому знания, которые помогут произвести немедленную помощь пострадавшим прямо на месте происшествия. Бывают ситуации, когда знания о первой медицинской помощи приходится применять самому пострадавшему. По статистике до 90% погибших могли бы остаться в живых в случае оказания своевременной первой помощи в первые минуты после происшествия [2].

Поэтому первую помощь должен уметь оказать каждый человек, тем более выпускник среднего об-

разовательного учреждения. Поэтому школа призвана стать ключевым звеном в формировании человека безопасного типа – личности, безопасной для самой себя, окружающих, среды обитания, ориентированной на созидание и развитие [3].

Для проверки нашей гипотезы, было проведено экспериментальное исследование, которое проводилось на базе МБОУ Гимназия №7 г. Красноярск. В период прохождения практики с 11.09.2017 по 05.11.2017 г. и подразумевал несколько этапов.

1этап – констатирующий (диагностический) этап эксперимента, целью которого было выявление уровня знаний правил оказания первой помощи учащихся десятых классов в рамках предмета ОБЖ.

2этап – формирующий. На основе полученных на 1 этапе результатов, была разработана программа занятий по ОБЖ с использованием кейсов для обучения правил оказания первой помощи у обучающихся десятого класса.

3 этап – контрольный. Его цель выявить результаты опытно-экспериментальной работы по обучению правилам оказания первой помощи обучающихся десятого класса с использованием кейс-технологий в рамках предмета ОБЖ, провести и сравнить результаты экспериментальной группы с результатами контрольной группы.

Материалы и методы. В эксперименте приняли участия 40 обучающихся десятых классов, средний возраст составил 16 лет. Из их количества образовали контрольную (КГ) и экспериментальную группу (ЭГ) по 20 человек в каждой.

В ходе констатирующего этапа эксперимента обучающимся был предложен тест «Первая помощь»

(первичная диагностика) который состоял из 10 вопросов по определению уровня знаний правил оказания первой помощи в рамках предмета ОБЖ.

После проведения теста «Первая помощь» нами были получены следующие результаты в контрольной и экспериментальной группах. В контрольной группе на отметку «5» проверочную работу выполнили двое обучающихся, что составило 13%; на отметку «4» справилось пятеро обучающихся, что составило 34%; на отметку «3» семь обучающихся, что составило 46%, а на отметку «2» один обучающийся, что в процентном соотношении составило 7%.

В экспериментальной группе на отметку «5» справился один из обучающихся, что составило 6%; на отметку «4» справилось шесть обучающихся, что составило 40%; на отметку «3» пять обучающихся, что составило 34%, а на отметку «2» трое обучающихся, что составило 20%.

Результаты и их обсуждение. В результате полученных данных на начало исследования нами было установлено, что в КГ 45% (9 обучающихся) всех испытуемых имеют низкий уровень знаний правил оказания первой помощи, в ЭГ 55% (11 обучающихся). В КГ 35% (7 обучающихся) испытуемых показали средний уровень знаний правил оказания первой помощи, в ЭГ 35% (7 обучающихся). И также, 20% (4 обучающихся) испытуемых КГ показали высокий уровень знаний правил оказания первой помощи, в ЭГ 10% (2 обучающийся) (рис. 1).

Анализ полученных результатов позволил сделать вывод о том, что большая часть обучающихся КГ и ЭГ имеет средний и низкий уровень знаний правил оказания первой помощи в рамках предмета ОБЖ и нуждается в их коррекции и обогащении.

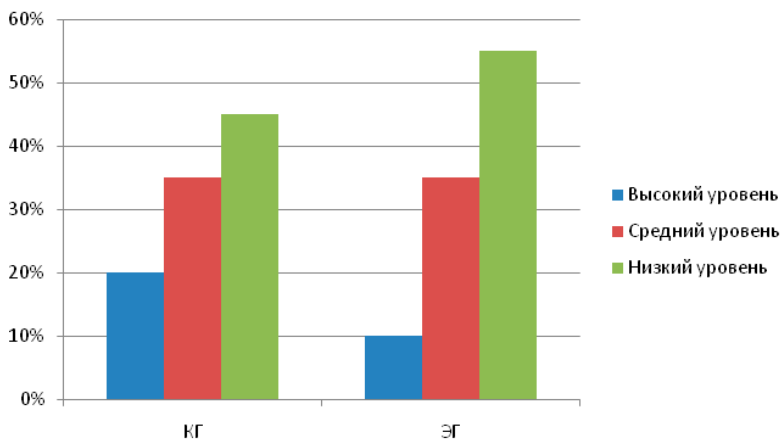


Рис. 1. Уровень знаний правил оказания первой помощи обучающихся контрольной и экспериментальной группы на начало исследования

На втором формирующем этапе на основе полученных результатов была разработана программа занятий по ОБЖ с использованием кейсов для обучения правилам оказания первой помощи у обучающихся десятого класса. Цель программы: обогащение знаний, правил оказания первой помощи посредством использования кейсов.

В процессе разработки и внедрения программы с использованием кейсов для обучения правилам оказания первой помощи у обучающихся десятого класса в рамках предмета ОБЖ нами учитывались следующие возможные задачи их применения:

Занятия с обучающимися десятого класса контрольной группы проводились по традиционной схеме обучения в рамках предмета ОБЖ, а в экспериментальной группе на данном этапе опытно-экспериментальной работы мы реализовали разрабо-

танную нами программу занятий по обучению правилам оказания первой помощи обучающихся десятого класса с использованием кейсов в рамках предмета ОБЖ. С целью выяснения эффективности разработанной нами программы занятий был проведен контрольный этап педагогического эксперимента.

Для этого учащимся 10-х классов была предложена тест № 2 – вторичная диагностика, для определения уровня обучения правилам оказания первой помощи. Проверочная работа состояла из пятнадцати заданий по теме «Оказание первой помощи».

После проведения проверочной работы № 2 нами были получены следующие результаты: на отметку «5» в контрольной группе справилось четыре обучающихся, что составило 20%; на отметку «4» справилось шесть обучающихся, что составило 30%; на отметку «3» и «2» справилось десять обучающихся, что составило 50%.

В экспериментальной группе на отметку «5» справилось семь обучающихся, что составило 35%; на отметку «4» справились девять обучающихся, что составило 45%; на отметку «3» и «2» справились четыре обучающихся, что составило 20%.

Полученные данные показали, что обучение правилам оказания первой помощи обучающихся десятого класса в экспериментальной и контрольной групп после проведения формирующего эксперимента показало различные результаты.

Из двух исследуемых групп обучающихся десятых классов после апробации разработанной нами программы занятий с кейсами по обучению правилам оказания первой помощи обучающихся десятого класса в рамках предмета ОБЖ, наиболее ярко выражены

результаты реализации диагностического инструментария у экспериментальной группы.

В результате проведенной проверочной работы на окончание исследования нами было установлено, что на начало исследования 20% (4 обучающихся) всех испытуемых КГ имели высокий уровень обучения правилам оказания первой помощи в рамках предмета ОБЖ, на конец исследования 20% (4 обучающихся). В ЭГ обучающихся на начало исследования 10% (2 обучающихся) всех испытуемых имели высокий уровень обучения правилам оказания первой помощи в рамках предмета ОБЖ, на конец исследования повысился до 35% (7 обучающихся). Средний уровень обучения правилам оказания первой помощи в рамках предмета ОБЖ в КГ на начало исследования составил 35% (7 обучающихся), на конец исследования 30% (6 обучающихся). В ЭГ обучающихся на начало исследования 35% (7 обучающихся) всех испытуемых имели средний уровень обучения правилам оказания первой помощи в рамках предмета ОБЖ, на конец исследования повысился до 45% (9 обучающихся). Низкий уровень обучения правилам оказания первой помощи в рамках предмета ОБЖ в КГ на начало исследования составил 45% (9 обучающихся), на конец исследования 50% (10 обучающихся). В ЭГ обучающихся на начало исследования 55% (11 обучающихся) всех испытуемых имели низкий уровень обучения правилам оказания первой помощи в рамках предмета ОБЖ, на конец исследования уменьшилось до 20% (4 обучающихся).

Сравнение результатов исследования уровня обучения правилам оказания первой помощи обучающихся десятых классов в рамках предмета ОБЖ в КГ и ЭГ на начало и на конец исследования показало

прирост по всем показателям. Причем, рассматривая среднегрупповые изменения, можно отметить, что прирост обучения правилам оказания первой помощи у обучающихся десятых классов в рамках предмета ОБЖ в экспериментальной группе стал значительно выше чем в контрольной.

Заключение. Полученные данные позволяют сделать следующий вывод: после реализации разработанной программы занятий с использованием кейсов на уроках ОБЖ, уровень обучения правилам оказания первой помощи у обучающихся десятых классов экспериментальной и контрольной групп стал значительно отличаться. В экспериментальной группе уровень навыков оказания первой помощи у обучающихся десятых классов значительно вырос, в то время как у испытуемых контрольной группы уровень навыков оказания первой помощи у обучающихся десятых классов практически остался на том же уровне.

Анализ полученных результатов, позволил говорить об эффективности предложенной нами системы работы с использованием кейсов на уроках ОБЖ, которая способствует наиболее эффективному обучению правилам оказания первой помощи у обучающихся в рамках предмета ОБЖ.

В результате полученных данных обучения правилам оказания первой помощи у обучающихся десятых классов изменения произошли как в КГ так и в ЭГ. В ЭГ результаты уровня обучения правилам оказания первой помощи у обучающихся десятых классов стали значительно выше чем в КГ. Произошла положительная динамика у большинства участников ЭГ по обучению правилам оказания первой помощи у обучающихся десятых классов в рамках предмета ОБЖ.

Список литературы

1. Образовательные кейсы в учебном процессе: методика подготовки и обучения: учебное пособие / Рос. акад. гос. службы при Президенте РФ – Москва: РАГС, 2011.– 255 с.
2. Обучение оказанию первой помощи на уроках ОБЖ в современной школе Беляева О.А. В сборнике: современные концепции развития науки Сборник статей Международной научно-практической конференции. Ответственный редактор: Сукиасян А. А., 2016. – С. 80-83.
3. Репин Ю.В. Теория и методика обучения безопасности жизнедеятельности: Учебное пособие / Ю. В Репин. Урал.гос. пед. ун-т. – Екатеринбург, 2013.– 158 с
4. Федеральными государственными образовательными стандартами (ФГОС) основного общего (2010г.) и среднего (полного) общего образования (2012г.)

РЕАЛИЗАЦИЯ ДЫХАТЕЛЬНОЙ ГИМНАСТИКИ В ПРАКТИКЕ ФИЗИЧЕСКОГО ОБРАЗОВАНИЯ ОБУЧАЮЩИХСЯ МЛАДШЕЙ ШКОЛЫ

REALIZATION OF RESPIRATORY GYMNASTICS IN PRACTICE OF PHYSICAL EDUCATION OF STUDENT JUNIOR SCHOOLS

Тропин М.Д.

*Красноярский государственный педагогический
университет им. В.П. Астафьева,
г. Красноярск*

Tropin M.D.

*Krasnoyarsk State Pedagogical University
named after V.P.Astafiev,
Krasnoyarsk*

Научный руководитель:

доц., канд. пед. наук Кондратюк Т.А.

Аннотация. В статье изучен опыт использования разработанного комплекса дыхательной гимнастики в практике физического образования на начальной ступени школы. Представлен эксперимент, направленный на выявление степени эффективности использования комплекса дыхательной гимнастики, на основе которого сделаны выводы о целесообразности использования комплекса дыхательной гимнастики в практике физического образования на начальной ступени школы.

Abstract. The article describes the experience of using the developed complex of respiratory gymnastics in the practice of physical education at the primary level of the school. The experiment aimed at revealing the degree of effectiveness of the use of the respiratory gymnastics complex on the basis of which conclusions were made about the expediency of using the respiratory gymnastics complex in the practice of physical education at the primary level of the school are presented.

Введение. Дыхание – одна из важнейших физиологических функций организма. У обучающихся начальной ступени образования в сутки через легкие проходит до 15 тысяч литров воздуха, по весу это почти в 10 раз больше пищи и воды, поступающих в организм за то же время. Если вдыхаемый воздух чрезмерно насыщен вредными примесями или болезнетворными организмами у детей развиваются заболевания связанные с воспалением слизистой оболочки различных отделов дыхательных путей носа, глотки, гортани, трахеи, бронхов [3].

Актуальность исследования влияния дыхательной гимнастики на функциональные показатели респираторной системы детей 8-10 лет связана с тем, что в перечне детских болезней заболевания органов дыхания встречаются наиболее часто. По данным статистики заболевания дыхательной системы (ринит, ларингит, фарингит, бронхит и пневмония) даёт максимальное количество пропусков школьных занятий, что влечет за собой снижение качества образования [1].

Отклонения в состоянии здоровья, сформировавшиеся в детском возрасте, снижают возможности реализации человеком в будущем важнейших его социальных и биологических функций, что обуславливает педагогическую проблему поиска технологий здоровьесбережения в образовательном процессе современной школы средствами дыхательной гимнастики.

Школа, являясь организованной формой общественного воспитания, может стать базой для реализации современных, и эффективных методов профилактики и оздоровления подрастающего поколения через дыхательную гимнастику, так как это не требует дополнительных финансовых вложений и являет-

ся общедоступной формой оздоровления. Здоровьесбережение в практике школьного образования способствует повышению качества образования в целом и физического образования, в частности.

Физическое образование – процесс и результат владения специальными систематизированными знаниями физических упражнений, а также способами их самостоятельного изучения и использования в жизни [2].

Роль физических упражнений в развитии дыхательного аппарата, лечения заболеваний, определяется физиологической и функциональной связью мышечной деятельности и дыхания. Каждое мышечное сокращение, вызывая изменения химизма мышц, рефлекторно и гуморально, возбуждает функцию дыхания.

Вышесказанное обосновывает необходимость разработки комплекса дыхательной гимнастики, направленного на повышение функциональных показателей респираторной системы детей 8-10 лет. Предполагается, что данный комплекс будет способствовать здоровьесбережению. Использование комплекса дыхательной гимнастики будет способствовать повышению функциональных показателей респираторной системы обучающихся 8-10 лет при реализации в практике физического образования следующих условий: включение комплекса дыхательной гимнастики в уроки физической культуры и внеурочную деятельность; реализация комплекса дыхательной гимнастики в щадящем, щадящее-тренировочном и тренировочном режиме.

Целью работы является определение степени влияния комплекса дыхательной гимнастики на повышение функциональных показателей респираторной системы обучающихся 8-10 лет.

Организация исследования. По результатам анализа литературы по проблеме исследования был разработан комплекс дыхательной гимнастики на основе методики Бутейко.

Экспериментальная работа проводилась на базе Муниципального казенного образовательного учреждения «Большемуртинская средняя общеобразовательная школа №2» Комплекс дыхательной гимнастики был включен в уроки физической культуры, реализуемые 3 раза в неделю и ежедневную утреннюю гигиеническую гимнастику, с включением специальных упражнений в начальной ступени школы в двух классах. Проводили дозированные прогулки детей на удлиненных переменах, во время которых делали акцент на удлиненном и глубоком выдохе.

Применение комплекса дыхательной гимнастики на протяжении учебного года осуществлялось поэтапно. В режиме щадящих, щадящее-тренировочных и тренировочных занятий. В первом режиме детей обучали правильному дыханию (в покое, при ходьбе и при выполнении гимнастических упражнений). Через три недели переходили к щадящее-тренировочному режиму, который длился 3 месяца с постепенным увеличением интенсивности упражнений. В тренировочном режиме закрепляли дыхательный навык, учили детей самостоятельно выполнять упражнения, составлять простейшие комплексы упражнений, усиливающих функцию дыхательного аппарата.

Базовыми упражнениями всех периодов были гимнастические упражнения для всех мышц в исходных положениях: сидя, стоя, лежа, упражнения улучшающие подвижность в грудном отделе позвоночника, тренирующие удлиненный выдох, чере-

дую общеразвивающие упражнения с дыхательными по 2-4 раза.

В методике проведения занятия педагогу необходима учитывать, что выполнение сложно координационных физических упражнений может вызвать нарушение ритмичности дыхания; правильное сочетание ритма движений и дыхания при этом установится лишь после многократных повторений движений. Упражнения в быстром темпе приводят к увеличению частоты дыхания и легочной вентиляции, сопровождается усиленным вымыванием углекислоты (гипокапнией) и отрицательно влияет на работоспособность. Поэтому занятия в специальной медицинской группе имели особенность. Упражнения выполнялись с низкой интенсивностью, при индивидуальном мониторинге психо-физического состояния обучающихся, чтобы не допустить переутомления. Особое внимание уделялось наблюдению за следующим внешними признакам переутомления: низкая концентрация внимания, интенсивным потоотделение, изменения цвета кожных покровов, жалобы на головокружение и тошноту. В редких случаях проводилась пульсометрия. При наличии указанных признаков переутомления нагрузка снижалась или прекращалась.

Результаты исследования. Для оценки результатов эксперимента по включению дыхательной гимнастики в процессе физического образования начальной ступени школы были получены следующие результаты, представленные в таблице №1. На начало эксперимента 26,7% детей от общего числа показали неудовлетворительную оценку состояния дыхательной системы при выполнении пробы Штанге; 26,7% – удовлетворительную; 13,3% – хорошую и остальные

33,3% – отличную. К концу эксперимента мы смогли наблюдать значительные улучшения. 73,3% испытуемых детей справились с заданием на отлично, а остальные 26,7% – хорошо. В среднем время задержки дыхания на вдохе у детей 8-10 лет на начало эксперимента, составляет 34,3 сек, а к концу исследования 44,7 сек. Время задержки дыхания увеличилось на 10,4 сек, что свидетельствует о правильности выбранной методики дыхательных упражнений.

Изучение показателей детей через пробу Генче, показало, что в среднем время задержки дыхания на выдохе 17,9 сек, что является низким показателем состояния работоспособности дыхательной системы (табл 1). В конце эксперимента при повторном проведении пробы результаты улучшились, достигнув среднего показателя 21,5 сек, что соответствует установленным стандартам.

При определении частоты дыхания у детей 8-10 лет на начало и конец эксперимента произошло уменьшение частоты дыхания, в среднем на 3 сек. Визуально дыхание стало ритмичным и глубоким. Время задержки дыхания на выдохе, увеличилось на 3-6 сек.

Заключение. Анализ научно-методической литературы по проблеме исследования показал, что в практике физического образования недостаточно используется дыхательная гимнастика, направленная на здоровьесбережение младших школьников, что обосновывает актуальность разработки и реализации комплекса дыхательной гимнастики в практике физического образования младшей школы.

Был разработан и апробирован комплекс дыхательной гимнастики на основе методики Бутейко для повышения функциональных показателей респираторной системы у обучающихся 8-10 лет.

Таблица 1

**Результаты проб Генче, Штанге чистоты дыхания
в экспериментальной и контрольной групп**

№	Экспериментальная группа					Контрольная группа				
	Измерение до эксперимента			Измерение после эксперимента		Измерение до эксперимента			Измерение после эксперимента	
	Проба Генче Норма 18-22 (с)	ЧД Норма 20-24 (мин)	Проба Штанге Норма 40-50 (с)	Проба Генче (с)	ЧД (мин)	Проба Штанге Норма 18-22 (с)	ЧД Норма 20-24 (мин)	Проба Штанге Норма 40-50 (с)	Проба Генче (с)	ЧД (мин)
1	16	25	44	19	21	20	26	38	22	24
2	17	27	33	20	24	19	19	30	21	19
3	16	19	39	19	16	19	23	32	22	22
4	18	26	30	20	23	16	25	34	18	23
5	17	25	28	20	22	19	23	28	21	22
6	17	27	26	20	23	15	24	40	18	22
7	16	23	44	20	20	16	19	44	19	18
8	18	26	38	20	23	16	25	41	19	23
9	19	25	30	24	22	18	24	31	21	23
10	20	27	33	25	25	17	22	33	19	21
11	19	23	40	24	20	20	25	37	23	23
12	16	25	32	20	20	17	23	30	19	20
13	19	19	29	24	16	18	22	29	20	21
14	20	25	28	24	23	19	26	37	21	24
15	20	26	40	23	22	15	27	32	17	26
СП	17,9	24,5	34,3	21,5	21,5	17,6	23,5	34,4	20	22,1
										39,2

В ходе эксперимента были получены следующие результаты:

- при исследовании детей через пробу Штанге (задержка дыхания на вдохе) к концу эксперимента 73,3% испытуемых детей справились с заданием на отлично, а остальные 26,7% – на хорошо, в среднем задержка дыхания на вдохе увеличилось с 34,3 (с) до 44,7(с) и составила 10,4 (с);

- исследования детей через пробу Генче (задержка дыхания на выдохе) результаты улучшились с 17,9(с), достигнув среднего показателя 21,5(с);

- частота дыхания у детей 8-10 лет к концу эксперимента уменьшилось на 3 сек. Визуально дыхание стало ритмичным и глубоким.

Данные пробы свидетельствуют об улучшении функций дыхательной системы и как следствие состояние внутренних органов, разработанный комплекс способствует здоровьесбережению и может быть использован в практике физического образования детей младшей школы.

Таким образом, было доказано положительное влияние дыхательной гимнастики на показатели функциональной работоспособности респираторной системы детей 8-10 лет. Также на основе полученных данных мы можем предположить, что как следствие дыхательная гимнастика способствует укреплению их организма, повышению сопротивляемости, укреплению дыхательной мускулатуры, увеличению легочной вентиляции и газообмена, подвижности грудной клетки, формированию полного дыхания с удлиненным выдохом, что способствует здоровьесбережению и может быть использована в повседневной практике физического образования.

Список литературы

1. Савватеева В.Г. Сетевые сообщества [Электронные ресурсы] / IX съезд педиатров России «детское здравоохранение России: стратегия развития» – <https://cyberleninka.ru/article/v/ix-sezd-pediatrov-rossii-detskoe-zdravoohranenie-rossii-strategiya-razvitiya>.
2. Ситничук С.С. Терминологический словарь студента / М-во образования и науки РФ, ФГБОУ ВО «Краснояр. гос. пед. ун-т им. В. П. Астафьева»; [сост. С. С. Ситничук]. – Красноярск : КГПУ им. В. П. Астафьева, 2016. -156 с.
3. Бреслав И. С, Миняев В. И. Воздух – дыхание– жизнь. СПб.: Речь, 2003. 344 с.

**ФОРМИРОВАНИЕ ОСНОВ
БЕЗОПАСНОГО ПОВЕДЕНИЯ
ПРИ ПОЖАРЕ ОБУЧАЮЩИХСЯ 14-15 ЛЕТ**

**THE FORMATION OF THE FOUNDATIONS
OF SAFE BEHAVIOR IN CASE
OF FIRE STUDENTS 14-15 YEARS**

Чукаленко А.С.

*Красноярский государственный педагогический
университет им. В.П. Астафьева, г. Красноярск*

Chukalenko A.S.

*Krasnoyarsk State Pedagogical University
named after V.P. Astafiev, Krasnoyarsk*

Научный руководитель:

доц., канд. биол. наук Турыгина О.В.

Аннотация. В статье рассмотрены вопросы организации безопасного поведения обучающихся 14-15 лет при пожаре в образовательном учреждении. Раскрываются задачи, цели, влияющие на развитие безопасного поведения при пожаре у обучающихся средней школы. Рассмотрены проблемные аспекты преподавания по данной теме в образовательном учреждении.

Abstract. The article deals with the organization of safe behavior of students 14-15 years old in a fire in an educational institution. Describes the goals, objectives, influencing the development of safe behavior in case of fire in the students of secondary school. The problem aspects of teaching on this topic in an educational institution are considered.

Актуальность статьи обусловлена остро стоящей проблемой пожарной безопасности в ее социальном аспекте. Среди лиц, пострадавших на пожаре, 20% составляют дети и подростки. Главной при-

чиной каждого десятого пожара в РФ является «неосторожное обращение с огнем детей» согласно классификации, применяемой Государственной противопожарной службой МЧС России. Каждый год в России, происходит свыше ста пятидесяти тысяч пожаров, во время которых гибнет более 400 лиц моложе 18 лет. В основе большинства пожаров лежит человеческий фактор, а их последствия негативно сказываются как на здоровье и благополучии отдельных людей, так и на социальной ситуации в стране.

Как показывает статистика последних пяти лет, во многом благодаря работе по обучению детей и подростков основам пожаробезопасного поведения, удалось добиться тенденции к снижению количества погибших и пострадавших при пожарах обучающихся. Усиление работы с этой категорией населения позволяет прогнозировать улучшение обстановки с пожарами и их последствиями в Российской Федерации и в будущем [3].

Ежегодно в России возникает большое количество пожаров, при которых погибают, получают травмы и увечья не только взрослые, но и дети и подростки. При этом, как свидетельствует статистика, примерно каждый шестой пожар происходит по вине детей. Рост числа и масштабов последствий чрезвычайных ситуаций, вызванных пожарами, особенно по причине неосторожного обращения детей с огнем, свидетельствует о необходимости повышения роли органов управления образованием субъектов Российской Федерации и образовательных учреждений по осуществлению мер пожарной безопасности, проведению противопожарной пропаганды и обучению детей и подростков мерам пожарной безопасности [2].

В настоящее время можно назвать много факторов, влияющих на увеличение пожаров в современном мире, но самым важным является человеческий фактор. Проблема пожаров остро стоит не только в нашей стране, но и во всем мире.

Формирование основ пожарной безопасности является компонентом педагогического процесса, который способствует формированию личности, характеризующейся готовностью осуществлять действия в непредвиденных (в том числе опасных и экстремальных) условиях, проявляющей стремление к постоянному самосовершенствованию и реализации новых возможностей.

Основными социальными институтами, участвующими в формировании безопасного поведения у обучающихся при пожаре, являются школа и семья. Анализ школьной программы по курсу основы безопасности жизнедеятельности (ОБЖ) позволил установить, что основной задачей раздела пожарной безопасности в школьном курсе ОБЖ является обучение детей правильному алгоритму действий в той или иной чрезвычайной ситуации. Вместе с этим, как показывают исследования в области пожарной безопасности, реальное состояние готовности обучающихся и сотрудников образовательных учреждений к действиям в случае возникновения пожара остается на не высоком уровне. Необходимо сконцентрировать внимание учителей ОБЖ на взаимодействие с семьями учащихся с целью формирования у них безопасного поведения при пожаре [4].

Систематическая работа по изучению норм и правил пожарной безопасности, в том числе на уроках ОБЖ, способствует формированию определенных действий в экстремальных ситуациях при пожаре.

Цель исследования: теоретически обосновать и опытно-экспериментальным путем определить уровень сформированности представлений о безопасном поведении у обучающихся 14-15 лет при пожаре.

Применение «кейс-метода» на уроках ОБЖ позволит:

- увеличить информативную емкость занятия, глубину подачи материала;
- более качественно изучать новый материал, а также, совершенствование знаний, умений, навыков;
- освоить в большей мере сбор и корректировку информации по данной проблеме;
- соотносить теоретические и практические знания;
- ситуации, с которой обучающиеся могут столкнуться в повседневной жизни, развивает навыки принятия решения и имеют практическую значимость, повышая мотивацию к занятиям.

Опытно-экспериментальная работа в МБОУ Шуваевская СОШ в течение 6 месяцев проводилась в 3 этапа: 1 этап – констатирующий; 2 этап – формирующий; 3 этап – контрольный.

С целью нализа выявления уровня вместе сформированности знаний родителями о безопасном поведении родителями при пожаре рисунок нами проведено прохожими тестирование среди обучающихся 14-15 лет МБОУ «Шуваевская безопасного СОШ» с. Шуваево. В классы исследовании приняли также участие 20 обучающихся 8 «А» класса и 20 обучающихся 8 «Б» класса. Тестирование работы включало 15 проблемных исследовании вопросов в области опасных соблюдения безопасного констатирующем поведения при определеннй пожаре, на каждый кандидата из которых предлагалось высокий по 3-5 вариантов ответов.

Уровень знаний контрольной группы по пожаро-безопасному поведению поврежденного при пожаре у безопасности обучающихся 14-15 лет (8 «А» класс) на констатирующем этапе исследования эксперимента:

Низкий: 6 обучающихся (30%);

Средний: 11 обучающихся (55%);

Высокий: 3 обучающихся (15%);

Уровень знаний экспериментальной группы по пожаро-безопасному поведению поврежденного при пожаре у безопасности обучающихся 14-15 лет (8 «Б» класс) на констатирующем этапе исследования эксперимента: низкий – 8 обучающихся (40%); средний – 9 обучающихся (45%); высокий: 3 обучающихся (15%).

На втором этапе эксперимента контрольная группа (8 «А» класс) занималась вопросами по традиционной форме организации обучения, в соответствии с учебным планом. В педагогической экспериментальной группе (8 «Б» класс) проводились учебные занятия с использованием младшего активного метода обучения, «Кейс-метод».

В экспериментальной группе на формирующем этапе эксперимента ситуация на уроках основы безопасности жизнедеятельности (ОБЖ) давались разработанные нами задания, «кейсы», требующие от обучающихся активной мыслительной деятельности в решении тем отдельных задач, результате взаимодействия друг с другом.

После проведения формирующего эксперимента, проведен контрольный опрос с помощью тестирования. Тестирование включало 15 проблемных вопросов в области соблюдения безопасного поведения при пожаре, на каждый из которых предлагалось 3-5 вариантов ответов.

Уровень сформированности знаний контрольной группы школ о безопасном поведении дима при пожаре у повышении обучающихся 14-15 лет (8 «А» класс) на абсолютное контрольном этапе чувств эксперимента:

Низкий: 3 обучающихся (15%);

Средний: 13 обучающихся (65%);

Высокий: 4 обучающихся (20%);

Уровень сформированности знаний экспериментальной группы о безопасном поведении при пожаре у повышении обучающихся 14-15 лет (8 «Б» класс) на абсолютконтрольном этапе эксперимента:

Низкий: 1 обучающихся (5%);

Средний: 11 обучающихся (55%);

Высокий: 8 обучающихся (40%);

В контрольной группе после возникновения формирующего эксперимента, количество обучающихся с высоким уровнем выросло на 5% (1 обучающийся), количество обучающихся со средним уровнем выросло на 10% (2 обучающихся), количество поведения обучающихся с контакта низким уровнем средний знаний уменьшилось на 15% (3 обучающийся).

После проведения формирующего эксперимента можно констатировать факт того, что в экспериментальной группе количество обучающихся с высоким уровнем знаний увеличилось на 25% (5 обучающихся), почти в 3 раза больше, чем на констатирующем этапе эксперимента, количество обучающихся со средним уровнем увеличилось на 10% (2 обучающихся), количеств обучающихся с низким уровнем стало на 35% меньше (7 обучающихся), данный показатель почти достиг нулевого значения.

К способам формирования безопасного поведения у обучающихся 14-15 лет на уроках ОБЖ относятся: тренировки в образовательном учреждении с обучающимися по отработке плана эвакуации при пожаре, которые должны проводиться в соответствии с планом школы; решение ситуационных задач; беседы с родителями обучающихся; организация тематических вечеров и викторин; изготовление плакатов и лозунгов на противопожарные темы; выпуск номеров стенгазет; встречи с работниками и ветеранами пожарной службы; участие в конкурсе сочинений и рисунков на противопожарные темы, организация противопожарной агитации в школе, выставок плакатов и литературы по противопожарной тематике; проведение экскурсий в пожарную часть, музеи пожарной охраны и знакомство с пожарной техникой и вооружением, показ диа-, кино-, видеофильмов на противопожарную тематику и другие [1].

Учителя средней школы проводят работу в данном направлении в период учебного процесса в школе, а также в часы внешкольной работы, поскольку считают, что обучающиеся в возрасте 14-15 лет обладают большей самостоятельностью в отличие от обучающихся младших классов, соответственно в их жизни увеличивается и область ответственности – за безопасность, здоровье [5].

Ежегодно в сентябре во многих школах проводится «Месячник безопасности», в рамках которого сотрудники МЧС, работники общероссийской общественной организации «всероссийское добровольное пожарное общество» проводят отработки практических эвакуаций на случай возникновения чрезвычайных ситуаций, а также «Уроки безопасности».

Из внешкольной работы, где задействованы обучающиеся 14-15 лет, следует отметить проведение антибригад, соревнований и игр среди дружин юных пожарных.

Таким образом, изучив формирование безопасного поведения у учащихся 14-15 лет при пожаре, считаем необходимым сделать следующие выводы:

1. Основными социальными институтами, участвующими в формировании безопасного поведения у учащихся при пожаре, являются школа и семья. Анализ школьной программы по курсу ОБЖ позволил установить, что основной задачей раздела пожарной безопасности в школьном курсе ОБЖ является обучение детей правильному алгоритму действий в той или иной чрезвычайной ситуации.

2. Необходимо сконцентрировать внимание учителей ОБЖ на взаимодействие с семьями учащихся с целью формирования у них безопасного поведения при пожаре;

3. В качестве основных методов преподавания ОБЖ использовать активный метод обучения, который является наиболее эффективным, поскольку все обучающие принимают активное участие в образовательном процессе, углубленно изучают тему, находят различные пути решения поставленной задачи.

Список литературы

1. Акимова, Л.А., Лутовина, Е.Е., Зуев, М. Преподавание ОБЖ в школе: теория, методика, организация: учеб. Пособие для студ. / под ред. С.В. Петрова; Мин-во образования и науки Рос. Федерации, Оренб. гос. пед. ун-т, Моск. пед. гос. ун-т. – Оренбург: Изд-во ОГПУ, 2010. – 248 с.

2. Калинина, Е.А., Мамедов, А.Ш. Пожарный риск как проблемы обеспечения пожарной безопасности / Е.А. Калинина, А.Ш. Мамедов // Уральская горная школа – регионам: сборник докладов Международной научно-практической конференции. – 2017. – С. 512 – 513.
3. Министерство Российской Федерации по делам гражданской обороны, чрезвычайным ситуациям и ликвидации последствий стихийных бедствий [Электронный ресурс] – режим доступа <http://www.mchs.gov.ru/activities/stats/Pozhari> 23.11.2017
4. Нарежнев, А.Е. Обучение мерам пожарной безопасности на уроках ОБЖ / А.Е. Нарежнев // Вестник магистратуры. – 2014. – № 6-1 (33). – С. 119 – 124.
5. Сидоркин, В.А. Проблемы обеспечения безопасности детей в случаях пожарной опасности / В.А. Сидоркин // Пожары и чрезвычайные ситуации: предотвращение, ликвидация. – 2012. – № 1. – С. 41 – 47.

ФИЗКУЛЬТУРНО-ОЗДОРОВИТЕЛЬНАЯ ДЕЯТЕЛЬНОСТЬ
И СОЦИАЛИЗАЦИЯ МОЛОДЕЖИ
В СОВРЕМЕННОМ ОБЩЕСТВЕ

*Материалы II Всероссийской
научно-практической конференции
студентов и молодых ученых*

Красноярск, 6–9 июня 2018 г.

Электронное издание

В авторской редакции
Верстка Н.С. Хасанишина

660049, Красноярск, ул. А. Лебедевой, 89.
Редакционно-издательский отдел КГПУ им. В.П. Астафьева,
т. 217-17-52, 217-17-82

Подготовлено к изданию 06.11.18.
Формат 60х84 1/16.
Усл. печ. л. 9,4