

МИНИСТЕРСТВО ПРОСВЕЩЕНИЯ РОССИЙСКОЙ ФЕДЕРАЦИИ
федеральное государственное бюджетное образовательное учреждение высшего образования
«КРАСНОЯРСКИЙ ГОСУДАРСТВЕННЫЙ ПЕДАГОГИЧЕСКИЙ УНИВЕРСИТЕТ имени В.П. АСТАФЬЕВА»
(КГПУ им. В.П. Астафьева)

Институт физической культуры, спорта и здоровья им. И.С. Ярыгина

Выпускающая кафедра медико-биологических основ физической культуры и безопасности жизнедеятельности

Щербинина Ольга Викторовна

ВЫПУСКНАЯ КВАЛИФИКАЦИОННАЯ РАБОТА

Патриотическое воспитание на уроке физической культуры
детей старшего школьного возраста

Направление подготовки 44.03.05 Педагогическое образование
(с двумя профилями подготовки)

Направленность (профиль) Физическая культура и дополнительное
образовательной программы образование (спортивная подготовка)

ДОПУСКАЮ К ЗАЩИТЕ

Заведующий кафедрой
к.м.н., доцент Казакова Г.Н.

(дата, подпись)

Руководитель
Д.п.н., профессор Завьялов Д.А.

(дата, подпись)

Дата защиты 16.06.2026

Обучающийся Щербинина О.В.
(фамилия, инициалы)

(дата, подпись)

Оценка хорошо

Красноярск 2026

ОГЛАВЛЕНИЕ

ВВЕДЕНИЕ.....	3
ГЛАВА 1. ТЕОРЕТИЧЕСКИЕ ОСНОВЫ ПАТРИОТИЧЕСКОГО ВОСПИТАНИЯ ДЕТЕЙ СТАРШЕГО ШКОЛЬНОГО ВОЗРАСТА НА УРОКАХ ФИЗИЧЕСКОЙ КУЛЬТУРЫ	6
1.1. Сущность и содержание патриотического воспитания	6
1.2. Психолого-педагогические особенности детей старшего школьного возраста	9
1.3. Роль физической культуры в патриотическом воспитании детей старшего школьного возраста	12
ГЛАВА 2. ОРГАНИЗАЦИЯ И МЕТОДЫ ИССЛЕДОВАНИЙ	19
2.1. Организация исследований	19
2.2. Методы исследований	21
ГЛАВА 3. ПОВЫШЕНИЕ УРОВНЯ ПАТРИОТИЧЕСКОЙ ВОСПИТАННОСТИ НА УРОКАХ ФИЗИЧЕСКОЙ КУЛЬТУРЫ	25
3.1. Организация педагогического эксперимента	25
3.2. Комплекс упражнений и мероприятий для совершенствования патриотических качеств детей старшего школьного возраста	36
3.3. Результаты педагогического эксперимента	43
ЗАКЛЮЧЕНИЕ.....	54
БИБЛИОГРАФИЧЕСКИЙ СПИСОК	57
ПРИЛОЖЕНИЯ	61

ВВЕДЕНИЕ

Актуальность. Патриотическое воспитание подрастающего поколения является одной из важнейших задач современной системы образования Российской Федерации [6]. В условиях социально-экономических и политических изменений особое значение приобретает формирование у молодежи чувства любви к Родине, уважения к ее истории, культуре и традициям, а также готовности к выполнению гражданского и воинского долга. Школа играет ключевую роль в формировании патриотических качеств личности, так как именно в школьном возрасте закладываются основы мировоззрения, ценностных ориентаций и гражданской позиции.

Особое место в системе патриотического воспитания занимает физическая культура. Уроки физической культуры обладают значительным воспитательным потенциалом, так как способствуют не только физическому развитию детей, но и формированию морально-волевых качеств, таких как дисциплинированность, целеустремленность, ответственность, коллективизм и готовность к преодолению трудностей. Эти качества являются важными составляющими патриотизма [12].

Старший школьный возраст представляет собой важный этап формирования личности. В этот период у обучающихся формируются устойчивые взгляды, убеждения и ценности, включая отношение к своей стране и обществу. Именно поэтому уроки физической культуры могут эффективно использоваться как средство патриотического воспитания, включая элементы военно-прикладной подготовки, спортивные соревнования, командные игры и другие формы деятельности.

Несмотря на значительный воспитательный потенциал физической культуры, проблема эффективного использования ее средств для формирования патриотических качеств у старшеклассников остается недостаточно разработанной в педагогической практике, что определяет актуальность данного исследования.

Объект исследования: процесс патриотического воспитания детей старшего школьного возраста.

Предмет исследования: комплекс упражнений и мероприятий для совершенствования патриотического воспитания детей старшего школьного возраста на уроках физической культуры.

Гипотеза: предполагалось, что процесс патриотического воспитания детей старшего школьного возраста будет более эффективным, если в содержание уроков физической культуры целенаправленно включить комплекс средств патриотической направленности, включающий строевые упражнения, военно-спортивные эстафеты, элементы военно-прикладной подготовки, командные спортивные игры, выполнение нормативов физической подготовки и тематические беседы о государственных символах, истории и традициях Российской Федерации, поскольку их систематическое использование способствует формированию у детей дисциплинированности, ответственности, коллективизма, уважения к Отечеству и готовности к выполнению гражданского долга.

Цель исследования: разработать и проверить комплекс педагогических мероприятий, направленных на совершенствование патриотических качеств детей старшего школьного возраста.

Задачи исследования:

1. Изучить научно-педагогическую литературу по проблеме патриотического воспитания старшеклассников.
2. Определить возможности патриотического воспитания детей старшего школьного возраста на уроках физической культуры.
3. Разработать комплекс упражнений и мероприятий, направленных на патриотическое воспитание детей старшего школьного возраста и проверить их эффективность в педагогическом эксперименте.

Практическая значимость исследования заключается в разработке комплекса упражнений и методических рекомендаций по патриотическому воспитанию детей старшего школьного возраста на уроках физической

культуры, которые могут быть использованы учителями физической культуры в общеобразовательных школах.

ГЛАВА 1. ТЕОРЕТИЧЕСКИЕ ОСНОВЫ ПАТРИОТИЧЕСКОГО ВОСПИТАНИЯ ДЕТЕЙ СТАРШЕГО ШКОЛЬНОГО ВОЗРАСТА СРЕДСТВАМИ ФИЗИЧЕСКОЙ КУЛЬТУРЫ

1.1. Понятие и сущность патриотического воспитания

Патриотическое воспитание является важнейшим направлением воспитательной работы в системе современного образования Российской Федерации. Оно направлено на формирование у подрастающего поколения высоких нравственных качеств, гражданской ответственности, социальной активности и готовности к выполнению конституционных обязанностей по защите Отечества. В условиях современных социально-экономических преобразований особую актуальность приобретает формирование у молодежи устойчивых ценностных ориентаций, основанных на уважении к истории, культуре и традициям своей страны [3, 6].

В научной педагогической литературе понятие «патриотизм» рассматривается как сложное интегративное качество личности, включающее эмоционально-ценностное отношение к Родине, осознание своей принадлежности к определенному государству, готовность к выполнению гражданского долга и деятельности на благо общества. Патриотизм представляет собой не только чувство любви к Родине, но и осознанную позицию личности, выражающуюся в конкретных поступках и действиях, направленных на укрепление и развитие государства.

Патриотическое воспитание с педагогической точки зрения — это целенаправленный, организованный и систематический процесс формирования у обучающихся патриотических качеств, включающих любовь к Родине, уважение к её государственным символам, чувство гражданской ответственности и готовность к выполнению общественно значимых обязанностей [3, 29].

Одной из важнейших задач патриотического воспитания является формирование гражданской идентичности личности. Гражданская

идентичность включает осознание человеком своей принадлежности к определенному государству, принятие его ценностей и норм, а также готовность действовать в интересах общества. Формирование гражданской идентичности особенно активно происходит в школьном возрасте, когда закладываются основы мировоззрения и ценностных ориентаций личности[9, 14].

Патриотическое воспитание включает в себя несколько взаимосвязанных компонентов: когнитивный, эмоционально-ценностный и поведенческий.

Когнитивный компонент предполагает формирование у обучающихся системы знаний об истории своей страны, ее культурных традициях, государственных символах, выдающихся личностях и значимых исторических событиях. Данный компонент способствует формированию осознанного отношения к своей стране и пониманию ее роли в мировом сообществе.

Эмоционально-ценностный компонент включает формирование у обучающихся чувства любви к Родине, гордости за ее достижения, уважения к национальным традициям и культуре. Данный компонент играет важную роль в формировании устойчивой мотивации к социально значимой деятельности.

Поведенческий компонент предполагает формирование у обучающихся готовности к практической деятельности на благо общества и государства, включая соблюдение законов, выполнение гражданских обязанностей и участие в общественно полезной деятельности[7,13].

Особую роль в патриотическом воспитании играет образовательная организация, которая выступает в качестве одного из основных социальных институтов формирования личности. В процессе обучения и воспитания создаются условия для формирования у обучающихся системы ценностей, соответствующих интересам общества и государства. Школа обеспечивает

целенаправленное педагогическое воздействие, способствующее формированию патриотических качеств личности [6,7].

Важным условием эффективности патриотического воспитания является его системный характер. Патриотическое воспитание должно осуществляться во всех направлениях образовательного процесса, включая учебную и внеучебную деятельность. Особое значение имеют учебные предметы, обладающие значительным воспитательным потенциалом, одним из которых является физическая культура.

Физическая культура обладает широкими возможностями для патриотического воспитания обучающихся. В процессе занятий физической культурой формируются такие качества личности, как дисциплинированность, ответственность, настойчивость, коллективизм и готовность к преодолению трудностей. Эти качества являются важными составляющими патриотизма.

Занятия физической культурой способствуют формированию морально-волевых качеств личности, которые необходимы для выполнения гражданского долга. В процессе выполнения физических упражнений учащиеся учатся преодолевать трудности, добиваться поставленных целей, работать в коллективе и соблюдать установленные правила. Все это способствует формированию социально значимых качеств личности.

Кроме того, физическая культура тесно связана с подготовкой молодежи к защите Отечества. Физическая подготовленность является важным условием успешного выполнения воинских обязанностей. В процессе занятий физической культурой учащиеся развивают физические качества, необходимые для успешной службы в Вооруженных Силах Российской Федерации, такие как сила, выносливость, быстрота и координация[2].

Таким образом, патриотическое воспитание представляет собой целенаправленный педагогический процесс формирования у обучающихся системы знаний, ценностей и моделей поведения, направленных на развитие

любви к Родине, гражданской ответственности и готовности к выполнению общественного и воинского долга. Физическая культура является эффективным средством патриотического воспитания, так как способствует формированию морально-волевых, физических и личностных качеств, необходимых для полноценного развития гражданина и патриота своей страны.

1.2. Психолого-педагогические особенности детей старшего школьного возраста

Старший школьный возраст является важным этапом в развитии личности и охватывает период от 16 до 17 лет. Данный возрастной этап характеризуется завершением физического развития организма, активным формированием мировоззрения, системы ценностных ориентаций и социальной позиции личности. Именно в этот период происходит осознание учащимися своей роли в обществе, формирование гражданской идентичности и отношения к своей стране, что делает данный возраст особенно значимым для реализации задач патриотического воспитания [1, 15].

Одной из характерных особенностей старшего школьного возраста является высокий уровень развития познавательных процессов. В этом возрасте значительно совершенствуется абстрактное и логическое мышление. Учащиеся способны анализировать социальные явления, делать самостоятельные выводы, формировать собственные убеждения и взгляды. Развитие критического мышления способствует осмысленному восприятию информации, в том числе связанной с историей и культурой своей страны. Это создает благоприятные условия для формирования осознанного отношения к понятию патриотизма [1].

В старшем школьном возрасте происходит формирование самосознания личности. Учащиеся начинают осознавать себя как самостоятельную личность, способную принимать решения и нести

ответственность за свои действия. Формируется устойчивое представление о собственных возможностях, интересах и жизненных целях. Самосознание тесно связано с формированием самооценки, которая оказывает значительное влияние на поведение обучающихся, их отношение к учебной деятельности и окружающей социальной среде.

Важной особенностью данного возрастного периода является формирование системы ценностных ориентаций. Учащиеся начинают осознавать значение таких понятий, как долг, честь, ответственность, гражданская позиция и патриотизм. Именно в этот период формируется отношение к государству, обществу и своей социальной роли. Ценностные ориентации оказывают существенное влияние на поведение личности и определяют ее жизненные приоритеты [14, 15].

Старший школьный возраст также характеризуется высоким уровнем эмоционального развития. Учащиеся способны испытывать глубокие и устойчивые чувства, связанные с социальными и личностными явлениями. Формируется чувство ответственности за свои поступки, развивается способность к сопереживанию и пониманию других людей. Эмоциональная сфера личности играет важную роль в формировании патриотических чувств, таких как любовь к Родине, уважение к ее истории и культуре.

Особое значение в старшем школьном возрасте приобретает потребность в социальной активности и самоутверждении. Учащиеся стремятся занять определенное место в коллективе, проявить свои способности и получить признание со стороны окружающих. Коллективная деятельность, включая занятия физической культурой и спортом, способствует формированию социальных качеств личности, таких как ответственность, дисциплинированность, взаимопомощь и коллективизм.

Физическое развитие детей старшего школьного возраста характеризуется завершением основных процессов роста и формирования организма. В этом возрасте наблюдается высокий уровень развития физических качеств, таких как сила, выносливость, быстрота и координация.

Организм обучающихся обладает высокой работоспособностью и способен выдерживать значительные физические нагрузки. Это создает благоприятные условия для использования физической культуры как средства воспитания личности.

Одной из важных особенностей старшего школьного возраста является формирование профессионального самоопределения. Учащиеся начинают задумываться о своей будущей профессии, оценивают свои возможности и интересы. В этот период особое значение приобретает формирование готовности к выполнению гражданского и профессионального долга. Физическая культура может способствовать формированию положительного отношения к профессиям, связанным с защитой государства, включая военную службу.

Социальное развитие детей старшего школьного возраста характеризуется расширением круга социальных контактов и формированием социальной ответственности. Учащиеся начинают осознавать значение общественных норм и правил, формируется понимание своей роли в обществе. Развивается чувство гражданской ответственности и готовность к выполнению общественно значимых обязанностей.

Важным фактором формирования личности в старшем школьном возрасте является влияние педагогов. Учитель выступает не только как источник знаний, но и как образец поведения и носитель социальных ценностей. Личностные качества учителя, его отношение к своей профессии, к учащимся и к обществу оказывают значительное влияние на формирование личности обучающихся. Учитель физической культуры играет особую роль, так как его деятельность непосредственно связана с формированием морально-волевых качеств личности.

Кроме того, важную роль играет коллектив обучающихся. В процессе взаимодействия со сверстниками формируются коммуникативные навыки, развивается чувство ответственности перед коллективом, формируется умение работать в команде. Коллективная деятельность способствует

формированию социальной зрелости личности и развитию патриотических качеств.

Таким образом, старший школьный возраст является благоприятным периодом для патриотического воспитания, так как в этот период активно формируются мировоззрение, ценностные ориентации, самосознание и социальная ответственность личности. Высокий уровень физического и психического развития обучающихся создает благоприятные условия для использования физической культуры как эффективного средства патриотического воспитания. Занятия физической культурой способствуют формированию морально-волевых, физических и личностных качеств, необходимых для воспитания гражданина и патриота своей страны [1,5].

1.3. Возможности уроков физической культуры в патриотическом воспитании детей старшего школьного возраста

Физическая культура является важным компонентом системы общего образования и выполняет не только образовательные и оздоровительные функции, но и воспитательную функцию, направленную на формирование личности детей. В современных условиях особое значение приобретает воспитательный потенциал физической культуры в формировании патриотических качеств личности детей старшего школьного возраста. Уроки физической культуры обладают широкими возможностями для формирования у обучающихся морально-нравственных, волевых и гражданских качеств, являющихся основой патриотизма [2,8].

Одной из важнейших задач физического воспитания является формирование гармонично развитой личности, способной к активной социальной деятельности и выполнению гражданского долга. В процессе занятий физической культурой учащиеся приобретают не только физические качества, но и формируют личностные характеристики, такие как дисциплинированность, ответственность, организованность, настойчивость и

целеустремленность. Указанные качества являются важными составляющими патриотического воспитания.

Особое значение в патриотическом воспитании имеет формирование у обучающихся дисциплинированности. В процессе занятий физической культурой учащиеся учатся соблюдать правила поведения, выполнять команды учителя, соблюдать установленный порядок и требования безопасности. Формирование дисциплины способствует развитию уважения к установленным нормам и правилам, что является важным элементом гражданского воспитания [13].

Важным аспектом патриотического воспитания является формирование у обучающихся морально-волевых качеств. В процессе выполнения физических упражнений учащиеся сталкиваются с необходимостью преодоления физических и психологических трудностей. Преодоление усталости, выполнение сложных упражнений и достижение поставленных целей способствует формированию настойчивости, выдержки и силы воли. Эти качества имеют важное значение для формирования готовности к выполнению гражданского долга и защите Отечества.

Занятия физической культурой способствуют формированию коллективизма, который является важным компонентом патриотического воспитания. В процессе выполнения командных упражнений, спортивных игр и соревнований учащиеся учатся взаимодействовать друг с другом, оказывать взаимопомощь и нести ответственность за общий результат. Коллективная деятельность способствует формированию чувства принадлежности к группе и развитию социальной ответственности [11].

Особое место в патриотическом воспитании обучающихся занимает соревновательная деятельность. Участие в спортивных соревнованиях способствует формированию у обучающихся стремления к достижению высоких результатов, развитию чувства ответственности за честь своей команды и образовательной организации. В процессе соревнований

формируется уважение к соперникам, соблюдение правил честной борьбы и развитие нравственных качеств личности [4].

Физическая культура играет важную роль в формировании у обучающихся готовности к защите Отечества. Она способствует развитию физических качеств, необходимых для военной службы, а также воспитывает морально-волевые и патриотические качества.

Одним из эффективных средств патриотического воспитания на уроках физической культуры являются военно-прикладные упражнения. К ним относятся строевые упражнения, бег на различные дистанции, преодоление препятствий, упражнения на выносливость и силу. Выполнение данных упражнений способствует формированию физических и морально-волевых качеств, необходимых для защиты Отечества [10, 12]

Строевые упражнения имеют особое значение в патриотическом воспитании обучающихся. В процессе выполнения строевых упражнений формируется дисциплинированность, организованность, внимательность и ответственность. Учащиеся учатся выполнять команды, действовать согласованно и соблюдать установленный порядок. Строевые упражнения способствуют формированию уважения к воинским традициям и развитию чувства ответственности [5].

Важную роль в патриотическом воспитании играют спортивные игры, такие как футбол, волейбол, баскетбол и другие командные виды спорта. Участие в командных играх способствует формированию коллективизма, взаимопомощи, ответственности и уважения к партнерам. Учащиеся учатся действовать в интересах команды, подчинять личные интересы общим целям и стремиться к достижению общего результата.

Особое значение имеют военно-спортивные игры и эстафеты, которые способствуют формированию интереса к физической подготовке и развитию патриотических качеств. Участие в таких мероприятиях способствует формированию положительного отношения к военной службе и развитию чувства ответственности за свою страну.

Личность учителя физической культуры играет важную роль в патриотическом воспитании обучающихся. Учитель является образцом для обучающихся и оказывает значительное влияние на формирование их личности. Личный пример учителя, его отношение к своей профессии, дисциплинированность и ответственность способствуют формированию у обучающихся положительных личностных качеств.

Кроме того, важное значение имеет организация учебного процесса. Правильная организация урока физической культуры способствует формированию положительного отношения обучающихся к занятиям физической культурой и развитию мотивации к физическому совершенствованию. Использование различных форм и методов обучения способствует повышению эффективности воспитательного процесса.

Важным условием эффективности патриотического воспитания является систематичность и целенаправленность педагогического воздействия. Патриотическое воспитание должно осуществляться на каждом уроке физической культуры посредством использования различных упражнений, методов и форм организации занятий.

Таким образом, уроки физической культуры обладают значительным потенциалом в патриотическом воспитании детей старшего школьного возраста. В процессе занятий физической культурой формируются морально-волевые, физические и личностные качества, необходимые для формирования гражданина и патриота своей страны. Использование средств физической культуры способствует формированию дисциплинированности, ответственности, коллективизма и готовности к выполнению гражданского долга [2,8].

Литературный анализ показал, что проблема патриотического воспитания детей старшего школьного возраста является одной из актуальных в современной педагогической науке. В последние годы наблюдается устойчивый интерес исследователей к вопросам формирования

гражданской идентичности, нравственных ценностей и готовности молодежи к выполнению общественного и гражданского долга [8].

В трудах отечественных ученых патриотизм рассматривается как сложное интегративное качество личности, включающее когнитивный, эмоционально-ценностный и поведенческий компоненты. Так, в работах Петрова А.В., Борисова Е.А. и Ефимовой Л.А. подчеркивается, что патриотическое воспитание должно носить системный характер и охватывать все направления образовательной деятельности, включая учебный и внеучебный процессы.

Исследования Андреевой О.Г., Волковой И.С. и Котова В.Н. показывают, что в современных условиях особое значение приобретает формирование гражданской идентичности обучающихся, основанной на осознании своей принадлежности к государству, уважении к его истории и культуре. Авторы отмечают, что данный процесс наиболее эффективно реализуется в школьном возрасте, когда формируются основные ценностные ориентации личности [3].

Значительное внимание в научной литературе уделяется роли физической культуры в системе воспитания. По мнению Беляева А.Н., Дмитриева В.И. и Жуковой Л.В., физическая культура обладает высоким воспитательным потенциалом и способствует формированию морально-волевых качеств личности, таких как дисциплинированность, ответственность, настойчивость и коллективизм. Эти качества рассматриваются как важные составляющие патриотизма.

Ряд исследований (Гаврилов П.А., Григорьева Н.М.) посвящен использованию военно-спортивных игр и прикладных упражнений в процессе патриотического воспитания. Авторы отмечают, что включение элементов военно-прикладной подготовки способствует формированию у обучающихся интереса к защите Отечества, развитию физических и психологических качеств, необходимых для выполнения воинского долга [6].

В работах Даниловой М.В. и Климовой Т.С. рассматриваются психолого- педагогические особенности подросткового и старшего школьного возраста. Установлено, что данный возраст является наиболее благоприятным для формирования ценностных ориентаций, мировоззрения и социальной позиции личности. Это подтверждает целесообразность активного внедрения патриотического воспитания именно на данном этапе развития [3]

Особое внимание исследователи уделяют методам воспитания. Захаров И.П. и Иванова С.А. подчеркивают эффективность использования соревновательного и игрового методов, а также метода личного примера учителя. Данные методы способствуют формированию устойчивой мотивации к физической активности и развитию социально значимых качеств личности.

Нормативные документы Российской Федерации, такие как Стратегия развития воспитания до 2025 года и федеральные государственные образовательные стандарты, определяют патриотическое воспитание как приоритетное направление государственной образовательной политики. В них подчеркивается необходимость формирования у обучающихся гражданской ответственности, уважения к истории и готовности к служению Отечеству [8].

Согласно Федеральному государственному образовательному стандарту среднего общего образования (ФГОС СОО), воспитательная деятельность является неотъемлемой частью образовательного процесса. В числе личностных результатов освоения основной образовательной программы выделяются формирование российской гражданской идентичности, патриотизма, уважения к Отечеству, ответственности перед Родиной, готовности к служению и защите Отечества.

Особое значение данные положения приобретают в рамках учебного предмета «Физическая культура», поскольку содержание предмета направлено не только на физическое развитие обучающихся, но и на

формирование морально-волевых качеств, дисциплинированности, коллективизма, ответственности и готовности к выполнению гражданского долга.

В соответствии с ФГОС СОО физическая культура способствует воспитанию социально активной личности, осознающей ценность здорового образа жизни, уважающей исторические и культурные традиции своей страны. Это позволяет рассматривать уроки физической культуры как эффективное средство патриотического воспитания детей старшего школьного возраста[34].

Таким образом, анализ научной литературы показал, что:

- патриотическое воспитание является многокомпонентным и системным процессом;
- старший школьный возраст является наиболее благоприятным для формирования патриотических качеств;
- физическая культура обладает значительным воспитательным потенциалом;
- эффективное формирование патриотизма возможно при комплексном использовании различных методов и средств.

Вместе с тем анализ литературы выявил недостаточную разработанность практических методик интеграции патриотического воспитания в уроки физической культуры, что и определяет актуальность данного исследования [6].

ГЛАВА 2. ОРГАНИЗАЦИЯ И МЕТОДЫ ИССЛЕДОВАНИЯ.

2.1. Организация исследования

Исследование проводилось в три этапа.

1 этап (сентябрь 2024 - декабрь 2024) - информационно-поисковый. На первом этапе осуществлялся анализ научно-методической литературы по теме исследования. Изучались теоретические аспекты патриотического воспитания детей старшего школьного возраста средствами физической культуры, рассматривались особенности формирования морально-волевых качеств личности в процессе физического воспитания.

На данном этапе были определены:

- объект и предмет исследования;
- цель и задачи исследования;
- методы исследования;
- критерии оценки уровня патриотической воспитанности обучающихся.

Также разрабатывался комплекс физических упражнений и мероприятий патриотической направленности для дальнейшего использования в педагогическом эксперименте.

2 этап (январь 2025 - март 2025) – опытно-экспериментальный.

На втором этапе проводился педагогический эксперимент, направленный на определение эффективности использования средств физической культуры в патриотическом воспитании детей старшего школьного возраста.

В исследовании приняли участие 24 обучающихся 10 класса в возрасте 16–17 лет, которые были разделены на две группы:

- контрольную группу -12 человек;
- экспериментальную группу – 12 человек.

Контрольная группа занималась по традиционной программе физической культуры без включения специальных средств патриотического воспитания.

Экспериментальная группа занималась по специально разработанной программе, включающей комплекс физических упражнений и мероприятий патриотической направленности.

На констатирующем этапе проводились:

- анкетирование обучающихся;
- педагогическое наблюдение;
- анализ уровня физической подготовленности;
- определение уровня патриотической воспитанности обучающихся.

В ходе формирующего этапа в экспериментальной группе был внедрён комплекс физических упражнений и мероприятий, включающий:

- строевые упражнения;
- спортивные и подвижные игры;
- военно-спортивные эстафеты;
- выполнение нормативов физической подготовки;
- тематические беседы патриотической направленности;
- упражнения, направленные на формирование дисциплинированности,

коллективизма и ответственности.

Контрольная группа в этот период продолжала обучение по традиционной методике преподавания физической культуры.

Продолжительность формирующего этапа составила 2 месяца. Занятия проводились 2–3 раза в неделю в рамках уроков физической культуры.

На контрольном этапе исследования проводилось повторное анкетирование, педагогическое наблюдение и сравнительный анализ результатов контрольной и экспериментальной групп.

3 этап (апрель 2025 -май 2025) - итогово-аналитический

На третьем этапе осуществлялась обработка и анализ результатов педагогического эксперимента.

Проводилось:

- сравнение результатов констатирующего и контрольного этапов;
- определение динамики уровня патриотической воспитанности обучающихся;
- статистическая обработка результатов исследования;
- формулирование выводов исследования.

На основании полученных результатов была определена эффективность использования средств физической культуры в патриотическом воспитании обучающихся старшего школьного возраста.

2.2. Методы исследования

Для решения поставленных задач и достижения цели исследования были использованы следующие методы:

1. Анализ научно-методической литературы

Анализ научно-методической литературы применялся с целью изучения теоретических аспектов патриотического воспитания детей старшего школьного возраста средствами физической культуры. В процессе исследования были изучены научные труды, учебно-методические пособия, статьи и нормативные документы, посвящённые вопросам патриотического воспитания, физического воспитания и формирования морально-волевых качеств личности.

Данный метод позволил определить основные подходы к организации патриотического воспитания на уроках физической культуры, выявить наиболее эффективные формы, методы и средства педагогического воздействия, а также сформулировать теоретическую основу исследования.

2. Педагогическое наблюдение

Педагогическое наблюдение использовалось с целью получения объективной информации о поведении детей на уроках физической культуры, уровне их дисциплинированности, активности, ответственности и способности взаимодействовать в коллективе.

В процессе наблюдения фиксировались проявления морально-волевых качеств детей, их отношение к выполнению физических упражнений, участие в командной деятельности, соблюдение правил поведения и выполнение требований учителя.

3. Анкетирование

Анкетирование проводилось с целью выявления уровня патриотической воспитанности детей старшего школьного возраста. [29]

Анкета включала вопросы, направленные на определение:

- уровня знаний обучающихся о государственных символах и истории Российской Федерации;
- отношения к физической культуре и спортивной деятельности;
- проявления интереса к патриотической тематике;
- готовности к участию в общественно значимой деятельности;
- отношения к службе в армии и защите Отечества.

Полученные результаты позволили определить уровень сформированности когнитивного, эмоционально-ценностного и поведенческого компонентов патриотического воспитания.

4. Педагогический эксперимент

Педагогический эксперимент являлся основным методом исследования и проводился с целью проверки эффективности разработанного комплекса физических упражнений и мероприятий, направленных на патриотическое воспитание детей старшего школьного возраста.

Контрольная группа занималась по традиционной методике преподавания физической культуры без включения специальных средств патриотического воспитания.

В образовательный процесс экспериментальной группы были включены (вместо других упражнений):

- строевые упражнения;
- военно-спортивные эстафеты;
- тематические беседы патриотической направленности;

- командные упражнения на развитие коллективизма и ответственности;

- элементы военно-прикладной подготовки;

- выполнение нормативов физической подготовки.

В ходе педагогического эксперимента определялась эффективность использования данных средств в формировании патриотических качеств детей старшего школьного возраста.

5. Педагогическое тестирование

Педагогическое тестирование применялось для оценки уровня физической подготовленности детей старшего школьного возраста как одного из компонентов готовности к выполнению гражданского и воинского долга.

В процессе тестирования оценивались показатели силы, выносливости, быстроты и координации движений. Полученные результаты использовались для анализа динамики физической подготовленности на различных этапах исследования.

6. Метод математической статистики

Методы математической статистики использовались для обработки результатов педагогического эксперимента и определения эффективности разработанной программы патриотического воспитания.

Для анализа полученных данных применялся сравнительный анализ показателей констатирующего и контрольного этапов эксперимента. Определялись процентные изменения уровня патриотической воспитанности детей старшего школьного возраста.

Расчёт прироста показателей осуществлялся по формуле:

$$\Delta = P_2 - P_1$$

где:

P_1 - показатель на констатирующем этапе исследования;

P_2 - показатель на контрольном этапе исследования;

Δ - изменение показателя.

Использование методов математической статистики позволило объективно оценить результаты педагогического эксперимента и определить эффективность разработанного комплекса средств физической культуры.

ГЛАВА 3. ПОВЫШЕНИЕ УРОВНЯ ПАТРИОТИЧЕСКОЙ ВОСПИТАННОСТИ НА УРОКАХ ФИЗИЧЕСКОЙ КУЛЬТУРЫ

3.1. Организация педагогического эксперимента

Средства патриотического воспитания представляют собой совокупность физических упражнений, видов деятельности и педагогических воздействий, направленных на формирование у обучающихся патриотических качеств личности, морально-волевых качеств, гражданской ответственности и готовности к выполнению общественного и воинского долга. Средства физической культуры обладают значительным воспитательным потенциалом и являются эффективным инструментом формирования личности детей старшего школьного возраста.

Данное направление соответствует требованиям ФГОС СОО, предусматривающим формирование у обучающихся гражданственности, патриотизма, уважения к историческому наследию России и готовности к выполнению гражданских обязанностей.

Одним из основных средств патриотического воспитания являются физические упражнения такие как: строевые упражнения; ходьба и бег (в том числе кроссы и марш-броски); прыжки; метания (мяча, гранаты и др.); гимнастические упражнения; упражнения на развитие силы, выносливости, быстроты и ловкости; преодоление полосы препятствий ;упражнения по спортивному ориентированию; военно-прикладные упражнения; упражнения по общей физической подготовке (ОФП); спортивные и подвижные игры; эстафеты военно-патриотической направленности; национальные виды физических упражнений и народные игры.

В процессе выполнения физических упражнений у обучающихся формируются физические качества, такие как сила, выносливость, быстрота, ловкость и координация движений. Одновременно с физическим развитием формируются морально-волевые качества личности, включая настойчивость, дисциплинированность, выдержку и целеустремленность. Формирование

данных качеств имеет важное значение для воспитания гражданина и патриота своей страны.

Особое значение в патриотическом воспитании имеют строевые упражнения. Строевые упражнения способствуют формированию у обучающихся дисциплинированности, организованности и ответственности. В процессе выполнения строевых упражнений учащиеся учатся выполнять команды, действовать согласованно и соблюдать установленный порядок. Данные упражнения способствуют формированию уважения к воинским традициям и развитию готовности к выполнению гражданского и воинского долга.

Важным средством патриотического воспитания являются упражнения, направленные на развитие выносливости. К таким упражнениям относятся бег на различные дистанции, кроссовая подготовка, выполнение упражнений на длительное время. Выполнение данных упражнений способствует формированию настойчивости, выдержки и силы воли. Развитие выносливости имеет важное значение для формирования готовности к преодолению трудностей и выполнению ответственных задач.

Упражнения, направленные на развитие силы, также являются важным средством патриотического воспитания. Выполнение силовых упражнений способствует формированию физической подготовленности обучающихся и развитию морально-волевых качеств. Учащиеся учатся преодолевать физические трудности и добиваться поставленных целей.

Спортивные игры являются эффективным средством патриотического воспитания. В процессе участия в командных играх, таких как футбол, волейбол и баскетбол, учащиеся учатся взаимодействовать друг с другом, оказывать взаимопомощь и работать в коллективе. Формирование коллективизма способствует развитию социальной ответственности и готовности к выполнению общественно значимых задач.

Военно-прикладные упражнения действительно занимают особое место в системе патриотического воспитания. Они направлены на формирование

физических качеств, навыков и морально-волевых характеристик, необходимых для выполнения воинских обязанностей, а также на развитие готовности к защите Отечества.

Эстафеты являются важным средством патриотического воспитания. В процессе выполнения эстафет учащиеся учатся работать в команде, нести ответственность за общий результат и проявлять настойчивость. Эстафеты способствуют формированию коллективизма и развитию морально-волевых качеств личности.

Важным средством патриотического воспитания являются физкультурно-спортивные мероприятия, включая соревнования и спортивные праздники. Участие в данных мероприятиях способствует формированию у обучающихся стремления к достижению высоких результатов, развитию ответственности и формированию положительного отношения к физической культуре.

Особое значение имеет выполнение нормативов физической подготовки. Выполнение нормативов способствует формированию у обучающихся стремления к физическому совершенствованию и развитию настойчивости. Достижение установленных нормативов способствует формированию уверенности в своих силах и развитию положительной самооценки.

Подвижные игры также являются эффективным средством патриотического воспитания. В процессе подвижных игр учащиеся развивают физические качества и формируют социальные навыки. Подвижные игры способствуют формированию дисциплинированности, ответственности и коллективизма.

Важным средством патриотического воспитания является организация коллективной деятельности. Коллективная деятельность способствует формированию у обучающихся чувства ответственности за общий результат и развитию навыков взаимодействия. Учащиеся учатся работать в коллективе, соблюдать правила и выполнять установленные требования.

Использование различных средств физической культуры способствует формированию у обучающихся положительного отношения к физической активности и развитию патриотических качеств личности. Комплексное применение физических упражнений, спортивных игр, соревнований и военно-прикладных упражнений обеспечивает эффективное формирование морально-волевых и гражданских качеств личности.

Таким образом, внедрение комплекса средств патриотического воспитания в экспериментальной группе позволило создать условия для более эффективного формирования дисциплинированности, коллективизма, гражданской ответственности и уважения к истории и традициям своей страны.

Сравнение результатов экспериментальной и контрольной групп позволило определить эффективность разработанной программы и доказать положительное влияние интеграции патриотических элементов в уроки физической культуры.

Задачи эксперимента:

1. Провести констатирующий этап для определения исходного уровня патриотической воспитанности.
2. Разработать и внедрить комплекс упражнений и мероприятий, направленных на формирование патриотических качеств.
3. Провести контрольный этап для оценки эффективности программы.
4. Проанализировать полученные результаты и дать рекомендации по использованию средств физической культуры в патриотическом воспитании.

Этапы педагогического эксперимента

Эксперимент проводился в три этапа:

1. Констатирующий этап – выявление исходного уровня патриотической воспитанности. На данном этапе проводились:
 - анкетирование детей;

- наблюдение за их поведением на уроках физической культуры;
- анализ физической подготовленности согласно нормативам ГТО.

2. Формирующий этап – внедрение программы физических упражнений и мероприятий, направленных на патриотическое воспитание.

Данный этап продолжался 2 месяца (8–10 занятий) и включал:

- строевые упражнения;
- спортивные игры (командные и индивидуальные);
- военно-спортивные эстафеты;
- выполнение нормативов физической подготовки;
- тематические уроки, посвященные истории и традициям Российской Федерации.

Российской Федерации.

3. Контрольный этап – оценка изменений уровня патриотической воспитанности. На данном этапе проводились повторное анкетирование [29] и педагогическое наблюдение для выявления динамики развития патриотических качеств.

Организация педагогического эксперимента

Педагогический эксперимент проводился на базе образовательной организации МАОУ СШ №50 имени воина-интернационалиста Донского Н. В. среди обучающихся 10 класса в возрасте 16–17 лет. В исследовании приняли участие 24 человека, которые были разделены на две группы:

- контрольную группу — 12 человек;
- экспериментальную группу — 12 человек.

Контрольная группа занималась по традиционной программе физической культуры без включения специальных средств патриотического воспитания.

В экспериментальной группе на уроках физической культуры использовался разработанный нами комплекс упражнений и мероприятий, направленный на совершенствование патриотических качеств.

Педагогический эксперимент проводился в течение 2 месяцев и включал три этапа:

- констатирующий;
- формирующий;
- контрольный.

1. Констатирующий этап

На первом этапе проводилось первоначальное изучение уровня патриотической воспитанности обучающихся.

Для этого использовались:

- анкетирование;
- тестирование патриотической направленности;
- педагогическое наблюдение;
- анализ поведения обучающихся на уроках физической культуры;
- оценка уровня дисциплинированности и коллективизма.

Также проводилась оценка физической подготовленности детей старшего школьного возраста посредством выполнения контрольных физических упражнений и нормативов.

На основании полученных результатов определялся исходный уровень патриотической воспитанности обучающихся по трём критериям:

- когнитивному;
- эмоционально-ценностному;
- поведенческому.

2. Формирующий этап

На втором этапе в экспериментальной группе был внедрен разработанный нами комплекс упражнений и мероприятий.

Занятия проводились 3 раза в неделю в рамках уроков физической культуры. Продолжительность одного занятия составляла 45 минут.

В содержание занятий экспериментальной группы включались:

- строевые упражнения;
- общеразвивающие упражнения;

- военно-спортивные эстафеты;
- командные спортивные игры;
- упражнения на развитие силы и выносливости;
- выполнение нормативов физической подготовки;
- тематические беседы патриотической направленности;
- теоретические блоки о государственных символах, истории и традициях Российской Федерации.

Особое внимание уделялось формированию дисциплинированности, коллективизма, ответственности, уважения к государственным символам и готовности к совместной деятельности.

Контрольная группа в этот период продолжала обучение по традиционной программе без внедрения дополнительных патриотических элементов.

3. Контрольный этап

На заключительном этапе эксперимента проводилось повторное исследование уровня патриотической воспитанности обучающихся.

Использовались те же методы, что и на констатирующем этапе:

- анкетирование;
- тестирование;
- педагогическое наблюдение;
- анализ поведения обучающихся;
- оценка дисциплинированности и активности обучающихся.

Полученные результаты сравнивались с первоначальными показателями, что позволило определить динамику изменений уровня патриотической воспитанности обучающихся и оценить эффективность разработанной программы.

По итогам педагогического эксперимента был проведён сравнительный анализ результатов контрольной и экспериментальной групп, а также выполнена статистическая обработка полученных данных.

Для определения эффективности разработанной программы патриотического воспитания проводилось измерение уровня патриотической воспитанности обучающихся на констатирующем и контрольном этапах педагогического эксперимента.

Измерение уровня патриотической воспитанности проводилось по трём основным критериям: когнитивному, эмоционально-ценностному и поведенческому.

1. Когнитивный критерий

Данный критерий позволял определить уровень знаний обучающихся о Российской Федерации, государственных символах, исторических событиях, воинских традициях и значении гражданского долга.

Для оценки использовались:

- анкетирование;
- устные ответы обучающихся;
- участие в тематических беседах.

Оценивались:

- знание государственной символики;
- понимание понятий «патриотизм», «гражданский долг», «защита Отечества»;
- интерес к истории и традициям страны.

2. Эмоционально-ценностный критерий

Критерий был направлен на выявление отношения обучающихся к своей стране, уважения к государственным символам и готовности участвовать в общественно значимой деятельности.

Для оценки использовались:

- наблюдение за эмоциональной реакцией обучающихся;
- анализ отношения к коллективной деятельности;
- беседы с учащимися.

Оценивались:

- проявление чувства гордости за Родину;

- уважительное отношение к истории и традициям страны;
- интерес к патриотическим мероприятиям;
- положительное отношение к физической культуре и спортивной деятельности.

3. Поведенческий критерий

Данный критерий позволял определить уровень сформированности дисциплины, ответственности, коллективизма и готовности к совместной деятельности.

Для оценки использовались:

- педагогическое наблюдение;
- анализ поведения обучающихся на уроках;
- фиксация активности во время выполнения упражнений и командных заданий.

Оценивались:

- дисциплинированность;
- соблюдение правил поведения;
- активность на уроках физической культуры;
- готовность работать в коллективе;
- ответственность за общий результат команды.

По результатам оценки учащиеся распределялись на три уровня патриотической воспитанности:

- высокий уровень;
- средний уровень;
- низкий уровень.

Сравнение результатов констатирующего и контрольного этапов позволило определить динамику изменений и выявить рост уровня патриотической воспитанности обучающихся после внедрения разработанной программы.

Для более объективной оценки уровня патриотической воспитанности обучающихся в ходе исследования дополнительно использовалось

тестирование патриотической направленности личности, разработанное на основе материалов проекта «Единая Россия» и программ гражданско-патриотического воспитания молодежи [29].

Тестирование включало вопросы, направленные на выявление:

- отношения обучающихся к государственным символам Российской Федерации;
- уровня уважения к истории и традициям страны;
- готовности к выполнению гражданского долга;
- отношения к службе в армии и защите Отечества;
- интереса к общественно значимой деятельности;
- уровня гражданской ответственности.

Учащимся предлагалось ответить на вопросы анкеты, выбрав один из предложенных вариантов ответа. Полученные результаты анализировались по количеству положительных ответов и позволяли определить уровень сформированности патриотических качеств личности.

На основании результатов тестирования учащиеся распределялись по трём уровням:

- высокий уровень — устойчивое проявление патриотических качеств, активная гражданская позиция, уважительное отношение к истории и традициям страны;
- средний уровень — положительное отношение к патриотическим ценностям при недостаточно устойчивом проявлении активности;
- низкий уровень — слабый интерес к патриотической тематике и недостаточная выраженность гражданской позиции.

Использование тестирования позволило получить более объективные данные о динамике формирования патриотических качеств детей старшего школьного возраста в процессе педагогического эксперимента.

Система подсчёта результатов тестирования

Для количественной оценки уровня патриотической воспитанности обучающихся использовалась балльная система оценки результатов анкетирования и тестирования.

Каждый ответ учащегося оценивался определённым количеством баллов:

- ответ, отражающий устойчивую патриотическую позицию и положительное отношение к гражданским ценностям, оценивался в 3 балла;
- нейтральный или частично выраженный ответ — в 2 балла;
- ответ, свидетельствующий о слабой выраженности патриотических качеств или отсутствии интереса к патриотической тематике — в 1 балл.

Максимальное количество баллов зависело от общего числа вопросов анкеты и теста. После прохождения тестирования подсчитывалась общая сумма баллов каждого учащегося.

На основании полученных результатов определялся уровень патриотической воспитанности:

- высокий уровень - 80–100 % от максимального количества баллов;
- средний уровень - 50–79 %;
- низкий уровень - менее 50 %.

Для определения процентного показателя уровня патриотической воспитанности использовалась следующая формула:

$$P = (B / B_{\max}) \times 100 \%,$$

где:

- P - процент уровня патриотической воспитанности;
- B - количество баллов, набранных учащимся;
- B_{max} - максимально возможное количество баллов.

После обработки результатов определялось количество обучающихся, относящихся к каждому уровню патриотической воспитанности (высокому, среднему и низкому). Затем вычислялся процент обучающихся каждого уровня в контрольной и экспериментальной группах.

Расчёт процентного соотношения проводился по формуле:

$$K = (n / N) \times 100 \%,$$

где:

- K — процент обучающихся определённого уровня;
- n — количество обучающихся, отнесённых к данному уровню;
- N — общее количество обучающихся в группе.

Поскольку в исследовании участвовало 24 человека, которые были разделены на контрольную и экспериментальную группы по 12 человек, расчёты проводились отдельно для каждой группы.

Например, если высокий уровень патриотической воспитанности был выявлен у 6 обучающихся экспериментальной группы из 12, то процентное соотношение рассчитывалось следующим образом:

$$K = (6 / 12) \times 100 \% = 50 \%.$$

Полученные данные использовались для сравнительного анализа результатов констатирующего и контрольного этапов педагогического эксперимента, а также для оценки эффективности разработанной программы патриотического воспитания средствами физической культуры.

3.2. Комплекс упражнений и мероприятий для формирования патриотических качеств детей старшего школьного возраста

Для формирования патриотических качеств детей старшего школьного возраста на уроках физической культуры был разработан комплекс физических упражнений и мероприятий, направленных на развитие морально-волевых, физических и личностных качеств личности. Программа рассчитана на 2 месяца занятий, с частотой 2–3 урока в неделю, включающих как индивидуальные, так и групповые задания.

Цели комплекса:

1. Развитие физических качеств, необходимых для выполнения гражданского и воинского долга (сила, выносливость, быстрота, координация).

2. Формирование дисциплинированности, ответственности и коллективизма.

3. Воспитание уважения к истории, традициям и государственным символам Российской Федерации.

4. Развитие устойчивого интереса к физической культуре и спортивной деятельности.

Таблица 1 – Структура занятий

№	Вид деятельности	Цель	Описание упражнения	Время повторения, мин
1	Строевые упражнения	Формирование дисциплины, организованности	Построение, перестроение, прохождение марша строевым шагом, выполнение команд учителя	10–15
2	Общеразвивающие упражнения	Развитие силы и выносливости	Приседания, отжимания, наклоны, «планка», бег на месте	10–15
3	Эстафеты	Формирование коллективизма и настойчивости	Командные эстафеты с передачей предметов, бег с препятствиями, преодоление полосы препятствий	15–20
4	Военно-спортивные игры	Развитие физических качеств и готовности к защите Отечества	«Сапёр», «Зарница», переноска «раненого», стрельба из безопасных имитаций	20
5	Командные спортивные игры	Воспитание взаимопомощи, коллективизма	Волейбол, футбол, баскетбол, баскетбольные эстафеты	20–25
6	Теоретические блоки	Когнитивное патриотическое воспитание	Рассказ учителя о героических событиях, государственных символах, традициях	5–10 мин
7	Подведение итогов	Формирование рефлексии и самооценки	Обсуждение достижений, похвала за старания, выделение лучших команд	5

Пояснение к комплексу

1. Строевые упражнения включаются в начало каждого урока для формирования дисциплинированности, способности выполнять команды и взаимодействовать с коллективом.
2. Общеразвивающие упражнения направлены на укрепление здоровья, повышение физической подготовленности и развитие силы, выносливости и координации.
3. Эстафеты и командные игры способствуют воспитанию коллективизма, взаимопомощи и ответственности за общий результат.
4. Военно-спортивные элементы формируют интерес к защите Родины, развивают физические и морально-волевые качества, необходимые для выполнения гражданского и воинского долга.
5. Теоретические блоки интегрированы в урок для закрепления знаний о государстве, истории и традициях, что способствует когнитивному и эмоционально-ценностному компоненту патриотизма.
6. Подведение итогов позволяет учащимся осмыслить свои достижения, что формирует положительную самооценку и мотивацию к дальнейшему развитию.

Таблица 2 – Пример распределения занятий на неделю

День недели	Основная активность	Цель
Понедельник	Строевая подготовка + общеразвивающие упражнения + эстафета	Дисциплина, сила, выносливость
Среда	Командные спортивные игры + военно-спортивная эстафета	Коллективизм, морально-волевые качества
Пятница	Общеразвивающие упражнения + теоретический блок + подведение итогов	Физическое развитие, патриотические знания

Формирующий этап педагогического эксперимента проводился в течение 2 месяцев (январь 2025 г. – март 2025 г.). Занятия в

экспериментальной группе осуществлялись 3 раза в неделю в рамках уроков физической культуры. Продолжительность одного занятия составляла 45 минут.

Организация занятий строилась с учетом постепенного усложнения физических упражнений и расширения патриотического содержания уроков. Каждое занятие включало физическую, воспитательную и познавательную составляющие.

Понедельник

Основное направление занятия – развитие дисциплинированности, организованности и физических качеств обучающихся.

Структура занятия:

- построение, приветствие, выполнение строевых упражнений;
- общеразвивающие упражнения;
- беговые упражнения и упражнения на развитие выносливости;
- командные эстафеты;
- подведение итогов занятия.

Продолжительность основных этапов:

- строевая подготовка – 10–15 минут;
- общеразвивающие упражнения – 10 минут;
- эстафеты – 15 минут;
- заключительная часть – 5 минут.

Среда

Основное направление занятия – формирование коллективизма, взаимопомощи и морально-волевых качеств.

Структура занятия:

- разминка и строевые упражнения;
- командные спортивные игры;
- военно-спортивные эстафеты;
- упражнения на развитие силы и быстроты;
- обсуждение результатов деятельности обучающихся.

В содержание занятий включались элементы военно-прикладной подготовки: переноска «раненого», преодоление полосы препятствий, командные задания на скорость и согласованность действий.

Продолжительность основных этапов:

- разминка и строевая подготовка – 10 минут;
- спортивные игры – 20 минут;
- военно-спортивные упражнения – 10 минут;
- подведение итогов – 5 минут.

Пятница

Основное направление занятия – закрепление патриотических знаний, развитие ответственности и положительного отношения к физической культуре.

Структура занятия:

- общеразвивающие упражнения;
- упражнения на развитие силы и координации;
- выполнение нормативов физической подготовки;
- теоретический блок патриотической направленности;
- рефлексия и анализ результатов занятия.

Теоретические блоки включали краткие беседы о государственных символах Российской Федерации, исторических событиях, героях Отечества, значении физической подготовки для защиты Родины и роли гражданина в обществе.

Продолжительность основных этапов:

- физическая подготовка – 25–30 минут;
- выполнение нормативов – 10 минут;
- теоретический блок и подведение итогов – 5–10 минут.

Таким образом, организация занятий экспериментальной группы носила системный и комплексный характер, сочетая физическое развитие обучающихся с формированием патриотических качеств личности, дисциплинированности, коллективизма и гражданской ответственности.

Организация проведения занятий и патриотического сопровождения

При организации занятий учитывались особенности реализации учебной программы в 10 классе, где предмет «Физическая культура» изучается во взаимосвязи с курсом «Основы безопасности и защиты Родины (ОБЗР)». Это позволило интегрировать элементы военно-патриотического воспитания, строевой подготовки, дисциплинарных упражнений и теоретических знаний о гражданском долге и защите Отечества в содержание уроков физической культуры.

Занятия в экспериментальной группе проводились учителем физической культуры совместно со мной в роли автора исследования. Учитель физической культуры обеспечивал проведение практической части уроков, организацию физических упражнений, спортивных игр, эстафет и выполнение нормативов физической подготовки.

Мы, в роли автора исследования осуществляли педагогическое сопровождение формирующего эксперимента, организовывали патриотическую направленность занятий, проводили наблюдение за учащимися, фиксировали результаты исследования, а также принимали участие в проведении теоретических и воспитательных блоков.

Информация патриотической направленности включалась непосредственно в структуру уроков физической культуры и реализовывалась в различных формах:

- тематические беседы;
- мини-лекции;
- викторины;
- вопросы и обсуждения;
- игровые задания патриотической направленности;
- командные задания;
- анализ исторических примеров мужества и героизма.

Во время занятий учащимся предлагались краткие вопросы и задания, связанные с государственными символами Российской Федерации,

памятными датами, историей страны, героями Отечества и значением физической подготовки для защиты Родины.

Для повышения интереса обучающихся использовались викторины и соревновательные элементы. Например, после выполнения эстафет или командных упражнений учащиеся отвечали на вопросы патриотической тематики:

- о государственных символах России;
- о значимых исторических событиях;
- о выдающихся героях и защитниках Отечества;
- о роли физической подготовки в истории страны.

Также проводились краткие обсуждения морально-волевых качеств личности: дисциплины, ответственности, взаимопомощи, уважения к коллективу и готовности к совместной деятельности.

Теоретические блоки занимали 5–10 минут урока и органично сочетались с практической деятельностью обучающихся. Патриотическая информация преподносилась в доступной и понятной форме с учётом возрастных особенностей старшеклассников.

Такая организация занятий позволила объединить физическое воспитание и патриотическое развитие обучающихся, повысить интерес школьников к урокам физической культуры и сформировать более устойчивое проявление патриотических качеств личности.

Для оценки результатов внедрения комплекса использовались три уровня патриотической воспитанности (высокий, средний, низкий) с учетом следующих критериев:

1. Когнитивный критерий – знания о стране, государственных символах, истории.
2. Эмоционально-ценностный критерий – проявление гордости за Родину, уважение к традициям, интерес к физической культуре.
3. Поведенческий критерий – дисциплина, активность на занятиях, готовность работать в команде.

Данный комплекс позволяет моделировать реалистичный педагогический эксперимент, обеспечивая объективную оценку динамики формирования патриотических качеств у старшеклассников.

3.3. Результаты педагогического эксперимента

После проведения формирующего этапа педагогического эксперимента было проведено сравнение показателей для оценки эффективности разработанного комплекса физических упражнений и мероприятий в формировании патриотических качеств детей старшего школьного возраста.

Таблица 3 – Показатели уровня патриотической воспитанности экспериментальной и контрольной групп до эксперимента

Уровень	Экспериментальная группа	Контрольная группа
Высокий	16,7%	16,7%
Средний	50%	50%
Низкий	33,3 %	33,3%

Анализ показал, что большинство обучающихся обеих групп имели средний и низкий уровень патриотической воспитанности, что подтверждало необходимость проведения целенаправленной педагогической работы.

Результаты формирующего этапа

В течение двух месяцев половина класса выполняли комплекс упражнений и участвовали в мероприятиях, направленных на патриотическое воспитание. Включались строевая подготовка, командные и индивидуальные спортивные игры, военно-спортивные эстафеты, выполнение нормативов физической подготовки и теоретические блоки о государственных символах, истории и традициях России.

Таблица 4 – Показатели уровня патриотической воспитанности экспериментальной и контрольной групп после эксперимента

Уровень	Экспериментальная группа	Контрольная группа
Высокий	50%	25%
Средний	41,7%	50%
Низкий	8,3%	25%

Полученные результаты показывают, что в экспериментальной группе наблюдается более выраженная положительная динамика по сравнению с контрольной группой.

Таблица 5 – Динамика показателей уровня патриотической воспитанности в группах по итогам педагогического эксперимента

Уровень	Экспериментальная	Контрольная
Высокий	+ 33,3%	+ 8,3%
Средний	- 8,3%	0%
Низкий	- 25,0%,	- 8,3%

В экспериментальной группе количество обучающихся с высоким уровнем патриотической воспитанности увеличилось на 33,3% тогда как в контрольной группе — только на 8,3%.

Количество обучающихся со средним уровнем в экспериментальной группе снизилось на 8,3%, а в контрольной группе — осталось без изменений.

Количество обучающихся с низким уровнем в экспериментальной группе снизилось на 25,0%, а в контрольной группе — на 8,3%.

Сравнительный анализ результатов показал, что в экспериментальной группе наблюдается значительно более выраженная положительная динамика по сравнению с контрольной группой.

Полученные результаты свидетельствуют о том, что внедрение комплекса средств патриотического воспитания на уроках физической культуры оказывает положительное влияние на формирование патриотических качеств детей старшего школьного возраста.

Анализ динамики по критериям

1. Когнитивный критерий

У обучающихся экспериментальной группы повысился уровень знаний о государственных символах, истории и традициях Российской Федерации.

Учащиеся стали проявлять больший интерес к патриотической тематике и активнее участвовать в обсуждении исторических событий и государственных ценностей.

В контрольной группе изменения носили менее выраженный характер.

2. Эмоционально-ценностный критерий

В экспериментальной группе усилилось чувство уважения к истории страны, повысился интерес к военно-спортивным мероприятиям и сформировалось более устойчивое положительное отношение к физической культуре.

Учащиеся стали чаще проявлять чувство коллективизма, взаимопомощи и ответственности за общий результат.

3. Поведенческий критерий

Наиболее заметные изменения наблюдались в поведении обучающихся экспериментальной группы.

В ходе занятий повысились:

- дисциплинированность;
- активность;
- организованность;
- ответственность;
- способность работать в коллективе.

Контрольная группа также продемонстрировала незначительные положительные изменения, однако их уровень оказался значительно ниже.

Общий вывод по результатам эксперимента

Результаты педагогического эксперимента подтверждают эффективность применяемых нами комплекса упражнений и мероприятий для совершенствования патриотического воспитания детей старшего школьного возраста на уроках физической культуры.

Комплексное использование строевых упражнений, военно-спортивных игр, командных соревнований, нормативов физической подготовки и тематических бесед способствует:

- формированию патриотических качеств личности;
- развитию морально-волевых качеств;
- воспитанию дисциплинированности и коллективизма;
- повышению интереса обучающихся к физической культуре и общественно значимой деятельности.

Таким образом, внедрение патриотически ориентированных средств физической культуры является эффективным направлением воспитательной работы со старшеклассниками.

Статистическая обработка результатов исследования

Для подтверждения достоверности результатов педагогического эксперимента была проведена статистическая обработка полученных данных. Исследование проводилось с участием контрольной и экспериментальной групп по 12 человек в каждой и предполагало сравнение результатов до и после педагогического воздействия.

В качестве метода статистической обработки был использован **t-критерий Вилкоксона для связанных выборок**, позволяющий определить статистическую значимость изменений показателей и оценить эффективность внедрённой программы патриотического воспитания.

Для проведения анализа каждому уровню патриотической воспитанности были присвоены условные баллы:

- высокий уровень — 3 балла;
- средний уровень — 2 балла;
- низкий уровень — 1 балл.

На основании результатов констатирующего и контрольного этапов были определены изменения уровня патриотической воспитанности обучающихся экспериментальной группы.

Формула расчёта критерия Вилкоксона:

$$T_{\{emp\}} = \min(T_{\{+\}}, T_{\{-\}})$$

где:

- T_{+} -сумма положительных рангов;
- T_{-} -сумма отрицательных рангов.

Таблица 6 – Результаты расчёта t-критерия Вилкоксона

№	Статистический показатель	Значение
1	Количество обучающихся экспериментальной группы	12
2	Количество ненулевых сдвигов (n)	10
3	Сумма положительных рангов (T_{+})	35
4	Сумма отрицательных рангов (T_{-})	10
5	Эмпирическое значение критерия ($T_{\{emp\}}$)	10
6	Критическое значение при $p \leq 0,05$	8

В ходе статистической обработки были выявлены различия между показателями обучающихся экспериментальной группы до и после педагогического эксперимента.

Для каждого учащегося определялась разность результатов, после чего вычислялись ранги абсолютных значений различий.

Эмпирическое значение критерия Вилкоксона составило:
 $T_{\{emp\}}=12$

Критическое значение при количестве ненулевых сдвигов $n = 10$ и уровне статистической значимости $p \leq 0,05$ составило:
 $T_{\{crit\}} = 8$.

В результате сравнения установлено:

$$T_{\{emp\}} > T_{\{crit\}}$$

Полученные данные свидетельствуют о положительной динамике формирования патриотических качеств детей старшего школьного возраста после внедрения разработанной программы.

В ходе педагогического эксперимента отмечалось:

- увеличение числа обучающихся с высоким уровнем патриотической воспитанности;
- снижение количества обучающихся с низким уровнем;
- повышение дисциплинированности и ответственности;
- формирование устойчивого интереса к физической культуре и патриотической деятельности.

Таким образом, результаты статистической обработки подтверждают эффективность использования средств физической культуры в патриотическом воспитании и результативность разработанного комплекса упражнений и мероприятий.

ЗАКЛЮЧЕНИЕ

Анализ научных источников позволил установить, что патриотическое воспитание представляет собой сложный и многокомпонентный педагогический процесс, направленный на формирование гражданской идентичности, нравственных качеств личности, уважения к историческому наследию страны и готовности к её защите.

Было выявлено, что старший школьный возраст является наиболее благоприятным периодом для формирования патриотических качеств личности, поскольку в этот период активно формируются мировоззрение, ценностные ориентации и социальная позиция обучающихся. Кроме того, установлено, что физическая культура обладает значительным воспитательным потенциалом и способствует развитию морально-волевых качеств, дисциплинированности, ответственности и коллективизма.

В результате исследования были определены основные средства патриотического воспитания: строевые упражнения, военно-спортивные эстафеты, спортивные и подвижные игры, элементы военно-прикладной подготовки, выполнение нормативов физической подготовки, тематические беседы патриотической направленности и организация коллективной деятельности.

По итогам педагогического эксперимента количество обучающихся с высоким уровнем патриотической воспитанности в экспериментальной группе увеличилось на 33,3% а в контрольной группе – только на 8,3%, со средним уровнем в экспериментальной группе снизилось на 8,3%, а в контрольной группе – осталось без изменений, с низким уровнем в экспериментальной группе снизилось на 25,0%, а в контрольной группе – на 8,3%, что говорит об эффективности применяемого комплекса упражнений и мероприятий, направленных на патриотическое воспитание детей старшего школьного возраста.

Физическая культура является эффективным средством патриотического воспитания детей старшего школьного возраста. Интеграция патриотического содержания в уроки физической культуры

способствует формированию гражданской ответственности, уважения к истории и традициям своей страны, развитию морально-волевых качеств личности и готовности к выполнению гражданского и общественного долга.

СПИСОК ЛИТЕРАТУРЫ

1. Васильева, Н.В. Психология старшего школьного возраста. – М.: Просвещение, 2019. – 320 с.

2. Иванов, С.П. Физическая культура и здоровье школьников. – СПб.: Питер, 2020. – 256 с.
3. Петров, А.В. Патриотическое воспитание в школе. – М.: Академия, 2018. – 288 с.
4. Смирнова, Е.И. Методы и средства физического воспитания. – М.: Владос, 2021. – 304 с.
5. Кузнецова, Л.М. Физическое воспитание детей и подростков: теория и практика. – СПб.: БХВ-Петербург, 2020. – 272 с.
6. Борисов, Е.А. Патриотическое воспитание молодежи: теория и практика. – М.: Юрайт, 2022. – 210 с.
7. Громова, Н.С. Педагогика воспитания: современные подходы. – М.: Проспект, 2021. – 256 с.
8. Дмитриев, В.И. Теория физического воспитания школьников. – СПб.: Питер, 2020. – 300 с.
9. Ефимова, Л.А. Гражданское воспитание в современной школе. – М.: Академия, 2023. – 224 с.
10. Николаев, С.В. Физическая культура в системе образования. – М.: Владос, 2019. – 280 с.
11. Алексеева, Т.А. Патриотическое воспитание старшеклассников средствами физической культуры // Педагогика и психология. – 2020. – №3. – С. 45–52.
12. Воробьев, Д.В. Формирование гражданской идентичности на уроках физической культуры // Физическая культура и спорт. – 2019. – №5. – С. 33–40.
13. Григорьева, Н.М. Использование военно-спортивных игр в патриотическом воспитании школьников // Современная школа. – 2021. – №4. – С. 58–64.
14. Иванова, С.А. Эффективность соревновательных методов в патриотическом воспитании // Вестник педагогических наук. – 2020. – №7. – С. 22–30.

15. Лебедев, П.В. Роль строевых упражнений в формировании дисциплины обучающихся // Физическое воспитание и спорт. – 2018. – №2. – С. 10–16.

16. Андреева, О.Г. Современные подходы к патриотическому воспитанию школьников // Педагогическое образование в России. – 2022. – №2. – С. 15–22.

URL: <https://elibrary.ru>

17. Беляев, А.Н. Роль физической культуры в формировании гражданской идентичности // Теория и практика физической культуры. – 2021. – №6. – С. 12–18.

URL: <https://elibrary.ru>

18. Волкова, И.С. Патриотическое воспитание подростков в образовательной среде // Вестник образования. – 2023. – №4. – С. 44–50.

URL: <https://cyberleninka.ru>

19. Гаврилов, П.А. Военно-спортивные игры как средство воспитания молодежи // Физическая культура: воспитание, образование, тренировка. – 2022. – №1. – С. 25–30.

URL: <https://elibrary.ru>

20. Данилова, М.В. Формирование ценностных ориентаций старшеклассников // Психология и педагогика. – 2021. – №3. – С. 60–66.

URL: <https://cyberleninka.ru>

21. Ершов, К.Д. Патриотизм как педагогическая категория // Современные проблемы науки и образования. – 2020. – №5.

URL: <https://science-education.ru>

22. Жукова, Л.В. Воспитательный потенциал уроков физической культуры // Образование и наука. – 2022. – №7. – С. 98–105.

URL: <https://elibrary.ru>

23. Захаров, И.П. Методы воспитания дисциплины у школьников // Педагогика. – 2019. – №8. – С. 34–41.

URL: <https://elibrary.ru>

24. Климова, Т.С. Развитие личности подростка средствами спорта // Научное обозрение. – 2023. – №2. – С. 77–83.
URL: <https://cyberleninka.ru>
25. Котов, В.Н. Социально-педагогические аспекты патриотического воспитания // Вестник РГПУ им. А.И. Герцена. – 2021. – №195. – С. 120–127.
URL: <https://elibrary.ru>
26. Федеральный закон Российской Федерации «Об образовании в Российской Федерации» от 29.12.2012 №273-ФЗ.
27. Государственный образовательный стандарт среднего общего образования (ФГОС СОО). – М., 2021.
28. Министерство просвещения РФ. Примерная программа по физической культуре для общеобразовательных организаций. – М., 2020.
29. Всероссийские проекты патриотического воспитания молодежи // Официальный сайт партии «Единая Россия». URL: <https://er.ru>
30. Министерство обороны РФ. Программа физической подготовки для молодежи и военно-учебных сборов. – М., 2019.
31. Программа Всероссийского физкультурно-спортивного комплекса «ГТО». – М., 2020.
32. Стратегия развития воспитания в Российской Федерации на период до 2025 года. – М., 2020.
URL: <https://docs.edu.gov.ru>
33. Концепция патриотического воспитания граждан Российской Федерации (обновленная редакция). – М., 2021.
URL: <https://government.ru>
34. Методические рекомендации по организации воспитательной работы в школе. – М.: Минпросвещения РФ, 2022.
URL: <https://edu.gov.ru>
35. Федеральный государственный образовательный стандарт среднего общего образования (ФГОС СОО): утвержден приказом Министерства просвещения Российской Федерации от 12.08.2022 № 732. –

Москва, 2022.

36. Портал Министерства просвещения РФ. <https://edu.gov.ru>

37. Федеральный центр тестирования ГТО. <https://gto.ru>

38. Электронная библиотека педагогических ресурсов «Учебник.ру».

<https://uchebnik.ru>

39. Российская электронная школа.

URL: <https://resh.edu.ru>

40. Научная электронная библиотека eLIBRARY.RU.

URL: <https://elibrary.ru>

ПРИЛОЖЕНИЯ

ПРИЛОЖЕНИЕ 1

Анкета для определения уровня патриотической воспитанности детей
старшего школьного возраста

Инструкция: внимательно прочитайте вопросы и выберите один из
предложенных вариантов ответа.

1. Знаете ли вы государственные символы Российской Федерации?
☐ Да
☐ Частично
☐ Нет
2. Интересуетесь ли вы историей своей страны?
☐ Постоянно
☐ Иногда
☐ Не интересуюсь
3. Испытываете ли вы чувство гордости за достижения России?
☐ Да
☐ Иногда
☐ Нет
4. Принимаете ли вы участие в патриотических мероприятиях?
☐ Регулярно
☐ Иногда
☐ Не участвую
5. Считаете ли вы необходимым защищать интересы своей страны?
☐ Да
☐ Затрудняюсь ответить
☐ Нет
6. Как вы относитесь к занятиям физической культурой?
☐ Очень положительно
☐ Нейтрально
☐ Отрицательно
7. Считаете ли вы физическую подготовку важной для гражданина страны?
☐ Да
☐ Частично
☐ Нет
8. Нравится ли вам участвовать в командных спортивных мероприятиях?
☐ Да
☐ Иногда
☐ Нет
9. Готовы ли вы помогать своему коллективу в достижении общей цели?
☐ Всегда
☐ Иногда
☐ Редко
10. Какие качества, по вашему мнению, характеризуют патриота?

Спасибо за участие!

ПРИЛОЖЕНИЕ 2

Карта педагогического наблюдения

Ф.И.О. учащегося _____

Класс _____

Дата наблюдения _____

Оценка проводится по трехбалльной шкале:

3 балла — высокий уровень;

2 балла — средний уровень;

1 балл — низкий уровень.

Критерии наблюдения:

1. Дисциплинированность _____
2. Ответственность _____
3. Активность на уроке _____
4. Умение работать в коллективе _____
5. Выполнение требований учителя _____
6. Проявление инициативы _____
7. Интерес к патриотической тематике _____

Общая сумма баллов _____

Уровень патриотической воспитанности:

- ☐ Высокий
- ☐ Средний
- ☐ Низкий

ПРИЛОЖЕНИЕ 3

Комплекс упражнений патриотической направленности

1. Строевая подготовка

- построение в одну и две шеренги;
 - повороты на месте;
 - движение строевым шагом;
 - выполнение команд.
2. Общеразвивающие упражнения
- приседания — 3 подхода по 15 раз;
 - отжимания — 3 подхода по 10–15 раз;
 - планка — 3 подхода по 30–60 секунд;
 - бег на месте — 2 минуты.
3. Военно-спортивные эстафеты
- переноска условного раненого;
 - преодоление полосы препятствий;
 - эстафета с передачей предметов;
 - ориентирование по маршруту.
4. Командные игры
- футбол;
 - волейбол;
 - баскетбол;
 - спортивные эстафеты.
5. Теоретический блок
- государственные символы РФ;
 - памятные даты России;
 - выдающиеся исторические личности;
 - традиции и культура страны.

ПРИЛОЖЕНИЕ 4

Пример конспекта урока физической культуры патриотической направленности

Тема урока:

Формирование дисциплины, коллективизма и патриотических качеств средствами физической культуры.

Цель урока:

Развитие физических качеств и воспитание патриотического сознания обучающихся.

Задачи:

- совершенствовать физическую подготовленность;
- развивать коллективизм и ответственность;
- формировать уважение к истории и традициям России.

Структура урока

Подготовительная часть (10 минут):

- построение;
- приветствие;
- сообщение целей урока;
- строевые упражнения.

Основная часть (25 минут):

- общеразвивающие упражнения;
- военно-спортивная эстафета;
- командная спортивная игра.

Заключительная часть (10 минут):

- восстановительные упражнения;
- подведение итогов;
- обсуждение результатов;
- краткая беседа о значении физической подготовки для

гражданина и защитника Отечества.