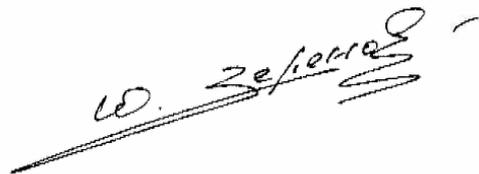


*На правах рукописи*

**ЗЕЛЕНОВ Юрий Николаевич**

**Спортизированное физическое воспитание  
учащихся профессиональных училищ  
(на примере боевого самбо)**

13.00.04 – теория и методика физического воспитания, спортивной тренировки, оздоровительной и адаптивной физической культуры



Автореферат  
диссертации на соискание ученой степени  
кандидата педагогических наук

Тюмень - 2007

Работа выполнена в государственном образовательном учреждении высшего профессионального образования «Тюменский государственный университет»

**Научный руководитель** - кандидат педагогических наук, доцент  
**Минаев Александр Владимирович**

**Официальные оппоненты:** доктор педагогических наук, профессор, заведующий кафедрой теории и методики борьбы Уральского государственного университета физической культуры  
**Еганов Александр Васильевич** (г.Челябинск);

кандидат педагогических наук, доцент, заведующий кафедрой спортивных видов единоборств Института физической культуры социального сервиса и туризма Уральского государственного технического университета  
**Долганов Олег Владиславович** (г.Екатеринбург)

**Ведущая организация** - ГОУВПО «Сибирский государственный технологический университет» (г.Красноярск)

Защита диссертации состоится 26 октября 2007 года в 10 часов на заседании диссертационного совета Д 212.274.01 при государственном образовательном учреждении высшего профессионального образования «Тюменский государственный университет» по адресу: 625003, г.Тюмень, ул. Семакова, 10.

С диссертацией можно ознакомиться в библиотеке ГОУВПО «Тюменский государственный университет»

Автореферат разослан 25 сентября 2007 г.

Ученый секретарь  
диссертационного совета

Т.А.Строкова

## ОБЩАЯ ХАРАКТЕРИСТИКА РАБОТЫ

**Актуальность исследования.** Согласно «Концепции модернизации российского образования на период до 2010 года» главной задачей является формирование инициативной, нравственной, предприимчивой, самостоятельной личности, обладающей общекультурной компетентностью, открытой для непрерывного образования, готовой к новациям и изменениям, определению стратегии своего личностного развития. В соответствии с этими требованиями возрастает роль социальных функций учреждений начального профессионального образования, реализация которых должна быть направлена на личностное становление подрастающего поколения.

В условиях современных экономических отношений речь идет о воспитании здоровых, предприимчивых, деловых, трудолюбивых, профессионально компетентных рабочих. Здоровье выпускников учреждений начального профессионального образования выступает и как фактор их конкурентоспособности на рынке труда. Работодателю более выгодно принимать на работу людей с достаточно высоким уровнем физической и профессиональной подготовленности и устойчивой нервной системой, обладающих высокой трудоспособностью, устойчивостью к нагрузкам, способностью меньше утомляться и быстрее восстанавливаться. У такого работника более высокая производительность труда, лучшее качество изготавливаемой продукции.

Известно, что в училищах начального профессионального образования «трудный» контингент учащихся, преобладают антисоциальные проявления в поведении, значителен отсев учащихся, низок их социальный статус, преобладает слабая физическая подготовленность и, как следствие, слабое здоровье.

Однако с 1991 года комплексная образовательная программа по физическому воспитанию не пересматривалась и до сих пор является базовой в профессиональных училищах начального профессионального образования. При всех ее положительных моментах в ней отсутствуют виды занятий по выбору, дополнительные формы занятий (секционные занятия) представлены в виде занятий общефизической подготовкой, нет четких рекомендаций по осуществлению дифференцированного подхода к занимающимся, нет критериев оценки уровня их физического здоровья. Все это потребовало поиска способов повышения уровня физического здоровья, физической подготовленности учащихся, формирования устойчивой мотивации к занятиям физической культурой и спортом.

Основной контингент учащихся профессиональных училищ – допризывная молодежь, которая по окончании учебы призывается в армию. Учитывая этот фактор, направленность нашего исследования – конверсия спортивной подготовки боевого самбо - не случайна и имеет прямое отношение к физическому воспитанию учащихся профессиональных училищ. *Суть конверсии*, по мнению В.К.Бальсевича, заключается не в

механическом переносе объемов и интенсивности тренировочной работы олимпийцев в практику физического воспитания, *а в использовании наработанных и наиболее удачных приемов для достижения целей физического совершенствования в биомеханическом и функциональном плане.*

Сегодня уже доказана возможность конверсии высоких технологий спортивной тренировки и организации спортивной деятельности в теорию и практику физического воспитания системы образования. Такая конверсия, осуществленная в интересах физического совершенствования человека, будет способствовать конструктивной реализации им идей здорового стиля жизни как важного условия социального благополучия человека и общества.

**Современное состояние проблемы исследования.** В настоящее время уже наметились контуры основных направлений перестройки в физическом воспитании профтехобразования, и успешность их реализации зависит от управленческих, экономических социальных и психолого-педагогических факторов. Одним из таких направлений является включение в программу по физическому воспитанию для учащихся профессиональных училищ дополнительных занятий, имеющих в основе истинно российский вид спорта — боевое самбо. Данная спортивная специализация соединяет в себе индивидуальные и коллективные интересы, развитие которых обеспечит социализацию и вхождение в самостоятельную трудовую деятельность учащихся под гарантированной защитой государственного образовательного учреждения. Происходит использование наиболее удачных приемов достижения целей физического совершенства: освоение ценностей спорта, формирование мотивации к занятиям, воспитание целеустремленности занимающихся, учет физкультурно-спортивных интересов и потребностей учащихся, дифференциации нагрузок. Гуманистическая и социальная роль спорта, его технологичность, интенсивность нагрузок находят свое продолжение в процессе совершенствования физической культуры – части общей культуры общества и выполняет функции социальной коррекции поведения и стиля жизни.

Одна из главных проблем учащихся профтехучилищ (ПУ) – это их социализация в процессе организованной спортивной физическое воспитания, являющейся наиболее эффективным способом включения в социальные отношения, чем просто организованная физкультурная деятельность, так как именно в спортивной деятельности формирование личностных характеристик получает более концентрированное выражение. Физическая культура и спорт должны способствовать подготовке здоровых, трудолюбивых рабочих к предстоящей профессиональной деятельности, помогать молодежи в освоении мастерства и повышать уровень профессиональной работоспособности.

Невысокая эффективность физического воспитания в профтехучилищах обусловлена рядом **противоречий**, среди которых заслуживающими особого внимания являются:

\* между огромными возможностями спорта в решении задач по

социализации учащихся профтехучилищ и отсутствием условий для реализации этого потенциала в практической деятельности образовательных учреждений, ориентирующих свою деятельность на подготовку рабочих физического труда;

\* между давно заявленной эффективностью конверсии спортивной подготовки в физическом воспитании и отсутствием методических разработок и спортизированных программ для учащихся ПУ;

\* между потребностями учащихся в освоении новых видов спорта в рамках физического воспитания и сложностью их реализации;

\* между необходимостью реального формирования и развития личности обучаемых в целом и наличием в практике физического воспитания формального подхода, существующего в училищах начального профессионального образования.

С учетом этих и других противоречий сделан выбор **темы** исследования: «Спортизированное физическое воспитание учащихся профессиональных училищ (на примере боевого самбо)», научная проблема которого сформулирована следующим образом: как осуществить перенос средств, объема и интенсивности спортивной подготовки боевого самбо в физическое воспитание учащихся ПУ, чтобы укрепить их здоровье и физическую подготовленность.

**Объект** исследования – процесс физического воспитания учащихся в учреждениях начального профессионального образования.

**Предмет** исследования – организация, содержание и условия спортизированного физического воспитания на основе конверсии спортивной подготовки боевого самбо в ПУ.

**Цель** исследования – разработать, теоретически обосновать и проверить на практике эффективность спортизированного физического воспитания на основе боевого самбо, направленного на повышение уровня физической подготовленности и здоровья учащихся ПУ.

В соответствии с проблемой, объектом, предметом и целью исследования решаются следующие **задачи**:

1. Осуществить теоретический анализ современного состояния физического воспитания в профессиональных училищах начального профессионального образования.

2. Определить педагогические условия, при которых спортизация физического воспитания будет эффективна.

3. Разработать программно-методическое обеспечение спортизированного физического воспитания на основе конверсии спортивной подготовки боевого самбо.

4. Экспериментально проверить эффективность спортизированного физического воспитания в ПУ по показателям физической подготовленности учащихся, изменения их ценностных ориентаций и поведения.

**Методы исследования:** теоретический анализ литературных источников, педагогические наблюдения, опытно-экспериментальная

работа, анкетирование, методы изучения физической подготовленности, методы математической статистики.

**Гипотеза исследования:** конверсия спортивной подготовки боевого самбо в физическом воспитании учащихся профтехучилищ положительно отразится на их физической подготовленности, здоровье и поведении **если:**

- обогатить содержание их физического воспитания за счет прикладных элементов боевого самбо;

- конверсионное планирование учебно-тренировочного процесса будет представлять не механический перенос, основанный на закономерностях спортивной тренировки, а перенос, ориентированный на прикладное направление для решения задач самозащиты, при этом объем и интенсивность тренировочной нагрузки будут дифференцированы, исходя из уровня технической и физической подготовленности учащихся;

- обеспечить поэтапность спортивной подготовки учащихся на основе последовательного перехода из спортивно-оздоровительной группы в группу начальной спортивной подготовки и далее – в учебно-тренировочную группу;

- заложить в основу взаимодействия «учитель-ученик», «ученик-ученик» традиции единоборств: честная борьба; неукоснительное соблюдение этических норм взаимоотношений: уважение к старшим, инициативность, самостоятельность;

**то тогда конверсия будет способствовать:**

- повышению уровня физической подготовленности и физического здоровья учащихся за счет интенсивности тренировочных нагрузок;

- повышению уровня физкультурно-спортивной образованности учащихся профессиональных училищ на основе их самопознания и саморазвития;

- развитию социально-значимых качеств личности: целеустремленности, самоконтроля, позитивного отношения к обучению;

- изменению ценностных ориентаций личности;

- социализации личности учащихся благодаря традициям спортивных единоборств.

**Теоретико-методологическую основу исследования** составили принципы системности, целостности, детерминизма, единства внешней и внутренней сторон деятельности, современные педагогические теории (Ш.А.Амонашвили, Б.З.Вульфов, Л.В.Занков, В.А.Караковский, З.А.Малькова, Л.И.Новикова, С.Д.Поляков, Н.Ю.Синягина, В.А.Сластенин и др.), работы по теории личности и деятельности (К.А.Абульханова-Славская, Б.Г.Ананьев, А.А.Бодалев, Л.С.Выготский, А.Н.Леонтьев, В.С.Мерлин, А.В.Петровский, С.Л.Рубинштейн, Д.Б.Эльконин, В.А.Ядов и др.), современные концепции конверсии спортивных технологий физического воспитания учащихся общеобразовательных школ (Л.П. Матвеев, В.К. Бальсевич, Л.И. Лубышева, В.П. Филин, М.Я. Набатникова, В.Г. Никитушкин, СВ. Малиновский); концепция контроля эффективности педагогического процесса (В.А. Булкин, М.А. Годик, В.М. Зациорский), работы по психологии развития (Л.И.Анциферова, А.В.Брушлинский, Л.И.Божович, И.В.Дубровина,

В.С.Мухина, В.В.Рубцов, В.И.Слободчиков и др.).

Поставленные задачи определили **ход исследования**, проведенного в несколько этапов в период с 2003 по 2007 год.

**Первый этап** (2003 - 2004 г.г.) был связан с изучением литературы по проблемам физического воспитания учащихся профессиональных училищ; началась разработка конверсионного планирования учебного процесса. Была сформулирована гипотеза, определены задачи исследования, уточнены ключевые понятия. Шел поиск социально-педагогических условий, условий педагогической деятельности, которые обеспечивали бы процесс социализации учащихся. Проводился констатирующий эксперимент по исследованию уровня физической подготовленности учащихся, их мотивации к занятиям, изучение ценностных ориентаций.

**На втором этапе** (2004-2006 г.г.) На основе результатов констатирующего эксперимента было расширено содержание опытной программы за счет конверсии спортивной подготовки боевого самбо, уточнялись объем и интенсивность тренировочных занятий, отбирались адекватные уровню технической подготовки учащихся средства и методы боевого самбо.

В качестве **опытно-экспериментальной базы исследования** выступила специализированная детско-юношеская школа по самбо и дзюдо, где тренерами - преподавателями разрабатывалось содержание программы по боевому самбо, где апробировались объем и интенсивность физической нагрузки. Работу курировала Свердловская областная федерация дзюдо с целью распространения и популяризации дзюдо и боевого самбо в городе и области. Затем в ГОУ НПО Свердловской области Березовское профессионально-техническое училище была внедрена опытно-экспериментальная программа дополнительных занятий боевым самбо, основанная на конверсии спортивной подготовки. Опытно-экспериментальной работой было охвачено 70 учащихся 16-17 лет.

В процессе внедрения был разработан и реализован вариант условий социализации учащихся, он послужили основой для осуществления спортизированного подхода в физическом воспитании учащихся профессиональных училищ.

Суть опытно-экспериментальной работы заключалась в выявлении условий социализации учащихся на основе применения спортизированного физического воспитания в виде боевого самбо.

Разработка учебной программы по боевому самбо для учащихся ПУ, а так же социально-педагогических условий социализации учащихся посредством занятий боевым самбо позволила сформировать практические рекомендации по их внедрению в аналогичные учебные заведения г. Екатеринбурга.

**Третий этап** (2005-2007 г.г.) был посвящен интерпретации результатов исследования, формулировке выводов, систематизации методического обеспечения социализации учащихся в процессе спортизированного физического воспитания. Полученные в результате

исследования материалы обобщены и оформлены в диссертацию.

### **Научная новизна:**

1. Наряду с традиционным эффектом конверсии спортивной подготовки, выражающимся в повышении уровня физической подготовленности, нами доказано ее положительное влияние на социализацию учащихся профтехучилищ по показателям: повышение интереса к занятиям физической культурой, повышение уровня самоанализа и самостоятельности, целеустремленности.

2. Доказаны возможность и педагогическая эффективность конверсии прикладных аспектов боевого самбо в физическое воспитание учащихся ПУ с целью повышения их физической подготовленности, уровня физического здоровья, изменения ценностных ориентаций учащихся, когда большее значение придается таким ценностям, как: ответственность, самоконтроль, аккуратность, образованность.

3. Разработаны средства прикладной направленности, ориентированные на решение задач самозащиты в процессе физического воспитания: приемы и защитные действия, подготовительные и специальные упражнения, сходные по координации с основным-изучаемым, тактические упражнения.

3. Выявлены условия, обеспечивающие эффективность спортизации физического воспитания с использованием боевого самбо:

- организация учебно-тренировочного процесса на основе традиций единоборств;
- соблюдение этапности в спортивной подготовке учащихся;
- соблюдение принципов спортивной тренировки: систематичности, постепенности, доступности, индивидуализации и дифференциации;
- акцентированное развитие силовых, скоростно-силовых, координационных способностей и выносливости учащихся.

### **Теоретическая значимость** исследования определяется:

- результатами исследования, которые дополняют теорию и методику физического воспитания в области социализации учащихся профтехучилищ за счет разработки методологических и организационно-методических основ построения системы занятий физической культурой на основе сравнительно нового для российского вида спорта - боевого самбо, учитывающих социальную и возрастную специфику учащихся;

- доказательствами влияния социально структурированной образовательной среды, построенной на специфике боевого самбо, на социализацию учащихся профтехучилищ;

- адаптированными подходами к организации дополнительных форм физического воспитания: тренировочных занятий, занятий по теории единоборств, эстетическому воспитанию в профессиональных училищах начального профессионального образования;

- в качественном изменении содержания физического воспитания учащихся ПУ за счет конверсии прикладных элементов спортивной

подготовки боевого самбо.

**Практическая значимость** исследования состоит:

- в разработке и апробации спортизированной программы по физическому воспитанию на основе боевого самбо для учащихся профтехучилищ;

- в полученных профессионально-прикладных навыках и умениях учащихся профессиональных училищ начального профессионального образования, которые они смогут использовать на службе в Армии, для освоения других профессий и специальностей, для своего физического и психического развития;

- в возможности использования практических рекомендаций по использованию вариантов социально-педагогических условий для успешной спортизации физического воспитания на основе боевого самбо учащихся ПУ;

- в процессе реализации спортивно-ориентированной программы на основе боевого самбо произошло объединение усилий Комитета по молодежной политике, органов опеки, инспекции по делам несовершеннолетних и УВД г.Екатеринбурга с целью разработки плана совместных мероприятий по предотвращению преступности.

**Достоверность и обоснованность** результатов исследования обеспечиваются опорой на современные концепции физического воспитания: конверсию спортивной подготовки и спортизацию физического воспитания, адекватностью теоретических и практических методов исследования его целям и задачам, разнообразием исследовательских процедур и приемов, их взаимосвязанностью, вариативным характером исследования и воспроизводимостью его результатов.

**Положения, выносимые на защиту:**

1. Учитывая повышенные требования к физической подготовленности и здоровью работников физического труда, необходимы качественные изменения содержания физического воспитания учащихся ПУ. Традиционная программа 1991 года морально устарела и ее изменение может быть осуществлено на основе конверсии истинно российского вида спорта – боевого самбо.

2. Перенос содержания и способов спортивной тренировки боевого самбо не должен быть механическим. В процессе его реализации необходимо учесть следующие условия:

- обеспечение при отборе тренировочных упражнений приоритета самозащиты от нападения в стрессовой ситуации реального боя с частичной соревновательной практикой;

- осуществление отбора технических средств – стоек, ударов, перемещений и т.л. по принципу повышенной сложности для учащихся;

- акцентированное развитие силовых, скоростно-силовых, координационных способностей и выносливости учащихся;

- соблюдение принципов спортивной тренировки: систематичности, постепенности, доступности, индивидуализации и дифференциации;

- организация учебно-тренировочного процесса на основе традиций единоборств.

### **Апробация и внедрение результатов исследования.**

1. Основные положения и результаты работы докладывались: на итоговом совещании во ВНИИ МВД России (г.Москва, 2005 г.); в ГУВД Свердловской области на совещании по итогам года (г. Екатеринбург, 2006 г); на всероссийской научно-практической конференции «Формирование здорового образа жизни населения» (г.Тюмень, 2006 г.); в Уральском юридическом институте МВД России на межрегиональной научно-практической конференции «Оборона и правопорядок» (г.Екатеринбург, 2007), на заседаниях кафедры теоретических основ физического воспитания Тюменского государственного университета.

**Структура диссертации.** Диссертация общим объемом в 172 страницы состоит из введения, трех глав, заключения, списка литературы, включающего 266 наименований. Работа содержит 7 таблиц, 8 диаграмм.

## **ОСНОВНОЕ СОДЕРЖАНИЕ РАБОТЫ**

**Во введении** к диссертации обосновывается актуальность проблемы, выбранной для изучения, формулируются цели, задачи исследования, определяются объект, предмет и гипотеза исследования, оценивается достоверность, приводятся научная новизна, теоретическая и практическая значимость исследования, приводятся положения, выносимые на защиту.

**Глава 1. Теоретические основы физического воспитания учащихся профессиональных училищ** посвящена теоретическому анализу и включает в себя историю образования и развития профессиональных училищ, исторический аспект становления физического воспитания, возможности боевого самбо как эффективной формы социализации учащихся профессионально-технических училищ.

Как самостоятельная ветвь народного образования система профессионально-технического образования возникает в развитых капиталистических странах Европы во второй половине 19 века, а в США после 1-й мировой войны (когда резко сократилось поступление квалифицированной рабочей силы из Европы).

На территории России первыми профессиональными техническими учебными заведениями были горнозаводские школы при Кунгурском, Алапаевском и Уктусском заводах Урала (1721), готовившие квалифицированных рабочих и мастеров. Однако профессиональное техническое образование (ПТО) получило широкое распространение в России лишь со второй половины 19 века, что было вызвано быстрым развитием капитализма.

С 60-х гг. 19 века передовые деятели ПТО развернули значительную работу по рационализации практического обучения ремеслу. Д.К.Советкин разработал оригинальную систему производственного обучения, получившую в России название «операционной», а за рубежом

– «русской» и оказавшую большое влияние на теорию и практику ПТО во всем мире.

Кабищев Э.А. одним из первых в своей диссертации исследовал физическое воспитание и спорт в системе ПТО в СССР в 1940-1970гг.

Винниченко А.А. в 1993 году изучил содержание воспитательной работы с педагогически запущенными детьми в условиях спортивного коллектива. Новизна исследования заключалась в разработке нестандартных приемов коррекции поведения трудных подростков на основе психолого-педагогической типологии. Впервые выявлены общие и специфические приемы воспитания педагогически запущенных детей, основанные на вовлечение в спортивную деятельность в секции вольной борьбы.

В 1986 году Зациорским Б.И. и Залетаевым И.П. выпущено практическое пособие «Физическая культура» для ПТУ. В нем на современном, для того времени, научном уровне излагается система знаний о целях, установках, задачах и содержании физического воспитания в ПТУ. Пособие содержало теоретические сведения о физической культуре и спорте, а также практический материал по видам физической подготовки (к разделам: легкая атлетика, гимнастика, лыжный спорт добавлены разделы: ритмическая гимнастика и ручной мяч).

В 1991 году Залетаев И.П. и Кабачков В.А. выпустили комплексную образовательную программу по физическому воспитанию, в которой особое внимание уделено разработке рекомендаций по самостоятельным занятиям учащихся физическими упражнениями. По их мнению, такие занятия не только дополняют уроки физического воспитания, но и способствуют развитию самостоятельности, внедрению физической культуры в быт учащихся. В этой связи в главах по практическим разделам (легкой атлетике, спортивным играм, гимнастике и др.) приведены специальные комплексы упражнений и методические рекомендации по их выполнению.

С 1991 года эта комплексная программа не пересматривалась и с тех пор является базовой в профтехобразовании. Социальные изменения, произошедшие в обществе, вносят свои коррективы и требуют модификации физического воспитания. К недостаткам этой программы можно отнести отсутствие задач, средств и методов развития личности занимающихся, методов укрепления здоровья; нет материала для подготовки учащихся к участию в соревнованиях по различным видам спорта и, как следствие, отсутствие возможности получения спортивных разрядов, спортивных результатов, что ведет к потере интереса к занятиям; отсутствию военно-прикладной направленности занятий по физическому воспитанию, при том что контингент профессионально-технических училищ - это допризывная молодежь.

В связи с этим мы фиксируем неблагоприятное состояние физического воспитания в училищах, которое проявляется в том, что: у учащихся

отсутствуют знания и положительный опыт занятий физической культурой и спортом, а также элементарные теоретические знания по здоровому образу жизни; отсутствуют цели в жизни, интерес к занятиям, появляется нежелание укреплять свое здоровье, исчезает привычка трудиться, появляются вредные привычки.

Изучив состояние проблемы, мы предлагаем с целью более успешного личностного становления учащихся в системе профтехобразования применять спортизированные программы, в нашем варианте - на основе боевого самбо и работать в трех возможных направлениях:

- оздоровительное направление средствами спортивного и боевого самбо (самозащиты) без соревновательной практики;
- спортивное направление (подготовка спортивного резерва на базах профтехучилищ), когда учащиеся-спортсмены готовы вести спортивные поединки с минимальными ограничениями против любых противников и представителей любых стилей единоборств;
- прикладное направление для решения задач самозащиты от нападения вооруженного противника в условиях стрессовой ситуации реального боя с частичной спортивно-соревновательной практикой.

В нашей работе мы выбираем третье направление и считаем, что именно прикладной потенциал физкультурно-спортивной деятельности в учебно-воспитательном процессе профессионально-технического училища будет значительно способствовать совершенствованию процесса развития физических качеств и социализации будущих рабочих.

К социально-значимым качествам личности мы относим: трудолюбие, творческую активность, целеустремленность, уважение к людям, коллективизм, осознание значимости своего труда для общества.

Под профессионально-значимыми качествами нами понимаются качества личности, влияющие на профессионализм, социальную активность, адаптацию к условиям деятельности и восстановление после трудового дня и относим к ним, в первую очередь, нравственно-волевые (гуманистическую направленность личности, настойчивость, смелость, психическую надежность); коммуникативно-личностные (коммуникативные: организованность, уверенность, установка на сотрудничество, готовность к помощи, сочувствие, обязательность, владение техникой общения, чуткость, отзывчивость и др.; лидерские: психологическая избирательность, способность заинтересовать людей, энергичность, чувство такта, требовательность, критичность и др.) и физические качества личности (сила, выносливость, гибкость, скорость).

Выделяя обучающую, воспитывающую и развивающую функции в физкультурно-спортивной деятельности профтехучилищ, используемой для личностного становления учащихся средствами спортизированного физического воспитания, мы опираемся на следующие *принципы*: системности; гуманизации; культуросообразности; субъектности деятельности; соответствия результатов подготовки специалистов требованиям, которые предъявляются конкретной сферой к их

профессиональной деятельности; содействия всестороннему и гармоничному развитию личности в профессии; связи физического воспитания с будущей профессиональной деятельностью и др.

Из всего спектра организованных *форм* нами были выбраны дополнительные занятия, включающие: теоретическую подготовку самбиста, практические умения и навыки – приемы самозащиты, формы контроля за уровнем технической, физической и тактической подготовки самбиста.

Занятия боевым самбо предполагают использование определенных *методов обучения*: метод объяснительно-иллюстративный – показ упражнений и объяснение техники; информационно-рецептивный – самостоятельное пробное выполнение двигательных действий; стандартно-повторный – многократное выполнение изучаемых двигательных действий в стандартных условиях; методы развития физических качеств – равномерный, повторный, интервальный. *Методы воспитания*: методы организации коллектива, методы убеждения, методы стимулирования.

К *средствам* обучения боевому самбо мы относим: упражнения для обеспечения техники (приемы и защитные действия); подготовительные упражнения (на группы мышц, принимающих участие в изучаемом упражнении); специальные упражнения для изучения техники (сходные по координации с основным - изучаемым); упражнения общей и специальной физической подготовки; тактические упражнения; рекреационные упражнения.

## **Глава 2. Методы и организация исследования.**

Методы исследования соответствовали каждому этапу эксперимента. *На первом этапе* проведенного исследования использовались следующие методы: анализ и обобщение данных научно-методической литературы, педагогические наблюдения за поведением учащихся и их внешней реакцией на физические нагрузки, анкетирование, методы тестирования физической подготовленности, математические методы обработки результатов исследования.

Нами было выявлено небольшое количество источников, раскрывающих влияние спортизированного физического воспитания на социализацию учащихся. В связи с этим к необходимости разработки спортизированного физического воспитания на основе боевого самбо добавилась необходимость поиска социально-педагогических условий, при которых процесс социализации учащихся профтехучилищ будет успешным. Для этого необходимо переструктурировать среду и, как вариант, мы предлагаем создать социокультурное пространство путем организации общественного органа «Совет командиров», открытие кадетского корпуса, создание разноуровневых групп для занятий боевым самбо в училище и т.д.

Нами изучалось содержание учебных программ боевого самбо для детско-юношеских школ, исследованы возможности конверсии (переноса) средств и методов спортивной тренировки в процесс физического воспитания

учащихся ПУ НПО. В процессе этой работы были решены две задачи. Первая - выбор учебного материала для обучения защите от нападения. Вторая – соответствие этого учебного материала возможностям занимающихся, т.к. в 16-17 лет подростков уже невозможно обучить тому, чем владеют дети, пришедшие в спорт в 10-12 лет.

Изучались также работы в области индивидуализации и дифференциации обучения: экспериментальные материалы, отражающие педагогические проблемы индивидуального и дифференцированного подхода в обучении единоборствам и развитии физических качеств. В результате этой работы мы определили, что средства для развития физических качеств подростков разного уровня подготовленности можно использовать одни и те же, но методы должны быть всегда разные.

Объектом педагогического исследования являлось также и поведение занимающихся (отношение их к тренировочному процессу, умение терпеть достаточно высокие физической нагрузки, скоростью освоения движений, поведение учащихся в момент взаимодействия с соперником). В результате наблюдения за поведением занимающихся мы сделали вывод о том, что не все учащиеся могут работать в условиях боевой схватки, т.е. чувствуют себя некомфортно, не хотят соревноваться и т.д. Для них были разработаны специальные комплексы упражнений, развивающие ведущие физические качества боевого самбо – скоростно-силовые, скоростные, силовую выносливость.

Для проверки эффективности занятий боевым самбо изучалось соотношение времени, отводимого на освоение двигательных навыков и развитие физических качеств, характер и величина тренировочной нагрузки. Использовались следующие способы педагогических наблюдений: хронометрирование (с целью определения общей и моторной плотности занятия), пульсометрия (с целью определения реакции организма учащихся на предлагаемую нагрузку и построения физиологической кривой серии тренировочных занятий). Эта работа позволила выстроить учебный процесс аналогично тренировочному, т.е. он был непрерывным, систематичным, имел посильную сложность средств и методов боевого самбо. А главное – он был развивающим!

Для оценки различных сторон физической подготовленности использовались тесты: бег 100 метров (для определения скоростных способностей); прыжки в длину с места, поднимание туловища из положения лежа за 30 секунд (скоростно-силовые способности); челночный бег 4x10м (координационные способности); подтягивание на перекладине (силовые способности); бег 1000м (выносливость).

Анкетирование (опросник М. Рокича) использовалось с целью изучения ценностных ориентаций. При изучении результатов анкетирования мы пытались уловить индивидуальную закономерность в выборе ценностей каждым учащимся, чтобы проследить процесс социализации учащихся в условиях спортизированного физического воспитания на основе боевого самбо.

*На втором этапе* проводилась опытно-экспериментальная работа. Опытно-экспериментальным фактором в работе явилось изучение влияния спортизированного физического воспитания на основе боевого самбо на уровень физической подготовленности и здоровья учащихся ПУ, изменение их ценностных ориентаций, поведения. Одним из условий проведения опытно-экспериментальной работы было сравнение начальных и конечных результатов опытных факторов экспериментальных групп. Учебный процесс строился в соответствии с базовой программой по физическому воспитанию для ПУ от 1991 года. Нововведение состояло в том, что дополнительные занятия проводились не в виде общей физической подготовки, а в виде спортизированного физического воспитания на основе боевого самбо. Кроме того, в связи с задачами работы создавались социально-педагогические условия (как вариант в нашем случае): введение дополнительных занятий (по изучению единоборств, воинских уставов, строевой и огневой подготовки, эстетическому воспитанию), достаточно высокие требования к тренировочному процессу, участие в соревнованиях с целью формирования навыков честной борьбы, создание кадетского корпуса, введение единой формы одежды, введение института младших командиров, осуществление постоянной связи с родителями.

*На третьем этапе* повторно использовалась оценка уровня развития физических качеств, анкетирования для определения динамики ценностных ориентаций учащихся, а также методы математической обработки данных.

### **Глава 3. Теоретическое и экспериментальное обоснование условий эффективности социализации учащихся в процессе спортизированного физического воспитания на основе боевого самбо**

Разработка социально-педагогических условий началась с изучения особенностей контингента обучающихся в профтехучилищах, условий обучения. Выявилась следующая ситуация. Уровень интеллектуального развития, уровень развития психических качеств и физической подготовленности – низкий. Преобладает неблагоприятная среда общения.

Согласно общим статистическим данным дети, пришедшие обучаться в ПУ из неблагополучных и малообеспеченных семей, составили – 44%; дети из семей с одним родителем – 34%; сироты – 1,5%, дети с ослабленным здоровьем – 65%; состоящие на учете в комиссии по делам несовершеннолетних – 6%; занимающиеся в спортивных секциях всего – 2%; занимающиеся в кружках, центрах творчества всего - 1%. Наличие вредных привычек (курение, алкоголь, наркотические средства) отмечено у 76% детей.

Большинство учащихся были вынуждены уйти из школы из-за низкой успеваемости и искусственно созданного негативного отношения со стороны преподавательского состава. Большинство подростков входит в антисоциальные группы, не имеющие общественно-значимых целей.

Проведенная диагностика психологических особенностей профессионального становления учащихся 1-го курса показала, что у подавляющего большинства сформирована психологическая установка на обучение как вынужденный или облегченный вариант получения образования, преобладает негативное отношение к учению вообще и к образовательным предметам, в частности, большинство имеет отдаленное представление о выбранной профессии. Помимо этого многие из первокурсников не умеют учиться, это выражается в неразвитости основных учебных умений, а отсюда – боязнь быть непонятыми, осмеянными товарищами. Слабо развито или деформировано умение самовыражаться, строить отношения с окружающими людьми.

Свои психолого-педагогические особенности имеют учащиеся 2-го и 3-го курсов. Поэтому на каждом этапе обучения реализация конверсионной модели спортивной подготовки боевого самбо осуществлялась нами в три этапа: первый год обучения в спортивно оздоровительной группе (СОГ); 2-ой год обучения в группах начальной подготовки (ГНП); 3-ий год обучения в учебно-тренировочных группах (УТГ).

Основная цель спортивной подготовки боевого самбо – способствовать повышению уровня физической подготовленности и технического мастерства учащихся, а также их социализации.

С целью реализации спортивной подготовки боевого самбо в физическое воспитание профессионального училища, являющегося опытно-экспериментальной площадкой, были выполнены следующие организационные условия: на базе училища создан кадетский корпус, введена единая форма одежды, введен институт младших командиров, создан общественный орган «Совет командиров», введены дополнительные факультативные занятия (по изучению единоборств, воинских уставов, строевой, огневой подготовке, юридической подготовке, эстетическому воспитанию), увеличено количество часов на физическое воспитание (4 часа в неделю), разработана учебная программа по физическому воспитанию на основе боевого самбо, разработан план совместных мероприятий с УВД г.Екатеринбурга, комитетом молодежи, органами опеки, инспекции по делам несовершеннолетних.

Создание организационных условий позволило нам выявить педагогические условия реализации конверсионной модели: в связи с тем, что боевое самбо – это вид ударных, контактных единоборств, одним из главных условий является педагогическая компетентность тренера-преподавателя; наличие необходимой материально-технической базы; постоянная связь с родителями для получения достоверной информации о ребенке; достаточно высокие требования к тренировочному процессу, выраженные в тестах по общей и специальной физической подготовке; обязательное посещение всех учебно-тренировочных занятий; участие в соревнованиях с целью формирования навыков честной борьбы;

соблюдение дисциплины и правил поведения в соответствии с требованиями общества; создание обстановки престижа занятий единоборствами; привитие цивилизованных навыков публичного поведения.

Далее нами была разработана образовательная программа по физическому воспитанию, основанная на спортивной подготовке боевого самбо в ПУ, отличающаяся специфической установкой на изучение техники и тактики боевого самбо в условиях данного учебного заведения и рассчитанная на три этапа: обучения в спортивно оздоровительной группе, в группах начальной подготовки и обучения в учебно-тренировочных группах.

Программный материал построен на формировании мотивации достижения успеха, т.к., создав устойчивую внутреннюю мотивацию к спортивной деятельности, тренер приобретет надежного союзника в лице воспитанника. В связи с этим реализация учебной программы предусматривала следующие этапы: *мотивационный (установка на деятельность)* - тренер - преподаватель формирует у занимающихся мотив достижения успеха. Ситуация успеха, связанная с мотивационной сферой, на данном этапе определяется в основном психологическими аспектами индивидуальности ребенка; *операционный (обеспечение деятельности)* – тренер дает учащемуся задания, учитывающее его психофизиологические особенности; *результативный этап (сравнение предполагаемой оценки с реальной)* – занимающийся корректирует свою деятельность при помощи учителя: его осознанное отношение к итогам должно стать стимулом к предстоящей деятельности. Тренер делает прогнозы на будущие спортивные достижения занимающихся.

Созданные социально-педагогические условия позволили существенно изменить традиционное содержание учебной программы и включить в нее новые разделы: «Система упражнений боевого самбиста», «Анализ техники», «Правила соревнований и судейство» - 1 курс; «Техника и тактика боевого самбо», «Психологические качества боевого самбиста», «Правомерность применения приемов самбо» - 2 курс; «Управление процессом спортивного совершенствования», «Технико-тактическая подготовка борца. Методы соревновательной и тренировочной деятельности» - 3 курс.

Кроме того, в спортизированной программу были включены новые для учащихся ПУ формы занятий: «Методические и семинарские занятия», «Учебно-тренировочные занятия», «Самостоятельная работа».

**Содержание программы** включало в себя: **на 1 курсе:** упражнения техники (приемов и защит); подготовительные, подводящие и специальные; упражнения общей психологической подготовки и тактические.

Анализ техники самими учащимися состоял в: определении положения общего и индивидуального проекций центра тяжести при выполнении технических действий; определении способов выполнения бросков, выводя центр тяжести противника за границу площади опоры; определении способа выполнения броска, выводя проекцию своего центра тяжести за границу

площади опоры; выполнении броска с отрывом противника от ковра (решение задач на приложение усилий – определение коэффициента устойчивости); выполнении ударной техники по снарядам (боксерский мешок, лапы, макивары) на месте; выполнении ударной техники в парах, на месте и в перемещениях; выполнении перемещений по коврику с выполнением движений вперед, назад, в сторону; приложение сил при выполнении болевых приемов и ударов.

При освоении темы «Правила соревнований и судейство» учащиеся выполняли обязанности судей при проведении: взвешивания, жеребьевки, составления порядка пар по различным системам соревнований, определении результатов первенства, изучении терминологии и жестов судей.

**На 2 курсе:** специальные упражнения страховки партнера при выполнении: бросков захватом ног, «мельницей», подножек, подсечек, подхватов, зацепов, обвивом, через голову, через спину, бедро, прогибом; болевых приемов на руки, на ноги; удержаний; упражнений с партнером; приемы самозащиты: освобождение от захватов, защита от ударов, огнестрельного оружия.

По теме «Тактика борьбы» на втором курсе проводится дискуссия по вопросам: тактический ход, тактический вариант, тактическая комбинация; разновидности тактического плана для различных ситуаций; виды маскировки техники (финты), физических качеств, морально-волевых качеств в различных по масштабу видах тактики (выполнение приема, схватка, соревнования); виды маневрирования в различных по масштабу тактических планах; виды подавления в различных по масштабу тактических планах.

По теме «Психологические качества боевого самбиста» на практических занятиях выполняются упражнения для развития общей и специальной смелости: падение с высоты, схватки с сильным, но менее опытным противником, спарринги в тренировочном режиме с разными соперниками. Упражнения для общей и специальной выдержки: на задержку дыхания, вис на одной руке, схватки на защиту от болевых приемов. Упражнения для настойчивости, инициативности и выдержки.

При изучении темы «Правомерность применения приемов самбо» учащимися осваиваются вопросы: уголовное законодательство и применение приемов самозащиты и атаки. Пределы необходимой обороны. Возможность применения приемов с целью защиты чести и достоинства граждан от преступных посягательств. Уголовная ответственность за применение приемов ударной и бросковой направленности.

**На 3 курсе:** По теме: «Управление процессом спортивного совершенствования» - документы планирования годичной тренировки и ее содержание; подготовка отдельного учебно-тренировочного занятия; планирование тренировки в недельном микроцикле; содержание конспекта занятий.

По теме: «Технико-тактическая подготовка боевого самбиста. Методы тренировочной и соревновательной деятельности» - разбор наиболее

сложных приемов и защит по боевому самбо после самостоятельного изучения учащимися; приемы и защиты из программы групп начальной подготовки и групп учебно-тренировочных; схватки на технику; освоение навыков выполнения тактических действий из программы ДЮСШ по боевому самбо; освоение основных правил составления тактики и ее проверки в схватках; виды и приемы самозащиты: от захватов, от ударов, от нападения группы, от оружия.

В процессе исследования изучался уровень физической подготовленности учащихся, степень их социализации, уровень успеваемости, их отношение к обучению и поведение. Педагогический контроль за успеваемостью учащихся включал в себя: количество пропущенных занятий без уважительной причины; средний учебный балл по итогам учёбы за полугодие, за год и социальная ориентация к будущей жизни.

После окончания опытно-экспериментальной работы у испытуемых достоверно увеличились результаты в тестах на скоростно-силовые качества (тест – подъем туловища к ногам за 30 секунд), силовые качества (подтягивание на перекладине), скоростные качества (бег 100 метров), выносливость (бег 1000 метров), координационные способности (челночный бег 4x10 метров). Полученные результаты указывают на то, что в результате освоения учащимися спортизированной учебной программы на основе боевого самбо у них произошло активное развитие **ведущих физических качеств** вида спорта – **боевого самбо**: скоростно-силовых, силовых и скоростных.

В результате опытно-экспериментальной работы мы определили ценностные ориентации у учащихся с помощью опросника Рокича, адаптированного Д.А. Леонтьевым. При рассмотрении изменений инструментальных ценностей можно сделать вывод, что неизменными в количественном отношении остаются такие ценности, как чуткость, смелость в отстаивании своих интересов, воспитанность, независимость, эффективность в делах, большее значение начинает придаваться ответственности, самоконтролю, аккуратности, образованности; происходит и уменьшение таких параметров, как высокие запросы, непримиримость, рационализм.

Анализируя полученные результаты, мы пришли к выводу, что в ходе обучения происходит переоценка ценностей. Так, большее значение учащиеся начинают придавать продуктивной жизни, интересной работе, любви, счастью других, познанию и здоровью, а меньшее значение – развлечению, творчеству, активной деловой жизни.

В повышении эффективности физического воспитания большое значение имеет умение самостоятельно выполнять физические упражнения. В начале опытной работы умели самостоятельно выполнять физические упражнения 56% учащихся, а в конце – 72%.

Количество учащихся, отслеживающих свои изменения в

показателях физических качеств, возросло в ходе педагогического эксперимента почти в два раза, т.е. на 40%.

Наблюдается небольшая динамика в сторону увеличения количества учащихся, которые задумываются над своим здоровьем и физическим состоянием.

В процессе реализации экспериментальной учебной программы посещаемость учащимися дополнительных учебных занятий повысилась с 32% до 92%.

В процессе опроса было выявлено, что количество учащихся, которые часто смотрят спортивные передачи, возросло на 20%, регулярно читающих научно-популярную литературу о физической культуре и спорте увеличилось на 12%, иногда читающих - на 8%.

В целом, улучшилась общая атмосфера в училище, позитивное отношение к занятиям боевым самбо отразилось на общей успеваемости учащихся, уменьшился их отсев.

**Анализ материалов проведенного исследования позволяет сделать следующие выводы:**

1. Анализ специальной литературы, существующих методических материалов и программ по физическому воспитанию учащихся в профтехучилищах показал, что в них отсутствуют виды занятий по выбору, дополнительные формы занятий (секционные занятия) представлены не по видам спорта, а в виде занятий общефизической подготовкой, нет рекомендаций по осуществлению дифференцированного подхода к занимающимся, нет материала по формированию здорового образа жизни и соответственно нет критериев оценки уровня физического здоровья учащихся. Из этого можно заключить, что у учащихся профтехучилищ сегодня отсутствуют знания и опыт занятий физической культурой и спортом, элементарные знания о формировании здорового образа жизни, отсутствуют цели в жизни, интерес к занятиям, наблюдается нежелание укреплять свое здоровье, отсутствие привычки трудиться и, к сожалению, наличие вредных привычек.

2. Нами определены три возможных направления использования спортизированных программ в физическом воспитании учащихся ПУ НПО: а) *оздоровительное направление* – без соревновательной практики; б) *спортивное направление* – подготовка спортивного резерва на базах ПУ НПО; в) *прикладное направление* – для решения задач самозащиты от нападения вооруженного противника в условиях стрессовой ситуации реального боя с частичной соревновательной практикой.

3. Нами доказано положительное влияние конверсии спортивной подготовки на основе боевого самбо в физическое воспитание учащихся профтехучилищ на их социализацию по показателям: повышение уровня самоанализа, самостоятельности, целеустремленности; а также по динамике ценностных ориентаций – ответственности, самоконтролю, аккуратности, образованности.

Доказан эффект применения боевого самбо, выраженный в улучшении

показателей развития ведущих физических качеств этого вида спорта у учащихся: силы, силовой выносливости, скоростных и скоростно-силовых качеств, а также координационных способностей.

4. В результате создания социально-педагогических условий для внедрения спортизированной программы на основе боевого самбо в физическое воспитание учащихся профтехучилищ мы пришли к выводу, что у учащихся произошла переоценка ценностей: большее значение они начали придавать продуктивной жизни, интересной работе, любви, счастью других, познанию и здоровью, а меньшее значение - развлечению, творчеству, активной деловой жизни.

Разработанный нами вариант социально-педагогических условий реализации спортизированной программы на основе боевого самбо может быть использован в других ПУ.

Кроме того, улучшилась посещаемость учащимися занятий по физическому воспитанию, повысился интерес к ним. 80% учащихся испытывают удовлетворение от занятий, почти половина ежедневно выполняет утреннюю зарядку, 72% научились самостоятельно выполнять специальные упражнения, увеличилось количество учащихся, знающих свой организм, большинство знает как развить ведущие физические качества самбиста, увеличилось количество читающих научно-популярную литературу.

В целом улучшилась атмосфера в училище, позитивное отношение учащихся к занятиям боевым самбо отразилось на повышении их общей успеваемости, уменьшился их отсев.

**Основные положения диссертационного исследования отражены в следующих публикациях:**

1. Зеленов Ю.Н. Методология обучения двигательным действиям в единоборствах / С.В. Степанов, Ю.Н.Зеленов // Вестник УГТУ-УПИ № 10(81). Серия «Образование и воспитание. Экономика и управление физической культуры и спорта, Современные проблемы развития физической культуры и спорта», выпуск № 6, т.1.- Екатеринбург: Изд-во УГТУ-УПИ, 2006. - С.484-495 (авторских 6 с.) **(издание рекомендовано ВАК)**.
2. Зеленов Ю.Н. Соотношение средств специальной и общей физической подготовки в единоборствах / Ю.Н.Зеленов // Сборник научных трудов серия «Образование и воспитание». Экономика и управление физической культуры и спорта. Современные проблемы развития физической культуры и спорта, выпуск 7. – Екатеринбург: Изд-во УГТУ-УПИ, 2007. С. 83-87.
3. Зеленов Ю.Н. Модельные характеристики системы многолетней подготовки в единоборствах (карате) / С.В. Степанов, Ю.Н.Зеленов// Сборник научных трудов серия «Образование и воспитание». Экономика и управление физической культуры и спорта. Современные проблемы развития физической культуры и спорта, выпуск 7. – Екатеринбург: Изд-во УГТУ-УПИ, 2007. С. 88-

- 100 (авторских 6 с.).
4. Зеленов Ю.Н. Актуальные вопросы психолого-педагогического сопровождения воспитательной работы в высшем профессиональном образовании / Ю.Н.Зеленов // Сборник научных трудов серия «Образование и воспитание». Экономика и управление физической культуры и спорта. Современные проблемы развития физической культуры и спорта, выпуск № 7. – Екатеринбург: Изд-во УГТУ-УПИ, 2007. С. 101-107
  5. Зеленов Ю.Н. Особенности педагогической системы в учреждениях НПО/ С.В.Степанов, Е.В. Головихин, Ю.Н.Зеленов // Учебно-методическое пособие. Екатеринбург: Изд-во УГТУ-УПИ, 2007.-62 с. (авторских 34 с.)
  6. Зеленов Ю.Н. Боевое самбо / С.В.Степанов, Е.В.Головихин, Ю.Н.Зеленов // Учебно-методическое пособие. Екатеринбург: Изд-во УГТУ-УПИ, 2007.-65 с. (авторских 29 с.)
  7. Зеленов Ю.Н. Легкая атлетика (СОГ) возраст 6-17 лет./ С.В.Степанов, Е.В.Головихин, Ю.Н.Зеленов // Учебно-методическое пособие. Ульяновск: Изд-во «Беркут», 2007.- 32 с. (авторских 14 с.)
  8. Зеленов Ю.Н. Педагогические условия формирования ценностных ориентаций на здоровьесбережение в процессе занятий с юными самбистами / Ю.Н.Зеленов // Учебно-методическое пособие.- Екатеринбург: Уральский филиал «АНГОП», 2006. – 24с.