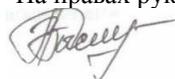


На правах рукописи



Пысина Наталья Владимировна

**Педагогическая технология  
организации индивидуально-мотивированной оздоровительной  
деятельности трудных подростков**  
(на основе занятий физической культурой в клубах по месту жительства)

13.00.01 – Общая педагогика, история педагогики и образования

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

Автореферат  
диссертации на соискание ученой степени  
кандидата педагогических наук

Ижевск – 2007

Работа выполнена в ГОУ ВПО  
«Чайковский государственный институт физической культуры»

**Научный руководитель:** кандидат педагогических наук, доцент  
**Белова Галина Борисовна**

**Официальные  
оппоненты:** доктор педагогических наук, профессор  
**Лубышева Людмила Ивановна**

кандидат педагогических наук, доцент  
**Алабужев Александр Ефимович**

**Ведущая организация:** ГОУ ВПО «Пермский государственный  
университет»

Защита состоится «30» мая 2007 года в 13.00 на заседании диссертационного совета Д 212.275.02 при Удмуртском государственном университете по адресу: 426034, г. Ижевск, ул. Университетская, д. 1, корп. 6, ауд. 301.

С диссертацией можно ознакомиться в библиотеке Удмуртского государственного университета (г. Ижевск, ул. Университетская, 1, корп. 2).

Автореферат разослан “ 27 ” апреля 2007 г.

Ученый секретарь  
диссертационного совета,  
кандидат психологических наук, доцент



Э.Р. Хакимов

## ОБЩАЯ ХАРАКТЕРИСТИКА РАБОТЫ

**Актуальность исследования.** Вопросы воспитательной, физкультурно-оздоровительной и спортивной деятельности детей и подростков в теории педагогики изучены в недостаточной степени. Более того, отсутствуют научно-обоснованные образовательные программы оздоровительной направленности для трудных подростков, позволяющие учитывать специфику содержания, методов, форм организации, особенностей управления воспитанием подростков.

Реформа образования, охватившая различные учреждения дополнительного образования, в том числе и клубы по месту жительства, привела к резкому уменьшению их количества. В результате этого сотни мальчишек и девочек, особенно из неблагополучных семей, предоставлены улице, подворотни, вокзалу.

Проведенный анализ научно-педагогической литературы и массовой практики содержательного наполнения свободного времени детей и подростков позволяет выделить виды деятельности, обеспечивающие эффективность работы с трудными подростками в рамках свободного времени. Большинство отечественных и зарубежных ученых определяют свободное время досуга и творческой деятельности вне учёбы в школе или другом образовательном учреждении и связывают его с деятельностью, используемой для самостоятельного удовлетворения потребностей и развития способностей подростка.

Подростки наиболее полно приобретут социальный опыт и реализуют себя как личности в таких общественных институтах воспитания, как клубы по месту жительства, которые являются частью учреждений дополнительного образования. От того, в каких условиях будет развиваться подрастающее поколение, какой жизненный опыт и образ жизни будет освоен детьми, подростками и молодёжью, зависит демографическое будущее страны, численность экономически активного населения и здоровье новых поколений.

Одним из способов содержательного заполнения свободного времени детей и подростков и видов социально педагогической деятельности учреждений дополнительного образования (УДО) в современных условиях становится оздоровительная деятельность.

Исследователи отмечают, что состояние здоровья - не только результат длительного неблагоприятного воздействия социально-экономических и экологических факторов, но и ряда педагогических факторов, таких как:

- стрессовая тактика авторитарной педагогики;
- интенсификация учебного процесса (постоянное увеличение темпа и объема учебной нагрузки);
- ранее начало дошкольного систематического обучения;

- несоответствие программ и технологии обучения функциональным и возрастным особенностям детей, несоблюдение элементарных физиолого-гигиенических требований к организации учебного процесса;
- недостаточная квалификация педагогов в вопросах развития и охраны здоровья детей;
- массовая безграмотность родителей в вопросах сохранения здоровья детей;
- провалы в существующей системе физического воспитания и частичное разрушение служб школьного врачебного контроля.

Укрепление и сохранение здоровья, формирование здорового образа жизни, увеличение физической и познавательной активности, овладение основами физической и спортивной культуры, рекреативно-оздоровительное времяпрепровождение подростков в их свободное время являются сегодня задачами государственной важности для всех социальных институтов.

Составной частью деятельности клубов по месту жительства является формирование здорового образа жизни среди детей и подростков, включающего рационально построенный режим учебы, отдыха, физических упражнений, объединенных в оптимальном двигательном режиме, правильное питание, закаливание, проведение гигиенических и психофизических мероприятий.

В ходе исследования выявлены **противоречия** между:

- потребностями трудных подростков в физических упражнениях и отсутствием условий и возможностей их реализации по месту жительства;
- существующей традиционной «знаниевой» подготовкой физкультурных кадров, с одной стороны, и потребностью в специалистах нового качества для оздоровительной работы с трудными подростками, с другой стороны;
- рассогласованием целей между обществом, с одной стороны, и отсутствием условий организации деятельности для трудных подростков, направленной на социально-педагогическую поддержку и адаптацию, с другой стороны.

Данные противоречия позволили сформулировать **проблему исследования**, суть которой заключается в разработке теоретических, методических и организационных основ деятельности клуба по месту жительства как учреждения дополнительного образования, направленного на социально-педагогическую поддержку развития личности трудного подростка средствами физической культуры и спорта.

**Цель исследования:** разработка и обоснование педагогической технологии индивидуально-мотивированной оздоровительной деятельности трудных подростков в клубах по месту жительства и проверка её эффективности.

**Объект исследования:** оздоровительная деятельность муниципальных клубов по месту жительства.

**Предмет исследования:** педагогические условия организации индивидуально-мотивированной оздоровительной деятельности трудного подростка в клубе по месту жительства.

**Гипотеза исследования:** процесс формирования индивидуально-мотивированной оздоровительной деятельности для трудных подростков в клубах по месту жительства может быть эффективен если:

- оказывается социально-педагогическая поддержка подросткам при выборе вида оздоровительной деятельности в клубах по месту жительства;
- учитываются интересы подростков при выборе оздоровительной деятельности в клубах по месту жительства;
- разработана технологическая модель индивидуально-мотивированной оздоровительной деятельности подростков в клубе по месту жительства;
- осуществляется подготовка и переподготовка специалистов физической культуры и спорта, осуществляющих деятельность в клубах по месту жительства.

Цель и гипотеза определили постановку следующих **задач исследования:**

1. Изучить сущность и особенности организации оздоровительной деятельности клубов по месту жительства в условиях муниципальных образований;
2. Выявить ценностные ориентации, факторы мотивации, интересы, индивидуальные особенности, оказывающие влияние на выбор подростка при организации занятий физической культурой и спортом в клубах по месту жительства;
3. Разработать педагогическую технологию индивидуально-мотивированной оздоровительной деятельности трудных подростков в клубе по месту жительства;
4. Проверить эффективность технологической модели индивидуально-мотивированной оздоровительной деятельности трудных подростков в клубе по месту жительства.

**Методологическую основу исследования** составляют труды классиков, раскрывающие теоретические вопросы формирования личности. Основополагающими явились положения: о личности, как совокупности индивидуально-биологических и социально-типичных черт человека; об эффективных здоровьесформирующих средствах сохранения и укрепления здоровья подрастающего поколения; о процессе широкого вовлечения трудных подростков в занятия физической культурой и спортом; роли мотивации поведения и ценностные ориентации подростков.

Анализу и обобщению были подвергнуты труды советских и зарубежных авторов по вопросам организации оздоровительной деятельности среди трудных подростков с учётом их ведущих мотивов.

**Теоретическая основа исследования:** использовались идеи теории развития личности и её субъекта (А.Г.Асмолов, Л.С.Выготский, В.В.Давыдов, Н.Ф.Тальзина, и др.); теория педагогической деятельности (С.И.Архангельский, А.А.Вербитский, Н.Н.Каримов, М.В.Кларин, Б.Т.Лихачёв, А.М.Моисеев, В.А.Сластёнин и др.); идеи личностно-ориентированного обучения (В.В.Белорус, Д.А.Белухин, М.Я.Виленский, В.С.Мерлин, и др.); теория мотивации учебно-тренировочного процесса (Л.И.Божович, Л.С.Выготский, В.П.Зинченко, А.Н.Леонтьев, В.Э.Чудновский, С.Л.Рубинштейн, Х.Хекхаузен, А.К.Маркова, Т.А.Матис, А.Б.Орлов, и др.), концепция образовательной компании по развёртыванию национальной системы спортивно-ориентированного физического воспитания (В.К. Бальсевич, Л.И. Лубышева), концепция физической культуры человека П.К. Петрова, В.М. Выдрина.

#### **Методы исследования.**

В процессе исследования использованы различные методы, условно подразделяемые на группы общенаучных и конкретно-научных.

К первой группе относятся теоретико-методологический анализ литературных и документальных источников; официальные статистические документы, сведения; педагогическое наблюдение; теоретический анализ эмпирических данных и их обобщение; проведение конкретных социологических исследований в форме анкетных опросов интервьюирование.

Вторую группу составили естественный педагогический эксперимент, педагогическая и статистическая оценка уровня физической подготовленности, физического развития подростков. Кроме того, применялись частные методы повседневного педагогического и социально-педагогического воздействия на подростков и их родителей. Проведён SWOT анализ, апробированы некоторые авторские предложения на практике, обсуждение материалов и результатов исследования со специалистами и общественностью, получены и учтены их экспертные оценки и рекомендации.

**Опытно-экспериментальной базой** исследования послужил муниципальный подростково-молодёжный клуб по месту жительства «Олимпиец», г. Чайковский. Эксперимент по реализации программы начался в 2002 году. Исследование проводилось во внеурочное время, среди подростков 13-15 лет, а также их родителей занимающихся подростков.

Исследование проводилось в несколько этапов.

**Первый этап (2002-2003 гг.)** – определение проблемы исследования, анализ литературы, изучение организации

оздоровительной, воспитательной работы среди подростков в клубах по месту жительства.

**Второй этап (2003-2004 гг.)** - подтверждение гипотезы исследования, позволяющей осуществить разработку оздоровительной программы, конструирование педагогической модели.

Проводилось изучение индивидуальной мотивации подростков и поиск организационных резервов совершенствования оздоровительного процесса.

**Третий этап (2004-2005 гг.)** - оценка эффективности разработанной программы; обработка, обобщение и систематизация результатов теоретической и экспериментальной работы. Полученные данные подвергались статистической обработке, формулировались выводы, оформлялись материалы исследования.

**Научная новизна** проведенного исследования:

- определены существенные характеристики и особенности организации оздоровительной деятельности клубов по месту жительства как учреждений дополнительного образования;
- выявлены ценностные ориентации, мотивация и индивидуальные особенности личности трудного подростка, оказывающие влияние на формирование осознанного и самостоятельного выбора оздоровительной деятельности в клубе по месту жительства;
- разработана технологическая модель индивидуально-мотивированной оздоровительной деятельности трудных подростков в клубах по месту жительства, обеспечивающей им успешную социальную адаптацию вступления во взрослую жизнь.

**Теоретическая значимость** исследования заключается в следующем: 1) обоснована педагогическая технология оздоровительной деятельности трудных подростков в клубах по месту жительства; 2) раскрыта индивидуальная мотивация каждого подростка к оздоровительной деятельности в клубах по месту жительства; 3) раскрыта сущность понятия «оздоровительная деятельность в клубах по месту жительства».

**Практическая значимость исследования** определяется тем, что разработанная индивидуально-мотивирующая программа занятий среди подростков может использоваться в учреждениях дополнительного образования, оздоровительного и начального этапов в ДЮСШ, ДЮКФП, клубах и способствовать укреплению здоровья, физическому развитию, повышению эффективности воспитательного процесса, развитию личности, воспитанию спортивной культуры. Материалы исследования могут быть использованы при составлении программ по физическому воспитанию детей и подростков в клубах по месту жительства, а также при обучении студентов средних и высших специальных учебных заведений и в системе повышения квалификации специалистов по физической культуре и спорту.

**На защиту выносятся следующие положения.**

1. К ценностным ориентациям, факторам мотивации трудных подростков, характеризующих их индивидуальность в выборе той или иной оздоровительной деятельности в клубах по месту жительства, относятся семья, улица, СМИ, клубы, школы, внешкольные учреждения, терминальные, инструментальные ценности.
2. Взаимосвязь социальных, педагогических, социально-экономических, психолого-педагогических и кадровых факторов влияет на формирование самоорганизующейся, саморазвивающейся образовательной среды - клуба по месту жительства как учреждения дополнительного образования, обеспечивающего востребованность и преемственность социально активной, здоровой духовно и физически, творческой личности подростка современным обществом.
3. Включение трудных подростков в оздоровительную деятельность осуществляется посредством внедрения технологической модели индивидуально-мотивированной деятельности.

**Апробация и внедрение результатов исследования** осуществлялись в форме участия автора в международных, всероссийских, региональных, межвузовских научно-практических конференциях: г. Чайковский (2003 г.), г. Пермь (2004г.), г. Набережные Челны (2004 г.), г. Санкт-Петербург (2005г.) и др., а также на семинаре «Совершенствование организационно-массовой спортивно-оздоровительной работы по месту жительства», на факультете переподготовки и повышения квалификации педагогических кадров. ПГПУ – 2004 г. Разработанная автором программа прошла апробацию и внедрена на базе муниципальных клубов по месту жительства «Олимпиец, «Гайдаровец» г. Чайковский – 2003-2005.

### **Структура и объём диссертации.**

Работа состоит из введения, трёх глав, выводов по главам, 27 рисунков, 28 таблиц, 1 схемы, общих выводов по диссертации, библиографии, включающей 151 источник, в том числе 26 на иностранных языках, приложения.

### **ОСНОВНОЕ СОДЕРЖАНИЕ ДИССЕРТАЦИИ**

**Во введении** обоснована актуальность темы исследования, ее новизна и практическая значимость, отражена степень разработанности проблемы, определена теоретико-методологическая основа исследования, сформулированы цели и задачи диссертационной работы.

**В первой главе «Теоретико-методологические основы социально-педагогической деятельности клубов по месту жительства как учреждений дополнительного образования»** рассматривается тезис о том, что социальное воспитание и обучение здоровью должны быть направлены на формирование у подрастающего поколения традиционной системы ценностей культуры, особенностей ведения здорового образа жизни в целях активной и продолжительной жизнедеятельности.

Современное общество, предъявляя новые требования к человеку, ставит педагогов перед острой необходимостью пересмотра многих педагогических позиций, усиления внимания к процессу личностного развития человека. Системе дополнительного образования при решении этих задач отводится особая роль. Возрождение и развитие в России спортивного, оздоровительного клубного движения в новых социально-экономических условиях становится одним из направлений государственной политики. Клубы, являясь учреждениями дополнительного образования, дают возможность более полно решать задачи всестороннего гармонического развития личности, создают возможность полноценного развития ребенка, своевременного самоопределения в обществе. Клуб в микрорайоне – это структурное подразделение дополнительного образования, что позволяет считать его реальной базой для работы с детьми и подростками во внеурочное время по месту жительства.

Социально-педагогические возможности дополнительного образования определяются тем, что оно создаёт социальную среду воспитания личности, формирования социальных норм, правил поведения, усвоения социальных ролей. Этому способствует доступность и открытость учреждений дополнительного образования и, в частности, клубов по месту жительства, для разных категорий детей: детей с разным уровнем интеллектуального развития, из разных слоёв общества, с ограниченными возможностями здоровья, с отклонениями в поведении.

Анализ научной литературы показал, что внешкольные учреждения рассматриваются как важные социальные институты, нацеленные на воспитание и социализацию подрастающего поколения.

**Во второй главе «Анализ среды, характеризующей развитие оздоровительной деятельности трудных подростков, занимающихся в клубах по месту жительства»** проведён анализ проблем организации досуговой, оздоровительной деятельности в клубах по месту жительства трудных подростков, которые, в свою очередь, классифицируются на подростков, состоящих на учёте в ОВД, подростков из малообеспеченных семей, из асоциальных семей, семей безработных граждан, а также подростков с отклонениями в поведении и т.д.

Отличительная черта трудных подростков – это нежелание и неспособность к целенаправленному усвоению какого-либо материала, нарушение способности к восприятию. Подростки убеждены, что они никому не нужны, их никто не любит. Единственным источником понимания и внимания становится улица, сверстники, которые поддерживают любые действия, поступки, интересы.

Данные статистики свидетельствуют о том, что в городе Чайковский, например, во всех 14-и клубах занимается 6896 детей и подростков, что составляет 34,8% от общего числа населения в возрасте 10 – 18 лет. Причём, количество занимающихся в подростково-молодежных клубах по месту жительства составляет 5083 (25,7%), тогда как в спортивных клубах комитета

физической культуры и спорта количество занимающихся значительно меньше и составляет 1813 (9,1%) детей. Данную ситуацию можно объяснить тем, что подростково-молодежные клубы по месту жительства системы комитета по молодежной политике предлагают больший выбор кружков, групп, секций разной направленности для занятий, в отличие от клубов спортивного характера, где вся деятельность ведётся по одному или двум конкретным видам спорта.

Количество посещающих подростково-молодежные клубы за последние пять лет неравномерно. Слабо развитым направлением работы клубов по месту жительства является спортивное и оздоровительное. По ряду объективных и субъективных причин далеко не все подростки, в частности трудные подростки, посещают спортивные секции и клубы, для них главной становится возможность играть на площадках перед домом (если таковые имеются и достаточно оборудованы), на открытых стадионах микрорайонов. Поэтому организация занятий физической культурой и спортом по месту жительства является оптимальной возможностью реализовать потребности подрастающего поколения в игре и общении.

Для успешной реализации запланированных мероприятий, определяющих деятельность клуба, необходим кадровый потенциал, способный осуществить поставленные перед клубом цели и задачи.

Тема кадров становится наиболее актуальной, так как для организации социально-педагогической деятельности нужны особые кадры, имеющие специальные знания по организации социально-педагогической деятельности в клубах по месту жительства.

Характеризуя кадровый потенциал работников клубов по месту жительства можно отметить, что 52% имеют педагогическое образование, 47% из них - высшее. Анализируя результаты своей работы 50% опрошенных специалистов, считают, что их работа в клубе формирует будущее поколение, а 36,1% - считают ее общественно значимой.

По результатам интервьюирования, главными факторами, отрицательно влияющими на систематичность повышения квалификации работников в клубах по месту жительства, являются: дефицит времени; несистематичность проведения курсов по специальности в образовательных учреждениях, стажировки. Кроме того, отсутствует система повышения квалификации внутри клуба, не говоря уже о самообразовании.

Полученная информация позволила нам использовать такой метод, как SWOT анализ (strength – силы, weakness – слабости, opportunities – возможности, threats – угрозы), который предполагает выявление сильных и слабых сторон деятельности организации, а также угроз и возможностей внешней среды и установление цепочек взаимосвязей, которые могут быть использованы для формирования эффективной работы организации.

На основе анализа внешней среды организации были определены угрозы и возможности развития клубов по месту жительства г. Чайковского. Анализ внутренней среды организации выявил силы и слабости клубов по месту жительства.

Внешняя среда клубов по месту жительства среди возможностей называет такие факторы как улучшение материально-технической базы, заинтересованность вышестоящих работников, привлечение молодых, новых специалистов, открытие новых клубов, секций, обеспечение спонсорской поддержки и др.

Угрозы внешней среды - недостаточная поддержка органов местного самоуправления; недостаточная научно-методическая обеспеченность физкультурных работников в клубах; непонимание административного аппарата клубов значимости и приоритетности спортивной, оздоровительной деятельности; недостаточное финансирование; слабое взаимодействие клуба с семьёй, недостаточное участие родителей в деятельности клубов по месту жительства и др.

Рассматривая количественное соотношение между сильными и слабыми сторонами, отметим, что степень «слабости» превалирует. В категорию же угроз входят как текущие проблемы, так и проблемы масштабного характера

По мнению специалистов, улучшение качества работы клубов по месту жительства разрешимо при условии определённых «возможностей», реализовав которые уровень эффективности управления клубным процессом значительно повысится.

Анализ состояния организации оздоровительной деятельности в клубах по месту жительства позволил установить, что это сложное, многоструктурное образование, решающее специфические задачи вовлечения трудных подростков в различные виды деятельности, развития и адаптации личности подростка в будущую взрослую жизнь.

Существующие физкультурно-оздоровительные, воспитательные программы клубов по месту жительства, призваны повышать занятость подростков, вовлекать их в систематические занятия, однако численность занимающихся в кружках, секциях, по видам спорта, находится на низком уровне. Данная ситуация, как показывают исследования, сдерживается рядом существующих в клубах проблем пути решения которых, как правило, зависят как от внешней, так и внутренней среды деятельности клуба.

Общение с группой сверстников, друзей способствует овладению новыми, более сложными формами физической активности, отражающими традиции определенных возрастных групп и потребности современности. Отношения между сверстниками более демократичны, чем отношения между детьми и родителями. Дети вступают в широкую сеть контактов между собой, которые могут сохраниться на протяжении всей жизни индивида. Группу сверстников составляют подростки с улицы, школы, внешкольных учреждений, в том числе и клубов по месту жительства. Значительное влияние оказывает на подростков такой факторы как улица (25,0%). Клубы по месту жительства лишь в малой степени (5,0%) оказывают влияние на развитие подростков.

Анализ иерархии ценностей, позволил выявить закономерности, позволяющие предположить сформированность у трудных подростков, занимающихся в экспериментальной группе, системы ценностей,

направленной на формирование у них потребности в оздоровлении средствами физической культуры и спорта.

В экспериментальной группе 28,0% подростков выбрали творческую деятельность, 20,0% - практическую. Это говорит о том, что подростки стремятся к активному, здоровому образу жизни.

В контрольной группе 28,0% подростков проявили интерес к практической деятельности, к творческой - 24,0%, то есть, у подростков нет ни выраженного интереса к данному виду деятельности, ни явного её неприятия.

При организации занятий в клубах по месту жительства учёт этих данных позволит развивать интересы трудных подростков.

100% подростков отдали предпочтение занятиям горнолыжным спортом. На втором месте (88%) находятся развлечения (люблю гулять, отмечать дни рождения, праздники и др.) 12% подростков не любят трудиться. Установлено, что 44% подростков не любят учиться. В то же время 24% отметили, что не любят дурные привычки. Большинство (52%), не любят, когда их унижают, относятся к ним высокомерно, обманывают.

Изучая личностную ориентацию трудных подростков, мы получили следующие результаты:

1. *Направленность на себя (Я)* - 36,0%, то есть это те подростки, ориентация которых направлена на прямое вознаграждение и удовлетворение своей деятельностью.
2. *Направленность на общение (О)* – 32,0% это подростки, которые стремятся при любых условиях поддерживать отношения внутри учебно-тренировочной группы, ориентируются на совместную работу в оздоровительной деятельности.
3. *Направленность на дело (Д)* – 32,0%, подростки, которые заинтересованы в выполнении заданий во время учебно-тренировочного занятия и стремятся выполнить его как можно лучше.

Анализ диагностической методики «проектный рисунок» показывает, что у 36% подростков наблюдается «несоответствие возможностей и желаний»; 32% подростков «реально оценивают свои возможности»; 20% - «спортсмены, индивидуалисты» и 12% демонстрируют себя как «неуверенный подросток».

Сравнительный анализ результатов исследования позволил определить ведущие мотивы, личностные особенности, а так же способности к какой-либо деятельности подростков (табл. 1).

Проведенный анализ разных аспектов деятельности клубов по месту жительства, позволил нам разработать педагогическую технологию, позволяющую в соответствии с состоянием здоровья, интересам, мотивам, индивидуальным способностям социально незащищённых, растерянных, недоверчивых подростков, осваивать ценности физической культуры и спорта.

**В третьей главе «Педагогическая технология личностно-мотивированной оздоровительной деятельности трудных подростков в клубах по месту жительства»** рассматривается клуб по месту жительства как целостная система. Имеется в виду то, что она состоит из частей (компонентов), в качестве которых выступают коллективы педагогов дополнительного

образования, детей и подростков, занимающихся в отделениях, администрация. Эту же систему можно рассматривать и через образовательный процесс, протекающий в клубе, направленный на формирование личности подростка, спортивной культуры, развитие физических качеств во время оздоровительных занятий, как в группе, так и самостоятельно.

Таблица 1

**Характеристики занимающихся подростки**

	<b>Наиболее выраженные</b>	<b>Наименее выраженные</b>
Мотивация	Практическая, творческая	Социальная, организаторская
	Спортивная, оздоровительная деятельность	Красота при выполнении физических упражнений
Личностные особенности	Самоактуализация в сфере ФК и С., индивидуализм, стремление к занятиям на Г/Л, физические данные	Чтение, стремление к лидерству
Физические качества	Скорость, гибкость, выносливость	Сила

Педагогическая система клуба по месту жительства является воспитывающим социумом, в котором субкультура определяет факторы влияния на процессы развития подростка, взаимодействия со сверстниками, взрослыми.

Для развития оздоровительного направления в клубах по месту жительства как открытой педагогической системы была разработана индивидуально-мотивированная модель, которая представлена в диссертации в главе 3, параграф 3.2.

Целью клуба по месту жительства в условиях внедрения разработанной технологии является оказание педагогической поддержки трудным подросткам, удовлетворение потребности в двигательной активности, развитие жизнеобеспечивающих физических качеств, формирование спортивной культуры, их социальное самоопределение.

Сформулированная таким образом цель является системообразующим фактором педагогического процесса и от нее зависит проектирование содержания деятельности. Предусмотрены, как коллективные, так и индивидуальные формы и методы работы с подростками.

Представленная педагогическая технология состоит из нескольких направлений, реализуемых в виде программ:

- учебно-тренировочные занятия по видам деятельности;
- коммуникативное взаимодействие;
- совместная работа с родителями;
- воспитательная работа с подростками.

В отличие от ранее разработанных и ныне действующих программ по оздоровительной деятельности, данная учебная программа характеризуется тем, что она:

- формирует основные мотивы к систематическим занятиям;
- обеспечивает занимающихся подростков специальными знаниями по виду деятельности (горные лыжи, конные прогулки);
- ориентирует на их использование, как в организованных, так и самостоятельных формах организации учебно-тренировочного процесса;
- формирует спортивную культуру занимающихся подростков;
- обеспечивает самоактуализацию подростков на занятиях, а в дальнейшем в работе с людьми;
- способствует повышению уровня двигательных умений и навыков.

Объём учебно-тренировочного времени на овладение программным материалом составляет 308 учебных часов в год (четыре занятия в неделю по два академических часа). В программе представлен примерный годовой план-график с разбивкой часов на основные виды подготовки в течение учебного года. Распределение тренировочного времени может изменяться в зависимости от спортивных, оздоровительных задач, поставленных тренером-преподавателем.

Внедрение, предложенной индивидуально-мотивированной оздоровительной деятельности подростков в клубе по месту жительства состоит из трёх технологических этапов: 1. получение информации об изучаемой проблеме; 2. определение целей внедрения программы; 3. разработка структуры программы – технологическая карта внедрения программы.

При разработке технологий формирования здорового образа жизни в системе дополнительного образования мы исходили из того, что это новое, непривычное и не совсем понятное дело, которым педагоги дополнительного образования не занимались целенаправленно. На сегодняшний день не существует и системы их подготовки в данной области. В основе этих технологий – партнёрство, сотворчество подростков, педагогов и семьи, полезное здоровью каждого занимающегося.

В результате внедрения индивидуально-мотивированной оздоровительной модели, наблюдая за подростками во время занятий, мы выявили следующие изменения, происходящие в них:

- отношение к рациону питания;
- отношение к природе (желание чаще бывать на природе, не зависимо от времени года);
- соблюдение правил личной гигиены;
- привлечение своих друзей, знакомых к занятиям физической культурой;
- большая раскомплексованность;
- активное участие в спортивно-массовых мероприятиях городского, областного уровня.

Данные изменения были подтверждены родителями во время интервью.

Проводимые акции родителей совместно с подростками направлены на сближение со своими детьми посредством физической культуры, к преобразованию отношений между родителями и детьми (табл. 2).

Анализ действий во время занятий позволяет отметить большой интерес у мам и пап, укрепление семьи, возрождение и зарождение семейных

традиций, восполнение пробела в психолого-педагогических, физкультурно-спортивных знаниях родителей, сохранение здоровья, формирование спортивной культуры подростков.

Таблица 2

**Программа совместных занятий подростков и родителей**

Цель	Средства	Действия		Результат
		Подростки	Родители	
1. Создание командного духа	Тренинги, учебно-тренировочные занятия, игры, соревнования	Разыгрывание роли, выполнение заданий	Активное участие в мероприятиях иниционирования действий по сплочению. Выявление общей проблемы	Создание единой команды  Нахождение «общего языка» между родителями и детьми
2. Оптимальное общение	Тренинги, учебно-тренировочные занятия, уход за животными, соревнования	Веревочный курс, Снежный ком», Испанские скачки»	«Умею ли я чувствовать рядом с собой человека». Совместная игра в футбол, «Зимние забавы»	Коммуникативные навыки. Адекватное отношение друг к другу
3. Создание гармонизации между подростками родителями	Тренинги, спортивные мероприятия	Гармонизация подростково-родительских отношений	Достижение гармонизации родителей и подростков	Нахождение контакта родителей и детей в различных ситуациях

Для оценки эффективности разработанной индивидуально-мотивированной программы в клубах по месту жительства, мы провели сравнительный анализ результатов физического развития, физической подготовленности, состояния здоровья подростков до начала и после эксперимента. Для изучения физической подготовленности использовались следующие тесты: бег 30 метров; подтягивание для мальчиков, для девочек подтягивание под углом 45 градусов на перекладине; челночный бег 3x10; наклон вперёд из положения сидя (см); бег 1000 м; сгибание разгибание корпуса из положения лёжа (количество раз). В тестировании участвовали экспериментальная и контрольная группы.

Для изучения уровня физического развития проводили следующие замеры: экскурсия грудной клетки (вдох, выдох, пауза); динамометрия (правая, левая рука); спирометрия; пульс (уд/мин.). Рассматривая уровень физического развития, физической подготовленности, мы в первую очередь проверяли результаты измерений на подчинение закону нормального распределения. Достоверность результатов проверилась с помощью метода U – критерия Манна-Уитни.

Проведённое первоначальное тестирование уровня физической подготовленности показало, что экспериментальная и контрольная группы по большинству исследуемым показателям статистически не отличаются друг от друга ( $P > 0,05$ ). Различия были выявлены по показателям бега на 30 метров, поднимания туловища из положения лёжа на спине у мальчиков, челночного бега 3x10 и наклонов вперёд из положения сидя у мальчиков. В данных тестах результаты контрольной группы оказались достоверно ниже, чем результаты экспериментальной группы.

Повторное тестирование показало достоверные различия между экспериментальной и контрольной группами. Количественные показатели в тесте бег 30 метров у мальчиков Э.Г. выросли и составили от 5,0 сек. до 4,6 сек. ( $P < 0,05$ ), в контрольной группе существенного прироста не наблюдается от 4,7 сек. до 4,7 сек. ( $P < 0,05$ ), что свидетельствует о достоверных различиях в экспериментальной группе и наблюдается стабильное состояние в контрольной группе. У девочек ( $P < 0,05$ ), от 5,6 сек. до 5,0 в Э.Г. и в К.Г. так же наблюдается тенденция улучшения результатов от 5,8 сек. до 5,6 сек. В конце эксперимента результаты обеих групп достоверно улучшились ( $P < 0,05$ ). Средние значения показателя в беге на 30 метров в экспериментальной группе составили  $4,79 \pm 0,48$ , а в контрольной группе –  $4,82 \pm 0,62$ . В тесте поднимание туловища из положения лёжа на спине: значения начальных показателей в обеих группах возросли. В экспериментальной они были равны  $29,00 \pm 7,80$ , соответственно прирост составил 4,36%, в контрольной группе –  $29,40 \pm 4,58$ , прирост – 2,64%. В тесте челночный бег 3 x 10: Прирост в экспериментальной группе составил -1,60, в экспериментальной группе -0,59, соответственно ( $P < 0,05$ ). В тесте на гибкость: средние результаты в экспериментальной группе в конце эксперимента составляют  $13,04 \pm 3,42$  и  $11,06 \pm 4,27$  в контрольной соответственно. Средние показатели в беге на 1000 метров в экспериментальной и контрольной группах статистически различны:  $3,78 \pm 0,54$  и  $3,55 \pm 0,43$  соответственно.

Рассмотрим динамику физического развития подростков 13-15 лет экспериментальной и контрольной групп.

По окончании эксперимента по изучаемому показателю «выдох» результаты Э.Г. достоверно превосходят результаты К.Г. Его среднее значение в экспериментальной группе равно  $78,32 \pm 3,64$ . Среднее значение этого показателя у подростков контрольной группы оказалось равным –  $79,04 \pm 7,21$ . У подростков Э.Г. показатель «выдох» на 3,64 больше чем в К.Г, их результат 2,67.

Другой показатель - пауза, в том же тесте - экскурсия грудной клетки, первоначально имеет различия между экспериментальной и контрольной группой. Среднее значение составило -  $76,84 \pm 7,08$  в экспериментальной и  $77,33 \pm 7,06$  в контрольной группе. Начальное тестирование выявило, что наблюдается достоверная разница ( $P < 0,05$ ). По окончании эксперимента результаты в обеих группах достоверно изменились. Средний результат экспериментальной группы составил  $79,12 \pm 6,98$  и  $79,54 \pm 7,49$  в контрольной группе.

Наряду с изучением физической подготовленности и физическим развитием подростков, проводилось повторное тестирование по ценностям физической культуры и спорта среди занимающихся в экспериментальной и контрольных группах. В Э.Г. ценности распределились следующим образом: здоровье – 1 место, ум – 2, трудолюбие – 3, красота – 4, смелость – 5, сила – 6, решительность – 7. К.Г.: сила – 1 место, здоровье – 2, красота – 3, смелость – 4, трудолюбие – 5, решительность – 6, ум – 7.

Анализ ценностей физической культуры и спорта показал, что в результате работы с трудными подростками в течение эксперимента, произошли изменения относительно ценностей физической культуры и спорта среди занимающихся. В Э.Г стала выше оцениваться категория «трудолюбие», что говорит об эффективности воспитательной, образовательной работы с подростками. Кроме того, отметим, что подростки из Э.Г в течение учебно-тренировочных занятий осознали, что без приложения усилий нельзя получить желаемый результат. В контрольной группе возросла значимость такой ценности как «красота». В первую очередь, и в экспериментальной и контрольной группах, данное качество понимается как красивая фигура, телосложение, красота выполняемых движений.

Об эффективности внедрения программы свидетельствует также и то, что в настоящее время большинство подростков в экспериментальной группе продолжают заниматься различными видами физкультурной, спортивной деятельностью: 40,0% подростков занимаются горными лыжами, 16,0% - футболом, 12,0% - силовой подготовкой, 12,0% - танцами, 8,0% - занялись тренерской деятельностью по горным лыжам, 8,0% - аэробикой, 4,0% продолжают заниматься верховой ездой.

Проведённые занятия позволили сформировать у трудных подростков спортивную культуру, ценности, мотивы к занятиям физической культурой, выбрать именно тот вид деятельности, к которому проявляется наибольший интерес, расположенность.

В связи с этим важно избегать стандартных методов воспитания подростков, однообразия учебно-тренировочной деятельности, но необходимо помогать занимающимся проявлять себя как личность.

## **ВЫВОДЫ**

1. Назначение системы клубов по месту жительства: создавать трудному подростку возможности для удовлетворения его стремлений к самоопределению, самореализации, оздоровлению, воспитанию спортивной культуры. Однако, анализ литературы показывает отсутствие целенаправленного научно-методического обеспечения физкультурно-

оздоровительного процесса, недостаточную ориентированность педагогов на получение конкретного результата. Большинство педагогов рассматривают свою деятельность в клубах как временное явление.

2. Выявлены факторы мотивации, оказывающие влияние на трудного подростка: семья – 25,0%, улица – 25,0%, СМИ – 20,0%. Клубы по месту жительства только 5,0%. Уровень мотивации в Э.Г выше среднего, в К.Г - средний уровень. В Э.Г выражена мотивация к творческой деятельности – 28%. В К.Г - к практической деятельности (28%). Основной мотив к выбору деятельности - телевидение -80,0% , передачи спортивного характера. Определён рейтинг ценностных ориентаций: здоровье, ум, смелость, трудолюбие, красота, сила, решительность. Терминальные ценности: здоровье, активная деятельная жизнь, развлечения, наличие хороших и верных друзей, материально-обеспеченная жизнь, познание. Индивидуальные особенности: самоактуализация подростков в сфере ФК и С. Самоактуализированных – 48,0% в Э.Г. Изучена ориентация личности подростков: направленность на себя (Я) - 36%, направленность на общение (О) – 32%, направленность на дело (Д) – 32%. У 36% подростков наблюдается «несоответствие возможностей и желаний»; 32% это «практики, реально оценивающие свои возможности»; 20% - «спортсмен, индивидуалист» и 12% - характеризуются как «неуверенный подросток».
3. Создана технологическая модель и на её основе педагогическая технология, которые позволили определить цель, задачи, формы и методы работы с трудными подростками.
4. Выявлены достоверные различия по результатам оценки уровня физической подготовленности, физического развития в экспериментальной группе ( $p < 0,05$ ), кроме теста подтягивание на перекладине. Ранжирование ценностей физической культуры и спорта в Э.Г составили: здоровье, ум, трудолюбие, красота, смелость, сила, решительность. У подростков сформировались ценности, мотивы к физической культуре и спорту, так как после эксперимента никто не перестал заниматься занятиями физической культурой и спортом.

**Основные положения диссертационной работы нашли отражение в следующих публикациях:**

Публикации в изданиях, рекомендованных ВАК:

1. Пысина Н.В. Педагогическая технология индивидуально-мотивированной спортивно-оздоровительной деятельности подростков в клубах по месту жительства // Физическая культура: воспитание, образование, тренировка. 2007. - № 1. – С. 25 – 27.

Перечень работ, в которых опубликованы научные результаты, включённые в диссертацию:

1. Пысина Н.В. Из опыта работы клуба «Орден Добра». // Технологии и методики в спорте, физической культуре и туризме: Сб. материалов Всеросс. науч. - практ. конф., г. Чайковский: ЧГИФК, 2002. - С. 133-134.
1. Пысина Н.В. Из опыта работы клуба «Олимпиец». // Спорт-стиль жизни: Материалы межрегион. науч. - практ. конф. - Пермь – 2003. – С. 14-15.

2. Белова Г.Б. , Пысина Н.В. Изучение степени самоактуализации у занимающихся подросток // Актуальные проблемы развития физической культуры и спорта: Материалы Всеросс. науч. – практ. конф. – Ижевск: УдГУ, 2004. - С. 84.
3. Пысина Н.В. К вопросу об индивидуально-мотивированной физкультурно-оздоровительной деятельности детей и подростков, занимающиеся в клубах по месту жительства // Физическая культура и спорт в условиях современных социально-экономических преобразований в России: Материалы науч. – практ. конф. – Москва: РАМН, 2003. – С. 98.
4. Пысина Н.В. Организационно-педагогические особенности индивидуально-мотивированной деятельности подростков // Молодёжная наука Прикамья - 2004: Материалы областной науч. – практ. конф. молодых учёных и студентов. – Пермь: ПГПУ, 2004. – С. 61.
5. Пысина Н.В., Белова Г.Б. Организационно-педагогические аспекты здоровьесбережения обучающихся // Спорт и здоровье: Материалы второго междунар. конгресса. - Санкт-Петербург, 2005. – С. 32.
6. Пысина Н.В. Индивидуальная мотивация к занятиям физической культурой подростков по месту жительства // Потребность и мотивация интереса населения к занятиям физической культурой и спортом, формированию ЗОЖ: Материалы Всеросс. науч. – практ. конф. - Набережные Челны: КамГИФК, 2004.
7. Пысина Н.В. Организационно-педагогические особенности индивидуально-мотивационной физкультурно-оздоровительной деятельности трудных подростков по месту жительства. // Актуальные проблемы физического воспитания и спорта: Материалы Всеросс. науч. – практ. конф. – Пермь: ПГПУ, 2005. С. 47.
8. Пысина Н.В. Проблема кадрового обеспечения в клубах по месту жительства // Совершенствование системы профессиональной подготовки повышения квалификации кадров в области ФК и С: Материалы Всеросс. науч. – практ. конф. – Ижевск: УдГУ, 2006.
10. Пысина Н.В. Организационно-педагогическое содержание спортивно-оздоровительной деятельности подростков в клубе по месту жительства совместно с родителями // Актуальные проблемы развития физической культуры и спорта: Сб. тезисов Всеросс. науч. – практ. конф. – Ижевск: УдГУ, 2007. – С. 116 – 117.
11. Пысина Н.В. Формирование спортивной культуры трудных подростков занимающихся в клубах по месту жительства // Спортивно ориентированная система физического воспитания - педагогическая технология XXI века: Материалы Всеросс. науч.- практ. конф. - Пермь: ПГПУ, 2007.-С.98.

Подписано в печать 24.04.07 г.  
Формат 60 × 84 1/16  
Тираж 120 экз.  
617764, Пермская обл., г. Чайковский,  
ул. Ленина, 67 ауд. 229-230