

весенние каникулы, так как проблемы организации отдыха детей наблюдаются и в эти временные периоды. В качестве основных показателей, определяющих эффективность проекта, организаторами будут рассматриваться:

- спрос на предлагаемые услуги со стороны участников, т.е. детей и подростков;
- спрос со стороны родителей; спрос на дополнительные платные услуги, не входящие в основной перечень услуг проекта;
- возможность самокупаемости за счет предоставления услуг лицам, не являющимся учениками данной школы;
- объема спонсорской помощи;
- перспектив дополнительного финансирования за счет альтернативных источников.

Полученные данные позволят определить дальнейшие перспективы и целесообразность развития проекта, расширения его масштабов, трансляции опыта на другие районы города и края.

Следует отметить, что отдельные этапы проекта были реализованы в предыдущие периоды и доказали свою эффективность.

Таким образом, полученный практический опыт и изучение данных предварительного опроса потенциальных участников проекта, позволяют сделать вывод, что данный проект является своевременным, актуальным и востребованным имеет все необходимые ресурсы для начала реализации. По предварительным данным он должен быть эффективным и экономически выгодным. Все возможные риски, связанные с отсутствием спроса со стороны участников, нежеланием студентов принимать участие в качестве тренеров и кураторов, недостатком финансовых ресурсов и прочего, могут быть минимизированы путем своевременного решения поставленных задач. Следовательно, деятельность по реализации данного проекта может считаться целесообразной.

### ***Библиографический список***

1. Байбородова Л. В. Проектная деятельность школьников в разновозрастных группах: пособие для учителей общеобразовательных организаций / Л. В. Байбородова, Л. Н. Серебрянников. – М.: Просвещение, 2013. – 175 с. – (Работаем по новым стандартам).
2. Белогуров, А. Летний лагерь как среда социализации / А. Белогуров // Народное образование. — 2009. — № 3. — С. 15—16.
3. Зуев, А. М. Проектная деятельность в образовательном процессе // Основы безопасности жизни. – 2014. - № 1. – С. 36-41

***Иванова М.М., канд. пед. наук, доцент кафедры теоретических основ физического воспитания***

***Воронцов И.Ю., студент Института физической культуры и спорта***

Алтайский государственный педагогический университет  
г. Барнаул

### **ФИЗИЧЕСКАЯ ПОДГОТОВКА КАДЕТОВ СРЕДНЕГО ШКОЛЬНОГО ВОЗРАСТА НА УРОКАХ ФИЗИЧЕСКОЙ КУЛЬТУРЫ СРЕДСТВАМИ ПОДВИЖНЫХ ИГР**

***Аннотация.*** В научной статье осуществлен теоретический анализ проблемы физической подготовки кадетов 6 класса на уроках физической культуры средствами подвижных игр. Выявлен ряд противоречий, имеющих в современной системе школьного физического воспитания. Разработана и апробирована программа физической подготовки кадетов 6 класса на уроках физической культуры средствами подвижных игр. Опытным-экспериментальным путем выявлена эффективность разработанной программы.

**Ключевые слова:** учебный процесс, кадеты, физическая подготовка, подвижные игры, урок физической культуры, педагогический эксперимент.

**Ivanova M.M.**

**Vorontsov I.Yu.**

## **PHYSICAL TRAINING OF CADETS OF MIDDLE SCHOOL AGE IN PHYSICAL CULTURE LESSONS BY MEANS OF MOBILE GAMES**

**Abstract:** *The scientific article provides a theoretical analysis of the problem of physical training of cadets of the 6th grade at physical education lessons by means of outdoor games. A number of contradictions that exist in the modern system of school physical education have been revealed. A program of physical training of cadets of the 6th grade was developed and tested at physical education lessons by means of outdoor games. The effectiveness of the developed program has been experimentally revealed.*

**Key words:** educational process, cadets, physical training, outdoor games, physical culture lesson, pedagogical experiment.

Кадетское воспитание – это строго согласованная с общими началами российского государственного устройства система развития личности с целью подготовки его к службе Отечеству на гражданском и военном поприще, выполняемая подготовленными специалистами в условиях интерната с военизированным укладом жизнедеятельности и раздельным обучением (И.Н. Андрушкевич, М.В. Богуславский, В.М. Котков, А.Н. Овечкин, Е.О. Попов, Ю.В. Харланова). Традиционно воспитание кадетов осуществлялось в единстве с воинским, нравственным и эстетическим воспитанием. Его цель заключалась в подготовке преданных Отечеству, крепких и закаленных кадетов, способных переносить высокие физические нагрузки и различные ситуации, связанные с условиями психической напряженности.

В специфических условиях учебного процесса кадетских школ у обучающихся под воздействием строгого распорядка, систематических занятий по физической, строевой подготовке, разнообразных тренировок, условий казарменной жизни может возникать пресыщение и монотипия, связанные с однообразием деятельности и как следствие снижение интереса и мотивации к учебному процессу. В связи с этим использование специально подобранных игр может способствовать психологической разгрузке обучающихся, повышению военно-специальной подготовленности, воспитанию психической устойчивости, уверенности в своих силах, целеустремленности, смелости и решительности, инициативы и находчивости, настойчивости и упорства, выдержки и самообладания, дисциплинированности и коллективизма, формирование здорового образа жизни [1, 2, 5, 9].

В системе общего образования и в специфических условиях образовательного процесса кадетов существует значительное разнообразие средств физического воспитания, однако при всем многообразии особое место, в силу своей универсальности, доступности, эмоциональности и привлекательности, занимают подвижные и спортивные игры. Педагогическая ценность игр заключается в том, что они оказывают комплексное воздействие на все физические и духовные функции обучающегося одновременно. Характерной чертой игр является ярко выраженная роль движений в содержательных аспектах (бега, прыжков, бросков, передач и ловли мяча, сопротивление и др.). Двигательные действия направляются на преодоление различных трудностей и препятствий, стоящих на пути достижения цели игры. В играх закрепляются и совершенствуются естественные движения и отдельные умения и навыки, которые приобретены на занятиях подвижными играми.

В российской педагогической системе забота о здоровье детей всегда была в центре внимания исследователей. В работах П.П. Блонского, В.П. Кащенко, П.Ф. Лесгафта, В.А.

Сухомлинского, К.Д. Ушинского охарактеризована роль школы в создании условий для воспитания разносторонне развитой личности ребёнка. Авторы рассматривают одним из основных средств развития физической подготовленности подвижные игры. Являясь важным средством физического воспитания, подвижная игра одновременно оказывает оздоровительное воздействие на организм ребенка. Игровая деятельность детей у подростков представляет собой важный фактор их всестороннего гармонического развития (А.И. Медведецкий, И.И. Гребешева). Подвижные приобретают особенное значение в физическом воспитании подрастающего поколения и его подготовке к труду и обороне Родины, особенностью которых является активная деятельность, включающая все основные виды движений: ходьбу, бег, прыжки, лазание, метание и т. д. [6, 7, 8].

Физическую культуру и спорт как социально-культурные феномены часто сравнивают с игровой деятельностью. В игре сочетаются два главных фактора: с одной стороны, игра – это практическая деятельность, физическое развитие, формирование умения самостоятельно действовать, а с другой – получение морально-психологического и эстетического удовлетворения от этой деятельности, углубленное освоение окружающего мира (Л.П. Гуреев, В.М. Качашкин, А.П. Матвеев и др.).

Разработкой содержания и методики подвижных игр, изучением их роли в физическом развитии детей разного возраста занимались и продолжают заниматься отечественные ученые и практики (З.М. Богуславская, В.М. Григорьев, Ю.Ф. Змановский, И.М. Коротков, Е.И. Янкелевич и др.).

Психолого-педагогические аспекты игрового подхода рассмотрены в трудах А.П. Аникеева, И. Байер, А.Я. Большунов, А.В. Серых, О.Н. Крылова, Г.А. Ляпина, К.А. Радина, Е.А. Стрелкова, Е.А. Фомин, С.А. Шмаков, М.Г. Яновская и др. Исследованием вопросов, связанных с использованием игр в процессе физического воспитания занимались Л.В. Былеева, А. Бриедис, Г.Г. Водолажский, Е.М. Геллер, М.А. Державец, Н.П. Маршев, В.П. Ратников, Ю.С. Слащева, С. Стражиньска, В.Г. Яковлев и др.

Несмотря на значительное количество научных и методических разработок по проблеме исследования, в педагогической теории и практике имеется ряд недостаточно освещенных аспектов, а именно:

- исследования в области игровых технологий направлены на решение вопросов применения игр и игровых технологий при обучении дошкольников и младших школьников либо в узко методическом аспекте при изучении отдельной дисциплины, либо при спортивной подготовке;

- недостаточно изученным остается вопрос о возможностях применения игровых технологий в процессе физического воспитания кадетов средних классов, а именно: при обучении двигательным действиям, при воспитании двигательных способностей, при формировании положительной мотивации и интереса к занятиям и улучшению взаимоотношений внутри классного коллектива и т. д.;

- не в полной мере разработана система игровых технологий для обучения упражнениям учащихся 11-12 лет, органично связанной с программным материалом, направленной на развитие двигательных способностей, необходимых для качественного овладения техникой упражнений базовых разделов учебной программы в условиях кадетской школы с учетом специфики учебного процесса.

Возникшие противоречия обусловили необходимость поиска новых методических подходов в процессе физической подготовки кадетов на основе игрового подхода. Целью нашего исследования явилась разработка и экспериментальная проверка эффективности методики физической подготовки кадетов среднего школьного возраста средствами подвижных игр.

Подвижные игры – это смешанная (циклическая и ациклическая) деятельность. Она имеет преимущественно динамический, скоростно-силовой характер. Выполнение таких действий, как перемещение по залу, проведение разнообразных бросков и ударов, а также защит от нападения противника, требуют значительного развития быстроты мышления, а

многие игровые приемы невозможны без развития физических качеств. Статические напряжения мышц не являются характерными для игровой деятельности, однако и они нередко возникают в процессе игр, например при борьбе, за овладение мячом или каким-либо другим предметом (эстафетная палочка либо иной ценный с точки зрения сюжета игры трофей). Поэтому подвижные игры предъявляют разнообразные требования к организму обучающихся. Каждая из них способствует формированию двигательных навыков и развивает не только основные, но и специальные физические качества: скоростные, скоростно-силовые, скоростную выносливость, силовую выносливость.

Управление двигательной деятельностью в подвижных играх представляет сложный процесс, так как ученики должны выполнять ряд разнообразных движений, часто во время быстрого передвижения по площадке спортивного зала. Для выполнения точных и сложных, с точки зрения координационных способностей движений, необходима своевременная информация, поступающая в головной мозг играющих от многих сенсорных систем. На основе быстрой и четкой ее переработки принимается решение и программируется предстоящая двигательная деятельность.

В процессе занятий подвижными играми у школьников формируются разнообразные двигательные навыки. По мере повторения движений и закрепления навыков их отдельные компоненты автоматизируются, то есть выполняются без активного сосредоточения внимания на них. Чем больше подобных компонентов движений, тем эффективнее деятельность учеников на занятии. Однако в процессе игры часто возникают такие ситуации, когда даже доведенные до автоматизма приемы не могут обеспечить ее результативность. В этих ситуациях ученику необходимо мгновенно оценить обстановку и выполнить движение, адекватное возникшим требованиям.

Опытно-экспериментальная работа проводилась учебного года в три этапа: констатирующий, формирующий, контрольный. База исследования включала 61 испытуемого из числа кадетов 12-13 лет, обучающихся в шестых классах Кадетского Корпуса. Исследование проводилось с 2020 по 2021 учебный год. Всего было проведено с каждой группой по 106 уроков длительностью в один академический час (40 минут). Занятия проводились три раза в неделю согласно учебному расписанию рабочей программы по физической культуре 6 класс в соответствии с требованиями ФГОС (В.И. Лях) [3]. К эксперименту были привлечены две группы учащихся 6-х классов: экспериментальная – 31 и контрольная – 29 человек соответственно. При помощи контрольных нормативов у участников эксперимента оценивались уровень развития двигательных способностей, техническая подготовленность, уровень мотивации.

Изучение литературы позволило выявить ряд контрольных упражнений, апробированных на практике, результаты которых дали возможность объективно оценивать уровень развития двигательных способностей, а также технической подготовленности у кадетов 6-х классов. Для определения уровня физической подготовленности проводились контрольные испытания, за основу брались контрольные нормативы (тесты), рекомендуемые комплексной учебной программой по физическому воспитанию. В тестах определялись показатели физической подготовленности в:

- скоростных способностях (бег 20 м с ходу и 60 м, в каждом забеге принимали участие два школьника, время определялось с точностью до 0,1 секунды);
- координационных способностях (челночный бег 3x10 метров, время определялось с точностью до 0,1 секунды, прыжки со скакалкой, выполнялись за 1 мин (кол-во раз);
- силовых способностях (подтягивание на высокой перекладине из виса хватом сверху, количество раз);
- скоростно-силовых способностях (прыжок в длину и высоту с разбега, метание набивного и теннисного мяча на дальность);
- общей выносливости (6-минутный бег, время измерялось с точностью до 1 секунды);
- гибкости (наклон вперед из положения, сидя, измерение проводилось в сантиметрах);
- для нас также важно было выявить мотивацию кадетов на уроках физической

культуры, с этой целью мы использовали адаптированный тест школьной мотивации Н.Г. Лускановой.

В ходе выполнения контрольных нормативов соблюдались одинаковые условия проведения для контрольной и экспериментальной групп, а именно: время и место, качество и вес инвентаря.

Подбор и создание игровых средств осуществлялись на основе данных, полученных в результате педагогического анализа программ по физической культуре, с учетом результатов анализа и обобщения научной литературы. В качестве критериев, определяющих степень пригодности конкретной игры для решения поставленной педагогической задачи, были приняты следующие положения:

1. Соответствие игрового средства поставленной задаче.
2. Используемая игра должна частично или полностью отражать содержание и структуру изучаемого двигательного действия. Игровое средство должно быть сходно по структуре движений с изучаемым упражнением или его основными частями.
3. В играх, преследующих цель совершенствования двигательных действий, должна быть предусмотрена возможность контроля за техникой исполнения. В играх, направленных на развитие физических способностей, обязательным условием является контроль за качеством выполнения заданий.
4. Используемые игровые средства должны соответствовать возрастным особенностям учащихся, их подготовленности и интересам.
5. Безопасность при проведении игры. Выбирая или создавая игру, необходимо предусмотреть возможные травмоопасные моменты и продумать способы их устранения.
6. При подборе игр предпочтение отдавалось тем играм, в которых могли бы участвовать все учащиеся одновременно. Включённость всех занимающихся в процесс игры позволяет обеспечить необходимую моторную плотность урока, увеличить нагрузку и повысить активность учащихся.
7. Соответствие условиям проведения урока, а также материально технической базе школы. Последнее подразумевает наличие в спортивном зале снарядов и инвентаря, необходимого для проведения данной игры.

При подборе игр мы использовали уже имеющиеся в специальной литературе игры, а также модифицировали в зависимости от педагогических задач, кроме того, некоторые игры и игровые ситуации мы адаптировали по сюжету приближая к военизированным условиям, стараясь интегрировать процесс патриотического воспитания (Л.В. Былеева, Г.Г. Водолажский, Е.М. Геллер, Т.К. Глобенко; И.А. Гуревич, М.А. Державин; Ю.Г. Коджаспиров, И.М. Коротков, Н.Я. Крупник, И.М. Корогков, Е. Мельфман, ЕМ. Минский, Б.С. Рябинин, В.И. Сытник, П.В. Пикишенков, В.Г. Яковлева, В.П. Ратникова, В.Г. Яковлев, М.А. Державен). Некоторые игры были адаптированы или разработаны специально к урокам отдельных разделов программы: с гимнастической, с легкоатлетической, с волейбольной и баскетбольной направленностью в 5-6 классах. Игровой материал был выбран в соответствии с задачами нашей программы по физической культуре, спецификой Кадетской школы, возможностями и интересами и условиями материально-технической базы образовательной организации. На основе анализа литературы были подобраны подвижные игры и игровые упражнения, задания приемы, для всех разделов.

Развитие физических качеств – одна из центральных задач физического воспитания в школе, и ее решение должно осуществляться комплексно, начиная с раннего возраста. Всесторонняя физическая подготовка школьников должна предполагать достижение оптимального уровня и гармоничного развития силы, быстроты, выносливости, ловкости, гибкости. Проведенное нами исследование подтвердило, что целенаправленное использование подвижных игр на уроках физической культуры позволили существенно и достоверно улучшить результат испытуемых в десяти из одиннадцати тестовых упражнениях и тем самым повысить уровень физической подготовленности, обеспечить необходимое качество учебного процесса и рост спортивных результатов в видах спорта, освоение которых

входит в школьную программу. Полученные результаты были подвергнуты математико-статистической обработке данных [9]. У кадетов контрольной группы изменение в большей части этих показателей, за исключением трех упражнений (6-минутный бег, метание набивного мяча на дальность и подтягивания), было недостоверно ( $p > 0,05$ ). Методика физического воспитания кадетов 6 классов на основе игровых технологий за счет использования разнообразных подвижных игр и игровых заданий, как в помещении, так и на открытом воздухе при изучении разделов «Легкая атлетика» и «Лыжная подготовка» позволили получить более высокий достоверный прирост основных показателей здоровья учащихся. Таким образом, разработанная методика физической подготовки кадетов среднего школьного возраста средствами подвижных игр подтвердила свою эффективность, что дает основание рекомендовать ее для внедрения у учебный процесс образовательных организаций с учетом соблюдения специфики образовательной деятельности конкретной организации.

### **Библиографический список**

1. Владимиров, А.И. Место, роль и значение кадетского, суворовского, нахимовского образования. Исторический аспект и современность. Текст выступления на Всемирном Русском Народном Соборе [Электронный ресурс] / А.И. Владимиров // Сайт московского содружества суворовцев, нахимовцев и кадет. — Режим доступа: <http://kadet.ru>. (Дата обращения 12.11.2021 г.)
2. Воронкова, Г.В. Самореализация обучающихся кадетской школы в процессе воспитания / Г.В. Воронкова // Ярославский педагогический вестник – 2018. № 1. – С. 55-29.
3. Лях, В. И. Комплексная программа физического воспитания учащихся 1-11 классов / В. И. Лях, А.А. Зданевич // Физическая культура в школе, 2020. – № 1. – С. 36.
4. Обухова Л. Ф. Психология развития. Исследование ребенка от рождения до школы / Л.Ф. Обухова. Учебное пособие для академического бакалавриата. — М.: Юрайт. 2019. 275 с.
5. Олешко, Л.И. Патриотическое воспитание кадет как основа развития интеллектуальных и творческих способностей кадет // Молодой ученый. – 2016. – №1. – С. 22-24.
6. Подвижные игры / Под ред. Л.В. Былеевой, И.М. Короткова. – М. : Физкультура и спорт, 1982. – 231 с.
7. Психолого-педагогические проблемы игры // Межвуз. сб. научн. трудов. – Новосибирск, 2012. – 104 с.
8. Самойлова, Т.Я. Игра как средство самовоспитания личности / Т.Я. Самойлова // Игра в педагогическом процессе. – Новосибирск, 2015. – С. 105- 109.
9. Шаповалов, А.А. Элементарные технологии обработки результатов педагогических измерений: учебное пособие / А.А. Шаповалов. – Барнаул: АлтГПА, 2013. – 131с.

*Лазаренко И.Р., д-р пед. наук, профессор, и.о. ректора АлтГПУ,*

*Колесова С.В., канд. пед. наук, доцент, заведующий кафедрой общей и социальной педагогики,*

*Куликова Л.Г., канд. пед. наук, доцент кафедры общей и социальной педагогики,*

*Логинова О.А., ассистент кафедры общей и социальной педагогики*

Алтайский государственный педагогический университет,

г. Барнаул

## **КОМПЛЕКСНАЯ ДИАГНОСТИКА ГОТОВНОСТИ ПЕДАГОГОВ К ИННОВАЦИОННОЙ ДЕЯТЕЛЬНОСТИ**

**Аннотация.** В статье рассматривается проблема диагностики готовности педагогов к инновационной деятельности. Авторами предлагается интегрированная схема компонентного состава готовности педагогов к инновационной деятельности, в которой