

различиями результатов прироста в большинстве показателей экспериментальной группы ($P < 0.05$). Наиболее подвержены целенаправленной коррекции следующие физические качества: целевая точность (тест «Метание баскетбольного мяча через сторону в вертикальную цель») 29.4 % ($P < 0.05$), силовая выносливость (тест «Подтягивание в висе на высокой перекладине») 16.9 % ($P < 0.05$), скоростно-силовые качества мышц брюшного пресса (тест «Поднимание ног в положении лежа на спине за 10 сек») 14.2 % ($P < 0.05$).

7. Результаты проведенной опытно-экспериментальной работы показали, что разработанные модельные характеристики являются эффективным средством этапного педагогического контроля, позволяют своевременно выявлять отстающие стороны физической подготовленности юного спортсмена, служат основой индивидуализации физической подготовки спортсменов-городошников 10–15 лет и могут использоваться в учебно-тренировочном процессе подготовки городошников.

Поступила в редакцию 14.12.2006

Литература

1. Духанин В.М. Городошный спорт. Краснодар, 2004.
2. Верхошанский Ю.В. Основы специальной физической подготовки спортсменов. М., 1988.
3. Завьялов А.И., Миндиашвили Д.Г. Биопедагогика или спортивная тренировка. Красноярск, 1992.
4. Зацюрский В.М. Спортивная метрология: Учеб. для ин-тов физ. к-ры. М., 1982.

УДК 796.01:61; 796.01:57

В.Э. Бельц

ФОРМИРОВАНИЕ МОТИВАЦИОННО-ЦЕННОСТНОГО ОТНОШЕНИЯ ДЕТЕЙ И ПОДРОСТКОВ К ФИЗИЧЕСКОЙ КУЛЬТУРЕ С ПОМОЩЬЮ КАРАТЭ-ДО

Томский государственный педагогический университет

Проблема сохранения здоровья детей стала не только медицинской, но и педагогической. У большинства детей не сформировано положительное отношение к физической культуре, они не приучены систематически заниматься физическими упражнениями, не информированы должным образом о решающей роли образа жизни человека в сохранении и укреплении его здоровья. В то же время физическое воспитание является наиболее эффективным и универсальным средством укрепления здоровья детей.

Последняя четверть XX столетия ознаменовалась широкомасштабным развитием идей целостности человека в теории и практике физической культуры. В работах В.К. Бальсевича, И.М. Быховской, М.Я. Виленского, В.М. Выдрина, Л.И. Лубышевой, Ю.М. Николаева, В.И. Столярова и др. отмечается, что физическое воспитание, воздействуя на биологическую сферу организма человека, одновременно влияет на формирование его личности, что в его процессе могут и должны решаться задачи интеллектуального, эстетического, духовно-нравственного развития. Однако для того чтобы человек мог освоить и воспользоваться ценностями физической культуры, необходима активная позиция самого человека.

Процесс становления физической культуры личности характеризуется отношением к данному явлению, поэтому формирование физической культуры личности – это прежде всего воспитание отношения к ней. Для успеха в учебно-воспитательном процессе значимо то отношение, которое основывается на внутренних потребностях – мотивах и освоении знаний, умений и навыков – ценностях [1, 2].

В реализации содержания образовательного процесса по физическому воспитанию необходимо учитывать, что духовность и нравственность являются важнейшими базовыми характеристиками личности, а следовательно, воспитание у ребенка ценностных отношений к физической культуре должно начинаться с обретения им духовных ценностей.

Работая с большим контингентом детей разного возраста (в спортивном клубе-каратэ-до «Орион» ДДТ «У Белого озера», гимназии № 24 г. Томска), мы пришли к убеждению, что проблему формирование мотивационно-ценностного отношения детей и подростков к физической культуре можно решать с помощью занятий каратэ-до.

Каратэ-до – древнейшее воинское искусство, зародившееся на острове Окинава. Это учение – сложный комплекс духовной и физической культу-

ры, это многовековые традиции борьбы, находящиеся в непрерывном развитии. Самопознание в процессе освоения воинских искусств обостряло восприимчивость человека к прекрасному, к живой природе, к искусству. Настоящий мастер должен в равной степени владеть мечом и кистью, знать чайную церемонию и искусство аранжировки цветов.

Каратэ-до, практикуемое ныне, представляет собой сложную систему психофизического тренинга и объединяет в себе и духовную дисциплину, и оздоровительную систему, и предмет самообороны, и спорт [3].

Учитывая вышесказанное, в целях доказательства жизнеспособности и результативности программы «Каратэ-до» и ее реализации было проведено ряд психолого-педагогических исследований.

Цель исследования: определить влияние занятий каратэ-до на формирование мотивационно-ценностного отношения детей и подростков к физической культуре.

Организация и методы исследования. В исследовании приняли участие 50 подростков в возрасте от 12 до 15 лет. Педагогические наблюдения проводились в условиях учебно-тренировочных занятий и соревновательной обстановке. Для решения задач исследования были использованы следующие методы научного познания: теоретический анализ философской, психолого-педагогической литературы по проблеме исследования; педагогические наблюдения и эксперимент; контрольное тестирование; анкетирование.

Результаты исследования. На основании анализа литературных источников мотивационно-ценностное отношение к физической культуре определено как совокупность явлений, побуждающих к активной деятельности в этой сфере в соответствии с внутренними потребностями и внешними условиями (мотивами), и общественно сложившихся понятий, приобретающих личностную значимость (ценность). Содержание мотивационно-ценностного отношения отражает конкретные мотивы и ценностные ориентации [4, 5].

Педагогическими условиями формирования ценностных отношений детей к физической культуре выступали: формирование ценностных отношений у детей к физической культуре на основе лично ориентированного подхода; обеспечение педагогического взаимодействия «образовательное учреждение – семья»; формирование высокого уровня физической культуры личности в результате физкультурной деятельности воспитанника в образовательном учреждении (на занятиях и мероприятиях), в семейном кругу (целенаправленные беседы, личный пример родителей, долговременные домашние задания, стиль жизни в семье), а также в повседневной жизнедеятельности (в социу-

ме); опора образовательного процесса физического воспитания на систему лично значимых духовно-нравственных ориентиров, которые обуславливают содержание жизнедеятельности каждого человека (сохранение здоровья для создания семьи, выполнения долга перед родителями, Родиной).

Наиболее значимыми в формировании ценностных отношений детей и подростков к физической культуре были определены: материальные ценности (спортивные сооружения, инвентарь для физкультурно-спортивной деятельности, предметы искусства); исторические ценности (истории великих спортивных побед, становление видов спорта, деятельность выдающихся людей в области физической культуры); ценности – общественные отношения (к спорту, к здоровью, к персоналиям-носителям физической культуры); информационные ценности (публикации, трансляции в СМИ); физические ценности (физическое развитие, состояние организма в процессе физкультурно-спортивной деятельности); духовно-нравственные ценности (наличие высокого духовного идеала; жизненная установка на служение благородным целям: Отечеству, ближним; эстетическое отношение к миру; следование принципам гуманизма, справедливости, чести; стремление к саморазвитию; принятие объективных ценностей физической культуры); психические ценности (знания о двигательной активности, функционировании организма человека, способах здоровьесбережения; межличностное общение; личное самоутверждение).

Особенностями образовательного процесса выступали: систематическое диагностирование уровня физической подготовки и функционального состояния организма обучаемых; физическое воспитание с ориентацией на индивидуальные особенности каждого ребенка; целенаправленное духовно-нравственное воспитание посредством приобщения детей к ценностям физической культуры; интеллектуальное развитие ребенка и формирование навыков здорового образа жизни; обеспечение атмосферы эмоционального благополучия каждого занимающегося; активное взаимодействие с семьей в решении вопросов физического воспитания и физического самовоспитания ребенка вне учебного процесса.

Опора образовательного процесса на систему целевых духовно-нравственных ориентиров выступает здесь важным педагогическим условием эффективного становления формируемых ценностных отношений.

О влиянии экспериментальных педагогических условий можно судить по изменениям показателей детей экспериментальных групп.

Основными направлениями психолого-педагогических исследований нами определено изучение:

1) сформированности двигательного компонента,

2) мотивации достижения успеха и избегания неудач,

3) ценностных ориентаций.

Для проведения формирующего эксперимента были задействованы две группы подростков по 25 человек в возрасте от 12 до 15 лет.

Экспериментальная группа – подростки, занимающиеся 3-й год в секции каратэ-до в Доме детского творчества «У Белого озера» г. Томска.

Контрольная группа – подростки, занимающиеся также в секции каратэ-до в школе № 11 (г. Томск), не занимающихся по авторской программе «Каратэ-до» педагога дополнительного образования В.Э. Бельц.

Исследование проводилось в четыре этапа (2003–2006 гг.).

Первый этап – *диагностический*.

Входная диагностика групп осуществлялась в течение двух месяцев (сентябре-октябре).

На данном этапе использовались следующие методики: тесты двигательной подготовленности; тесты «Мотивация достижений», «Мотивация из-

бегания неудач»; методика «Ценностные ориентации» (М. Рокич).

Второй этап – *формирующий*.

Проводилась апробация программы спортивной секции каратэ-до на базе ДДТ «У Белого озера».

Третий этап – *диагностический*.

Повторная диагностика в конце учебного года с использованием тех же методик.

Четвертый этап – *анализ и интерпретация результатов исследования*.

В ходе эксперимента были протестированы две группы подростков третьего года обучения.

Результаты исследования двигательной подготовленности

Отбор тестов для изучения уровня физической подготовленности испытуемых проводился с учетом имеющихся в литературе рекомендаций [6, 7]. Применяемые тесты характеризовали различные стороны физической подготовленности учащихся: прыжок в длину с места, см; бег 30 м, 100 м челночный бег, 5×10 м, с; бег 1000 м, с; подтягивание на высокой перекладине, кол-во раз; наклон вперед из положения стоя, ноги вместе (см. табл. 1).

Таблица 1

Оценка уровня физической подготовленности подростков контрольной и экспериментальной групп, зарегистрированного в начале и конце учебного года, %

№	Тест	Контрольная						Экспериментальная					
		Уровень											
		низкий		средний		высокий		низкий		средний		высокий	
Н	К	Н	К	Н	К	Н	К	Н	К	Н	К	Н	К
1	Бег 100 м	23.0	15.3	59.3	51.0	17.7	23.7	24.0	17.6	60.1	56.0	15.9	26.4
2	Бег 1000 м	34.7	26.6	56.3	57.6	9.0	15.8	33.7	26.4	55.4	58.8	10.9	14.8
3	Прыжок в длину с места	18.1	17.6	72.2	72.6	9.7	9.8	17.8	17.1	70.2	72.9	12.0	10.0
4	Подтягивание на перекладине	59.3	34.8	34.5	43.4	6.2	21.8	56.8	8.8	34.0	61.8	9.2	29.4
5	Наклон из положения стоя, ноги вместе	54.3	29.4	34.1	51.7	11.6	18.9	54.1	23.6	33.3	53.6	12.6	22.8

Н – начало года, К – конец года.

В начале исследования наиболее доступными видами испытаний для большинства испытуемых являлись бег 100 м и прыжки в длину с места, где низкий уровень был зарегистрирован у 24.0 и 17.8 %, средний – у 60.1 и 70.2 %, а высокий – у 15.9 и 12.0 % подростков. Наиболее трудными тестами являлись: бег 1000 м, подтягивание на высокой перекладине и упражнения на гибкость. В этих видах испытаний низкий уровень подготовленности был зафиксирован у 33.7, 56.8 и 54.1 %; средний – у 55.4, 34.0 и 33.3 %; высокий – у 10.9, 9.2 и 12.6 % учащихся.

Исследования показали, что систематические занятия физическими упражнениями по программе каратэ-до способствовали повышению уровня физической подготовленности большинства испытуемых. Число подростков с низким уровнем в этих же видах испытаний сократилось и составило 17.6,

26.4, 17.1, 8.8 и 23.6 %. Возросло и количество подростков с высоким уровнем в среднем на 20.7 %.

Таким образом, результаты проведенных исследований свидетельствуют о следующем:

– физическая подготовленность большинства учащихся, приступивших к занятиям в начале учебного года, характеризуется низкими показателями. В основном преобладает тип подростков с низким (36.9 %) и средним (50.6 %) уровнем физической подготовленности. Наиболее низкие результаты показаны в видах испытаний, требующих проявления общей выносливости, силы и гибкости;

– систематические занятия физическими упражнениями, с основной направленностью на развитие отстающих двигательных качеств, способствуют улучшению всех изучаемых показателей. Наиболее существенные положительные изменения к концу

года произошли в беге на 100 м, силовых показателях, что объясняется использованием в программе учебно-тренировочных занятий большого объема средств из разделов легкой атлетики, спортивных игр и силовой подготовки.

Результаты исследований мотивации

Для изучения изменения уровня мотивации применялись тесты Элерса «Мотивация достижений» и «Мотивация избегания неудач» [8].

Результаты исследования представлены на диаграммах (рис. 1 и 2).

Снижение уровня мотивации избегания неудач и увеличение мотивации уровня достижения успеха говорит о положительном влиянии обучения по экспериментальной программе. В контрольной группе изменения были незначительными.

Результаты исследований ценностных ориентаций

На диагностирующем этапе эксперимента были изучены ценности подростков экспериментальной и контрольной групп. Это позволило определить, на какие ценности ориентируются подростки, какие из них являются ключевыми (табл. 2).

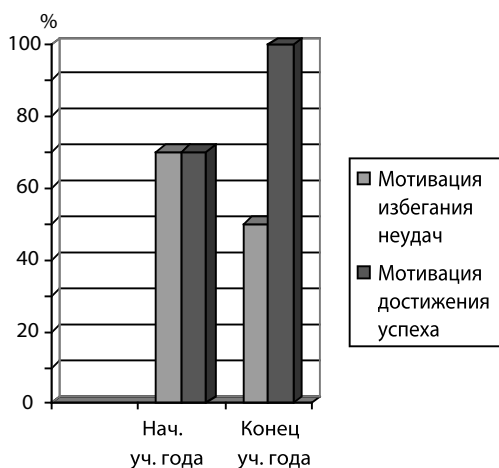


Рис. 1. Экспериментальная группа

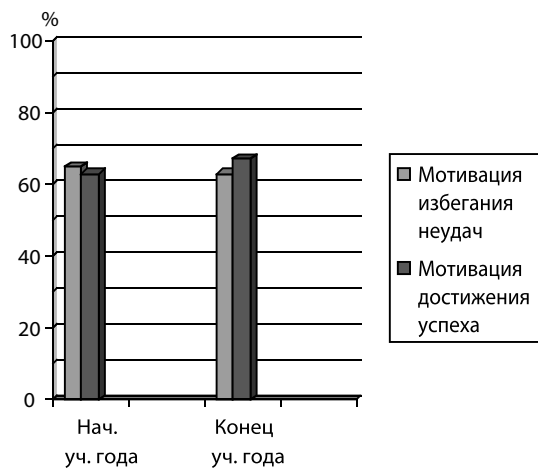


Рис. 2. Контрольная группа

В первые пять из девяти ранговых мест инструментальных ценностей (убеждение в том, что какой-то образ действий или свойства личности является предпочтительным в любой ситуации) вошли следующие наиболее важные ценности:

1. Сила и ловкость позволяющая постоять за себя и других.
2. Умелое владение приемами каратэ-до.
3. Твердая воля (умение настоять на своем, не отступать перед трудностями).
4. Смелость в отстаивании своих взглядов, мнений.
5. Непримируемость к недостаткам в себе, в других.

Следующие 6–9-е ранговые места получили:

Самоконтроль (сдержанность, самодисциплина), рационализм (умение здраво и логично мыслить, принимать обдуманные, рациональные решения), самообладание (умение владеть собой в различных ситуациях), воспитанность (хорошие манеры поведения).

В целом, рассматривая иерархию ценностей, выстроенную подростками можно отметить недооценку таких качеств личности, как воспитанность, самообладание, самоконтроль, и предпочтение силе, умелому владению приемами каратэ-до, смелости. Что соответствует современным тенденциям развития детей и подростков, не понимание содержания и смысла таких ценностей, как воспитанность, самоконтроль, самообладание.

В первые пять из девяти ранговых мест терминальных ценностей (убеждение в том, что какая-то конечная цель индивидуального существования стоит того, чтобы к ней стремиться) вошли следующие наиболее важные ценности:

1. Наличие хороших товарищей в клубе.
2. Общение с ребятами по клубу и педагогами.
3. Общественное признание, уважение окружающих.
4. Развлечение (приятное времяпрепровождение).
5. Продуктивная жизнь (максимально полное использование своих возможностей, сил, способностей).

Следующие 6–9-е ранговые места получили:

– Интересный вид спорта, активная спортивная жизнь (полнота и эмоциональная насыщенность жизни), здоровье (физическое, психическое), развитие личностных качеств (физическое, духовное).

– Данная иерархия ценностей, занявших первые пять мест, определяет высокую значимость общения с друзьями, приятного времяпрепровождения, общественного признания и недооценку развития личностных качеств и укрепления здоровья.

Сравнение ценностей сферы подростков контрольной и экспериментальной группы в динамике на начало и конец учебного года показывает транс-

Таблица 2

Динамика ценностных ориентаций экспериментальной и контрольной групп подростков

№	Ценность	Экспериментальная		Контрольная	
		Н	К	Н	К
Инструментальные ценности					
1	Твердая воля (умение настоять на своем, не отступать перед трудностями)	3	2	3	4
2	Самоконтроль (сдержанность, самодисциплина)	6	3	6	7
3	Самообладание (умение владеть собой в различных ситуациях)	8	1	8	5
4	Рационализм (умение здраво и логично мыслить, принимать обдуманные, рациональные решения)	7	7	7	6
5	Смелость в отстаивании своих взглядов, мнений	4	8	4	3
6	Сила и ловкость, позволяющие постоять за себя и других	1	4	1	1
7	Умелое владение приемами каратэ-до	2	5	2	2
8	Непримиримость к недостаткам в себе, в других	5	9	5	9
9	Воспитанность (хорошие манеры поведения)	9	6	9	8
Терминальные ценности					
1	Наличие хороших товарищей в клубе	1	4	1	3
2	Развлечение (приятное времяпрепровождение)	4	9	4	9
3	Общение с ребятами по клубу и педагогами	2	5	2	1
4	Общественное признание, уважение окружающих	3	6	3	2
5	Продуктивная жизнь (максимально полное использование своих возможностей, сил, способностей)	5	1	5	4
6	Развитие личностных качеств (физическое, духовное)	9	2	9	7
7	Здоровье (физическое, психическое)	8	3	8	8
8	Активная спортивная жизнь (полнота и эмоциональная насыщенность жизни)	7	7	7	5
9	Интересный вид спорта	6	8	6	6

Н – начало года, К – конец года.

формацию формирования ценностей (в экспериментальной группе):

- повышены ранги ценностей: самообладания и самоконтроля, дисциплинированности, воспитанности;
- повышены ранги ценностей: максимальной реализации собственных способностей, развития личностных качеств, укрепления здоровья.

Выводы. Научно обоснованное и правильно организованное физическое воспитание детей в каратэ-до благотворно влияет на формирование мотивационно-ценностного отношения детей и подростков к физической культуре:

1. Систематические занятия физическими упражнениями по программе каратэ-до способство-

вали повышению уровня физической подготовленности большинства испытуемых. Число подростков с низким уровнем в этих же видах испытаний сократилось и составило 17.6, 26.4, 17.1, 8.8 и 23.6 %. Возросло и количество подростков с высоким уровнем в среднем на 20.7 %.

2. Повысился уровень самооценки, чувства уверенности (что подтверждается проведенным тестированием: мотивация избегания неудач понизилась с 70 до 50 %, мотивация достижения успеха увеличилась с 70 до 100 %).

3. Повышение ранга духовно-нравственных ценностей.

Поступила в редакцию 20.10.2006

Литература

1. Бальсевич В.К. Физическая культура человека: состояние, проблемы и стратегия развития на перспективу (актовая речь). М., 1992.
2. Лубышева Л.И. Концепция формирования физической культуры человека. М., 1992.
3. Биджиев С.В. Сётокан. СПб., 1994.
4. Блохина Л.А. Формирование мотивационно-ценностного отношения будущих учителей к воспитательной деятельности: Дис. ... канд. пед. наук. М., 1992.
5. Виленский М.Я. Формирование физической культуры личности учителя в процессе его профессиональной подготовки: Автореф. дис. ... д-ра пед. наук. М., 1990.

6. Комплексная программа физического воспитания учащихся I–XI классов общеобразовательной школы / Сост. В.И. Лях, А.Б. Кофман, Г.Б. Мейксон. М., 1993.
7. Методические рекомендации по оценке физической подготовленности и физического развития учащейся молодежи г. Москвы / Под ред. Ю.И. Сбруева, В.А. Кабачкова, В.И. Ратникова. М., 1983.
8. Попов А.Л. Спортивная психология. М., 2000.

УДК 796.01:61; 796.01:57

Е.С. Савко

ФОРМИРОВАНИЕ КУЛЬТУРЫ ПОВЕДЕНИЯ МЛАДШИХ ШКОЛЬНИКОВ СРЕДСТВАМИ ФИЗИЧЕСКОЙ КУЛЬТУРЫ И СПОРТА

Томский государственный педагогический университет

Одним из ведущих качеств культурно-воспитанной личности, несомненно, является наличие культуры поведения. Это совокупность сформированных, социально значимых качеств личности, повседневных поступков человека в обществе, основанных на нормах нравственности, этики, эстетической культуры. Культурный человек не только находит правильную форму поведения в определенной, уже сложившейся ситуации, но и умеет ориентироваться в новых для него обстоятельствах [1].

Одной из проблем современной школы является безразличие учащихся к культуре своих действий и мыслей, красоте природы. Это происходит вследствие недостаточного позитивного влияния на молодежь таких социальных институтов, как семья, образовательно-воспитательные учреждения, учреждения культуры.

Проблемой формирования культуры поведения младших школьников в свое время занимались и продолжают заниматься многие педагоги. Так, В.А. Сухомлинский одним из направлений своей работы с детьми в своей «Школе радости» выбрал формирование культуры поведения через общение с природой, через творчество детей.

Формирование культуры поведения осуществляется еще в младшем дошкольном возрасте и охватывает все сферы воспитания: семья, улица, детский сад и т.д. На всех этапах становления личности оно осуществляется комплексно при изучении принципов нравственности, норм этики, применение средств эстетического воспитания (в том числе искусства) и в процессе физического воспитания.

Занятия физической культурой и спортом способствуют развитию стремлений к творческим проявлениям в двигательной деятельности, к эстетически оправданному поведению и умению эмоционально реагировать на окружающую среду. Подвижная игра – первичный и весьма продуктивный способ пробуждения творческих потенций, разви-

тия у ребенка воображения и накопления первых эстетических впечатлений. Получаемый опыт через общение и деятельность формирует у детей младшего школьного возраста элементарное эстетическое отношение к действительности и правилам поведения в ней. В сюжетных подвижных играх удачно сочетаются подражательные и имитационные действия с проявлением самостоятельности ребенка при выполнении движений в игровых ситуациях.

Предполагалось, что использование сюжетных подвижных игр будет способствовать повышению уровня культуры поведения детей младшего школьного возраста.

В исследовании были поставлены следующие задачи:

1. Определить уровень сформированности культуры поведения учащихся младшего школьного возраста.
2. Определить перечень подвижных игр, направленных на повышение уровня сформированности культуры поведения детей младшего школьного возраста.
3. Обосновать эффективность специально подобранных подвижных игр, направленных на повышение уровня сформированности культуры поведения в процессе физического воспитания младших школьников.

Для решения поставленных задач были использованы следующие методы: анализ научно-методической литературы, педагогическое наблюдение, тестирование, педагогический эксперимент, анкетирование, беседа, методы математической статистики.

Исследование проводилось на базе общеобразовательных школ № 81 и 193 (г. Северск). В эксперименте приняли участие учащиеся 3–4-х классов. Были выделены 2 экспериментальные группы: 3-й, 4-й классы (n=42) и 2 контрольные: 3-й, 4-й классы (n=47). Исследование проводилось с сентября 2005 по май 2007 г.