

**Министерство спорта Российской Федерации  
Олимпийский комитет России  
Научно-издательский центр  
«Теория и практика физической культуры и спорта»  
Федеральное государственное бюджетное  
образовательное учреждение  
высшего профессионального образования –  
Чайковский государственный институт  
физической культуры**

**СПОРТИВНО ОРИЕНТИРОВАННОЕ  
ФИЗИЧЕСКОЕ ВОСПИТАНИЕ  
И ОЛИМПИЙСКОЕ ОБРАЗОВАНИЕ –  
НОВЫЕ ПЕДАГОГИЧЕСКИЕ ТЕХНОЛОГИИ XXI ВЕКА**

Сборник статей  
X- й Всероссийской научно-практической конференции  
3 апреля 2015 года

Чайковский, 2015

**СОСУНОВСКИЙ В.С., ЗАГРЕВСКАЯ А.И.**

*Национальный исследовательский Томский государственный университет, г. Томск*

## **ВЛИЯНИЕ ОЛИМПИЙСКОГО ВОСПИТАНИЯ НА ФИЗИЧЕСКУЮ ПОДГОТОВЛЕННОСТЬ ДЕВОЧЕК 11 – 12 ЛЕТ В УСЛОВИЯХ ДЕТСКОГО ОБРАЗОВАТЕЛЬНО-ОЗДОРОВИТЕЛЬНОГО ЛАГЕРЯ**

*Ключевые слова: олимпийское воспитание, детский образователь-  
но-оздоровительный лагерь, физическая подготовленность девочек.*

*Аннотация. Одним из инновационных процессов в образова-  
тельных школах России является внедрение системы олимпийского  
воспитания школьников. Методика олимпийского воспитания направ-  
лена, прежде всего, на формирование познавательной активности  
школьников, их эмоционально-волевой и мотивационно-  
потребностной сферы, что напрямую не воздействует на развитие  
физических качеств. Однако опосредованное воздействие на них через  
ценностно-смысловую сферу личности позволило получить положи-  
тельные результаты.*

На современном этапе развития системы образования большинство образовательных учреждений пытается отойти от традиционной системы воспитания, частично изменить формы и содержание учебно-воспитательного процесса, направить его на потребности и интересы детей для их оздоровления и сохранения здоровья. Совершенствование процесса физического воспитания школьников осуществляется на основе разработки и внедрения новых средств, методов, форм, педагогических технологий и т.д. в содержательное наполнение учебной и воспитательной работы со школьниками. Одним из инновационных процессов в образовательных школах России является внедрение системы олимпийского воспитания школьников.

Под олимпийским воспитанием понимается педагогическая деятельность, направленная на приобщение детей и молодежи к идеалам и ценностям олимпизма, гуманистическим ценностям спортивной культуры, спортивному стилю жизни. Основными задачами олимпийского воспитания в общеобразовательной школе являются:

1 формирование знаний в области олимпизма, Олимпийских игр;

- 2 воспитание в духе олимпизма и принципов Фэйр Плэй;
- 3 приобщение детей к активным занятиям спортом (В.К. Бальсевич, 2005; Л.И. Лубышева, 1998; В.И. Столяров, 1999) [1,2,3].

Идеологической основой олимпийского воспитания являются гуманистические ценности, транслирующие взаимопонимание, толерантность, уважение к сопернику, доброжелательность и т.д.

Нами разработано содержание Олимпийского образования школьников, которое осуществлялось в форме олимпийских уроков в общеобразовательных школах г. Томска и Томской области и показало положительное влияние на формирование их нравственной и физической культуры [4]

Вместе с тем, воспитание подрастающего поколения должно осуществляться не только в процессе учебной деятельности, но и в период летнего отдыха детей, т.е. в условиях детского образовательно-оздоровительного лагеря (ДООЛ).

Деятельность детского образовательно-оздоровительного лагеря в педагогике как социальный феномен практически не рассматривалась. Данному явлению в большей степени посвящены психологические исследования, поскольку фактически как вид деятельности – это дополнительное образование. Отметим, что дополнительное образование всегда было весьма обделено вниманием ученых (Адылова Г., Бедерханова В., Бережная И.Ф., Гандер Д.В.) [5,6,7,8].

Статус дополнительного образования до сих пор до конца не определен. Позиции исследователей и практиков в отношении его роли и статуса разделились и находятся в диапазоне от полного изолирования от общего (полного) среднего образования до признания его самостоятельности и самодостаточности [6].

В учреждениях дополнительного образования для детей создаются реальные возможности для вариативной реализации своих идей, возможности вариативного бытия, деятельности в социуме, в процессе которой учащиеся не только используют, но и развивают собственные умения [5].

Что касается летнего оздоровительного отдыха детей, то родители, если есть такая возможность, по-прежнему предпочитают отправлять детей в загородные лагеря, а не на летние площадки, организованные при школах. Справедливости ради, отметим высокий уровень организации отдыха детей на этих площадках и социально-педагогическую значимость работы педагогических коллективов в период летних школьных каникул [8]. Однако при этой форме отдыха отсутствует рекреационно-оздоровительный фактор. Кроме этого, в образовательно-оздоровительном лагере есть возможность более пол-

ной реализации социокультурного потенциала олимпийского воспитания в физическом и личностном развитии детей.

**Цель исследования** заключалась в определении влияния методики олимпийского воспитания девочек 11 – 12 лет на их физическую подготовленность в условиях детского образовательно-оздоровительного лагеря.

Исследование проводилось с июня по июль 2014 года на базе ДООЛ «Лукоморье». В педагогическом эксперименте приняли участие 66 девочек в возрасте 11-12 лет. Из них 29 девочек контрольной группы и 37 - экспериментальной.

Методика олимпийского воспитания включала в себя теоретические и практические средства. К теоретическим средствам нами отнесены: лекции, беседы, обсуждения результатов спортсменов на соревнованиях различного уровня и т.д. На их реализацию уходило 1,5 часа в день в течение сезона отдыха детей. Основные темы, рассматриваемые на лекциях, в ходе бесед и обсуждений: история возникновения и развития Олимпийских игр и современного олимпийского движения; Пьер де Кубертен как инициатор возрождения Олимпийских игр современности; первые отечественные чемпионы и призёры Олимпийских игр, выдающиеся спортсмены-олимпийцы современности; спортсмены-олимпийцы Томской области; идеалы и ценности олимпизма; принципы «Честной игры» как основа спортивной культуры личности спортсмена; олимпизм как философия жизни (применение принципов олимпизма в повседневной жизни) и т.д.

Практические средства включали в себя физические упражнения, непосредственное участие в соревнованиях и их организации, ознакомительные выезды на городские соревнования, знакомство с известными спортсменами Томской области, оздоровительно-рекреационные походы, совместное участие в подготовке соревновательной деятельности с использованием творческого подхода, взаимопомощь и моральная поддержка товарищей во время соревнований, посещение мастер-классов спортсменов Томской области, самоконтроль и самоанализ в тренировочном процессе. На их реализацию уходило 2,5 часа в день в течение сезона отдыха детей.

Критерием эффективности применения методики олимпийского воспитания детей в условиях образовательно-оздоровительного лагеря являлось повышение уровня их теоретической и физической подготовленности. В рамках данной статьи рассмотрим только результаты физической подготовленности детей.

Физическая подготовленность детей определялась комплексом тестов: бег 60 м, прыжок в длину с места, динамометрия (кистевая), ЖЕЛ.

Результаты исследования были обработаны с помощью непараметрического метода математической статистики U-критерия Манна Уитни.

Из данных таблицы 1 видно, что до внедрения методики, между результатами детей контрольной и экспериментальной групп достоверных различий не выявлено ( $p > 0,05$ ).

Таблица 1 - Показатели девочек экспериментальной (n= 37чел.) и контрольной групп (n = 29 чел.) до и после эксперимента

Показатели	Этап эксперимента	Экспериментальная группа	Контрольная группа	P
		$\bar{X} \pm \sigma \pm m$	$\bar{X} \pm \sigma \pm m$	
Динамометрия (правая рука), кг	До эксперимента	10 $\pm$ 1,6 $\pm$ 0,02	11 $\pm$ 3 $\pm$ 0,05	0,1
	После эксперимента	12,5 $\pm$ 2 $\pm$ 0,03	12,4 $\pm$ 3,9 $\pm$ 0,07	0,02
	<i>p</i>	0,02	0,1	
Динамометрия (левая рука), кг	До эксперимента	9,9 $\pm$ 2 $\pm$ 0,02	11,6 $\pm$ 3,9 $\pm$ 0,004	0,6
	После эксперимента	11,3 $\pm$ 1,7 $\pm$ 0,01	12,2 $\pm$ 4,2 $\pm$ 0,06	0,8
	<i>p</i>	0,04	0,1	
ЖЕЛ (мл)	До эксперимента	2660 $\pm$ 144 $\pm$ 2,9	2706 $\pm$ 151 $\pm$ 1,6	0,7
	После эксперимента	2744 $\pm$ 134 $\pm$ 2,8	2717 $\pm$ 141 $\pm$ 0,3	0,4
	<i>p</i>	0,02	0,02	
60 м (сек)	До эксперимента	12,3 $\pm$ 1,6 $\pm$ 0,05	12,3 $\pm$ 1,3 $\pm$ 0,01	0,8
	После эксперимента	12 $\pm$ 1,5 $\pm$ 0,05	12,4 $\pm$ 1,4 $\pm$ 0,01	0,4
	<i>p</i>	0,4	0,7	
Прыжок в длину (см)	До эксперимента	147,6 $\pm$ 7,5 $\pm$ 0,05	147,8 $\pm$ 10,7 $\pm$ 0,1	0,9
	После эксперимента	152,8 $\pm$ 7,4 $\pm$ 0,04	148,6 $\pm$ 9,9 $\pm$ 0,1	0,04
	<i>p</i>	0,02	0,7	

Из результатов, представленных в таблице 1, видно, что показатель динамометрии правой и левой руки после эксперимента у девочек экспериментальной группы стал достоверно выше по сравнению с девочками контрольной группы ( $p < 0,05$ ). Жизненная емкость легких у девочек как контрольной так и экспериментальной группы достоверно улучшилась ( $p < 0,05$ ).

Методика олимпийского воспитания не оказала положительного влияния на развитие скоростных качеств девочек, что нашло отражение в беге на 60 метров (достоверных различий между двумя группами нет) ( $p > 0,05$ ). В то же время скоростно-силовые качества девочек

экспериментальной группы (прыжок в длину с места) достоверно улучшились ( $p < 0,05$ ) (табл.1).

Таким образом, результаты применения методики олимпийского воспитания девочек 11 – 12 лет показали ее эффективность в развитии их силовых и скоростно-силовых качеств.

В **заключении** можно отметить следующее. Методика олимпийского воспитания направлена, прежде всего, на формирование познавательной активности школьников, их эмоционально-волевой и мотивационно-потребностной сферы, что напрямую не воздействует на развитие физических качеств. Однако опосредованное воздействие на них через ценностно-смысловую сферу личности позволило получить положительные результаты.

Таким образом, данную методику можно рекомендовать специалистам по физической культуре для применения в общеобразовательных учреждениях, а также в детских образовательно-оздоровительных лагерях.

## **Список литературы**

1 Бальсевич, В.К. Теория и технология спортивно-ориентированного физического воспитания в массовой общеобразовательной школе// В. К. Бальсевич, Л. И. Лубышева// Физическая культура: воспитание, образование, тренировка. – 2005. – № 5. – С. 50 – 53.

2 Лубышева, Л.И. Ценности олимпийской культуры и воспитание юношества //Материалы Международного форума «Молодежь – наука – олимпизм». - М., 1998. – С. 146-147.

3 Столяров, В.И. Олимпийская педагогика и теория олимпийской культуры как новые научные и учебные дисциплины //Теория и практика физической культуры. – 1999. - № 10. – С. 47-52.

4 Сосуновский, В.С., Дурас, Е.Е., Загравская, А.И. Олимпийское образование как средство формирования нравственной культуры школьников // Вестник Томского государственного университета. Педагогика. 2014. №385. С.163-167.

5 Адылова, Г. Физическое воспитание подростков в пионерском лагере. Автореф. дис. канд.пед.наук. 1991.- 17 с.

6 Бедерханова, В. Личностно-ориентированное образование в детском лагере // Новые ценности образования: Философия и педагогика каникул Вып. 8. - М.: Инноватор, 1998. - 38-44.

7 Бережная, И.Ф. Формирование социальной ориентации подростков в детском загородном лагере: Дис. ... канд. пед. наук. - Воронеж, 1998.

8 Гандер, Д.В. Психологическое обеспечение летнего обучения: Теория и практика: Дис. ... д-ра психол. наук. -М. - 1997.