

# ВОВЛЕЧЕНИЕ ШКОЛЬНИКОВ С РАЗЛИЧНЫМИ КОГНИТИВНЫМИ И ДВИГАТЕЛЬНЫМИ ЗАДАТКАМИ В АКТИВНУЮ ГРУППОВУЮ ФИЗКУЛЬТУРНО-СПОРТИВНУЮ ОБРАЗОВАТЕЛЬНУЮ ДЕЯТЕЛЬНОСТЬ

*М.В. Трегубова, Е.В. Елисеев, А.В. Белоедов, И.А. Бакшуттов*  
*Южно-Уральский государственный университет, г. Челябинск*

**Предложена и экспериментально апробирована методика физического воспитания школьников, обеспечивающая вовлечение учащихся среднего звена общеобразовательной школы в активную групповую физкультурно-спортивную образовательную деятельность средствами айкидо Тенсинкай.**

*Ключевые слова: физическое воспитание, мотивация, групповая физкультурно-спортивная образовательная деятельность, айкидо Тенсинкай.*

**Актуальность.** Не секрет, что наиболее эффективными средствами вовлечения детей в активную двигательную деятельность являются физическая культура и спорт. Данные средства служат надежным фундаментом для перестройки организма подростков и укрепления их слабых вегетативных функций в процессе взросления [2, 5, 9]. Решение этой задачи активно осуществляется средней общеобразовательной школой с ее программами физического воспитания и физкультурно-спортивного дополнительного образования [7, 8, 11]. Однако в процессе физического воспитания в средних учебных заведениях, в силу группового метода ведения занятий, педагогами слабо учитывается индивидуальная предрасположенность учащихся к виду спортивной специализации, к направленности и характеру нагрузок, часто игнорируются уровень соматической зрелости и группа здоровья занимающихся [2, 5, 12]. Подтверждением этих суждений служит и то, что при наличии в составе средств физического воспитания широкого круга многофункциональных и многопрофильных упражнений школьными педагогами почему-то используется лишь ограниченный состав упражнений, как правило, преодолевающего характера. По мнению ряда ученых [3, 6, 12], при ухудшающемся физическом состоянии школьников и растущем у них утомлении от перегрузок в учебе и жизни упражнения преодолевающего характера дополнительно физически и психологически угнетают учащихся, не мотивируют их к активной физической деятельности и трени-

ровке, что формирует пассивное отношение детей к процессу физического воспитания.

В связи с этим становится очевидной необходимость разработки методики физического воспитания для средней школы, которая наряду с развитием базовых физических качеств средствами упражнений преодолевающего характера обеспечивала бы положительную мотивацию к повышению двигательной активности за счет интересной и в жизни ребенка полезной многопрофильной физкультурно-спортивной деятельности в составе классной группы. Учитывая растущую популярность восточных единоборств среди российских школьников всех возрастных групп [1, 4, 9], нами было принято решение адаптировать программу по айкидо Тенсинкай для дополнительного образования школьников [10] в программу третьего урока физической культуры для классов среднего звена общеобразовательной школы.

**Объем, материалы и методы исследования.** Определив объект исследования – методика физического воспитания школьников, предмет исследования – содержание методики физического воспитания школьников, обеспечивающей вовлечение учащихся средних классов в активную групповую физкультурно-спортивную образовательную деятельность, нами была сформулирована цель исследования – разработать и обосновать методику физического воспитания школьников, обеспечивающую вовлечение учащихся средних классов в активную групповую физкультурно-спортивную образовательную деятельность средствами айкидо Тенсинкай.

**Задачи исследования:**

1. Обосновать базовые направления совершенствования методики физического воспитания школьников, обеспечивающей вовлечение учащихся средних классов с различными когнитивными и двигательными задатками в активную групповую физкультурно-спортивную образовательную деятельность.

2. Разработать и экспериментально проверить эффективность методики физического воспитания школьников, обеспечивающей вовлечение учащихся среднего звена общеобразовательной школы в активную групповую физкультурно-спортивную образовательную деятельность средствами айкидо Тенсинкай.

В процессе организации и проведения исследования применялись следующие методы: анализ данных специальной литературы и передового практического опыта; анкетирование учителей физического воспитания средних учебных заведений и тренеров в системе дополнительного образования школ; социологический опрос учащихся и их родителей; педагогические наблюдения и тестирование физических качеств учащихся; педагогический эксперимент. Все статистические данные подвергались математической обработке и анализу по известным и широко принятым методикам.

Педагогический эксперимент проводился в МОУ СОШ № 147 г. Челябинска. Для экспериментальной проверки разработанной нами методики были сформированы 4 группы учащихся 7-х и 8-х классов: две контрольные группы мальчиков ( $n = 20$ ; 10 человек 7-го и 10 человек 8-го классов) и девочек ( $n = 20$ ; 10 человек 7-го и 10 человек 8-го классов), которые занимались по стандартной программе школьного физического воспитания [7, 11], и две экспериментальные группы мальчиков ( $n = 20$ ; 10 человек 7-го и 10 человек 8-го классов) и девочек ( $n = 20$ ; 10 человек 7-го и 10 человек 8-го классов), которые занимались по разработанной нами методике.

**Результаты и их обсуждение.** Перед началом педагогического эксперимента проведен опрос учащихся 7–8-х классов ( $n = 63$ ), свидетельствующий о преимущественном выборе учащимися в качестве

желаемых ими видов физкультурно-спортивной деятельности упражнений боевых искусств по средствам айкидо Тенсинкай (рис. 1).

Вместе с тем исследования показали, что большая часть учащихся слабо представляет себе состав и смысл боевых искусств. При расшифровке понятия боевые искусства выяснилось, что большая часть из них предпочитает заниматься боевыми искусствами, а не единоборствами. Такая мотивировка стимулируется необходимостью формирования чувства защищенности у мальчиков и юношей. У девочек и девушек такой выбор в большей мере объясняется желанием повысить возможность общения. Таким образом, можно заключить, что в школьном возрасте большая часть учащихся мотивирована к занятиям боевыми искусствами в целях обеспечения чувства собственной защищенности, повышения социального статуса и использования как коммуникативного средства.

Нами были разработаны способы мотивирования и стимулирования физкультурно-спортивной активности учащихся. Суть разработанных нами методов заключалась во включении в финал школьного смотра-конкурса на лучший класс (из группы идентичных классов) по учебе, дисциплине и физкультурно-спортивной деятельности фестиваля айкидо Тенсинкай.

В состав фестиваля входили три разноплановых вида физкультурно-спортивной деятельности, объединенных под единым названием – айкидо Тенсинкай:

– групповые гимнастические упражнения с предметами на синхронность: шест 180 см – джо (дзё) (яп.), палка 70 см – бо (яп.), деревянный меч – бокен (яп.), меч – кен (яп.);

– парные контактные выступления по самозащите без оружия с выполнением с полной самоотдачей, попеременно ролевых функций атакующего и нападающего партнера: гейко (кёэко) рандори (яп.);

– единоборства: кумите (яп.) (длительность не менее 3 мин).

Выступления оценивались по технике исполнения и по композиции. Судейство обеспечивали приглашенный тренер по айкидо Тенсинкай и трое

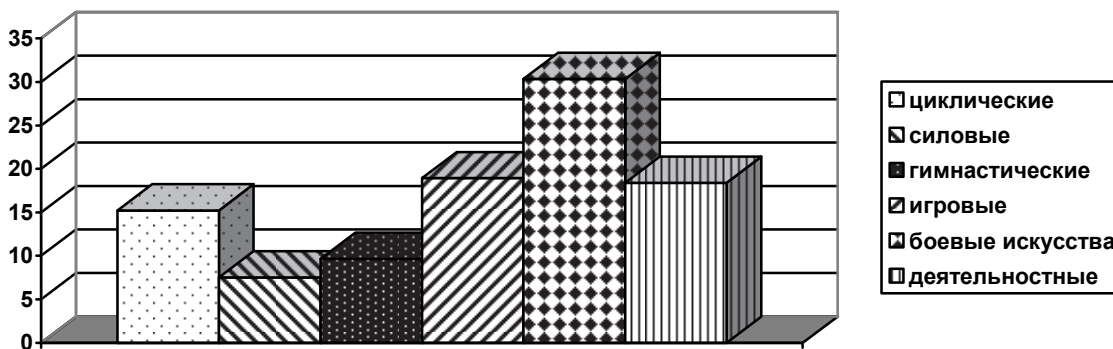


Рис. 1. Результаты опроса школьников о предпочтениях к секционным занятиям по различным видам спорта

## Оздоровительные технологии в образовательном процессе

судей – его воспитанники, практиканты. Классу начислялись дополнительные баллы за каждого спортсмена, занимающегося каким-либо видом спорта, при представлении документов об имеющемся спортивном разряде (технической категории, поясе) и документов о занятых местах на соревнованиях в зачетный период. Таким образом, условия фестиваля и смотра-конкурса обеспечивали участие в нем школьников с любыми когнитивными и двигательными задатками. В то же время класс объединялся единой целью – победой на конкурсе по сумме показателей, что обеспечивало формирование групповой солидарности и коллективизма.

Предполагалось, что годичная подготовка школьников к участию в фестивале в составе классных команд по трем видам физкультурно-спортивной деятельности обеспечит их заинтересованность в результатах общего смотра-конкурса. Перед организацией фестиваля в течение 1-й четверти в 7–8-х классах, готовящихся к конкурсу, с помощью заинтересованных тренеров организовывались и проводились ознакомительные курсы по айкидо Тенсинкай в рамках третьего урока физической культуры. По окончании курсов в каждом классе с участием классного руководителя проводилось собрание учеников на предмет выявления желания и возможности каждого участвовать в составе одной из трех команд по трем видам деятельности на фестивале и утверждения инструкторов-общественников из числа учащихся класса, обязывающихся организовать вместе с педагогом-инструктором школьные внеурочные занятия по одному из видов фестивальной деятельности. После этого учащиеся подробно знакомились с условиями смотра-конкурса и финального выступления на фестивале. Итоги по школе определялись с учетом того, что занятия школьников в физкультурно-спортивных секциях и их спортивные результаты учитывались конкурсной комиссией при подведении итогов фестиваля и смотра-конкурса.

Для обеспечения максимального результата на школьном фестивале под контролем классного руководителя, старосты и физорга класса инструк-

торами-общественниками и тренерами проводились тренировки команд в классах по подготовке к участию в завершающем выступлении на фестивале. В ряде случаев такие тренировки и репетиции проходили не в школе, а на базе спортивных секций Интернациональной федерации айкидо Тенсинкай. Это увеличивало интерес детей и расширяло их общение со сверстниками других образовательных учреждений города, занимающихся айкидо Тенсинкай много лет и серьезно. Таким образом, условия фестиваля и смотра-конкурса должны были обеспечивать участие в нем заинтересованных айкидо Тенсинкай школьников, что объединяло учащихся каждого класса общностью дела, совместными интересами и единой целью, а значит, все это в совокупности активно формировало групповую солидарность и коллективизм.

Для проверки эффективности разработанной нами методики в МОУ СОШ № 147 был организован внутришкольный смотр-конкурс для 7–8-х классов с завершающим фестивалем боевых искусств.

Установлено, что процесс подготовки к финальному фестивалю боевых искусств и попутное соблюдение условий смотра-конкурса обеспечили статистически достоверное преимущество учащихся экспериментальной группы над учащимися контрольной группы по показателям:

- посещаемости уроков физической культуры (рис. 2);
- уменьшения числа освобожденных от занятий физической культурой (рис. 3);
- числа занимающихся в спортивных секциях.

Динамика прироста физической подготовленности по показателям (бег на 30 м, челночный бег, прыжки в длину, подтягивание и 6-минутный бег) как у мальчиков, так и у девочек в экспериментальной группе оказалась выше, чем в контрольной группе, с высокой статистической достоверностью (табл. 1, 2).

Общее преимущество учащихся 7–8-х классов экспериментальной группы по интегральному показателю прироста физических качеств показано на рис. 4.

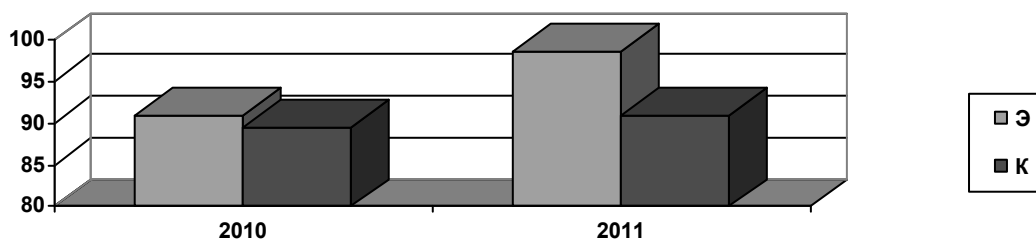


Рис. 2. Соотношение показателей посещаемости уроков физической культуры в экспериментальной (э) и контрольной (к) группах к началу эксперимента и по его окончании (в %)

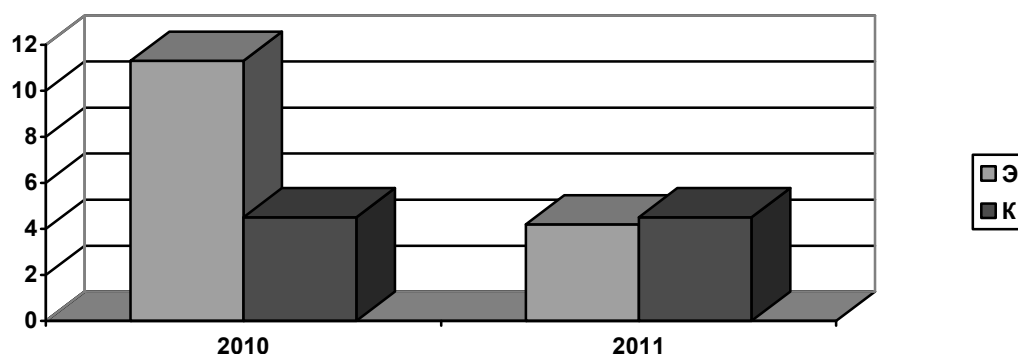


Рис. 3. Соотношение показателей числа освобожденных от занятий физической культурой в экспериментальной (э) и контрольной (к) группах к началу эксперимента и по его окончании (в %)

Таблица 1  
Результаты тестирования физических качеств учащихся 7–8-х классов экспериментальной группы в начале и по окончании педагогического эксперимента (мальчики) (n = 20)

Статистика	Бег на 30 м		Челночный бег		Прыжок в длину		Подтягивание		6-минутный бег	
	До	После	До	После	До	После	До	После	До	После
<i>M</i>	5,26	5,05	8,14	7,92	178,4	186,1	5,4	7,3	1260	1368
$\pm m$	0,035	0,031	0,065	0,059	2,176	2,268	0,629	0,597	20,26	22,29
<i>t</i>	4,658		2,549		2,438		2,19		3,596	
<i>p</i>	< 0,001		< 0,05		< 0,05		< 0,05		< 0,01	

Таблица 2  
Результаты тестирования физических качеств учащихся 7–8-х классов экспериментальной группы в начале и по окончании педагогического эксперимента (девочки) (n = 20)

Статистика	Бег на 30 м		Челночный бег		Прыжок в длину		Подтягивание		6-минутный бег	
	До	После	До	После	До	После	До	После	До	После
<i>M</i>	5,46	5,2	8,597	8,297	163,8	179,8	14,03	16	1086	1240
$\pm m$	0,062	0,040	0,082	0,059	2,282	3,037	0,265	0,283	35,954	32,37
<i>t</i>	3,487		2,963		4,221		5,068		2,099	
<i>p</i>	< 0,01		< 0,01		< 0,001		< 0,001		< 0,05	

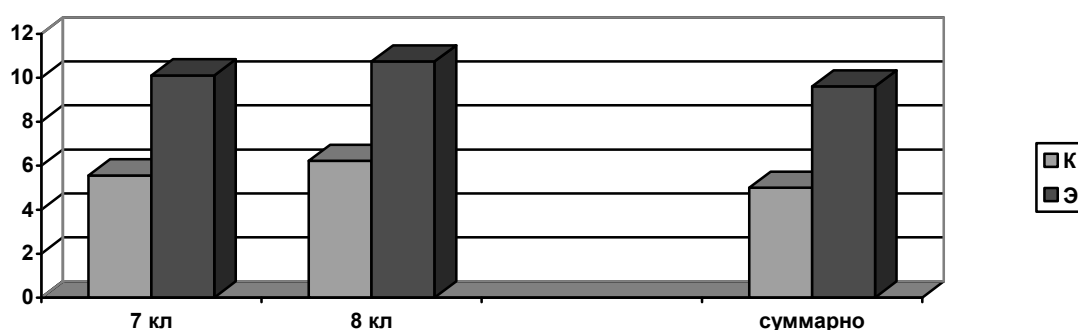


Рис. 4. Суммарный интегральный показатель прироста уровня развития физических качеств в контрольной (к) и экспериментальной (э) группах за время педагогического эксперимента (в %)

**Вывод.** Таким образом, результаты педагогического эксперимента указывают на то, что введение в состав смотра-конкурса финального фестиваля айкидо Тенсинкай с круглогодичной подготовкой к нему обеспечило статистически достоверное преимущество учащихся экспериментальной группы по приросту показателей физической подготовленности.

#### Литература

1. Аикинази, С.М. Базовая техника рукопашного боя как синтез техники спортивных единоборств: учеб.-метод. пособие / С.А. Аикинази, К.В. Климов. – СПб.: Изд-во СПбГУФК им. П.Ф. Лесгафта, 2006. – 80 с.
2. Ахмедшин, Р.Г. Коррекция развития нравственно-волевой сферы личности подростков

## Оздоровительные технологии в образовательном процессе

средствами физической культуры: автореф. дис. ... канд. пед. наук / Р.Г. Ахмедшин. – Тула, 2000. – 24 с.

3. Болтиков, Ю.В. Повышение мотивационных факторов в целях обеспечения массовости и результативности учебно-тренировочной работы в секциях спортивной борьбы: автореф. дис. ... канд. пед. наук / Ю.В. Болтиков. – М., 2002. – 23 с.

4. Бушин, И.А. Формирование техники приемов борьбы в спортивном рукопашном бое на этапе начальной подготовки бойцов: дис. ... канд. пед. наук / И.А. Бушин. – Краснодар, 2005. – 193 с.

5. Вишневский, В.А. Особенности поведения школьников, обучающихся в образовательных учреждениях различного типа, связанного со здоровьем / В.А. Вишневский // Физическая культура: воспитание, образование, тренировка. – 2003. – № 1. – С. 47–52.

6. Загитов, А.Н. Психолого-педагогические подходы к формированию интереса школьников к физкультурно-спортивной деятельности: лекция / А.Н. Загитов, С.В. Новаковский. – Екатеринбург: УГТУ-УПИ, 2009. – 15 с.

7. Комплексная программа физического вос-

питания учащихся I–XI классов / под ред. В.И. Лях, А.А. Зданевич. – М.: Просвещение, 2005. – 126 с.

8. Лубышева, Л.И. Физическая и спортивная культура: содержание, взаимосвязи и диссоциации / Л.И. Лубышева // Теория и практика физической культуры. – 2002. – № 3. – С. 11–16.

9. Миллер, Д. Искусство джиу-джитсу / Д. Миллер. – Минск: Харвест, 2002. – 301 с.

10. Образовательный стандарт для средних учебных заведений (дополнительное образование). Айкидо Тенсинкай / под ред. Е.В. Елисеева. – Челябинск: Экодом, 1999. – 52 с.

11. Скотников, В.Ф. Примерная программа спортивной подготовки для детско-юношеских спортивных школ, специализированных детско-юношеских спортивных школ олимпийского резерва, школ высшего спортивного мастерства и училищ олимпийского резерва / В.Ф. Скотников, В.И. Смирнов. – М.: Совет. спорт, 2005. – 108 с.

12. Шиянов, Г.П. Особенности организации и методики физической подготовки школьников 11–13 лет с учетом «соматической зрелости»: дис. ... канд. пед. наук / Г.П. Шиянов. – Краснодар, 1998. – 133 с.

Поступила в редакцию 25 апреля 2012 г.