

ЧАЙКОВСКИЙ ГОСУДАРСТВЕННЫЙ ИНСТИТУТ ФИЗИЧЕСКОЙ  
КУЛЬТУРЫ

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 и оздоровительной физической культуры

Диссертация на соискание учёной степени кандидата педагогических  
наук

Научный руководитель: к.п.н.,  
доцент, Белова Галина Борисовна

## Содержание

Введение.....	4
Глава 1. Теоретико-методологические основы социально-педагогической деятельности клубов по месту жительства как учреждения дополнительного образования.....	15
1.1. Сущность и место клуба по месту жительства в системе дополнительного образования .....	15
1.2. Социально-педагогические факторы, оказывающие влияние на развитие и воспитание личности подростка в условиях клуба по месту жительства.....	28
1.3. Проблемы индивидуализации и мотивации оздоровительной деятельности трудных подростков в клубе по месту жительства.....	44
Глава 2. Анализ среды, характеризующей развитие оздоровительной деятельности трудных подростков, занимающихся в клубах по месту жительства .....	54
2.1. Анализ состояния организации оздоровительной деятельности в клубах по месту жительства (на примере г. Чайковский).....	55
2.2. Изучение ценностей, мотивации у трудных подростков занимающихся оздоровительной деятельностью в клубах по месту жительства.....	78
2.3. Диагностика личностных возможностей трудных подростков, занимающихся оздоровительной деятельностью в клубах по месту жительства.....	92
Глава 3. Педагогическая технология личностно-мотивированной оздоровительной деятельности трудных подростков в клубах по месту жительства .....	100

3.1. Сущность, закономерности развития педагогических технологий и использование их в педагогическом процессе.....	100
3.2. Технологическая модель индивидуально-мотивированной оздоровительной деятельности трудных подростков.....	103
3.3 Анализ и оценка эффективности разработанной программы индивидуально-мотивированной спортивно-оздоровительной деятельности подростков в клубе по месту жительства.....	123
Выводы.....	145
Список литературы.....	147
Приложение.....	156

## ВВЕДЕНИЕ

На фоне происходящих социально-экономических преобразований в обществе неизменной остаётся одна из крупнейших (и важнейших) проблем педагогической науки, связанной с решением воспитательных и оздоровительных задач, обеспечивающих воплощение в жизнь гуманистических идеалов, ценностей и норм, открывающих широкий простор для выявления индивидуальных способностей ребенка, удовлетворения их интересов и потребностей в развитии физкультурно-оздоровительной и спортивной работы с детьми, подростками и их родителями по месту жительства [44,115, 131].

Наибольшую актуальность проблема приобретает в связи с ухудшением состояния здоровья подрастающего поколения [8,74,111], снижением их двигательной активности [44,85], незанятостью подростков в свободное от учебы время [75,83], злоупотреблением спиртными напитками, курением, наркоманией и, как следствие этого, увеличением количества правонарушений и других негативных явлений [31,40,45].

Анализ практической деятельности свидетельствует о том, что физическая культура и спорт являлись и являются эффективным средством профилактики асоциального поведения в молодежной среде [32,111]. Для этого создаются специальные зоны отдыха, строятся спортивные площадки и стадионы, плавательные бассейны, организовывается целенаправленная работа в клубах по месту жительства, формирующая спортивный стиль жизни, спортивный характер [45,116].

Ретроспективный анализ литературы показывает, что она широко освещает вопросы организации физкультурно-оздоровительной и спортивной работы среди детей, подростков в клубах по месту жительства (Л.Ширко, А.К.Белов, В.И.Ерзунов, А.Н.Новосельцева, В.В.Федоров, В.В.Нестеров, М.С.Расин и др.). Однако, вопросы воспитательной, физкультурно-оздоровительной и спортивной деятельности среди детей и подростков с учетом изменившихся условий функционирования клубов по месту

жительства и рассмотрением их как учреждений дополнительного образования изучены в недостаточной степени.

Вопросы воспитательной, физкультурно-оздоровительной и спортивной деятельности трудных 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 девчонок, особенно из неблагополучных семей, предоставлены улице, подворотни, вокзалу [41]. Ситуация осложняется еще и тем, что сегодня отсутствует эффективная система органов и организаций, которая бы руководила клубами по месту жительства, как свидетельствуют М.С.Расин, С.А.Носков.

Проведенный нами 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. Свободное время - это само богатство, так как оно даёт простор для самореализации сущностных сил личности. Социальная природа человека обуславливает стремление его к включению в социум для развития, самовыражения и обеспечения защиты своих жизненных интересов.

Учреждения дополнительного образования, являются фактором социализации подростков, так как находятся в среде ближайшего окружения подростка – социокультурной среде по месту жительства.

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.

Оздоровительная деятельность, как один из видов социально – педагогической деятельности УДО в современных условиях, по мнению А.Б.Фоминой, является чрезвычайно важным способом заполнения свободного времени растерянных, недоверчивых детей и подростков. И с ней трудно не согласится, так как состояние здоровья подрастающего поколения вызывает обоснованную тревогу. По оценкам специалистов около 90% детей имеют отклонения физического и психического здоровья. 30-35% детей, поступающих в школу, уже имеют хронические заболевания; за годы обучения в школе в пять раз увеличивается число нарушений зрения и осанки, возрастает число детей с заболеванием органов пищеварения, до 80% юношей призывного возраста по медицинским критериям не готовы к службе в Вооруженных силах. Подобное 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 технологий обучения функциональным и возрастным особенностям подростков, несоблюдение элементарных физиолого-гигиенических требований к организации учебного процесса;
- недостаточная квалификация педагогов в вопросах развития и охраны здоровья подростков;
- массовая безграмотность родителей в вопросах сохранения здоровья подростков;
- проблемы в существующей системе физического воспитания и частичное разрушение служб школьного врачебного контроля.

Поэтому укрепление и сохранение здоровья, формирование здорового образа жизни, увеличение физической и познавательной активности, овладение основами личной физической культуры, всестороннее физическое развитие и физическая подготовленность, рекреативно-оздоровительное времяпрепровождение подростков в их свободное время являются сегодня задачами государственной важности для всех социальных институтов, продолжает А.Б.Фомина.

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. Содержанием работы становится как углубление и практическое закрепление знаний, умений и навыков, полученных в процессе организации соответствующих занятий детей и подростков в свободное время, так и развитие жизнеобеспечивающих физических качеств, укрепление здоровья путем участия в спортивных состязаниях, праздниках, походах, организации активного коллективного досуга, основанного на добровольном общении, игровой деятельности и т.д. Кроме этого, на протяжении многих лет педагоги клубов по месту жительства, ведут поиск новых педагогических средств, методов, технологий, которые могут существенно повлиять на формирование

социального опыта подростков как совокупности духовно-нравственных ценностей, выработанных личностью подростка в процессе совместной деятельности педагога и подростка в клубах по месту жительства, педагогической поддержке процесса развития и обогащения этого опыта [93].

По данным исследования В.Э.Чудновского 60-70% свободного времени подростки проводят на улице. Исходя из этого, становится актуальным создание целостной системы подростковых клубов в масштабах городов и районов. Особое внимание, как считают Е.И.Вавилова (1986), Л.И.Пустынникова (1998), Т.Э.Токаева (1999), следует обратить на проведение детьми досуга совместно с родителями. В связи с этим конкретная, практическая работа по развитию физической культуры и спорта по месту жительства, направленная на создание условий для занятий детей, подростков, их семей становится прерогативой региональных органов власти и муниципальных образований [44,85,115].

Анализ показывает, что в системе организации физкультурно-оздоровительной и спортивной деятельности среди детей и подростков по месту жительства выявлены **противоречия** между:

- потребностями трудных подростков в физических упражнениях, с одной стороны, и отсутствием возможностей их реализации по месту жительства, с другой стороны;
- 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.

Указанные противоречия свидетельствуют о существовании **проблемы**, 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.

Решение данной проблемы мы видим в создании технологии индивидуально-мотивированной системы физкультурно-оздоровительной и спортивной деятельности клубов по месту жительства, направленной на оптимизацию процессов социальной адаптации личности подростка, предоставляя им возможность раскрыть и реализовать свой потенциал.

**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 совокупность 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 ценностных ориентаций 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.Талызина, 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; официальных статистических документов, сведений; педагогическое наблюдение; теоретический анализ эмпирических данных и их обобщение, проведение конкретных социологических исследований в форме анкетных опросов и проведения интервью.

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, 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.

Для решения поставленных задач применялись следующие методы исследования:

**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 родителей занимающихся подростков.

Контроль результатов эксперимента проводился путём выполнения исследовательских процедур, связанных с контролированием состояния участников эксперимента, условий проведения эксперимента, качества фиксируемых реакций в ответ на действие экспериментального фактора.

Доказательство гипотезы опиралось на сравнении двух состояний объекта наблюдения в разное время.

Исследование проводилось в несколько этапов.

**Первый этап (2002-2003 гг.)** - определялась проблема исследования, осуществлялся анализ литературы, изучалась организация оздоровительной, воспитательной работы среди подростков в клубах по месту жительства.

**Второй этап (2003-2004 гг.)** - подтверждение гипотезы исследования, позволяющей осуществить разработку оздоровительной программы, конструировалась педагогическая модель.

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

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

**Научная новизна** проведенного исследования заключается в следующем:

- 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 заведениях и в системе 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, влияют 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.

# **ГЛАВА 1. Теоретико-методологические основы социально-педагогической деятельности клубов по месту жительства как учреждений дополнительного образования.**

## **1.1 Сущность и место клубов по месту жительства в системе дополнительного образования**

Настоящее время характеризуется ростом интереса к проблемам дополнительного образования, появлением серьезных исследований по теоретическим вопросам развития этого вида образования, изучением большого практического опыта, накопленного учреждениями дополнительного образования детей и подростков.

Историческим обоснованием деятельности современных учреждений дополнительного образования выступает внешкольное образование, фундамент которого заложен теоретическими и практическими работами российских педагогов начала XX века. П.П.Блонский, А.С.Макаренко, В.Н.Сорока-Росинский, С.Т.Шацкий и др. обосновали и развили систему деятельности внешкольных учреждений.

Теорией досуга и методикой его организации в разное время занимались такие видные ученые и деятели, как Н.К.Крупская, В.А.Сухомлинский и др.

Исследованием предмета, цели, задач, принципов, функций дополнительного образования детей и подростков занимались А.С.Асмолов, В.А.Горский, Е.Б.Евладова, М.Б.Коваль, Г.Н.Попова и др.

Проблемы управления системой дополнительного образования детей представлены в работах А.К.Брудного, О.Е.Лебедева, А.Б.Фоминой, А.И.Щетинской и др. Проблемы и перспективы развития социально-педагогической деятельности учреждений дополнительного образования рассмотрены и обобщены в материалах Всероссийской конференции – «Актуальные проблемы управления образованием в регионе» [93].

Для решения задач нашего исследования представляет интерес становления и развития системы клубов по месту жительства.

Исторически многогранный процесс социализации личности, воспитания чувств, становления различного рода культурных установок, обучения жизненно ценным знаниям, умениям, навыкам начинался с раннего детства [18,76].

Первыми детскими объединениями, по данным А.К.Белова, можно считать «беседы», существовавшие на Руси в дохристианские времена [18]. Постоянные набеги вражеских племён способствовали организации боевой структуры крестьянской общины, которая называлась «партия». Составляли партию зрелые мужчины, начиная с восемнадцати лет. Но, прежде чем быть принятым в мужской союз, мальчик должен был пройти школу бойца в детских объединениях «беседах». Дети учились борьбе, стрельбе, играли в игры, учились искусству выживания. Это была цельная система воспитания со своими богатыми традициями и опытом [18].

В энциклопедическом словаре девятнадцатого века Брокгауза и Ефрона слово «клуб» переводится с саксонского «clubbe», первоначально означающего «палку», затем «складчину», доля которой приходится на каждого члена какого-либо товарищества, собрания, наконец – собственного собрания, а также здания для общественных собраний.

Влияние западноевропейской культуры на русскую действительность своё наибольшее развитие получило во времена Петра 1, который по возвращению из Парижа в 1718 году внедрил в новой столице первую клубную инициативу – Ассамблеи. Именно они, по мнению Л.Ширко, по праву могут быть названы прообразом клубных форм в России [123]. В 1846 году создается Санкт-Петербургский Императорский речной яхт-клуб.

После окончания гражданской войны, возникшей после революции, и в связи с приходом к власти большевиков, отмечает И.И.Переверзин [95], дореволюционные клубы были закрыты как буржуазные организации.

В организациях ВСЕВОБУЧА, которые возникли в 1918 году на основании декрета, впервые появились военно-спортивные клубы на некоторых предприятиях и железнодорожном транспорте [9, 104].

Допризывная подготовка превратилась в школу физического и трудового развития развернулась широкая агитационно-пропагандистская работа, главной задачей которой стало пробудить в широких массах молодёжи инициативу к самостоятельному созданию спортивно-гимнастических кружков на заводах, в рабочих организациях, в общеобразовательных учреждениях.

Примером может служить организация физкультурно-оздоровительных работ в клубах по месту жительства города Перми – «Муравейник», который был создан 14 декабря 1919 года. Девизом этого клуба стали слова: «мы «Муравьи», трудиться, любим, иди работать к нам». В клубе действовали различные кружки: политический, физкультурный, изостудия, драматический, хоровой и даже литературно-издательский. В основе взаимоотношений членства клуба лежит детская инициатива, дисциплина, честность и дружба [125].

Представляет интерес опыт объединения детей в скаутское движение, опыт А.С.Макаренко и получившее широкое распространение в 20-80 годы пионерское движение, одной из задач которого являлось всестороннее развитие и социализация личности [33,43,63]. Как известно А.С. Макаренко применял самые разнообразные формы и методы к трудновоспитуемым подросткам. В.А Ивонин отмечает, что Макаренко внёс огромный вклад в развитие прообразов клубных форм в России.

Детские объединения относят к клубным формам, которые за все эти годы прошли богатую историю развития.

В годы советской власти клубы имели свои особенности, форму, методы работы с детьми и подростками. В этот период клубы по месту жительства активно поддерживались руководителями образовательных учреждений, государственных органов управления образования физической культуры и спорта по делам молодежи, комитетов ФСО "Юность России", других физкультурно-спортивных общественных организациях [19,20,94,112]. В штате клубов по месту жительства работали педагоги-организаторы, тренеры-преподаватели. Наибольшее распространение имело такое движение как

система детских соревнований – «Золотая шайба», «Кожаный мяч», «Серебряные коньки» и др. Вся работа клубов строилась на широком и последовательном проведении принципа детской самостоятельности, самоуправления в рамках разновозрастного коллектива, как свидетельствуют В.И.Ерзунов, Н.А.Новосельцев, В.В.Федоров [10].

Эффективно в то время функционируют клубы физической культуры и спорта с большим контингентом занимающихся в Республиках Северная Осетия и Татарстан, Чувашской Республики, Ивановской, Камчатской, Кировской, Курганской, Пензенской, Самарской, Тверской и др. областях. [20].

Кроме этого, в начале 60-х годов стали создаваться спортивные клубы по производственному принципу. Например, спортивный клуб «Восход» Челябинского трубного завода, который в 1963 получил это звание в честь одного из первых космических кораблей Восход. Сложившаяся в социалистической России традиция создавать и организовывать работу спортивных клубов в основном по производственному принципу – на предприятиях, в организациях и учреждениях, продолжает действовать и сейчас, хотя и со значительными издержками.

Практика развития сети клубов физической культуры и спорта образовательных учреждений свидетельствует о том, что они функционируют в единой организационно-правовой форме общественной организации, но в разных видах и типах [77].

В.В.Воробьев (1998) в своих исследованиях предлагает следующую классификацию клубов физической культуры и спорта общеобразовательных учреждений:

#### I Типы клубов:

I.1. Детско-юношеский клуб. Создается на базе одного или нескольких общеобразовательных учреждений. Возраст членов клуба – 10 лет и старше. Клуб организует работу со всеми учащимися I–XI классов.

I.2. Молодежный клуб. Создается на базе одного или нескольких

учреждений начального (среднего) профсоюзного образования. Возраст членов клуба – 14 лет и старше. Клуб организывает работу с учащейся молодежью очной формы обучения с первого по выпускной курсы.

I.3. Студенческий клуб. Создается на базе учреждения высшего и послевузовского профессионального образования. Возраст членов клуба – 17 лет и старше. Клуб организывает работу со студентами и аспирантами очной формы обучения.

## II. Виды клубов:

### II.1. Физкультурно-спортивный (многопрофильный клуб).

Организация физкультурно-оздоровительного мероприятия в режиме учебного дня, работу спортивных секций и физкультурно-оздоровительных групп во внеурочное время. Проводит физкультурно-спортивные массовые и агитационно-пропагандистские мероприятия во внеурочное время, в том числе в выходные и праздничные дни.

II.2. Спортивный клуб организывает во внеурочное время спортивную работу с учащейся молодежью по 1 (2–3) видам спорта. Например: клуб бокса, клуб восточных единоборств, шейпинг-клуб, клуб аэробики и др.

II.3. Спортивно-технический клуб организывает работу среди учащейся молодежи по спортивно-техническим и военно-прикладным видам спорта, активно содействует патриотическому воспитанию, осуществляет подготовку молодежи к труду и службе в Вооруженных Силах Российской Федерации.

Таким образом, тип клуба показывает, на базе какого образовательного учреждения он функционирует и какой возрастной контингент учащейся молодежи обслуживает. Вид клуба дает представление об основных направлениях и содержании его работы.

Обобщение зарубежного опыта свидетельствует, что спортивные клубы являются основной организационной формой менеджмента в физическом воспитании и спорте в большинстве развитых стран мира. По данным И.И. Переверзина, в зарубежных странах наряду с популярными клубами

профессионального футбола, хоккея и другим игровым видам спорта функционирует множество различных типов спортивных клубов оздоровительной направленности. Так, например, в Германии действует 85,5 тысяч спортивно-оздоровительных клубов, в которых 25,9 млн. участников занимаются более чем 100 различными видами спорта. Кроме того, в Германии вступил в силу закон об оказании помощи клубам. Следует подчеркнуть, что деятельность многих немецких клубов основывается на работе добровольных помощников, не получающих в клубе заработной платы. В США насчитывается более 15 000 клубов, в Финляндии – около 6000 и т.д. Большое внимание деятельности клубов по месту жительства уделяется в провинции Каталония на земле Бремен. Закон испанской провинции гласит, что клубами являются частные общественные организации, созданные с целью развития, осуществления и стимулирования занятий физической культурой и спортом и не преследующие цели извлечения прибыли [89]. В Канаде, Австралии, Швеции, Финляндии разработанные и реализованные физкультурно-оздоровительные программы носят комплексный характер и охватывают всю сферу жизни человека [151].

Известный американский специалист спортивно-оздоровительной индустрии М. Уолф выделяет следующие виды клубов:

- коммерческие оздоровительные центры и атлетические клубы;
- частные спортивно-оздоровительные клубы;
- оздоровительные центры / клубы в гостиницах, больших зданиях, в парках;
- клубы, принадлежащие различным ассоциациям;
- спортивно-оздоровительные клубы / центры корпораций, фирм, компаний;
- центры / клубы сердечно-сосудистой реабилитации;
- спортивно-медицинские центры / клубы;
- любительские и профессиональные клубы по видам спорта.

Многие клубы входят в различные ассоциации – такие как корпорация

клубов Америки, Корпорация здоровья и тенниса, Ассоциация клубов высшего разряда, а также и другие многочисленные общественные ассоциации.

В последние годы зарубежом всё большую популярность приобретают многоцелевые клубы. Эти клубы предназначены для удовлетворения самого широкого спектра спортивно-оздоровительных интересов клиентов и предоставления услуг.

Таким образом, развитие современных, спортивных клубов, по литературным источникам, можно классифицировать на следующие виды (табл. 1).

Таблица 1

Классификация физкультурно-оздоровительных и спортивных клубов

Признаки классификации	Характеристика
Типы клубов	-детско-юношеский клуб -молодежный клуб -студенческий клуб -школьный клуб детско-юношеский клуб физической подготовки
Виды клубов	-физкультурно-спортивные (многопрофильные) клубы -спортивные клубы в ссузах и вузах -школьные спортивные клубы -спортивные клубы профессионального спорта по игровым видам (футбольные, баскетбольные и др) -спортивные клубы предприятий, организаций -территориальные спортивные клубы (Московский спортклуб «Луч») -фитнес-клубы -спортивно-технические клубы -клубы по военно-прикладным видам спорта -физкультурно-спортивные клубы инвалидов
Обслуживаемый контингент	-дети, подростки, молодежь -школьники, учащиеся -студенты -работники, служащие
Форма организации	-муниципальные государственные учреждения -общественные объединения -коммерческие -ООО

Изменившаяся социально-экономическая ситуация в России в результате перестройки в 1985 году отразилась и на развитии системы образования.

Так, в 1992 году на основании закона Российской Федерации «Об образовании» появляется новое понятие «дополнительное образование». В проекте Федерального закона «О дополнительном образовании», опубликованном в мае 1998 года уточняется само понятие дополнительного образования как «целенаправленного процесса воспитания и обучения посредством реализации дополнительных и образовательных программ, оказания дополнительных образовательных услуг и информационно-образовательной деятельности за пределами основных образовательных программ в интересах человека, общества, государства».

Определив для них основным содержательным видом образовательную деятельность, тем самым закон повысил социально-педагогическую значимость решаемых системой дополнительного образования задач.

В их числе:

- развитие у детей мотивации к познанию и творчеству;
- организация содержательного досуга;
- укрепление здоровья;
- профессиональное самоопределение детей;
- организация творческого труда детей;
- социальная защита, поддержка, реабилитация и адаптация детей к жизни в обществе;
- социализация детей-инвалидов;
- работа с семьей и др.

Для решения большинства этих задач методологической основой социально-педагогической деятельности дополнительного образования детей стал системный подход в сочетании с принципом развития.

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.

Рассмотрим несколько определений понятия «дополнительное образование» с позиций известных педагогов - исследователей.

В. А. Горский рассматривает дополнительное образование как особое образовательное пространство, где «объективно задаётся множество отношений, где осуществляется специальная образовательная деятельность различных систем по обучению, воспитанию и развитию индивида, где формируются процессы самообучения, самовоспитания и саморазвития, где реально осуществляется самореализация личности».

Л. А. Николаева и Е. Б. Евладова определяют дополнительное образование как «процесс свободно избранного ребёнком освоения знаний, способов деятельности, ценностных ориентаций, направленный на удовлетворение интересов личности, её предпочтений, склонностей, способностей и содействующий её самореализации и культурной адаптации».

Дополнительное образование – это особое образовательное пространство, осваиваемое в свободное внеучебное время подростка с учетом его интересов и потребностей, продолжает Л.Н.Ходунов.

В книге «Социально-педагогическая поддержка личности ребёнка в условиях учреждения дополнительного образования детей» под общей редакцией Р. А. Литвак дополнительное образование рассматривается как тип образования, объединяющий воспитание, обучение и развитие в единый процесс.

Исследователи, занимающиеся проблемами дополнительного образования, с разных позиций подходят и к определению принципов дополнительного образования.

В.А. Горский называет следующие принципы дополнительного образования:

- признание прав ребёнка на свободное самоопределение и самореализацию;
- единство и целостность образования;
- развитие индивидуальности каждого человека в практике образовательного процесса;

- непрерывное образование как принцип планирования и обеспечения развития личности;
- системная организация управления учебно-воспитательным процессом;
- поэтапное развитие содержания, форм и методов дополнительного образования детей;
- развитие теории и практики дополнительного образования детей.

В современной литературе по проблемам дополнительного образования существует несколько подходов к пониманию функций дополнительного образования.

Дополнительное образование в настоящее время находится в стадии становления, разрабатываются теоретические, практические, методологические и законодательные основы его деятельности.

По мнению Б.П. Мартиросяна и В.А. Горского содержание дополнительного образования задаётся стремлением ребёнка установить в своих играх удобный для него очеловеченный порядок в сложившемся мире вещей, событий и явлений и приспособить вещи, организовать ситуации под свою индивидуальность. В процессе такой игры проявляются личностные особенности поведения, вырабатываются и постигаются морально-нравственные ценности.

В зависимости от того, какую направленность носит тот или иной клуб, можно судить о его особенностях организации спортивной, оздоровительной деятельности, а так же о формах работы с детьми и подростками. Но следует отметить, что основной особенностью организации оздоровительной деятельности всегда являлось новое и нестандартное проявление интереса подростка к занятиям физической культурой и спортом.

В целом состояние научного знания в области физкультурно-оздоровительной, спортивной и воспитательной работы с детьми и подростками в клубах характеризуется неравномерностью развития его основных элементов. Кроме того, в литературе, в настоящее время, изучается проблема учреждений дополнительного образования детей и подростков,

приобретение УДО нового статуса. Главное внимание уделяется теоретической разработке проблем, связанной с совершенствованием использования различных форм массовой физкультурно-оздоровительной и спортивной работы с подростками.

В.Чаботарев в своих исследованиях формулирует условия, при которых физическое воспитание школьников по месту жительства может быть эффективным: 1. Наличие в микрорайоне единой системы управления внеурочной физкультурно-оздоровительной и спортивно-массовой работой. 2. Активное участие общественных физкультурных организаций в проведении физкультурно-оздоровительной работы. 3. Вовлечение школьников в общественно полезную и трудовую деятельность по физической культуре и спорту. 4. Проведение систематических физкультурно-оздоровительных мероприятий при активном участии родителей. 5. Организация агитационно-пропагандистской работы по физической культуре и спорту. 6. Создание соответствующей материальной базы для занятий физкультурой и спортом. 7. Обеспечение врачебно-педагогического контроля в занятиях детей и подростков.

В новых социально-экономических условиях одним из приоритетных направлений в работе органов местного самоуправления являются создание условий для занятий различными формами и видами физической культуры и спорта в учреждениях дополнительного образования и в их структурных подразделениях – клубах по месту жительства. На это обращают внимание в своей статье М.С.Расин, С.А.Носков и предлагают технологию организации физкультурно-оздоровительной работы по месту жительства в г. Омске под названием «Спортивный город». По их мнению, целесообразность создания единой организационной структуры в рамках муниципального образования способно координировать работу организаций и учреждений, задействованных в развитии физической культуры по месту жительства, и реализовывать единую политику в сфере детского и массового спорта.

Таким образом, клубное движение имеет большую историю своего

развития. Деятельность движения отражала ту эпоху, в которой функционировал клуб, как в стране, так и за рубежом. Возрождение и развитие в России спортивного 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 его считать реальной базой для работы с детьми и подростками во внеурочное время по месту жительства.

Проведённый анализ, позволяет нам дать определение основным понятиям, характеризующим проблему исследования.

Трудный подросток в нашем понимании рассматривается как подросток, имеющий отличия, как в образе мышления, так и в поведении.

Рассматривая проблему клубов по месту жительства, их специфику, следует уточнить понятие «клуб». Данное понятие можно трактовать по-разному. Мы же определили для себя следующее значение этого слова.

Клуб – это общественная организация культурно-просветительного, спортивного или иного характера.

Так как клуб является общественной организацией, осуществляющей деятельность вне школы соответственно такая организация будет являться дополнительной. В связи с этим мы рассматриваем понятие «дополнительное образование».

Дополнительное образование понимается нами как совокупность знаний, полученных специальным обучением.

Анализ литературы по данному вопросу позволяет организацию, которую мы называем «клуб» считать учреждением. Поэтому речь пойдёт об учреждениях дополнительного образования.

Учреждение дополнительного образования – это организация, выполняющая определённые задачи в сфере просвещения с помощью дополнительного обучения.

Кроме того, в нашей работе встречается такое понятие, как «жизнеобеспечивающие физические качества». Терминологическое значение данного понятия мы обозначаем следующим образом: жизнеобеспечивающие физические качества - это двигательные качества, которые позволяют поддерживать жизнь организма. Двигательные качества включают в себя ловкость, силу, выносливость, быстроту, гибкость.

Как известно, вышеперечисленные качества у каждого человека развиваются по-разному, имеют свои особенности, и носят индивидуальный характер. В этом случае целесообразно дать определение понятиям «индивидуальность» и «особенности».

Индивидуальность – совокупность индивидуальных черт, свойств человека, особенности характера и психического склада, отличающие одного индивидуума от другого. Особенности же понимаются нами как характерное, отличительное свойство человека.

В нашей работе, помимо особенностей подростков, их возможностей, мы изучаем личность каждого, его ценности. Для того чтобы изучить личность подростка, необходимо знать, что же «скрывается» под «личностью». Личность – это человек, как носитель каких-либо неповторимых свойств.

Выявляя особенности личности, можно отметить, что каждый подросток имеет свои ценности. В нашей работе мы изучаем ценности в области физической культуры и спорта. Таким образом, ценность – это нечто имеющее важность, значение. Кроме того, ценности носят ориентированный подход. Возникает необходимость в рассмотрении понятия «ориентация».

Ориентация – это направленность деятельности в интересах чего-либо. Ориентированность ценности – это направленность деятельности имеющей важность, значение.

Кроме того, нами рассматривается педагогическая технология личностно-мотивированной оздоровительной деятельности. В этом случае необходимо дать определение понятию «педагогическая технология».

Педагогическая технология – это система средств, методов организации и управления учебно-тренировочным, воспитательным процессом.

Социально-педагогические аспекты учитывают и используют влияние среды на личность, группу и коллектив, учитывают мотивы деятельности, социальные позиции и роли членов коллектива и др.

## 1.2 Социально-педагогические факторы, оказывающие влияние на развитие и воспитание личности подростка в условиях клуба по месту жительства

Молодой человек живёт в определённых социально-политических, экономических условиях, и его развитие определяется многими факторами.

Социальная природа подростка предполагает, что он стремится к включению в социум для развития, самовыражения и обеспечения защиты своих жизненных интересов. Большое значение имеет тезис о том, что социальное воспитание и обучение сохранению здоровья должны быть направлены на формирование у подрастающего поколения традиционной системы ценностей культуры, особенностей ведения здорового образа жизни в целях активной и продолжительной жизнедеятельности.

В этом случае, особую роль в сложном и многофакторном процессе формирования индивидуальности человека призвано сыграть физическое совершенствование. Оно создаёт фундамент здоровья для развития других сторон культуры человека, обеспечивает внутренние гарантии продуктивности учебно-познавательной деятельности [11,64].

Изучение ценностно-ориентированной сферы современного подростка не может не представлять интереса для исследователей, ведь сегодняшние подростки – это те, кто через несколько лет будет самостоятельно оказывать влияние на изменение окружающей действительности.

На основе изучения особенностей современных подростков, можно прогнозировать основные тенденции развития общества в ближайшие десятилетия.

В.С.Собкин, занимающийся исследованием ценностно-смысловой сферы подростков, отмечает, что социализация современного подростка в России протекает не просто в ситуации социально-экономической нестабильности, но именно в ситуации ценностно-нормативной неопределённости. Ценности же, которыми руководствовались подростки 70-х годов, отличны от ценностей, декларируемых подростками сегодняшними. Если первым были присущи ценности коллективного характера, то сегодня, в условиях формирования рыночных отношений, доминируют индивидуалистические ценности. Как показывают исследования (Z.Z и Kowska, 1994) среди предпочитаемых молодёжью ценностей – совершенствование, ценности эмоциональные, интеллектуальные, эстетические.

Подробное изучение ценностно-ориентированной сферы личности подростка необходимо с целью выявления факторов, влияющих на формирование, развитие и изменение структуры и содержания ценностных ориентаций подростков, их физкультурно-спортивной деятельности.

Несмотря на различное понимание психологической природы индивидуальных ценностей, все исследователи соглашаются с тем, что на формирование и развитие ценностных ориентаций влияет социальная среда. Частным случаем социальной среды является воспитательная среда. Кроме того, социальное пространство влияет на подростка через группу, через неё он входит в социум и сам составляет часть социума.

Социальная среда имеет свою особую символику, отражающую декларируемые ценности, своего лидера, выражающего идеологическую ценностную платформу и цели движения, существует во времени и обладает центром и организационными органами [102].

Участие подростков в социуме оказывает сильнейшее влияние на становление личности. Более того, социум обладает способностью

нивелировать личность, свести её к функциональной зависимости от лидера движения, ликвидировать индивидуальную свободу и стереть личностные характерологические черты. Поэтому важно не только оценивать содержательную сторону движения, но и анализировать сторону организационную, проследить характер связей, в которые включается личность.

Проблема среды и средоориентированного подхода в образовании, рассматривается на протяжении последних десятилетий, как за рубежом (Р.Барьеры Вильямс, Дж. Гибсон и др.), так и в нашей стране (О.С.Газман, В.М.Дрофа, Ю.С.Мануйлов, В.А.Петровский, В.И.Слободчиков, Л.И.Новикова, И.Д.Фрулин, В.А.Ясвин и др.).

С точки зрения исследователей, средовой подход в воспитании позволяет учитывать негативные и позитивные влияния среды, равно как и её потенциальные возможности, с тем, чтобы в дальнейшем использовать их в практике управления формирования и развития личности подростка [93].

Подтверждение тому находим у П.Ф.Лесгафта, считавшего среду определяющим фактором развития индивидуальных и социальных свойств человека, у Л.С.Выготского, который подчёркивал, что если учитель бессилён в непосредственном воздействии на ученика, то он всемогущ при опосредованном влиянии на него через социальную среду.

В своих исследованиях Л.Д.Столяренко (1997), рассматривает макро, мезо и микрофакторы социализации личности. К микрофакторам относят семью, образовательные учреждения, группу сверстников и многое другое, что составляет ближайшее пространство и социальное окружение. Мезофакторы – формирование этнических установок, влияние региональных условий, в которых живёт и развивается ребёнок, тип населения, средства массовой коммуникации и т.д. Макрофакторы – влияние мировых, планетарных процессов: экономические, демографические, экологические и т.д.

Влияние социальной среды может действовать на ребёнка на подсознательном уровне, так как во многих случаях он не может объяснить

свой выбор, совершённые поступки. Происходит дисгармония личности, проявляется его неадекватное поведение в каких-либо ситуациях.

Поиску путей формирования гармонически развитой личности, составной частью которой является спортивный менталитет, посвящены работы В.И.Столярова (1996), В.С.Родиченко (1998), В.К.Бальсевича (1996), М.Я.Сарафа (1999), Ю.П.Симакова (1998), Ю.М.Чернецкого (1998), Л.И.Лубышевой (1998), В.У.Агеевца (1994), А.Г. Егорова (1996), и др. Вместе с тем в решении этой насущной проблемы достаточно свободной нишей остаётся семейное звено всего воспитательно-образовательного комплекса [114].

Кроме того, в формировании гармонически развитой личности, большое внимание следует уделить самой личности подростка, то есть концепции его «Я». Данный фактор играет неотъемлемую роль в изучении и развитии ценностных ориентаций подростков.

По мнению Роджерса [Rogers, 1959, p. 200], Я-концепция отражает те характеристики, которые человек воспринимает как часть себя. Для примера, человек может воспринимать себя так: «Я умный, любящий, честный, внимательный и привлекательный». С точки зрения феноменологического направления, Я-концепция часто отражает то, как подросток видит себя в связи с различными ролями, которые он играет в жизни. «Я» не регулирует поведение, наоборот, оно символизирует главную часть сознательного опыта индивида. Наконец, панорама опыта и восприятия, известная как «Я», принимается и признаётся сознанием.

Следовательно, Я-концепция может включать некий набор образов «Я» - родителя, товарища, преподавателя, тренера, учителя, спортсмена и артиста. Легко заметить, что «Я» человека может состоять из наборов восприятия, отражающих многие специфические «роли» в различных жизненных контекстах [Markus, Nurius, 1986].

С позиции Роджерса, Я-концепция является определяющей. Фактически конструкт самости является столь неотъемлемой частью роджерсовской теории,

что некоторые психологи определяют её как «теорию Я» [Patterson, 1973]. Стремительно развивается «Я-концепция», углубляются отношения ценностного порядка, выверяется мировоззрение юношества, формируется жизненная позиция.

Роль семьи и общества несравнима по своей силе ни с какими другими социальными институтами, так как именно в семье формируется и развивается личность человека. Именно в семье закладываются основы нравственности человека, формируются нормы поведения, раскрывается внутренний мир и индивидуальные качества [114, 140].

Но, переход к рыночной системе хозяйствования, как свидетельствует статистика, болезненно отразился на состоянии семьи как социального института. Демографы фиксируют катастрофическое падение рождаемости, социологи отмечают рост числа асоциальных семей и предсказывают снижение жизненного уровня, падения нравственных устоев семейного воспитания [21, 105].

Ведь, как показывают исследования (В.А.Кабачкова, С.Ю.Тюленькова, В.А.Куренцова), сейчас в России наблюдается устойчивая тенденция к значительному росту потребления алкогольных напитков, наркотических и токсических веществ с одновременным снижением возраста приобщающейся к ним молодёжи [44].

Организация досуговой деятельности детей и подростков стала одной из важнейших проблем. В решении этой проблемы, наиболее приоритетной по данным Закона РФ «Об образовании», является концепция семейного отдыха [44].

Родители, наблюдая изменения жизни подростков, нуждаются в знаниях, приёмах, способах воспитания и развития своих детей, хотя их одолевают те же проблемы, неизбежно возникающие в мире, разрушающие устойчивые традиции. Концепция внимания родителей на умственном и физическом развитии детей, выручавшая их, когда дети были маленькими, теперь не

срабатывает. Им начинает казаться, что поведение подростков доведёт их до крайности. [74, 124].

Технологические изменения, происходящие в нашем обществе, оказывают отрицательное влияние на состояние здоровья подрастающего поколения, на семью, которая не может, как раньше, дать ребёнку чувство комфорта и психологической защищённости, оказать поддержку в сложном процессе адаптации к взрослой жизни. В сложившихся условиях важно развивать любые совместные с семьёй формы оздоровления подростков [42].

Необходимо отметить, что современный подросток стремится быть «модным»: соответствовать модному имиджу, модным поведенческим стереотипам, соответствовать модному физическому и нравственному стандарту – всё это формирует соответствующий стиль дальнейшей жизни подростков, где здоровье перестаёт быть самоценностью и где мода становится самоценной. Например, Эриксон [Erikson, 1970] отмечал, что значение эго-идентичности, как центральной психосоциальной проблемы, с которой сталкиваются подростки в современном обществе, очень важно. Это ощутимо удлиняет у подростков период осознания того, как они живут, и какой должна быть их взрослая жизнь. Проблема идентичности юных неизмеримо усложняется также и в связи с чрезвычайно быстрыми социальными изменениями, требующими пересмотра основных ценностей и норм.

Кризис идентичности проявляется в трёх основных сферах поведения подростков. Это, в первую очередь, членство в группе сверстников, проблема выбора карьеры и употребление алкоголя и наркотиков.

Слабым противовесом этому кризису, в настоящее время является школьное образование в виде курса ОБЖ и семья, как свидетельствуют Баль Л.В, Михайлов А.Н.

Новые совместные с родителями подходы к формированию здорового образа жизни детей и подростков в реальных сегодняшних условиях, без учёта жизни конкретного ребёнка, вряд ли могут изменить ситуацию [34].

Ряд авторов в своих работах (М.П.Голощёкина, 1997, В.Ю.Гранильщикова, 1983, Е.И.Вавилова, 1986, Ю.Ф.Луури, 1991, Л.И.Пустынникова, 1993, 1998, Т.Э.Токаева, 1999) показывают, что участие родителей при обучении детей навыкам физической активности имеет большое положительное значение для их здоровья и развития [65]. Однако отметим, что не каждый родитель в состоянии постоянно оказывать внимание своему ребёнку в процессе физкультурной и оздоровительной деятельности, а в некоторых случаях родители просто не проявляют желания.

В семьях, где родители или заняты только собственными проблемами или находятся в разводе или недостаточно заботятся о ребёнке и не проявляют внимания, у ребёнка появляется убеждение, что он никому не нужен, что его никто не любит. В неблагополучных семьях применяются в воспитании такие методы, как физическое наказание, в результате дети страдают от жестокости своих родителей [148]. Иногда физическое наказание может практиковаться на протяжении нескольких поколений (Oliver J.E. and Taylor A.). Вследствие этого происходит подавление индивидуальности подростка, унижение его как личности [132,136, 144].

Дальнейшее развитие личности происходит в школе. Только совместный труд семьи и школы приносит результаты в воспитании, физкультурном образовании детей [97,83, 103, 111].

Отношения в семье имеют огромное значение для эмоциональной стабильности ребёнка. Нестабильность в этом плане проявляется у детей, родители которых мало занимаются детьми, проводя большую часть в делах. Подростки отвергают родителей как модель поведения для собственной идентичности, ищут альтернативный источник поддержки у сверстников, по мере того, как они пересматривают представление о самих себе. В нашей культуре в течение данного периода связи с группами сверстников особенно сильны; их влияние на ценности и установки подростков часто оказывается более значимым, чем влияние родителей, школы, религиозных организаций или любых других социальных структур [Massobu, 1990]. Эти группы

помогают молодым людям сохранить уверенность в себе в то время, когда они переживают поистине драматические физиологические и идеологические изменения.

Взаимоотношение родителей оказывает большое влияние на ребёнка. В своём поведении и самоутверждении в жизни ребёнок берёт пример с родителей. Основная модель поведения, устоявшаяся в семье, никогда полностью не исчезает, хотя со временем жизнь её модифицирует [75]. Мощным фактором влияния в выборе физкультурной деятельности, может быть авторитет папы или мамы, так как известно, что все дети в юном возрасте хотят быть похожим на одного из родителей [8, 83].

Модель поведения в какой-то мере определяется вариантами поведения, которые он наблюдает среди окружающих его взрослых [25].

В совместных семейных занятиях физкультурой кроются огромные возможности для повышения воспитательного потенциала семьи, улучшения отношений родителей с подростками, особенно с «трудными». Физкультура и спорт раскрепощают родителей и детей, увеличивают «потенциал доверия» семьи.

Нередко дети испытывают дефицит общения с родителями. Физкультура и спорт – это та сфера, где, во-первых, этот дефицит к обоюдной пользе уменьшается. Во-вторых, именно здесь родители всегда будут образцом для ребёнка. Культура семейная и физическая – нерасторжимое диалектическое единство. Физическая культура – составная часть семейной жизни [105].

Исследования американского учёного Сирса показали, что поведение и воспитательный стиль родителей влияют на формирование различных форм зависимого поведения ребёнка. Вследствие чего Сирс применял различные методы воспитательного процесса. Успех же каждого метода воспитания, подчёркивает Сирс, зависит от умения родителей найти «средний путь».

Однако одной из главных особенностей подросткового и юношеского возраста является стремление к автономии. Это проявляется, в первую очередь, в попытке освободиться от излишней опеки и добиться, хотя бы

относительной, независимости. Во многом от того, какой тип отношений с ребёнком сложился в семье, зависит и вероятность возникновения проблемного поведения у ребёнка [34].

Ещё Сухомлинский А.С. глубоко подметил основное противоречие во взаимоотношении подростка и взрослого: «не опекайте меня, не ходите за мной и т.д. - я самостоятельный человек. Я не хочу, чтобы меня водили за руку...».

Эту сложность и противоречивость внутреннего мира подростка взрослый должен понять и именно на основе этого понимания строить свои отношения с ним [110], ведь подросток оценивает родительскую любовь и заботу, судя по тому количеству времени, которое они готовы ему уделить, по их готовности и желанию быть рядом с ним и при необходимости оказать помощь (Amato, 1990; Gecas and Seff, 1990; Northman, 1985).

Итак, влияние семьи играет неотъемлемую роль в развитии ребёнка. Современный подросток подвержен огромному количеству негативных факторов, влияющих на его выбор, поведение, устои. Именно семья должна взять на себя обязанности формирования «нормального» стереотипа развития личности.

Необходимо обратить внимание на фактор, который по значимости стоит на одном уровне с семьёй и оказывает на подростков огромное влияние – это средства массовой информации.

Известно, что подростковый возраст является важнейшим периодом в жизни человека, когда перед ним встаёт проблема выбора собственного стиля жизни. При этом значительно ослабевает влияние семьи и максимально возрастает воздействие окружения ребёнка, в первую очередь его сверстников, а так же других факторов. В сегодняшней России таким мощнейшим фактором стали СМИ. Вероятно, не будет преувеличением констатировать, что Россия является площадкой для «естественного эксперимента», где воздействие СМИ на сознание подростков является наибольшим, и последствия которого ещё предстоит оценить [12].

Международное исследование, проведённое в 1997 году и охватившее, кроме России, США, Польшу, Чехию, Венгрию и Казахстан, показало, что Россия решительно лидирует среди этих стран по числу людей, которые сами о себе говорят, что они смотрят телевизор «часто и очень часто». По другим исследованиям, у нас много людей, которые проводят у телевизора по пять, шесть часов.

Одно из наиболее масштабных за последнее время исследований телевизионного «опыта» проводил в течение трёх лет Центр по изучению коммуникаций и социальной политике при Калифорнийском университете. Учёные установили, что 60% телевизионных программ постоянно содержат элементы насилия, причём в prime time этот показатель вырастает до 92%. Программы, в которых такие сцены не встречаются никогда, составляют 4%.

В научной литературе есть две противоположные точки зрения на проблему телевизионной агрессии. Одни считают, что условность телевидения позволяет зрителям мысленно переживать происходящее на экране, дать выход своим агрессивным эмоциям. Другие, наоборот, считают, что демонстрация насилия способствует принятию агрессивных моделей поведения.

Первая точка зрения имеет более почтенную традицию. Ещё Аристотель объяснял психологический механизм греческой трагедии «катарсисом» - очищением души от страстей посредством страха и сострадания. Впоследствии идею катарсиса подхватили психоаналитики, построив свою терапевтическую процедуру на «изживании» вытесненных агрессивных аффектов в воображении или символическом действии [117].

Нынешняя культура, как ещё на рубеже семидесятых годов отметил А.Моль в ставшей классической «социодинамике культуры» - это скорее плохо упорядоченная мозаика, где в принципе невозможно объективно отличать «более главное» от «менее главного». По сравнению с культурой предшествующих эпох эта культура необычайно подвижна, ориентиры в ней меняются стремительно и разнонаправленно. А «телом» этой культуры

являются, в основном, средства массовой информации, в том числе, во всё большей мере, электронные [46].

Помимо радио и телевидения, в наши дни добавился компьютер, несомненно, в большей мере определяющий духовный мир ребёнка. Происходит, как говорят социологи, «компьютеризация детства».

В подтверждение тому проведённый социальный опрос. Обработка ответов на вопрос: «Какие культурные учреждения «семейный ребёнок» посещал за последние полгода?» показал следующие результаты: оказалось, что 41% детей бывал в музеях, 39% - в парке культуры, 38% - в театре, 38% - в библиотеке, 26% - на выставке, 25% - на концерте, а 22% - на стадионе. Но, при более глубоком анализе обнаруживается, что основное содержание духовной пищи, которую получает ребёнок, весьма далеко от принципов гуманности, от богатств русской и мировой культуры [47,107,108].

Благодаря широкому распространению средств массовой информации, ребёнок постоянно находится под «ударом» множества информационных потоков. И воздействия этих потоков ни родителями, ни учителями, как правило, не контролируется, практически не прогнозируется и не учитывается [46].

Всё вышеизложенное свидетельствует о степени влияния средств массовой информации, как на психологическое состояние подростков, так и на степень выбора той или иной деятельности. Средства массовой информации являются активной преобразующей ролью в воспитательном процессе с детьми и подростками.

Значение СМИ выходит далеко за пределы его понимания как «средства» или инструмента психологического управления подростками. Средства массовой информации выступают органической составной частью, элементом системы управления физкультурно-оздоровительной и воспитательной работы с подростками.

Анализ литературных данных позволяет судить о том, что степень влияния средств массовой информации носит двойной характер. Характеризуя

СМИ, авторы рассматривают их неоднозначно: как «способ получения» необходимой информации, оказывающий положительное воздействие на психику человека, «средство», «инструмент» управления ею, и как один из видов агрессивного поведения человека в результате получения негативной информации. Следует отметить, что на сегодняшний день виды агрессивных действий на телеэкранах превалируют.

Таким образом, необходимо «делать отбор» средств массовой информации, для получения положительной и важной информации, не травмирующей поведение и психику подростка.

Немаловажную роль в выборе той или иной деятельности играет школа, которая занимает определённое время в жизни подростка и призвана решать задачи воспитательного характера.

Общеобразовательные учреждения являются центральным звеном всей системы образования, фундаментальной социокультурной базой воспитания и развития детей и подростков.

Обновление процесса воспитания в общеобразовательном учреждении должно осуществляться на основе качественно нового представления о статусе воспитания с учётом отечественных традиций, национально-региональных особенностей, достижений современного опыта и включать формирование разнообразных воспитательных систем, стимулирование разнообразия воспитательных стратегий, методов, повышение эффективности действия его школьных механизмов, установление и поддержание баланса государственного, семейного и общественного воспитания [78].

Школа, помимо образовательного и воспитательного процесса, вносит огромный вклад в развитие физкультурно-оздоровительной деятельности. Именно в школе детьми и подростками делаются основные шаги к занятиям физической культурой, а в дальнейшем и спортом.

Период обучения в школе совпадает с наибольшей активностью роста, развития и формирования ребёнка. На этом этапе выявляется чёткая закономерность изменения функциональных резервов организма. В это время

любые воздействия на организм обладают наибольшей силой и приводят к следующим динамическим изменениям в состоянии здоровья [134, 135].

Следует отметить факт возникновения противоречия между активным развитием физкультуры и спорта в школе, и неуклонным ростом заболеваемости обучающихся.

Доказано, что в формировании здоровья подростков важную роль играют факторы учебной среды образовательных учреждений. Многочисленные исследования показали, что за период обучения возрастает частота нарушений зрения и осанки, патологии органов пищеварения. Ухудшение здоровья от второго к десятому классу отмечается в 52% случаев [52]. Это находится в прямой зависимости с ростом отклонений в состоянии здоровья, объёмом и интенсивностью учебной нагрузки [109]. Особенно тревожными являются данные, характеризующие падение уровня сформированности культурных стремлений и социально значимых качеств личности учащихся школьного возраста, относящихся к нравственной сфере [26]. Это во многом связано с отсутствием целенаправленного формирования качеств личности средствами физической культуры [66,67]. В противовес этому в образовании накоплен большой опыт использования различных способов улучшения показателей здоровья обучающихся. Совместными усилиями многих специалистов к настоящему времени уже разработаны и испробованы разные подходы к решению данной проблемы: от введения в образовательный процесс новых предметов, таких как валеология, до изменения содержательной части образовательных программ, учебников, внедрения инновационных оздоровительных технологий.

К сфере развития личности относится деятельностно-поведенческое развитие личности – становление её привычек, опыта, стиля и манеры презентации своего «Я». Понятие развития личности включает и становление её социального, коммуникативного пространства – сферы отношений, круга общения, собственного микросоциума. А так же – становление её индивидуальности [110].

Школы могут оказывать дополнительное влияние, изменяя поведение детей и подростков как в лучшую, так и в худшую сторону. Если школа действительно может повлиять на детей и подростков, важно знать, каким образом можно обеспечить её воздействие именно в лучшую сторону [137, 145].

Для многих подростков существует расхождение между системами ценностей в школе и дома. Дуглас [129] и другие авторы показали, что успеваемость является значительно лучшей у тех детей, родители которых с интересом и участием относятся к их школьной жизни. Бронфенбреннер [126] установил, что единственным самым важным фактором, от которого зависит непрерывный прогресс подростка в учёбе, является степень активного участия родителей в программе получения ребёнком образования.

Таким образом, существует неразрывная связь между родителями и школой. Полезным может оказаться разрушение стены между семьёй и школой. Представляется, что возможные пути достижения названной цели – это привлечение родителей к активному участию в школьных делах [139].

Немаловажным фактором влияния на подростка, являются его товарищи, влияние которых оказывается одним из наиболее главных в период школьного обучения. Подростки, как правило, хотят делать то, что делают их приятели (Cotterell, 1992). То, какими друзьями окружён подросток, несомненно, влияет на степень его увлечённости учёбой. Давно уже доказана и документально подтверждена важная роль друзей в переходном возрасте. Признание и одобрение группы сверстников является сильным стимулом для достижения успеха. Подросткам необходимо сознавать свою причастность. Как оказалось, субъективное чувство сопричастности и межличностной поддержки является сильным стимулом стремления к достижениям во всех школьных областях, в том числе и физкультурных (Goodenow, 1993).

В целом состояние научного знания в области влияния на подростков позволяет выделить основные ключевые факторы: учителя, сверстники,

интерес к учёбе, здоровье, различные стрессы, активное участие родителей в образовательном процессе.

Сегодня клубы по месту жительства решают задачи профилактики саморазрушающего поведения и преступности среди подростков и молодёжи. Чаще всего они выполняют, так сказать «отвлекающую» функцию, выступают альтернативой миру наркотиков [80, 22, 81, 101, 127, 128, 133, 138, 141, 149].

Значительные возможности для современного решения задач воспитания, внедрения оздоровительных технологий, профилактики асоциального поведения предоставляет система внешкольных учреждений детей и подростков, ориентированная на свободный выбор и освоение обучающимися дополнительных образовательных программ. Целью внешкольных учреждений является развитие мотивации детей и подростков к познанию и творчеству, содействие личностному и профессиональному самоопределению обучающихся, их адаптация к жизни в динамичном обществе, приобщение к здоровому образу жизни.

В литературе имеется достаточно материалов, подтверждающих гипотезу о том, что ключевые факторы, определяющие поведение подростков, находятся чаще всего вне сектора школы, и они формируют образ жизни подростков [68,84].

Анализ научной литературы свидетельствует о том, что внешкольные учреждения рассматриваются как одни из важных социальных институтов, нацеленных на воспитание и социализацию подрастающего поколения.

Во внешкольном пространстве должны быть заложены большие возможности для содружества и взаимодействия с семьёй, школой, возможности построения личностных (индивидуальных) отношений, позволяющие выработать потребность к систематическим занятиям физической культурой и спортом.

Исходя из вышеизложенного, можно сделать следующее заключение: процесс вовлечения подростков к систематическим занятиям физической культурой и спортом очень сложный, требующий постоянного внимания.

Наиболее существенное значение в выборе подростка спортивной, оздоровительной деятельности, как показывает анализ литературы, оказывает социум. Следование моде, тоже можно отнести к одному из действующих факторов мотивации в выборе той или иной деятельности. А, как известно, период становления системы ценностей является важнейшим периодом развития личности. Именно развитие совести и моральных норм начинается процессе социализации [93].

В результате проявления агрессии, жестокости, нежелания учиться, со стороны подростков, причинами которых является ряд следующих факторов: ребенок не понят семьёй, не принят школой, отвергнут друзьями. Можно сказать, что единственным «утешительным» местом для таких подростков являются внешкольные учреждения - клубы по месту жительства, секции по интересам, кружки по различным направлениям, место, где его примут и поймут, что является своего рода реабилитацией подростка. Для того, что бы подросток чувствовал себя уверенным, необходимо помочь ему определить личную значимость. Взаимное понимание проблемы, как правило, даёт хорошие результаты.

Итак, внешкольные учреждения играют далеко не последнюю роль в физкультурном, воспитательном развитии подростка. Дополнительное образование даёт возможность раскрыться ему, выявить его лучшие качества, возможности, сделать правильный шаг в выборе той или иной деятельности.

Социально-педагогические возможности дополнительного образования определяются тем, что они создают 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.

### 1.3 Проблемы индивидуализации и мотивации оздоровительной деятельности трудных подростков в клубе по месту жительства

В.М.Бехтерев утверждал, что развитие личности как высшего проявления психики находится в зависимости от физических условий. Это положение не вызывает сомнения, если принять во внимание тесное соотношение между физическим и психическим, между телом и душой. «Mens sana in corpore sano» («Здоровый дух в здоровом теле») гласит древняя философская мудрость, и это положение остаётся незыблемым и поныне. Гармоническое развитие тела и духа обеспечивает правильное совершенствование личности [13]. А подростковый возраст, как известно – это возраст становления личности, развития индивидуальности, осознания и осмысления ценностных ориентаций.

Особенно остро стоит проблема развития и становления личности трудных подростков. Отличительная черта таких подростков – нежелание и неспособность к целенаправленному усвоению нового, у них нарушена способность к восприятию. Считается, что большинство таких подростков из неблагополучных семей. Поступки трудных подростков вызываются многими причинами: проблемами в семье, в окружении подростка, состоянием его успеваемости в школе или взаимоотношениями со сверстниками [83, 97].

В семьях, где родители находятся либо в разводе, либо недостаточно заботятся о детях, не проявляют внимания, у таких подростков появляется убеждение, что он никому не нужен, что его никто не любит.

Для подростков данной категории клуб выявляет стержень деятельности в целенаправленной коррекции развития и поведения. Это может проявляться во всех видах клубной работы. В процессе деятельности необходимо «возвысить» подростка в собственных глазах, чему в наибольшей степени способствует развитие личного интереса, помощи в укреплении авторитета подростка среди сверстников.

В свою очередь, нет единого подхода к классификации трудных подростков. Одни выделяют группы основным методом перевоспитания

считая индивидуальный подход к каждому трудному подростку. Другие – определённые типы, скрупулезно характеризуя их как для изучения, так и для перевоспитания [32].

Статус и социальные функции-роли, мотивация поведения и ценностные ориентации, структура и динамика отношений – всё это характеристики личности, определяющие её мировоззрение, жизненную направленность, общественное поведение, основные тенденции развития [1].

Каждый человек – индивидуальность, он способен индивидуализировать своё отношение к ценности, персонифицируя их. Сущность подростка определяется преобладающими потребностями, приоритетность которых меняется под воздействием вновь создаваемых обстоятельств. Реальность осознания такова, что изменить можно только себя, своё отношение к обстоятельствам. Поэтому индивидуальность – это всегда внутренний диалог человека с самим собой, выход в уникальную подлинность самого себя, считают В.И. Слободчиков и Е.И. Исаев.

В настоящее время ведётся активный поиск путей индивидуализации физического воспитания трудных подростков, однако он часто основан на персонификации технологий, имеющих целью достижение половозрастных нормативов физической подготовленности, базирующихся на среднестатистических данных. Требование индивидуального подхода остаётся абстрактным призывом, не имеющим конструктивной идеи, основанной на учёте индивидуальных (в том числе наследственных) особенностей физиологии и поведения каждого человека (Зайцева В.В.).

В.А. Радионов в своих исследованиях использует принцип индивидуальности в процессе применения сопряжения воздействий на уроке физической культуры.

О.С. Газман сформулировал концепцию педагогики свободы и педагогической поддержки, в которой противопоставляется два процесса: индивидуализация и социализация, понимая под последней введение ребёнка в мир взрослых, научение жить по нормам и правилам общества. Педагогика

свободы, по его мнению, состоит в совместном с ребёнком определении его интересов, целей, возможностей, путей преодоления препятствий мешающих ему сохранять человеческое достоинство, достигать позитивных результатов в обучении, самовоспитании, самореализации.

Адаптивная концепция (Дж. Дьюи, О. Бримм, Т. Парсонс, и др.) трактует социализацию как приспособление личности к существующему образу жизни.

Теоретики критической концепции социализации (К. Роджерс, А. Маслоу, В. Хайнц) считают, что в процессе социализации человек не столько приспосабливается к людям и обстоятельствам, сколько стремится к самореализации и самоутверждению в обществе.

Клуб по месту жительства, как составная часть системы учреждений дополнительного образования трудных подростков, как никакая другая образовательная система, располагает большими возможностями в нахождении подростком своей индивидуальности, самовыражения, утверждения среди сверстников, поскольку клуб базируется на его познавательных, спортивных интересах, мотивации подростка и потребностях в двигательной активности.

Вопрос о мотивации, возможно, является наиболее важным во всей персонологии. Ещё Маслоу (Maslow, 1968,1987) полагал, что люди мотивированы для поиска личных целей и это делает их жизнь значительной и осмысленной. Действительно мотивационные процессы являются сердцевинной гуманистической теории личности.

Маслоу признавал, что какие-то творческие люди могут развивать и выражать свой талант, несмотря на серьёзные трудности и социальные проблемы (Maslow, 1970).

На сегодняшний день, проблемой изучения мотивации занимаются многие учёные (Ильин Е.П. [48, 51], Вилюнас В.К. [23], Орлов А.Б. [92], Чудновский В.Э. [122] и др.). Понятие мотивация трактуется в различных формулировках. Большинство специалистов определяют мотивацию как сложную силу, побуждение, стимул, необходимость, напряжённое состояние или другие

механизмы, которые дают начало и поддерживают добровольную активность по направлению к достижению личной цели. Мотивация направляет поведение, так как обеспечивает его целевую ориентацию.

В одном случае мотивация – это процесс воздействия на конкретные потребности человека, побуждающие его стремления к достижению цели.

Чем полнее педагог понимает поведение своих учеников, тем эффективнее оно может влиять на поведение и сделать его более созвучным достижению личных и организационных целей.

Педагогам необходимо уделять больше времени наблюдению за занимающимися, чтобы определить какие активные потребности движут ими. Но поскольку эти потребности со временем меняются, то одна и та же мотивация не может эффективно работать всё время.

Каждый педагог должен знать, что предпочитает тот или иной подросток. Разные подростки любят разные вещи, и если педагог хочет эффективно мотивировать своих занимающихся к различным видам деятельности, то он должен чувствовать и изучать их индивидуальные потребности [23], что явилось одной из особенностей изучения в нашем исследовании. Таким образом, мотивированное поведение – это поведение, направленное на реализацию потребностей, побуждений.

Согласно Л.И.Божович, мотив – это то, ради чего осуществляется деятельность, «...в качестве мотива могут выступать предметы внешнего мира, представления, идеи, чувства и переживания. Словом, всё то, в чём нашла своё воплощение потребность». Такое определение мотива снимает многие противоречия в его толковании, где объединяются энергетическая, динамическая и содержательные стороны.

Мотивация объясняет целенаправленность действия, организованность и устойчивость деятельности, направленной цели. Мотив в отличие от мотивации – это то, что принадлежит самому субъекту поведения, является его устойчивым личностным свойством, изнутри побуждающим к совершению определённых действий. В исследованиях мотивации важна попытка понять,

каким образом человек мотивируется к деятельности, направленной на достижение успехов и как он реагирует на постигающие его неудачи. Факты, полученные в психологии, говорят о том, что мотивы достижения успехов и избегания неудач – важные и относительно независимые виды человеческой мотивации. От них во многом зависят судьба и положение человека в обществе. Замечено, что люди с сильно выраженным стремлением к достижению успехов добиваются в жизни гораздо большего, чем те, у кого такая мотивация слаба или отсутствует [2,23,69,86].

С возрастом происходит развитие взаимодействующих потребностей и мотивов, изменение ведущих доминирующих потребностей и их иерархизации.

При анализе мотивации тренировочной деятельности, необходимо не только определить доминирующий мотив, но и учесть всю структуру мотивационной сферы человека. Рассматривая эту сферу применительно к занятиям физической культурой, можно подчеркнуть иерархичность её строения, так в неё входят: потребность к занятиям физической культурой, смысл тренировок, мотив тренировок и интерес [51,82, 90].

Необходимое условие для создания у занимающихся интереса к содержанию обучения и к самой тренировочной деятельности – возможность проявить себя самостоятельно и инициативно. Чем активнее методы, тем легче заинтересовать занимающихся [82], ведь, как известно, стержнем любой деятельности является потребностно-мотивационный компонент. Потребность в движениях, потребность в сохранении и укреплении здоровья – вот психологические основы мотивации занятий физической культурой и спортом [35].

Роль мотивов в оздоровительной деятельности – очень важна. Мотивация к занятиям спортом формируется не столько словами, сколько действиями, работой по организации оздоровительной деятельности.

Известно, что спортивные подвиги влияют на поведенческие мотивации сотен и сотен тысяч людей, особенно детей, подростков, молодёжи.

Знаменитый Пеле в «одночасье» решил проблему неграмотности в Бразилии, поскольку каждый мальчишка захотел лично прочитать написанную им книгу: «Я – Пеле».

Среди мотивов, побуждающих подростков к занятиям спортом, во всех возрастах и половых группах, социальном положении на первом месте находится стремление улучшить своё здоровье. Далее следует заинтересованность в умении управлять своим телом. Относительно постоянным является стремление заниматься спортом для развлечения. Актуальность других мотивов с возрастом убывает: побеждать; угодить родителям; для будущей работы; быть, как спортивная звезда; встречаться с друзьями [53,122].

Следует отметить, что в этом случае подростки в основном руководствуются внешними мотивами, а не внутренними [35,36,91,92]. Это говорит о том, что необходима дополнительная работа по совершенствованию мотивационных оснований физкультурно-спортивной деятельности [14,70].

Как уже указывалось выше, существуют внешние мотивы и внутренние. Активный интерес к занятиям физической культурой и спортом формируется в результате внутренней мотивации, которая возникает тогда, когда внешние мотивы и цели соответствуют возможностям занимающегося, то есть являются для него оптимальными, и когда он понимает субъективную ответственность за их реализацию [14,35,37,70].

Успешная реализация таких мотивов и целей вызывает у него вдохновение успехом, желание продолжать занятия по собственной инициативе, то есть внутреннюю мотивацию и интерес. Внутренняя мотивация возникает также тогда, когда занимающиеся испытывают удовлетворение от самого процесса, условий занятий, характера взаимоотношений с тренером, товарищем по группе во время этих занятий [35,92].

Вместе с тем как чрезмерно трудные, так и чрезмерно лёгкие режимы внешней мотивации дают противоположный эффект: внутренняя мотивация и

интерес не формируются; в первом случае возникают эмоции тревожности, неуверенности в себе, во втором – эмоции скуки и равнодушия [35,92].

Ещё особенность – мотивы поведения человека и цели поведения могут не совпадать: одну и ту же цель можно ставить перед собой, руководствуясь различными мотивами. Цель – показывает к чему стремится человек, а мотив – почему он к этому стремится [120].

Перечисленные концептуальные положения относятся к любому виду физкультурно-спортивной деятельности, и их следует соблюдать в любой программе по физическому воспитанию молодёжи [37,71]. Однако внешняя и внутренняя мотивации должны существовать в диалектическом единстве. Активная, целеустремлённая деятельность занимающегося не может побуждаться только одними успехами или только одними неудачами [35,92]. Всё это должно быть сбалансировано. Поэтому мотивация занятий физической культурой должна носить многоуровневый характер [35].

Сложность и многоаспектность проблемы мотивации обуславливает множественность подходов к пониманию её сущности, природы, структуры, а так же к методам её изучения (Б.Г.Ананьев, С.Л.Рубинштейн, В.Г.Асеев, Дж.Аткинсон, М.Ш.Магамет-Эминов, А. Маслоу, В.Э.Чудновский и др.). Следует подчеркнуть, что основным методологическим принципом, определяющим исследования мотивационной сферы в отечественной психологии, является положение о единстве динамической и содержательно смысловой сторон мотивации. Активная разработка этого принципа связана с исследованием таких проблем, как система отношений человека (В.Н.Маслецев), соотношение смысла и значения (А.Н.Леонтьев), интеграция побуждений и их, смысловой контекст (С.Л.Рубинштейн), направленность личности и диалектика поведения (Л.И.Божович, В.Э.Чудновский), ориентировка в деятельности [122].

В отечественной психологии мотивация рассматривается как сложный многоуровневый регулятор жизнедеятельности человека – его поведения, деятельности. В.Г.Алексеев отмечает, что мотивационная система человека

имеет гораздо более сложное строение, чем простой ряд заданных мотивационных констант [2].

На данный момент мотивы можно разделить на две простые формы: положительные, которые побуждают к определённой деятельности и отрицательные, которые не побуждают к какой либо деятельности, препятствуют ей.

Важна общеизвестная роль мотивации в оздоровительной деятельности. В многочисленных работах на эту тему в явной или неявной форме полагается, что отрицательные мотивы, связанные с физкультурной деятельностью, разрушающе действуют на учебно-тренировочный процесс, в значительной мере понижают её эффективность [37,70]. Необходимо первоначальное изучение действующих оздоровительных мотивов среди занимающихся подростками, и далее создание учебно-тренировочного процесса на основе индивидуальных мотивов.

Систематическое изучение мотивации и процесса становления интереса к занятиям физической культурой и спортом – важнейшее условие воспитания личной физической культуры человека. И пока не будут созданы условия для реализации сформированных целенаправленно или сформировавшихся спонтанно интересов, личной физической культуры у него не будет, а, следовательно, не будет основы здорового образа жизни [11, 70].

Мы поддерживаем точку зрения последних и считаем, что задача всех спортивных, оздоровительных, клубов по месту жительства – учёт в работе с трудными подростками их индивидуальных особенностей, личностной ориентации, ведущих мотивов. В связи с этим в клубах должны работать высококвалифицированные специалисты по работе с трудными подростками, обладающие как специальными знаниями, так и знаниями науки управления, психологии, навыками воспитательной и организаторской работы.

Необходимость изучения мотивации в сфере оздоровительной деятельности, на наш взгляд, обуславливается и тем, что ошибки, которые может совершить тренер-преподаватель, физкультурный работник в связи с

отсутствием у него элементарных знаний в области мотивационных, воспитательных, специфических, а так же оздоровительных процессов имеют множество недостатков в работе с трудными подростками.

Многие издержки, упущения в воспитании являются следствием того, что нет должной системы в области индивидуальной работы с подростками, организации воспитательного процесса [21, 106].

Анализ литературы показывает, что многие специалисты, пытаются исследовать сущность, структуру, методы изучения мотивации, особенности её выявления. Однако надо сказать, что проблемы мотивации, связанные с привлечением трудных подростков к систематическим занятиям оздоровительной деятельностью в клубах по месту жительства, как учреждениях дополнительного образования, изучены недостаточно.

Вышесказанное позволяет утверждать, что процесс индивидуализации подростков, формирование мотивов к физкультурно-оздоровительной, спортивной деятельности играет системообразующую роль в воспитательном процессе подростка и физическом его совершенствовании.

Организация оздоровительной, спортивной, досуговой деятельности подростков в клубах по месту жительства представляет собой сложный, целенаправленный, непрерывный процесс, включающий в себя определение ведущих мотивов подростков, их интересов, индивидуальности, потребности в той или иной деятельности. Вышесказанное указывает на то, что значение индивидуальной мотивации подростков выходит далеко за пределы его понимания как «средства» или «инструмента» управления учебно-тренировочным процессом. Подход к рассмотрению индивидуализации подростков, их мотивации к занятиям физической культурой и спортом как элемента технологии управления воспитательной работой в клубах по месту жительства, позволит актуализировать научную и практическую значимость изучаемой проблемы.

Выводы по первой главе:

1. Клубы по месту жительства, став историческим продолжением внешкольных образований, в настоящее время, сложились как специфическая часть системы непрерывного образования, обеспечивающая развитие ребёнка, подростка в его свободное время.
2. Современное дополнительное образование организовывается и реализуется учреждениями, основное предназначение которых – удовлетворять постоянно изменяющиеся индивидуальные социокультурные и образовательные потребности детей и подростков, в частности трудных подростков. Клубы по месту жительства как составная часть учреждений дополнительного образования направлены на создание условий для самореализации, социальной адаптации, социализации, оздоровления, мотивации, творческого и профессионального самоопределения всех детей, концентрируя внимание на углубление индивидуальности каждого, адаптируя к жизненно-оздоровительной и спортивной деятельности, с учётом их интересов.
3. Подростковый возраст – это возраст становления личности, развития её индивидуальности, осознания и осмысления ценностных ориентаций. Подросток пробует себя в различных социальных институтах, где он наиболее полно обогатится социальным опытом и преобразует самого себя как в процессе совместной деятельности и общения, так и в рефлексивном режиме внутреннего диалога и самопонимания.
4. Эффективность управления оздоровительной работой в клубах по месту жительства, обеспечивается созданием ряда условий. Научно-методические условия, позволяющие повысить качество работы педагогов. Психологические условия, направленные на содействие творческому самовыражению и раскрытию индивидуальности подростков. Материально-технические и финансово-экономические условия, обеспечивающие создание необходимых финансовых и экономических ресурсов.

## **ГЛАВА 2. Системный анализ, характеризующий развитие оздоровительной деятельности трудных подростков, занимающихся в клубах по месту жительства.**

Наиболее эффективным средством сохранения и укрепления здоровья учащейся молодёжи, подростков, профилактики наркомании и преступности в молодёжной среде являются занятия физической культурой и спортом [94].

Как известно, на сегодняшний день, процесс широкого вовлечения подрастающего поколения в занятия физической культурой и спортом сдерживается недостаточным финансированием физической культуры и массового детско-юношеского спорта, слабым оснащением материально-технической базы образовательных и спортивных учреждений, недостаточным программно-методическим обеспечением, нехваткой профессиональных кадров, особенно специалистов работающих с детьми и трудными подростками по месту жительства.

Проблема сохранения и укрепления здоровья детей, подростков и молодёжи, совершенствование процесса воспитания подрастающего поколения средствами физической культуры и спорта требует объединения усилий государства и общественных организаций [94,27].

Значительные возможности для своевременного решения задач воспитания предоставляет система дополнительного образования детей, ориентированная на свободный выбор и освоение обучающимися дополнительных образовательных программ. Целью дополнительного образования является развитие мотивации детей и подростков к познанию и творчеству, содействие личностному и профессиональному самоопределению обучающихся, их адаптации к жизни в динамичном обществе, приобщение к здоровому образу жизни.

Дополнительное образование, в частности клубы по месту жительства, организовываются учреждениями, которые удовлетворяют постоянно

изменяющиеся индивидуальные социокультурные и образовательные потребности детей, создают условия для их творческой самореализации [78].

На первом этапе организации занятий необходимо создать такие условия, при которых было бы возможным увлечь трудных подростков занятиями в клубах по месту жительства, а в дальнейшем суметь «удержать» ребят, суметь смотивировать их будущую деятельность. Именно эту задачу мы и поставили перед собой.

Среда, в которой развивается трудный подросток, имеет большое значение, и поэтому знание состояния как внутренней, так и внешней среды позволит создать систему эффективной организационной деятельности по месту жительства для подростков определённой категории.

## 2.1. Анализ состояния среды оздоровительной деятельности в клубах по месту жительства г. Чайковский

Анализ является отправной точкой в процессе, направленном на совершенствование деятельности любой организации, в том числе и клубов по месту жительства.

Анализ – системный методологический прием познания, заключающийся в расчленении исследуемого объекта на элементы (части), исследование этих элементов, их взаимосвязи путем сопоставления и оценки нормой (или тем, что выбирается в качестве основания сопоставления), и на этом основании – синтезированное новое представление целого объекта.

Можно сказать, что вопросы организации досуговой, оздоровительной деятельности по месту жительства, являются широкомасштабными. Особенно это ярко выражается в условиях малых городов, в частности города Чайковского.

В связи с этим представляет интерес изучение особенностей организации спортивной, оздоровительной деятельности среди подростков в клубах по месту жительства города Чайковский.

На сегодняшний день можно отметить, что организация работы клубов по месту жительства сопровождается рядом вопросов, главным из которых является система управления. Мало создать, организовать какую-либо деятельность, необходимо выработать эффективную систему управления [44].

Для изучения состояния организации оздоровительной деятельности, мы рассматривали три основных направления:

1. Состояние развития клубов по месту жительства.
2. Кадровое и методическое обеспечение деятельности в клубах.
3. Результаты работы клуба по месту жительства, как учреждения дополнительного образования

В городе Чайковский функционирует сеть муниципальных, многопрофильных клубов (рис. 1), которая в свою очередь делится на два направления. С одной стороны это подростково-молодежные клубы по месту жительства, работающие под руководством Комитета по делам молодежи, с другой - спортивные клубы, которые работают под руководством Комитета по физической культуре и спорту.

Главной целью клубов как учреждений дополнительного образования является создание условий для удовлетворения досуговых и коммуникативных потребностей детей, подростков и молодёжи, развитие творческих способностей, укрепление здоровья и социализации личности молодых людей.



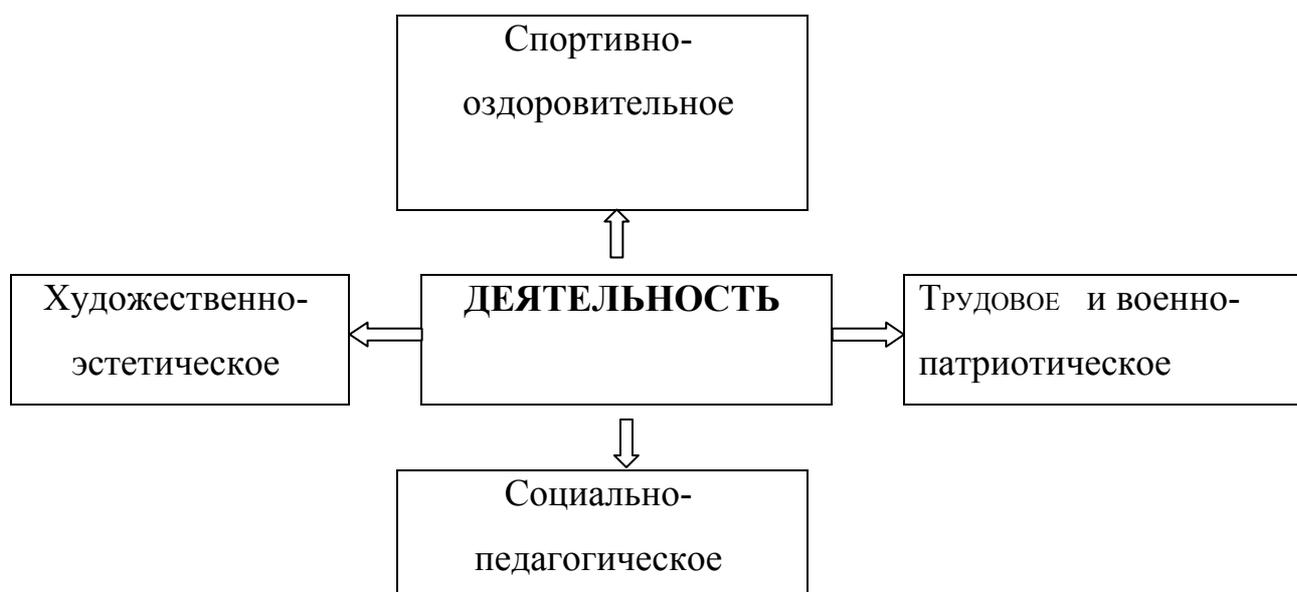


Рис. 2. Деятельность клубов по месту жительства города Чайковский

В таблице 2 представлена занятость подростков образовательной деятельностью за 2002 -2005 учебные года по направлениям.

Таблица 2.

Динамика занятости подростков образовательной деятельностью

Направление деятельности	2002 -2003 уч.год.			2004 – 2005 уч.год.		
	Кол-во объединений	Кол-во чел.	% охвата	Кол-во объединений	Кол-во чел.	%охвата
Спортивное, оздоровительное	31	1303	30	35	1441	34
Художественно-эстетическое	42	1463	34	42	1326	31,7
Социально-педагогическое	44	1444	33	47	1328	31,7
Военно-патриотическое	1	80	1,9	1	80	1,95
Спортивно-техническое	2	34	0,8	1	15	0,36
Итого:	120	4324		126	4190	

Мы видим, что процент охвата спортивно-оздоровительной направленности деятельности несколько увеличился

В своем исследовании мы изучали более углубленно деятельность клубов по оздоровительной направленности.

*Оздоровительное направление деятельности* - это организация учебно-тренировочного процесса по секциям и оздоровительным группам, а в дальнейшем участие в соревнованиях.

*Соревновательная* деятельность среди клубов осуществляется согласно годовому календарю спортивно-массовых мероприятий. За год проводится до 26 стартовых соревнований, как спортивного, так и оздоровительного характера. Лидирующую позицию, по видам деятельности в клубах занимают различные виды единоборств, в частности это каратэ-кёкусинкай, каратэ-до-шотокан, рукопашный бой, самбо, дзюдо, айкидо, армреслинг, силовые троеборья, и т.д. На сегодня подростков, как по результатам анализа литературы, так и по результатам собственных опросов, не очень интересуют такие виды спорта, которые требуют длительных тренировок. Например, провести набор в секцию лыжных гонок, конькобежного спорта, легкой атлетики и др. значительно сложнее. Мероприятия оздоровительного характера это, как правило, традиционные «дни здоровья», «осенний марафон», «зимние забавы», различные троеборья, «богатырские забавы», теннисные турниры и др.

В планах этого направления деятельности учитываются и спортивно-технические виды спорта. Вся клубная работа проводится согласно годовому плану-графику (Приложение 5).

Анализ процесса планирования показал, что в клубах отсутствует система планов, начиная от общего плана работы до плана на конкретное мероприятие.

Анализ годовой статистической отчетности свидетельствует, что в городе Чайковский во всех вышеперечисленных клубах занимается 6896 детей и подростков, что составляет 34,8% от общего числа проживающих 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.

Рассмотрим более подробно динамику количества занимающихся в подростково-молодежных клубах по месту жительства комитета за три года (рис. 3).

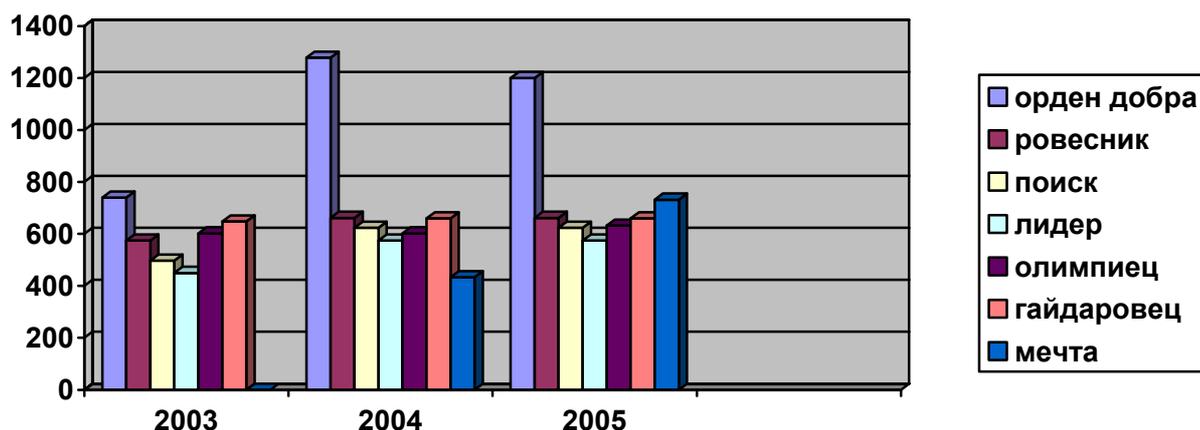


Рис. 3 Динамика роста числа посещающих клубы по месту жительства (кол-во человек).

Видно, что лидирующее место занимает клуб Орден Добра (740)- 2003г., (1278) -2004г., (1200)-2005г. Относительно стабильную позицию занимают клубы Ровесник (574), (662), (662), Гайдаровец (602), (660), (660) и клуб Олимпиец (602), (602), (632). Значительно меньшее количество занимающихся, наблюдается в клубе Лидер (450), (574), (574). В клубе «Мечта» резко выросло количество занимающихся в 2005 году по сравнению с 2004, которое можно объяснить изменением местонахождения клуба и проведенным ремонтом.

Мы видим, что во всех подростково-молодежных клубах есть группы оздоровительной направленности. Однако уровень занятости детей и подростков оздоровительной деятельностью различен. Так, например, в клубе Орден Добра уровень развития спортивной, оздоровительной деятельности выше (478 человек), чем в других. Самый низкий уровень развития физкультурно-спортивной направленности отмечен в клубе Поиск (72 человека). В клубах Лидер (208), Ровесник (208), Мечта (200) количество занимающихся в секциях по видам спорта относительно художественно-эстетической направленности составляет 50%.

Объектом нашего исследования является деятельность клуба «Олимпиец», поэтому представляет интерес изучение более подробно содержания работы этого клуба.

Клуб «Олимпиец» работает по тем же направлениям, что и все другие клубы.

Статистическая отчетность свидетельствует, что за пять лет количество посещающих подростков клуб по месту жительства подростков является неравномерным (рис. 4). Слабо развитым направлением является спортивно-оздоровительное.

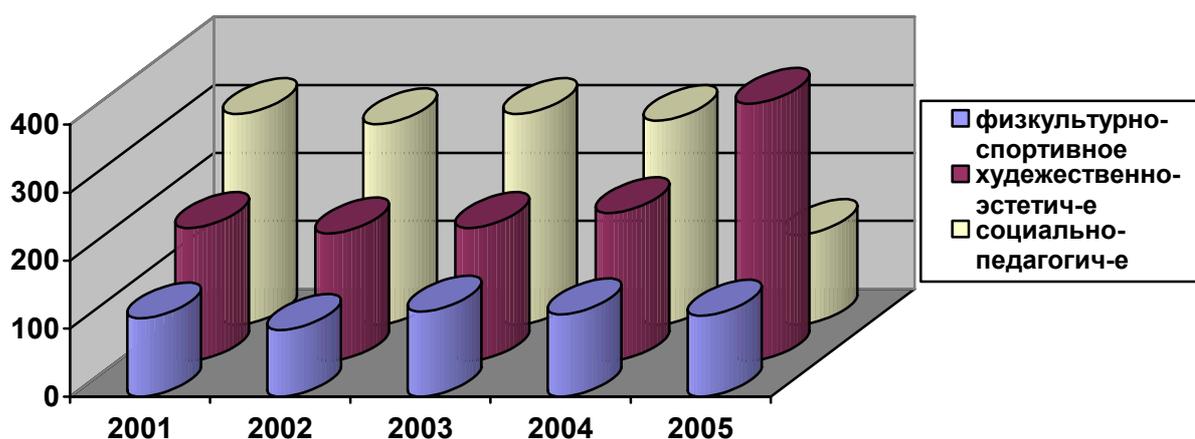


Рис. 4 Динамика роста числа посещающих клубные направления.

Наряду со спортивно-оздоровительной работой, клубы решают и воспитательные задачи с подростками.

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.

Кадровый состав в клубах по месту жительства рассматривался по следующим характеристикам: квалификационный уровень, образовательный уровень педагогических кадров, степень и систематичность повышения квалификации, половой состав работников, возрастной потенциал.

В деятельности клубов принимают участие разные специалисты: социальные педагоги, психологи, физкультурные работники, имеющие среднее, средне-специальное и высшее образование. Каждый работник осуществляет свои функции согласно должностной инструкции.

На рисунке 5 представлен образовательный уровень педагогических кадров, высшее образование имеют только 47% работников.

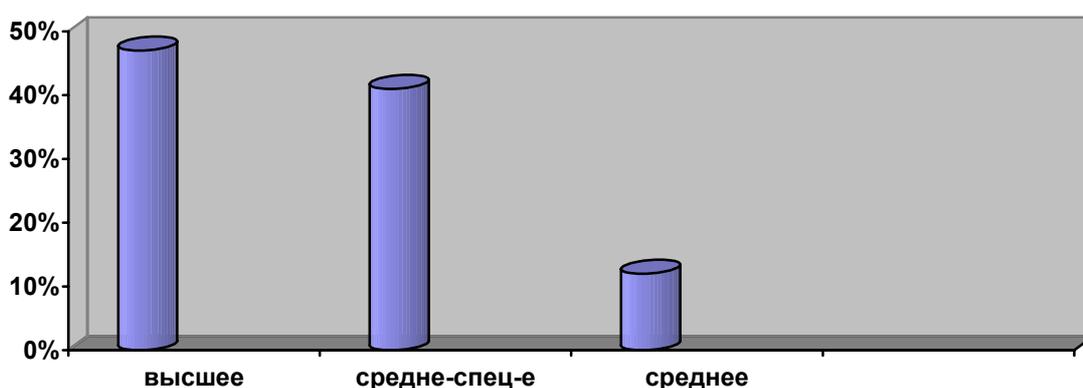


Рис.5 Образовательный уровень педагогических кадров

Из них педагогическое образование имеют 52%. Необходимо отметить, что в основном это специалисты физической культуры и спорта.

Немаловажное значение имеет возрастной состав педагогических кадров в клубах по месту жительства (Рис. 6).

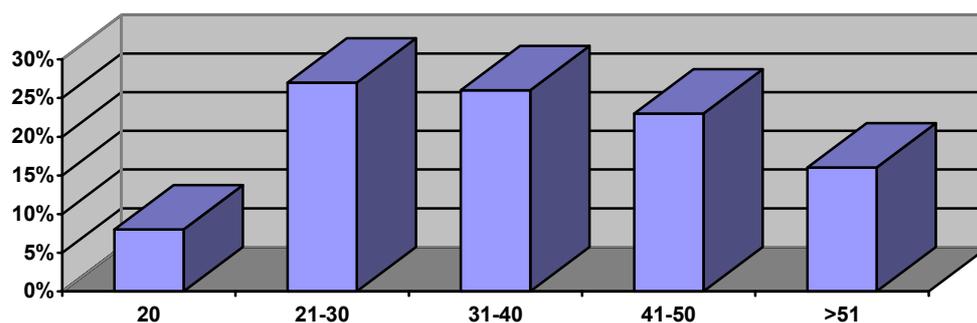


Рис. 6 Возрастной потенциал педагогических кадров (лет).

Возрастной потенциал педагогов составляет с 21 года до 50 лет, то есть наблюдается хорошее сочетание молодости и опыта.

Показателем профессиональной культуры кадров является их квалификационный уровень, который измеряется квалификационной категорией (табл.3).

Таблица 3

Квалификационный уровень педагогических кадров в подростково-молодежных клубах

Название клуба	Квалификационная категория, количество человек			
	Высшая	Первая	Вторая	Без категории
Гайдаровец	2	4	4	2
Лидер	1	5	2	3
Мечта	2	4	4	2
Олимпиец	3	3	2	2
Орден Добра	3	2	2	6
Поиск	1	2	3	3
Ровесник	3	9	1	2
Итого:	15	29	18	20

Огромная проблема, которая была выявлена в процессе анализа – что же считать результатом деятельности педагогов при присвоении категории.

Исходя из этого, мы опросили специалистов, работающих в системе клубов по месту жительства и на вопрос: «Чем на Ваш взгляд является ваша работа?» были получены следующие результаты (табл.4)

Таблица 4

Результаты работы педагога в клубе по месту жительства

<b>Варианты ответов</b>	<b>%</b>
Ответственная работа по воспитанию будущего поколения	50,0
Общественно значимая работа	36,1
Отвлечение подростков от ничегонеделания и бродяжничества	22,2
Досуговая деятельность подростков	8,3
Приятное времяпрепровождение	-

Мы видим, что 50,0% опрошенных физкультурных работников считают свою работу достаточно ответственной по воспитанию будущего поколения, и в связи с этим общественно значимой (36,1%).

Поэтому мы рекомендуем считать показателями результата деятельности клуба по месту жительства количество занимающихся в группе, сохранение контингента занимающихся подростков, участие подростков в общественно значимых мероприятиях (соревнованиях, конкурсах и др.).

Профессиональной культурой кадров мы называем совокупность качеств и свойств личности, определяющих её стремление трудиться с полной отдачей и умение это делать с максимальной эффективностью. Уровень профессиональной подготовки педагога нельзя определять только уровнем знаний и умений. Как известно, человек может иметь достаточно большой объем знаний и умений, но не всегда может проявить их в повседневной жизни и практической деятельности. Уровень знаний и умений характеризует лишь компетентность человека в определенной области. Кроме этого важны личностные установки, идеалы, потребности и мотивы, определяющие среду и условия деятельности педагога.

Как известно, знания могут устаревать и поэтому через каждые пять лет необходимо повышать квалификацию (табл. 5).

Таблица 5

Повышение квалификации работников в клубах по месту жительства (%).

Категории работников	Систематически	Не систематически	Не повышают
Социальный педагог	39,7	45,1	15,2
Педагог-организатор	39,5	49,0	11,5
Педагог дополнительного образования	39,0	40,0	21,0
Инструктор по физкультуре и спорту	42,5	40,0	17,5
Тренер-преподаватель	78,2	17,8	4,0
Директор	75,0	25,0	-
Педагог-психолог	35,5	40,0	24,5
Специалист по работе с молодёжью	38,0	40,5	21,5
Валеолог	25,0	39,0	46,0

Из таблицы видно, что с большей степенью систематичности повышают свою квалификацию директора (75,0), тренера-преподаватели (78,2).

Несколько лучше, по сравнению с другими категориями специалистов, обстоит дело с инструкторами по физкультуре и спорту (42,5), социальными педагогами (39,7), педагогами - организаторами (39,5), педагогами дополнительного образования (39,0). Однако и среди указанных категорий специалистов имеются работники, которые повышают свой профессиональный уровень не систематически или не повышают его совсем.

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, не складывается система повышения квалификации внутри клуба, не говоря уже о самообразовании.

Таким образом, существует неразрывная связь между характеристиками кадрового состава и степенью вовлечённости детей, подростков и молодёжи в систематические занятия в клубах по месту жительства. От качества и профессионализма тренеров, преподавателей, организаторов, напрямую зависит динамика роста числа занимающихся тем или иным видом деятельности. Это положение не отрицают сами специалисты, работающие в клубах. Так же степень интереса подростков к учебно-тренировочной деятельности в клубах характеризует количество посещающих занятия.

На степень заинтересованности в занятиях физической культурой и спортом, оказывают влияние и летние оздоровительные формирования.

Ведь, как известно, физическая культура и спорт, по значимости стоят на первом месте среди других видов деятельности школьников в оздоровительных лагерях, а по интенсивности воспитательного общения 21 день лагерной смены равен учебному году. Условия городского оздоровительного лагеря обеспечивают правильный двигательный режим детей во время каникул, а в сочетании с полноценным питанием мощным оздоровительным средством [40, 119, 123].

Кроме этого летние формирования решают проблему временной трудовой занятости и рационального использования каникулярного времени подростками, посещающими клубы по месту жительства, особенно это касается ребят из неблагополучных семей. Организация воспитательного процесса обеспечивается начальниками летних формирований в сотрудничестве со следующими учреждениями: городским парком культуры и отдыха, детскими библиотеками города, инспекцией по пожарной безопасности и ГИБДД, Комитетом по физической культуре и спорту, районным центром традиционной народной культуры, стадионом

«Центральный», Чайковским казачьим обществом, городским краеведческим музеем и т.д.

В решении вопроса об обеспечении педагогической поддержки социально незащищённых, растерянных, недоверчивых к добру подростков необходима особая технология преобразования их деятельности, отношений для создания условий совместного или самостоятельного построения жизненного и профессионального самоопределения.

Если педагогическая поддержка – это целенаправленное взаимодействие тренера и ученика с их отношением к учебному процессу, то необходимо создать технологии индивидуального моделирования образовательной среды и режима жизнедеятельности обездоленных подростков, чтобы обеспечить их социальную защиту, помощь в жизненном самоопределении и самореализации.

В таблице 6 представлены данные охвата из семей соцзащитных категорий в летние оздоровительные формирования (Приложение 6).

Таблица 6

Охват соцзащитных категорий летними формированиями

<b>Категории</b>	<b>Лагерь</b>	<b>Бригада</b>	<b>Всего</b>
Сироты	12	3	15
Состоящие на учёте в ОВД	14	15	29
Дети из малообеспеченных семей	125	65	190
Дети безработных граждан	-	5	5
Дети из многодетных и неполных семей	3	6	9
Дети из асоциальных семей	1	-	1
Инвалиды	5	-	5
Дети из семей, пострадавших от радиационного воздействия	-	1	1
Дети из семей переселенцев	-	4	4
<b>Итого:</b>	<b>160</b>	<b>99</b>	<b>259</b>

Таким образом, клубами было охвачено 259 подростков социальных категорий, что составило 43% от общего количества. В приложении 6

представлены сводные данные, характеризующие охват конкретно по клубам.

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.

Результаты вносятся в матричную таблицу под определёнными полями, позволяющие сделать разделение между сторонами.

Сокращения в таблице трактуются следующим образом:

Поля СИВ определяются стратегией, предполагающей использование силы организации, чтобы получить эффективность от возможностей;

Поля СЛВ определяются стратегией преодоления слабости организации за счёт возможностей;

Поля СИУ – использование силы организации для устранения угрозы;

Поля СЛУ - разрабатываются варианты, которые позволяют избавиться от слабости и предотвратить угрозу.

На основе анализа внешней среды организации были определены угрозы и возможности развития клубов по месту жительства города Чайковский (табл. 7).

На основе анализа внутренней среды организации выявлены силы и слабости клубов по месту жительства. Результаты анализа занесены в матрицу SWOT.

Мы видим, что внешняя среда клубов по месту жительства среди возможностей характеризует такие факторы, как улучшение материально-технической базы, заинтересованность вышестоящих работников, привлечения молодых, новых кадров, открытие новых клубов, секций, обеспечивает спонсорской поддержкой и т. д.

Матрица SWOT сильных и слабых сторон организации

ФАКТОРЫ		ВНЕШНЕЙ СРЕДЫ	
		<u>Возможности</u>	<u>Угрозы</u>
		1. улучшение материально-технической базы; 2. заинтересованность вышестоящих лиц; 3. увеличение спорт. секций в клубе; 4. новые, молодые кадры; 5. мотивация детей к занятиям; 6. реализация целей и задач; 7. спонсорская поддержка; 8. открытие новых клубов, кружков; 9. увеличение з/п работникам; 10. взаимопонимание в коллективе.	1. низкий охват занимающихся в клубе; 2. недостаточная поддержка органов местного самоуправления; 3. нехватка кадров; 4. недостаточная научно-метод. обеспеченность физкульт. работников в клубах; 5. непонимание административным аппаратом в значимости клубов и приоритетности ФК и С; 6. недостаточное финансирование; 7. слабое взаимодействие клуба с семьёй, отсутствие ответственности родителей; 8. недостаточная компетенция работников клуба.
В Н У Т Р.  С Р Е Д Ы	<u>Силы</u>	<u>Поле СиВ</u>	<u>Поле СиУ</u>
	1. занятия в секциях классами;	1 – 5; 1 – 8;	1 - 1;
	2. свобода выбора разнообразных видов деятельности;	2 – 3; 2 – 5;	2 - 1;
	3. привлечение детей с улицы;	3 – 2; 3 – 6;	3 – 1;
	4. оздоровление детей, профилактика заболеваний, вредных привычек;	4 – 2; 4 – 3; 4 – 8;	4 – 5;
	5. развитие детей как личности;	5 – 4;	5 – 5;
	6. бесплатность и доступность определённых видов спорта;	6 – 1; 6 – 2; 6 – 3; 6 – 7;	6 – 6;
	7. выявление спорт. способностей, рост мастерства, дисциплина.	7 – 2; 7 – 5; 7 – 6; 7 – 8;	7 – 7;
8. энтузиазм и желание работать в клубе тренером;	8 – 4 8 – 6; 8 – 9; 8 – 10;	8 – 3; 8 -8;	

<b><u>Слабости</u></b>	<b>Поле СЛВ</b>	<b>Поле СЛУ</b>
1. подбор кадров;	1 – 4; 1- 9; 1- 10;	1 – 7;
2. слабая материально-техническая база;	2 – 1; 2 – 2; 2- 7;	2 – 2; 2 – 5;
3. слабое бюджетное финансирование;	3 - 2; 3 – 7;	3 – 2; 3 – 6;
4. отсутствие кружков по интересам;	4 - 8; 4 – 9;	4 – 3; 4 – 4; 4 – 5;
5. нехватка метод. литературы;	5 – 6;	5 – 2;
6. незаинтересованность администрации;	6 – 2;	6 – 4; 6 – 5; 6 – 6;
7. невозможность выезда на все соревнования;	7 – 2; 7 – 7;	7 – 5;
8. плохая освещённость улиц;	8 – 2;	8 – 5;
9. пассивность родителей;	9 – 5;	9 – 7
10. плохая информированность о клубах;	10 – 2;	10 – 3; 10 – 7;
11. нет взаимосвязи клуба со школой;		
12. месторасположение клубов в основном в подвальных помещениях.	12 - 1; 12 – 2; 12 – 7;	12 – 1; 12 – 2; 12 – 5;

Найдём взаимосвязь между «полями».

Для установления этих связей составляем матрицу SWOT, которая имеет вышеуказанный вид (табл. 7).

В отношении тех пар, которые были выбраны с поля «СИБ», следует разрабатывать стратегию по использованию сильных сторон организации для того, чтобы получить отдачу от возможностей, которые появились во внешней среде, это:

1 – 5 занятия в секциях классами – мотивация детей к занятиям;

1 – 8 занятия в секциях классами – открытие новых кружков, клубов;

2 – 3 свобода выбора разнообразных видов деятельности – увеличение спортивных секций в клубе;

2 – 5 свобода выбора разнообразных видов деятельности – мотивация детей к занятиям;

3 – 2 привлечение детей с улицы – заинтересованность вышестоящих лиц;

- 3 – 6 привлечение детей с улицы – реализация целей и задач;
- 4 –2 оздоровление детей, профилактика заболеваний, вредных привычек – заинтересованность вышестоящих лиц;
- 4 –3 оздоровление детей, профилактика заболеваний, вредных привычек – увеличение спортивных секций в клубе;
- 4 –8 оздоровление детей, профилактика заболеваний, вредных привычек – открытие новых клубов, кружков;
- 5 – 4 развитие детей как личности – новые, молодые кадры;
- 6 –1 бесплатность и доступность определённых видов спорта – улучшение материально-технической базы;
- 6–2 бесплатность и доступность определенных видов спорта – заинтересованность вышестоящих лиц;
- 6 –3 бесплатность и доступность определенных видов спорта – увеличение спортивных секций в клубе;
- 6 –7бесплатность и доступность определенных видов спорта – спонсорская поддержка;
- 7–2 выявление спортивных способностей, рост мастерства, дисциплина – заинтересованность вышестоящих лиц;
- 7 –5 выявление спортивных способностей, рост мастерства, дисциплина – мотивация детей к занятиям;
- 7 –6 выявление спортивных способностей, рост мастерства, дисциплина – реализация целей и задач;
- 7 –8 выявление спортивных способностей, рост мастерства, дисциплина – открытие новых клубов, кружков;
- 8 – 4 энтузиазм и желание работать в клубе тренером – новые молодые кадры;
- 8 – 6 энтузиазм и желание работать в клубе тренером – реализация целей и задач;
- 8 – 9 энтузиазм и желание работать в клубе тренером – увеличение заработной платы работникам;
- 8 – 10 энтузиазм и желание работать в клубе тренером – взаимопонимание в

коллективе.

Для тех пар, которые оказались на поле «СЛВ», стратегия должна быть построена таким образом, чтобы за счёт появляющихся возможностей попытаться преодолеть имеющиеся в организации слабости, это:

- 1-4 подбор кадров – новые молодые кадры;
- 1-9 подбор кадров – увеличение заработной платы;
- 1-10 подбор кадров – взаимопонимание в коллективе;
- 2-1 слабая материально-техническая база – улучшение материально-технической базы;
- 2-2 слабая материально-техническая база – заинтересованность вышестоящих лиц;
- 2-7 слабая материально-техническая база – спонсорская поддержка;
- 3-2 слабое бюджетное финансирование – заинтересованность вышестоящих лиц;
- 3-7 слабое бюджетное финансирование – спонсорская поддержка;
- 4-8 отсутствие кружков по интересам – открытие новых клубов, кружков;
- 4-9 отсутствие кружков по интересам – увеличение заработной платы работникам;
- 5-6 нехватка методической литературы – реализация целей и задач;
- 6-2 незаинтересованность администрации - заинтересованность вышестоящих лиц;
- 7-2 невозможность выезда на все соревнования – заинтересованность вышестоящих лиц;
- 7-7 невозможность выезда на все соревнования – спонсорская поддержка;
- 8-2 плохая освещённость улиц – заинтересованность вышестоящих лиц;
- 9-5 пассивность родителей – мотивация детей к занятиям;
- 10-2 плохая информированность о клубах – заинтересованность вышестоящих лиц;
- 12-1 месторасположение клубов в основном в подвальных помещениях – улучшение материально-технической базы;

12-2 месторасположение клубов в основном в подвальных помещениях – заинтересованность вышестоящих лиц;

12-7 месторасположение клубов в основном в подвальных помещениях – спонсорская поддержка.

Если пара находится на поле «СИУ», то стратегия должна предполагать использование силы организации для устранения угроз, это:

1-1 занятия в секциях классами – низкий охват занимающихся в клубе;

2-1 свобода выбора разнообразных видов деятельности – низкий охват занимающихся в клубе;

3-1 привлечение детей с улицы – низкий охват занимающихся в клубе;

4-5 оздоровление детей, профилактика заболеваний, вредных привычек – непонимание административным аппаратом в значимости клубов и приоритетности ФК и С;

5-5 развитие детей как личности - непонимание административным аппаратом значимости клубов и приоритетности ФК и С;

6-6 бесплатность и доступность определённых видов спорта – недостаточное финансирование;

7-7 выявление спортивных способностей, рост мастерства, дисциплина – слабое взаимодействие клубов с семьёй, отсутствие ответственности родителей;

8-3 энтузиазм и желание работать в клубе тренером – нехватка кадров;

8-8 энтузиазм и желание работать в клубе тренером – недостаточная компетенция работников клуба.

Для пар находящихся на поле «СЛУ» организация должна выбрать такую стратегию, которая позволила бы ей как избавиться от слабости, так и попытаться предотвратить нависшую над ней угрозу, это:

1-7 подбор кадров – слабое взаимодействие клуба с семьёй, отсутствие ответственности родителей;

2-2 слабая материально-техническая база – недостаточная поддержка органов местного самоуправления;

- 2-5 слабая материально-техническая база – непонимание административного аппарата в значимости клубов и приоритетности ФК и С;
- 3-2 слабое бюджетное финансирование – недостаточная поддержка органов местного самоуправления;
- 3-6 слабое бюджетное финансирование – недостаточное финансирование;
- 4-3 отсутствие кружков по интересам – нехватка кадров;
- 4-4 отсутствие кружков по интересам – недостаточное научно-методическое обеспечение физкультурных работников;
- 4-5 отсутствие кружков по интересам – непонимание административным аппаратом в значимости клубов и приоритетности ФК и С;
- 5-2 нехватка методической литературы – недостаточная поддержка органов местного самоуправления;
- 6-4 незаинтересованность администрации – недостаточное научно-методическое обеспечение физкультурных работников в клубе;
- 6-5 незаинтересованность администрации – непонимание административным аппаратом в значимости клубов и приоритетности ФК и С;
- 6-6 незаинтересованность администрации – недостаточное финансирование;
- 7-5 невозможность выезда на все соревнования – непонимание административным аппаратом в значимости клубов и приоритетности ФК и С;
- 8-5 плохая освещённость улиц - непонимание административным аппаратом значимости клубов и приоритетности ФК и С;
- 9-7 пассивность родителей – слабое взаимодействие клубов с семьёй, отсутствие ответственности родителей;
- 10-3 плохая информированность о клубах – нехватка кадров;
- 10-7 плохая информированность о клубах - слабое взаимодействие клубов с семьёй, отсутствие ответственности родителей;
- 12-1 месторасположение клубов в основном в подвальных помещениях - низкий охват занимающихся в клубах;
- 12-2 месторасположение клубов в основном в подвальных помещениях -

недостаточная поддержка органов местного самоуправления;

12-5 месторасположение клубов в основном в подвальных помещениях – непонимание административным аппаратом в значимости клубов и приоритетности ФК и С.

Угрозы со стороны внешней среды: недостаточная поддержка органов местного самоуправления; недостаточная научно-методическая обеспеченность физкультурных работников в клубах; непонимание административным аппаратом значимости клубов и приоритетности физической культуры и спорта; недостаточное финансирование; слабое взаимодействие клуба с семьёй, отсутствие ответственности родителей 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 (табл. 8).

Таблица 8

Возможности и «угрозы» деятельности клубов по месту жительства.

ВОЗМОЖНОСТИ ↗	«УГРОЗЫ» ↘
Клуб по месту жительства, как учреждение дополнительного образования имеет разнообразные возможности для социального становления подростков, обеспечение его развития в свободное время, благоприятной атмосферой для самопознания самовоспитания каждого.	Отсутствие эффективной системы управления и недостаточное внимание со стороны административно-управленческого аппарата всех уровней к рассматриваемой проблеме. Слабая материально-техническая база клубов по месту жительства не позволяет расширять платные услуги для различных категорий населения, в том числе детей и подростков.
Создание секций и кружков по видам спорта на основе интереса способствуют эффективному вовлечению детей, подростков к занятиям, формированию спортивной культуры, увеличению количества занимающихся, а также организации этой работы совместно с родителями.	Низкая заработная плата тренеров-преподавателей, может стать угрозой отсутствия (или недостаточности) специально подготовленных специалистов по физкультурно-оздоровительной и спортивной работе
Стимулирование деятельности работников клуба, позволит привлечь новые, молодые кадры, ввести инновационные разработки в развитие клубной деятельности.	Слабая мотивация к занятиям физической культурой и спортом влекут за собой низкий охват подростков систематическими занятиями в клубах по месту жительства, отвлечения от вредных привычек и улицы
Межличностные отношения кадрового потенциала в клубе, позволяет коллективу более сплочённо, с энтузиазмом заниматься своей деятельностью.	Слабое научно-методическое обеспечение спортивно-оздоровительной деятельности в клубах, отсутствие физкультурно-оздоровительных программ, построенных с учётом интересов, индивидуальности детей, подростков, направленных на формирование спортивной культуры.

По мнению специалистов, участвующих в SWOT анализе, улучшение качества работы клубов по месту жительства разрешимо при условии определённых «возможностей», реализовав которые уровень эффективности управления клубным процессом значительно повысится. Но как показывает практика, на данный момент реализация таких условий крайне затруднена.

Итак, анализ состояния организации клубной деятельности показал, что на сегодняшний день развитие спортивно-оздоровительной работы сдерживается рядом факторов: неотлаженная система управления деятельностью; проблема подбора квалифицированных кадров, имеющих опыт работы с детьми и подростками; разработка инновационных программ по организации досуговой деятельности и т.д.

Необходимо отметить тот факт, что для наибольшего привлечения детей, подростков и молодёжи к занятиям физической культурой и спортом нужно создать для них мотивацию, заинтересовать занятиями, что должно являться для работников клубов первоочередной задачей, решение которой должно быть реализовано с помощью учебно-тренировочных занятий. Построение же учебно-тренировочных занятий процесс сложный, и для того, чтобы был эффект от проводимых тренировок, преподавателям необходимо постоянно искать новые методы и формы организации оздоровительной деятельности, повышать уровень профессионального мастерства. На данный момент можно отметить тот факт, что систематичность повышения квалификации работниками клубов по месту жительства находится на недостаточном уровне развития. Во многом это зависит не от самих педагогических кадров, а в значительной степени от органов местного самоуправления, директоров клубов. Но, есть и такие работники, которые осознанно не проявляют особого желания повышать своё профессиональное мастерство.

Динамика роста числа посещающих клубы по месту жительства так же подтверждает уровень профессионального подхода педагогов к своей деятельности.

Необходимо отметить ещё один важный вопрос эффективного развития клубной деятельности это финансирование. Так как все клубы по месту жительства являются муниципальными, то соответственно поступление денежных средств на развитие деятельности находится на низком уровне. В этом случае клубам приходится «выживать» в сложившихся тяжёлых условиях и переходить на систему самообеспечения и самофинансирования. Решение этой проблемы также требует сил и времени.

Таким образом, развитие клубного педагогического процесса требует объединения усилий как местных властей, так и самих участников образовательного процесса, так как они и составляют основной компонент в педагогическом развитии.

В этом случае возникает необходимость ориентации на основные мотивы детей и подростков для систематического их привлечения к занятиям физической культурой и спортом.

Следует отметить ещё одну важную сторону клубной деятельности. Как и другие учреждения дополнительного образования, клубы по месту жительства имеют свои организационные проблемы в системе эффективного развития.

Полученные данные позволили классифицировать проблемы деятельности клубов (табл.9), препятствующие более эффективному развитию.

Таблица 9

Проблемы клубов по месту жительства

ВИД	ХАРАКТЕРИСТИКА
<u>Кадровая</u>	<ul style="list-style-type: none"> <li>• Отсутствие специально подготовленных кадров по работе с детьми и подростками в клубах по месту жительства</li> </ul>
<u>Методическая</u>	<ul style="list-style-type: none"> <li>• Слабая информированность деятельности клубов по месту жительства;</li> <li>• Недостаточная пропаганда деятельности;</li> <li>• Слабая методическая база</li> </ul>
<u>Материально-техническая</u>	<ul style="list-style-type: none"> <li>• Дороговизна спортивного инвентаря и форма оплаты занятий;</li> <li>• Отсутствие должного финансирования;</li> <li>• Содержание спортивных площадок, их оборудование</li> </ul>
<u>Оздоровительная</u>	<ul style="list-style-type: none"> <li>• Отсутствие современных, интересующих подростков, оздоровительных форм занятий, технологий, видов.</li> </ul>

Таким образом, формы деятельности методической службы клубов по месту жительства находятся в прямой зависимости от её целей и задач.

Анализ состояния организации оздоровительной деятельности в клубах по месту жительства города Чайковский позволил установить, что деятельность клубов по месту жительства это сложное, многоструктурное образование, решающее специфические задачи вовлечения 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.

Возникла необходимость целенаправленной, специальным образом организованной управленческо-методической и воспитательной работы со всеми категориями педагогических работников.

## 2.2. Изучение ценностей, мотивации у трудных подростков занимающихся оздоровительной деятельностью в клубе по месту жительства

Система ценностных ориентаций определяет содержательную сторону направленности личности и составляет основу её отношений к окружающему миру, к другим людям, к себе самому, основу мировоззрения и ядро мотивации жизненной активности, основу жизненной концепции и «философии жизни» [99].

Рассмотрим личность подростка с позиций влияния на него окружающей среды, формирующей эту личность. Элементы окружающей среды подростка

это семья, улица, общеобразовательные учреждения, учреждения дополнительного образования.

Исследования В.Э.Чудновского показывают, что 60-70% свободного времени подростки проводят на улице.

По ряду объективных и субъективных причин далеко не все 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 [151].

Анкетный опрос позволил определить степень влияния семьи, улицы, школы на формирование интересов, ценностей подростка (схема 1). Применение данного метода обусловлено тем, что опрос носил массовый характер и предусматривал использование методов обработки данных. Анкета, предназначенная для опроса подростков, имела своей целью изучение влияния факторов внешней среды на подростков (Приложение 3).

Выяснилось, что основное влияние оказывают, в первую очередь, семья – 25%, улица – 25%; 20% опрошенных отмечают средства массовой информации, 15% - школу. Дети не проявляют большого интереса к клубам по месту жительства. Всего 5% подростков, считают, что на их развитие оказывают влияние клубы.

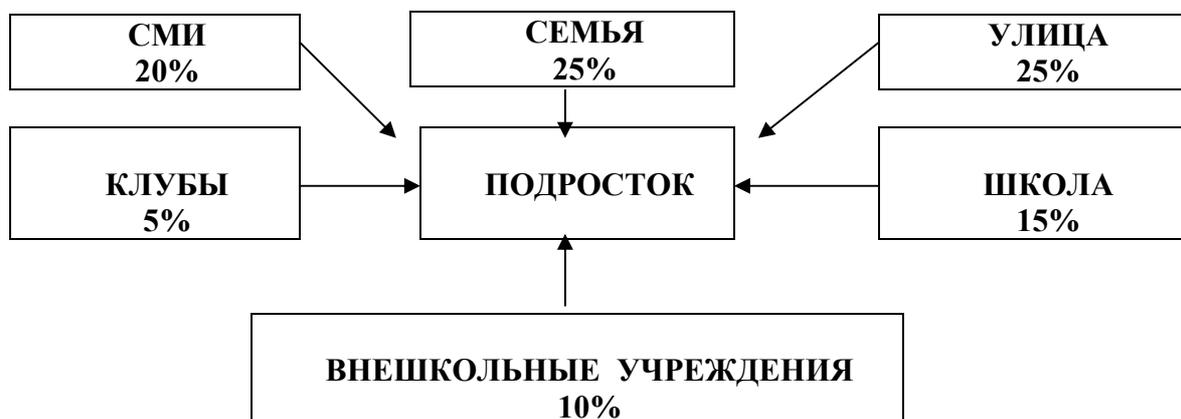


Схема 1. Влияние факторов среды на подростка

То есть, данный факт свидетельствует о том, что клубы лишь в малой степени способны смотивировать детей и подростков к той или иной деятельности. Это подтверждается рядом выявленных проблем, описанных выше, главные из которых: отсутствие современных оздоровительных технологий, слабая материально-техническая база, подбор кадрового состава и т.д.

Но, по мере взросления, это влияние изменяется. Анализ литературы свидетельствует о том, что сфера взаимоотношений ребёнка с родителями на протяжении всего периода взросления остается значимой и оказывает сильное влияние на формирование его личности: его потребностно-мотивационной сферы, отношению к себе и окружающим и т.д. В ходе взросления отношения к родителям и семье в целом изменяются, причём в подростковом возрасте эти изменения происходят особенно интенсивно и становятся особенно значимыми (Ремшмидт Х. Подростковый и юношеский возраст, 1994). Те родители, которые могут заметить изменения в жизни подростка, могут и оказать влияние на них.

К сожалению, родители не всегда уверены в том, что они могут помочь своим детям, которые часто не желают слушать никаких советов, особенно это касается физической культуры, поддержания здорового образа жизни.

Для изучения этой проблемы, мы провели анкетирование родителей (Приложение 1). Результат опроса свидетельствует, что 88% опрошенных являются «неполноценными» семьями (отсутствие одного из родителей), 12% - полноценные.

Представляет интерес образованность родителей занимающихся подростков. 28% опрошенных имеют средне-специальное образование (табл.10).

## Степень образования родителей занимающихся подростков

<b>ОБРАЗОВАНИЕ</b>	<b>%</b>
<b>СРЕДНЕ-СПЕЦИАЛЬНОЕ</b>	<b>28</b>
<b>СРЕДНЕЕ</b>	<b>24</b>
<b>СРЕДНТЕХНИЧЕСКОЕ</b>	<b>20</b>
<b>ВЫСШЕЕ</b>	<b>16</b>
<b>НЕЗАКОНЧЕННОЕ ВЫСШЕЕ</b>	<b>12</b>

Постоянное место работы имеют 72% опрошенных родителей и 28% - являются «домохозяйками», преимущественно мамы. Причём среди тех, кто имеет постоянное место работы - 22% неполные семьи, которым труднее обеспечивать себя, и, как правило, мамы не обращают внимания на занятость своих детей, поэтому можно говорить, что не каждая семья в состоянии обеспечить ребёнку условия для занятий, в частности, занятий по интересам.

В решении задач развития и воспитания подростков большое значение имеет знание того, каким образом семья связана с тем, что окружает ребенка за ее пределами. Наибольшее количество трудностей возникает в малообеспеченных, неблагополучных, несостоявшихся семьях. Рассмотрим более подробно данную проблему.

На рисунке 7 показаны связи семьи с различного рода учреждениями, окружающими ребенка. Семья рассматривалась нами с позиций благополучия – благополучная и неблагополучная. Если семья благополучная и родители заинтересованы в правильном развитии своего ребёнка, то соответственно степень влияния на подростка является значительной, и в этой ситуации школа стоит на первом месте. Следовательно, влияние улицы на подростка находится под контролем.

В неблагополучных семьях всё прямо противоположно.

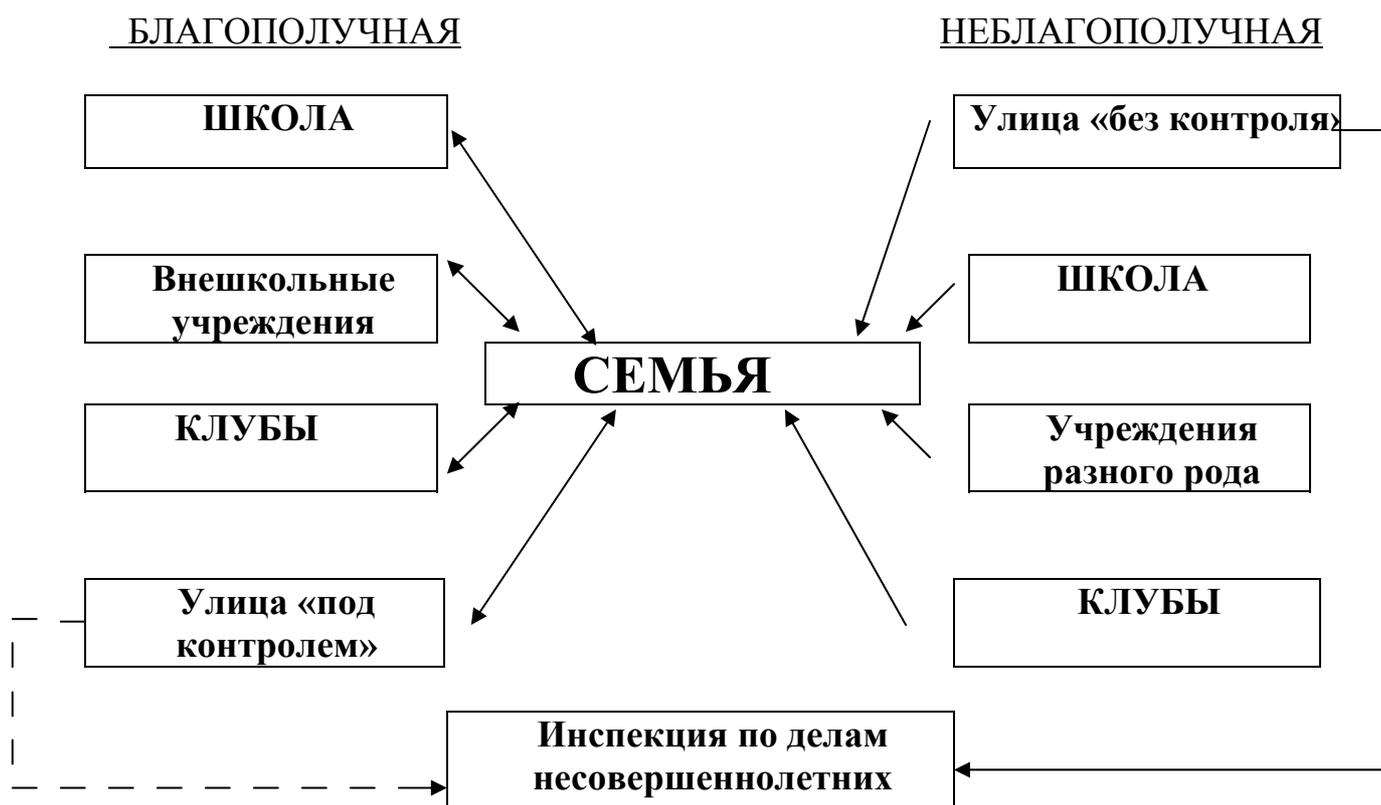


Рис. 7 Связь семьи с различными учреждениями

Результаты опроса инспекторов по делам несовершеннолетних показали, что в 95,6% благополучных семей улица со стороны родителей находится под контролем, и связь с инспекцией бывает редкой, поэтому на рисунке она отмечена пунктирной линией. У 100% неблагополучных семей улица находится без контроля и, как следствие, связь с инспекцией по делам несовершеннолетних, особенно в последние годы стала постоянной (Приложение 4). При выявлении «качества» взаимосвязей между детьми и родителями возникла необходимость рассмотреть отношение их к занятиям физической культурой и спортом.

В таблице 11 приведены данные, характеризующие, почему родители хотят, чтобы их дети занимались физической культурой и спортом. 30% опрошенных на первое место поставили укрепление здоровья.

## Ожидания родителей от занятий физической культурой

Вопросы / варианты	Удельный вес / %
• какую проблему Вы решаете, вовлекая ребёнка в занятия в клубе?	
А) укрепить здоровье;	30
Б) отвлечь от улицы;	25
В) занять свободное время;	22
Г) расширить круг общения ребёнка	14
Д) свой вариант	9

Вторую позицию занимает, также немаловажный фактор, как отвлечение от улицы (25).

Представляет интерес в изучении отношения самих родителей к занятиям физической культурой, и занимаются ли они. Родители 100% демонстрируют положительное отношение к физической культуре. Однако занимаются ею только 28%. Наблюдается явное противоречие, с одной стороны родители декларируют положительное отношение к занятиям физической культурой и спортом, а с другой, сами ею не занимаются. Поэтому родители в разрешении проблемы вовлечения детей в систематические занятия физической культурой не являются для детей примером. Клубы по месту жительства делают попытки для разрешения этой проблемы путем проведения совместных мероприятий, которые приносят пользу как для родителей, так и для детей. Однако эти мероприятия носят разовый характер, отсутствует система.

Средства массовой информации, как было показано выше, оказывают влияние на детей, формируя их поведение, а с другой стороны, по мнению Бальсевича В.К. и Лубышевой Л.И. [15] способствуют:

- повышению у людей интереса к физическому совершенствованию, раскрытию ценности физической культуры;
- формированию в массовом сознании понимания жизненной необходимости физкультурно-спортивных занятий;

- популяризации самостоятельных занятий с широким использованием природных факторов.

В связи с этим, мы применили анкетный опрос для занимающихся (Приложение 2), направленный на изучение отношения подростков к средствам массовой информации (СМИ).

Структура анкеты была следующая: вводная часть (ознакомление с правилами заполнения, целями); вопросы, раскрывающие тему (всего 14).

По своему содержанию вопросы анкеты, направленные на изучение СМИ как основного источника в получении каких-либо знаний, предпочтений, позволяют получить информацию об уровнях развития подростков, их увлечениях. По своему характеру вопросы анкеты: открытые, закрытые, полужакрытые.

Опрос подростков свидетельствует, что 92% опрошенных положительно относятся к СМИ и только 8% - безразлично (рис. 8). 80% подростков получают информацию из телевизионных передач (рис. 9).

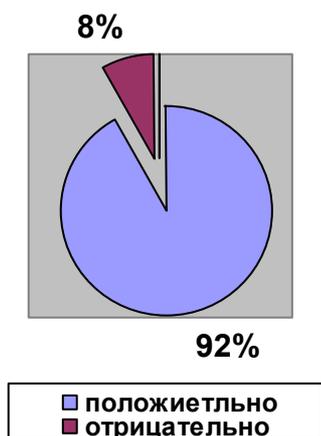


Рис. 8 Отношение к СМИ

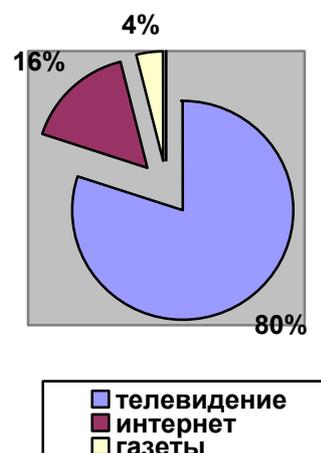


Рис. 9 Способы получения информации о ФК и С

64% отмечают, что их привлекают в телепередачах доступность информации, 12% - сюжетность, 12% музыкальное сопровождение, 8% - события, 4% - яркость.

По результатам опроса выяснилось, что подростки совсем не слушают радио, так как ни один из опрашиваемых не отметил, что получает какую-либо полезную информацию через радиопередачи, в том числе о физкультуре и спорте.

Интересными стали результаты опроса по количеству проведённого времени у телевизора. 56% подростков тратят на просмотр телевизионных передач от двух до четырёх часов в день, 16% сколько получится. В таблице 12 наши респонденты расставили по местам значимость телепередач. В результате мы видим, что на первом месте – спортивные передачи, на втором, третьем месте – передачи, которые могут вызвать агрессию у детей. Отрицательным моментом, на наш взгляд, является то, что научно-познавательные передачи, интеллектуальные, учебные находятся, как показывает опрос, на последних местах.

Таблица 12

Наиболее интересные программы на TV

<b>Тематика передач</b>	<b>Место</b>
СПОРТИВНЫЕ	1
БОЕВИКИ	2
ФИЛЬМЫ УЖАСОВ	3
ЮМОРЕСТИЧЕСКИЕ	4
ФАНТАСТИКА	5
МУЛЬТФИЛЬМЫ	6
НАУЧНО-ПОЗНАВАТЕЛЬНЫЕ	7
ИНФОРМАЦИОННЫЕ	8
ХУД. ФИЛЬМЫ (советские)	9
ИНТИМНЫЕ	10
ИНТЕЛЛЕКТУАЛЬНЫЕ	11
МУЗЫКАЛЬНЫЕ	12

Выявлено, что первостепенное влияние оказывают такие передачи, как «Последний герой». Однако, передачи о выдающихся спортсменах особое

влияние на подростков не оказывают. Это можно объяснить тем, что программы такого рода не имеют целевой направленности на подростковую аудиторию и бывают для них менее интересными.

На вопрос: «Можете ли Вы назвать программу радио или телевидения, которая бы повлияла на Ваш род занятий?» 80% подростков не смогли назвать конкретную программу на радио или телевидении, и только 28% ответили, что СМИ может изменить их в положительную сторону и в частности смотивировать к занятиям физкультурой и спортом.

Учитывая то обстоятельство, что в СМИ подростки отдают предпочтение телевизионным передачам, где одну из лидирующих позиций занимают боевики (табл.12), мы задали подросткам вопрос: «Возникало ли у Вас желание применить увиденный трюк или приём в боевиках на ком-либо?».

Результаты анкетирования оказались весьма интересными. 36% опрошенных подростков ответили, что они хотели бы опробовать увиденный трюк в боевике на друзьях, 16% - на одноклассниках, 12% - на брате или сестре, 4% - попробовать применить какой-либо приём на прохожих. Радует тот факт, что у 32% опрошенных никогда не возникало такого желания.

В возрасте 13-15 лет для подростка, огромное значение имеет какой - либо авторитет (табл. 13). У опрошенных большим авторитетом пользуются родители: папа или мама - 64%. Для 12% - авторитетом явились друг или подруга и только для 8% - тренер.

Таблица 13

Авторитеты для подростков

<b>Варианты</b>	<b>Ответы %</b>
<b>А) Родители: папа, мама</b>	64
<b>Б) Друг, подруга</b>	12
<b>В) Брат, сестра</b>	8
<b>Г) Тренер</b>	8
<b>Д) Бабушка, дедушка</b>	4
<b>Е) Никто</b>	4
<b>Ж) Учитель</b>	-

Настораживает тот факт, что подростки в своё свободное время мало уделяют внимания чтению литературы. 56% опрошенных подростков редко отводят время на чтение; 12% - лишь иногда берутся за книгу; 20% совсем не уделяют внимания литературе.

Представленные данные свидетельствуют о том, что подростки не занимаются чтением литературы, не развивают своё абстрактное мышление, а за основу берут готовые суждения, которые предлагает им телевидение.

Проведённые исследования позволяют сделать вывод о том, что в практической деятельности по развитию физической культуры и спорта среди подростков, ни центральные, а тем более, местные средства массовой информации, почти не реализуют своих просветительско-образовательных, воспитательных и организационно-управленческих функций.

В настоящее время наиболее распространённой является методика изменения ценностных ориентаций М. Рокича [99]. М. Рокич различает два класса ценностей:

- терминальные – убеждение в том, что какая-то конечная цель индивидуального существования стоит того, что бы к ней стремиться;
- инструментальные – убеждение в том, что какой-то образ действий или свойство личности является предпочтительной в любой ситуации.

Было предложено 20 «важных прилагательных», которые необходимо записать столбиком (Приложение 8). Методом ранжирования испытуемым в порядке важности было предложено отметить важное, менее важное для него качество в занятиях физической культурой и спортом (табл. 14).

48% опрошенных подростков на лидирующую позицию поставили здоровье. 20% оценили такое качество как ум. На третье место 16% подростков поставили такие качества как красота, сила, смелость и трудолюбие.

Приведённые данные отчетливо фиксируют ярко выраженное желание подростков видеть себя положительными со всех сторон.

С помощью метода ранжирования были выявлены ценности физической культуры и спорта у подростков экспериментальной и контрольной групп и представлены в таблице 14.

Таблица 14

Ценности физической культуры и спорта

Ценности физической культуры и спорта	Октябрь – 2003г.	Ценности физической культуры и спорта	Октябрь – 2003г.
	Э.Г.		К.Г.
	Место		Место
Здоровье	1	Сила	1
Ум	2	Здоровье	2
Смелость	3	Смелость	3
Трудолюбие	4	Решительность	4
Красота	5	Трудолюбие	5
Сила	6	Красота	6
Решительность	7	Ум	7

Таким образом, первоначальная мотивация у подростков в экспериментальной группе к занятиям физической культурой и спортом - это быть здоровыми. Данное положение совпадает с мнением родителей занимающихся подростков.

Кроме того, эти данные подтверждаются и другим классом ценностей – терминальным (табл. 15).

## Терминальные ценности подростков в экспериментальной группе

Терминальные ценности	Октябрь – 2003 год
	Место
Здоровье	1
Активная деятельная жизнь	2
Развитие	3
Наличие хороших и верных друзей	4
Материально-обеспеченная жизнь	5
Развлечение	6
Познание	7

Анализируя иерархию ценностей, мы выявили закономерности, которые позволяют предположить сформированность у занимающихся подростков в экспериментальной группе системы ценностей, направленной на потребность у них в оздоровлении средствами физической культуры и спорта.

В контрольной группе, отмечается, что подростки, в первую очередь, ценят «силу», так как она характеризует физическое качество, которое является наиболее важным в тех видах спорта, которыми подростки занимаются. Возникает интерес в изучении индивидуальных ценностей (Приложение 9).

Для получения информации о личностной мотивации подростков, был использован мотивационный вопросник, разработанный английскими психологами Дж. Баретта и Дж. Вильямса [38].

Применение данного метода обусловлено тем, что тестирование носило массовый характер. Данный метод позволил подростку проявить себя как личность, оценить свои возможности.

Тестирование предназначено для подростков в экспериментальной и контрольной группах, и имело своей целью изучение личностно-

мотивированной характеристики, позволяющей получить информацию о личной ориентации, степени сформированности мотивов к занятиям физической культурой и спортом, индивидуальности каждого подростка.

По своему содержанию вопросы тестирования состояли из вопросов альтернативным характером и вопросов-утверждений.

Тестирование проводилось в аудиториях в процессе учебных занятий.

Вопросник представлен двумя частями. Первая часть включает в себя вопросы, касающиеся того, какая работа вас устраивает, вторая – какие виды деятельности привлекают.

Мы считаем возможным использование данного вопросника для подростков, так как за основу была взята вторая часть – какие виды деятельности вас привлекают.

С подростками был проведён инструктаж, для того чтобы они отчётливо понимали некоторые свои «умонастроения». Подросток, отвечая на вопросы, спрашивает себя, нравится ли вам этот род деятельности.

Результаты, полученные при тестировании дадут более обоснованное мнение, представление о том, подходит ли тестируемый для определённой области деятельности.

Методика принудительного выбора, которая используется в вопроснике, даёт возможность выявить картину относительной привлекательности определённых видов деятельности.

Люди часто сопротивляются, когда их заставляют выбирать между двумя возможностями, которые им нравятся или не нравятся.

Время на заполнение этого вопросника не ограничено. Хотя при инструктаже подростков, мы ориентировали их не тратить слишком много времени, так как первые впечатления столь же полезны, как и решения, принятые после длительных размышлений. Если один род деятельности нравится вам больше, чем другой, отдайте ему все три балла, а другому – ноль. Если же вы сомневаетесь, не уверены, дайте этому виду деятельности два балла, а другому – один. Во всех случаях предлагалось, оценивать выше

тот род занятий, который больше нравится. В сумме проставленные баллы всегда должны давать три, не больше и не меньше.

Выставленные баллы нужно было вписать в кружки, находящиеся напротив того или иного рода деятельности.

Всего было опрошено 50 человек, занимающихся в экспериментальной группе. В качестве контрольной группы, выступали подростки, занимающиеся по другим направлениям.

Результаты тестирования в контрольной и экспериментальной группах представлены в виде столбиковой диаграммы на рисунке 10.

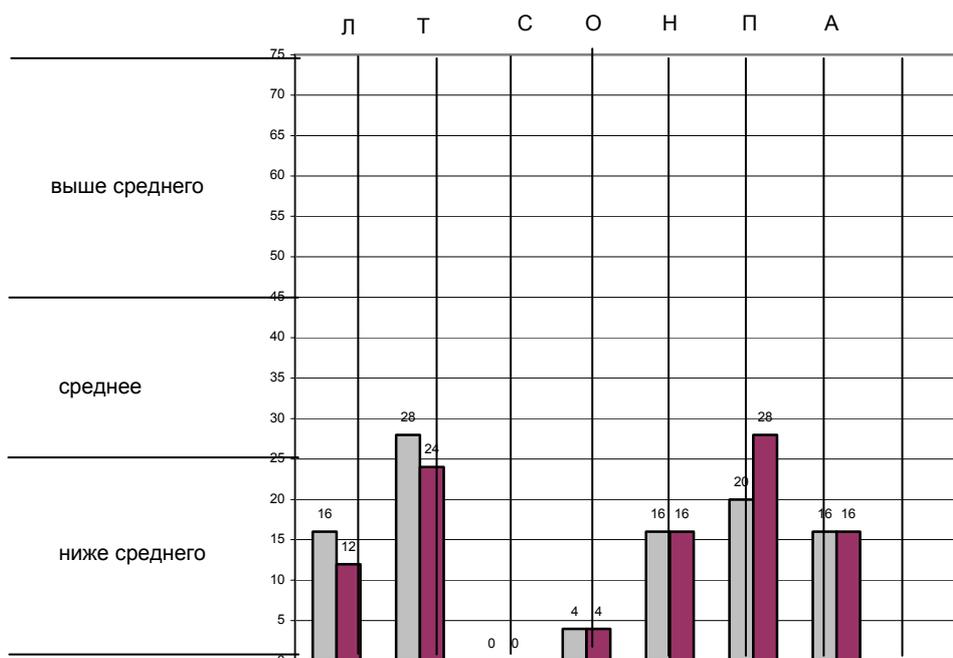


Рис .10 Мотивация подростков к выбору деятельности.

Сокращения в диаграмме трактуются как следующие направления деятельности: Л – литературная деятельность; Т – творческая; С – социальная; О – организаторская; Н – исследовательская; П – практическая; А – администраторская.

Таким образом, мы можем наглядно оценить уровень мотивации к выбору той или иной деятельности в обеих группах.

Мотивационная диаграмма состоит из трёх уровней: ниже среднего – от 5 до 25 баллов, средний – от 25 до 45, выше среднего – от 45 до 55.

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

В контрольной группе явный интерес подростки проявили к практической деятельности (28%). К творческой деятельности интерес проявили 24% подростков.

Полученные результаты находятся на среднем уровне. Это говорит о том, что в настоящее время у подростков нет ни выраженного интереса к данному виду деятельности, ни явного её неприятия. Поэтому при организации занятий в клубах по месту жительства учет этих данных позволит развивать интересы подростков.

Представляет интерес рассмотрение индивидуальных диаграмм (Приложение 10).

### 2.3. Диагностика личностных возможностей трудных подростков занимающихся оздоровительной деятельностью в клубе по месту жительства

Наряду с позитивной точкой зрения на природу человека, Роджерс выдвинул гипотезу о том, что всё поведение вдохновляется и регулируется неким объединяющим мотивом, который он называл тенденцией самоактуализации. Этот мотив представляет собой «свойственную организму тенденцию развивать все свои способности, чтобы сохранять и развивать личность» (Роджерс, 1959, р. 196). Таким образом, важнейший мотив развития человека – это способность актуализировать, то есть сохранить и развить себя, максимально выявить лучшие качества своей личности, заложенные в ней от

природы. Эта фундаментальная тенденция является единственным мотивационным конструктором, постулированным Роджерсом.

Тенденция актуализации не просто нацелена на снижение напряжения (сохранение жизненных процессов и поиски комфорта и покоя). Она также подразумевает повышение напряжения. Вместо того чтобы считать конечной целью любого поведения уменьшение напряжения, полагается, что поведение мотивировано потребностью человека развиваться и улучшаться. Человеком управляет процесс роста, в котором его личностный потенциал приводится к реализации.

В связи с этим представился интерес применить для подростков один из методов актуализации и выявить степень самоактуализации занимающихся. Для этого мы применили «опросник личной ориентации», разработанный Джоунсом и Крэндаллом (Jones, Crandall, 1986) (Приложение 11).

Опросник состоит из 15 высказываний и позволяет нам выявить степень самостоятельности занимающихся подростков. Респонденты отвечают на каждое высказывание, используя четырёхзначную шкалу: 1-не согласен; 2-не согласен отчасти; 3-согласен отчасти; 4-согласен. Значок “N”, следующий за утверждением, обозначает, что при подсчёте общих значений, оценка по этому пункту будет инверсной, то есть: 1=4; 2=3; 3=2; 4=1. Чем выше общее значение, тем более самоактуализированным считается респондент.

Подросток будет считаться несамоактуализированным, если набирает 39 и ниже баллов. Если же респондент набирает от 40-44 баллов, он будет считаться менее самоактуализированным. Набирая 45 баллов и выше – самоактуализированный подросток.

Если подростки, принимающие участие в тренировочном процессе уверены в себе, то их степень самоактуализации значительно повышается.

В результате опроса в экспериментальной группе выявлено 48%, это те подростки, которые уверенно чувствуют себя на тренировках. 36% - сомневающиеся, 16% неуверенные в себе подростки (рис. 11).

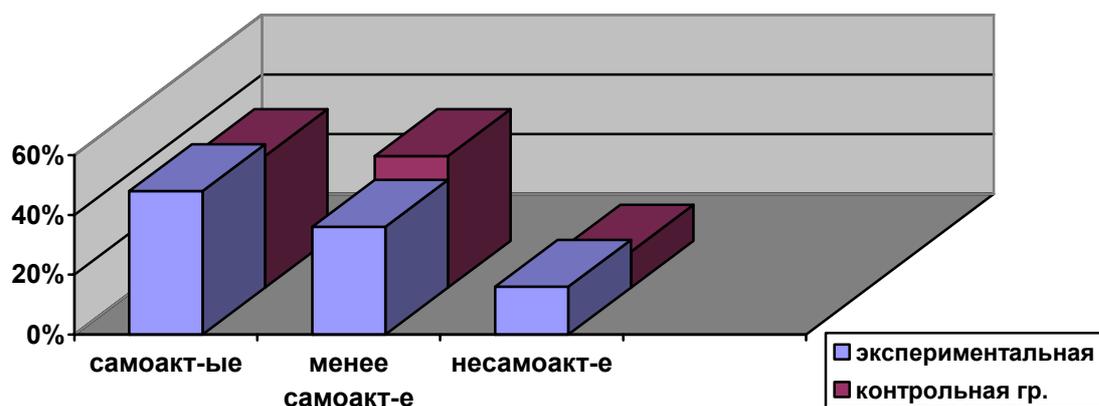


Рис. 11. Степень самоактуализации занимающихся подростков

Сравнивая результаты экспериментальной группы с контрольной, мы видим следующую картину: 44% опрошенных в контрольной группе относятся к самоактуализированным, 44% - менее самоактуализированным и 12% - несамоактуализированным.

Таким образом, можно сделать вывод о том, что в экспериментальной группе уровень самоактуализированных подростков выше, чем в контрольной.

Рассматривая более подробно результаты опроса, надо отметить, что 96% подростков согласны с тем, что лучше быть самим собой, чем популярным. 76% опрошенных верят, что существуют хорошие люди и им можно доверять.

Большинство (64%) опрошенных подростков подтверждают тот факт, что современный подросток, более раскрепощён, и не стыдится ни одной из своих эмоций. 56% могут выразить свои чувства и могут сердиться на тех, кого любят. 88% - не согласны с таким утверждением как: «Я устал от страхов и неадекватности». Не согласны (76%) подростков с тем, что они не обязаны помогать другим. 72% - не боятся неудач.

Настораживает тот факт, что 56% подростков не согласны с тем, что их любят. Это можно объяснить тем, что подростки ещё находятся в том возрасте, когда оценивают любовь к себе только удовлетворением своих личных потребностей без учёта возможностей родителей.

Полученные данные свидетельствуют о том, что изучение степени самоактуализации, позволяет нам диагностировать мотивацию подростков к тренировочной деятельности, а также оценить их возможности.

Для подтверждения полученных данных использовалась следующая диагностическая методика: предлагалось написать десять ответов на два вопроса: «Что я больше всего люблю?» и «Что я больше всего ненавижу?»

При анализе ответов, мы обращали внимание на:

А. – на какой вопрос будет больше всего ответов

Б. – каковы интересы, взгляды ребят.

На рисунке 12 представлены результаты данного опроса.

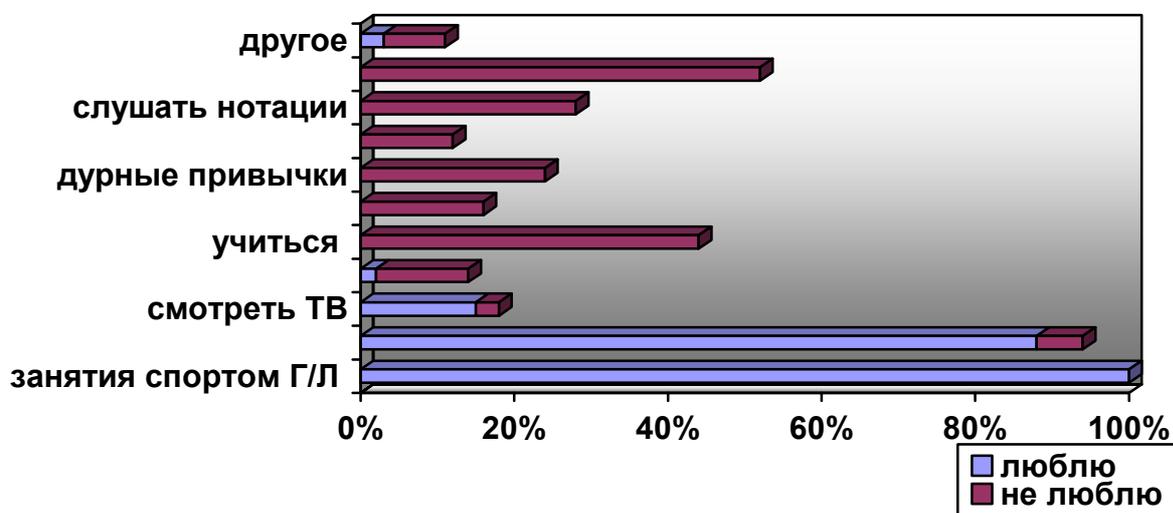


Рис. 12 Интересы подростков в экспериментальной группе

100% подростков ответили, что любят занятия горнолыжным спортом. На втором месте находится такая категория, как развлечения 88%. Причём, в развлечениях подростки отмечают, что любят гулять, отмечать дни рождения, праздники и др. 12% подростков не любят трудиться.

Настораживает то положение, что 44% подростки не любят учиться, остальные не ответили ни да, ни нет. Не любят подростки и читать (12%).

В то же время, 24% отметили, что они не любят дурные привычки. Большинство (52%) не любят когда их унижают, относятся к ним высокомерно, обманывают.

Полученные данные позволяют диагностировать интересы и ориентации подростков. Анализируя данные, мы можем выдвинуть сложившееся противоречие: с одной стороны подростки любят заниматься спортом, получать какие-либо результаты от этой деятельности, а с другой стороны не любят трудиться.

Изучение ориентации личности подростков проводилось по методике диагностики (Приложение 12) направленности личности Б. Басса [99].

В результате проведённой диагностики мы получили следующие данные:

1. *Направленность на себя (Я)* - 36%, то есть это подростки, ориентация которых направлена на прямое вознаграждение и удовлетворение деятельностью.

2. *Направленность на общение (О)* – 32%, 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%, подростки, которые заинтересованы в выполнении заданий как можно лучше во время учебно-тренировочного занятия.

Достаточно полную информацию о личности занимающихся подростков, мы получили с помощью диагностической методики «проектный рисунок», по Андрееву В.И. [4] и Кульневич С.В. [56].

Подросткам предлагалось нарисовать себя в трёх вариантах:

А – каким ты себя видишь?

Б – каким ты видишь себя в будущем?

В – каким тебя видят другие?

Перед тем как подросткам предложить методику, был проведён краткий инструктаж. Варианты рисунков, время и выбор цветов для оформления не ограничивались.

При анализе результатов особое внимание обращалось: на расположение рисунка - в углу, внизу листа, в центре и т.д.; на выбор цвета к рисунку; на линии.

По результатам мы разделили исследуемых подростков на 4 категории, характеристика которых представлена в таблице 16.

Таблица 16

Категории занимающихся подростков.

<b>I Неуверенный подросток</b>	<b>II Несоответствие возможностей и желаний</b>	<b>III Практик, реально оценивающий свои возможности</b>	<b>IV Спортсмен индивидуалист</b>
Неуверенный в себе подросток; испытывает чувство неполноценности; имеют заниженную самооценку; испытывает трудности как в общении, так и в себе; активность; агрессия к окружающим, личная.	Прослеживается явная агрессия в виде желания всё успеть; самодовольство; стремление к высшему, несмотря на свои возможности.	Адекватная самооценка; повышенный интерес к комфорту; реалистичен.	Индивидуалист; прослеживается доброжелательность; желание преодолеть трудности; общительность; человек спортивной направленности.

Индивидуальные характеристики представлены в Приложении 13,14.

Итак, рассмотрев данные характеристики занимающихся подростков, мы выявили, что 36% подростков относятся ко второй категории: «несоответствие возможностей и желаний»; 32% - к третьей категории: «практик, реально оценивающий свои возможности»; 20% - к четвертой: «спортсмен, индивидуалист» и 12% к первой: «неуверенный подросток».

Сопоставив результаты педагогического наблюдения и данные применяемых методик, мы смогли в достаточной мере изучить индивидуальность каждого из занимающихся подростков, их интересы, личные особенности, склад характера.

Результаты исследований систематизированы в виде матрицы для получения общей картины о занимающихся подростках, определив их ведущие

мотивы, личностные особенности, а так же способности к какой-либо деятельности (табл. 17).

Таблица 17

Характеристики занимающихся подростки

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

Таким образом, полученная с помощью ряда методик информация (опросник личной ориентации, разработанный Джоунсом и Крэндаллом; ответов на два вопроса: «Что я больше всего люблю?» и «Что я больше всего ненавижу?»; диагностики направленности личности Б. Баса; «проектный рисунок», по Андрееву В.И. и Кульневич С.В.) позволила на основе наиболее выраженных характеристик определить основные направления, методы, формы работы с подростками и реализовать их в индивидуально-мотивированной программе.

Выводы по второй главе:

1. Анализ состояния спортивной, оздоровительной деятельности в клубах по месту жительства позволил выявить проблемы: кадровые, материально-техническое обеспечение, финансовые.

2. Изучая ценности подростков, было выявлено, что приоритетом является здоровье, активная деятельная жизнь. Выявлено, что основное влияние на подростков оказывают улица и семья.

Анализируя ценностную ориентацию подростков, мы выявили, что у занимающихся подростков сформирована система ценностей, направленных на потребность в оздоровлении средствами физической культуры и спорта.

В то же время мы выявили, что подростки, хоть и стремятся к двигательному образу жизни, но не хотят прилагать какие-либо усилия для достижения поставленной цели.

Именно подростковый возраст характеризуется чрезмерной активностью, поэтому важно способствовать реализации возможностей, интересов, увлечений трудного подростка.

### **ГЛАВА 3. Педагогическая технология личностно-мотивированной оздоровительной деятельности трудных подростков в клубах по месту жительства**

#### **3.1. Сущность, закономерности реализации педагогических технологий и использование их в педагогическом процессе**

Большинство специалистов считают, что технологизация – объективный процесс, подготовивший этап эволюции образования для решения качественно новых задач. Человечество живёт в условиях, когда всё яснее и яснее обнаруживается порочность такого прогресса, когда человек, среда, мир воспринимались с сугубо технократических позиций. Губительные последствия этого обусловили необходимость корректировки, заключающейся в том, что устанавливается приоритет способа над результатом деятельности с учётом её социальных, экологических, экономических, психологических, эстетических последствий [5,6,28,29,30,49,60,58].

Ещё Я.А.Коменский [59] стремился найти общий порядок обучения, при котором оно осуществлялось бы по единым законам человека и природы. Тогда обучение не требовало бы ничего иного, кроме искусного распределения времени, предметов и методов. Со времён Я.А.Коменского [59] в педагогике предпринималось немало попыток сделать обучение похожим на хорошо отлаженный механизм.

Впервые термин «педагогическая технология» упомянут в работах по педологии, основанных на трудах по рефлексологии (И.П.Павлов, В.М.Бехтерев, А.А.Ухтомский, С.Т.Шацкий). В то же время распространилось и другое понятие – «педагогическая технология», которая в Педагогической энциклопедии 30-х годов была определена как совокупность приёмов и средств, направленных на чёткую и эффективную организацию учебных занятий. К педагогической технологии относили также умение оперировать учебным и лабораторным оборудованием, использовать наглядные пособия.

В 40-50 г.г. в учебный процесс широко внедрялись технические средства, и появился термин «технология образования», который под влиянием работ по методике применения различных средств, таких как кино, радио, средства контроля модифицировался в «педагогические технологии».

В середине 60-х годов содержание этого понятия подвергалось широкому обсуждению в печати за рубежом (Дж.Дьюи (98), Э.де Боне (96), В.Ошень (96) и др.) и на международных конференциях. В результате исследований, проводимых в различных странах (США, Англия, Япония, Франция, Италия, Венгрия) было определено два направления. Первое - обозначено как «технические средства в обучении». Второе - как «технология обучения» или «технология учебного процесса». Т. А.Ильина [50].

К началу 70-х годов была осознана необходимость модернизации различных видов учебного оборудования и предметных учебных сред, как необходимого условия без которого «не работали» прогрессивные методики и формы обучения, а, следовательно, не могли быть достигнуты соответствующие качество, эффективность обучения.

И уже к концу 70-х годов вследствие развития техники и начавшийся затем за рубежом компьютеризации обучения понятия «технология обучения» и «педагогическая технология» всё чаще стали осознаваться как система средств, методов организации и управления учебно-тренировочным, воспитательным процессом (М.Кларк [60], Д.Дж.Хокридж [39] – Великобритания; К. Чедуик, Д.Финн – США; К.Бруслинг – Швеция; Т.Сикамото – Япония; Т.А.Ильина, С.Г.Шаповоленко, Л.Л.Прессман – СССР [88]).

В 80-е годы продолжаются попытки дальнейшего осмысления сущности современного педагогического процесса, причём прослеживаются две тенденции: одни авторы стремятся к дальнейшей детализации понятия «педагогической технологии» и его усложнению, другие – к упрощению, прибегая при этом к слишком обобщенным формулировкам.

Вот несколько примеров определения понятия «педагогической технологии»: Ф.А.Фрадкин [118] писал: «Это системное, концептуальное, нормативное, объективизированное инвариативное описание деятельности педагога и ученика, направленное на достижение образовательной цели. Оно всегда – квинтэссенция воспитательной системы, базовое основание, в котором фиксируется её своеобразие и специфические особенности теоретического состава и категориального аппарата».

По мнению И.Я.Лернера [72], технология – это способ организации, образ мыслей о материалах, людях, учреждениях, моделях и системах.

С точки зрения В.П.Беспалько [16], «педагогическая технология» - проект определенной педагогической системы, реализуемой на практике. М.М. Левина [73], добавляет к этому, что это «мысленный аналог реальности».

Использование инновационных технологий в развитии физической культуры и спорта на современном этапе, разделились по следующим направлениям: спортивная тренировка (В.К. Бальсевич, Н.И. Волков, 1986, Н.И. Шлык 1990 и др.), оздоровительная физическая культура (В.К. Бальсевич, Л.И.Лубышева, С.Б.Шарманова, А.И. Фёдоров и др.), информационные технологии в системе подготовки специалистов физической культуры и спорта (П.К. Петров, 1989; А.И. Фёдоров и др.)

Таким образом, можно сказать, что история становления и развития понятия педагогические технологии прослеживает различные понимания, начиная с первоначального толкования её как обучения с помощью технических средств до представления о педагогической технологии как о систематической и последовательной организации проектируемого процесса обучения.

Широкое внедрение педагогических технологий осуществляется, как правило, без предварительных физиолого-гигиенических исследований. Между тем процессы адаптации детей в условиях реализации инновационных технологий обучения изучены недостаточно. Свидетельством этого являются публикации, в которых приводятся сведения о негативном влиянии

инновационных методик обучения на функциональное состояние и здоровье школьников [61,62,87,113].

### 3.2. Технологическая модель индивидуально-мотивированной оздоровительной деятельности трудных подростков

В настоящее время различные общественные процессы и сферы деятельности все теснее взаимодействуют между собой. При исследовании социальных явлений, по мнению Т.И.Шамовой, П.И.Третьякова, Н.П.Капустина необходимость системного подхода диктуется самой жизнью, высокой степенью интеграции общественных процессов, где как никогда раньше «все связано со всем», когда решение одной проблемы зависит от множества других, когда сами проблемы приобретают системный, комплексный характер (В.Афанасьев).

Для всестороннего познания предмет рассмотрения должен быть изучен во взаимосвязях со своим окружением, необходимо понять причины его развития и движения, а значит уяснить цели и способы их достижения, установить ресурсы и источники существования анализируемого явления. Весь процесс изучения должен проводиться систематизированно, в определенной последовательности, только тогда он дает положительный эффект. Иначе говоря, объект познания следует рассматривать как систему, функционирующую в среде и действующую с другими системами.

Объектом нашего познания является деятельность клубов по месту жительства по вовлечению подростков в систематические занятия физической культурой. Сам процесс функционирования клуба по месту жительства относится к числу тех, развитие которых требует системного и синергетического подхода. Дополнительное образование, как свидетельствует Ахмулина М.К. [7], так и называют – открытая образовательная социально-педагогическая система.

Термин «система» всегда соотносится с чем-то целым, состоящим из отдельных частей. И, действительно, рассматривая клуб по месту жительства

как целостную систему, мы имеем в виду, что она состоит из частей (компонентов). Это коллективы педагогов дополнительного образования, дети и подростки, занимающиеся в отделениях, администрация. Эту же систему можно рассматривать через процессы. Так, в целостном педагогическом процессе клуба по месту жительства можно выделить образовательный процесс, направленный на формирование личности подростка, развитие физических качеств, протекающих на спортивно-оздоровительных занятиях в группе, самостоятельно (рис. 13).

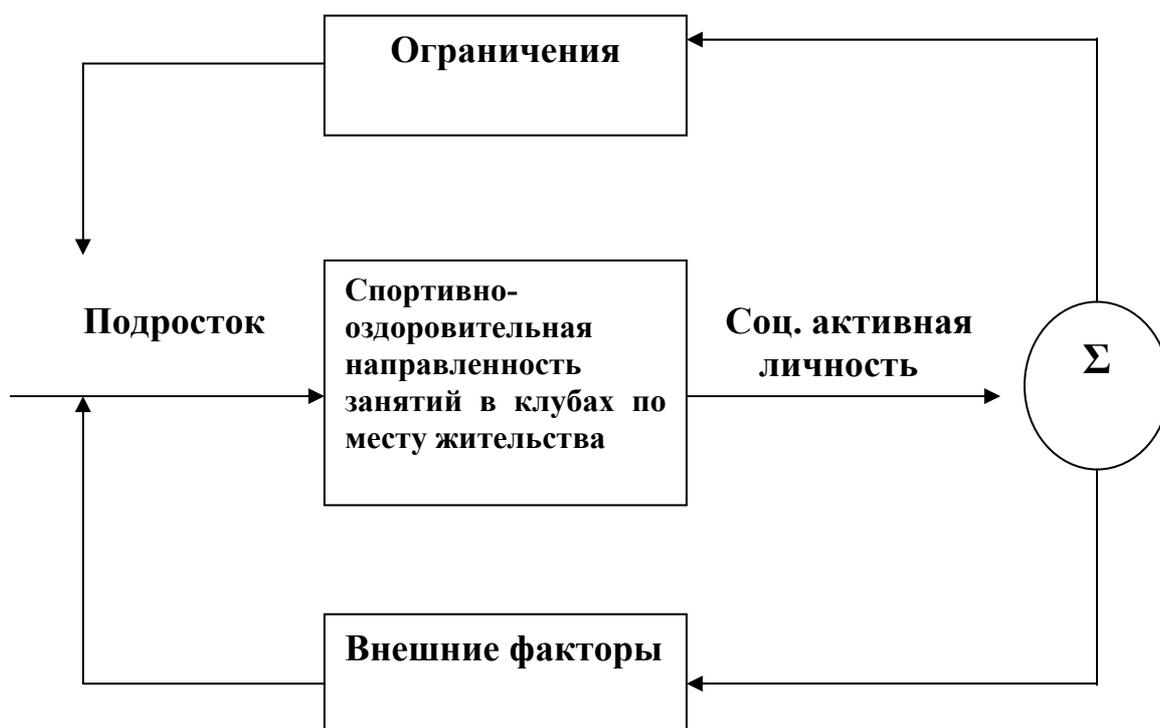


Рис. 13 Система педагогического процесса в клубе по месту жительства.

Рассматривая представленную схему как элемент системного подхода, были выделены следующие компоненты:

- на «входе» системы – индивид, подросток, желающий удовлетворить свою потребность в двигательном режиме любимым видом спорта, в секцию его уже не берут, заплатить за свои занятия нет возможности;

- индивид, попадая в физкультурно-спортивную группу клуба, становится субъектом процесса развития и включается во взаимодействие следующих компонентов системы «тренер-преподаватель – подросток», «подросток – подросток»;

- на «выходе» системы клуб по месту жительства стремится к формированию социально активной личности, духовно и нравственно богатой, способной к саморазвитию и самовоспитанию.

- ограничения – это требования общества к процессу и результату системы. Одни из требований определяют характеристики желаемого результата, т.е. цели, которые стоят в целом перед клубом по месту жительства и конкретные цели, которые ставятся перед занимающимися подростками, а другие характеристики процесса - это сформированные у подростков нормы, ценности физической культуры и спорта;

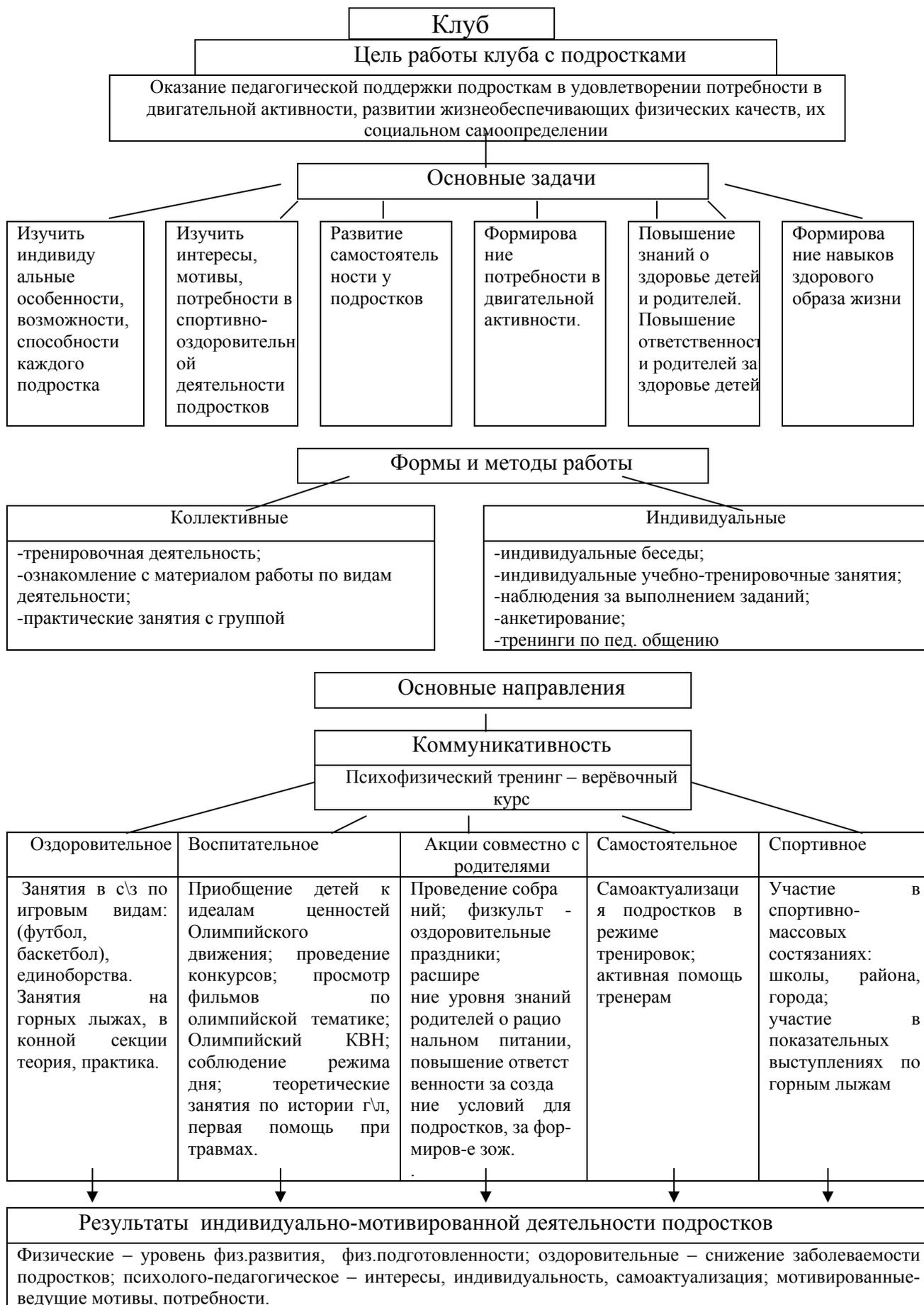
- обратная связь характеризуется информацией, обеспечивающей соответствие фактического выхода, желаемому выходу (цели) путем внесения изменений в образовательный процесс.

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 (рис. 14).

Опыт исследования педагогических технологий и анализ состояния развития клуба по месту жительства «Олимпиец», а так же изучение личностных особенностей социально незащищённых, растерянных, недоверчивых подростков, пришедших заниматься в клуб по месту жительства, позволили нам разработать технологическую модель изучаемого процесса.

## Структура индивидуально-мотивированной оздоровительной модели



Представленная на рисунке модель представляет собой взаимосвязанную педагогическую систему, состоящую из нескольких направлений, реализуемых в виде программ:

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

Целью клуба «Олимпиец» по внедрению индивидуально-мотивированной оздоровительной модели является оказание педагогической поддержки подросткам в удовлетворении потребности в двигательной активности, развитии жизнеобеспечивающих физических качеств, их социальном самоопределении.

Сформулированная таким образом цель деятельности клуба направлена на активизацию физкультурно-спортивного самоопределения подростков.

Цель в данном случае является системообразующим фактором, формирующим проектирование содержания деятельности.

Достижение поставленной цели осуществлялось через задачи, которые позволили изучить индивидуальные особенности, возможности, способности подростка, интересы, мотивы и потребности в оздоровительной деятельности, развить самостоятельность, сформировать устойчивую потребность в двигательной активности, навыки здорового образа жизни, повысить знания о здоровье, как у подростков, так и у родителей, пробудить ответственность родителей за своих детей.

Формы и методы работы с детьми предусмотрены, как коллективные, так и индивидуальные. Коллективные формы предусматривают учебно-тренировочные занятия по избранному виду спорта.

В клубе по месту жительства «Олимпиец» была набрана группа детей, которые не занимались никакими видами двигательной активности. Кроме того, подростки не имели четкой ориентации на конкретный вид спорта. Причем, было выявлено, что некоторые подростки начинали заниматься

физической культурой и спортом, но недостаток сформированности у подростков ориентации на нормы, ценности физкультуры и спорта, часто приводит к отказу от занятий, и, как следствие, к отрицательному отношению к физической культуре и спорту.

Наиболее важными чертами, формирующимися в подростковом возрасте и имеющими большое значение для будущей жизни, становятся повышенная активность и широта склонностей, тяга к самоутверждению, характеризующие новый уровень возможностей детей. Познавательная активность для этого возраста характеризуется увлеченностью подростков разнообразными видами деятельности, которая носит упорный, самоотверженный характер. Как отмечают многие исследователи (Н.С.Лейтес, Д.И.Фельдштейн, В.Э.Чудновский и др.), именно в этот период у детей и подростков пробуждается стремление попробовать себя в разных видах деятельности, особенно в наиболее популярных сегодня видах спорта.

Учитывая эти особенности подростков, а также изучив их интересы, в клубе «Олимпиец» стали заниматься таким видом физкультурно-спортивной деятельности, как горные лыжи и организация конных прогулок. Сформирована учебно-тренировочная группа, направленная на комплексное развитие физических качеств у подростков.

Для организации учебно-тренировочного процесса была разработана программа для подростков 13-15 лет по избранным видам спорта (приложение 15).

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 использование их как в организованных, так и самостоятельных формах организации учебно-тренировочного процесса;
- формирует спортивную культуру занимающихся подростков;
- обеспечивает самоактуализацию подростков на занятиях, а в дальнейшем и в работе с людьми;
- способствует повышению уровня двигательных умений и навыков.

Прежде чем начать занятия, была поставлена задача определить уровень физической подготовленности, физического развития и состояние здоровья подростков. Для этого были проведены первоначальные замеры (октябрь – 2003 г.).

Оценка уровня физической подготовленности проводилось с целью выявления развития основных качеств: скорость, сила, выносливость, гибкость, ловкость. Тестирование осуществлялось в экспериментальной и контрольной группах. Для изучения физической подготовленности мы применяли следующие тесты: бег 30 метров; подтягивание на перекладине из положения виса для мальчиков, для девочек - подтягивание на перекладине от пола под углом 45 градусов; челночный бег 3x10; наклон вперед из положения сидя (см); бег 1000 м; сгибание разгибание корпуса из положения лёжа (количество раз). Оценка уровня физического развития проводилась с целью получения объективных данных, свидетельствующих об уровне физического развития подростков как в экспериментальной, так и в контрольной группах. Оценка уровня физического развития проводилась до начала эксперимента и в конце эксперимента. Выполнялись следующие замеры: экскурсия грудной клетки (вдох, выдох, пауза); динамометрия (правая, левая рука); спирометрия; пульс (уд/мин.).

Данные представлены на рисунке 15 и 16 и в таблице 18. Анализ полученных данных, свидетельствует о том, что экспериментальная и контрольная группы по большинству исследуемых показателей статистически не отличаются друг от друга ( $P > 0,05$ ) как по уровню физической подготовленности, так и по уровню физического развития.

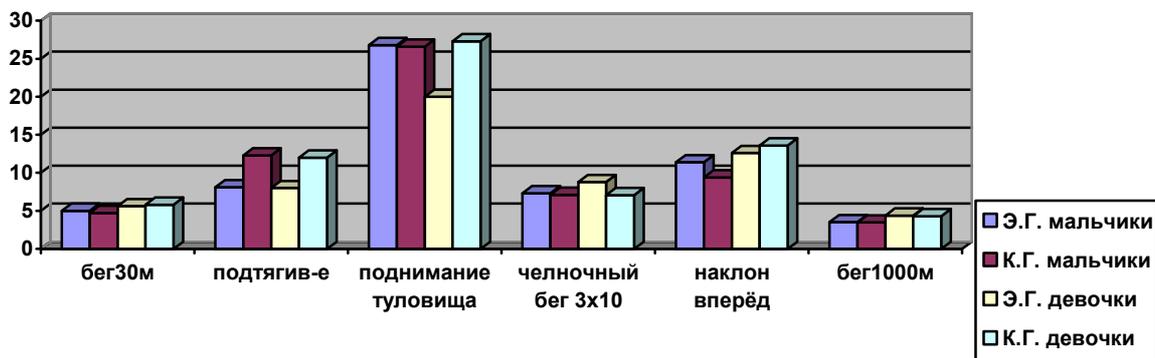


Рис. 15 Уровень ОФП подростков 13-15 лет в ЭГ и КГ девочек и мальчиков

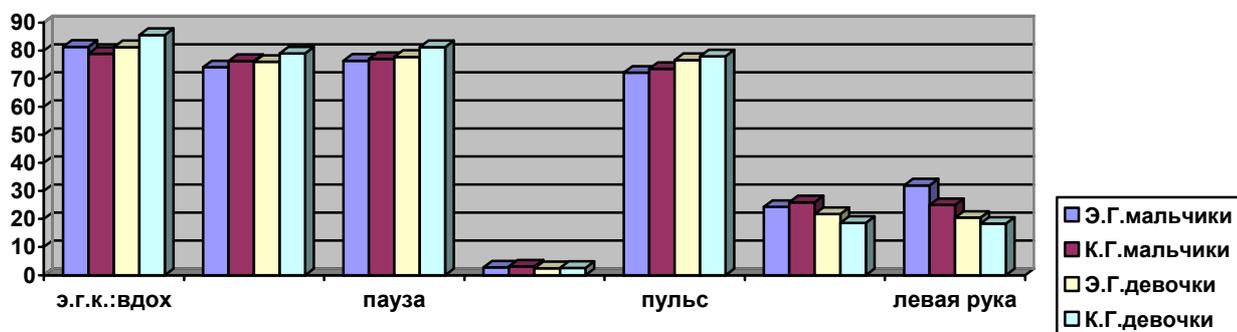


Рис. 16 Уровень физического развития подростков в Э.Г. и К.Г. девочек и мальчиков

## Анализ «Карты здоровья» подростков в ЭГ и КГ

№	Показатели	Э.Г.	К.Г.
1	Медицинская группа (%)	Основная – 92,0 Подготовительная – 8,0 Спец. группа - 0	Основная – 80 Подготовительная – 20 Спец. группа - 0
2	Нарушение осанки (сутулость, деформация, сколиоз) %	8,0	20,0
3	Зрение в норме %	92,0	72,0
4	Артериальное давление (АД) (мм.рт.ст.)	101/62	104/62
5	Рост (см)	156,68	156,28
6	Вес (кг)	50,52	48,24

Составленная таким образом «первоначальная» карта здоровья по подросткам, занимающимся в экспериментальной и контрольной группах, позволяет свидетельствовать о состоянии здоровья подростков до эксперимента.

Данные таблицы показывают, что на начальном этапе работы с подростками не наблюдается явных преимуществ в состоянии здоровья групп. Кроме занятий по видам спорта, коллективный характер носили занятия по развитию коммуникативных способностей, формирования здорового образа жизни.

Коммуникативная деятельность понимается нами как способность к передаче информации, установлению контактов с другими людьми, проявление себя как личности, сплочение коллектива (Приложение 16).

Известно, что подростки – люди не простые, чем-то заинтересовать их не так легко. Но на что они всегда откликаются охотно, так это на возможность узнать что-то новое о себе, своём характере, поговорить о своих проблемах. Психологи знают, что пробуждение интереса к своему внутреннему миру связано с формированием самосознания, самооценки. Опираясь на

психологические особенности этого возраста, можно пробовать формировать ответственное отношение к своим поступкам, волевые и коммуникативные качества подростков.

Решить задачи воспитания помогает представленная Программа. Она даёт толчок к осознанию потребностей и ценностей, к их определённой трансформации. Большая часть описанных методов – более или менее известные психологические игры, упражнения, спортивные игры, методики, модифицированные для решения поставленных воспитательных, спортивных, оздоровительных задач.

Под оздоровительной деятельностью мы понимаем, способность принять социальную ценность жизни и здоровья, потребность в здоровом образе жизни, в двигательной активности, развитии навыков здоровьесформирования, а затем здоровьесбережения.

Эффективность воспитания и обучения детей и подростков зависит от здоровья. Здоровье – важный фактор работоспособности и гармонического развития детского организма.

Ряд философов (Дж. Локк, А.Смит, К.Гельвецкий, М.В.Ломоносов, К.Маркс и др.), психологов (Л.С. Выгодский, В.М.Бехтерев и др.), медиков (Н.М.Амосов, В.П.Казначеев, Ю.П.Лесицын, М.М.Буянов, И.И.Брехман, Б.Н.Чумаков, и др.), педагогов (Л.Г.Татарникова, В.В.Колбанов, В.К.Зайцев, С.В.Попов, и др.) пытались решить проблему здоровья, формирования здорового образа жизни у подростков. Их наследия - многочисленные труды о сохранении здоровья, преодоления жизненного потенциала и долголетия.

На рисунке 17 представлена схема, которая отражает технологические этапы внедрения, предложенной индивидуально-мотивированной физкультурно-спортивной деятельности подростков в клубе.



Рис. 17 Технологические этапы внедрения ИМ ФС деятельности подростков

Проблемное поле, характеризующее работу учреждений дополнительного образования по формированию здорового образа жизни достаточно обширное:

- проблема некомпетентности педагогов в вопросах здоровья и здоровьесформирующих технологий;
- проблема сотрудничества с родителями занимающихся подростков по вопросам сохранения и укрепления здоровья их детей;
- проблема низкого уровня культуры здоровья занимающихся, недостатка знаний по вопросам здоровья.

Одной из важных форм организации оздоровительной работы в учреждениях дополнительного образования является организация внеучебных спортивно-массовых, тематических мероприятий, направленных на

пропаганду здорового образа жизни с активным участием всех занимающихся подростками, а также их родителей.

Обучение основам здорового образа жизни в рамках учреждений дополнительного образования предполагает освоение каждым ребёнком оптимального, стандартного объёма знаний и навыков. Недостатком обучения навыков здорового образа жизни является абстрагированность, отстранённость знаний от реальной жизни подростка, его опыта и позиции по отношению к выбору стиля жизни.

Формирование здорового образа жизни рассматривается как важнейшая цель и составляющая дополнительного образования, реализация которой возможна и в контексте существующих разнообразных вариантов неформальной, творческой деятельности подростков, и как самостоятельное направление их творчества. Важнейшую роль в этом должен играть выявленный нами потенциал подростков к обучению здоровью.

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. Пока не существует и системы их подготовки в данной области. В основе этих технологий – партнёрство, сотворчество подростков, педагогов и семьи, полезное здоровью каждого занимающегося.

Анализ проблемы свидетельствует, что существует ряд предметов и дисциплин в учебных заведениях, в рамках которых обучающийся получает базовые знания о здоровом образе жизни. Однако существующие системы обучения рассматривают учащегося только как объект обучения, который не включается в непосредственное практическое действие, а созерцает его со стороны. Как показывают наши исследования, семья, родители переносят свою ответственность за формирование здорового образа жизни на общеобразовательные учреждения, секции, кружки, клубы.

Существующее различие между декларацией указанных факторов и их практической реализацией указывает на значительные резервы возможной утилизации уже наличествующих у детей, подростков, молодёжи представлений и знаний об индивидуальном здоровье. С другой стороны, это различие предопределило значимость проблемы, расстановки акцентов в образовании по «физическому воспитанию и индивидуальному здоровью» в русле выявления глубинных причин зафиксированной диспропорции и собственно конкретных подходов к решению этой проблемы в научно-методическом плане. Учебный процесс, выстроенный путём расширения поисково-двигательных, чувственно-эмоциональных возможностей каждого учащегося, с учётом его интересов, уже имеющегося опыта, знаний, позиции повысит качество занятия [17].

Исходя из вышеизложенного, работа по формированию здорового образа жизни это не монолог педагога устрашающего характера, а дискуссии, споры, игры, соревнования. Главное чтобы общение с подростками проводилось на языке их чувств, обсуждение любой темы носило не отвлечённый характер, а было направлено на практическую жизнь подростка, его опыт. Дискуссии проводились по следующей тематике:

1. «Мы выбираем здоровье»;
2. «Природа и здоровье»;
3. «Мода и здоровье»;
4. «Алкоголь, наркотики и здоровье».

Наблюдения за подростками во время занятий позволили выявить следующие изменения, происходящие в них:

- изменение отношения к рациону питания;
- изменение отношения к природе (стремление чаще бывать на природе, не зависимо от времени года);
- соблюдение правил личной гигиены;
- привлечение своих друзей, знакомых к занятиям физической культурой;

- большая раскомплексованность подростков;
- активное участие в спортивно-массовых мероприятиях городского, областного уровня.

Данные изменения были подтверждены родителями во время интервьюирования.

Акции с родителями проводятся совместно с подростками, они направлены на их сближение посредством физической культуры, к преобразованию отношений между родителями и детьми.

Недостатки и слабости подрастающего поколения, его несамостоятельность и неприспособленность – одна из излюбленных тем в разговорах родителей, педагогов, всех тех, кто имеет отношение к воспитанию.

У родителей не всегда хватает времени на полноценное общение с детьми. Российская семья, по данным исследования А.Мурзик, в среднем тратит на качественное общение с детьми 15 минут в сутки.

В 1980 годы в США появилась концепция качественного времени – это когда взрослый полностью сосредотачивает своё внимание на ребёнке и занимается с ним тем, что ему нравится.

На развитие ребёнка в семье влияют семейная ситуация, взаимоотношения между родителями и другими родственниками, сам стиль семейной жизни. В процессе социализации на первом месте – внутрисемейные отношения, нравственно-психологический климат семьи. Одна из задач семьи: стать идеальным местом для оптимального удовлетворения потребности индивида в получении знаний. Именно в семье, от поколения к поколению, передаются мировоззренческие, общеобразовательные, профессиональные знания, а также знания и навыки, необходимые для эффективного исполнения индивидом социального опыта определённого характера и участия своих членов во многих других социальных институтах (например, образование, здоровье, занятия физической культурой).

Говоря о материальном положении семьи, можно отметить некое относительное благополучие: у большинства есть собственное жильё. В

материально-финансовом положении отмечается среднестатистическое положение, однако средств, как правило, хватает только на ежедневные расходы, крупные покупки вызывают затруднения. Исходя из этого, нами организованы специальные занятия для родителей, направленные на обучение общению со своим ребёнком, знакомство с методами воспитания и обучения. Мамы и папы являются активными участниками проводимых занятий, особенной популярностью пользуются семейные праздники, например: «Зимние забавы», «Все на старт», «В футбол семьёй» и т.д. Кроме этого каждая семья получает консультации по интересующим их вопросам психологии, педагогики, медицины и др.

Подростки и родители участвовали в групповой работе, по специальной программе (табл. 19).

## 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, иниционирование 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	Вербочный 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 и родителями	Тренинги, спортивные мероприятия	Гармонизация подростково-родительских отношений	Достижение гармонизации родителей и подростков	Нахождение контакта родителей и детей в различных ситуациях

Анализ действий во время совместных занятий позволяет отметить:

- большой интерес у мам и пап;
- укреплении семьи;
- возрождение и зарождение семейных традиций;
- восполнение пробела в психолого-педагогических знаниях родителей;
- сохранение здоровья подростков.

Самостоятельная деятельность подростков – это деятельность, направленная на реализацию своих возможностей в учебно-тренировочном процессе, помощь своим товарищам в изучении технических элементов.

Спортивное направление - овладение умениями в определённом виде деятельности и демонстрация приобретенных навыков и умений в спортивно-массовых состязаниях.

Индивидуально-мотивированная программа является информационной моделью педагогической системы, представляющей собой организационную совокупность взаимосвязанных средств, методов и принципов, необходимых

для создания целенаправленного педагогического воздействия на формирование личности и её желания систематически заниматься физической культурой и спортом, а также отвлечения от вредных привычек, улицы, повышение занятости подростка.

В программе предусматривается не только освоение объёма знаний, двигательных умений и навыков, но и развитие чувства коллективизма, ответственности друг за друга, оценки своих возможностей, самоактуализация в процессе тренировок, активная помощь тренеру, занятия совместно с родителями.

Вариативная часть учебного материала представлена по видам подготовки: физическая, техническая, психологическая. В разделе теоретической подготовки представлен материал, способствующий расширению знаний занимающихся об историческом аспекте развития видов деятельности, требованиях к занятиям на горных лыжах, правилах поведения с лошадьми, поведение при травмах. В технической подготовке предусматривается изучение техники езды на горных лыжах, верховой езде. Физическая подготовка ориентирована посредством горных лыж, и других дополнительных видов деятельности. Психологическая подготовка базируется на воспитании нравственных качеств, преодолении страха перед препятствиями, в данном случае страх перед высотой, скоростью в горных лыжах и страхом перед животными.

Для получения качественных показателей по предоставлению подросткам спортивно-оздоровительных услуг, нами были введены ограничения. В этом случае несмотря на самовыбор подростками вида деятельности, программа, в первую очередь, должна быть построена в соответствии с ведущими мотивами, интересами подростков. Поставленное условие позволило нам выделить основные ограничения:

- цели, стоящие перед клубом;
- цели, стоящие перед занимающимися подростками;
- ценности физической культуры и спорта;

- нормы физической культуры и спорта;
- зона риска;
- желание заниматься предлагаемыми видами деятельности.

Уровень общей физической подготовленности, как показал опыт, кроме базовых средств двигательной деятельности, целесообразно повышать и средствами подвижных игр, подобранных из специфики вида деятельности и данного возраста занимающихся, что значительно повышает уровень интереса к различным направлениям, как в физической культуре, так и к видам спорта.

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 (Приложение 15). Распределение тренировочного времени может изменяться в зависимости от спортивно-оздоровительных задач, поставленных тренером-преподавателем.

Ожидаемые результаты программы: создание банка методического обеспечения программы по результатам экспериментальной работы; повышение уровня двигательной активности подростков; привлечение подростков к систематическим занятиям физической культурой и спортом в клубах по месту жительства; совместные занятия родителей с занимающимися.

Методика реализации программы по вовлечению подростков к активной деятельности в клубах по месту жительства средствами индивидуальной мотивации отражена в технологической карте, представленной в таблице 20.

## Технологическая карта развития подростков во время занятий.

Направления	Задачи	Содержание	Ожидаемые результаты
Оздоровительное	Формирование здорового образа жизни. Приобщение к ценностям ФК и С. Развитие физических качеств. Выбор оптимальных способов самооздоровления.	Игровые программы: «брейк-данс», «весёлые старты», «эстафеты», командная игра в футбол, баскетбол по упрощённым правилам, «день здоровья», «фитнес для девочек», «лёгкая атлетика», «регби». Конные прогулки по лесу. Занятия горными лыжами. Беседы. Игры с элементами единоборств.	1. Ценностное отношение к здоровому образу жизни. 2. Снижение уровня заболеваемости. 3. Выявление мотивов к видам деятельности. 4. Повышение уровня знаний о здоровье. 5. Привитие любви к животным.
Спортивное	Формирование спортивных умений. Развитие физических качеств. Диспансеризация.	Целенаправленные занятия на горных лыжах. Обучение верховой езде. Активное участие в соревновательной деятельности: чемпион школы, района, города по горным лыжам. Демонстрация полученных знаний и умений в показательных выступлениях по горным лыжам. Сдача нормативов по физической подготовленности, физическому развитию.	1. Овладение техникой горнолыжного спорта. 2. Техникой верховой езды. 3. Прирост результатов по физ. развитию и подготовленности. 4. Самовыражение. 5. Достижение личного спортивного результата
Воспитательное	Организация работы в индивидуальном режиме. Трудотерапия. Коллективная деятельность. Взаимопомощь. Привитие ценностей Олимпийского движения.	Игры-тренинги по пед. общению. Беседы. Индивидуальная учебно-тренировочная работа. Проектный рисунок. Идеалы Олимпийского движения: конкурсы «Олимпийские виды спорта», «Страны победительницы», «я знаю всё об Олимпиаде», «Знаменитые спортсмены», Олимпийский КВН. Олимпийский день: просмотр фильмов по Олимпийской тематике. Режим дня: «самый лучший ученик в школе», «пунктуальность - это Я», «правила питания».	1. Повышение уровня знаний в различных видах Олимпийского спорта. 2. Приобщение к работе с животными. 3. Воспитание чувства товарищества. 4. Стремление к помощи в организации тренировочного процесса.

<p>Акции совместно с родителями</p>	<p>Коллективная работа. Формирование адекватных отношений. Разрешение конфликтов между родителями и подростками.</p>	<p>Труд: «Самый чистый конь». Организация родительского собрания: с детьми, без детей. Игровые программы: физкультурно-оздоровительные праздники на свежем воздухе, тематические праздники, «комические эстафеты», «весёлые старты», театрализованные представления, «футбольная команда – папы и дети», занятия на горных лыжах совместно с родителями. Беседы с родителями о рациональном питании подростков, «создайте для своего ребёнка комфортные условия».</p>	<ol style="list-style-type: none"> <li>1. Сплочение семьи.</li> <li>2. Повышение уровня знаний родителей о правильном питании.</li> <li>3. Ответственность родителей за укрепление здоровья и формирование у подростков стремления к ЗОЖ.</li> <li>4. Положительный эмоциональный настрой в процессе спортивно-оздоровительной деятельности.</li> </ol>
<p>Самостоятельное</p>	<p>Организация работы тренером. Проявление самоактуализации к занятиям. Формирование личных способностей. Оказание помощи тренеру в процессе занятий.</p>	<p>Заполнение опросника «личная ориентация». Конкурсные программы: «звание самого лучшего организатора», «помоги товарищу», «я могу стать тренером».</p>	<ol style="list-style-type: none"> <li>1. Повышения уровня самоактуализации подростков.</li> <li>2. Развитие чувства самостоятельности.</li> <li>3. Выявление возможностей, способностей каждого подростка.</li> <li>4. Помощь в изучении тренировочного материала товарищам.</li> </ol>
<p>Коммуникативное</p>	<p>Игротерапия. Организация оптимального общения. Психофизический тренинг-верёвочный курс. Формирование самооценки. Работа по преодолению комплексов.</p>	<p>Коммуникативные игры: «снежный ком», «карандаши», «я иду в поход», «равновесие», «испанские скачки», «признаки», «почта». Верёвочный курс-этапы: «паутина», «лабиринт», «пропасть», «команда в круг», «в тёмном лесу», «переправа», «кочки», «держи мяч», «тарзанка». Расскажи мне о себе, Время решать, Прояви себя, Выслушай товарища, Что в тебе привлекательного, Отличное настроение.</p>	<ol style="list-style-type: none"> <li>1. Развитие внимания, памяти, эмоционального общения</li> <li>2. Положительный эмоциональный настрой.</li> <li>3. Осознание себя субъектом общества.</li> <li>4. Адекватное отношение к своим товарищам.</li> <li>5. Сплочение группы.</li> <li>6. Выявление индивидуальности подростков.</li> </ol>

Таким образом, представленная модель индивидуально-мотивированной оздоровительной деятельности подростков, позволила представить процесс работы клуба, как единую педагогическую систему, включающую в себя ряд программ учебно-тренировочного, коммуникативного, воспитательного характера, работу с родителями и др.

Технологическая карта позволяет представить процесс развития подростка, занимающегося по индивидуально-мотивированной спортивно-оздоровительной модели, по направлениям, заложенным в клубе по месту жительства.

### 3.3 Анализ и оценка эффективности разработанной программы индивидуально-мотивированной оздоровительной деятельности подростков в клубе по месту жительства

Разработав программу на основе индивидуальной мотивации для трудных подростков 13-15 лет, мы провели экспертную оценку, с целью получения информации о качестве применения данной программы.

Применение метода экспертной оценки было обусловлено необходимостью получения информации относительно разработанной оздоровительной программы для подростков, занимающихся в клубе по месту жительства.

Всего для оценивания было привлечено 18 экспертов. Среди них специалисты-практики, имеющие стаж работы, директора клубов по месту жительства (12 человек, все имеют высшее образование), и научные сотрудники ВУЗа (6 человек).

Экспертная оценка проводилась по следующим показателям: доступность, практичность, научность, эффективность.

Сущность метода экспертной оценки заключается в интуитивно-логическом анализе проблемы с количественной оценкой суждений и формальной обработкой результатов.

Экспертам предлагался ряд критериев, определяющих разработанную нами программу, которую необходимо было оценить по пятибалльной шкале (табл. 22).

Данная экспертная оценка характеризовалась следующими качествами (табл.21).

Таблица 21

Критерии оценки качества программы

<b>Критерии</b>	<b>Характеристика</b>
Доступность	Возможность максимальной реализации программы
Практичность	Качество, необходимость предлагаемых видов оздоровительной деятельности
Научность	Оформление программы в соответствии со стандартами спортивных оздоровительных программ
Условия занятий	Соответствие материально-технического обеспечения видам оздоровительной деятельности
Количество часов на занятия	Рациональное распределение учебно-тренировочного времени
Конкретность поставленных задач	
Соответствие мероприятий поставленным задачам	
Оформление программы	Соблюдение требований, предъявляемых к оформлению программ физкультурного, спортивного характера. Соблюдение структуры программы.

## Результаты экспертной оценки

Критерии Эксперты	Доступность	Практичность	Научность	Условия занятий	Кол-во часов на занятия	Конкретность поставленных задач	Соответствие мероприятий пост. задачам	Оформление программы
1	5	4	5	5	4	5	5	5
2	5	5	5	5	4	5	5	5
3	4	5	4	5	5	5	4	5
4	4	4	5	5	4	5	5	5
5	5	5	4	5	4	5	5	5
6	5	5	5	5	5	5	4	5
7	4	5	5	5	5	5	5	4
8	5	5	5	5	5	5	5	5
9	5	5	5	5	5	5	5	5
10	4	4	5	5	3	5	5	4
11	5	5	5	5	5	5	5	5
12	5	5	5	5	5	5	5	4
13	5	4	5	5	3	5	5	5
14	5	5	4	5	5	5	5	5
15	4	5	5	5	5	5	5	4
16	5	5	4	5	5	5	4	5
17	4	5	5	5	5	5	5	5
18	5	5	5	5	5	5	5	5
Σбаллов	84	86	86	90	82	90	87	86
X	4,6	4,7	4,7	5	4,5	5	4,8	4,7

Σбаллов – сумма баллов экспертов;

X – среднее арифметическое значение.

Таким образом, мы можем наглядно оценить уровень разработанной нами программы, а так же выявить критерии, которые нуждаются в совершенствовании.

Наивысшую оценку (5) получили такие критерии программы как: условия занятий; конкретность поставленных задач.

Возможность максимальной реализации Программы (первая характеристика) достигается тем, что занимающимся подросткам предлагались определённые условия для занятий по определённым видам деятельности, что проявляло интерес и желание у подростков в посещении занятий.

На втором месте по значимости стоит такой критерий как соответствие предлагаемых услуг задачам (4,8). Данная ситуация определяется тем, что подросткам предлагался максимальный арсенал видов спортивной и физкультурной деятельности для реализации поставленных задач, а так же для их систематического вовлечения в занятия.

Критерий «количество часов на занятия» (4,5 балла) вызвал расхождение мнений. С одной стороны эксперты считают, что подросток должен быть постоянно занят какой-либо деятельностью, соответственно количество учебно-тренировочных часов должно быть увеличено, а с другой стороны, четыре тренировочных дня по два академических часа - это слишком много для подростка, так как ему необходимо ещё заниматься школьными и домашними делами.

Для выявления эффективности разработанной нами индивидуально-мотивированной программы в клубах по месту жительства, мы провели сравнительный анализ результатов физического развития, физической подготовленности подростков до начала и после эксперимента.

Критерий эффективности оздоровительной работы с подростками, организованной на основе их мотивов, личностных особенностей, индивидуальности, выявляет и физические качества, способности подростков.

При анализе оздоровительной деятельности подростков мы исходили из того, что разработанная нами индивидуально-мотивированная программа предназначена: 1) для привлечения подростков к систематическим занятиям физкультурой и спортом; 2) для решения оздоровительных, воспитательных задач; 3) для самоактуализации подростков; 4) для формирования потребности в двигательной активности. Такая дифференциация целей Программы

необходима ввиду того, что критерии качества спортивно-оздоровительной работы с подростками не могут быть одинаковыми во всех случаях.

Анализ эффективности оздоровительной, воспитательной работы с подростками предполагает необходимость выполнения следующих требований:

- результаты исследования должны быть получены в условиях реальной практической деятельности подростков;

- полученные данные должны отражать определённое состояние параметров оздоровительной, воспитательной деятельности;

- в целях анализа необходимо использовать такие методы, которые исключали бы влияние субъективных установок исследователя на результаты анализа.

С учётом вышеизложенного, анализ эффективности оздоровительной, воспитательной работы с подростками, организованной на основе индивидуально-мотивированной программы, проводился по следующим основным направлениям:

- анализ и оценка экспертов оздоровительной работы;

- анализ и оценка уровня физического развития;

- анализ и оценка состояния уровня физической подготовленности.

Для изучения физической подготовленности мы применяли следующие тесты: бег 30 метров; подтягивание для мальчиков; подтягивание под углом 45 градусов на перекладине для девочек; челночный бег 3x10; наклон вперёд из положения сидя (см); бег 1000 м; сгибание-разгибание корпуса из положения лёжа (количество раз) (табл. 23). В тестировании участвовали экспериментальная и контрольная группы.

Для изучения уровня физического развития мы проводили следующие замеры: экскурсия грудной клетки (вдох, выдох, пауза); динамометрия (правая, левая рука); спирометрия; пульс (уд/мин.) (табл. 24). Для обработки данных мы применили методы математической статистики, которые

являются необходимым и связующим звеном в исследовании, главным образом в обработке данных.

Метод позволяет определить достоверность полученных результатов, а так же сделать первичный статистический анализ в обработке психолого-педагогических тестирований.

Рассматривая уровень физического развития, физической подготовленности, мы, в первую очередь, проверяли результаты измерений на подчинение закону нормального распределения. Достоверность результатов проверялось с помощью метода U – критерия Манна-Уитни.

Динамика эффективности общей физической подготовленности  
подростков 13-15 лет

Тесты	Группа	Мальчики X ± S			Девочки X ± S		
		Октяб.	Май	p	Октяб.	Май	p
1. Бег 30 м (сек)	Э.Г.	5,0 ±0,47	4,6 ±0,51	p > 0,05	5,6 ±0,43	5,0 ±0,25	p < 0,05
	К.Г.	4,7 ±0,57	4,7 ±0,56	p < 0,05	5,8 ±0,29	5,6 ±0,29	p < 0,05
2. Подтягива – ние на перекладине, девочки под 45* (кол-во раз)	Э.Г.	8,1 ±4,16	10,7 ±3,32	p > 0,05	8,0 ±1,52	9,25 ±2,91	p < 0,05
	К.Г.	12,3 ±3,5	15,3 ±4,8	p < 0,05	12 ±2,6	12,3 ±2,3	p < 0,05
3.Поднимание туловища из положения лёжа на спине (кол-во раз)	Э.Г.	26,8 ±6,06	31,8 ±5,7	p < 0,05	20 ±8,5	22,8 ±8,3	p < 0,05
	К.Г.	26,6 ±5,16	29,0 ±4,6	p < 0,05	27,3 ±1,15	29 ±1	p < 0,05
4. Челночный бег 3 x 10 (сек)	Э.Г.	7,3 ±0,9	5,8 ±1,04	p < 0,05	8,8 ±0,9	7,1 ±0,6	p < 0,05
	К.Г.	7,1 ±0,7	6,6 ±0,5	p < 0,05	7,05 ±0,04	6,1 ±0,2	p < 0,05
5. Наклоны вперёд из положения сидя (см)	Э.Г.	11,4 ± 2,8	12,17 ±3,5	p < 0,05	12,6 ±5,2	14,8 ±2,5	p < 0,05
	К.Г.	9,4 ±4,9	11,1 ±4,3	p < 0,05	13,6 ±0,5	15,0 ±0	p < 0,05
6. Бег 1000 м (мин)	Э.Г.	3,52 ±	3,52 ±0,46	p < 0,05	4,37 ±0,30	4,25 ±0,17	p < 0,05
	К.Г.	3,48 ±0,43	3,45 ±0,36	p < 0,05	4,28 ±0,10	4,26 ±0,8	p < 0,05

Примечание: X – среднее арифметическое значение, S – среднее квадратическое отклонение.

Проведённое первоначальное тестирование показало, что экспериментальная и контрольная группы по большинству исследуемым показателям статистически не отличаются друг от друга (P > 0,05). Различия были выявлены только по показателям - бег на 30 метров, поднимание туловища из положения лёжа на спине у мальчиков, челночный бег 3x10 и

наклоны вперёд из положения сидя у мальчиков. В данных тестах результаты контрольной группы оказались достоверно ниже, чем результаты экспериментальной.

Количественные показатели в тесте «бег 30 метров» у мальчиков экспериментальной группы 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 о стабильном состоянии в контрольной группе. У девочек в этом же тесте выявлены достоверные различия ( $P < 0,05$ ), от 5,6 сек. до 5,0, в контрольной группе так же наблюдается тенденция улучшения результатов от 5,8 сек. до 5,6 сек. В конце эксперимента результаты обеих групп достоверно улучшились ( $P < 0,05$ ). Однако прослеживается разница между приростами результатов в экспериментальной и контрольной группах (рис. 18). Средние значения показателя в беге на 30 метров в экспериментальной группе составили  $4,79 \pm 0,48$ , а в контрольной группе –  $4,82 \pm 0,62$ .

Сохраняется преимущество экспериментальной группы над контрольной в плане прироста результатов. Однако для обеих выборок характерно уменьшение коэффициента вариации, что свидетельствует об увеличении однородности результатов в обеих группах.

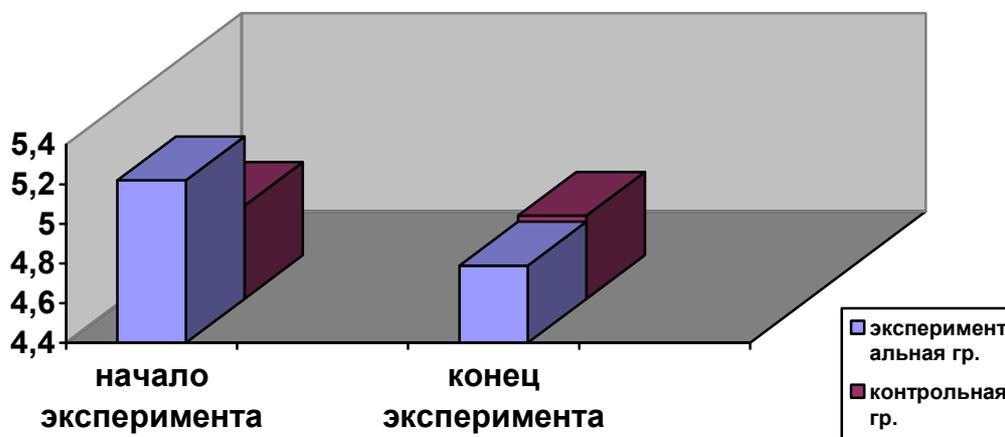


Рис. 18 Динамика показателей в беге на 30 метров ЭГ и КГ в начале и в конце эксперимента

При проведении анализа в тесте подтягивание на перекладине у мальчиков и у девочек под углом 45\*, показатели при начальном тестировании не выявляют достоверных различий между двумя выборками экспериментальной и контрольной групп, об этом свидетельствуют полученные результаты: в экспериментальной группе наблюдается отрицательная динамика ( $P > 0,05$ ), в контрольной наблюдается тенденция улучшения результатов.

Конечное тестирование выявило, что прирост результатов в экспериментальной группе составил 2,52%, контрольной группе – 2,68% (рис 19). Из рисунка видно, что в экспериментальной группе значение этого показателя равно  $10,28 \pm 3,22$ , тогда как в контрольной группе –  $15,00 \pm 3,74$ . Такое положение показателей позволяет предположить, что вклад силового фактора по сравнению с быстротой (бег 30 м) оказался меньшим. Это можно объяснить тем, что тренировка силовой выносливости на верхний плечевой сустав выполнялась в недостаточной степени.

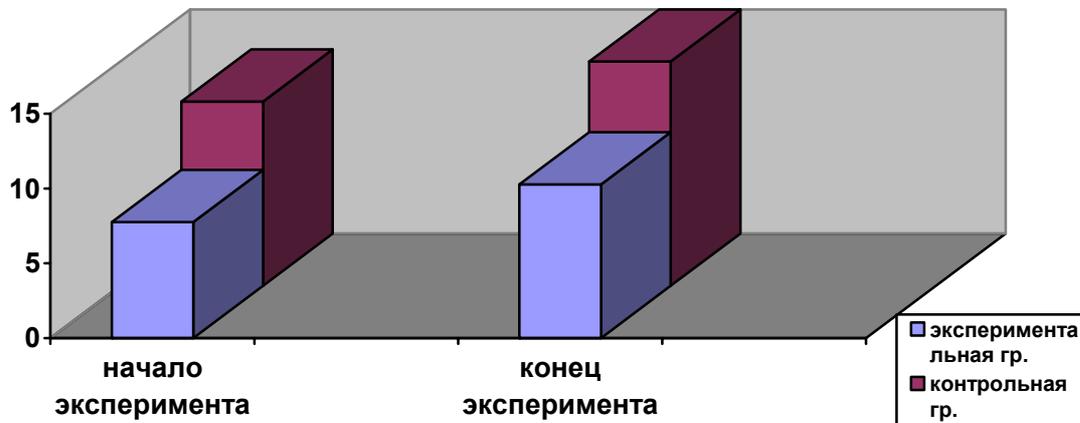


Рис. 19 Динамика показателей в подтягивании на перекладине ЭГ и КГ в начале и в конце эксперимента

В тесте поднимание туловища из положения лёжа на спине, характеризующем динамическую выносливость, у мальчиков экспериментальной группы выявлены достоверные различия, которые составляют 26,8 – 31,08 раз ( $P < 0,05$ ), в контрольной группе же группе наблюдается тенденция улучшения результатов от 26,6 до 29,0 раза. У девочек в экспериментальной группе наблюдается незначительная тенденция

увеличения результатов –  $22,8 \pm 8,3$ , а в контрольной группе этот показатель составил  $29 \pm 1$ . (Рис. 20).

В конце эксперимента 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%.

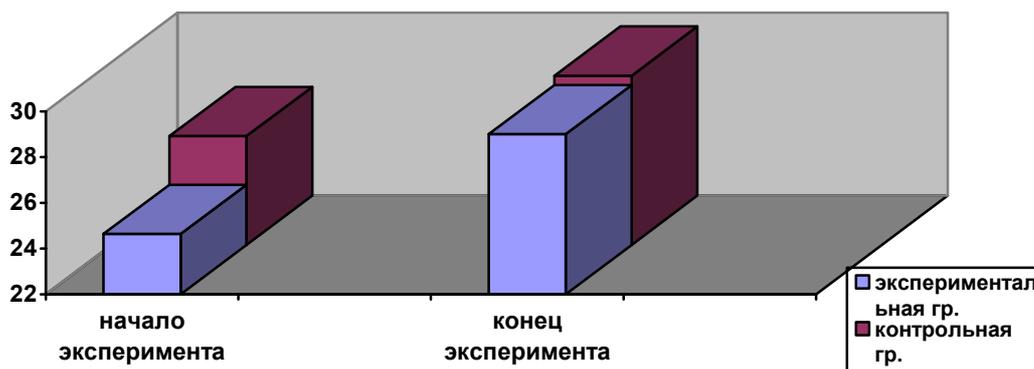


Рис. 20 Динамика показателя поднимания туловища из положения лёжа на спине ЭГ и КГ в начале и в конце эксперимента

Количественные показатели в тесте челночный бег 3 x 10 у мальчиков экспериментальной группы значительно выросли и составили от 7,3 сек до 5,8 сек ( $P < 0,05$ ), в контрольной группе прирост от 7,1 сек до 6,6 сек, что свидетельствует о достоверных различиях в экспериментальной группе и наблюдается тенденция улучшения результатов в контрольной. У девочек в этом тесте следующие различия: в экспериментальной группе от 8,8 сек до 7,1, в контрольной от 7,05 сек до 6,1 сек. Прирост в экспериментальной группе составил -1,60, в экспериментальной группе -0,59, соответственно ( $P < 0,05$ ) (Рис. 21).

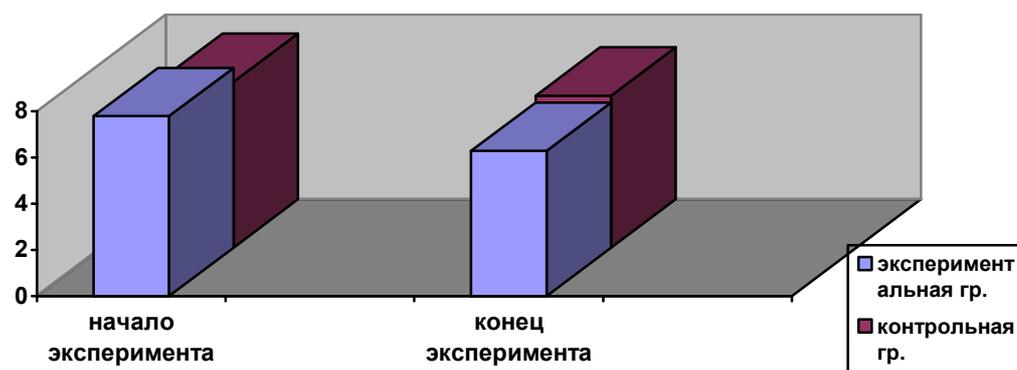


Рис. 21 Динамика показателей в челночном беге 3 x 10 м. в ЭГ и КГ в начале и в конце эксперимента

В тесте на гибкость (наклон вперед из положения сидя) выявлена общая тенденция улучшения результатов в конце эксперимента (Рис. 22). У мальчиков в экспериментальной группе она составила от 11,4 см до 12,17 см ( $P < 0,05$ ), в контрольной группе от 9,4 см до 11,1 см. У девочек в обеих группах наблюдается прирост результатов. Средний результат в контрольной группе характеризуется незначительным преимуществом над средним результатом в экспериментальной: от 13,6 см до 15,0 см, в экспериментальной от 12,6 см до 14,8 см, причём прирост в обеих группах является статистически достоверным ( $P < 0,05$ ). Средние результаты в экспериментальной группе в конце эксперимента составляют  $13,04 \pm 3,42$  и  $11,06 \pm 4,27$  в контрольной соответственно.

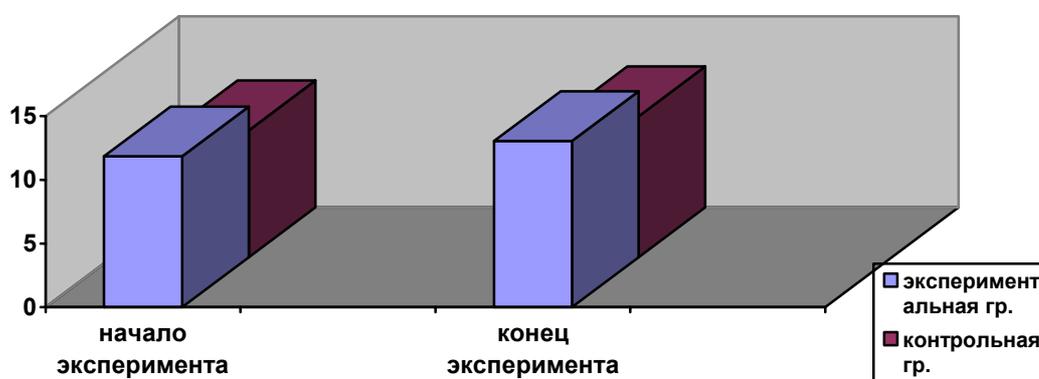


Рис. 22 Динамика показателей на гибкость в ЭГ и КГ в начале и в конце эксперимента

В показателе на выносливость (в беге на 1000 метров) в экспериментальной группе выявлено незначительное улучшение результатов у девочек:  $4,37 \pm 0,30$  и  $4,25 \pm 0,26$  ( $P < 0,05$ ). У мальчиков же ситуация остаётся стабильной –  $3,52 \pm 0,43$  и  $3,52 \pm 0,46$ . Данная ситуация объясняется неакцентированным вниманием на развитие такого качества как выносливость, которая играет не главную роль в получении оздоровительного эффекта. 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 (рис. 23).

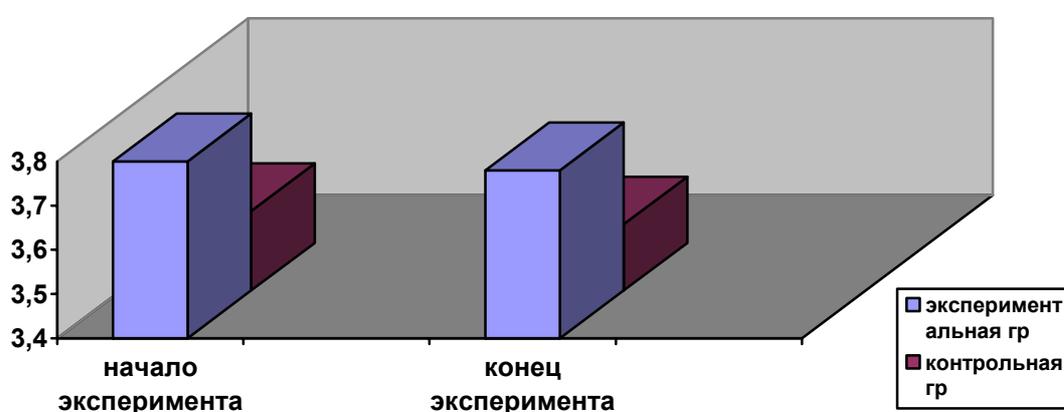


Рис. 23 Динамика показателя в беге на 1000 метров в ЭГ и КГ в начале и в конце эксперимента

Анализ тестирования общей физической подготовленности свидетельствует о том, что подростки 13-15 лет экспериментальной группы показали лучшие результаты по сравнению с контрольной группой по большинству тестируемых факторов.

Рассмотрим динамику физического развития подростков 13-15 лет экспериментальной и контрольной групп, которая представлена в таблице 23.

## Динамика эффективности физического развития подростков 13-15 лет

Тесты	Группа	Мальчики X ± S			Девочки X ± S		
		Октяб.	Май	p	Октяб.	Май	p
1. Экскурсия грудной клетки: вдох	Э.Г.	81,4 ±4,58	84,6 ±5,29	p < 0,05	81,3 ±10,04	84,5 ±10,08	p < 0,05
	К.Г.	78,9 ±7,09	81,36 ±7,25	p < 0,05	85,6 ±5,85	87 ±7,21	p < 0,05
2. Выдох	Э.Г.	74,05 ±4,40	77,4 ±5,03	p < 0,05	76 ±10,37	80,25 ±9,51	p < 0,05
	К.Г.	76,3 ±7,29	78,9 ±7,22	p < 0,05	79 ±5,03	79,3 ±5,03	p < 0,05
3. Пауза	Э.Г.	76,4 ±5,91	78,7 ±5,60	p < 0,05	77,75 ±9,49	80,0 ±9,69	p < 0,05
	К.Г.	77 ±7,18	79 ±7,60	p < 0,05	81,3 ±6,02	82,3 ±6,50	p < 0,05
4. Спирометрия (литры)	Э.Г.	2,73 ±0,63	3,18 ±0,76	p < 0,05	2,5 ±0,55	2,8 ±0,70	p < 0,05
	К.Г.	3,09 ±0,79	3,3 ±0,89	p < 0,05	2,6 ±0,57	3,1 ±0,45	p < 0,05
5. Пульс (уд/мин)	Э.Г.	72,17 ± 9,67	70,94 ±9,30	p < 0,05	76,62 ±4,80	74,62 ±5,20	p < 0,05
	К.Г.	73,5 ±7,48	71,0 ±7,39	p > 0,05	78 ±12	76 ±15	p > 0,05
6. Динамометрия (кг)	Э.Г.	24,35/23,0 ±7,53/5,99	29,23/27,8 ±10,8/10,9	p < 0,05 p < 0,05	21,75/20,5 ±7,40/ 6	24,75/23,75 ±7,74/5,54	p < 0,05 p < 0,05
	К.Г.	26,0/25,0 ±9,30/8,17	29,31/26,8 ±9,73/8,03		18,6/18,3 ±7,57/3,21	18,3/17 ±3,21/2,64	

Примечание: X – среднее арифметическое значение, S – среднее квадратическое отклонение.

Проведённое тестирование по уровню физического развития в начале эксперимента показало, что экспериментальная и контрольная группы по большинству исследуемым показателям статистически не отличаются друг от

друга ( $P > 0,05$ ). Ярко выраженные различия были обнаружены только по показателям экскурсии грудной клетки – при вдохе (у мальчиков) и при выдохе (у мальчиков и девочек). В этих тестах результаты контрольной группы оказались достоверно ниже, чем результаты в экспериментальной группе ( $P < 0,05$ ). По остальным показателям также наблюдается преобладание экспериментальной группы над контрольной.

Динамика показателя, отражающего уровень развития грудной клетки при вдохе, выдохе, удержание паузы, представлен на рисунке семь. Из рисунка видно, что перед началом эксперимента при вдохе экспериментальная группа не имеет ярких преимуществ по отношению к контрольной, то есть различия результатов теста в обеих группах были статистически незначимы ( $P > 0,05$ ). Выявилось минимальное преимущество экспериментальной группы над контрольной: ЭГ –  $84,44 \pm 6,59$ ; КГ –  $83,04 \pm 6,99$ . Результаты теста по окончании эксперимента достоверно возросли во всех группах, но с незначительным преимуществом в контрольной группе –  $85,46 \pm 7,24$  и  $84,56 \pm 6,95$  в экспериментальной группе. Если рассматривать средние показатели отдельно у мальчиков, то мы видим, что мальчики в экспериментальной группе достоверно превосходят мальчиков в контрольной по изучаемому показателю (вдох):  $84,6 \pm 5,29$  и  $81,36 \pm 7,25$  в контрольной соответственно ( $P < 0,05$ ).

Изменения при выдохе показывают несколько иную картину. Коэффициенты вариации результатов тестирования экспериментальной и контрольной групп следующие: 9,01% и 9,14%. По прошествии эксперимента данные коэффициенты изменяются разнонаправленно. В экспериментальной группе коэффициент вариации уменьшается до 8,58%, а в контрольной до 9,13%.

В конце эксперимента по изучению показателя выдох результаты экспериментальной группы достоверно превосходят результаты в контрольной группе. Его среднее значение экспериментальной группы равно  $78,32 \pm 3,64$ . Среднее значение этого показателя у подростков контрольной группы

оказалось равным –  $79,04 \pm 7,21$ . То есть данные свидетельствуют о том, что подростки в экспериментальной группе на 3,64 см выдохнули больше своих сверстников из контрольной группы, их результат составил 2,67 см (рис. 23).

Другой показатель - пауза, в том же тесте (экскурсия грудной клетки), первоначально имеет различия между значениями показателя экспериментальной и контрольной группы. 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 (рис. 23).

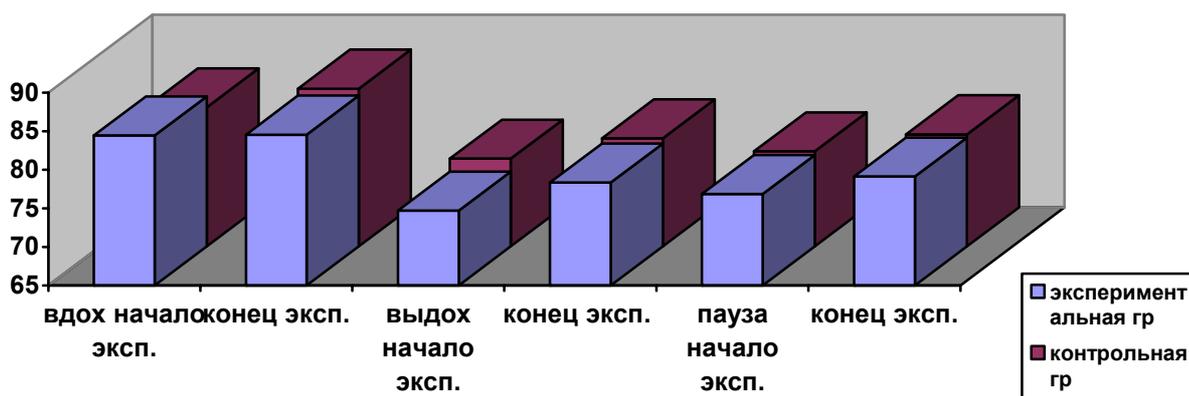


Рис. 23 Динамика показателя развития экскурсии грудной клетки: вдох, выдох, пауза в ЭГ и КГ в начале и в конце эксперимента

Анализ изучаемых показателей (вдох, выдох, пауза), позволяет утверждать, что подростки в экспериментальной группе превосходят подростков в контрольной группе по степени развития грудной клетки.

В показателе объёма лёгких (спирометрия) выявлена общая тенденция улучшения результатов в конце года. Мальчики экспериментальной группы: от 2,73 л до 3,18 л ( $P < 0,05$ ). В контрольной группе от 3,09 л до 3,3 л, у

девочек от 2,5 л до 2,8 л и от 2,6 л до 3,1 л соответственно (рис. 24). Прирост результатов в экспериментальной группе составил 0,41 мл, тогда как в контрольной прирост составил 0,24 мл.

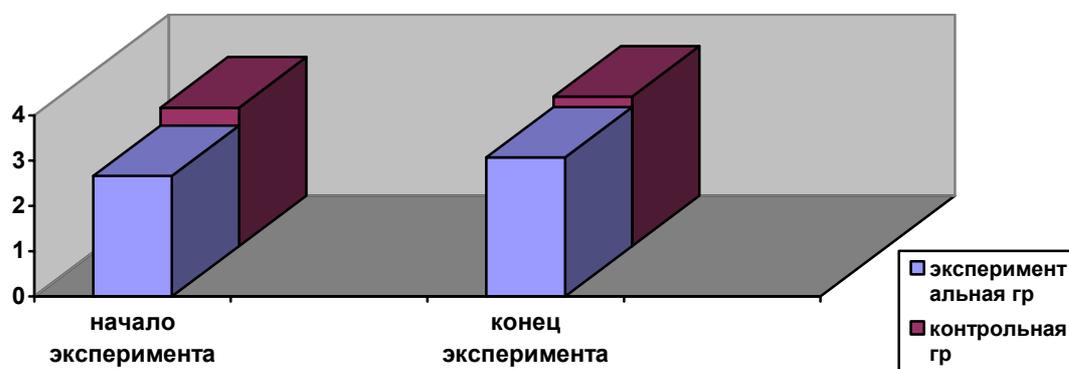


Рис. 24 Динамика показателя развития объёма лёгких у ЭГ и КГ до начала и в конце эксперимента

Показатели пульсометрии свидетельствуют о том, что исходные значения экспериментальной и контрольной групп существенных преимуществ не имеют:  $73,60 \pm 8,58$  в экспериментальной группе и  $73,92 \pm 8,08$  в контрольной группе (рис. 25). В конце эксперимента значения начальных показателей в обеих группах изменились. В экспериментальной группе они были равны  $72,12 \pm 8,29$ , в контрольной группе  $71,79 \pm 8,39$ . Однако изменения результатов в контрольной группе оказались недостоверными ( $P > 0,05$ ). Полученные данные свидетельствуют о том, что в экспериментальной группе пульс в покое находится на достаточно стабильном уровне, тогда как в контрольной группе он является скачкообразным.

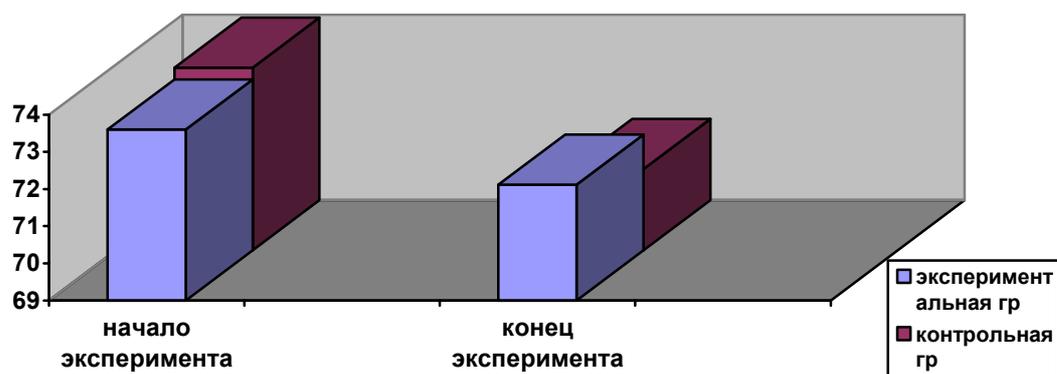


Рис.25 Динамика показателя пульсометрии у ЭГ и КГ до начала и в конце эксперимента

В тесте на силу кисти (динамометрия) выявлен очень высокий рост результатов в экспериментальной группе и наблюдается тенденция улучшения результатов в контрольной группе. У мальчиков в экспериментальной группе в начале эксперимента прослеживается следующая динамика результатов: правая рука -  $24,35 \text{ кг} \pm 7,53$  левая -  $23,0 \text{ кг} \pm 5,99$  ( $P < 0,05$ ). По окончании эксперимента прирост результатов составил:  $29,23 \text{ кг} \pm 10,8$  – правая рука и  $27,8 \text{ кг} \pm 10,7$  – левая ( $P < 0,05$ ). Ярко выраженный прирост результатов произошёл в экспериментальной группе у девочек:  $21,75 \pm 7,40$  – правая рука,  $2,05 \pm 6$  – левая, в начале эксперимента и  $24,75 \pm 7,74$ ,  $23,75 \pm 5,54$  в конце эксперимента. В контрольной группе девочки преимущественно уступают своим сверстницам: правая рука –  $18,6 \pm 7,57$ , левая рука –  $18,3 \pm 3,21$  – в начале эксперимента и  $18,3 \pm 3,21$ ,  $17 \pm 2,64$  соответственно в конце эксперимента. Таким образом, выявлено явное преимущество экспериментальной группы над контрольной (рис. 26).

Прирост результатов по данному показателю у подростков экспериментальной группы составил  $4,28 \text{ кг}$ , тогда как в контрольной группе –  $2,21 \text{ кг}$ . правая рука,  $4,36 \text{ кг}$  – экспериментальная группа и  $1,67 \text{ кг}$ . в контрольной группе - левая рука.

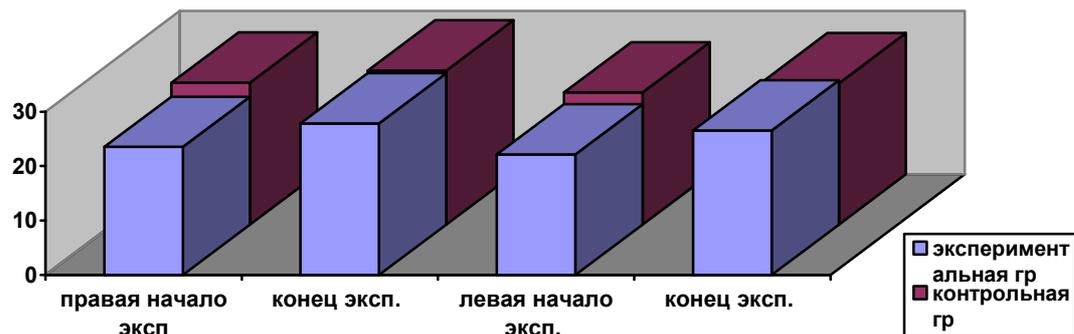


Рис. 26 Динамика показателей динамометрии у ЭГ и КГ до начала и в конце эксперимента

Анализ результатов общего физического развития подростков 13 -15 лет за время проведения педагогического эксперимента показал, что результаты в экспериментальной группе достоверно выше, по сравнению с контрольной, что наглядно подтверждают данные на рисунке 27.

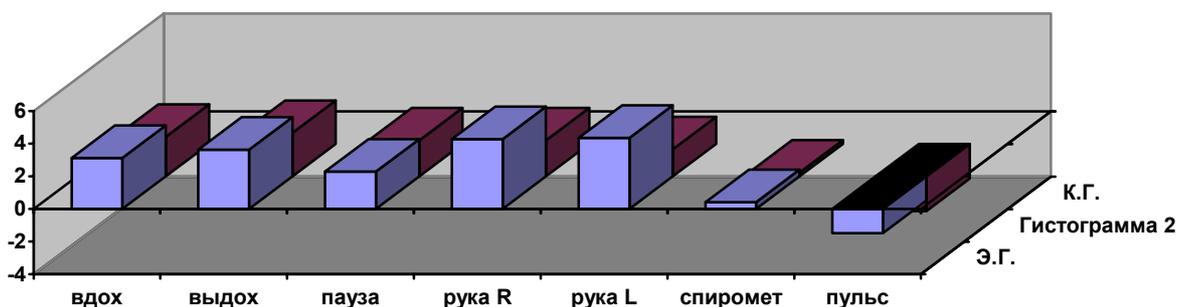


Рис. 27 Динамика показателей общего физического развития ЭГ и КГ

Таким образом, мы можем утверждать, что произошёл значительный прирост по уровню физического развития подростков в экспериментальной группе, а также наблюдается положительная динамика уровня физической подготовленности подростков, что подтверждает эффективность применения индивидуально-мотивированной спортивно-оздоровительной программы.

Рассматривая повторный анализ состояния здоровья занимающихся подростков, мы наблюдаем следующие результаты: (табл. 25)

## Анализ «Карты здоровья» подростков ЭГ и КГ

№	Показатели	Э.Г.	К.Г.
1	Медицинская группа (%)	Основная – 100 Подготовительная – 0 Спец. группа - 0	Основная – 84,0 Подготовительная –16,0 Спец. группа - 0
2	Нарушение осанки (сутулость, деформация, сколиоз) %	0	16
3	Зрение в норме (%)	92	72
4	Артериальное давление (мм.рт.ст)	102/62	104/62
5	Рост (см)	158, 68	157/49
6	Вес (кг)	52,52	49,34

Данные таблицы свидетельствуют о том, что в экспериментальной группе, по сравнению с контрольной, все подростки относятся к основной медицинской группе, тогда как в контрольной выявлены подростки, относящиеся к подготовительной группе (16,0), (это те подростки, у которых обнаружены незначительные нарушения в состоянии здоровья).

Положительным воздействием разработанной нами программы можно назвать тот факт, что у подростков в экспериментальной группе не обнаружилось ни одного человека с нарушением осанки (0%). В контрольной эта цифра, хоть и присутствует, но снизилась до 16,0%.

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. Результаты представлены в таблице 26.

Ценности физической культуры и спорта в экспериментальной и контрольной группах.

Ценности физической культуры и спорта	Май – 2004г.	Ценности физической культуры и спорта	Май – 2004г.
	Э.Г.		К.Г.
	Место		Место
Здоровье	<b>1</b>	Сила	<b>1</b>
Ум	<b>2</b>	Здоровье	<b>2</b>
Трудолюбие	<b>3</b>	Красота	<b>3</b>
Красота	<b>4</b>	Смелость	<b>4</b>
Смелость	<b>5</b>	Трудолюбие	<b>5</b>
Сила	<b>6</b>	Решительность	<b>6</b>
Решительность	<b>7</b>	Ум	<b>7</b>

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

Анализируя данные, представленные в таблице 26, можно сказать, что категория «здоровье», как физическая ценность, в экспериментальной группе, оценивается достаточно высоко (первое место) в течение всего эксперимента.

Тогда как в контрольной группе данное качество, хотя и так же сохраняет стабильную позицию, но является второстепенной.

Рассматривая результаты терминальных ценностей подростков в экспериментальной группе (табл. 27), отметим, что иерархия ценностных ориентаций, которая выражается в потребности здорового образа жизни, а так же в двигательной активности, сохраняется.

Таблица 27

Терминальные ценности подростков в экспериментальной группе

Терминальные ценности	Май – 2004
	Место
Активная деятельная жизнь	1
Здоровье	2
Жизненная мудрость	3
Наличие хороших и верных друзей	4
Познание	5
Счастливая семейная жизнь	6
Развлечения	7

Кроме того, отметим выбор подростками такой ценности, как счастливая семейная жизнь. Хотя ценность и стоит на шестом месте, но, сравнивая результаты с первоначальным тестированием, мы можем наблюдать, что данная ценностная ориентация не была избрана. Это подтверждает положительные результаты совместных работ подростков с родителями.

Отметим ещё один немаловажный фактор, свидетельствующий об эффективности применённой индивидуально-мотивированной программы. В настоящее время связь с экспериментальной группой продолжается и что большинство подростков продолжают заниматься различными видами физкультурной, спортивной деятельности. Данные представлены в таблице 28.

Виды физкультурно-спортивной деятельности подростков после  
эксперимента.

№	Виды деятельности	%
1	Горные лыжи	40,0
2	Футбол	16,0
3	Силовая подготовка	12,0
4	Тренерская деятельность по г/л	8,0
5	Конный спорт	4,0
6	Аэробика	8,0
7	Танцы	12,0

Приведённые данные свидетельствуют о том, что занятия по разработанной нами программе, в дальнейшем, позволили сформировать у подростков ценности, мотивы к занятиям физической культурой и спортом, выбору именно того вида деятельности, к которому проявляется наибольший интерес, расположенность.

В связи с этим важно «сторониться» стандартных методов воспитания подростков. Необходимо помогать занимающимся проявлять себя как личность, устранять сведение личности подростка до объекта педагогического воздействия, избегать однообразия учебно-тренировочной деятельности, стремиться ориентировать современное физическое воспитание на развитие, а не на перевоспитание и устранение недостатков в двигательных функциях.

## ВЫВОДЫ

1. Назначение системы клубов по месту жительства: создание 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, недостаточная 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, развлечение, наличие хороших и верных друзей, материально-обеспеченная жизнь, развлечения, познание. Индивидуальные особенности: самоактуализация подростков в сфере ФК и С. Самоактуализированными оказались – 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% - «спортсмены, индивидуалисты» и 12% - характеризуются как «неуверенные подростки».

3. Созданы 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 составило: здоровье, ум, трудолюбие, красота, смелость, сила, решительность. У подростков сформировались ценности, мотивы к занятиям физической культурой и спортом, так как после эксперимента никто не прекратил занятия физической культурой и спортом.

## Список литературы

1. Ананьев Б.Г. Человек как предмет познания. Л., 1968. С. 58.
2. Алексеев В.Г. Мотивация поведения и формирование личности. М., 1976. С. 33.
3. Алексеев Г.И. Мотивация в поведении человека. М., 1977 г.
4. Андреев В.И. Педагогика: Учебный курс для творческого саморазвития. Казань, 2000. С. 191-204.
5. Архангельский С. И. Учебный процесс в высшей школе, его закономерные основы и методы. М.: высшая школа - 1980, 368 с.
6. Ахметова Д., Гурье Л. Преподаватель вуза и инновационные технологии. Высшее образование в России. – 2001. - № 4. С. 138-146.
7. Ахмулина М.К. Дополнительное образование в системе подготовки кадров.// Проблемы и перспективы развития системы дополнительного образования: социально-педагогический аспект / Под ред. В.В Садырина, Н.И, Фуниковой, Н.А. Соколова. – Челябинск: ИИУМЦ «Образование». – 2004. – Вып. 3 (31). – 150 с.
8. Бердыхова Яна. «Мама, папа, занимайтесь со мной» / Пер. с чешск. Н.П. Крушинской; Предисл. Э. Кузнецовой – 2-е изд. – М.: ФК и С. 1990 г. С. 38.
9. Банчук М.Ф. Организация физической культуры. – М.: ФИС. 1972 г. С. 96.
10. Беспутчик В.Г., Бейлин В.Р. Аэробика на все вкусы. Полезные советы инструктору по аэробике // Спорт в школе, 2001, № 6, С. 6-8.
11. Бальсевич В.К. Физическая подготовка в системе воспитания культуры здорового образа жизни человека (методологический, экологический и организационный аспекты) // Теор. и практ. физ. культ. 1990, № 1. С. 22-26.
12. Баль Л.В., Михайлов А.Н. Неформальные мнения современных подростков о моде и здоровье. // Современный подросток. / Тез. н-практ. конф. Москва: РАМН. 2001. С. 76-78.
13. Бехтерев В.М. Проблемы развития и воспитания человека. Москва – Воронеж, 1997. С. 15.
14. Бальсевич В.К. Феномен физической активности как социально-биологическая проблема // Вопросы философии. – 1981, № 8, С. 18-22.
15. Бальсевич В.К., Лубышева Л.И. – Концепция информационно-образовательной компании по развёртыванию национальной системы спортивно-ориентированного физического воспитания // Физическая культура: воспитание, образование, тренировка 2003, № 1, С. 11.
16. Беспалько В.П. Слагаемые педагогической технологии. М., 1985. С. 5.
17. Белова Г.Б., Полежаева Г.И., Пысина Н.В. Организационно-педагогические аспекты здоровьесбережения обучающихся. // Материалы второго международного конгресса: Спорт и здоровье, 21-23 апреля 2005 г., Санкт-Петербург. С. 32-33.
18. Белов А.К. Идеология. Славяно-горецкая борьба. М.: «НКД» - 1993 г. С. 5.
19. Вилькин Я.Р., Канавец Т.М. Организация работы по массовой физической культуре и спорту. Учебное пособие для ИФК. – М.: ФИС. 1985 г.

20. Воробьёв В.В, Эффективный путь к здоровью и полезному досугу // Физическая культура в школе, 1998, № 1. С. 8.
21. Василькова Ю.В. Соц. пед.: курс лекций; учебное пособие для высш. Пед. учеб. заведений / Ю.В. Василькова, Т.А. Василькова. – 2-е изд., стереотип. М.: Академия – 2000 – 440 с.
22. Вишневский В.А. Здоровьесбережение в школе. Педагогические стратегии и технологии. – М.: изд. «Теория и практика физической культуры», 2002. С. 270.
23. Виллюнас В.К. Психологические механизмы мотивации человека. М.: 1990 г.
24. Вишневский В.А. Адаптивная модель валеологической службы в школе // Материалы второй Всероссийской н-практ. конф. «Актуальные проблемы валеологии в образовании». Липецк, 1999, С. 46-48.
25. Гогонов Е.Н., Мартьянов Б.И. Психология физического воспитания и спорта. Москва – Академия – 2001 г. С. 17.
26. Головина Л.Л., Копылова Ю.А. Культурологические стремления и социально значимые качества личности школьников 7-9 лет с различным уровнем интереса к занятиям физической культурой // Физическая культура: воспитание, образование, тренировка. 2000, № 1. С. 44.
27. Государственный Комитет по физической культуре, спорту и туризму. // Сборник официальных документов и материалов. 1 / 2001 – Москва.
28. Государев М.А. Проблема управления технологической составляющей учебного процесса. – Высокие технологии в педагогическом процессе: тезисы докладов межвузовской н-практ. конференции преподавателей вузов, учёных и специалистов, 30 – 31 мая 2001 г., секции 4-5. Н.Новгород: изд. ВГИПИ, 2000. – С. 143-144.
29. Груздев Г., Груздева В. Педагогическая технология эвристического типа. Высшее образование в России. – 1997. - № 5. С. 17-123.
30. Гузеев В.В. Образовательная технология: от приёма до философии. М. – 1996. – 43 с.
31. Дети улицы: Растущая трагедия городов: Доклад для независимой комис. по международным гуманитарным вопросам. (пер. с англ.) – М.: Международные отношения 1990 – 148 с.
32. Добсон Джеймс Ч. Непослушный ребёнок: практ. руководство для родителей / пер. с англ. В. Непомнящего; Под общ. ред. Н. Кормуловой. – М.: Изд. гр. «Пенаты» и др. 1992. 205 с.
33. Демаков И.Д. «Должность или призвание» организатору внешкольной и внеклассной воспитательной работы. Книга для учителя. М.: Просвещение – 1991 г. С. 67.
34. Данилин А.Г. Как спасти детей от наркотиков: Пособие для родителей / А.Г. Данилин, И.В. Данилина. М.: Центрполиграф, 2001 – 53 с.
35. Дуркин П.К. Научно-методические основы формирования у школьников интереса к физической культуре: Автореф. докт. дис. Архангельск, 1995. – 43 с.

36. Дуркин П.К., Лебедева М.П. К решению проблемы формирования здорового образа жизни населения России. // Теория и практика ФК. 2002, № 8, С. 2-5.
37. Дуркин П.К., Лебедева М.П. К проблеме воспитания личной физической культуры у школьников и студентов // Физическая культура: воспитание, образование, тренировка. 2000, № 2, С. 50-53.
38. Джим Баррет, Джеф Вильямс. Проверьте свои возможности – тесты. – Москва АСТ – Астрель 2002 – 206 с.
39. Дункан Джек У. Основополагающие идеи в менеджменте. Уроки основоположников менеджмента и управленческой практики. Пер. с англ. – М.: Дело, 1996. – 272 с.
40. Ерзунов В.И. Клуб в жизни подростков: Из опыта работы подростковых клубов г. Пензы / В.И. Ерзунов, Н.А. Новосельцева, В.В. Федоров. – М.: Просвещение – 1986 г.
41. Ерзунов В.И., Новосельцева А.Н., Фёдоров В.В. Клуб для подростка. Москва «Просвещение» - 1986 г. С.95.
42. Елисеев Ю.Т., Довгий Г.П., Шестакова В.Н. Современные подходы к оздоровлению детей подросткового возраста. // Современный подросток. / Тез. докл. н-практ. конф. Москва: РАМН. 2001. С. 134-135.
43. Женева Швейцария. «Всемирная организация скаутского движения». – 1993 г. С. 176.
44. Закон РФ. «Об образовании» № 12 – ФЗ от 13 января 1996 г.
45. Захожий В.И., Гарасенко Н.И. Им жить в XXI веке. Изд. «Знание». Москва – 1989 г. С. 3-23.
46. Зазнобина Л.С. Медиаобразование в школе: Как выжить в мире СМИ. «Человек». – 1999 г., № 1. С. 107-113.
47. Иванюженков Б. «Компьютеры не отменяют прыжки в длину». Москва: «Физкультура и спорт» - 2000 г. С. 6.
48. Ильин Е.П. Психология физического воспитания. Москва «Просвещение» - 1987 г. С. 38.
49. Ильясов И.И. Структура процесса учения. – М., 1986 г.
50. Илькевич Б.В. Военное образование: сущность, проблемы, перспективы. – Пермь: изд. «Пермская книга», 2002. – 127 с.
51. Ильин Е.П. Мотивация и мотивы: Учебное пособие. - СПб.: Питер, 2000. – 124 с.
52. Копылов Ю.А. Формирование содержания основ учебного предмета «Физическая культура» учащихся начальной школы // Материалы X н-практ. конф. по проблемам физического воспитания «Человек, здоровье, физическая культура и спорт в изменяющемся мире». Коломна, 2000 г.
53. Кабачков В.А., Тюленьков С.Ю., Куренцов В.А. Социально-педагогические подходы к профилактике подростковой наркомании средствами физической культуры и спорта // физическая культура: воспитание, образование, тренировка. 2003, № 1. С. 53-56.
54. Караковский В.А. Стать человеком. Общечеловеческие ценности – основа целостного учебно-воспитательного процесса. М., 1993 – 80 с.

55. Кирьякова А.В. Ориентация школьников на социально значимые ценности. Л., 1991, С. 17-35.
56. Кульневич С.В. Педагогика личности от концепций до технологий: Учеб. - практич. Пособие. Р – н – Д, 2001, С. 120-158.
57. Каланова Ш.М. Информационные технологии персонификации в системе высшего профессионального образования. Автореф. дис. докт. пед. наук. М.: МПГУ, 1999. 35 с.
58. Кноринг В.И. Искусство управления: Учебник. – М.: Изд. ВЕК. 1997. – 288 с.
59. Коменский Я.А. Великая дидактика. / Избранные педагогические сочинения. М., 1995.
60. Кларк М. Технология образования или педагогическая технология? Перспективы. 1983. - № 2. С. 78-79.
61. Казначеева Л.Ф., Ростовцева Е.Е., Ландайс Л.Л. Адаптационные возможности учащихся начальных классов // Педагогические и медицинские проблемы валеологи: Сб. тр. междунар. Конф. – Новороссийск. Изд. НГПУ. 1999, С 172-173.
62. Калашникова О.К., Куринская Т.Н. Система обучения, как фактор формирования здоровья // Педагогические и медицинские проблемы валеологи: Сб. тр. междунар. Конф. – Новосибирск: изд. НГПУ, 1999, С. 177-178.
63. Козлов И.Ф. Педагогический опыт А.С. Макаренко. Книга для учителя. М.: Просвещение -1987 г.
64. Лубышева Л.И. Концепция формирования физической культуры человека. – М.: ГЦОЛИФК, 1992. – 40 с.
65. Лисовский А.Ф., Решетников И.А. Новая форма физкультурно-оздоровительной работы для детей дошкольного возраста совместно с родителями. // актуальные проблемы развития физической культуры и спорта. / Тез. докл. Всерос. н-практ. конф. Ижевск: УдГУ – 2004. С. 152-154.
66. Лях В.И. Научно-методическое обеспечение физического воспитания учащихся: состояние и перспективы // Физическая культура в школе. – 1989, № 1. С. 47.
67. Лях В.И. Ориентиры перестройки физического воспитания в общеобразовательной школе // Теор. и практич. физ. культ. 1990, № 9. С. 38.
68. Лисицын Ю.П. Слово о здоровье. – М.: Медицина, 1986. – 192 с.
69. Леонтьев А.Н. Деятельность, Сознание, Личность. М., 1982 г. С. 554.
70. Лубышева Л.И. Социальное и биологическое в физической культуре человека в аспекте методологического анализа // Теория и практика физ. культуры. 1996, № 1, С. 12-15.
71. Лубышева Л.И. Современный ценностный потенциал физической культуры и спорта и пути его освоения обществом и личностью // Теория и практика ФК., 1997, № 6, С. 10-13.
72. Лернер И.Я. Внимание технологии обучения. Сов. Педагогика, 1990. № 3. С. 139.

73. Левина М.М. Технологии профессионального педагогического образования: Учеб. пособие для студ. Высш. Пед. учеб. заведений. – М.: Издательский центр «Академия», 2001. – 272 с.
74. Мать и дитя: Справочник по воспитанию ребёнка. (в 2-ух томах.: Пер. с англ.) – М.: Изд. Дом «Дрофа». Филологическое общество «Слово», 1995. С. 125.
75. Марьянович А. Здоровый ребёнок: Уход. Кормление. Воспитание. Отношение в семье. Психическое развитие. Пер. с сербскохорват. – Горни Милановац, Югосл.: «Дечьеновине» - 1992. С. 78.
76. Михалев М.Ю. «Практический опыт внедрения русских традиций воспитания здорового человека на примере славяно-горьской борьбы». Дипломный проект, г. Чайковский НИФК – 1996 г.
77. Менеджмент и экономика ФК и С. Пособие для студентов высших учеб. заведений / М.Е. Зотов, В.В. Кузин, М.Е. Кутепов, С.Г. Сейранов. – М.: Издательский центр «Академия», 2001 г. С. 325.
78. Министерство Образования Российской Федерации: закон «Об основных направлениях развития воспитания в системе образования». Приказ от 28.09.99. № 19.
79. Министерство образования Российской Федерации. ПГПУ Департамент образования и науки в администрации Пермск. Обл. «Здоровьесберегающее образование: теоретические и прикладные аспекты». – Сб. статей. – Пермь – 2002. С. 166.
80. Мочёнов В.П. Физическая культура и спорт в профилактике наркомании и преступности среди молодёжи // Теория и практика физ. культуры. 2001, № 2. С. 60-62.
81. Маршак Я.И., Новиков А.В., Вороненко П.А., Каменская А.И. Реабилитация пациентов с наркотической зависимостью // Южно – российский медицинский журнал – 2001, № 3-4. С. 60-65.
82. Маркова А.К., Матис Т.А., Орлов А.Б. Формирование мотивации учения. М., 1990 г. С. 32.
83. Никитин Б.П., Никитина Л.А. Резервы здоровья наших детей. – М.: ФК и С. 1990 г. С. 105.
84. Нестеренко Е.И., Полунина Н.В., Хусус Эстуардо Васкес Абанто. Формирование здорового образа жизни – важный компонент интерактивного лечения // профилактика заболеваний и укрепления здоровья. 2000, № 5. С. 18-22.
85. Наставление по ФП. И С. в вооружённых силах РФ. (НФП – 2001) – М.: РИЦ ГШВС РФ, 2001. – 224 с.
86. Немов Р.С. Психология. Учебник для студентов высш. учеб. заведений. В 3 кн. Общие основы психологии 2-е изд. М., 1995 г.
87. Никифорова О.А., Заруба Н.А., Быцанова В.Е. и др. Изменения функционального состояния организма первоклассников в зависимости от педагогической программы // Валеология, 1997, № 3. С. 21-24.
88. Назарова Т.С. Педагогические технологии: новый этап эволюции. Педагогика. 1997 г., № 3. С. 20-27.

89. Нормативно-правовые и законодательные акты развития физической культуры и спорта. «Основы законодательства о физической культуре и спорта».
90. Орлов Ю.М., Творогова Н.Д., Шкуркин В.И., Стимулирование, побуждение к учению. М., 1988 г. С. 78.
91. Орлов А.Б. Методы изучения, активизации, развития мотивации учения в современной зарубежной психологии / Маркова А.К., Матис Т.А., Орлов А.Б. Формирование мотивации учения. – М.: Просвещение, 1990. С. 122-190.
92. Орлов А.Б. Методы развития мотивации учения в психологии / Маркова А.К., Матис Т.А. Формирование мотивации учения. – М.: Просвещение, 1990. С. 188.
93. Проблемы и перспективы развития системы доп. образования детей: социально-педагогический аспект под ред. В.В. Садырина, Н.И. Фуниковой, Н.А. Соколова. // Актуальные проблемы управления образованием в регионе. – Челябинск: ИИУМЦ «Образование». – 2004 г. – Вып. 3 (31) 150 с.
94. Первая Всероссийская конференция: «Дети России образованы и Здоровы». Сб. материалов 3-4 ноября. Москва, 2003 г. С. 5-6.
95. Переверзин И.И. Менеджмент спортивной организации / Уч. пособие для студентов ВУЗов физ. культуры. СпортАкадемПресс – Москва – 2002 г. С. 159.
96. Переверзин И.И. Школьный спорт в России. Мини-энциклопедия. – М.: РГАФК, Школа бизнеса, 1994 г. С. 225.
97. Педагогика здоровья. Учеб. пособие для высш. пед. учеб. заведений. – М.: «Пед. пресс». 1992 г. С. 93.
98. Педагогика: учебник для студентов пед. уч. заведений. // Под редакцией П.И. Пидкасистого. Педагогическое общество России – Москва 2004 г. С. 527-537.
99. Практическая психодиагностика. Методики и тесты. Редактор-составитель Райгородский Д.Я. Учебное пособие. – Самара: Издательский дом «БАХРАХ – М», 2005. – 672 с.
100. Практикум по возрастной психологии: Учебное пособие./Под ред. Головей Л.А., Рыбалко Е.Ф. – СПб.: Речь, 2002. – 694 с.
101. Родионов В.А. Психомоторные упражнения как профилактика школьной дезадаптации в младшем школьном возрасте // Материалы Всероссийской н-практ. конф. «Физическая культура и спорт в профилактике наркомании и преступности среди молодёжи». Смоленск, 2000 г. С. 165-174.
102. Реан А.А., Коломинский Я.Л. Социально – педагогическая психология: Учебное пособие. – СПб., 1999 г.
103. Ратонова Т.А., Шляхта Н.Ф. Психодиагностические методы изучения личности. Методики и тесты. М.: «Просвещение», 1998 г.
104. Спутник физкультурного работника. Под общ. ред. Ивонина В.А. – М.: Физкультура и спорт, 1972 г. С. 78.

105. Социальная педагогика. Курс лекций. Уч. пособие для вузов. М.: «Владос» - 2000 г.
106. Социализация детей, воспитывающихся без родителей: Сб. ст. / Перм. обл. администрация. Департамент образования и науки, Пермь обл. институт повышения квалификации работников образования; под. ред. Л.С. Шубиной. – Пермь: Изд. Перм. обл. инст-та повышения квалификации работников образования, 1991. С. 77.
107. Сияласте Г. Дети – это наши маленькие граждане. Журнал ОБЖ. – 2001 г. № 6. С. 9-10.
108. Сорокина Н.А. Образ ди-джея на радиоканале в представлении старшеклассников. // СОЦИС – 2002 г., № 1. С. 137-139.
109. Соболевская О.В. Роль учебной среды в формировании здоровья подростков.// Современный подросток. / Тез. н-практ. конф. Москва: РАМН. – 2001 г. С. 308-309.
110. Сериков В.В. Образование и личность. Теория и практика проектирования педагогических систем. – М.: Изд. Корпорация «Логос», 1999 г. С. 37.
111. Торе Ада Деяна. Ошибки родителей / пер. с итал. Е.Г. Молочковской; Предисл. Ю.П. Азарова – 2-е изд. М.: Пресс-Универс., 1993 г. С. 45.
112. Типовой устав клуба физической культуры и спорта // Физическая культура в школе, 1999, № 1.
113. Темкин И.Б. Упражнения в изометрическом режиме при болезнях органов кровообращения.- М.: Медицина, 1977. – 136 с.
114. Усаков В. Формирование спортивного менталитета детей в условиях семейного воспитания. Научно-методический журнал: Физическая культура – 2000 г. № 1. С. 43-45.
115. Федеральный закон о высшем и послевузовском профессиональном образовании № 125 – ФЗ от 22 августа 1996 г.
116. Физкультура для всей семьи. Москва «Физкультура и спорт» - 1990 г. С. 25-26.
117. Фенько А. Жертвы телевизора: (влияние кино и телефильмов на рост преступности) // Коммерсант / Власть – 2000 г. № 14. С. 49-51.
118. Фрадкин Ф.А. Педагогическая технология в исторической перспективе. // История педагогической технологии: сб. науч. тр. М., 1992. С. 12.
119. Физическая культура: Воспитание. Образование. Тренировка. Научно-методический журнал: № 4, 2004 г. С – 23.
120. Хьелл Л., Зиглер Д. Мастера психологии // Основные положения, исследования и применения теории личности. – Санкт-Петербург – 1997 г. С. 487.
121. Хьелл Л., Зиглер Д. Мастера психологии. // Я – концепция: «всё-таки кто я?». Основные положения, исследования и применение теории личности. Санкт-Петербург – 1997. С. 539.
122. Чудновский В.Э. Опыт экспериментального выявления преобладающих мотивов у школьников // Вопросы психологии. – 1968 г., № 1. С. 67-74.

123. Ширко Л.И. Если клуб тебе люб. 1997 г. № 5. С. 12-15.
124. Шан М. Эда. Когда ваш ребёнок сводит вас с ума / Пер. с англ. Е. В. Бодрова. – М.: Педагогика. 1990 г. С. 85.
125. Шабалова Е.В. Исторические миниатюры о земле Пермской. Пермь 1998 г. С. 190.
126. Bronfenbrenner U. (1973). Is Early Intervention Effective? A report on the longitudinal evolution of preschool programs, US Department of Health, Education and Welfare.
127. Blumental J. A., Babayak M.A., Moore K.A, et al. Effects of exercise training on older patients with major depression // Arch. Intern. Med. 1999 Oct 25, 159 (19). P. 2349-2356.
128. Broocks A., Bandelow B., Pekrun G., et. al. Comparison of aerobic exercise, clomipramin, and placebo in the treatment of panic disorder // Am. J. Psychiatry. 1998 May 155 (5). P. 603-609.
129. Douglas J.W. B. (1964), the Home and the School, McGibbon and Kee.
130. Erikson E. H. (1970). Reflection on the dissent of contemporary youth. Daedalus, 99, pp. 154-176.
131. E-mail: postman @ good. ru
132. Frommer E.A. and O, Shea G. (1973)/ Antenatal identification of women liable to have problems in managing their infants. – British journal of Psychiatry, vol. 123, pp. 149-156.
133. Fox K.R. The influence of physical activity on mental wellbeing // Public Health Nutr. 1999 Sep. 2 (3A). P. 411-418.
134. Goodenow. C. (1993). “Classroom Belonging among Early Adolescent Students: Relationships to Motivation Achievement.” Journal of Early Adolescence, 13, pp. 21-43.
135. Grannis. J.C. (1992). “Students Stress, Distress and Achievement in an Urban Intermediate School.” Journal of Early Adolescence, 12, p. 4-27.
136. Hinde R.A. and Spencer – Booth Y. (1970). Individual differences in the responses of rhesus monkeys to a period of separation from their parents – journal of Child Psychology and Psychiatry and Allied Disciplines, vol. 11, pp. - 159-176.
137. Hargreaves D. H. (1967). Social relations in a Secondary School, Routledge and Kegan Paul.
138. Janakiramaiah N., et. al. Antidepressant efficacy of Sudarshan Kriya Yoga (SKY) in melancholia: a randomized comparison with electroconvulsive therapy (ECT) and imipramine // J. Affect. Disord. 2000 Jan – Mar. 57 (1-3). P.255-259.
139. Michael Rutter. Helping troubled children. – 1987. Penguin Books – London.
140. McDevitt, T.M., Lennon, R., and Kopriva, R.J. (1991). “Adolescents” Perceptions of Mothers and Fathers Pro-Social Actions and Empathic Responses. “Youth and Society - 22, pp. 387-409.
1994. Zukowska Zofia. Edukacja olimpijska mlodziezy: Tradycje – Terazniejszosc –perspektywy // Fair Play Sport Edukacja / Redakcja I opracowanie Zofia Zukowska. – Warszawa, 1996, pp. 33-40.

141. Moore K.A., Blumental J.A. Exercise training as an alternative treatment for depression among older // *Altern. Ther. Med.* 1998 Jan 4 (1). P. 48-56.
142. Maccoby E.E. (1990). Gender and relationships: A developmental account. *American Psychologist*, 45, p. 513-520.
143. Marcus H., Nurius P. (1986). Possible selves. *American Psychologist*, 41, p. 954-969.
144. Oliver J. E. and Taylor A. (1971). Five generations of ill – treated children in one family pedigree – *British Journal of Psychiatry*, vol. 119, pp. 473-480.
145. Patterson G.R., Jones R., Whittier J. and Wright M.A. (1965). A behaviour modification technique for the hyperactive child. – *Behaviour Research and Therapy*, vol. 2, pp. 217-226.
146. Patterson C. (1973). *Theories of counseling and psychotherapy* (2<sup>nd</sup> ed). New York: Harper and Row.
147. Rodgers C.R. (1959)/ A Theory of the rapy, personality and interpersonal retationships, as developed in the client-centered framework. In S. Koch (ed.). *Psychology: A study of a science* (vol. 3, pp. 184-256). New York: McGraw – Hill.
148. Scott P.D. (1973). Fatal battered baby cases. – *Medicine, Science and law*, vol. 13, pp. 197-206.
149. Shannahoff-Khalsa D.S., et.al. Clinical case report: efficacy of yogic technig ues in the treatment of obsessive – compulsive disorders // *Int. J. Neurosci.* 1996 Mar; 85 (12). P. 1-17.
150. Zukowska Zofia. Edukacja olimpijska mlodziezy: Tradycje – Terazniejszose – perspektywy // *Fair Play Sport Edukacja / Redakcja I opracowanie Zofia Zukowska.* – Warszawa, 1996, pp. 33-40.
151. WWW. Irad. Ru.

## ***ПРИЛОЖЕНИЯ***

## *Приложение 1*

### Анкетный опрос для родителей

*Уважаемы родители!*

*Просим Вас принять участие в нашем опросе.*

*Нам действительно интересно знать Ваше мнение о физической культуре и спорте, а так же желание видеть своего ребёнка в клубе на наших занятиях.*

1. Ф. И. О. \_\_\_\_\_
2. Домашний адрес \_\_\_\_\_
3. Домашний, рабочий телефон \_\_\_\_\_
4. Полная, неполная семья? \_\_\_\_\_
5. Род деятельности? \_\_\_\_\_
6. Образование? \_\_\_\_\_
7. Место работы? \_\_\_\_\_
8. Какую проблему Вы решаете, вовлекая ребёнка к занятиям в клубе?
  - А) отвлечь от улицы;
  - Б) занять свободное время;
  - В) укрепить здоровье;
  - Г) расширить круг общения ребёнка;
  - Д) свой вариант
9. Ваш ребёнок уже где-то занимался в какой-либо секции, клубе?
  - А) Да;
  - Б) Нет
10. Как Вы относитесь к Физической культуре и спорта? \_\_\_\_\_
11. Занимаетесь ли Вы физической культурой и спортом семьёй? \_\_\_\_\_

*Благодарим за сотрудничество!*

## Приложение 2

Тест: влияние средств массовой информации на подростка

Дорогой друг!

*Просим принять Тебя участие в анкетном опросе о средствах массовой информации.*

*Ответьте, пожалуйста, на нижепоставленные вопросы путём обведения соответствующих, Вашему мнению, вариантов ответов.*

*Прежде чем ответить внимательно прочтите все варианты вопросов. Если нет необходимого Вам варианта, предложите свой.*

1. Как Вы относитесь к средствам массовой информации?
  - А) положительно;
  - Б) Отрицательно;
  - В) Безразлично
  
2. Что на Ваш взгляд является привлекательным в телевидении?
  - А) Наглядность;
  - Б) Доступность информации;
  - В) Сюжетность;
  - Г) Музыкальное сопровождение;
  - Д) Неординарность показа;
  - Е) События;
  - Ж) Яркость;
  - З) Красочность
  
3. Проранжируйте по местам, по мере вызываемого у Вас интереса, нижеперечисленные программы:
  - А) Боевики –
  - Б) Фантастика –
  - В) Научно-познавательная –
  - Г) Юмористическая –
  - Д) Мультипликационная –
  - Е) Интеллектуальная -
  - Ж) Фильмы ужасов –
  - З) Спортивная –
  - И) Интимные –
  - К) Художественные фильмы (советские) -
  - Л) Учебные –
  - М) Информационные –
  - Н) Свой вариант –
  
4. Какими источниками пользуетесь при получении информации по физической культуре и спорту?
  - А) Интернет;
  - Б) Телевидение;
  - В) Радио;
  - Г) Газеты, журналы;

- Д) Книги;  
Е) Свой вариант
5. Читаете ли Вы книги?  
А) Да; Б) Нет; В) Редко; Г) Иногда
6. Как Вы думаете, средства массовой информации может влиять на Ваше поведение?  
А) Да; Б) Нет
7. Если «Да», то укажите, какие герои из перечисленных оказывают первостепенное влияние на твоё поведение?  
А) Выдающейся спортсмен;  
Б) Артист;  
В) «Последний герой»;  
Г) Герои из боевиков (указать);  
Д) Эстрадные исполнители (указать)
8. Кто для Вас является более авторитетным?  
А) Учитель;  
Б) Родители: папа, мама;  
Г) Бабушка, дедушка;  
Д) Друг, подруга;  
Е) Тренер;  
Ж) Свой вариант
9. Можете ли Вы назвать программу по радио или по телевидению, которая бы повлияла на Ваш род занятий?
10. Что в свободное время Вы предпочитаете?  
А) Посмотреть телевизор;  
Б) Послушать музыку;  
В) Погулять с друзьями;  
Г) Посетить спортивную секцию;  
Д) Почитать книгу;  
Е) Поиграть в компьютер;  
Ж) Посетить театр;  
З) Свой вариант
11. Могут ли средства массовой информации изменить Вас как человека? Если «Да», то в какую сторону?
12. Сколько времени Вы проводите у телевизора?  
А) До одного часа в день;  
Б) Один-два часа;  
В) Два-три;  
Г) Три-четыре;  
Д) Четыре-пять;  
Е) Сколько получится
13. Возникало ли у Вас желание применить опасный, экстремальный трюк или приём единоборства, увиденный в боевиках, на:

- А) Друзьях;
- Б) Брате, сестре;
- В) Знакомых;
- Г) Одноклассниках;
- Д) Прохожих на улице;
- Е) Никогда

14. Какие средства массовой информации для Вас более доступны и используете чаще всего?

- А) Телевидение;
- Б) Радио;
- В) Газеты;
- Г) Журналы;
- Д) Интернет

***Большое спасибо за участие!***

**Опросник для подростков: Влияние факторов внешней среды на подростка.**

1. Ф.И.О. \_\_\_\_\_
2. Номер школы \_\_\_\_\_
3. Как Вы относитесь к школе?
  - А. Положительно
  - Б. Отрицательно
  - В. Безразлично
4. Где Вы проводите большую часть времени?
  - А. В школе
  - Б. Дома
  - В. На секции
  - Г. На улице
  - Д. У телевизора
  - Е. В клубе
  - Ж. Свой вариант
5. Как Вы относитесь к учреждениям дополнительного образования?
  - А. Положительно
  - Б. Отрицательно
  - В. Не посещаю таких заведений
  - Г. Свой вариант
6. Какие факторы влияния являются для Вас наиболее значимыми в порядке ранжирования?
  - А. Семья
  - Б. Школа
  - В. Внешкольные учреждения
  - Г. Средства массовой информации
  - Д. Клубы
7. Какие из факторов на Вас могут повлиять в значительной степени?

**Опрос инспекторов по делам несовершеннолетних.**

1. Сколько лет вы работаете в инспекции?
2. Тяжело ли найти подход к подросткам?
3. Какого рода нарушения среди подростков встречаются чаще всего?
4. Осознают ли правонарушители свои неправильные поступки?
5. Поддерживается ли связь с родителями подростков?
6. Какие методы воспитания вы применяете к подросткам?
7. Легко ли поддаются правонарушители к исправительным работам?
8. Каким образом реагируют родители на происшедшее с их ребёнком?
9. Осуществляется ли контроль родителями за своими детьми?
10. С какой частотой можно наблюдать попадание одних и тех же подростков в инспекцию?
11. Какой процент девочек и мальчиков попадает к вам в инспекцию?
12. Посещают ли школу попавшие к вам подростки?
13. Занимаются ли они какими-либо другими видами активной деятельности? (физкультура, спорт, посещение клубов, кружков и тд.)
14. Какие трудности Вы испытываете, работая в данном учреждении?
15. Как Вы думаете, как можно исправить сложившуюся в настоящее время ситуацию, по исправлению характера поведения подростков?

План мероприятий клуба «Олимпиец» на 2004-2005 гг.

Месяц, Направление	Октябрь	Ноябрь	Декабрь	Январь	Февраль	Март
<b>Физкульт. - спортивное</b>	<ul style="list-style-type: none"> <li>Теннисный турнир</li> <li>«Осенний марафон»</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>соревнования по армреслингу</li> <li>Гор-е соревнования по каратэ среди юниоров</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>Силовое троеборье</li> <li>Гор. соревнования по каратэ среди юношей и юниоров</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>«Зимние забавы» - спорт праздник</li> <li>День здоровья на л/б Снежинка</li> <li>Первенство Пермск. Обл. по каратэ</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>Первенство Пермск. Обл. по каратэ среди мужчин</li> <li>«Все на лёд»</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>День здоровья на л/б</li> <li>Первенство России по каратэ</li> </ul>
<b>Художественно- эстетическое</b>	<ul style="list-style-type: none"> <li>День открытых дверей</li> <li>Игровые посиделки для пожилых</li> <li>Весёлые нотки</li> <li>«Улыбка до ушей».</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>«Тип-топ» шоу</li> <li>«Ты у меня одна»- день матери</li> <li>К 60-летию Победы в ВОВ</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>«Нет дороги в ад»- акция концерт к Дню борьбы со СПИДом</li> <li>Волшебная сказка под Новый год</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>Гор. выставка декоративно-прикладного творчества</li> <li>Татьянин день- студенческий праздник</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>К 60-летию Победы в ВОВ гор. конкурс художников</li> <li>Всё начинается с любви –театральный праздник к дню святого Валентина</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>Театруля-конкурсная шоу программа к междунар. Дню театра</li> <li>К 60-летию в ВОВ:гор. фестиваль современного танца</li> </ul>
<b>Социально- педагогическое</b>	<ul style="list-style-type: none"> <li>Адресная помощь пожилым</li> <li>Посещение ОДН, составление списка подростков-нарушителей</li> <li>Давайте знакомиться</li> <li>Гор. ярмарка-2004</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>Беседа с ребятами «СПИД-это опасно!»</li> <li>Я и мои права и обязанности</li> <li>Социометрия- психологическое тестирование</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>Встреча с наркологом</li> <li>«Совершенствуй себя-мы совершенствуем мир»- лекция</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>«Откровенно о наболевшем-встреча родителей с психологом</li> <li>Права и защита чести и достоинства детей, подростков и молодёжи</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>Декларация прав членов клуба-ролевая игра</li> <li>«А ну-ка папы»- конкурсная программа</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>Встреча с врачом гинекологом</li> <li>«Поговорим?» встреча с юристом</li> </ul>

<b>Досуговое</b>	<ul style="list-style-type: none"> <li>Кооператив «Эскулап»-игровая программа к дню пожилых</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>«Дело-табак»</li> <li>От сессии до сессии живут студенты весело-шоу</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>Новогодний серпантин-шоу дискотека</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>Рождественские святки</li> <li>К 60-летию Победы в ВОВ-«Дорожкой фронтовой»</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>К 60-летию Победы в ВОВ: пой баян о жизни фронтовой-концерт</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>«Ах! Красные девицы»</li> <li>К 60-летию Победы В ВОВ – концерт</li> </ul>
<b>Гражданско-патриотическое</b>	<ul style="list-style-type: none"> <li>«Час вопросов и ответов»</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>«Как сказать нет!», встреча с психологом</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>Адресная помощь инвалидам</li> </ul>		<ul style="list-style-type: none"> <li>К 60-летию ВОВ: гор. фестиваль</li> <li>Равнение на... танец! Шоу программа</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>К 60-летию ВОВ: выставили и победили</li> <li>«Мастер самодел»</li> </ul>
	<b>Апрель</b>	<b>Май</b>	<b>Июнь, июль, август</b>	<b>Сентябрь</b>	<b>Октябрь</b>	<b>Ноябрь</b>
<b>Физкульт. - спортивное</b>	<ul style="list-style-type: none"> <li>Силовое троеборье</li> <li>Соревнования по минифутболу</li> <li>Соревнования по настольному теннису</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>Экзамен по каратэ</li> <li>«Богатырские забавы» - спорт. праздник к дню Победы ВОВ</li> </ul>	О Ф Р О Г Р А М Н И	<ul style="list-style-type: none"> <li>Ремонтные работы</li> <li>Комплектация групп</li> <li>Написание и утверждение обр-ых программ</li> <li>Тарификация</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>Тестирование физ.подготовленности</li> <li>День здоровья – поход выходного дня</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>Городские соревнования по каратэ</li> <li>Все на старт</li> </ul>
<b>Художественно-эстетическое</b>	<ul style="list-style-type: none"> <li>К 60-летию Победы В ВОВ – вальс Победы</li> <li>«Аэробик-дэнс»</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>К 60-летию Победы в ВОВ «Мой милый, если б не было войны-спектакль</li> <li>К 60-летию ВОВ «Пой баян...»</li> </ul>	И Р З О А В		<ul style="list-style-type: none"> <li>День учителя</li> <li>Международный день музыки</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>Международный день студента</li> </ul>
<b>Социально-педагогическое</b>	<ul style="list-style-type: none"> <li>Творческий вечер «Я знаю свои права»</li> <li>«Куда пойти учиться?» - встречи, беседы</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>Ответственность несовершеннолетних</li> <li>«Сложная пора – экзамены» - встреча с психологом</li> </ul>	Ц А И Н Я И Й		<ul style="list-style-type: none"> <li>Работа с документацией, заполнение банка данных на подростков</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>«Давайте знакомиться»</li> <li>Социометрия. Психологическое тестирование</li> </ul>
<b>Досуговое</b>	<ul style="list-style-type: none"> <li>Юрмалина на лучшую газету «Смешинка»</li> <li>Танцуй пока молодой –</li> </ul>		Е П Т О Н П И Л		<ul style="list-style-type: none"> <li>Хэллоуин – вечер страшилок</li> </ul>	

	шоу дискотека к международн ому дню танца		Х	А Н У			
<b>Гражданско-патриотическое</b>	<ul style="list-style-type: none"> <li>• Городская выставка в ЮТЭКС</li> <li>• К 60-летию Победы в ВОВ – городской конкурс патриотической песни</li> </ul>					<ul style="list-style-type: none"> <li>• Месячник пожилого человека</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>• Международный день отказа от курения</li> </ul>

**Работа летних формирований на базах подростково-молодежным клубов по месту жительства г. Чайковский, 2004 г**

*Сведения о составе участников летних оздоровительных лагерей*

№	Название ПМК	Всего	Юн.	Дев.	Возраст	Учащиеся школ	Уч-ся др. учрежд.
1	Гайдаровец	68	36	32	8-16	54	14
2	Лидер	50	20	30	8-18	44	6
3	Мечта	50	21	29	12-18	47	3
4	Олимпиец	47	27	20	7-18	17	3
5	ОрденДобра	60	18(+15)	12(+15)	7-18	21	9
6	Поиск	56	25	31	12-18	47	9
7	Ровесник	37	19	18	9-17	34	3
	<b>Всего:</b>	<b>368</b>	<b>181</b>	<b>187</b>	<b>-</b>	<b>264</b>	<b>47</b>

Кроме того, осуществлялось:

*Бюджетное финансирование:*

- 16 смен лагерей с дневным пребыванием (с режимом работы в вечернее время) -413 человек;
- 17 смен трудовых бригад (13 – в городе, 4 – на селе) – 150 человек;
- смена лагеря с круглосуточным пребыванием в с. Ольховка – 29 человек;

Кроме того: 2 смены – лагерь «Садко» за счёт средств Комитета по физической культуре и спорту.

*Внебюджетное финансирование:*

- 1 смена круглосуточного лагеря в с. Ольховка, июнь – 20 человек;
- 3 смены трудовых бригад с оплатой за счёт спонсоров – 13 человек;

**Всего** организованными формами отдыха было охвачено 625 человек.

По плану - лагеря-420 человек, трудовые бригады-120 человек.

Основная цель открытия и функционирования летних формирований – это создание условий для активного отдыха, временной трудовой занятости и рационального использования каникулярного времени подростками, посещающих клубы по месту жительства.

При наборе детей и подростков в летние формирования уделялось внимание подросткам из семей соцзащитных категорий.

В организационный период специалистами Молодёжного центра «Гармония» был проведён организационно-методическое совещание с

начальниками летних формирований, на котором были рассмотрены следующие вопросы:

- организация работы трудовых бригад летом 2004 года;
- программное обеспечение летнего отдыха;
- создание условий по охране труда и технике безопасности в летнем лагере.

Кроме того, директора муниципальных клубов по месту жительства, начальники летних формирований приняли участие в семинарах, проводимых специалистами заинтересованных ведомств и членами городского Координационного совета по организации летней оздоровительной кампании 2004 года.

Режим работы лагерей дневного пребывания соответствовал решению городского координационного совета по организации летней оздоровительной кампании: с 12.00 до 18.00, с 18.00 до 21.00 – свободное посещение клубов.

А число важнейших задач в деятельности летнего формирования входит создание условий для развития личности подростка. Как показывает практика, наиболее эффективными средствами для этого может быть разработка и реализация программ деятельности летних оздоровительных лагерей.

**Сводная таблица охвата подростков из семей соцзащитных категорий лето 2004 год**

№	Клуб	Трудовая бригада	В т.ч. льгот- ников	%	Лагерь с вечерним пребыванием	В т. ч. льготников	%	Всего за лето	В т. ч. льготников	%
1	Гайдаровец	10	4	40	68	30	44	78	34	44
2	Лидер	14	2	14	50	9	18	64	11	17
3	Мечта	10	4	40	50	14	28	60	18	30
4	Олимпиец	11	4	36	47	13	28	58	17	29
5	Орден Добра	32	24	75	60	12	20	92	36	39
6	Поиск	22	22	100	56	35	63	78	57	73
7	Ровесник	10	4	40	37	4	11	47	8	17

Распределение «Важных прилагательных» по местам (%)

Прилагательные	М				Е				С				Т				А			
	1	2	3	4	5	6	7	8	9	10	11	12	13	14	15	16	17	18	19	20
Аккуратный									20											
Решительный																				
Весёлый															16					
Добрый				20									12							
Здоровый	48	20																		
Изящный																		16	16	24
Изобретательный																		16		
Коммуникабельный							20	16												
Красивый			16								16									
Ласковый																				
Независимый										10				12						
Предприимчивый						12						12								
Решительный					24															
Сильный			16			12														
Скромный																				
Смелый			16																	
Трудолюбивый			16																	
Умный		20																		
Чуткий													16		16		20			

**Индивидуальные ценности физической культуры и спорта  
подростков экспериментальной группы.**

Индивидуальность, относительно «не востребованного» качества «изящество» проявила одна из занимающихся девочек – Маша Ш, поставив его на первое место. Заинтересовали и другие позиции определённых качеств: чуткий - II место, красивый – III место, ласковый – IV место, коммуникабельный – V место. В этом случае складывается определенное представление о личности подростка, о его индивидуальности, чертах характера.

Особенность также проявил Паша П., указав, что скромность считается лучшим качеством для человека (I место). Но с другой стороны, такое качество как аккуратность, Павел поставил на последнее место.

Отличительную черту в указании мест проявил Алексей К. – независимость – вот первостепенное и необходимое качество для человека, в дальнейшем – решительность (II место). В данном случае прослеживается самоуверенность подростка, его стремление к лучшему, убежденность.

Стоит обратить внимание ещё на одну личность – Лера С. Для неё наиболее важным качеством явилось коммуникабельность, так как в занятиях физической культурой и спортом она видит не только тренировки, но и общение со сверстниками.

### Индивидуальные мотивационные диаграммы подростков экспериментальной группы.

Представляется интерес рассмотрению индивидуальных диаграмм. Рассмотрим для примера, наиболее яркие индивидуальные диаграммы. Из диаграммы Кости Пьянкова (рис. 1), видно, что он проявляет склонность к организаторской и практической деятельности.

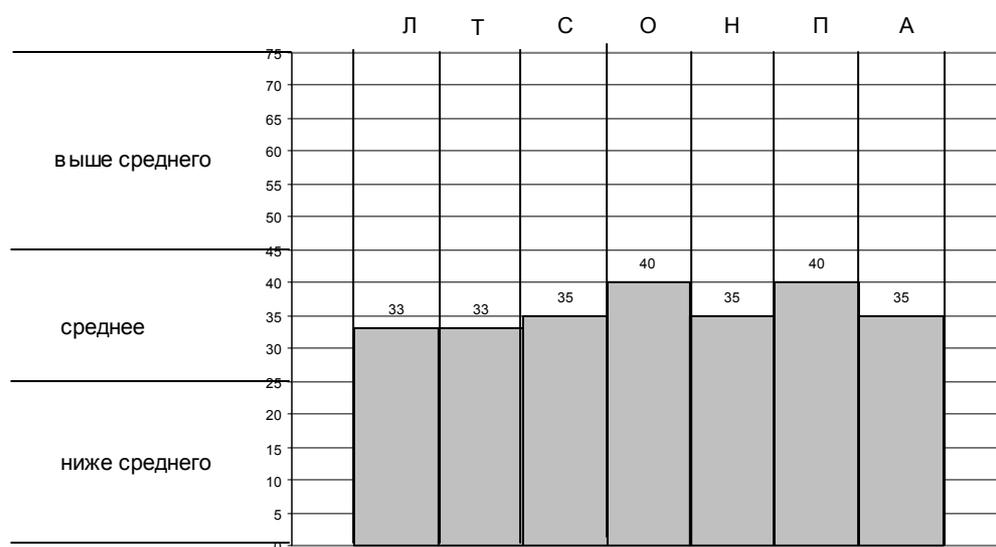


Рис. 1 Мотивационная диаграмма Кости П.

Соединение образования с практическим опытом не может служить отправной точкой для выбора профессии в этих областях, если у подростка не будет возможности «приложить» свои руки, всё наладить и заставить работать. Необходимо быть предприимчивым и понимать ценность товаров и материалов.

Наблюдения, проводимые за Костей в процессе занятий, подтверждают то, что он может организовывать своих товарищей и повлиять на них, но с другой стороны ведёт себя замкнуто, общаясь только с определённой группой товарищей. Подтверждением тому, что Костя способен к организации, является то, что подросток оказывает помощь тренеру в процессе тренировки. Также, мы проследили индивидуальность ещё у некоторых подростков.

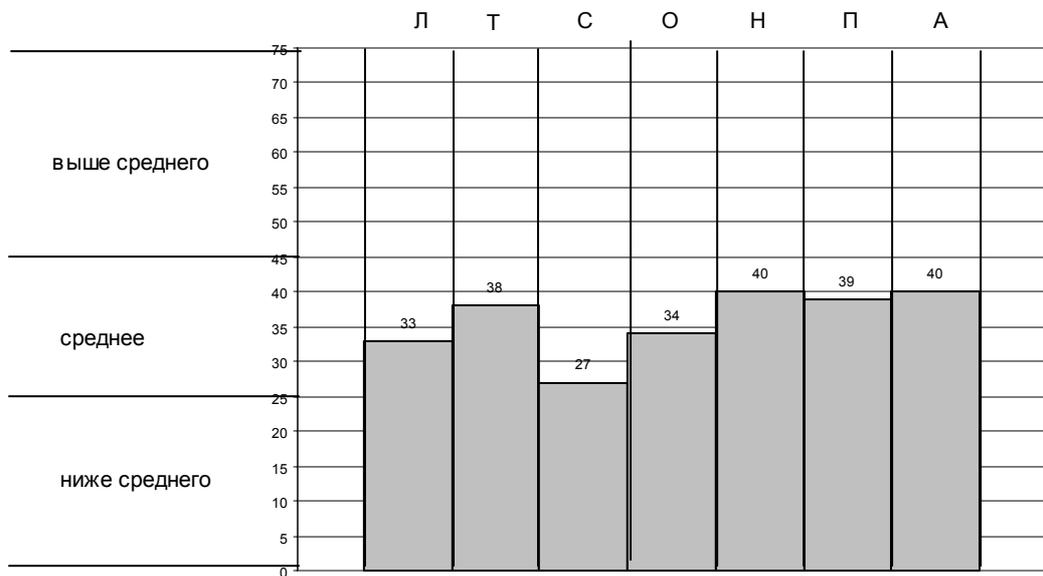


Рис. 2 Мотивационная диаграмма Славы К.

На мотивационной диаграмме Калинина Вячеслава (рис. 2), мы видим его склонность одновременно к исследовательской и административной деятельности, но при этом наблюдаем средний уровень заинтересованности. Данные свидетельствуют о том, что подростку доставляет удовольствие процесс приобретения новых знаний. Поэтому Вячеслав один из немногих, который интересуется книгами, что видно из других вышеизложенных данных.

Противоположными оказались данные относительно другого испытуемого Грибанова Сергея (рис. 3).

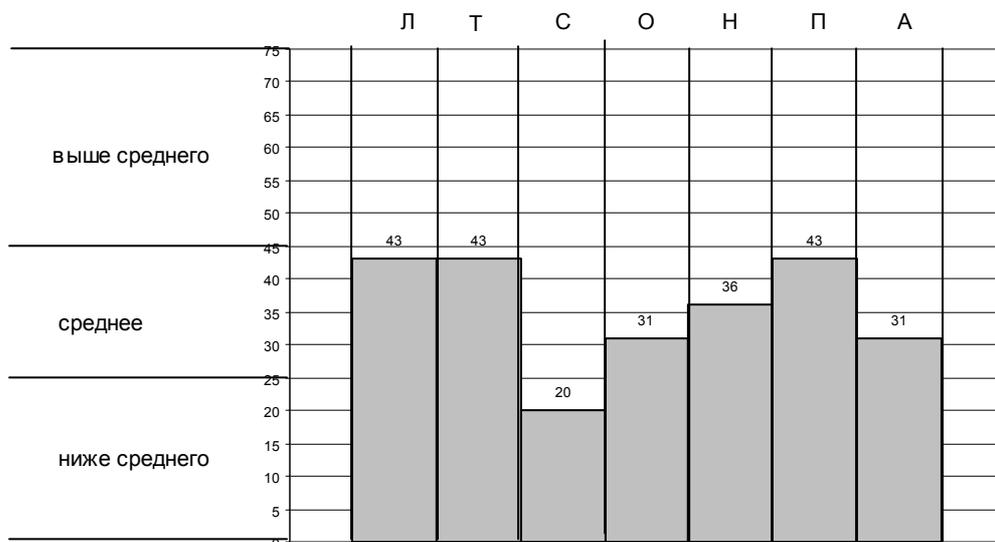


Рис. 3 Мотивационная диаграмма Сергея Г.

Грибанов Сергей имеет три выраженных сферы мотивации. Это свидетельствует о том, что Сергей ещё не разобрался в своих интересах, но имеет выраженное влечение к интеллектуальному содержанию. Это говорит о том, что Сергея в первую очередь интересуют идеи, а не материальный мир. Стремится к самовыражению, и «творить» в воображаемом мире.

Таким образом, мы видим, что каждый исследуемый подросток стремится выразить себя как личность, но с другой стороны мало кто из занимающихся твёрдо решил для себя чего он хочет в будущем, чем будет мотивировать при выборе той или иной деятельности.

Подводя итоги по выявлению у подростков ведущей мотивации к выбору деятельности, мы можем сказать, что все-таки на данный момент, подростков привлекают более подвижные виды, которые не требуют длительной усидчивости.

Опросник личной ориентации для занимающихся подростком

*Дорогой друг!*

*Пожалуйста, ответьте на нижеперечисленные вопросы, проставляя, галочки под вариантами ответов напротив тех вопросов-утверждений, которые Вам соответствуют.*

Вопросы-утверждения	Не согласен	Не согласен отчасти	Согласен отчасти	Согласен
Я не стыжусь не одной из своих эмоций				
Я чувствую, что должен делать то, что ждут от меня другие				
Я верю, что есть хорошие люди и им можно доверять				
Я могу сердиться на тех, кого люблю				
Всегда необходимо чтобы другие одобряли то, что я делаю				
Я не принимаю свои слабости				
Мне могут нравиться люди, которых я могу не одобрять				
Я боюсь неудач				
Я стараюсь не анализировать и не упрощать сложные сферы				
Лучше быть самим собой, чем популярным				
В моей жизни нет того, чему бы я особо себя посвятил (а)				
Я могу выразить свои чувства, даже если это приведёт к нежелательным последствиям				
Я не обязан помогать другим				
Я устал от страхов и неадекватности				
Меня любят, потому что я люблю				

**Анкета: личная ориентация подростков 13-15 лет.**

Изучение ориентации личности подростков проводилось по методике диагностики направленности личности Б. Басса.

Анкета состоит из 27 пунктов-суждений, по каждому из которых возможны три варианта ответов, соответствующие трём видам направленности личности. Респондент должен выбрать один ответ, который в наибольшей степени выражает его или соответствует реальности, и ещё один, который, наоборот, наиболее далёк от его мнения, или же наименее соответствует реальности. Ответ «наиболее» получает 2 балла, «наименее» - 0, оставшийся невыбранным – 1 балл.

По каждому из пунктов возможны три варианта ответов: А, Б, В.

1. Из ответов на каждый из пунктов выберите тот, который лучше всего выражает Вашу точку зрения по данному вопросу. Возможно, что какие-то из вариантов ответов покажутся Вам равноценными. Тем не менее, отберите из них только один, а именно тот, который в наибольшей степени отвечает Вашему мнению и более всего ценен для Вас.

Букву, которой обозначен ответ, (А, Б, В) напишите на листе для записи ответов рядом с номером соответствующего пункта (1 - 27) под рубрикой «Больше всего».

2. Затем из ответов на каждый из пунктов выберите тот, который дальше всего отстоит от Вашей точки зрения. Наименее для Вас ценен. Букву, которой обозначен ответ, вновь напишите на листе для записи ответов рядом с номером соответствующего пункта, в столбце под рубрикой «Меньше всего».

3. Таким образом, для ответа на каждый из вопросов Вы используете две буквы, которые и запишите в соответствующие столбцы. Остальные ответы нигде не записываются.

**Диагностическая методика: «проектный рисунок»,  
по Андрееву В.И. и Кульневичу С.В.**

Представляется интерес в рассмотрении отдельных рисунков, и дать им характеристику.

Наиболее ярко выраженную характеристику мы смогли проследить у Кости Пьянкова.

Анализируя результаты методики, можно сказать, что у подростка прослеживается агрессивность, тревожность (ситуативная), как часть характера на конкретную ситуацию. В тоже время отметим, что подросток хочет быть здоровым, весёлым, красивым, ласковым, вежливым, но как показывают рисунки, сверстники его видят, как несерьёзного, а самое тревожное, как «любителя» выпить (о чём свидетельствует бутылка и стакан в руках на рисунке В). Причём отметим, что подросток сам осознаёт данное мнение.

Наблюдаются проблемы в отношениях со сверстниками. Подросток испытывает тревогу, связанную с мышлением или воображением. Респондент иногда ловит себя на действиях или поступках, которые вышли у него из-под контроля. Это говорит о том, что подросток хотел бы изменить свой образ жизни, но находится в зависимости и большой «отпечаток» на его сущность накладывает семья – её влияние. Отсюда можно наблюдать замкнутость, робость, обладает тревожностью, вызванная социальным окружением и потребностью в общении. Это подтверждается тем, что одно из прилагательных в тесте «важные прилагательные» - «коммуникабельный», подросток поставил всего лишь на 13-е место. У Кости проявляется вынужденная приветливость, неадекватные чувства, борьба со своими комплексами, тревогами, волнениями.

Можно сделать такое утверждение, что подросток находится полностью под влиянием и большой зависимостью от своей семьи, в частности от матери (так как семья входит в разряд неблагополучных). Ничего не остаётся, как следовать примеру своей матери, которая ведёт неподобающий для примера ребёнку, образ жизни. В результате подросток агрессивен, но внутренне. Очень нуждается в общении.

Отрадным является то, что подросток верит, что существуют люди хорошие и им можно доверять, а так же он не согласен с тем, что не обязан помогать другим. Это говорит о его положительном настрое к социуму.

Так как подросток подвержен влиянию со стороны, то тот стиль жизни, который у него сейчас, можно изменить и направить на «правильную дорогу». Следовательно, изучив мотивы подростка, его возможности, склонности, его личную индивидуальность, мы сможем найти правильный подход к подростку, стиль влияния.

В данном случае необходим самый мягкий подход, в «домашнем» стиле, так как подросток нуждается, как показывают педагогические наблюдения, в ласке, доброте, чего ему не хватает в семейных условиях. Необходим к подростку дипломатический подход, убеждение, а самое главное давать возможность подростку проявить себя на максимальном уровне.

Неординарный случай мы получили по результатам Пивоварова Павла. Единичный случай, который заставил задуматься над определёнными вещами. На вариант «Б», то есть, как я вижу себя в будущем, подросток нарисовал гроб.

В результате можно сложить определённую картину о Павле. Прослеживается явная агрессия ко всему. Вследствие чего Павел является конфликтной личностью и испытывает трудности в общении, всегда чем-то не доволен. Перспективы для себя, как на данный момент, так и в дальнейшем никакой не представляет.

Настораживает тот факт, что Павел обладает сильной тревожностью суицидальными намерениями. Часто задумывался, что такое жизнь и смерть. Здесь обратим внимание на то, что подростку всего лишь 14 лет, а жизнь для него уже ничего не значит.

В этом случае необходима индивидуальная работа, в виде беседы, не исключена работа с психологом. Нужен «осторожный» подход к подростку, самое главное нужно понять его.

Прямо противоположные данные мы получили относительно Шутовой Марии и схожие результаты по Перлыгину Сергею.

У Марии прослеживается явная доброжелательность, огромное желание общаться, что подтверждается наблюдениями и постоянным контактом с инструктором в учебно-тренировочном процессе. Обладая физическими данными, своё будущее Мария видит, связанное со спортом. Обладает адекватной самооценкой, отсутствие агрессии категорически. Любит себя, реалистична, эмоциональна. Что касается Сергея, то он относится к разряду индивидуалистов. Представляет себя человеком учёного склада, что чётко прослеживается в «мотивационном опроснике», где ведущей оказалась исследовательская деятельность. Подросток стремится к общению, обладает складом: «человек-человек». Но в то же время прослеживается, какая то неуверенность. Агрессия, враждебность отсутствует. Доброжелателен.

Способы и подходы к подросткам данного типа являются наиболее простыми. Необходима поддержка в коммуникации, а так же направлять всю энергию подростков на организацию помощи инструктору, в обучении вновь пришедших.

**Муниципальное учреждение  
подростково-молодёжный клуб по месту  
жительства «Олимпиец»**

**Примерные программы по оздоровительной  
деятельности подростков в клубах по месту  
жительства**

**Программа по физической культуре и  
спорту в муниципальных учреждениях  
для подростков 13 – 15 лет, на основе  
горных лыж, верховой езды**

**Чайковский, 2005**

Автор программы: Пысина Наталья Владимировна,  
аспирантка Чайковского государственного института  
физической культуры

Руководитель научно-методического проекта к.п.н.,  
доцент Г.Б. Белова

Научные консультанты: к.п.н., доцент Г.Б. Белова

## Содержание:

Концептуальная часть .....	4
Содержательная часть: .....	7
годовой план-график распределения учебных часов.....	7
Содержание учебного материала для подростков 13-15 лет:.....	8
теоретическая подготовка.....	8
общефизическая подготовка.....	9
Основы обучения горными лыжами.....	12
техническая подготовка.....	12
психологическая подготовка.....	15
Вариативная часть.....	15
Основы обучения верховой езде.....	16
техническая подготовка.....	18
психологическая подготовка.....	19
Методическая часть.....	21
Диагностическая часть.....	22

## КОНЦЕПТУАЛЬНАЯ ЧАСТЬ

Спортивно-оздоровительная деятельность является важнейшим средством повышения здоровья и физического развития подростков. В овладении ценностями физической культуры и спорта сейчас всё большее значение приобретает физическое самовоспитание, индивидуальные физкультурно-спортивные занятия и физическое самосовершенствование.

Наряду с традиционными формами работы с подростками, в настоящее время, неоднократно проводится поиск новых средств, методов, форм работы с детьми и подростками в клубах по месту жительства.

Федеральный Закон «О государственной поддержке молодёжных и детских общественных объединений» от 28.06.1995 г., № 98-ФЗ придаёт большое значение работе с подростками и молодёжью. Одним из наиболее эффективных средств такой работы является организация различных форм клубов по месту жительства. Важнейшей стороной работы является вовлечение подростков в разные виды социальной деятельности и занятия физической культурой и спортом.

В 2003 году, в городе Чайковский на базе муниципального клуба по месту жительства «Олимпиец» начался эксперимент по реализации, разработанной нами индивидуально-мотивированной оздоровительной программе для подростков 13-15 лет.

Организационная сторона проекта состоит из следующих элементов:

1. четыре занятия в неделю по два академических часа;
2. занятия на основе избранного вида деятельности;
3. занятия проходят в виде учебных тренировок;
4. проведение занятий квалифицированным инструктором;
5. предусматривает изучение теоретической части по выбранным видам оздоровительной деятельности.

Содержательная сторона представляет собой интегрированный комплекс обязательного минимума содержания образования по физической культуре и спорту для клубов по месту жительства среди занимающихся подростков.

Содержательная часть программы включает в себя основные направления:

- оздоровительное;
- организация воспитательной деятельности среди подростков;
- акции совместно с родителями;
- развитие самоактуализации в учебно-тренировочной деятельности;
- спортивное.

В отличие от уже разработанных и действующих программ по спортивно-оздоровительной деятельности, данная учебная программа характеризуется:

- формированием основных мотивов к систематическим занятиям;
- вооружением занимающихся подростков специальными знаниями по виду деятельности (горные лыжи, верховая езда);

- овладением занимающимися физическими упражнениями, ориентированными на использование в самостоятельных формах организации учебно-тренировочного процесса;
- формированием оздоровительной культуры занимающихся;
- проявление самоактуализации подростков на занятиях, а в дальнейшем в работе с людьми;
- повышение уровня двигательных умений и навыков.

Физическая культура и спорт призваны сформировать у занимающихся устойчивые мотивы и потребности к систематическим занятиям двигательной деятельностью, развития своих физических и психических качеств, формирование потребности к здоровому образу жизни.

**Целью** программы в клубе по месту жительства является оказание педагогической поддержки подростка в удовлетворении потребности в двигательной активности, развитии жизнеобеспечивающих физических качеств, их социальном самоопределении.

Реализация данной цели конкретизируется через **задачи**:

1. Изучить индивидуальные особенности, возможности, способности каждого подростка;
2. Изучить мотивы, потребности в спортивно-оздоровительной деятельности подростков;
3. Развить чувство коллективизма, самостоятельности у подростков;
4. Формирование потребности в двигательной активности;
5. Укрепление здоровья подростков;
6. Формирование здорового образа жизни.

Учебно-тренировочная программа является технологической моделью педагогической системы, представляющей собой совокупность средств, методов и процессов целенаправленного педагогического воздействия, направленных на формирование личности подростков.

Предлагаемая учебно-тренировочная программа спортивно-оздоровительной деятельности предусматривает изучение занимающимися техники выполнения таких видов активной деятельности, как горные лыжи, верховая езда, приобретение умений и навыков в избранных видах спортивной деятельности (футбол, баскетбол, гимнастика и т.д.) необходимых для всестороннего развития подростка.

Программа, помимо работы с подростками, предусматривает активное сотрудничество с родителями. Цель семейной политики заключается в обеспечении необходимых условий для реализации семьей её функций и повышение качества жизни семей.

Учебно-тренировочные занятия планируются на полный учебный год с сентября по май месяц включительно. Объем часов, и распределение компонентов тренировочного процесса в течение года представлен учебным планом. В плане указано количество часов, отводимое на различные виды спортивной деятельности, координационных способностей, умений и навыков.

В соответствии со спецификой образовательной области «Физическая культура» оцениванию подлежат:

- Двигательные умения и навыки.
- Двигательные способности (подготовленность, развитие). Формы проверки: тестирование для определения индивидуальных приростов уровня развития физических качеств. Контрольные нормативы по определению общего уровня физического развития.
- Физкультурно-спортивная, оздоровительная деятельность (формы проверки: контрольные комплексные задания по освоению учащимися методики развития физических качеств, овладение двигательными действиями, выполнения самотренировок, достижение целей по своему физическому самосовершенствованию). В этом случае формами контроля могут служить уровень личных спортивных достижений, стабильность выступления в соревнованиях, выполнения спортивных разрядов.

Весь программный материал рассчитан на 308 часов (4 занятия в неделю, по два академических часа).

Для контроля за эффективностью занятий проводится систематическая проверка уровня физической подготовленности, с применением программы тестов: поднятие туловища из положения лежа (кол-во раз), наклон вперед в положении сидя - гибкость (см), бег 1000 м (мин, с), челночный бег 3x10 (сек), бег 30 м (сек), подтягивание на перекладине (мальчики), девочки подтягивание на перекладине от пола под 45\* (кол-во раз) и уровня физического развития: экскурсия грудной клетки: вдох, выдох, пауза, спирометрия (литры), пульс (уд/мин), динамометрия (кг).

Распределение учебного времени является примерным и может изменяться в зависимости от учебных задач, поставленных тренером-преподавателем.

## СОДЕРЖАТЕЛЬНАЯ ЧАСТЬ

### *Годовой план-график распределения учебно-тренировочных часов*

Содержание	Месяцы									Всего
	IX	X	XI	XII	I	II	III	IV	V	
Базовая часть										
Теоретическая подготовка	Освоение в процессе занятий									
Футбол	+	+	+	+		+	+	+	+	16
Баскетбол		+	+			+	+	+	+	12
Лёгкая атлетика		+	+				+			6
Регби				+	2	+	+	+		10
Акробатика				+	2	+			+	8
Единоборства				+	2					4
Основы обучения горными лыжами	+	+	+							6
Вариативная часть										
Специальная физическая подготовка	4	6	6	4	4	2	+			28
Техническая подготовка (Г/Л)	4	4	4	2	2	2	+			20
• спуск	2	2	4	4	+	+	+			18
• плуг	2	2	2	2	+	+	+			14
• поворот плугом	4	2	2	4	+	+	+			18
• кантование	4	4	2	4	4	4	4			26
• карвинг из плуга	4	4	4	4	+	4	4			26
<i>Верховая езда</i>					4	4	2	4	2	16
• посадка										
• управление							4	8	8	20
• перевод в рысь								8	8	16
• галоп								4	8	12
Психологическая										
• волевая		+		+	+	+	+	+	+	14
• нравственная	+			+	+	+	+	+	+	14
• коммуникативная	+	+								4
Общее количество часов	32	36	32	36	32	34	36	34	36	308

## Содержание учебного материала для подростков 13 -15 лет

### БАЗОВАЯ ЧАСТЬ

#### *Теоретическая подготовка*

##### *История развития горных лыж*

Характеристика избранного вида спортивной специализации горные лыжи, верховая езда, основное содержание, что в себя включает. Исторический очерк возникновения горных лыж. Основатель горнолыжного спорта, выдающиеся спортсмены их достижения.

Гигиенические правила занятий горными лыжами. Уход за инвентарём, снаряжением.

##### *Безопасность на склонах*

Определение понятия «склон». Соблюдение правил безопасности на склонах. Международные правила ФИС поведение на склоне. Проверка горнолыжного инвентаря.

##### *Лавиноопасные зоны*

Умение определить лавиноопасный участок на склоне. Правила поведения в лавиноопасной зоне. Правила поведения если вы попали в лавину. Виды, характеристики лавин. Ваши действия, если человек попал в лавину.

##### *Травмы, первая помощь*

Вывихи, первые признаки. Помощь. Ушибы, признаки. Виды переломов, правила поведения и первая помощь при переломах. Действия при переломах голеностопного сустава.

#### *Обучение пользованию подъёмником*

##### Необходимые подготовительные упражнения:

- тянуть – передвигать ученика на равнине с помощью палки
  - обучить способу выхода с подъёмника при помощи палки
- Помощь при входе на подъёмник будет более действенной при некоторых простых условиях:
- инструктор может быть без лыж
  - для ученика будет намного проще подниматься на подъёмнике без палок
  - предупредить перед подъёмом: «на штангу подъёмника не садиться, держать корпус прямо».

## ***Общая физическая и техническая подготовка***

### **Футбол**

#### ***Техническая подготовка***

Обучение медленному ведению мяча на половину длинны поля. Ведение мяча в максимально высоком темпе на половину длины поля.

Остановки мяча внутренней стороной стопы с ведением мяча; отработка удара внутренней стороной стопы группами по двое и по трое в треугольнике, в сочетании с бегом.

Удар подъёмом левой ноги, удар подъёмом правой ноги, удар подъёмом попеременно то правой, то левой ногой. Удар с изменением направления. Удар внутренней стороны стопы правой ноги вперёд, остановка мяча левой ногой; удар внутренней стороной стопы левой ноги вправо.

Игры в движении. После удара по мячу игрок пробегает под ним, разворачивается и снова наносит удар по возвращающему мячу. С места удара игрок опять отбегают в сторону и т.д.

#### ***Физическая подготовка***

Работа с тренировочной стенкой, для привития занимающимся чувство мяча, развить силу удара и реакцию.

Упражнение на скорость с мячом. Занимающиеся делает несколько шагов с мячом, затем посылает его на 10-15 м вперёд, догоняет на максимальной скорости, снова ведёт его несколько шагов, вновь посылает вперёд и вновь догоняет.

### **Баскетбол**

#### ***Техническая подготовка***

Ведение мяча с высоким отскоком, с низким отскоком со зрительным контролем, без зрительного контроля. Обводка соперника с изменением высоты отскока; направления; скорости; с поворотом и переводом мяча.

Броски в корзину двумя руками, одной рукой сверху; от груди; снизу; сверху вниз; добивание; с вращением мяча; с отскоком от щита; без отскока от щита. Броски с передвижением: с места, в прыжке, дальние, средние, ближние, прямо перед щитом, под углом к щиту, параллельно щиту.

Финты: на проход-проход; на бросок отскок-передача; на рывок-рывок; ведение-передача; двойной финт на проход-проход; ведение поворот-бросок. Командная игра.

#### ***Физическая подготовка***

Способы бега, рывка, остановок, прыжков. Бег за лидером, без разгона. Введение ограничения времени выполнения упражнения, пространственных условий его выполнения.

Многократное выполнение приёмов или их комплексов в одних и тех же условиях для совершенствования двигательной структуры.

Выполнение элементов при возрастающем противодействии.

Челночный бег 2 X 40 (мин).

Прыжок в длину с места; с разбега. Толкание набивного мяча.

### **Лёгкая атлетика**

#### ***Техническая подготовка***

Общеразвивающие упражнения: в одиночном варианте, в парах, в кругу, со снарядами.

Обучение основам техники спортивной ходьбы.

Обучение основам техники бега. Одиночный шаг с левой ноги на правую; с правой на левую.

Основы техники прыжков: маховые движения при отталкивании; разбег; отталкивание; полёт; приземление.

Основы техники метания снаряда.

#### ***Физическая подготовка***

Кросс (на кол-во времени). Спринтерский бег. Прыжки: на правой, левой, на двух ногах. Бег с высоким подниманием бедра на время.

Бег на отрезках повторно. Выполнение работы до предельной усталости. Передвижение по местности свободно, чередуя ровный бег и ускорения (выносливость).

Многократное выполнение прыжков с предельным волевыми усилиями, с максимальной быстротой отталкивания, используя полную длину разбега. Бег по отрезкам с гандикапом (бег с форой). Бег с укороченными шагами, с ускорением, по наклонной дорожке (быстрота).

Приседания с отягощением. Ходьба с переноской партнёра; бег с переноской партнёра. Приседания на одной ноге с опорой на руку. Сжатие кистью резинового мяча (сила).

### **Регби**

#### ***Техническая подготовка***

Обучение преодолению препятствий с мячом.

Ускорение с мячом. Передача мяча в движении партнёру.

#### ***Физическая подготовка***

Работа в «отрыв». Челночный бег спиной вперёд.

Работа в парах: лицом друг к другу, взявшись противоположной рукой – перетягивание друг друга за линию. Выталкивание друг друга за линию.

## **Акробатика**

### ***Техническая подготовка***

Обучение балансированию, вращению. Вольтижные упражнения - кувырки, повороты, перекидки, перевороты колесом, полуперевороты, сальто с поддержкой. Мосты, шпагаты.

Кувырок назад с выходом в стойку на руки. Кувырок в длину с разбега; через партнёра.

### ***Физическая подготовка***

Упражнения на координацию: бег с вращением вправо, влево.

Для развития быстроты – прыжки, подскоки, движения конечностями и туловищем в быстром темпе.

На развитие выносливости – чередование упражнений на силу – гибкость – быстроту, с бегом, прыжками, подскоками.

## **Единоборства**

### ***Техническая подготовка***

Обучение техники удара рукой «шита цки», «гъяку цки». Передвижение в левосторонней стойке, правосторонней. Дублирующий удар рукой в грудь.

Техника удара ногами: «маваша гери», «мая гери», «хиза гери».

Отработка ударов в парах, на мешках, на воздух.

Защита от ударов «лоу кик».

### ***Физическая подготовка***

Отработка ударов ногами с экспандером. Передвижение в стойках с утяжелителями на ногах. Стойка в упоре лёжа на кулаках на время. Из упора лёжа на ладонях переход на пальцы – запястья – на кулачки.

## **Основы обучения горными лыжами**

### **Без лыж**

Бег, прыжки. Вращение руками, ногами. Наклоны туловища, головой.

Упражнения в парах. Растяжка и подготовка мышц. Игры. Эстафеты.

### **На лыжах**

Приседания, наклоны вперёд-назад. Попеременно поднятие ног. Прыжки.

Скользящие шаги.

### **Проверка и использование снаряжения**

Закрывать, открывать крепления. Упражнение на равновесие на месте без палок: приседания; наклон вперёд, достать переднюю часть креплений; наклоны в стороны, попеременно дотронуться до правого и левого ботинка. Скольжение вперёд-назад на месте, шаги вокруг носков и пяток лыж. Скользящие шаги. Падение, вставание: лыжи параллельно под телом, горизонтально склону.

## *Техническая подготовка*

### **Спуск по прямой**

*Цель:* контроль равновесия во время спуска

*Описание движений:* основная стойка, поставить лыжи параллельно, на ширине бёдер, вес распределить равномерно на обе лыжи

- немного согнуть ноги в коленных и голеностопных суставах, туловище немного наклонить вперёд;
- руки держать перед собой, немного согнуть в локтевых суставах, палки направить параллельно по диагонали назад-вниз;
- смотреть вперёд.

*Склон:* пологий с выкатом на равнине.

*Упражнения:*

1. подъём а) лесенкой, в) ёлочкой
2. показать основную стойку на месте
3. сделать пробный спуск
4. сгибание коленей
5. дотронуться обеими руками до внешних сторон ботинок
6. дотронуться до носков ботинок
7. во время спуска делать маленькие прыжки
8. дотронуться попеременно левой и правой рукой до внешних сторон ботинок
9. поднимать попеременно задники лыж
10. поворот переступами в конце выката на обе стороны
11. спуск по диагонали.

### **Плуг**

*Цель:* - скользящий «плуг», - остановка в «плуге»

*Описание движений:* - из спуска по прямой в основной лыжной стойке одновременно раздвинуть пятки лыж; - лыжи поставить на внутренние канты и скользить на них: руки и корпус держать, как в основной стойке; смотреть вперёд; разгибание и сгибание помогут поставить лыжи в положение «плуга».

*Склон:* пологий и короткий с безопасным стартом и выкатом на равнину

*Упражнения:*

1. на месте – принять позицию «плуг»: переступанием, прыжком, раздвиганием пяток лыж
2. из спуска по прямой принять позицию «плуг» в конце спуска на выкате
3. спуск в «плуге»
4. остановиться в «плуге» на склоне
5. «плуг» по диагонали.

## **Поворот плугом**

*Цель:* смена направления движения

*Описание движений:* из «плуга» по линии ската привстать, разгружая лыжи. Перенести вес тела на внешнюю лыжу и законтовать. Вертикальная работа и перенос веса помогут выполнить поворот.

*Склон:* пологий

*Упражнения:*

1. из «плуга» сделать пологий поворот на выкате. Сначала из «плуга» по линии ската, затем из «плуга» по диагонали
2. связанные повороты
3. повороты в «плуге» со сменой ритма
4. изменять радиус поворота, скорость, склон
5. повороты в «плуге» с упражнениями:
  - положить обе руки на внешнее колено
  - держать лыжную палку горизонтально перед собой
  - опереться внешней рукой в бок
  - приподнимать носок внутренней лыжи
  - концом внешней лыжной палки рисовать линию.

## **Кантование – боковое соскальзывание**

*Цель:* соскальзывание, кантование, контроль скорости, остановка

*Склон:* средней крутизны

### **Траверс**

*Цель:* езда на верхних кантах, сохраняя основную стойку в повороте

*Описание движений:*

- лыжи идут на верхних кантах параллельно, суставы ног согнуты – среднее положение
- верхнюю лыжу немного выдвинуть вперёд
- туловище немного наклонено вперёд и развёрнуто вниз по склону
- нижняя лыжа больше загружена
- отдельные оси должны быть совместно параллельны
  - носки лыж
  - голеностопы
  - тазобедренные суставы
  - плечи
  - руки

*Упражнения:*

1. упражнения на месте – объяснить, показать
2. подъём лесенкой
3. траверс в основной лыжной стойке
4. траверс – «самолёт»
5. траверс – нижняя рука на талию, верхняя направлена вперёд-вверх
6. траверс – несколько раз поднять пятку верхней лыжи
7. траверс – переступанием вверх сменить траекторию

8. траверс – рисовать линию на снегу обеими палками с нижней стороны.

### **Боковое соскальзывание**

*Цель:* контроль параллельного ведения лыж, скользить на плоских лыжах

*Упражнения:*

1. на месте: из «плуга» придвинуть разгруженную верхнюю лыжу
2. объяснить и показать основную лыжную стойку
3. из траверса в плуге придвинуть верхнюю лыжу, параллельно нижней, и начать боковое соскальзывание
4. боковое соскальзывание: на цель, по линии ската, контролируя скорость.

### **Карвинг из плуга**

*Цель:* научиться выполнять поворот на верхних кантах лыж

*Склон:* средней крутизны

*Упражнения:*

1. на месте: отвести пятку верхней лыжи – придвинуть
2. Funprogration: старт в позиции «карвинг из плуга» - траверс, придвинуть верхнюю лыжу параллельно нижней, одновременно со сгибанием

Старт: траверс, пологий траверс

3. одиночный поворот: из траверса привстать отвести пятку верхней лыжи, скользить по линии ската, больше загрузить внешнюю лыжу, придвинуть внутреннюю, вести поворот
4. связанные повороты
5. менять: склон, радиус, скорость.

## ***Психологическая подготовка***

### **Волевая подготовка**

*Смелость:* преодоление страха перед склонами, высоты, в занятиях горными лыжами; преодоление барьера подхода к лошади.

*Инициативность:* самостоятельный сбор группы в месте проведения занятий; проявление инициативности в учебно-тренировочных занятиях.

### **Нравственная подготовка**

Чистка инвентаря после проката, сушка ботинок.

*Взаимопомощь:* помощь слабым товарищам в изучении техники.

*Дисциплинированность* выполнение требований тренера-преподавателя по горным лыжам, собираться и ждать всех на горнолыжной базе.

### **Коммуникативная подготовка**

Сплочение коллектива, посредством специальных физических, интеллектуальных, морально-эстетических заданий. Преодоление комплексного барьера среди товарищей, высказывание своей точки зрения на общую проблему.

## ВАРИАТИВНАЯ ЧАСТЬ

### *Специальная физическая подготовка в горных лыжах*

*Сила:* метание набивного мяча двумя руками от груди, одной рукой. Работа на мышцы спины: из упора лёжа на полу, руки за головой, поднятие корпуса вверх. Приседания с партнёром на плечах. Сгибание разгибание корпуса с «блином» за головой.

*Быстрота:* челночный бег. Упражнение «бумеранг». Бег по линиям игрового зала на время. Передвижение на лыжах без палок с соперником на время, с горы.

*Выносливость:* подъём в гору в горнолыжных ботинках без помощи канатки. Выполнение специальных упражнений.

*Гибкость:* маховые движения, статические напряжения. Работа в парах. Ходьба, взявшись за голеностопные суставы, ноги прямые. Упражнение «тест молодости».

*Ловкость:* игра «борьба за мяч». Скоростной спуск. Слалом. Прыжки на лыжах с минимального трамплина.

## Основы обучения верховой езде

### Теоретическая подготовка

#### *История верховой езды*

История развития верховой езды на Руси, в наши времена, включение конного спорта в программу Олимпийских игр. Участие и победы Российских спортсменов на соревнованиях различного уровня.

Техника безопасности на конюшне. Требования к уходу за лошастью. Правила кормления лошади. Гигиенические правила в выборе экипировки при работе с лошастью. Травмоопасность при работе с лошастью.

#### *Запрещённые действия в верховой езде*

При работе с лошастью запрещается:

- заходить к лошади во время кормления;
- просовывать руки в решётки денника и давать лакомства;
- тянуть лошадь из денника, стоя перед её мордой;
- подходить и стоять сзади лошади;
- подгонять впереди идущую лошадь;
- ездить в невзнузданной лошади;
- ездить на неисправной упряжке, садиться на лошадь, если в пристругах нет двух запасных дырочек;
- садиться на лошадь, не подобрав повод и ездить при очень коротком или длинном стремяни;
- езда по неизвестным дорогам, если скользко, на больной лошади, с хлёбающей подковой;
- наматывать чембур, повод, корду на руки и захлёстывать петлёй.

## ТЕХНИКА БЕЗОПАСНОСТИ НА КОНЮШНЕ

1. Поить и кормить лошадей может только конюх.
2. Входить в денник можно, если лошадь повернулась к вам передом.
3. Если вам необходимо поднять лежащую лошадь, то нельзя её пугать, а окликнув по кличке, дать её самой подняться.
4. Надевая уздечку или недоуздок, не делайте резких движений, но настойчиво делайте своё дело.
5. В конюшне не бегать, не кричать, не размахивать руками.
6. Чтобы почистить денник, лошадь перевязывают или выводят.
7. Если двери денников самозакрывающиеся, то зафиксируйте их, а затем выводите, заводите лошадь.
8. Если лошадь вырвалась и свободно бежит по коридору, то прижмитесь к стене.
9. Строптивых лошадей выводят два человека на флейцах по два метра, строптивых лошадей поручают только опытным людям, наиболее опасные племенные жеребцы.
10. Если лошадь не слушается, вырывается, становится на дыбы, прыгает или испугалась чего то и резко рванула повод, лучше всего выпустить повод из правой руки на всю длину, а за конец ухватиться обеими руками и успокоить дёргающуюся лошадь.
11. При чистке лошади следует стоять сбоку в вполоборота, следить за поведением и не применять грубых приёмов чистки, беспокоящих животное.
12. Место для верховой езды должно быть расположено не далеко от конюшни, огорожено с мягким грунтом.
13. Дорожки ипподромов и манежи содержать в хорошем состоянии.
14. Экипировка: спортивные брюки должны быть лёгкими, свободными и не стеснять движений. Узкие джинсы мало годятся для верховой езды. Сапоги должны свободно входить и выходить из стремян. Запрещается: езда в обуви с рельефной подошвой, без шлемов и касок, иметь короткие ногти на руках.
15. В конюшне верхом не садиться, а если вывели лошадь на улицу, проверь и подтяни подпруги.
16. Проводка лошади ведётся к опасным последствиям.
17. Если лошадь вырвалась и свободно бежит в манеже, подайте тревожный сигнал, чтобы все всадники остановились, а свободные конники поймали беглеца.
18. При движении по дорогам берут только спокойных лошадей, кованных на все четыре ноги, пугливых – с наглазниками.
19. При езде на лошади быть внимательным, не распускать поводьев и быть готовым в любую минуту применить необходимые приёмы управления в соответствии со сложившимися ситуациями.

20. При езде сменой соблюдайте дистанцию в два корпуса лошади. Не создавайте скученности.
21. При движении по лесу следите за ветками.
22. На кратковременных задержках в пути человек может держать не более двух лошадей.
23. Сигналы и команды передавать всадникам и предупреждать об опасности.
24. При падении надо бросить стремяна и постараться не выпускать из рук повод. Стараться падать на ноги, а не на руки и на голову. При падении надо отдалиться от лошади и сразу не вставать. После падения не догоняйте лошадь.
25. Спешивание: бросить стремяна не выпуская из рук повод, спрыгнуть на левую сторону, заправить стремяна, опустить подпруги на 1-2 дырочки и снять повод с шеи.
26. Как заводить лошадь в конюшню: сняв повод с шеи, правой рукой взять лошадь под уздцы, конец повода и хлыст в левую руку. Заводить лошадь в конюшню или денник в широко распахнутую дверь. В денник входить с лошадью, сделать круг и остановиться лицом к выходу.
27. Если коридор загромождён – остановись! Скученности в коридоре ведёт к травмам, как лошадь, так и всадника.
28. Если лошадь попила сразу после работы, необходимо её снова седлать и продолжить работу или поработать на корде.
29. После прогулки, тренинга лошадь обязательно обмывают ноги; моют трензель, стремяна, протирают подпруги и седло.
30. На свободную пастьбу лошадь выпускают, направив в сторону других лошадей. Сняв уздечку, спокойно отходят. Лошадей в табуне ловить имеет право только опытный человек.
- 31.купают лошадь люди умеющие плавать.
32. Беременных женщин и малолетних детей не допускают к животным.

### *Техническая подготовка в верховой езде*

#### **Посадка всадника**

1. Основные положения частей тела: голова поставлена прямо, взгляд направлен прямо перед собой, туловище вертикальном, почти перпендикулярном положении к линии корпуса лошади, колени слегка поданы вперёд, внутренние части бёдер плотно прилегают к седлу.

2. Посадка без стремян.

3. Положения при учебной посадке.

4. Основные положения при полевой посадке.

#### **Управление лошадью**

Средства управления: повода, шенкеля и туловище всадника.

*Упражнения:*

1. езда сокращённым, обыкновенным и прибавленным шагом;
2. езда сокращённой, обыкновенной и прибавленной рысью;
3. заезды налево, направо, назад на всех аллюрах;
4. различные перемены направления на всех аллюрах;
5. вольты на всех аллюрах;
6. езда облегчённой и учебной рысью;
7. осаживание;
8. смена ног на галоп.

Основные положения при «сборе», «постановление».

### **Рысь**

1. Положение при облегчённой рыси: под постановку одной из передних ног всадник облегчается, упираясь стопой в стремя, а коленом в седло, слегка приподнимаясь при этом вперёд-вверх и отделяясь от седла.

2. Учебная рысь: всадник постоянно сидит в седле, сохраняя правильную осанку. По темпу – сокращённая рысь и прибавленная.

### **Галоп**

1. С места, с шага или с рыси следует собрать лошадь, придать ей соответствующее постановление и выслать вперёд энергичным действием наружного шенкеля, прибегнуть к толчку.

2. Действия при замедлении движения лошади.
3. Обучение «заездом»
4. Правила езды при «вольте».
5. Езда «поворотом».

## ***Психологическая подготовка***

### **Нравственная подготовка**

*Трудолюбие:* уборка денников, чистка лошадей, выгуливание, уборка территории.

*Любовь к животным:* бережное отношение в работе с лошадьми.

*Дисциплинированность:* соблюдение правил безопасности на конюшне, выполнение требований, предъявляемых при работе с лошадью;

### **Волевая**

*Инициативность:* самостоятельная работа по нахождению новых вариантов изучаемой техники и тактики, проведение разминки, достижение наивысших показателей техники, ее разносторонности, эффективности.

### **Коммуникативная подготовка**

Сплочение коллектива, посредством специальных физических, интеллектуальных, морально-эстетических заданий. Преодоление комплексного барьера среди товарищей, высказывание своей точки зрения на общую проблему.

**Контрольные тесты и нормативы по физической подготовленности учащихся (разработаны на основе Региональной учебной программы по физической культуре)**

Учебные нормативы	Мальчики			Девочки		
	«5»	«4»	«3»	«5»	«4»	«3»
Челночный бег 4*9 м, с	9,6	10,1	10,6	10,0	10,4	11,2
Бег 30 м, с	4,8	5,1	5,4	5,1	5,6	6,0
Бег 60 м, с	9,0	9,7	10,5	9,7	10,2	10,8
Бег 1000 м, мин	3,50	4,20	4,50	4,20	4,50	5,15
Бег 2000 м, с	9,0	9,45	10,30	10,50	12,30	13,20
Метание набив. мяча 1 кг, см	600	500	450	450	400	350
Подтяг. на выс. перек. Кол-во раз	10	8	5			
Сгиб. разгб. рук в упоре лежа	25	20	15	19	13	9
Наклон вперед из полож. сед, см	12	8	5	18	15	10
Подъем тулов. за 1 мин, кол. раз	48	43	38	38	33	25
Прыжки в длину с разб., см	400	360	320	350	310	260
Прыжки в высоту, см	120	115	100	110	105	90
Метание мяча 150 гр., м	45	38	28	26	21	17
Прыжки в длину с места, см	190	180	165	175	165	156
Прыжки на скакалке за 25 с	56	54	52	62	60	58
Бег на лыжах 3 км, мин, с	16	17	18	19,30	20,30	22
Бег на лыжах 5 км, мин, с	Без учета времени					

## МЕТОДИЧЕСКАЯ ЧАСТЬ

### **«Тренировочная игра в футбол с теннисным мячом»**

Игра ведётся по всему полю с условием, чтобы игроки касались теннисного мяча только три раза. При несоблюдении условия – свободный удар. После этого задания усложняется: касание мяча допускается только дважды. В заключении игра вдвое ворот.

Команда А стремится скорее забить гол, команда Б старается как можно дольше поддержать мяч.

### **«Салки»**

Игра ведётся на ограниченном пространстве, по территории волейбольной площадки. Выбирается ведущий, задача которого коснуться одного из игроков, который в свою очередь становится ведущим.

### **«Голова и хвост»**

Игроки выстраиваются в одну линию. Выбирается «голова», которая встаёт вначале колонны и «хвост» - в конце колонны. Задача «хвоста» поймать «голову». Колонна движется вместе с «головой» и является препятствием для «хвоста».

### **«Эстафета - игра в классики»**

Игроки разбиваются на команды, которые в свою очередь делятся на две группы и выстраиваются друг напротив друга на двух противоположных концах площадки.

По сигналу первые номера начинают движение и пересекают площадку, подталкивая «на одной ножке» пластмассовый кубик, передают его второму номеру и т.д.

Сыграть еще раз, но на другой ноге.

### **«Хлопнуть в ладоши и поймать мяч»**

Все игроки становятся в круг, держа руки за спиной; преподаватель с мячом в руках - в центре круга. Он подает мяч в произвольном порядке. Прежде чем поймать мяч, игрок должен хлопнуть в ладоши перед грудью.

Тот, кто не успеет хлопнуть или хлопнет в ладоши, тогда как мяч предназначался не ему, должен сесть.

Преподаватель обманными движениями старается ввести игроков в заблуждение; тот, кто останется последним в кругу, может заменить преподавателя.

## ДИАГНОСТИЧЕСКАЯ ЧАСТЬ

### Требования к оценке двигательных умений

**«Отлично»** - оценивается движение максимально приближенное к технике эталонного. Выполненное без ошибок, с максимальной амплитудой и устойчивым ритмом.

**«Хорошо»** - движение выполнено приближенно к эталонному, но в процессе выполнения возникли незначительные ошибки, которые не повлияли на результат.

**«Удовлетворительно»** - выполненное упражнение имеет сходство с эталонным, допущены грубые ошибки, искажающие технику движения.

**«Неудовлетворительно»** - при выполнении допущены значительные ошибки, полностью искажена техника выполнения, в результате чего нет сходства с эталоном.

### *Как выполнять тесты*

#### **1. Поднимание туловища из положения лежа на спине.**

Исходное положение: руки за головой, ноги согнуты в коленях, ступни закреплены. Фиксируется количество выполненных упражнений в одной попытке за 30 секунд.

#### **2. Наклон вперед из положения сидя.**

На полу обозначить центровую и перпендикулярную линии. Сидя на полу, ступнями ног следует касаться центральной линии, ноги выпрямлены в коленях, ступни вертикальны, расстояние между ними составляет 20-30 см. Выполняется 3 наклона вперед, на 4-м регистрируется результат на перпендикулярной мерной линии по кончикам пальцев при фиксации этого результата в течение 5 секунд, при этом не допускается сгибания ног в коленях.

#### **3. Бег на 1000 м. Выполняется с высокого старта.**

На дистанции, при необходимости, возможен переход на ходьбу (спортивную и обычную).

**4. Бег 30 м.** Выполняется с высокого старта. Дистанцию необходимо преодолеть на максимальной скорости. Тест выполняется по парам.

#### **5. Челночный бег 3x10 м.**

Тест выполняется по два человека на старте. Принимается исходное положение – высокий старт. На дистанции обозначаются три линии. Добегая до первой линии нужно коснуться её рукой и вернуться к старту, затем добежать до второй линии – коснуться и вернуться к старту, затем до третьей, после которой фиксируется время выполнения теста.

**6. Подтягивание на перекладине для мальчиков. Для девочек подтягивание на перекладине от пола под 45\*.**

Для мальчиков исходное положение вис на перекладине на прямых руках. Подтянуться нужно до уровня подбородка, корпус и ноги прямые, только в этом случае упражнение засчитывается. Для девочек исходное положение на перекладине на полу, с упором для ног под 45\*. Подтягивание выполняется до уровня подбородка, корпус прямой.

Таблица возрастных оценочных нормативов

Для мужчин

Тест \ Возраст	7	8	9	10	11	12	13	14	15	16	17	18	19	20	21	22	23	24	25	26-29	30-34	35-39	40-44	45-49	50-54	55-59	60-64	>65
Отжимание в упоре лежа, раз	13	15	17	19	21	23	25	28	32	37	40	42	43	44	44	44	43	42	40	38	36	33	30	27	24	20	16	12
Прыжки в длину с места, см	112	127	140	152	163	174	185	196	206	216	225	233	238	241	242	241	238	233	227	219	209	196	183	166	150	137	127	119
Поднимание туловища, раз	13	14	15	16	17	18	19	20	21	22	23	24	25	25	25	25	24	23	22	21	19	17	15	13	11	9	7	6
Вис на перекладине, с	9	11	14	18	22	26	30	35	40	46	51	55	58	60	61	61	60	58	55	50	45	40	36	32	28	25	22	20
Наклоны туловища вперед, см	4	5	6	7	8	9	9	10	10	11	11	11	10	10	9	9	8	8	7	6	5	4	3	2	1	1	1	1
Бег 1000 м, с	332	315	298	281	268	256	243	233	224	216	209	203	198	194	191	192	194	198	206	215	226	238	250	263	275	286	297	307

Для женщин

Тест \ Возраст	7	8	9	10	11	12	13	14	15	16	17	18	19	20	21	22	23	24	25	26-29	30-34	35-39	40-44	45-49	50-54	55-59	60-64	>65
Отжимание в упоре лежа, раз	8	9	10	11	12	13	14	14	15	15	16	16	16	15	15	15	14	14	13	11	9	7	5	3	2	1	1	1
Прыжки в длину с места, см	104	120	132	142	152	160	167	173	177	180	180	178	176	172	167	161	155	149	143	137	131	125	120	115	110	105	100	95
Поднимание туловища, раз	12	13	14	15	16	17	18	19	20	21	21	21	20	19	18	17	16	14	12	10	8	6	5	4	3	2	2	2
Вис на перекладине, с	6	9	12	15	19	23	27	31	35	39	41	42	41	39	35	30	25	22	19	16	13	11	9	8	7	6	5	4
Наклоны туловища вперед, см	6	7	8	9	10	11	12	12	13	13	13	13	13	12	12	11	10	9	8	7	6	5	4	3	2	1	1	1
Бег 1000 м, с	374	357	340	325	311	298	288	279	271	265	262	262	265	269	274	280	287	294	302	310	318	327	336	345	355	365	375	385

Тренинговая программа развития коммуникативных способностей подростков

### **Занятие 1.**

Тема: «Давайте познакомимся...»

Цель: создать атмосферу доброжелательности, пробудить интерес к игровому поведению в группе, объяснить правила работы.

Рассказать о цели занятия, создать настрой на серьёзные отношения, несмотря на игровой фон занятия, объяснить значимость общения в жизни.

Упражнение 1: Моё имя.

Участники по очереди рассказывают о собственном имени: кто выбирал это имя, какие с ним связаны ассоциации; как его называть в группе. После знакомства ведущий рассказывает о себе и предлагает примерные правила работы в группе:

1. доверительный стиль общения;
2. активное участие в работе;
3. закрытость происходящего в группе;
4. умение слушать каждого;
5. соблюдать ритуалы работы.

Упражнение 2: Футболка с надписью.

Представьте, что вам дали возможность написать на своей футболке какую-то надпись. Важно, чтобы она рассказала о Вас, отражала ваше отношение к жизни.

Упражнение выполняется письменно в течение 5-7 минут. После каждого прочтения «надписи», идёт обсуждение.

Упражнение 3: Знакомство.

Представьте, что Вы кандидат для выполнения важного ответственного задания. Вы перед отборочной комиссией. Чтобы она отобрала именно Вас, постарайтесь рассказать о себе самое хорошее, но только кратко и точно. После выполнения упражнения – обсуждение.

### **Занятие 2.**

Тема: «Какой я в глазах других людей?»

Цель: знакомство с обратной связью как с сообщением, адресованным другому человеку, о том, что я о нём думаю, как я воспринимаю наши отношения, какие чувства у меня вызывают его действия.

Упражнение 1: Волшебное кресло.

В «волшебное» кресло садится желающий, которому говорит своё мнение любой участник. В этом кресле «высвечиваются» все достоинства и недостатки человека: добрый-злой, честный-лживый, аккуратный-неряшливый и т.д.

Обсуждение по вопросам: «Как ты себя чувствовал в кресле?», «Когда легче было говорить, когда труднее?».

Упражнение 2: Игра «Меняемся местами».

Входящий убирает один стул и предлагает поменяться местами с тем, кто получил хорошую оценку, у кого дома есть собака, кто любит мороженное и т.д.

Упражнение 3: Чемодан в дальнюю дорогу.

Один из ребят выходит за дверь, а остальные начинают «собирать ему в дальнюю дорогу чемодан»: в него «складывается» то, что по мнению группы, поможет этому человеку в общении, и то, что ему будет мешать, т.е. с чем надо будет поработать. Ведущий записывает положительные качества и отрицательные. При наличии споров по поводу какого-либо качества, его в список не заносят.

### **Занятие 3.**

Тема: «Можно ли общаться без слов?»

Цель: показать значение невербального общения в жизни; тренировка умения выражать своё эмоциональное состояние; тренировка осознания и вербализации чувств.

Упражнение 1: Улыбка.

Попробуйте открыто улыбнуться тому человеку в группе, которого особенно рады видеть и хотите поприветствовать. Обратите внимание на свои ощущения.

Упражнение 2: Скульптура чувства.

Создайте «скульптуру чувства», которое, по Вашему мнению, является нежелательной в общении. В паре, по желанию: один «лепит» из другого это чувство и объясняет, почему оно создал именно такую позу, из какого материала она «вылеплена».

Упражнение 3: Сделай копию.

Один участник принимает на несколько секунд какую-либо позу, другой должен точно её повторить. Затем они меняются ролями.

#### **Занятие 4.**

Тема: «Читаю чувства на лице твоём»

Цель: продолжить работу по умению понимать состояние человека по невербальным признакам.

Упражнение 1: Угадай, какой урок.

Входящие выходят, все загадывают какой-то школьный урок; водящему показывает своё отношение к этому уроку движениями, позой, мимикой. Он должен отгадать, какой это урок.

Упражнение 2: Подарки.

Выбирается участник, у которого было или будет день рождения: ему «рисуют» и «дарят» воображаемые подарки. «Именинник» угадывает, что за подарки ему изобразили.

Упражнение 3: Радость.

Нарисовать каждому то, как он представляет себе «чувство радости».

#### **Занятие 5.**

Тема: «А нужен ли я людям?»

Цель: показать роль дружбы в жизни человека; объяснить, что способность заводить друзей зависит от того, насколько мы умеем находить хорошее в окружающих.

Упражнение 1: Друг для друга.

Подумайте и напишите, где и чем может быть полезен, Вам каждый член нашей группы.

Упражнение 2: Солнце и планеты.

Ребята встают в круг лицом к лицу. Правая рука поднимается вверх, за неё может взяться любой другой, который испытывает к «солнцу» душевное притяжение.

Упражнение 3: Телеграмма.

Каждому участнику раздаются бланки «телеграмм» с проставленным именем адресата. Надо написать кратко и точно самое хорошее, что можно сказать о нём. Ведущий собирает через 5-7 мин. телеграммы и вручает их адресатам, не зачитывая вслух.

*Карта целевого педагогического наблюдения, отражающая динамику проявления социальной адаптации личности занимающихся подростки по критерию степени проявления личностных, индивидуальных свойств в процессе взаимодействия и общения в клубе по месту жительства «Олимпиец».*

№	Методики изучения личности	Наблюдаемые свойства	Степень проявления свойств				
			Почти не проявляется	Единичное проявление	Редко проявляется	Достаточно появляется	Постоянно проявляется
1	<b>Ценностные ориентации</b>	Личная ответственность.	Совершенно не проявляется	Проявляется в единичных случаях лично для него значимых.	Только в личностно значимых ситуациях.	В большинстве ситуаций проявляет личную ответственность за свои действия перед группой.	Достаточно ответственен перед группой.
Независимость		Абсолютно не зависим во всём.	Иногда самостоятелен, независим.	Зависим от группы, иногда самостоятелен, но если нужен личный результат.	Довольно независим в принятии коллективных решений.	Оправданная личностная независимость	
Физкультура и спорт.		Абсолютно не проявляет интереса к спортивной деятельности.	Проявляется крайне редко, в единичных случаях, нежелание заниматься.	Иногда проявляется нежелание заниматься в зависимости от настроения и погодных условий.	Ярко выраженное влечение к ФК и С.	Предельно интересны предлагаемые виды спортивной деятельности.	
Развлечения.		Абсолютно отвергает любой вид развлечений.	Проявляется в единичных ситуациях, лично для него значимых.	В зависимости от желаний и настроения.	В большинстве случаев проявляет интерес к развлечениям (праздники, дни рождения, спорт праздники, каникулы).	Желание к отдыху, развлечениям (в т. числе спорт. отдыху) крайне выражено.	
		Учёба	Однозначный интерес и	Яркое желание к постижению	Склонен к	Не желание учиться в	Не желание посещать учебное

			влечение к учёбе.	знаний (в зависимости от предмета).	желанию познавать новые учебные дисциплины.	принципе.	заведение.
2	<b>Самоактуализация</b>	Самостоятельность.  Неуверенность.  Самоконтроль.  Волевая активность.	Несамостоятелен в большинстве ситуаций.  Ярко выраженная неуверенность во всех ситуациях.  В большинстве ситуаций отсутствует.  Позитивная направленность волевой активности отсутствует.	Иногда самостоятелен, только в ситуациях под контролем.  Единичное проявление в определённых ситуациях (страх перед преодолением неизвестного).  В угрожающих ситуациях.  Очень слабое проявление волевых усилий для решения личностных задач в отдельных случаях.	Зависим от коллектива, иногда самостоятелен, если очень лично заинтересован.  Неуверенность к тренировочному процессу.  При сохранении прежнего статуса личности.  Иногда способен проявить волевое усилие для поддержания статуса.	Проявляет самостоятельность в решении проблем коллектива.  Преодоление неуверенности в тренировочном процессе, с помощью товарищей.  В процессе взаимодействия и общения в коллективе контролирует себя.  Достаточно часто проявляется активность в коллективе, учебно-тренировочном процессе.	Достаточно самостоятелен.  Помощь в исключении данного качества.  Самоконтроль как важное качество личности.  Характерно постоянное проявление волевой активности в ситуациях для решения коллективных, учебно-тренировочных задач.
3	<b>Изучение свойств личности</b>	Склонность к риску.	Склонность к риску без соотнесения получения	Иногда рискует в одиночку без соотнесения последствий.	Рискует в исключительных случаях.	Ярко проявляет склонность к риску.	Идёт на риск ради интереса, удовлетворения собственного

		<p>Раскрепощённость.</p> <p>Принятие нового.</p> <p>Эмоциональность.</p>	<p>результата.</p> <p>Полная замкнутость в себе.</p> <p>Отношение ко всему новому в познавательном плане - отрицательное.</p> <p>Абсолютно не проявляет никаких эмоций, в различных ситуациях.</p>	<p>Единичная замкнутость в процессе общения, занятий с группой.</p> <p>Иногда принимает новое, если это для него очень значимо.</p> <p>В зависимости от личностного настроя к учебно-тренировочному, познавательному процессу.</p>	<p>Нежелание быть открытым в своих действиях.</p> <p>Принимает новое, только под влиянием коллектива.</p> <p>Категоричность к положительному настрою.</p>	<p>Довольно раскрепощён в своих действиях, в тренировочном процессе.</p> <p>Активно участвует в принятии нового в учебно-тренировочном, познавательном процессе.</p> <p>Достаточно ярко проявляется положительная эмоциональность к занятиям.</p>	<p>любопытства.</p> <p>Уровень раскрепощённости высокий.</p> <p>Приветствует позитивные нововведения, если даже есть риск.</p> <p>Оправданная положительная эмоциональность.</p>
4	<b>Личностная мотивация</b>	<p>Литературно-творческая деятельность.</p> <p>Социальная.</p> <p>Организаторская.</p> <p>Физкультурно-спортивная.</p>	<p>Глубокого интереса не проявляет.</p> <p>Яркое желание работать с социумом.</p> <p>Интерес к деятельности, хотя представление имеет.</p> <p>Полное отсутствие интереса к деятельности.</p>	<p>Не проявляет интереса в единичных случаях.</p> <p>Отсутствует как единичное, так и коллективное проявление к данной деятельности.</p> <p>Единичное проявление к данному виду деятельности.</p> <p>Отсутствует как единичное, так и коллективное</p>	<p>Нежелание познать данный вид деятельности.</p> <p>Личностный интерес к работе с людьми (помощь в изучении техники вида спорта).</p> <p>Организовать учебно-тренировочный, образовательный процесс самостоятельно.</p> <p>Иногда не хочет заниматься, в зависимости от</p>	<p>Проявляет интерес к творческой деятельности, с целью саморазвития.</p> <p>Не хотение работать с социумом.</p> <p>В большинстве ситуаций проявляет личную организованность в занятиях.</p> <p>В большинстве случаев проявляет активный интерес</p>	<p>В достаточной степени интересуется данным видом деятельности.</p> <p>Характерное проявление нежелания заниматься социальной деятельностью.</p> <p>Стремится к коллективной организованности.</p> <p>Желание посещать тренировки .</p>

		Управляющая деятельность.	Интерес к управлению каким-либо процессом.	проявление нежелания заниматься ФК. С. Единичное отсутствие в желании управлять.	настроения. Любопытство к управлению коллективом.	к занятиям ФК и С. Проявляет интерес к управлению тренировочным процессом.	Стремится к познанию управляющей функции в целом.
5	<b>Способность к саморазвитию</b>	Самопознание.	Глубокого интереса не проявляет к своей личности.	Самопознанием не занимается, считает, что всё о себе знает сам.	Проявляет любопытство только тогда, когда что-то очень хочет узнать о себе.	Проявляет интерес к самопознанию.	Стремится к самопознанию своей личности.
Самовоспитание себя как личности.		Не занимается, хотя имеет общее представление.	Работа над собой.	Тренирует в себе качества соотнесённой их социальной значимости.	Скачкообразно работает над собой, не в системе.	Стремится заниматься самовоспитанием «самостоятельно» не подражая никому.	
Социальная опосредованность.		Абсолютно не дипломатичен в общении, неконтактен.	В исключительных случаях пытается идти на контакты.	Нежелание контактировать с коллективом.	Способен к проявлению компромисса.	Идёт на компромисс, контакты в значимых для коллектива ситуациях.	

