

Министерство образования и науки Российской Федерации  
Федеральное государственное автономное образовательное  
учреждение высшего образования  
«Южно-Уральский государственный университет»  
(национальный исследовательский университет)  
Институт спорта, туризма и сервиса  
Кафедра «Спортивное совершенствование»

ДОПУСТИТЬ К ЗАЩИТЕ

Заведующий кафедрой, к.б.н., доцент

\_\_\_\_\_ А.С. Аминов

\_\_\_\_\_ 2018 г.

**Обеспечение взаимодействия семьи и школы на основе деятельности  
семейного физкультурно-оздоровительного клуба**

**ПОЯСНИТЕЛЬНАЯ ЗАПИСКА**

**К ВЫПУСКНОЙ КВАЛИФИКАЦИОННОЙ РАБОТЕ**

**ЮУрГУ–49.03.01. 2018. 240. ПЗ ВКР**

Руководитель проекта, к.б.н., доцент

\_\_\_\_\_ А.А.Плетнев

\_\_\_\_\_ 2018 г.

Автор проекта

студент группы СТиС-431

\_\_\_\_\_ Белозеров А.А.

\_\_\_\_\_ 2018 г.

Нормоконтролер, к.б.н., доцент

\_\_\_\_\_ Е.В. Задорина

\_\_\_\_\_ 2018 г.

Челябинск 2018

## АННОТАЦИЯ

Белозеров А.А. Обеспечение взаимодействия семьи и школы на основе деятельности семейного физкультурно-оздоровительного клуба. – Челябинск: ЮУрГУ, СТис-431, 59 с., 6 табл., 4 рис. библиогр. список – 60 наим.

В работе автор обуславливает необходимость поиска новых путей модернизации физического воспитания. Одним из эффективных направлений решения данной проблемы, как показано в работе, является клубная форма взаимодействия семьи и школы, как специфического процесса образовательной деятельности, обеспечивающей духовное, нравственное и физическое развитие.

Разработанная инновационная педагогическая технология взаимодействия семьи и школы посредством моделирования и реализации клубной формы обусловила позитивные изменения результатов физической подготовленности. Реализация программы положительно повлияла на динамику показателей в родительско-детских отношениях.

## ОГЛАВЛЕНИЕ

ВВЕДЕНИЕ	7
ГЛАВА 1 ТЕОРЕТИЧЕСКИЕ АСПЕКТЫ ВЗАИМОДЕЙСТВИЯ СЕМЬИ И ШКОЛЫ В ФИЗИЧЕСКОМ ВОСПИТАНИИ ШКОЛЬНИКОВ	10
1.1 Актуализация понятия «здоровый стиль жизни»	10
1.2 Возрастные поведенческие особенности детей младшего школьного возраста	17
1.3 Особенности семейного физического воспитания младшего школьника	21
1.4 Клубные формы воспитательной работы в общеобразовательной школе	22
Выводы по 1 главе	26
ГЛАВА 2 МЕТОДЫ И ОРГАНИЗАЦИЯ ИССЛЕДОВАНИЯ	27
2.1 Организация исследования	27
2.2 Методы исследования	28
2.3 Описание технологии взаимодействия семьи и школы в физкультурно-спортивном клубе	31
ГЛАВА 3 ЭКСПЕРИМЕНТАЛЬНОЕ ОБОСНОВАНИЕ ЭФФЕКТИВНОСТИ ДЕЯТЕЛЬНОСТИ СЕМЕЙНОГО ФИЗКУЛЬТУРНО-ОЗДОРОВИТЕЛЬНОГО КЛУБА	43
3.1 Динамика показателей физической подготовленности младших школьников	43
3.2 Выявление родительско-детских отношений в ходе педагогического эксперимента	48
ЗАКЛЮЧЕНИЕ	63
БИБЛИОГРАФИЧЕСКИЙ СПИСОК	64

## ВВЕДЕНИЕ

**Актуальность.** Приоритетная задача современной образовательной политики – создание условий для высокого качества образовательного процесса на основе сохранения его фундаментальности и соответствия современным потребностям личности, общества и государства. Усиление гуманистической направленности образования, поиски методов обучения с целью более эффективного формирования личности, психофизиологического развития каждого обучающегося должны являться наиболее важными отличительными чертами современной педагогики. Важность и неоспоримость учета данного обстоятельства в планировании и организации работы средней общеобразовательной школы подчеркивает принятие и ратификация ряда нормативно-правовых актов, направленных на оздоровление нации и формирование здорового образа жизни всех социальных слоев: Законы Российской Федерации «Об образовании» и «О физической культуре и спорте», «Национальная доктрина образования в Российской Федерации», «Концепция долгосрочного социально-экономического развития РФ до 2020 года», Постановление Правительства РФ «Об общероссийской системе мониторинга состояния физического здоровья населения, физического развития детей, подростков, молодежи», Приказ Минобрнауки РФ «Об утверждении порядка осуществления деятельности школьных спортивных клубов и студенческих спортивных клубов», Приказ Минобрнауки РФ, Минздрава РФ, Госкомспорта РФ и РАО «О совершенствовании процесса физического воспитания в общеобразовательных учреждениях Российской Федерации» и другие [7, 38, 43, 60].

Многие современные пороки общества (алкоголь, наркомания, преступность, психические расстройства и т. д.) являются следствием воспитания детей родителями с низким уровнем психолого-педагогической культуры, который выражается в безответственном отношении к выполнению своих воспитательных функций, сильнейшей мотивационной ограниченностью

в решении проблем, связанных с воспитанием и развитием ребенка в семье, безграмотностью в решении проблем семейного воспитания [32, 54, 55].

Характерной особенностью современной ситуации является увеличение количества неполных, конфликтных семей, а общественная занятость родителей вместе с низким уровнем их психолого-педагогической культуры значительно влияют на изменение характера взаимоотношений между детьми и родителями. Это, в свою очередь, выражается в формализации и обеднении контактов родителей с ребенком, исчезновении совместных форм деятельности, возрастающем дефиците теплоты и внимательного отношения друг к другу, что зачастую провоцирует ребенка к формированию неадекватной самооценки, проявлению неуверенности в своих силах, развитию отрицательных форм самоутверждения в обществе, а также в крайних случаях выражается в задержках психического и речевого развития, проявлению девиантного поведения. Именно поэтому формирование педагогической культуры родителей должно выступать одной из важнейших задач современного общества, частью государственной социальной политики [58, 59].

Вместе с тем, в настоящее время отсутствует система работы с родителями по формированию их культуры здоровья. Характерные для советской школы формы работы с родителями: педагогический всеобуч, педагогическое просвещение, потеряны. Нет четкого представления о феноменологии здорового образа жизни родителей, формах и методах его формирования в новых социально-экономических условиях [35, 41].

Примеры реализации элементов здоровьесформирующей деятельности в школьном образовании зачастую фрагментарны, бессистемны, слабо теоретически обоснованы [7, 12]. Эффективность школьного физического воспитания невысока, и современные реалии изобилуют данными о прогрессивном ухудшении здоровья участников образования [42, 54, 59].

Выше описанное позволяет нам констатировать наличие в современной образовательной системе **противоречия** между декларируемой социумом

необходимостью в здоровом и образованном подрастающем поколении и явным нарушением паритета здоровья и образованности в школьном образовании, разобщенностью бессистемной здоровьесформирующей деятельности субъектов образования и социальных институтов (школы, клуба, семьи, дворовой субкультуры и др.)

**Цель исследования** – обоснование педагогической технологии взаимодействия семьи и школы на основе деятельности семейного физкультурно-оздоровительного клуба как фактора формирования здорового стиля жизни детей младшего школьного возраста.

**Объект исследования** – процесс физического воспитания детей младшего школьного возраста.

**Предмет исследования** – педагогическая технология физического воспитания младших школьников на основе организации и деятельности семейного физкультурно-оздоровительного клуба в условиях общеобразовательной школы.

**Задачи исследования:**

1 Изучить теоретические предпосылки и практический опыт взаимодействия семьи и школы в формировании здорового стиля жизни детей младшего школьного возраста.

2 Определить отношение родителей и детей младшего школьного возраста к занятиям физической культурой и здоровому образу жизни.

3 Разработать и экспериментально обосновать инновационную педагогическую технологию взаимодействия семьи и школы в формировании здорового стиля жизни младших школьников на основе организации семейного физкультурно-оздоровительного клуба в условиях общеобразовательной школы.

# ГЛАВА 1 ТЕОРЕТИЧЕСКИЕ АСПЕКТЫ ВЗАИМОДЕЙСТВИЯ СЕМЬИ И ШКОЛЫ В ФИЗИЧЕСКОМ ВОСПИТАНИИ ШКОЛЬНИКОВ

## 1.1 Актуализация понятия «здоровый стиль жизни»

По мнению В. А. Сластенина, формирование личности – это процесс и результаты социализации, воспитания и саморазвития. Детализируя сущность формирования личности, Л. И. Божович отмечала, что это, во-первых, развитие познавательной сферы; во-вторых, формирование нового уровня аффективно-потребностной сферы ребенка, позволяющего ему действовать не непосредственно, а руководствуясь сознательно поставленными целями, нравственными требованиями и чувствами; в-третьих, возникновение относительно устойчивых форм поведения и деятельности, составляющих основу формирования его характера; и, наконец, развитие общественной направленности, т. е. обращенность к коллективу сверстников, усвоение тех нравственных требований, которые они ему предлагают [26].

Современному человеку все чаще приходится жить на пределе своих возможностей в стремительно меняющихся условиях, в постоянной ломке жизненных стереотипов, «информационном буме». Нестабильность социокультурной и экономической ситуации в стране усугубляет эту тенденцию и, по оценкам специалистов, приводит к тому, что около 70% населения России находится в состоянии затяжного психоэмоционального и социального стресса, который истощает адаптационные и приспособительные механизмы организма, поддерживающие здоровье [41]. Наиболее уязвимой частью общества оказываются дети, подростки. На самом высоком государственном уровне констатируется, что в начальную школу с каждым годом приходит все меньшее количество здоровых детей, а к моменту окончания учебы в старших классах это количество не превышает 10%. Происходит омоложение всех хронических заболеваний. В целом здоровье подрастающего поколения ведущие эксперты страны характеризуют

следующими особенностями: увеличением хронической заболеваемости, нарастанием уровня инвалидности, нарушением становления репродуктивной системы, отклонением в психическом здоровье, увеличением числа дезадаптированных детей, снижением показателя физического развития [54].

Следует отметить, что в силу сложившихся традиций характеристика и исследование здоровья человека является привилегией естественно-научной и медицинской областей научного знания. В аспекте гуманитарного знания, на наш взгляд, имеет смысл обозначить более адресно специфику понимания здоровья именно в процессе образования. Медики добиваются динамики здоровья пациентов совокупностью четко определенных средств, что откладывает отпечаток и на семантическое наполнение термина здоровья. Мы убеждены, арсенал средств, методов и условий, сосредоточенный в руках квалифицированного педагога, позволяет, пусть зачастую достаточно отсрочено, добиться серьезного положительного воздействия на здоровье учащихся, в подобном ключе мыслят многие ученые. Здоровье человека – проблема, далеко вышедшая за пределы медицинской науки. По утверждению ряда ученых [26, 33], сохранение здоровья всецело зависит от отношения самого человека к этому драгоценному дару природы, от его образа жизни, поведения.

В основе физического здоровья лежит профилактика. Существенное место в ней занимает двигательная активность человека и совершенствование его самосознания, того, что называют осознанием. Требуется осознание взаимосвязей на уровне духовно-нравственного воспитания человека. Такой уровень и есть духовное здоровье. Здоровье физическое и здоровье духовное не могут существовать друг без друга [5, 6].

Почти все авторы единодушны в том, что необходимой и главной предпосылкой сохранения здоровья является здоровый образ жизни, который трактуют как совокупность типичных форм и способов культурной повседневной жизнедеятельности, которые укрепляют адаптивные

возможности организма, способствуют полноценному, неограниченному выполнению учебно-трудовых и социально бытовых функций, как способ гармонизации человека с самим собой, другими людьми и окружающим миром [3, 26].

Из приведенных определений становится понятно, что здоровый образ жизни – это некая эталонная модель, система общих условий, предписаний, мероприятий, совокупность подобного, но не тождественного, продукт коллективного творчества. Его реализация на уровне отдельного человека осуществляется в форме здорового стиля жизни - модели более вариативной, личностно соотнесенной.

В валеологической и психолого-педагогической литературе понятие «здоровый стиль жизни» встречается достаточно широко. Однако его сущность до настоящего времени остается не выясненной. По мнению О.С.Авчинниковой [1], индивидуализированный вариант здорового образа жизни, включающий в себя и мировоззренческий, и поведенческий, и деятельностный аспект, должен трактоваться как здоровый стиль жизни.

Не раскрыта до настоящего времени и содержательная сторона понятия «здоровый стиль жизни», несмотря на его широкое использование разными авторами [1, 51]. Данный факт представляется вполне закономерным: разграничение терминов «стиль жизни» и «образ жизни» является принципиальным лишь при наличии определенного уровня индивидуальности и субъектности, позволяющего личности сделать выбор собственного способа жизни из ряда альтернативных – выбор, адекватный внутренней сущности и ориентированный на самоактуализацию.

Круг феноменов, относимых к понятию стиля, связан с широким спектром характеристик индивидуальности человека. Причем понятие «стиль» широко используется в самых разных научных дисциплинах.

Специалисты в области методологии, рассматривая понятие «стиль» как междисциплинарное, пришли к выводу, что границы его функционирования

хоть и расплывчаты, но не беспредельны, и под ним следует понимать устойчивую целостность, характерное единство, систему приемов и средств деятельности, либо характеристику продукта творчества, либо своеобразное самопроявление личности субъекта деятельности.

Стиль жизни можно рассматривать как отражение индивидуального в социальном образе личности и социального в индивидуальном. Понятие «стиль жизни» обладает большой эвристической значимостью, т.к. позволяет значительно углубить понятие «образ жизни», детально рассмотреть влияние внутренних психологических факторов на развитие способа жизни личности и зафиксировать многогранность повседневного поведения людей в рамках единого для них образа жизни.

Как философская категория, образ жизни обозначает жизнедеятельность индивида, его эмпирическое бытие [14]. С.О.Авчинникова [1] приходит к мнению, что стиль жизни – не составная часть образа жизни, а именно воплощение последнего на уровне личности, это одна из конкретных форм, посредством которой образ жизни доводится до реального воплощения в действительность через индивидуальность личности. Отличие образа от стиля жизни и заключается в количестве, удельном весе индивидуального в них.

Здоровый образ жизни неизменно связывают с удовлетворением базовых человеческих потребностей. И здесь вновь обнаруживается неравнозначность понятий «здоровый образ жизни» и «здоровый стиль жизни». Так, у разных личностей, при одинаковом наборе базовых потребностей, свой собственный способ их удовлетворения во многом обусловлен воспитанием. Кроме того, каждый человек строит свою индивидуальную систему потребностей и, в соответствии с иерархией в ней, распределяет время, силы, жизненные ресурсы между различными видами деятельности. Разные способы удовлетворения потребностей и индивидуальность систем потребностей обуславливают различные жизненные стили. Следовательно, здоровый стиль жизни

предполагает, во-первых, такую систему индивидуальных потребностей, которая благоприятствует развитию данной личности [22].

В контексте вышеизложенного, правомерно определить здоровый стиль жизни как личностное новообразование, продукт духовных и физических усилий человека, целостную систему жизненных проявлений личности, способствующую гармонизации своей индивидуальности с условиями жизнедеятельности и являющуюся средством самоактуализации личности в жизнедеятельности.

К настоящему времени в педагогической теории и практике проблема формирования здоровья и здорового образа жизни является одной из главных, а масштабность, многоуровневость и относительная молодость этого направления обуславливают широкий спектр проблем, которые еще не изучены. Так, из поля зрения исследователей выпадает специфика формирования основ здорового стиля жизни в младшем школьном возрасте. Именно этот возраст является наиболее благоприятным для формирования привычек, потребностей, ценностных и валеологических ориентаций. Младший школьный возраст отмечается учеными как период изменения самосознания, переоценки ценностей и перестройки эмоционально-мотивационной сферы, возраст рождения социального «Я», период, когда ребенок изменяет себя, усваивает систему социальных ожиданий в отношении поведения и ценностных ориентаций [24]. В то же время осознает, что отличается от других и переживает свою индивидуальность, стремясь утвердить себя среди взрослых и сверстников, обладает мощнейшим потенциалом в развитии всех составляющих здоровья и здорового образа жизни. В данном возрасте есть еще возможность конкретного вмешательства в эти процессы со стороны педагога, родителей, необходимо обеспечить их становление в преломлении сквозь призму ценностей нравственного, психического и физического здоровья, что и обеспечит в будущем не только оптимальный уровень самочувствия человека, но и его восходящее личностное развитие.

О здоровом стиле жизни младшего школьника правомерно говорить, когда школьник, будучи включенным в разнообразные виды деятельности и проявляя успешность в каком-либо из них, имеет возможность познавать и развивать различные грани своей индивидуальности.

Поскольку здоровый стиль жизни неразрывно связан с общей культурой личности, то в структуре жизнедеятельности школьника одно из приоритетных мест принадлежит досуговой сфере, т.е. предпочитаемым видам деятельности в свободное время. Свободное время школьника – это та часть общего бюджета времени, которая остается после выполнения им учебных обязанностей, удовлетворения естественных потребностей; это время, которое используется школьниками по собственному усмотрению, содержание его определяется общей направленностью личности, уровнем ее культурного развития и должно содействовать всестороннему развитию личности.

В структуре свободного времени школьника выделяется разное количество элементов, поэтому при одном и том же объеме свободного времени у разных школьников можно говорить о более или менее рациональном его использовании, т.е. о культуре свободного времени. Под культурой свободного времени понимают устойчивые культурные привычки, которые опосредуют его заполнение. К ним относят привычки ценить и экономить время, регулярно читать и получать свежую информацию, беседовать, обсуждать общественные и культурные проблемы, общаться с младшими, заниматься физической культурой.

Здоровый стиль жизни младшего школьника требует такой организации свободного времени, где одно из приоритетных мест занимает физическая культура [4]. Среди всех известных нам концепций здорового образа жизни, включающих в его состав разное количество элементов, нет ни одной, где отсутствовала бы физическая культура. Сами школьники, их родители при проведении бесед, анкетирования по здоровому образу жизни в числе первых указывают этот компонент.

Способ жизни ребенка в младшем школьном возрасте в основных своих чертах воспроизводит стиль жизни его семьи, так как образцы поведения задаются, главным образом, родителями. Дети усваивают предпочитаемые родителями формы досуга, поскольку вырабатываются соответствующие привычки и потребности: если семья в свободное время посещает театры, выставки, концерты, то выросшая в ней личность при организации своего свободного времени, вероятнее всего, будет ориентирована на культуру; если любимым времяпрепровождением для папы и мамы в выходной является лыжная или пешеходная прогулки за город, а во время отпуска семья предпочитает турпоход или туристическую экскурсию, то и ребенок вырастет с ориентацией в досуге на спорт и туризм; когда в семье все свободное время посвящается компьютерным играм, видеофильмам, то досуговая активность у ее младших членов семьи непременно будет обращена в виртуальную реальность [28].

Семья воздействует и на социально-ролевое пространство жизненного стиля. Так, во-первых, ребенок соотносит «знания» о жизни с фактами не общего бытия, а с конкретными условиями жизни социальной группы; во-вторых, до определенного времени статус семьи – это статус ребенка, и, планируя взрослую жизнь, он, как правило, стремится сохранить или несколько повысить имевшийся статус, но всегда ориентируется на него; в-третьих, ввиду особенно тесной идентификации себя с родителями, дети склонны следовать их ролевым моделям [57].

Таким образом, стилевые особенности жизни семьи и жизненные сценарии родителей, в силу действия механизмов имитации, моделирования и идентификации, имеют тенденцию напрямую воспроизводиться личностью в собственном стиле. Однако влияние семьи на формирование здоровых или нездоровых тенденций в стиле жизни ребенка может проявляться и не столь явно. Здоровый стиль жизни - это атрибут здоровой (цельной, социально и психологически зрелой, внутренне свободной) личности, для воспитания

которой нужна благополучная полная семья с адекватным стилем детско-родительских отношений, в противном случае формируются различные внутриличностные барьеры, препятствующие здоровой жизнедеятельности.

## **1.2 Возрастные поведенческие особенности детей младшего школьного возраста**

В педагогике младший школьный возраст (от 7 до 10 лет) называют вершиной детства. Ребенок сохраняет много детских качеств: легкомыслие, наивность, взгляд на взрослого снизу вверх. Но он уже начинает утрачивать детскую непосредственность в поведении, у него появляется другая логика мышления. Меняются интересы, ценности ребенка, весь уклад его жизни [22].

Дети младшего школьного возраста характеризуются относительно равномерным развитием опорно-двигательного аппарата, но интенсивность роста отдельных размерных признаков у них различна. Так, длина тела увеличивается в этот период в большей мере, чем его масса [52].

Суставы у детей этого возраста очень подвижны, связочный аппарат эластичен, скелет содержит большое количество хрящевой ткани. Исследования авторов показывают, что младший школьный возраст является наиболее благоприятным для направленного роста подвижности во всех основных суставах. В это время почти полностью завершается морфологическое развитие нервной системы, структурная дифференциация нервных клеток, однако функционирование нервной системы характеризуется преобладанием процессов возбуждения. Объем легких составляет половину объема легких взрослого [27].

Развитие двигательных координаций – главная задача в физической подготовке детей младшего школьного возраста [7]. К концу этого периода жизни ребенка важно накопить как можно больше данных об его индивидуальных физических способностях, с тем, чтобы приступить к

ориентации его на занятия теми видами физических упражнений, которые в наибольшей степени соответствуют его способностям и интересам и могут быть относительно успешно реализованы [20, 55].

В возрасте 7-10 лет начинают формироваться интересы и склонности к определенным видам физической активности, выявляется специфика индивидуальных моторных проявлений, предрасположенность к тем или иным видам спорта.

Этот период можно назвать благоприятным для закладки практически всего спектра физических качеств и координационных способностей, реализуемых в физической активности человека. Если такой закладки в этот период не произошло, то время для формирования физической и физиологической основы будущего физического потенциала человека можно считать безвозвратно упущенным [29, 30].

Определяя особенности психологического развития младшего школьника, необходимо отметить, что у детей данного возраста меняется восприятие своего места в системе отношений, в которые он включен, – значит, меняется социальная ситуация развития. Это период рождения социального «Я» ребенка [22].

Изменение самосознания приводит к переоценке ценностей. То, что было значимо раньше, становится второстепенным. Старые интересы теряют свою побудительную силу, на смену им приходят новые. Происходят глубокие изменения в плане переживаний. Появляется обобщение переживаний, которые приобретают новый смысл для ребенка, между ними устанавливаются связи, становится возможным борьба переживаний. Такое усложнение эмоционально-мотивационной сферы приводит к возникновению внутренней жизни ребенка.

У младшего школьника начинает формироваться новый уровень самосознания, наиболее точно выраженный словосочетанием «внутренняя позиция». Эта позиция представляет собой осознанное отношение ребенка к себе, что позволяет ему осмысленно относиться к своим поступкам. С этого

возраста он способен выразить свой образ жизни не только словами, но и конкретными делами.

Начавшаяся дифференциация внешней и внутренней жизни ребенка связана с изменением структуры его поведения. Появляется смысловая ориентировочная основа поступка – звено между желанием что-то сделать и разворачивающимися действиями [19].

Наряду с возникновением и укреплением внутренней позиции, которая становится переломным моментом в дальнейшей его судьбе, у ребенка интенсивно формируется следующее новообразование:

- 1) готовность следовать здоровому образу жизни;
- 2) способность совершать осознанные поступки адекватно предъявляемым требованиям;
- 3) социальная направленность на ведущий вид деятельности - учение;
- 4) осознанное отношение к себе и окружающим людям;
- 5) высокая чувствительность к признанию, одобрению со стороны значимых взрослых людей, так как он еще достаточно открыт к их воздействию, стремление получить высокую оценку за соблюдение здорового образа жизни [11].

Возникают социальные мотивы учения, которые важны для личностного развития школьника. Широкие социальные мотивы учения соответствуют тем ценностным ориентациям, которые дети берут у взрослых, главным образом, усваиваются в семье.

В младшем школьном возрасте происходит перестройка отношений ребенка с людьми [42]. Только в недрах коллективной жизни возникает индивидуальное поведение. Начало учебной деятельности по-новому определяет отношение ребенка со взрослыми и сверстниками. Реально имеется две сферы социальных отношений: «ребенок - взрослый» и «ребенок - дети». Эти сферы взаимодействуют друг с другом через иерархические связи [39].

В сфере «ребенок - взрослый», помимо отношений «ребенок - родители», возникают новые отношения «ребенок - учитель», поднимающие ребенка на уровень общественных требований к его поведению. В учителе для ребенка воплощаются нормативные требования с большей определенностью, чем в семье, – ведь в первичных условиях общения ребенку трудно выделить себя и достаточно точно оценить характер своего поведения. Только учитель, неукоснительно предъявляющий требования к ребенку, оценивая его поведение, создает условия для социализации поведения ребенка, приведения его к стандартизации в системе социального пространства - обязанностей и прав. В начальной школе дети принимают новые условия, предъявляемые им учителем, и стараются неукоснительно следовать правилам [54].

По мнению Г.Д.Киримова, формирование у ребенка (под влиянием авторитетных взрослых) установки на самовоспитание способствует проявлению у него уже на заключительном этапе младшего школьного возраста самоорганизации поведения. Это выражается в том, что учащийся способен удерживать отрицательные привычки – воздержаться, например, от курения, прогула уроков, употребления спиртного, наркотиков, т.е. он сознательно совершает те или иные действия, способствующие образованию положительных свойств психики, полезных привычек. А именно они и вырабатывают определенный стиль поведения, формируют дисциплинированность, т.е. готовность строго придерживаться намеченного распорядка жизнедеятельности, проявлять последовательность в действиях и поступках, соблюдать здоровый образ жизни, формировать здоровый стиль жизни. Школа и семья - внешние факторы развития самосознания [19].

Наиболее существенным моментом в воспитании и, в частности, в физическом воспитании ребенка в этот период является формирование активной позиции по отношению к своему здоровью, крепости тела и закалке. Пример родителей будет самым главным стимулом для приобретения устойчивой привычки к систематическим занятиям физическими

упражнениями. Физическая активность человека, как основной элемент его физической культуры, формируется в главных социальных, психологических и биологических компонентах именно в этот, ключевой период жизни ребенка [5, 7].

### **1.3 Особенности семейного физического воспитания младшего школьника**

Важнейшая функция семьи – воспитание детей, обеспечение их всестороннего развития и подготовки к обучению в школе – в значительной мере зависит от воспитательного потенциала семьи, т.е. комплекса факторов и условий, которые в совокупности определяют ее педагогические возможности. Обобщая мнения ряда авторов, к ним следует отнести: материальные и бытовые условия, численность и структуру семьи, ее нравственный и эмоционально-психологический климат, уровень развитости семейного коллектива, характер отношений между ее членами, трудовую атмосферу семьи, характер организации семейного досуга, личный пример родителей, систему и характер внутрисемейного общения, семейные традиции и др.

Образ жизни родителей, их физическое и нравственное здоровье оказывают огромное влияние на здоровье и развитие детей [3]. В семье должно складываться понимание жизненной важности физической активности, вырабатываться привычки к регулярным обязательным занятиям физическими упражнениями. Основное звено в обучении принципам и методике семейного физического воспитания детей младшего школьного возраста – уроки физкультуры в школе и других учебных заведениях. Школа может научить не только внимательному отношению к собственному физическому совершенствованию, но и дать навыки физкультурно-оздоровительной работы в семье [20]. Семья и школа должны быть едины в своих требованиях к воспитанию детей, единодушны, в своем желании вырастить крепкого, сильного и телом и душой человека [7].

Основы физической культуры закладываются, прежде всего, дома, всем

образом жизни родителей. Их личный пример - надежное средство увлечь детей физкультурными занятиями. У родителей, увлекающихся спортом, дети, как правило, рано приобщаются к культуре здорового тела, но необходимы педагогические наблюдения за детскими занятиями. Не менее важно побудить детей к самостоятельности, умению обходиться без непосредственной опеки взрослых [26].

Главная трудность организации самостоятельных занятий заключается в том, чтобы помочь ребенку вовремя и самому взяться за выполнение задания учителя или приступить к самостоятельной тренировке. Самостоятельные занятия физической культурой в условиях семьи требуют овладения учениками и родителями хотя бы элементарными знаниями, умениями и навыками в области методики применения физических упражнений [54].

#### **1.4 Клубные формы воспитательной работы в общеобразовательной школе**

В теории и практике дидактики принято под клубом понимать определенный коллектив, основным целеполаганием которого выступает всемерная забота о формировании положительных личностных качеств его членов, создание для достижения этой цели максимально комфортных условий. Клуб объединяет своих членов на базе общности их мотивов и интересов в деятельности, обеспечивая ожидаемый ими социальный и личностный продукт взаимодействия, создавая комфортную деятельность среду, важную для индивидуального самовыражения, позиционирования в значимой для участника группе единомышленников.

В России термин «клуб» был введен в обращение в «Толковом словаре живого Великорусского языка» В. И. Даля, где данный термин дословно обозначает «собрание, постоянное общество единомышленников, собираемое в специальном помещении с целью беседы, увеселений» [13].

Идея клубной работы увлекала многих передовых педагогов в прошлом, и продолжает оставаться интересной и действенной в настоящее время. Теоретики и пропагандисты клубного движения видят в нем возможность украсить, облегчить жизнь детей различных слоев населения, развить их духовные и физические силы, повысить активность жизнедеятельности.

В словаре русского языка С.И. Ожегова понятие «клуб» трактуется в нескольких значениях. Во-первых, это общественная организация, объединяющая людей для совместного отдыха, развлечений, общения, связанного с различными интересами (политическими, научными, художественными, спортивными и т.д.). Во-вторых, культурно-просветительное учреждение. В-третьих, здание, помещение, где располагается эта организация и где протекает ее деятельность, например: молодежный клуб, спортивный клуб и др. [13].

Исторически формировались в общей системе воспитания подрастающего поколения основные принципы воспитательной деятельности детского клуба:

- 1 Принцип общественной значимости, осуществление которого лишь тогда реально, когда в каждом мероприятии, занятии планируется конкретный полезный результат.
- 2 Принцип самостоятельности. Важным проявлением этого принципа стала организация всей клубной деятельности на основе самоуправления.
- 3 Принцип индивидуального подхода, он отражает специфическую особенность клуба как добровольного воспитательного учреждения, собирающего ребят в их свободное время. Осуществление этого принципа связано с целью изучения и развития интересов детей.
- 4 Принцип занимательности предполагает организовать досуг детей, чтобы создать атмосферу особой заинтересованности и эмоциональности.
- 5 Принцип насыщенной клубной деятельности, реализация которого предполагает создание реальных возможностей для развития детей [49].

Следует отметить, что в нашей стране в 60 - 80 годах был накоплен богатый опыт клубной спортивной, физкультурно-оздоровительной работы. Создавались

такие клубы, как «Кожаный мяч», «Золотая шайба», «Плетеный мяч», «Нептун» и др., но в силу известных причин в настоящее время они прекратили свою деятельность.

Новые условия социально-экономического и культурного развития российского общества выдвинули вопрос о совершенствовании старых и поиске новых форм спортивной клубной работы. Современные физкультурно-спортивные клубные формы работы освещены в работах В.В.Воробьева, Б.Г. Голощакова, И.И. Должикова, В.И. Столярова [13, 46].

В последнее время большое внимание уделяется семейным физкультурно-оздоровительным клубам. Здоровье детей зависит не только от их физических особенностей, но и от условий жизни в семье, санитарной грамотности и гигиенической культуры населения, уровня развития здравоохранения и образования, социально-экономической и экологической ситуации в стране. Ни одна, даже самая лучшая физкультурно-оздоровительная программа не сможет дать полноценных результатов, если она не решается совместно с семьей, если в школьном учреждении не создано детско-взрослое сообщество (дети - родители - педагоги), для которого характерно содействие друг другу, учет возможностей и интересов каждого, его прав и обязанностей [44].

Клубная работа достаточно развита во многих зарубежных странах: в Финляндии, где, как описывает К.Хейнила, около 30% девочек и более 45% мальчиков состоят в спортивных клубах. Деятельностью спортклубов образована и модель массового спорта в Бельгии. Значительно увеличивается в последнее время число подростков-членов спортивных клубов в Швеции. Основная актуальная проблематика функционирования спортклубов в Германии представлена увеличением независимости от государственного финансирования и контроля, расширением учета интересов населения в спортивной деятельности, направлением на привлечение разновозрастных слоев граждан.

За рубежом функционирование детских спортивных клубов часто строится на основе реализации программ дополнительного образования. Например, в

английском университете Лоуборо под эгидой «Проекта санитарного просвещения и физического образования» клуб «Тысяча миль» соединил детей-любителей легкоатлетического бега. Другим удачным примером можно назвать американские спортивные клубы, объединенные в лигу «Баскетбола полуночи». Достаточно экстраординарное проведение игр в ночной период позволило значительно снизить подростковую преступность и девиации в поведении.

Интересен опыт работы групп «Родитель и ребенок» («Parent & Tot») в гимнастических клубах Канады и США, особенно известном в США гимнастическом клубе Richmond Olympiad. Одно - и двухразовые по часу занятия в неделю достаточно привлекательны не только для детей, но и для родителей. Одновременно в зале находятся две, в лучшем случае, 10 семейных пар. В залах, где проводятся подобные занятия, много всевозможного инвентаря. Каждый раз, в зависимости от возраста детей, из оборудования и снарядов готовится определенный комплекс станций, которые рекомендуются родителю с ребенком. Плотность и эмоциональность занятий в основном зависят от родителя [8].

Анализируя физкультурно-оздоровительную работу в зарубежных странах, М.М. Башкирова отметила, что главная тенденция деятельности зарубежных спортивно-оздоровительных клубов – максимальное вовлечение детей и подростков в занятия физической подготовкой и спортом [8].

Основными направлениями совершенствования работы спортивных, семейных, физкультурно-оздоровительных клубов для детей и молодежи специалисты [56] считают: усиление внимания к процессам социализации школьников; ориентацию на свободное самовыражение занимающихся; увеличение разнообразия форм спортивной активности; ориентацию на физкультурно-просветительную работу.

Многие исследователи данной проблемы [56] отмечают, что в формировании клубов большое значение имеет целевая установка, содержание деятельности, кадровое и материальное обеспечение. Функционирование клубов

осуществляется как: 1. Клуб – специфическое учебно-воспитательное учреждение дополнительного образования. 2. Клуб – объединение детей по интересам, например, по месту жительства. Работа в таких клубах ведется по текущим и перспективным планам, в виде определенных познавательных и практических дел, отсутствует строгая регламентация учебного процесса.

### **Выводы по 1 главе**

Анализ научно-методической и специальной литературы позволил из многочисленных форм воспитательной работы с детьми младшего школьного возраста особо выделить клубную, в которой интегрируется обучение и воспитание в семье и школе, осуществляется социализация и саморазвитие, формируется активная жизненная позиция личности младшего школьника. Она позволяет осуществить полноценный индивидуальный подход к физическому, психическому и социальному развитию ребенка через взаимодействие родителей, знающих особенности своего ребенка, педагогов, медицинских работников, строящих работу на основе профессиональных знаний педагогики, психологии, медицины, теории и методики физического воспитания.

Многие специалисты занимаются этой важной для общества проблемой по воспитанию и оздоровлению младших школьников. Рекомендуются разнообразные формы работы, используются различные методы проведения и организации занятий в целях приобщения детей к здоровому образу жизни. Но, как показывает практика, по различным причинам позитивных результатов в оздоровлении и физическом развитии детей младшего школьного возраста пока не достигнуто.

## **ГЛАВА 2 МЕТОДЫ И ОРГАНИЗАЦИЯ ИССЛЕДОВАНИЯ**

### **2.1 Организация исследования**

Исследования проводились в три этапа.

На первом этапе в течение весны 2017 года определялись теоретические и методические основы исследования, изучалась и анализировалась специальная научно-методическая и психолого-педагогическая литература, разрабатывалась интегративная методика, определялись цели, задачи, методы и организация исследования.

На втором этапе (сентябрь 2017 года) в соответствии с программой проведен констатирующий эксперимент. Обследованы младшие школьники в возрасте 7-10 лет, учащиеся общеобразовательных школ № 45 и № 118 г. Челябинска.

Проведен анализ 167 медицинских карт учащихся. Изучены физическое развитие, физическая подготовленность, заболеваемость школьников, отношение к учебному предмету «Физическая культура».

Проведено анкетирование родителей, беседа со школьниками.

Разработаны Устав и комплексная программа семейного физкультурно-оздоровительного клуба.

На третьем этапе (сентябрь 2017 г. – май 2018 г.) проведен формирующий педагогический эксперимент. В сентябре 2017 года на базе общеобразовательной школы № 45 был организован семейный физкультурно-оздоровительный клуб «Росток». Общая работа в клубе определялась деятельностью структурных подразделений. На общем собрании были утверждены Устав, программа, организационная структура клуба, избран совет, председатель клуба.

Экспериментальную группу составили ученики 4-х классов МАОУ СШ № 45 и их родители (n = 50 чел.), контрольную – ученики 4-х классов МАОУ

СШ № 118 (n = 54 чел.). Обе группы занимались по программе физического воспитания для учащихся общеобразовательных школ. Дети экспериментального класса кроме школьных занятий по физическому воспитанию посещали совместно с родителями дополнительные практические и теоретические занятия в семейном физкультурно-оздоровительном клубе, где занятия проходили в соответствии со специально разработанной комплексной программой.

По окончании эксперимента проводилось повторное тестирование, анкетирование родителей, беседа с детьми.

В мае 2018 года были сформулированы выводы и оформлена выпускная квалификационная работа.

## **2.2 Методы исследования**

В нашей работе мы использовали следующие методы:

- 1 Теоретическое изучение и анализ специальной научно-методической литературы.
- 2 Анализ медицинских карт учащихся.
- 3 Опрос (анкетирование, беседа).
- 4 Педагогическое наблюдение.
- 5 Педагогический эксперимент.
- 6 Контрольно-педагогические испытания (тесты).
- 7 Методы математической статистики.

**Теоретическое изучение и анализ специальной научно-методической литературы** по вопросам формирования здорового образа жизни младшего школьника позволил выяснить состояние данного вопроса, ознакомиться с имеющимися исследованиями, определить цель, сформулировать задачи исследования и научно обосновать методический подход к их решению.

**Анализ медицинских карт учащихся.** Были изучены медицинские карты школьников (форма – 26). В них регистрируются данные о заболеваниях и травмах, перенесенных в период обучения в школе.

**Педагогическое наблюдение.** Проводилось детьми младшего школьного возраста и их родителями (контрольная группа) и членами семейного физкультурно-оздоровительного клуба «Росток» (экспериментальная группа). Оно было планомерным и направлено на объект наблюдения (дети и родители). Для проведения наблюдения использовалось протоколирование, фотографирование и видеосъемка. Наблюдение проводилось за процессом изменения отношения детей и их родителей к физическому, нравственному воспитанию, профилактике заболеваний, а также с целью изучения особенностей формирования у них здорового образа жизни.

**Педагогический эксперимент.** Эксперимент проводился с сентября 2017 г. по май 2018 г. Было сформировано две группы: контрольная (n=54 чел.) и экспериментальная (n=50 чел.). Обе группы занимались по программе физического воспитания для учащихся общеобразовательных школ. Дети, их родители из экспериментальной группы посещали дополнительные практические и теоретические занятия в семейном физкультурно-оздоровительном клубе «Росток».

Практические занятия в семейном физкультурно-оздоровительном клубе проводились в свободное от учебных занятий время на базе общеобразовательной школы (в учебном классе, спортивном зале, на спортивной школьной площадке) один раз в неделю, по разработанной нами комплексной программе, длительностью один час. Теоретические занятия проводились один раз в месяц.

При планировании практических занятий обращалось внимание на отстающие показатели в развитии физических качеств детей. На каждого ребенка заполнялся «паспорт физического развития и физической

подготовленности», в котором отмечался уровень развития основных физических качеств (результаты тестирования).

Физическая нагрузка регулировалась изменением количества упражнений, их сложностью, количеством повторений, использованием различных предметов и оборудования. Каждое занятие состояло из подготовительной, основной и заключительной частей.

**Контрольно-педагогические испытания (тесты).** В качестве контрольных упражнений для определения физической подготовленности применяли принятые в практике учебного процесса тесты по предмету «Физическая культура», позволяющие судить об уровне развития скоростных и скоростно-силовых способностей, выносливости, силовой выносливости, гибкости. Для оценки уровня проявления отдельных двигательных качеств детей использовались [30, 48]:

- челночный бег 3X10 м (координационные способности);
- прыжок в длину с места толчком двух ног (скоростно-силовые способности). Испытуемые выполняли две попытки, фиксировался лучший результат. Измерение проводилось с точностью до 1 см;
- легкоатлетический бег в течение 6 минут (выносливость). Расстояние определялось в метрах;
- наклон вперед, и.п. - сидя на полу (гибкость). Для выполнения этого теста был подготовлен ящик длиной 45 см, шириной 35 см, высотой 32 см. На нем укреплялась широкая доска длиной 55-60 см, на которой маркировалась шкала от 0 до 40 см со знаком плюс и от 15 до 20 см – со знаком минус. На краю ящика, в который испытуемый упирался ступнями, устанавливалась нулевая линия и клалась линейка, которую ученик перемещал вперед прямыми руками. Тест повторялся дважды. Засчитывался лучший результат. Наклон выполнялся плавно, ноги в коленях не сгибались;

- подтягивание (силовые способности) на высокой перекладине из виса, (мальчики - количество раз), на низкой перекладине из виса лежа (девочки - количество раз);

- бег 30 м (скоростные способности).

Контрольные педагогические испытания проводились с соблюдением требования к подобного рода исследованиям [48].

Для исследования влияния семьи на формирование личности ребенка младшего школьного возраста использовался тест-опросник родительско-детских отношений (ОРО), разработанный А.Я. Варгой. Опросник позволил диагностировать пять типов отношения родителей к ребенку: «принятие – отвержение», «кооперация», «симбиоз», «авторитарная гиперсоциализация», «маленький неудачник». Тестирование проводилось в начале и конце педагогического эксперимента [11].

**Методы математической статистики.** Материал исследования обработан с помощью пакета специальных компьютерных программ и проверен на статистическую значимость. Определялись следующие показатели: среднее арифметическое значение ( $M$ ), среднее квадратическое отклонение, стандартная ошибка среднего значения ( $\pm m$ ), достоверность различий признаков ( $t$ ). Достоверность различий считалась существенной при 95% ( $p < 0,05$ ) уровне значимости по критерию -  $t$  Стьюдента.

### **2.3 Описание технологии взаимодействия семьи и школы в физкультурно-спортивном клубе**

Исходя из методических требований, предъявляемых к разработке педагогических технологий, нами была разработана инновационная педагогическая технология взаимодействия семьи и школы посредством проектирования и реализации клубной формы для формирования здорового стиля жизни младших школьников (рис.1).



Рисунок 1 – Схема инновационной педагогической технологии взаимодействия семьи и школы

Инновационная педагогическая технология включает в себя:

- цель;
- предварительную диагностику, выбор средней общеобразовательной школы, классов (контрольного и экспериментального);
- содержание, организацию и выбор формы взаимодействия семьи и школы;
- контроль эффективности применяемой педагогической технологии.

Целью предлагаемой технологии является интеграция семьи и школы для всестороннего физического развития, укрепления здоровья, организации досуга и формирования здорового стиля жизни младших школьников.

Это определяет субъект данной инновационной педагогической технологии, который направлен на объект – физическое воспитание младших школьников. Предварительная диагностика включает в себя:

1 Оценку состояния здоровья, физического развития и учебной успеваемости учащихся младших классов (с помощью анализа медицинских карт, классных журналов и тестирования).

2 Отношение родителей и детей младшего школьного возраста к физической культуре и здоровому образу жизни (посредством анкетного опроса родителей и беседы с учениками).

3 Инфраструктура школы. Общеобразовательная средняя школа № 118 Челябинска осуществляет педагогический процесс в соответствии с уровнями общеобразовательных программ трех ступеней образования:

1 ступень – начальное образование;

2 ступень – основное общее образование;

3 ступень – среднее полное общее образование.

Управление работой школы осуществляется через деятельность организационных структур. Школа имеет необходимое количество классных аудиторий, а также два спортивных зала (большой и малый).

4 Воспитательный потенциал семьи определялся с помощью специально разработанной карты.

Реализация взаимодействия семьи и школы происходит в форме семейного физкультурно-оздоровительного клуба.

Семейный физкультурно-оздоровительный клуб имеет свой Устав. В нем представлены общие положения деятельности Клуба; цели и задачи; права и обязанности членов Клуба и участников образовательного процесса;

руководящие органы Клуба; организация образовательного процесса; материально-техническая база [49]. Клуб осуществляет образовательный процесс по комплексной программе. В основу программы физического воспитания детей положен средо-ориентированный подход, который был предложен И.В.Манжелей [35]. Он рассматривается нами как способ построения воспитательно-образовательного процесса, основанного на особом понимании сущности воспитания, при котором акценты в деятельности учителя смещаются с активного педагогического воздействия на личность ученика в область формирования воспитывающей среды как совокупности системных формирующих влияний пространственно - предметного и социокультурного окружения. При такой организации физического воспитания включаются механизмы внутренней активности детей во взаимодействии со средой, где происходит саморазвитие и самовыражение его индивидуальности.

Контроль положительной динамики эффективности инновационной педагогической технологии включает в себя: оценку физической подготовленности младших школьников; показатели, определяющие приобщение родителей и детей младшего школьного возраста к занятиям физической культурой и спортом, а также изучение родительско-детских отношений.

Все компоненты инновационной педагогической технологии взаимосвязаны и направлены на укрепление здоровья, формирование здорового стиля жизни младших школьников, что и является предметом предложенной педагогической технологии.

Для реализации инновационной педагогической технологии взаимодействия семьи и школы необходимо, в первую очередь, определить показатели здоровья детей, отношение родителей и детей данного возраста к физической культуре и здоровому образу жизни.



Рисунок 2 – Модель взаимодействия семьи и школы в условиях семейного физкультурно-оздоровительного клуба "Росток"

В основу моделирования организации семейного физкультурно-оздоровительного клуба была положена модель эффективного взаимодействия, интеграции школы и семьи (рисунок 2).

Основными компонентами модели семейного физкультурно-оздоровительного клуба являются:

1 Цель. Включает интеграцию семьи и школы для всестороннего физического развития детей, укрепления здоровья, нравственного и интеллектуального воспитания, организации досуга и формирования здорового образа жизни, последовательного становления и раскрытия личности ребенка, развития отдельных его качеств или их элементов.

2 Задачи: образовательные, воспитательные и развивающие. Образовательные задачи состоят в передаче детям младшего школьного возраста, их родителям основ формирования здорового образа жизни. Воспитательные задачи включают формирование у детей и взрослых на основе полученных знаний системы взглядов, способность отстаивать свои убеждения. Они предполагают развитие у школьников воли, настойчивости, целеустремленности, прилежания, сознательной дисциплины, самостоятельности и ответственности.

3. Семья и школа, как участники взаимодействия, способствующие реализации цели и задач.

4. Клуб как основная форма взаимодействия.

5. Содержание работы клуба, которое включает в себя следующие компоненты: образовательный (реализация образовательных задач), физического развития и оздоровления детей (реализация образовательных, воспитательных и развивающих задач), компонент нравственного воспитания (реализация задач воспитания), компонент практических умений (реализация развивающих задач).

6. Организационно-управленческий компонент, основой которого являются методы, формы физического воспитания и обучения, с помощью которых осуществляется взаимодействие школы и семьи, их сотрудничество.

7. Педагогическая диагностика. С помощью специальных методик устанавливается эффективность процесса взаимодействия, что позволяет вносить коррективы в совместную деятельность семьи и школы, избегать повторения допущенных ошибок.

8. Контроль эффективности работы семейного физкультурно-оздоровительного клуба. В его состав входят: оценка знаний, умений, навыков, характеристика привитых детям убеждений, черт характера, свойств личности. Наиболее четкими и определяющими показателями эффективности процесса взаимодействия семьи и школы являются показатели состояния здоровья, уровня физического развития детей, повседневное их поведение, поступки, отношение к учебе, к своему здоровью, людям и друг к другу.

Все компоненты модели семейного физкультурно-оздоровительного клуба взаимосвязаны и направлены на достижение основной цели - укрепление здоровья и формирование здорового стиля жизни младшего школьника

Клуб, как социально-педагогическое явление, представляет собой интеграцию познавательной, развивающей, коммуникативной деятельности родителей и детей, в основе которой лежит свободный поиск путей формирования здорового стиля жизни, интереса к физической культуре, творчеству.

Сущностью интегративного подхода к формированию здорового стиля жизни младших школьников, его внутренней основой является целостность интегративно организованного образовательного процесса в единстве его направлений: межличностной и внутриличностной интеграции.

Определение этих направлений интегративного подхода детерминировано самим процессом формирования здорового стиля жизни младших школьников, который включает мотивацию, деятельность, общение учителей, родителей и детей. Механизм взаимодействия этих направлений обеспечивает целостность и эффективность процесса формирования здорового стиля жизни младших школьников.

Межличностная интеграция в процессе формирования здорового стиля

жизни младших школьников - это необходимое направление сотрудничества и сотворчества через многостороннюю открытость диалогического взаимодействия.

Диалог, как стратегия интегративного подхода, мотивирует личную заинтересованность учителей школы в интеграции, сотрудничестве семьи и школы. Это направление интегративного подхода обеспечило профессионально-педагогическую направленность преподавания, а образовательный процесс как «встречу». Результат межличностной интеграции – организационно-коммуникативная готовность к осуществлению совместной деятельности семьи и школы.

Общая работа в клубе определяется деятельностью структурных подразделений.

На общем собрании утверждены Устав, программа, организационная структура клуба, избран совет, председатель клуба. Рассмотрены и определены физкультурно-массовые и спортивные мероприятия.

Совет клуба совместно с учителем физической культуры принимают участие в разработке календарного плана физкультурно-массовых, спортивных, просветительских мероприятий в классе, анализируют и совершенствуют методику проведения практических совместных физкультурно-оздоровительных занятий, занятий-бесед, дискуссий, вносят предложения по улучшению материально-технического, методического обеспечения педагогического процесса школы.

Задача актива – вовлекать детей, родителей в регулярные занятия физическими упражнениями, популяризировать различные виды спорта.

Председатель совместно с заместителем организуют работу совета клуба, поддерживают связь с администрацией школы, педагогическим коллективом, отвечают за воспитательную работу среди членов клуба. Медицинские

работники ведут просветительскую работу и осуществляют контроль физического состояния здоровья детей. Классный руководитель помогает реализовать программу деятельности клуба, оказывает действенную помощь по организации физической активности и пропаганде здорового образа жизни детей в классном коллективе.

Для практической реализации программы деятельности клуба применяются разнообразные формы физического воспитания, направленные на формирование физической культуры личности младших школьников.

Формы работы со школьниками в контексте клубной деятельности позволяют учитывать социально-психологические особенности развития младших школьников, воспитательный потенциал семьи, что оказывает наибольшее влияние на организацию и методику работы клуба. Тем самым деятельность семейного физкультурно-оздоровительного клуба обеспечивает возможность интегрировать усилия семьи, школы для формирования здорового стиля жизни младших школьников.

Концептуальной основой деятельности семейного физкультурно-оздоровительного клуба явилось создание условий для развития мотивационно-ценностного отношения личности к познанию, творчеству и двигательной активности в процессе физического воспитания. Она потребовала решения следующих задач:

- формирования представления в семье о системе физического воспитания, физкультурно-оздоровительных и реабилитационных форм физической культуры, здорового образа жизни;

- укрепления здоровья, совершенствования физического развития, повышения функциональных возможностей систем организма методами и средствами физического воспитания;

- изучения медико-биологических и психологических особенностей детей младшего школьного возраста;

- проведения работы по нравственному, физическому и интеллектуальному воспитанию;
- организации досуга детей в свободное от учебного процесса время;
- воспитания устойчивого интереса и привычки к систематическим занятиям физическими упражнениями, соблюдению режима дня и гигиенических правил;
- профилактики правонарушений и детской преступности;
- привлечения детей к систематическим занятиям по различным видам спорта, к здоровому стилю жизни.

Исходя из всего вышесказанного, программа семейного физкультурно-оздоровительного клуба «Росток» призвана обеспечить развитие внеклассной работы с учащимися младших классов и их родителями, направленной на укрепление здоровья, всестороннее физическое развитие, нравственное и духовное воспитание, а также привлечение семьи к здоровому образу жизни. Она разработана в целях совершенствования новых форм и методов работы по месту учебы с учетом категорий детей, родителей, членов клуба.

Клуб «Росток» определяет свою деятельность по оздоровлению детей, их нравственному и физическому воспитанию как образовательную и воспитательную по педагогической задаче, познавательную по дидактическому содержанию и досуговую по методическому оформлению.

Содержание проводимых клубом мероприятий не являлось зафиксированным раз и навсегда и менялось в зависимости от творческих планов клуба, потребностей детей и пожеланий родителей. Однако тематическая основа клуба оставалась неизменной.

Физкультурно-оздоровительная и образовательная деятельность клуба реализовывалась как непосредственно обучающая, в форме занятий по общей физической подготовке (по различным видам спорта), игры (подвижные и спортивные), туристических походов, экскурсий, соревнований, викторин, спортивных праздников, индивидуальных занятий (утренняя гимнастика, домашнее задание), конкурсов, бесед, консультаций. Практические занятия

проводились один раз в неделю и рассматривались как средство оздоровления подрастающего поколения и приобщения семьи к здоровому образу жизни, как способ организации досуга детей, коррекции физического и психического состояния.

На проводимых теоретических занятиях с родителями осуществлялась сложная работа по выработке единой позиции учителей школы, сотрудников Клуба и родителей по важнейшим воспитательно-педагогическим проблемам физического совершенствования детей. Такие занятия проходили один раз в месяц с привлечением известных специалистов в области физического воспитания, детской психологии и педагогики.

Некоторые формы вырабатывались самим клубом, они менялись и обновлялись.

В результате освоения программы ожидалось:

- становление личности ребенка, раскрытие его индивидуальных возможностей, приобщение к здоровому стилю жизни;
- формирование представления о системе физического воспитания, исправление недостатков физического и психического развития, улучшение здоровья;
- повышение интереса к занятиям по физической культуре и спорту, самостоятельной творческой активности, способствующей самообразованию;
- приобщение семьи к здоровому образу жизни;
- повышение дисциплинированности и учебной активности в школе;
- улучшение взаимоотношений родителей и детей.

Критерии оценки деятельности клуба:

- стабильность состава занимающихся и посещаемость занятий (родителей и детей);
- динамика индивидуальных показателей физического развития, состояния здоровья, интеллектуального и нравственного воспитания;
- уровень освоения основ здорового образа жизни, физического воспитания, гигиены, самоконтроля;

- успеваемость в школе и дисциплинированность детей;
- количество детей, занимающихся в спортивных школах и секциях;
- расширение круга общения, превращение агрессивности в активную деятельность, доверие и открытость к окружающим, улучшение отношений со взрослыми (родителями, учителями).

Осуществляя индивидуальный подход к каждому ребенку в соответствии с его природными данными, поддерживая детей в их личных поисках, предлагая и помогая постепенно осваивать физические упражнения и виды спорта, проводя занятия на высоком эмоциональном уровне, преподаватель по физическому воспитанию клуба способствовал максимальному развитию каждого ребенка.

С целью развития творческих способностей особое внимание в программе уделялось организации развивающей среды, в которой ребенок находится в школе и дома. В своей деятельности родители, учителя школы и работники клуба были единомышленниками в решении поставленных задач, коллектив школы создавал все условия для их реализации.

Систематические занятия физическими упражнениями, спортом способствовали выработке потребности организма в целенаправленной двигательной активности, что служило средством оздоровления и закаливания ребенка.

# ГЛАВА 3 ЭКСПЕРИМЕНТАЛЬНОЕ ОБОСНОВАНИЕ ЭФФЕКТИВНОСТИ ДЕЯТЕЛЬНОСТИ СЕМЕЙНОГО ФИЗКУЛЬТУРНО-ОЗДОРОВИТЕЛЬНОГО КЛУБА

## 3.1 Динамика показателей физической подготовленности младших школьников

Исходные показатели физической подготовленности школьников контрольных и экспериментальных групп не имели статистически достоверных различий (таблицы 1 и 2). Сравнение полученных результатов с нормативами, приводимыми в «Тест-программе мэра Москвы» [48], показало, что развитие скоростно-силовых качеств мышц-сгибателей туловища и нижних конечностей (прыжок в длину с места) у мальчиков контрольной и экспериментальной групп соответствует, так называемому, «среднему» уровню подготовленности (140-160 см). Также на среднем уровне развития находятся показатели, характеризующие такие качества, как гибкость и скорость (наклон вперед и бег 30 м), хотя и были на нижнем пределе «среднего» уровня подготовленности. Низкий уровень развития отмечен в координационных способностях (челночный бег 3x10 м), выносливости (6-минутный бег) и в силе мышц плечевого пояса (подтягивание на перекладине).

У девочек обеих групп все показатели контрольных упражнений были на «низком» уровне подготовленности. Полученные результаты свидетельствуют о недостаточной степени физической подготовленности детей контрольной и экспериментальной групп, занимающихся общеразвивающими упражнениями только в условиях общеобразовательной средней школы.

Для определения эффективности воздействия педагогической технологии взаимодействия семьи и школы на физическое воспитание младших школьников был проведен сравнительный анализ конечных результатов, показанных детьми контрольной и экспериментальной групп.

Анализ итогового тестирования учащихся экспериментальной группы показал достоверное улучшение результатов по всем исследуемым физическую подготовленность показателям (таблицы 3 и 4).

Таблица 1 – Показатели физической подготовленности мальчиков контрольной (КГ) и экспериментальной (ЭГ) групп до начала педагогического эксперимента

Контрольное упражнение (тест)	Группы	n	M±m	t <sub>ст</sub>	p
Прыжок в длину с места, см	ЭГ	13	153,15±2,14	0,263	>0,05
	КГ	15	154±2,35		
Челночный бег 3x10м, с	ЭГ	13	10,85±0,10	0,250	>0,05
	КГ	15	10,89±0,15		
Наклон вперед из положения, сидя, см	ЭГ	13	4,77±0,43	0,467	>0,05
	КГ	15	5,00±0,28		
Бег 30 м, с	ЭГ	13	6,45±0,12	0,936	>0,05
	КГ	15	6,33±0,08		
6-минутный бег, м	ЭГ	13	884,62±12,23	0,674	>0,05
	КГ	15	894,67±8,99		
Подтягивание на высокой перекладине из виса, раз	ЭГ	13	1,31±0,17	1,041	>0,05
	КГ	15	1,07±0,15		

Таблица 2 – Показатели физической подготовленности девочек контрольной (КГ) и экспериментальной (ЭГ) групп до начала педагогического эксперимента

Контрольное упражнение (тест)	Группы	n	M±m	t <sub>ст</sub>	p
Прыжок в длину с места, см	ЭГ	12	140,83±2,29	0,944	>0,05
	КГ	12	138,42±1,14		
Челночный бег 3x10м, с	ЭГ	12	11,97±0,18	0,755	>0,05
	КГ	12	11,79±0,15		
Наклон вперед из положения, сидя, см	ЭГ	12	6,29±0,86	0,712	>0,05
	КГ	12	6,50±0,85		
Бег 30 м, с	ЭГ	12	6,78±0,09	1,598	>0,05
	КГ	12	6,60±0,06		
6-минутный бег, м	ЭГ	12	697,92±8,60	0,953	>0,05
	КГ	12	707,50±5,20		
Подтягивание на низкой перекладине из виса лежа, раз	ЭГ	12	6,67±0,54	1,090	>0,05
	КГ	12	7,33±0,28		

Таблица 3 – Показатели физической подготовленности мальчиков контрольной (КГ) и экспериментальной (ЭГ) групп после окончания педагогического эксперимента

Контрольное упражнение (тест)	Группы	n	M±m	t <sub>ст</sub>	p
Прыжок в длину с места, см.	ЭГ	13	156,38±2,14	2,386	<0,05
	КГ	15	152,07±1,47		
Челночный бег 3x10м, с.	ЭГ	13	9,71±0,12	6,917	<0,05
	КГ	15	10,81±0,11		
Наклон вперед из положения, сидя, см.	ЭГ	13	6,85±0,44	3,414	<0,05
	КГ	15	5,20±0,24		
Бег 30 м, с.	ЭГ	13	6,04±0,10	2,254	<0,05
	КГ	15	6,25±0,06		
6-минутный бег, м.	ЭГ	13	944,62±10,10	3,662	<0,05
	КГ	15	901,33±6,68		
Подтягивание на высокой перекладине из виса, раз	ЭГ	13	3,23±0,28	6,770	<0,05
	КГ	15	1,27±0,12		

Таблица 4 – Показатели физической подготовленности девочек контрольной (КГ) и экспериментальной (ЭГ) групп после окончания педагогического эксперимента

Контрольное упражнение (тест)	Группы	n	M±m	t <sub>ст</sub>	p
Прыжок в длину с места, см.	ЭГ	12	147,58±1,43	4,134	<0,05
	КГ	12	139,58±1,30		
Челночный бег 3x10м, с	ЭГ	12	10,25±0,09	6,906	<0,05
	КГ	12	11,63±0,18		
Наклон вперед из положения, сидя, см.	ЭГ	12	8,58±0,52	2,199	<0,05
	КГ	12	6,83±0,60		
Бег 30 м, с.	ЭГ	12	6,06±0,06	4,279	<0,05
	КГ	12	6,42±0,05		
6-минутный бег, м.	ЭГ	12	796,25±7,96	9,182	<0,05
	КГ	12	712,50±4,46		
Подтягивание на низкой перекладине из виса лежа, раз	ЭГ	12	10,08±0,45	3,280	<0,05
	КГ	12	8,33±0,28		

У мальчиков экспериментальной группы в прыжке в длину с места прирост результатов увеличился со 153,15±2,14 до 156,38±2,14 см (p< 0,05); у

испытуемых контрольной группы эти изменения недостоверны (до эксперимента  $154 \pm 2,35$  см, после эксперимента  $152,07 \pm 1,47$  см). В челночном беге 3x10 м. результаты у детей экспериментальной группы улучшились и в среднем составили: до эксперимента  $10,85 \pm 0,10$  с, после эксперимента –  $9,71 \pm 0,12$  с ( $p < 0,05$ ), в контрольной группе изменения практически не произошли (до эксперимента  $10,89 \pm 0,15$  с, после эксперимента  $10,81 \pm 0,11$  с;  $p > 0,05$ ).

В 6-минутном беге, характеризующем развитие выносливости, наибольший прирост результатов был у мальчиков в экспериментальной группе. Так, до эксперимента данный показатель равнялся  $884,62 \pm 12,23$  м, после –  $944,62 \pm 10,10$  м ( $p < 0,05$ ). В контрольной группе эти изменения были незначительные (до эксперимента  $894,67 \pm 8,99$  м, после  $901,33 \pm 6,68$  м;  $p > 0,05$ ). У мальчиков экспериментальной группы значительный прирост результатов произошел в тестах, определяющих развитие гибкости и силы. Так, прирост результатов, показанных при выполнении наклона вперед из положения сидя, составил в среднем 2,08 см (до эксперимента –  $4,77 \pm 0,43$  см, после эксперимента –  $6,85 \pm 0,44$  см; ( $p > 0,05$ )). При выполнении подтягивания на перекладине результат увеличился с  $1,31 \pm 0,17$  до  $3,23 \pm 0,28$  раза ( $p < 0,05$ ). У мальчиков контрольной группы существенных изменений не произошло. При выполнении наклона вперед из положения сидя результат до эксперимента составил в среднем  $5,00 \pm 0,28$  см, после  $5,20 \pm 0,24$  см ( $p > 0,05$ ), а в силовом упражнении в подтягивании результаты практически не изменились (до эксперимента –  $1,07 \pm 0,15$  раза, после эксперимента –  $1,27 \pm 0,12$  раза;  $p > 0,05$ ).

У мальчиков экспериментальной группы в тесте, характеризующем развитие скоростных способностей (бег 30 м.), результат существенно улучшился: до эксперимента он равнялся  $6,45 \pm 0,12$  с, после эксперимента –  $6,04 \pm 0,10$  с ( $p < 0,05$ ). В контрольной группе таких изменений не наблюдалось (до эксперимента –  $6,33 \pm 0,08$  с, после –  $6,25 \pm 0,06$  с ;  $p > 0,05$ ).

У девочек контрольной группы до начала педагогического эксперимента и после его окончания достоверного улучшения показателей по всем тестам не было. В экспериментальной группе проведенный анализ позволил заключить, что к окончанию эксперимента различия между результатами до и после педагогического эксперимента были достоверны по всем показателям. Так, в прыжке в длину с места (скоростно-силовые способности) результат увеличился до  $147,58 \pm 1,43$  см (до эксперимента -  $140,83 \pm 2,29$  см;  $p < 0,05$ ). В челночном беге  $3 \times 10$  м (координационные способности) он составил  $10,25 \pm 0,09$  с (до эксперимента -  $11,97 \pm 0,18$  с;  $p < 0,05$ ). Значительно улучшилась гибкость у девочек (наклон вперед из положения сидя). До педагогического эксперимента данный показатель равнялся  $6,29 \pm 0,86$  см, после эксперимента -  $8,58 \pm 0,52$  см ( $p < 0,05$ ). В тесте, характеризующем развитие выносливости, результаты улучшились. До эксперимента девочки пробежали за 6 минут дистанцию  $697,92 \pm 8,60$  м, после окончания педагогического эксперимента дистанция увеличилась до  $796,25 \pm 7,96$  м ( $p < 0,05$ ). В подтягивании на низкой перекладине результаты также достоверно повысились (с  $6,67 \pm 0,54$  раза в начале эксперимента до  $10,08 \pm 0,45$  раза после эксперимента;  $p < 0,05$ ), как и скоростные способности в беге на 30 метров (с  $6,78 \pm 0,09$  до  $6,06 \pm 0,06$  с;  $p < 0,05$ ).

Результаты итогового тестирования физической подготовленности учащихся начальных классов позволили определить эффективность воздействия педагогической технологии взаимодействия семьи и школы на физическую подготовленность младших школьников. Анализ полученных данных у испытуемых экспериментальной группы показал достоверное улучшение результатов по всем исследуемым физическую подготовленность показателям.

Прирост результатов у детей экспериментальной группы объясняется тем, что при проведении занятий по физической культуре в семейном физкультурно-оздоровительном клубе «Росток» учитывались их

индивидуальные особенности, на протяжении учебного года проводилась коррекция отставания развития физических способностей, велась просветительская работа. Использование различных средств физического воспитания и форм организации занятий в клубе способствовало формированию у младших школьников интереса к этим занятиям на основе воспитания благоприятного восприятия физических нагрузок. Их постепенный прирост обеспечивал повышение общего тонуса организма и создавал необходимые предпосылки для формирования нравственных и физических качеств. Все это в комплексе способствовало формированию положительной мотивации, желания к занятиям физическими упражнениями, и как, следствие, выразилось в улучшении физической подготовленности.

Кроме этого у детей экспериментальной группы улучшилась успеваемость не только по дисциплине «Физическая культура» и по остальным учебным предметам, уменьшились пропуски учебных занятий.

### **3.2 Выявление родительско-детских отношений в ходе педагогического эксперимента**

Семейный физкультурно-оздоровительный клуб «Росток» объединил взрослых и детей в общую совместную деятельность, которая осуществлялась на основании социальной перцепции и с помощью общения. Результатом взаимодействия являются определенные взаимоотношения, которые, являясь внутренней личностной основой взаимодействия, зависят от отношений людей, от положения взаимодействующих. Позиции, применяемые родителями в общении с детьми, определяются ожиданиями и требованиями, предъявляемыми к ребенку, особенностями отношения к нему.

Для изучения отношения родителей к детям нами использовался опросник А.Я.Варга [11]. Родительское отношение понимается как «система разнообразных чувств по отношению к ребенку, поведенческих стереотипов,

практикуемых в общении с ним, особенностей восприятия и понимания характера и личности ребенка, его поступков, определяющая ролевую структуру семейных взаимоотношений». Из пяти шкал опросника две отражают социально желательный образ родительского отношения к ребенку («кооперация» и «принятие»), другие, наоборот, отражают социально нежелательный образ родительского отношения к ребенку.

Нами были опрошены родители детей контрольной и экспериментальной групп и получены следующие результаты (таблица 5).

Таблица 5 – Типы отношений родителей к детям экспериментальной (ЭГ) и контрольной (КГ) групп до педагогического эксперимента

Типы отношений	Группы (n)	M±m	t <sub>ст</sub>	p
Принятие – отвержение	ЭГ(25)	11,08±0,45	1,692	>0,05
	КГ(27)	12,13±0,42		
Кооперация	ЭГ(25)	6,44±0,25	0,015	>0,05
	КГ(27)	6,43±0,22		
Симбиоз	ЭГ(25)	3,44±0,35	0,069	>0,05
	КГ(27)	3,48±0,43		
Авторитарная гиперсоциализация	ЭГ(25)	4,04±0,33	0,169	>0,05
	КГ(27)	3,95±0,36		
Маленький неудачник	ЭГ(25)	1,20±0,18	0,470	>0,05
	КГ(27)	1,09±0,15		

Анализ результатов показал, что родители учеников контрольной и экспериментальной групп имели высокий средний балл по 6- балльной шкале «авторитарная гиперсоциализация» (экспериментальная группа - 4,04±0,33 балла; контрольная - 3,95±0,36 балла). Это показатель того, что родители относятся к своим детям с позиции авторитаризма. Меньше половины родителей учащихся контрольной и экспериментальной групп принимают

ребенка таким, какой он есть, одобряют его интересы и планы (по 32 - балльной шкале «принятие-отвержение»: экспериментальная группа -  $11,08 \pm 0,45$  балла; контрольная -  $12,13 \pm 0,42$  балла). Чуть меньше половины родителей не стремятся к симбиотическим отношениям с ребенком и пытаются предоставить ему, в силу определенных обстоятельств самостоятельность (по 7- балльной шкале «симбиоз»: экспериментальная группа -  $3,44 \pm 0,35$  балла; контрольная -  $3,48 \pm 0,43$  балла).

По 9- балльной шкале «кооперация» получен достаточно высокий средний балл (экспериментальная группа -  $6,44 \pm 0,25$  балла; контрольная -  $6,43 \pm 0,22$  балла). Родители детей как контрольной, так и экспериментальной групп заинтересованы в делах и планах ребенка, поощряют инициативу, доверяют ребенку. По 7- балльной шкале «маленький неудачник» получен балл в экспериментальной группе -  $1,20 \pm 0,18$ ; контрольной -  $1,09 \pm 0,15$ . Невысокий средний балл - показатель того, что родители не инфантилизируют ребенка, не приписывают ему личную и социальную несостоятельность.

Полученные результаты по всем пяти шкалам в контрольной и экспериментальной группах до эксперимента не имели достоверных различий.

Результаты показывают, что большинство родителей имеет установку на авторитарность в воспитании ребенка, но в то же самое время высоко оценивают способности ребенка, поощряют инициативу и самостоятельность.

Для определения эффективности воздействия педагогической технологии взаимодействия семьи и школы на младших школьников был проведен сравнительный анализ конечных результатов (таблица 6).

У родителей детей экспериментальной группы по 9- балльной шкале «кооперация» средний балл увеличился с  $6,44 \pm 0,25$  до педагогического эксперимента до  $7,32 \pm 0,30$  после педагогического эксперимента ( $p < 0,05$ ). Это показатель того, что больше стало родителей, которые заинтересованы в делах и планах ребенка, стараются помочь ему, поощряют инициативу и самостоятельность. В контрольной группе достоверных различий не произошло

по этой шкале: до педагогического эксперимента -  $6,43 \pm 0,22$  балла, после –  $6,52 \pm 0,22$  балла. По 6- балльной шкале «авторитарная гиперсоциализация» в экспериментальной группе снизился средний балл с  $4,04 \pm 0,33$  до педагогического эксперимента до  $3,88 \pm 0,35$  после педагогического эксперимента ( $p < 0,05$ ). В контрольной группе нет достоверных различий (до  $3,95 \pm 0,36$ , после -  $3,74 \pm 0,32$  балла). Это показатель того, что в экспериментальной группе меньше стало родителей, которые требуют от ребенка безоговорочного послушания и дисциплины.

Таблица 6 – Типы отношений родителей к детям экспериментальной (ЭГ) и контрольной (КГ) групп после педагогического эксперимента

Типы отношений	Группы (n)	M±m	t <sub>ст</sub>	p
Принятие – отвержение	ЭГ(25)	$9,48 \pm 0,29$	5,212	<0,05
	КГ(27)	$11,91 \pm 0,37$		
Кооперация	ЭГ(25)	$7,32 \pm 0,30$	2,244	<0,05
	КГ(27)	$6,52 \pm 0,22$		
Симбиоз	ЭГ(25)	$4,92 \pm 0,50$	2,553	<0,05
	КГ(27)	$3,30 \pm 0,37$		
Авторитарная гиперсоциализация	ЭГ(25)	$3,88 \pm 0,35$	0,296	>0,05
	КГ(27)	$3,74 \pm 0,32$		
Маленький неудачник	ЭГ(25)	$0,44 \pm 0,13$	2,793	<0,05
	КГ(27)	$1, \pm 0,15$		

Увеличился средний балл экспериментальной группы по 7 - балльной шкале «симбиоз» с  $3,44 \pm 0,35$  до педагогического эксперимента до  $4,92 \pm 0,50$  после педагогического эксперимента ( $p < 0,05$ ). Родители, которые стремятся к симбиотическим отношениям с ребенком, ощущают себя единым целым с ним. Но в то же время испытывают тревогу за ребенка, стремятся удовлетворить все его потребности. В контрольной группе достоверных изменений не произошло (до педагогического эксперимента  $3,48 \pm 0,43$ , после -  $3,30 \pm 0,37$  балла).

Особое внимание мы обратили на результаты исследования по 7-балльной шкале «маленький неудачник». Эта шкала отражает особенности восприятия и понимания ребенка родителем. В экспериментальной группе снизился средний балл с  $1,20 \pm 0,18$  до педагогического эксперимента до  $0,44 \pm 0,13$  после педагогического эксперимента ( $p < 0,05$ ).

Результаты итогового тестирования по тесту-опроснику позволили определить эффективность воздействия педагогической технологии взаимодействия семьи и школы. Анализ полученных данных экспериментальной группы показал достоверное улучшение результатов по шкалам, отражающим социально желательный образ родительского отношения к ребенку («кооперация» и «принятие»). Также произошли достоверные изменения по остальным шкалам теста-опросника.

Изменения результатов в экспериментальной группе объясняются тем, что при проведении воспитательных мероприятий, занятий в семейном физкультурно-оздоровительном клубе учитывались интересы родителей и детей. Создавались условия для личного взаимодействия педагогов и родителей по поводу успехов и неудач, сомнений и размышлений в процессе воспитания конкретного ребенка в семье. Применялись разнообразные формы и способы воспитательной работы, направленные на создание атмосферы сотрудничества, взаимодействия семьи и школы.

## ЗАКЛЮЧЕНИЕ

Проведенное исследование позволяет сформулировать следующие **выводы:**

1 Установлено, что занятия по комплексной программе физического воспитания младших школьников не обеспечивают в полной мере физическое развитие детей, у них не сформирована устойчивая мотивация к занятиям физической культурой и здоровому образу жизни. Это обуславливает необходимость поиска новых путей модернизации физического воспитания. Одним из эффективных направлений решения данной проблемы является клубная форма взаимодействия семьи и школы, как специфического процесса образовательной деятельности, обеспечивающей духовное, нравственное и физическое развитие.

2 Разработанная инновационная педагогическая технология взаимодействия семьи и школы посредством моделирования и реализации клубной формы обусловила позитивные изменения результатов физической подготовленности. Реализация программы положительно повлияла на динамику показателей в родительско-детских отношениях.

3 Деятельность семейного физкультурно-оздоровительного клуба в условиях общеобразовательной школы обеспечивает эффективное взаимодействие семьи и школы в формировании основ здорового стиля жизни младших школьников, приобщении детей к систематическим занятиям физической культурой и спортом, приводит к улучшению состояния здоровья, родительско-детских отношений, повышению успеваемости.

## БИБЛИОГРАФИЧЕСКИЙ СПИСОК

- 1 Авчинникова, С.О. Формирование здорового стиля жизни старшеклассников /С.О. Авчинникова.- Смоленск: Универсум, 2012.- 164с.
- 2 Ашмарин, Б.А. Теория и методика педагогических исследований в физическом воспитании / Б.А.Ашмарин. - М.: Физкультура и спорт, 1978.-112 с.
- 3 Байбородова, Л.В. Взаимодействие школы и семьи / Л.В.Байбородова. - Ярославль: Академия развития: Академия Холдинг, 2013.- 224с.
- 4 Бальсевич, В.К. Физическая культура для всех и для каждого /В.К.Бальсевич.- М.: Физкультура и спорт, 1988. - 208с.
- 5 Бальсевич, В.К. Физическая культура: молодежь и современность /В.К.Бальсевич, Л.И.Лубышева // Теория и практика физической культуры.- 1995.- № 4. - С.2-5.
- 6 Баранов, А.А. Здоровье детей на пороге 21 века: пути решения проблемы / А.А.Баранов, Л.А.Щеплягина // Русский медицинский журнал.-2000.-Т.8.- №18.- С.737-738.
- 7 Барышников, А.А. Самостоятельные занятия физическими упражнениями – каждому школьнику / А.А.Барышников // Проблемы совершенствования школьной физической культуры: тез. науч.-практ. конф. - Омск: ОГИФК,2014.- С.43-45.
- 8 Башкирова, М.М. Спортивно-оздоровительные клубы за рубежом / М.М.Башкирова, С.И.Гуськов.- М.:ВНИИФК,1994.-75с.
- 9 Благуш, П.К. К теории тестирования двигательных способностей / П.К.Благуш. – М.: Физкультура и спорт, 1982.- 166с.
- 10 Бондаревский, Е.Я. Исследование зависимости результатов физических упражнений от морфофункциональных особенностей детей школьного возраста / Е.Я.Бондаревский, Н.М.Мамаджанов // Теория и практика физической культуры. – 1981. - №10. – С.36-38.

- 11 Варга, А.Я. Системная семейная психотерапия. Краткий лекционный курс / А.Я.Варга. – М.: Речь, 2011. – 144с.
- 12 Виленский, М.Я. Методологический анализ общего и особенного в понятиях «здоровый образ жизни» и «здоровый стиль жизни» / М.Я.Виленский, С.О.Авчинникова // Теория и практика физической культуры. - 2012.- №11.- С.2-8.
- 13 Воробьев, В.В. Клубы, какие они есть / В.В.Воробьев // Физическая культура в школе. – 1998. - № 6. – С.60-61.
- 14 Выготский, Л.С. История развития высших психических функций // Собр. соч.: в 6 т./ Л.С.Выготский. – М., 1983. – Т.3.- 144с.
- 15 Головина, Л.Л. Физическое воспитание учащихся общеобразовательной школы: личностный аспект / Л.Л Головина, Ю.А Копылов // Физическая культура: воспитание, образование, тренировка. - 2008.- №2. - С.17- 19.
- 16 Губа, В.П. Возрастные основы формирования спортивных умений у детей в связи с начальной ориентацией в различных видах спорта : автореф. дис... докт. пед. наук / В.П.Губа. – М.,1997. – 50с.
- 17 Давыдов, В.Ю. Морфофункциональные, психофизиологические показатели и двигательные качества детей 7-10-летнего возраста разных типов конституций / В.Ю.Давыдов. – Волгоград, 1994. – 33с.
- 18 Карабанова, О.А. Психология семейных отношений и основы семейного консультирования / О.А.Карабанова. – СПб.: Гардарики, 2013.- 145с.
- 19 Киримов, Г.Д. Младший школьный возраст в социально-педагогическом процессе формирования здорового образа жизни / Г.Д.Киримов, А.В.Шукаева // Тр. Смоленского ГИФК; под общ. ред. С.А.Корневского. – Смоленск , 2010.- С.386-389.
- 20 Койносов, В.В. Формирование потребности в физической культуре у учащихся младшего школьного возраста : автореф. дис... канд. пед. наук / В.В.Койносов. - Омск, 1992.- 22с.

- 21 Кузнецов, В.С. Теория и методика физического воспитания и спорта / В.С.Кузнецов. – М.: АСАДЕМА, 2010. – 45с.
- 22 Кузнецова, Л.В. Гармоничное развитие личности младшего школьника : книга для учителя / Л.В.Кузнецова. – М.: Просвещение, 1988. – 224с.
- 23 Кузьмина, В.Н. Формирование эмпатии у младших школьников к сверстнику в зависимости от детско-родительских отношений в семье: автореф. дис... канд. пед. наук / В.Н.Кузьмина. – Н.Новгород, 2014. – 18с.
- 24 Кулагина, И.Ю. Возрастная психология (развитие ребенка от рождения до 17 лет) / И.Ю.Кулагина. – М.: Сфера, 2008. – 124с.
- 25 Лебедев, П.А. Семейное воспитание: хрестоматия / П.А.Лебедев. – М.: Академия, 2001. – 408с.
- 26 Лебедева, Н.Т. Формирование здорового стиля жизни школьника / Н.Т.Лебедева. – Минск: Народная асвета, 1996.- 105с.
- 27 Литвинов, Е.И. Методика физического воспитания учащихся 1-4 классов : пособ. для учителя / Е.И.Литвинов, П.И.Погадаев, Т.Ю.Торочкова, Р.Я.Шитова. – М.: Просвещение,1997. – 80с.
- 28 Лодкина, Т.В. Социальная педагогика. Защита семьи и детства / Т.В.Лодкина. – М.: Академия,2013. – 192с.
- 29 Лубышева, Л.И. Концепция формирования физической культуры человека / Л.И.Лубышева . - М.: ГЦОЛИФК, 1992 . – 120с.
- 30 Лях, В.И. Комплексная программа физического воспитания учащихся I-IV кл. общеобразовательной школы / В.И. Лях, Л.Б.Кофман, Г.Б.Мейксон. - М.: Фемида, 1992.- 35с.
- 31 Лях, В.И. Программа физического воспитания учащихся I-XI кл. с направленным развитием двигательных способностей / В.И. Лях // Программы общеобразовательных учебных заведений; сост. В.И.Лях, Г.Б.Мейксон. – М.: Просвещение, 1993.- 64с.
- 32 Марковская, И.М. Тренинг взаимодействия родителей с детьми / И.М.Марковская. – СПб.: Речь, 2015. – 150с.

- 33 Мархивадзе, Р.И. Проблема физического развития и состояния здоровья учащейся молодежи в неблагоприятных экологических условиях / Р.И.Мархивадзе, П.И.Ключник //Физическая культура: воспитание, образование, тренировка. - 2009.- № 3. - С.53-56.
- 34 Матвеев, А.П. Концепция содержания общего среднего образования в сфере физической культуры в 12-летней школе / А.П.Матвеев // Физическая культура в школе. – 2000.- №3. – С.23-24.
- 35 Манжелей, И.В. Средо-ориентированный подход в физическом воспитании / И.В.Манжей. – Тюмень: Изд-во Тюменского государственного университета, 2005. – 207с.
- 36 Маханева, М.Д. Игровые занятия с детьми от 1 до 3 лет : методическое пособие для педагогов и родителей / М.Д.Маханева, С.В.Рещикова. – М.: Сфера, 2005. – 96с.
- 37 Минияров, В.М. К вопросу о разработке региональной программы по физической культуре / В.М. Минияров // Физическая культура - основа здорового образа жизни: докл., тез., матер.; под общ. ред. Н.В. Барышевой. - Самара, 1996.- С.25 - 27.
- 38 Натанов, Г.Г. С чего начинать модернизацию образования / Г.Г.Натанов // Теория и практика физической культуры. – 2013. - №12. – С.2-12.
- 39 Немов, Р.С. Путь к коллективу: книга для учителей по психологии ученического коллектива: (Реформа школы: пути ускорения) / Р.С.Немов, А.Г.Кирпичник. - М.: Педагогика, 2008. - 144с.
- 40 Пономарчук, В.А. Человек в мире спорта: проблемы становления личности: монография / В.А.Пономарчук. – М.: Федеральный институт социологии образования, 2014. – 118с.
- 41 Рахковская, Е.М. Психологические особенности влияния семьи на развитие ценностных ориентаций подростков: автореферат дис... канд. психол. наук / Е.М.Рахковская. – М.,1995. – 16с.

- 42 Розин, Е.Ю. Методологические и практические аспекты семейного физического воспитания детей дошкольного возраста в условиях физкультурно-оздоровительного учреждения / Е.Ю.Розин, Э.М.Динмухаметова // Физическая культура: воспитание, образование, тренировка. – 2010. - №1. – С.41-44.
- 43 Рожков, П.А. Развитие физической культуры и спорта – приоритетное направление социальной политики государства / П.А.Рожков // Теория и практика физической культуры. – 2015. - №1. – С.2-8.
- 44 Селевко, Г.К. Социально-воспитательные технологии: учеб. пособ. / Г.К.Селевко, А.Г.Селевко. – М.: Народное образование, 2012. – 176с.
- 45 Степанова, Е.Н. Воспитательный процесс: изучение эффективности / Е.Н.Степанова. – М.: Сфера, 2015. – 128с.
- 46 Столяров, В.И. Проект «СпАрт» и новая комплексная система физкультурно-спортивной работы с целью физического и духовного оздоровления населения России / В.И.Столяров // Теория и практика физической культуры. - 1993. -№4.—С.10-14.
- 47 Столяров, В.И. Новые формы физкультурно-спортивной работы с учащейся молодежью / В.И.Столяров, Н.В.Кудрявцева // Физическая культура: воспитание, образование, тренировка. – 2008. - №1. – С.21-28.
- 48 Тест – программа физической подготовленности учащейся молодежи: Руководство по проведению тестирования физической подготовленности учащихся. Стандартные тесты для оценки развития двигательных качеств учащихся 6-17 лет / Л.Б.Кофман, В.А.Кабачков, А.Н.Тяпин, Ю.П.Пузырь [и др.]. – М.,1998. – 18с.
- 49 Типовой устав клуба физической культуры и спорта // Физическая культура в школе. – 1999. - №1. – С.62-65.
- 50 Тихвинский, С.Б. Определение, методы и оценка физической работоспособности детей и подростков / С.Б.Тихвинский, И.З.Аулик // Детская спортивная медицина – М.: Медицина, 1980. - С. 171–189.

- 51 Трещева О.Л. Программно-методические основы обучения здоровому образу жизни учащихся общеобразовательных школ / О.Л.Трещева // Теория и практика физической культуры. – 2014. - №10. – С.29-34.
- 52 Трушкин, А.Г. Методические рекомендации по комплексной оценке физического развития детей и подростков г. Ростова-на-Дону (от 5 до 17 лет) / А.Г.Трушкин. – Ростов н/Д: Изд-во РГПУ, 2010. – 71с.
- 53 Трушкин, А.Г. Педагогические основы применения инновационных технологий физического воспитания оздоровительной направленности: монография / А.Г.Трушкин. – Ростов н/Д: Изд-во РГПУ, 2009. – 186с.
- 54 Усаков, В.И. Социально-педагогическая эффективность оздоровительной физической культуры в семье, детском саду и школе / В.И.Усаков// Физическая культура: воспитание, образование, тренировка. - 2009. - № 1. - С.7-11.
- 55 Формирование социально активной личности в младшем школьном возрасте / Под ред. А.Дмитриева, А.Попова. – М.: Прометей, 2013. – 120с.
- 56 Фролова, Г.И. Организация и методика клубной работы с детьми и подростками: учеб. пособ. для студентов ин-тов культуры / Г.И.Фролова. - М.: Просвещение, 1986.-160с.
- 57 Чарлтон, Э. Основные принципы обучения здоровому образу жизни / Э. Чарлтон // Психология и педагогика .- 2012.- №2.- С.34-38.
- 58 Эйдемиллер, Э.Г. Семейная психотерапия / Э.Г.Эйдемиллер, В.В.Юстицкий. – Л.: Медицина.,1990. – 145с.
- 59 Юдин, Б.Г. Здоровье: факт, норма, ценность / Б.Г.Юдин // Мир психологии. – 2013. - №1 (21). – С.54-68.
- 60 Яшнова, О.А. Социально-педагогические факторы успешности обучения и воспитания младших школьников: монография / О.А.Яшнова. – М.: ИПСР РАО, 2015. – 104с.