

На правах рукописи

Герасев Александр Владимирович

**ИНТЕГРАЦИЯ СРЕДСТВ НАЧАЛЬНОЙ ВОЕННОЙ
ПОДГОТОВКИ И ФИЗИЧЕСКОЙ КУЛЬТУРЫ
ПРИ ОБУЧЕНИИ СТАРШЕКЛАССНИКОВ**

13 00 04 – Теория и методика физического
воспитания, спортивной тренировки,
оздоровительной и адаптивной
физической культуры

АВТОРЕФЕРАТ

диссертации на соискание ученой степени
кандидата педагогических наук



Смоленск 2007

Работа выполнена на кафедре спортивных дисциплин Тульского государственного педагогического университета им Л Н Толстого

Научный руководитель – доктор педагогических наук, профессор
Ермаков Вячеслав Александрович

Официальные оппоненты – доктор педагогических наук, профессор
Романов Владимир Алексеевич,
доктор педагогических наук, профессор
Сысоев Юрий Васильевич

Ведущая организация – Тульский государственный университет

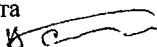
Защита состоится 18 апреля 2007 г в 14 30 часов на заседании диссертационного совета К 311 008 01 в Смоленской государственной академии физической культуры, спорта и туризма по адресу: 214018, г. Смоленск, просп Гагарина, 23

С диссертацией можно ознакомиться в библиотеке Смоленской государственной академии физической культуры, спорта и туризма

Содержание автореферата размещено на сайте Смоленской государственной академии физической культуры, спорта и туризма – www.akademsport.smolensk.ru

Автореферат разослан « 16 » марта 2007 г

Ученый секретарь
диссертационного совета
к п н, доцент



А И Павлов

ОБЩАЯ ХАРАКТЕРИСТИКА РАБОТЫ

Актуальность. Необходимость обеспечения разностороннего физического развития подрастающих поколений обусловлена многими факторами, среди которых особую роль играет подготовка к полноценной учебной, профессиональной и общественной деятельности, а также службе в Вооруженных Силах

Во многих работах, где изучалась эффективность подготовки школьников допризывного возраста к службе в армии, наряду с несомненными достижениями отмечаются характерные недостатки, указывающие на низкую результативность традиционной организации начальной военной подготовки (НВП) и физического воспитания (Н Н Агеев, 1987, А Г Железников, 1990, Ю В Сысоев, 2005). Обращается внимание на недостаточный уровень физической подготовленности выпускников школы, значительная часть которых за время обучения не сумела овладеть военно-прикладными двигательными навыками, не справляется с нормами и требованиями тестов по физической подготовке, не смогла подготовиться к выполнению норм военно-спортивного комплекса (М П Бандаков, 1999, О А Витковский, 1998, Т Т Джамгаров, 1992, В И Лях, 2000, А П Матвеев, 2003)

Одной из причин сложившейся ситуации, как отмечают некоторые специалисты, является исключение раздела «Профессионально-прикладная подготовка» из государственной программы по физической культуре, а также кардинальное изменение финансирования военно-спортивных клубов, предопределившее значительное снижение эффективности их работы (К В Даруцев, 2000). Немаловажно также, что накопленная методическая инфраструктура по подготовке допризывников к службе в армии заметно устарела и не удовлетворяет современные запросы и требования видов Вооруженных Сил (В В Куликов, 1998) Как недостаток, подчеркивается разрозненность содержания, форм и методов подготовки. Большинство подобных рекомендаций уже невозможно осуществить в современной школе Казахстана из-за расхождения их установок с идеологическими реалиями и материальными условиями (С С Коровин, 1997)

В то же время в качестве важной составляющей высокой боевой готовности военнослужащих обосновывается необходимый и достаточный уровень физической подготовки, позволяющий поддерживать длительное время высокую маневренность, эффективность огня из личного и группового оружия, слаженность работы экипажей и расчетов, повышения темпа движения войск на марше, устойчивость к воздействию неблагоприятных факторов боевой деятельности (В И Горобец, 1998; И А Дерий, 1996; В В Кодолов, 1996)

Актуальность нашего исследования определяется необходимостью разрешения следующих противоречий

- между необходимостью обеспечения готовности выпускников школ к быстрому освоению воинских профессий и несоответствием этому процессу состояния их физической и военно-прикладной подготовленности,

- между наличием инновационных представлений о роли интеграции средств физического воспитания и НВП в подготовке допризывников к службе в армии и отсутствием адекватной методики их реализации в образовательном процессе средней школы

Преодоление выявленных противоречий обусловлено решением научно-практической задачи по обоснованию эффективных способов интеграции содержания физического воспитания и НВП, направленных на повышение ресурсов физической и военно-прикладной подготовленности выпускников школ Казахстана к службе в Вооруженных Силах

Цель работы теоретически разработать и экспериментально обосновать методику интеграции средств физического воспитания и НВП школьников для подготовки к службе в армии

Объект исследования процесс физической и военно-прикладной подготовки юношей допризывного возраста в средней общеобразовательной школе

Предмет исследования: влияние интеграция средств НВП и физического воспитания в средней общеобразовательной школе Республики Казахстан на результаты подготовленности старшеклассников к службе в армии

Гипотеза. Научную основу гипотезы составляет теоретическое положение педагогики и психологии об обучении как основном способе формирования профессиональной мобильности и самостоятельности человека.

Мы предположили, что процесс подготовки юношей допризывного возраста к службе в армии может стать эффективным и лично значимым, если:

- обеспечивается формирование компетентных представлений о роли физической и военно-прикладной подготовленности для успешного овладения воинской профессией,

- в основу подготовки к службе в армии положен интегративный тематический подход при отборе средств и методов физической культуры для интеграции с содержанием занятий по НВП и реализуется их военно-профессиональная направленность,

- вследствие интеграции увеличивается количество занятий физическими упражнениями в недельном цикле жизнедеятельности допризывников, обучающихся в общеобразовательной школе

В соответствии с целью и гипотезой определены следующие задачи диссертационного исследования

- 1 Изучить основные направления интеграции средств физического воспитания и начальной военной подготовки в условиях общеобразовательной школы

- 2 Обосновать содержание рабочей учебной программы по интегрированной подготовке старшеклассников к службе в армии.

- 3 Разработать методику интеграции средств физического воспитания и начальной военной подготовки старшеклассников и осуществить экспериментальную ее проверку в условиях общеобразовательной школы

Теоретико-методологическую основу составили современные основополагающие концепции

- теории и методики физического воспитания (В И Лях, 2000, А П Матвеев, 2003, В П Филин, 1987),

- совершенствования процесса обучения в школе на межпредметной основе (Б.Г Ананьев, 1977, Ю К Бабанский, 1987, А Я Данилюк, 2003, В Н Максимова, 1987);

- физической подготовки юношей допризывного возраста к освоению воинских профессий (М П Бандаков, 1999, В Ф Новосельский, 1985, Ю В Сысоев, 2005),

- теории и методики преобразования системы физического воспитания (В К Бальсевич, 1996, М Я Виленский, 1993, В А Ермаков, 1996, Л И Лубышева, 1996)

Методы исследования: теоретические – анализ философской, психолого-педагогической и специальной научно-методической литературы, эмпирические – анкетирование, опрос, беседа с учителями-предметниками; изучение учебно-методической документации, экспериментальные – констатирующий, формирующий эксперименты, методы математической статистики

Опытнo-экспериментальная база включала испытуемых из числа учеников старших классов, средних общеобразовательных школ №112 и №3 г Кызылорда (Республика Казахстан) В педагогическом эксперименте по проверке эффективности интеграции средств физического воспитания и НВП приняло участие 74 юноши

Исследование проводилось в *три этапа* с 2003 по 2006 гг

Первый этап (2003-2004 гг.) – теоретический, был проведен с целью углубленного изучения исходных и апробирования вводимых в учебный процесс различных факторов педагогического воздействия. В ходе его определялась гипотеза исследования и условия ее реализации, разрабатывались задачи, программа эксперимента, уточнялись исследовательские методики, апробировались тесты, готовилось учебно-методическое обеспечение

Второй этап (2004-2005 гг.) – экспериментальный, был посвящен проведению констатирующего эксперимента, разработке рабочих учебных программ для реализации внедрения в процесс учебных занятий по физической культуре практических военно-прикладных действий и увеличения объема применяемых средств физического воспитания на занятиях по начальной военной подготовке, проведению формирующего эксперимента, в котором проверялась рабочая гипотеза, конкретизировались условия организации учебного процесса на интегративной основе

Третий этап - обобщающий, (2005-2006 гг.) был посвящен обработке результатов исследования, формулированию теоретических выводов, внедрению результатов исследования в практику, оформление диссертационного исследования

Научная новизна исследования

- впервые разработана и экспериментально обоснована интегративная методика физического воспитания школьников допризывного возраста, ос-

нованная на интегративном подходе к отбору и применению средств физической культуры, адекватных тематической направленности военно-прикладных занятий по НВП; внедрение которой способствует выраженной активизации учебной деятельности допризывников, существенному повышению физической и военно-прикладной подготовленности;

- разработана содержательная основа организационно-методических условий обеспечивших успешность реализации экспериментальной методики профессиональная (военная, психологическая, физическая, военно-патриотическая) направленность в преподавании дисциплин, формирование у учащихся интегративных знаний, умений и навыков в процессе занятий по военной и физической подготовке, выполнение учащимися комплексных самостоятельных заданий,

- разработана дидактическая база содержания комплексных двигательных заданий в зависимости от тематической направленности и насыщенности военно-прикладных занятий, обеспечивающих эффективность данной методики в разных формах учебно-воспитательного процесса со старшеклассниками.

Теоретическое значение заключается в том, что полученные научные результаты исследования существенно дополняют положения теории и методики физического воспитания в вопросах использования интегративного подхода к применению средств физического воспитания и НВП для повышения эффективности допризывной подготовки учащихся средней школы к службе в армии.

Практическая значимость Разработанная методика позволила значительно оптимизировать процесс физического воспитания и НВП в общеобразовательной школе за счет рациональной интеграции их средств

Результаты исследования могут быть реализованы

- при планировании учебного процесса по физическому воспитанию и НВП в общеобразовательной школе,

- при разработке учебно-методических комплексов, ориентированных на разный уровень двигательной и физической подготовленности допризывников, обучающихся в школе,

- в профессиональной деятельности учителей физической культуры и НВП для обеспечения преемственности учебных занятий по этим предметам общеобразовательной школе с физической подготовкой в Вооруженных Силах Республики Казахстан

Достоверность и обоснованность результатов исследования обеспечена теоретической и методологической обоснованностью его исходных данных, позволяющих реализовывать научный подход к исследованию проблемы доказательности выдвинутой гипотезы, использованием современных методов исследования, адекватных цели, предмету и задачам, репрезентативностью выборки испытуемых, а также длительностью экспериментальной проверки эффективности разработанной методики интеграции средств физического воспитания и НВП

Положения, выносимые на защиту:

1 Установлен низкий уровень физической подготовленности значительной части старшеклассников призывного возраста, который не соответствует минимальным требованиям, предъявляемым к организму человека при освоении большинства воинских профессий, что предопределяет необходимость комплексной подготовки к службе в армии во время обучения в школе и разработки для этого методики интеграции средств физической культуры и НВП.

2 Интегративная методика по освоению комплексных тем по НВП и физической культуре рассматривается как целостная система содержания, организации и управления учебно-познавательной и практической деятельностью учащихся старших классов общеобразовательной школы для подготовки к службе в армии, условия функционирования которой определяются психолого-педагогическими и физиологическими закономерностями обучения и воспитания. Применение разработанной методики существенно повышает уровень физической и военно-прикладной подготовленности старшеклассников.

3 Эффективность методики интегративной подготовки обеспечивается педагогическими условиями и функциональной моделью предстоящей службы в армии, включает в себя следующие операции: определение содержания обучения и последовательности освоения, разработку комплексного содержания уроков по НВП и физической культуре, самостоятельных занятий, построение структуры занятий, создание системы контроля качества усвоения материала.

Структура и объем диссертации. Диссертация состоит из введения, четырех глав, выводов, практических рекомендаций, списка литературы и приложений. В диссертации 11 таблиц, 1 рисунок. Список литературы содержит 232 источника, из них 7 – иностранных авторов.

ОСНОВНОЕ СОДЕРЖАНИЕ РАБОТЫ

Теоретические и экспериментальные предпосылки интеграции средств физической культуры и начальной военной подготовки

При изучении организации содержания и условий подготовки юношей к службе в армии в качестве одного из критериев эффективности этого процесса в общеобразовательных школах мы использовали материалы о состоянии здоровья, двигательной и военно-прикладной подготовленности добровольников. Наши исследования по выявлению отмеченной подготовленности проводились в общеобразовательных школах г. Кызылорда и областном военном комиссариате. В общеобразовательных школах проводились опросы учащихся выпускных классов, а также тестирование физических качеств, в областном военкомате испрашивались сведения о ситуации по призыву молодежи на военную службу, где определяющими показателями были состояние здоровья призывников и их явка для отправки в войска.

На основании данных, полученных в областном военном комиссариате г Кызылорда, мы проанализировали тенденцию роста общего количества призывников и их пригодность по состоянию здоровья для службы в армии (табл 1)

Таблица 1
Результаты медицинского обследования старшеклассников (2001-2005 гг)

Характеристика обследования	Год обследования				
	2001	2002	2003	2004	2005
Общее количество	15256	15427	15679	16869	16803
Годные к службе в армии	9516	9916	9952	12757	11713
Не годные по состоянию здоровья в мирное время	805	796	1131	1066	1773
Не годные по состоянию здоровья с исключением	61	65	32	45	76
Отсрочка по состоянию здоровья	4123	4014	4564	3001	2341
Отсрочка по другим причинам	2245	2617	2701	2651	2512

Как показали результаты анализа вместе с увеличением общего количества призывников за последние годы, начиная с 2001 г, увеличилось число юношей призывного возраста не годных по состоянию здоровья к службе в мирное время – 5,3% в 2001 г и 10,2% в 2005 г Не годных по состоянию здоровья с исключением остается практически одинаковым, в среднем 0,4-0,5% от всего количества В то же время, в два раза снизился уровень призывников, получающих отсрочку по состоянию здоровья с 27% в 2001 г до 13,9% в 2005 г.

Опросы, проводимые призывной комиссией о предпочтениях службы в определенных видах и родах войск, показывают, что призывники надеются за время военной службы развить у себя комплекс качеств, присущих современному воину, в первую очередь, физическую силу и мужество, поэтому стремятся попасть в воздушно-десантные, пограничные войска или войска специального назначения (табл 2)

Таблица 2
Предпочтения старшеклассников к службе в определенных видах и родах Вооруженных Сил Республики Казахстан (%)

Виды и рода войск	Время обследования				
	2001	2002	2003	2004	2005
Пограничные войска	21	19	21	23	20
Воздушно-десантные войска	39	38	41	36	36
Войска специального назначения	31	33	30	30	34
Другие виды и рода войск	9	10	8	11	10

Однако результаты проведенного нами опроса учителей начальной военной подготовки и физической культуры показали, что стремление старшеклассников служить в «элитных» войсках при прохождении курса физического воспитания и НВП в старших классах никак не учитывается и какие либо разделы из подготовки в данных войсках в учебные занятия не включаются

При изучении старшеклассников были использованы тесты, входящие в комплексную программу физического воспитания для учащихся 10-11 классов (Президентские тесты), и из Наставления по физической подготовке и спорту в Вооруженных Силах (НФП-98), предназначенные для солдат первого года службы. Батарея тестов была составлена с ориентацией на мнение ведущих ученых и отвечала главному требованию – возможность объективно оценивать состояние физической и военно-прикладной подготовленности юношей. Сравнение средних результатов физической подготовленности выпускников шло с требованиями Президентских тестов и НФП-98 показало следующее.

- в показателях *общей выносливости* результаты у большинства испытуемых находятся на низком уровне. Отмечается большой процент учащихся, получивших оценку «неудовлетворительно». Так, в подтягивании на перекладине результат на «отлично» показали 8%, на «хорошо» 19%, на «удовлетворительно» 32% испытуемых, при этом около 41% не справились с нормой. Еще хуже результаты в сгибании и разгибании рук в упоре на брусьях, где требования выполнили на «отлично» 7%, на «хорошо» 13%, на «удовлетворительно» 27%, на «неудовлетворительно» 53% от общего числа испытуемых

Определенного внимания заслуживают результаты бега на 3000 м, где 78% призывников не уложились в норматив для солдат первого года службы, а оценку «отлично» получили 2%, «хорошо» 7%, «удовлетворительно» 13%. Чтобы получить «удовлетворительно» в этом виде программы, исходя из школьных нормативов, учащиеся должны пробежать 3 км за 16 30 мин, а по нормативу НФП-98 за 13 20 мин. Отсюда понятно, что учащиеся с результатами на уровне от 15 до 16 30 мин даже через 1-2 года вряд ли смогут уложиться в нормативы НФП-98 без серьезной целенаправленной подготовки,

- при выполнении упражнений *скоростно-силового* характера были получены следующие результаты. В беге на 100 м с низкого старта норматив Президентских тестов выполнили на «отлично» 13%, на «хорошо» 25%, на «удовлетворительно» 41% испытуемых. Эти же результаты по требованиям НФП-98 для первого года службы соответствуют на «отлично» у 9%, на «хорошо» у 17%, на «удовлетворительно» у 31%. Остальные испытуемые не уложились в нормативные требования. Аналогичная ситуация наблюдается в метании гранаты, где требования для солдат первого года службы выполнили на «отлично» 6%, на «хорошо» 19%, на «удовлетворительно» 48%, на «неудовлетворительно» 37% испытуемых. Наиболее благоприятная ситуация

обнаружилась в прыжках в длину с места, где по требованиям Президентских тестов выполнили на «отлично» 14%, на «хорошо» 28%, на «удовлетворительно» 49%, только 9% испытуемых не справились с нормативом;

- *военно-прикладная подготовленность* испытуемых изучалась с применением военизированной полосы препятствий, комплекса рукопашного боя и стрельбы из пневматической винтовки

Преодоление полосы препятствий оценивалось только по требованиям НФП-98. Было выявлено, что 54% выпускников школ не справились с нормативом. Остальные оценки распределились следующим образом: «отлично» 9%, «хорошо» 13%, «удовлетворительно» 24%. Результаты стрельбы из пневматической винтовки оценивались только по требованиям Президентских тестов. Было установлено, что около 98% испытуемых в каждом периоде проведения теста не смогли выполнить норматив. При контроле обученности выполнения комплекса рукопашного боя было определено, что около 45% старшеклассников не могут правильно выполнить весь комплекс, а оценки «отлично» получили 3%, «хорошо» 11%, «удовлетворительно» 41% от общего числа обследованных.

Полученные данные выявили высокую степень вариативности и отставание в освоении программного материала у 60-75% испытуемых. Несмотря на это, некоторые испытуемые, в отдельных показателях физического развития и двигательных способностей показали высокие индивидуальные результаты, значительно превышающие среднегрупповые значения, а вариативность составляет 27-35%.

Можно полагать, что причиной слабой подготовленности старшеклассников, является несогласованность работы учителей НВП и физической культуры, отсутствие методической литературы по осуществлению интеграции средств указанных учебных предметов, исключение из программы по НВП раздела «Военно-прикладная физическая подготовка» и уменьшение количества часов по прикладной физической подготовке в программе по физическому воспитанию в общеобразовательных школах.

Согласно полученному материалу, результаты внедрения в практику интеграции учебных занятий начальной военной подготовки и физической культуры можно представить в развитии физических качеств (выносливости, силы, скорости), двигательных действий военно-прикладного характера и развитии основных качеств характера, необходимых современному воину. Критерием развития физических качеств могут служить средние значения индивидуальных результатов.

Проектирование интеграции средств физического воспитания и начальной военной подготовки

Основные черты интегративного подхода к проектированию процесса подготовки старшеклассников общеобразовательной школы к службе в армии могут быть выражены следующими положениями:

- методологический принцип педагогики, раскрывающий единство процессов обучения, воспитания и развития, должен быть полностью претворен в жизнь при формировании физической и военно-прикладной подготовленности учащихся к службе в армии, его главное требование состоит в том, что бы выявить и оценить индивидуальные возможности каждого обучаемого в овладении различными видами физической активности и военно-прикладной подготовки, помочь ему сформировать необходимые качества, совершенствовать индивидуальные способности,
- социально-психологическое воспитание направлено на становление профессионально важных личностных качеств, формирование мотивационно-ценностного отношения к воинским профессиям, на развитие познавательных сил и творческого потенциала обучаемого, что в совокупности регулирует его активность в присвоении ценностей физической культуры, военно-прикладных знаний и умений,
- интеграция средств физической культуры и НВП составляет генеральное направление проектирования процесса допризывной подготовки к службе в армии. С одной стороны, использование учебной темы по НВП в качестве основы содержания занятий по допризывной подготовке, включение в него физических и военно-прикладных упражнений тренировочной направленности с использованием вооружения и средств защиты, и, с другой, – применение военно-прикладных упражнений различного характера в уроках по физическому воспитанию обеспечивает старшекласснику получение требуемого результата, способствует гармонизации индивидуального бытия с общественными требованиями и установками

Совокупность этих положений нацеливает практическую деятельность на создание психолого-педагогических условий для формирования необходимого и достаточного уровня физической подготовленности старшеклассников к службе в армии, с одной стороны, и достижение «профессионального» уровня военно-прикладных знаний и умений, с другой. В исследовании объективизированы следующие педагогические условия

- профессиональная (военная, психологическая, военно-патриотическая) направленность в преподавании курса допризывной подготовки, при которой происходит постоянное воздействие на мотивационно-ценностную сферу обучаемых,
- интеграция содержания обучения, основанная на объединении военно-прикладных знаний и умений с физической подготовкой,
- продуктивная самостоятельная интегративная деятельность учащихся, детерминированная отработкой комплексных заданий по физической и начальной военной подготовке

Управление процессом интегративной подготовки осуществлялось с учетом следующих положений отечественной педагогики

а) овладение системой научных знаний и практических умений базируется на предметном построении содержания обучения и его тематическом разделении,

б) разнообразные связи в содержании учебных дисциплин являются отражением реально существующих взаимосвязей между объектами, явлениями и процессами окружающей действительности,

в) каждая системная единица содержания обучения (учебный предмет, учебная тема) имеет свои ведущие положения (Г. Ф. Федорев, 1988)

Основательной проработке была подвергнута ориентировочная основа тематического планирования обучения. Во первых, учебную тему мы рассматривали как группировку учебного материала вокруг его основных, ведущих положений, как своеобразное средоточие, основу знаний и умений. При этом под ведущими положениями нами понимается совокупность понятий, законов, принципов, действий, методов, которые выражают сущность изучаемого материала, сообщают ему внутреннее единство и органическую целостность.

Во вторых, отличие учебных тем НВП друг от друга по содержанию, количеству и значимости их гипотетических связей с темами учебного предмета «Физическая культура» можно использовать для проектирования интегративных учебных тем, где происходит «соединение» разнопредметных знаний и умений, где один из учебных предметов сохраняет свою специфику, а другой выступает как вспомогательный для ускорения подготовки.

В третьих, обучение с ориентацией на интегративное проектирование учебных тем из близких образовательных областей устраняет стихийность этого процесса, способствует формированию логических схем осуществления военно-прикладной деятельности в разных условиях и с разным вооружением и оборудованием.

Полное развертывание интегративных учебных тем фиксировалось в содержании следующих типов уроков

1 Урок с использованием межпредметных связей строился на равновесном применении содержания средств физической культуры и НВП для ускорения усвоения двигательных и военно-прикладных умений,

2 Урок межпредметного характера включал содержание НВП и физического воспитания в равных пропорциях,

3 Интегрированный урок строился на объединении содержания учебного материала разных дисциплин (НВП и физическая культура) для достижения одной цели.

Для оценки эффективности разработанной нами экспериментальной методики использовались следующие критерии

- критерии развития военно-прикладных навыков и действий испытуемых, который позволил оценить динамику их физической, психомоторной и военной подготовленности в период эксперимента,
- критерии физической активности, выраженный во времени, затраченном испытуемыми на разные виды и формы занятий физическими упражнениями при выполнении комплексных домашних заданий,
- критерии изучения потребностно-мотивационной сферы, дающие сведения об отношении испытуемых к занятиям физической культурой и спортом, урокам НВП и предстоящей службе в Вооруженных Силах

Интеграция осуществлялась на теоретических и практических занятиях. Теоретические занятия проводились в форме рассказа и беседы с использованием дидактического материала и технических средств обучения НВП, в них включались теоретические знания и практические действия из Наставления по физической подготовке и спорту в Вооруженных Силах и курса физического воспитания. Практические занятия были направлены на закрепление изучаемого материала с использованием вооружения и военно-технического имущества, средств индивидуальной защиты, приборов и другого оборудования НВП, из Наставления по физической подготовке и спорту в Вооруженных Силах и курса физического воспитания использовались средства, которые в полной мере способствовали раскрытию ведущих положений изучаемой темы.

Экспериментальная программа также включала в себя внедрение в Программу по физической культуре (5-11 классы) уроков с преимущественной военно-прикладной направленностью. Экспериментальные занятия были организованы во время вариативной части программы.

Занятия проводились в урочной форме и состояли из трех частей: вводной, основной и заключительной.

В подготовительной части (10-20% от общего времени) использовались упражнения, обеспечивающие

- постепенное повышение частоты сердечных сокращений;
- подготовку опорно-двигательного аппарата к последующей нагрузке и усилению притока крови к мышцам;

Основными упражнениями являлись строевые упражнения (согласно строевому уставу Вооруженных Сил Республики Казахстан), гладкий бег 1000-2000 м, упражнения в парах на сопротивление, упражнения с отягощениями, специально-подготовительные к рукопашному бою, гимнастические упражнения из курса ФК.

Основная часть (50-70% от общего времени) занятия включала в себя

- приемы рукопашного боя (подготовительные, приемы защиты от ударов ножом и автоматом, приемы обезоруживания противника, выполнение

приемов «задняя подножка» и «связывание противника», выполнение приемов в комплексе, учебные схватки),

- общефизическую подготовку (упражнения с отягощениями, гимнастические упражнения из НФП-98, поднимание и переноска груза и/или партнера, кроссовая подготовка, упражнения в переползании, преодоление полосы препятствий, метание гранаты),

- стрельбу из пневматической винтовки,

- упражнения на развитие психологической устойчивости

Для усиления военно-прикладной направленности систематически привлекались упражнения из НФП-98. Эти упражнения были включены в экспериментальную программу и адаптированы с учетом возрастных возможностей старшеклассников (упражнения по преодолению полос препятствий и отдельных их элементов, военизированных эстафет, бег в противогазе, преодоление полосы препятствий в противогазе и с макетом автомата, прыжки в глубину)

В целях воспитания волевых качеств, повышения психологической подготовки будущих воинов применялись такие упражнения: передвижение по узкой опоре, бревну на высоте 1,5 м, лазанье по канату, натянутому между двух опор, прыжки на песчаный грунт с высоты 2 м, прыжки с одного коня на другой на расстояние, меньшее максимально возможного прыжка на полу на 20-30 см и т. д. Занятия строились так, чтобы они способствовали развитию у школьников смелости, уверенности в своих силах, решительности, самообладании, чувства товарищества.

При проведении экспериментальных занятий особое внимание уделялось не только основной части урока, но и его завершающему этапу. В заключительной части (10-15% от общего времени) использовались упражнения, направленных на предотвращение мышечной боли, улучшение гибкости, восстановление нормальной активности функциональных систем.

Общее количество уроков направленных на интеграцию НВП и физического воспитания в годичном цикле обучения, с целью оптимальной военно-прикладной физической подготовки юношей к службе в армии в экспериментальной программе, было равно 40% от общего количества отведенными государственными учебными программами.

Влияние интеграции средств НВП и физической культуры на результаты подготовки старшеклассников к службе в армии

Для обоснования эффективности экспериментальной технологии, нами решалась задача выявить достоверные различия между динамикой показателей подготовленности участников экспериментальной и контрольной группы. При решении этой задачи мы исходили из следующего положения о

подготовленности юношей к службе в армии можно судить по физической и психомоторной подготовленности, успешности выполнения ими двигательных действий военно-прикладного характера и изменению потребностно-мотивационной сферы

Анализ данных (табл 3, 4) показывает, что в результате экспериментальных уроков по разработанной методике у испытуемых экспериментальной группы показатели в большинстве испытаний двигательной и психомоторной подготовленности улучшились на достоверно значимую величину ($p < 0,05$) В итоге показатели экспериментальной группы наиболее приблизились к требованиям, предъявляемым солдатам первого года службы (НФП-98)

Таблица 3

*Динамика физической и специальной подготовленности
испытуемых контрольной и экспериментальной групп*

№ №	Тесты	КГ(n=39)	ЭГ(n=35)	t	P
		X±m	X±m		
1	Сила кисти, кг	$\frac{36,2 \pm 0,9}{36,9 \pm 1,2}$	$\frac{36,5 \pm 1,1}{39,9 \pm 1,0}$	$\frac{0,211}{1,923}$	$\frac{P > 0,05}{P < 0,05}$
2	Бег 100м, с	$\frac{14,4 \pm 0,48}{14,2 \pm 0,44}$	$\frac{14,8 \pm 0,4}{13,6 \pm 0,39}$	$\frac{0,645}{1,034}$	$\frac{P > 0,05}{P > 0,05}$
3	Бег 3000м, с	$\frac{887,0 \pm 16,54}{870,4 \pm 15,42}$	$\frac{899,2 \pm 13,48}{813,5 \pm 20,07}$	$\frac{0,571}{2,249}$	$\frac{P > 0,05}{P < 0,05}$
4	Подтягивание на перекладине, раз	$\frac{8,3 \pm 0,7}{9,1 \pm 0,9}$	$\frac{8,4 \pm 0,8}{12,0 \pm 1,2}$	$\frac{0,094}{1,933}$	$\frac{P > 0,05}{P < 0,05}$
5	Сгибание рук в упоре на брусьях, раз	$\frac{9,2 \pm 1,0}{9,9 \pm 0,8}$	$\frac{8,7 \pm 0,9}{12,4 \pm 1,1}$	$\frac{0,373}{1,838}$	$\frac{P > 0,05}{P < 0,05}$
6	Метание гранаты на дальность, м	$\frac{33,8 \pm 0,5}{34,9 \pm 0,8}$	$\frac{34,1 \pm 0,4}{37,2 \pm 0,7}$	$\frac{0,468}{2,169}$	$\frac{P > 0,05}{P < 0,05}$
7	Прыжки в длину с места, см	$\frac{190,0 \pm 3,4}{195,0 \pm 5,9}$	$\frac{189,0 \pm 3,2}{205,0 \pm 6,8}$	$\frac{0,214}{1,098}$	$\frac{P > 0,05}{P < 0,05}$
8	Стрельба из пневматической винтовки, кол-во очков	$\frac{2,8 \pm 1,5}{5,5 \pm 1,9}$	$\frac{3,0 \pm 1,7}{13,9 \pm 2,9}$	$\frac{0,088}{2,427}$	$\frac{P > 0,05}{P < 0,05}$
9	Преодоление полосы препятствий, с	$\frac{49,5 \pm 2,0}{47,8 \pm 2,2}$	$\frac{52,1 \pm 1,8}{43,5 \pm 1,7}$	$\frac{0,223}{2,266}$	$\frac{P > 0,05}{P < 0,05}$

Примечание В числителе приведены данные на начало эксперимента, в знаменателе – на окончание

Таблица 4

*Динамика психомоторных показателей
испытуемых контрольной и экспериментальной групп*

№ №	Тесты	КГ(n=39)	ЭГ(n=35)	t ₃	P
		X ± m	X ± m		
1	Проба Н Д Скрыбина	<u>3,47±0,3</u> 3,37±0,4	<u>3,73±0,3</u> 2,24±0,3	<u>0,619</u> 2,260	<u>P>0,05</u> P<0,05
2	Тест А И Высоцкого. – прыжок с площадки 50 см	<u>44±1,7</u> 45±1,9	<u>42±1,5</u> 51±2,1	<u>0,881</u> 2,120	<u>P>0,05</u> P<0,05
	– прыжок с площадки 100 см	<u>34±2,1</u> 36±2,0	<u>35±2,2</u> 43±2,4	<u>0,328</u> 2,243	<u>P>0,05</u> P<0,05
	– прыжок с площадки 150 см	<u>20±2,3</u> 22±2,3	<u>19±2,3</u> 29±2,4	<u>0,307</u> 2,108	<u>P>0,05</u> P<0,05
	3	Реакция на движущийся объект	<u>7,3±0,3</u> 6,6±0,5	<u>7,5±0,3</u> 5,7±0,4	<u>0,476</u> 1,875
4	Координационные воз- можности (РБ-Н)	<u>3,3±0,4</u> 3,7±0,6	<u>3,4±0,5</u> 4,5±0,3	<u>0,156</u> 1,194	<u>P>0,05</u> P>0,05
5	Теппинг-тест	<u>401±6,4</u> 398±6,6	<u>398±5,5</u> 416±6,1	<u>0,035</u> 2,004	<u>P>0,05</u> P<0,05

Примечание Обозначения как в таблице 3

Мотивационно-потребностная сфера старшеклассников изучалось с помощью анкетирования Испытуемым предлагалось ответить на серию вопросов по пятибалльной системе Полученные ответы, на основные вопросы входящих в анкету, показывают, что у испытуемых контрольной группы результаты на начало эксперимента и его окончание не имеют существенных различий В свою очередь, отношение испытуемых экспериментальной группы к занятиям физической культурой и спортом, урокам НВП и предстоящей службе в Вооруженных Силах заметно улучшилось (табл 5)

Таблица 5

*Показатели мотивационно-потребностной сферы
испытуемых экспериментальной группы по пятибалльной системе (%)*

№ №	Основные вопросы анкеты	Ответы									
		до эксперимента					после эксперимента				
		1	2	3	4	5	1	2	3	4	5
1	Какова частота Вашего участия в спортивных ме- роприятиях	24	25	14	15	22	16	14	17	21	32

№ №	Основные вопросы анкеты	Ответы									
		до эксперимента					после эксперимента				
		1	2	3	4	5	1	2	3	4	5
2	Какую оценку Вы бы поставили своей военно-прикладной подготовленности	19	29	20	18	14	10	15	24	32	29
3	Какую оценку Вы бы поставили своей физической подготовленности	21	30	16	22	11	11	18	22	26	23
4	Постоянно ли Вы пропускаете уроки НВП (5 - редко, 1 - постоянно)	15	20	29	22	14	13	16	19	28	24
5	Постоянно ли Вы пропускаете уроки физической культуры (5 - редко, 1 - постоянно)	17	21	28	18	16	14	17	17	27	25
6	Насколько будут необходимы знания и навыки, полученные на занятиях по физической культуре, во время службы в армии	14	20	23	20	23	10	13	19	28	30
7	Ваше отношение к необходимости службы в армии	20	19	34	15	12	14	15	20	27	24

Основа полученных результатов, которая характеризует влияние экспериментальной методики на подготовленность старшеклассников, заключается в следующем

1 У испытуемых экспериментальной группы существенно улучшились результаты физической, военно-прикладной и психологической подготовленности, достоверный прирост показан во всех показателях

2 Количество решения учебных задач путем применения на практике комплексных межпредметных знаний и умений, значительно повысилось

3 Занятия повлияли на мотивационно-потребностную сферу юношей. Значительно снизился уровень негативного отношения к армии

Таким образом, полученные результаты эксперимента позволяют утверждать, что применение экспериментальной методики в военной подготовке и физическом воспитании старшеклассников влияет на повышение физической и военно-прикладной подготовленности юношей допризывного возраста, что в последующем будет способствовать быстрой и успешной адаптации их к армейской службе

ВЫВОДЫ

1 Теоретический анализ специальной научно-методической литературы, сравнение нормативных требований для солдат первого года службы в Вооруженных Силах Республики Казахстан с материалами собственных исследований показывают, что низкий уровень физической подготовленности юношей старших классов не определяет объективного основания для успешной их адаптации к условиям современной армейской жизни. Установлена недостаточность традиционного содержания физической и начальной военной подготовки старшеклассников к службе в армии. Показано, что перспективным направлением в военно-прикладной подготовке является переход от предметно-разобленного обучения к межпредметному за счет взаимосвязи программного содержания НВП с отдельными темами и занятиями по физической культуре.

2 Инновационная модель подготовки юношей к службе в армии основана на системном тематическом интегративном планировании учебного материала по НВП объективно взаимосвязанного с различными темами или отдельными вопросами физической культуры. При использовании интегративного подхода сохраняется заданная в рабочей учебной программе логическая структура учебного материала. Перестройка учебного материала ограничивается отдельными уроками или их фрагментами, где начальная военная подготовка сохраняет свою специфику, а физическая культура выступает в качестве вспомогательной основы. Доказано, что основными формами организации и реализации интегративного подхода являются три типа урока: урок с использованием межпредметных связей, урок межпредметного характера, интегрированный урок.

3 В результате констатирующего эксперимента определены основные педагогические условия проектирования содержания подготовки старшеклассников к службе в армии с использованием интегративного тематического подхода: профессионально ориентированная (военная, психологическая, физическая, военно-патриотическая) направленность в преподавании дисциплин, необходимость формирования у обучаемых интегративных знаний, умений и навыков в процессе уроков по НВП и физическому воспитанию, самостоятельные занятия учащихся для отработки комплексных заданий двигательного и военно-прикладного характера.

4 Установлено и экспериментально подтверждено, интеграция учебного материала по физической подготовке военнослужащих и учебным материалом по НВП и физическому воспитанию в общеобразовательной школе существенно активизировало учебную деятельность допризывников по его освоению и повлияло на эффективность образовательного процесса. Доказано, что применение экспериментальной методики способствовало расшире-

нию и углублению военно-прикладных знаний о требованиях к физической подготовке молодого солдата, о приоритетном отборе в рода и виды войск по степени развития физических и психологических качеств и освоению технологии самостоятельных занятий для выполнения этих требований и прохождения отбора Перечисленные знания и умения зафиксированы у 75-80% испытуемых экспериментальной группы

5 Сравнение динамики результатов тестирования испытуемых контрольной и экспериментальной групп объективное развернутое представление о существенном преимуществе использования интегративного тематического подхода при проектировании образовательного процесса перед его традиционной организацией В экспериментальной группе зарегистрированы положительные сдвиги, превышающие уровень результатов в начале обучения, а также результаты учащихся контрольной группы Так, в беге на 100 м прирост в среднем составил в экспериментальной группе 1,2 сек (11,6%), в беге 3000 м на 84,7 сек (9,5%), количество подтягиваний на высокой перекладине на 3,6 раза (30%), сгибание и разгибание рук в упоре на брусьях в 3,7 раза (29%), в преодолении полосы препятствий прирост результатов на 10,6 сек (25,2%), наибольшие сдвиги отмечаются в стрельбе из пневматической винтовки на 430% (с 3 до 13,9 очков) У обучаемых были сформированы интегративные навыки самостоятельной работы по выполнению и установлению связей между военной и физической подготовкой в школе, которые способствуют решению задач межпредметного обучения, использованию знаний и умений на практике

В то же время у испытуемых контрольной группы, при общем улучшении результатов в большинстве тестов, эти изменения были статистически ниже по сравнению с испытуемыми экспериментальной группы

6. Полученные материалы позволяют расширить теоретическую и практическую базу физического воспитания и НВП старшеклассников положениями о возможности рационального управления процессом их допризывной подготовки на основе применения интегративного подхода, конкретизировать условия самостоятельной тренировки и параметры физической нагрузки в уроках разного типа Разработанную методику на основе межпредметной интеграции средств НВП и физической культуры можно рекомендовать для широкого использования в практике военной и физической подготовки юношей старших классов общеобразовательной школы к службе в армии

Список работ, опубликованных по теме диссертации:

1 Интеграция учебных предметов общеобразовательной школы для подготовки допризывников к службе в армии / А В Герасев // Физическая культура и личность Матер Всерос науч-практ конф - Оренбург Изд-во ОГ-ПУ, 2004 - С 81-84.

2 Межпредметная интеграция как фактор оптимизации подготовки старшеклассников к службе в армии / А В Герасев // Проектирование индивидуальной и групповой деятельности в сфере физической культуры и спорта: Сб науч тр - Тула Изд-во ТГПУ им Л Н Толстого, 2004 - С 27-31

3 Физкультурная пауза и попутная физическая тренировка в учебно-воспитательном процессе на военных кафедрах / З Р Бурнаев, А В Герасев // Актуальные проблемы охраны Государственной границы Республики Казахстан и подготовки кадров Сб мат - Алматы, 2005 - С 60-62

4 Физическая подготовленность допризывников Республики Казахстан к службе в Вооруженных Силах / А В Герасев // Физическая культура и спорт в 21 веке Сб науч тр - Волжский, 2006 Вып 3 - С 398-402

5. Интеграция средств физической культуры и военного обучения при подготовке допризывников к службе в армии / А.В. Герасев // Известия Тульского гос. ун-та. Серия: Физическая культура и спорт. - Вып. 1. - Тула: Изд-во Тул ГУ, 2006. - С. 59-66.

Герасев Александр Владимирович

**ИНТЕГРАЦИЯ СРЕДСТВ НАЧАЛЬНОЙ ВОЕННОЙ ПОДГОТОВКИ
И ФИЗИЧЕСКОЙ КУЛЬТУРЫ ПРИ ОБУЧЕНИИ СТАРШЕКЛАССНИКОВ**
Автореферат диссертации (на правах рукописи)

Отпечатано в Информационно-издательском центре
Тульского государственного педагогического университета им Л Н Толстого
300026, Тула, просп им Ленина, 125

Тираж 100 экз Заказ 07/056