

ПРОФИЛАКТИКА ПРАВОНАРУШЕНИЙ

КОМПЛЕКСНАЯ ОЦЕНКА ИНДИВИДУАЛЬНОГО ФИЗИЧЕСКОГО И ПСИХОЭМОЦИОНАЛЬНОГО СОСТОЯНИЯ ПОДРОСТКОВ 15–16 ЛЕТ ГРУППЫ СОЦИАЛЬНОГО РИСКА

М.Н. ЖУКОВ, к.п.н., В.А. КУРЕНЦОВ, к.п.н., ВНИИФК

Аннотация

Рассмотрена роль физической культуры и спорта в профилактике наркомании, диагностике и коррекции отклонений психического здоровья школьников. Обсуждается индивидуализация подхода в физическом воспитании детей и подростков. Предложена система оценки уровня физической подготовленности и психоэмоционального состояния, позволяющая оперативно обрабатывать результаты тестирования и соответственно разрабатывать рекомендации по коррекции учебно-воспитательного процесса.

Abstract

The role of physical culture and sports in prophylaxis of drug addiction, diagnostics and correction of psychoemotional problems in children and teenagers are reviewed. The individual approach concept in physical education is discussed. The system for evaluation of fitness level and psychoemotional state, allowing to rapidly process testing results and elaborate the recommendations for learning process correction, is given.

Распространение наркомании и преступности, связанной с наркотиками, стали одной из острых проблем в нашей стране. Анализ статистических данных свидетельствует, что около 25 млн россиян потребляют наркотики, причем 76% из них – молодежь. Ежегодно растет и преступность, связанная с наркотиками. По данным ГУВД г. Москвы, только в столице в 2002 году выявлено 1583 преступления, связанных с оборотом наркотиков, а количество москвичей, которые хотя бы один раз пробовали наркотики, увеличилось на 10%. Среди преступников в основном преобладает молодежь в возрасте до 16 лет, а каждый пятый правонарушитель – в возрасте до 14 лет.

Обобщение опыта борьбы с наркоманией и подростковой преступностью у нас в стране и за рубежом свидетельствует, что основные усилия общества следует направлять не столько на ликвидацию этого явления (реабилитация, лечение), а прежде всего на предупреждение, раннюю профилактику. Особое значение ранняя профилактика приобретает в период становления и со-

вершенствования функций организма, когда закладывается фундамент физической культуры личности и моторный потенциал человека.

По мнению большинства специалистов, главную роль в профилактической работе должна сыграть активная и мотивированная физическая культура. Однако возможности этих форм используются явно недостаточно.

Роль физической культуры и спорта видится не только в первичной профилактике, но прежде всего в диагностике и коррекции отклонений в психическом здоровье школьников. Особую роль в этом процессе играет принцип индивидуального подхода. Данный подход может быть оптимально реализован только при учете индивидуально-типологических особенностей детей, подростков и молодежи, которые во многом определяют формирование их склонности к тем или иным формам поведения и реакциям на различные эмоционально возбуждающие воздействия.

Анализ научно-теоретической и методической литературы по физическому воспитанию детей, подростков,

юношества показывает, что до настоящего времени понятие индивидуального подхода, отражающего специфику этого вида воспитания, окончательно не сформулировано. Вместе с тем интерпретация характера, содержания, форм организации экспериментальной и практической работы, выводов и рекомендаций дала основание считать, что употребляемый в них термин «индивидуальный подход к учащимся» имеет толкование, близкое к тому, которое дано в «Педагогической энциклопедии». В ней под индивидуальным подходом понимается «...организация педагогического воздействия с учетом индивидуальных особенностей личности ребенка, воспитания и условий жизни, в которых он находится».

В теории и практике физического воспитания понятие «дифференцированный подход» рассматривается в контексте учебно-спортивной деятельности, в частности повышении эффективности урока физической культуры. Под последним понимается процесс обучения и воспитания, который предполагает комплексное изучение и учет индивидуальных особенностей, физического развития и физической подготовленности, и на этой основе организацию работы с учащимися над выполнением специфических заданий, которые способствуют их всестороннему и гармоничному развитию.

Наряду с термином «дифференцированный подход», довольно широко используется термин «дифференцированное обучение», который применительно к физическому воспитанию рассматривается в контексте вопросов организации учебно-воспитательной работы в спортивных классах общеобразовательных школ, осуществления спортивной специализации учащихся во внеурочных занятиях, секциях и командах.

Суть дифференцированного обучения, по мнению авторов, сводится к развитию двигательных способностей каждого ученика в конкретном виде спорта, расширению его интересов, кругозора, предоставлению ему возможностей более глубоко изучать учебный материал, развивать интересы и склонности к систематическим занятиям физическими упражнениями и спортом.

В рассмотренных нами понятиях индивидуализации и дифференциации физического воспитания отражены существенные признаки, позволяющие характеризовать указанные педагогические явления с достаточной полнотой и ясностью. В свою очередь, практическая реализация индивидуально-дифференцированного подхода в физическом воспитании учащихся базируется на разноплановых исследованиях характера индивидуальных различий и особенностей, проявляющихся между людьми при занятиях определенным видом физической активности.

Методологические установки на изучение внешних и внутренних условий формирования физического потенциала человека и их использование для осмысления педагогической технологии обучения конкретизированы в двух основных направлениях научной разработки

проблемы индивидуализации физического воспитания. Для первого направления характерно выделение общих для всех людей свойств и качеств моторики и определение индивидуального способа, формы и условий их развития. Второе направление основывается на типологическом подходе, т.е. группировке людей по особым качественным характеристикам, и нацелено на разработку педагогической технологии обучения с опорой на индивидуально-типические особенности моторики учащихся.

Для уточнения характеристики каждого из обозначенных направлений, их сравнительной эффективности при реализации в учебно-воспитательном процессе рассмотрим основные формы и методы их осуществления в педагогической деятельности.

Обоснованность заключений об эффективности программы занятий физическими упражнениями в значительной степени зависит от полноты и достоверности полученной информации и ее обработки. Как правило, оценка двигательной подготовленности и психоэмоционального состояния учащихся проводится с помощью тестов. Однако сами по себе результаты тестирования не могут в полной мере служить достаточно объективными критериями оценки этих состояний. Это связано прежде всего с тем, что современные инструментальные методы диагностики основываются на большом количестве показателей, численные значения которых выражаются в разных единицах измерения (баллы, метры, время и т.д.) и поэтому непосредственно не сопоставимы друг с другом. Исходя из этого, для контроля физической подготовленности и психоэмоционального состояния занимающихся важное значение имеет разработка методики количественной оценки различных качеств и свойств.

Как правило, для этих целей применяются различные варианты шкал балльной оценки (Е.Я. Бондаревский, 1983; В.А. Ермолаев, 1996).

В сложившейся в ходе нашего эксперимента ситуации возникла необходимость преобразования результатов тестирования в условные единицы (баллы) по специально разработанным для этой цели оценочным таблицам. Притягательная сила оценок результатов в различных видах испытаний в баллах заключена в возможности сводить большие массивы разнородных данных в легкообразуемые, наглядные и удобные для анализа таблицы сопоставляемых показателей.

Шкалы названных таблиц градуированы по линейному признаку. При этом за 10 баллов и 1 балл оценены результаты, отклоненные на $\pm 3\sigma$ от средних значений начального тестирования. Средний результат теста приравнивался к 5 баллам. В соответствии с принятыми нормами психофизическое качество, оцениваемое в 7 и выше баллов, можно рассматривать как ведущее звено в структуре подготовленности учащихся. Оценка в 3 балла и ниже свидетельствует о слабом уровне подготовленности. В таблице 1 представлена шкала оценки результатов тестирования испытуемых.

Аналогичным образом разработана шкала оценки психоэмоционального состояния (табл. 2).

Для определения интегральной оценки уровня физической подготовленности и психоэмоционального состояния оценки отдельных показателей тестов суммируются и рассматриваются как сумма баллов, начисленных за результат каждого теста программы тестирования.

Градации интегральной оценки уровней физической подготовленности проводилась по пяти показателям: выносливость, сила, скоростно-силовые качества, быстрота, гибкость.

Критериями для градации служили следующие значения:

- высокий: оценка по каждому параметру 10–9,0; сумма баллов 50–45;
- выше среднего: оценка по каждому параметру 8,9–7,0; сумма баллов 44,5–35;
- средний: оценка по каждому параметру 6,9–5,0; сумма баллов 34,5–25;
- ниже среднего: оценка по каждому параметру 4,9–3,0; сумма баллов 24,5–15;
- низкий: оценка по каждому параметру < 2,9; сумма баллов < 14,5.

Градации оценок уровня психоэмоционального состояния учащихся производилась по восьми тестам: тревожность, эффективность работы, время вработываемости, психическая устойчивость, самочувствие, активность, настроение, мотивация.

Критерии для градации:

- высокий: оценка по каждому параметру 10–9,0; сумма баллов 80–72,0;
- выше среднего: оценка по каждому параметру 8,9–7,0; сумма баллов 71,2–56,0;
- средний: оценка по каждому параметру 6,9–5,0; сумма баллов 55,2–40,0;
- ниже среднего: оценка по каждому параметру 4,9–3,0; сумма баллов 39,2–24,0;
- низкий: оценка по каждому параметру < 2,9; сумма баллов < 23,2.

Разработанная система оценивания позволяет оперативно обработать результаты тестирования и соответственно разработать рекомендации по коррекции учебно-воспитательного процесса, эффективность которого контролируется по динамике физического и психоэмоционального состояния занимающихся.

Таблица 1

Шкала оценки уровня развития двигательных качеств учащихся 15–16 лет
(в баллах)

| № п/п | Тест | Оцениваемое качество | Баллы | | | | | | | | | | |
|-------|------------------------|----------------------|--------|-----------|-----------|-----------|-----------|-----------|-----------|-----------|-----------|-----------|--------|
| | | | 10 | 9 | 8 | 7 | 6 | 5 | 4 | 3 | 2 | 1 | 0 |
| 1. | Бег 1000 м | Выносливость | < 3,30 | 3,31–3,40 | 3,41–3,50 | 3,51–4,00 | 4,01–4,10 | 4,11–4,20 | 4,21–4,30 | 4,31–4,40 | 4,41–4,50 | 4,51–5,00 | > 5,01 |
| 2. | Подтягивание | Сила | > 17 | 16–15 | 14–13 | 12–11 | 10–9 | 8–7 | 6–5 | 4–3 | 2 | 1 | < 1 |
| 3. | Прыжки в длину с места | Скоростно-силовые | > 251 | 250–241 | 240–231 | 230–221 | 220–211 | 210–201 | 20–191 | 190–181 | 180–171 | 170–161 | < 160 |
| 4. | Бег 30 м | Быстрота | < 4,0 | 4,0–4,1 | 4,2–4,3 | 4,4–4,5 | 4,6–4,7 | 4,8–4,9 | 5,0–5,1 | 5,2–5,3 | 5,4–5,5 | 5,6–5,7 | > 5,7 |
| 5. | Наклон вперед | Гибкость | > 18 | 17–16 | 15–14 | 13–12 | 11–10 | 9–8 | 7–6 | 5–4 | 3–2 | 1 | < 1 |

Таблица 2

Шкала оценки уровня психоэмоционального состояния учащихся 15–16 лет
(в баллах)

| № п/п | Тест | Оцениваемое качество | Баллы | | | | | | | | | | |
|-------|--------------------|-------------------------------------|-------|-----------|-----------|-----------|-----------|-----------|-----------|-----------|-----------|-----------|-------|
| | | | 10 | 9 | 8 | 7 | 6 | 5 | 4 | 3 | 2 | 1 | 0 |
| 1. | Опросник Спилберга | Уровень тревожности | < 34 | 25–36 | 37–38 | 39–40 | 41–42 | 43–44 | 45–46 | 47–48 | 49–50 | 51–52 | > 53 |
| 2. | Таблицы Шульге | Время вработываемости | < 25 | 26–29 | 30–33 | 34–37 | 38–41 | 42–45 | 46–49 | 50–53 | 54–57 | 58–61 | > 62 |
| | | Психическая устойчивость | < 0,6 | 0,61–0,69 | 0,7–0,79 | 0,8–0,89 | 0,9–0,99 | 1,0–1,09 | 1,1–1,19 | 1,2–1,29 | 1,3–1,39 | 1,4–1,49 | > 1,5 |
| | | Эффективность работы | < 0,5 | 0,61–0,69 | 0,7–0,79 | 0,8–0,89 | 0,9–0,99 | 1,0–1,09 | 1,1–1,19 | 1,2–1,29 | 1,3–1,39 | 1,4–1,49 | > 1,5 |
| 3. | Тест САН | Самочувствие | > 7,9 | 7,8–7,4 | 7,3–6,9 | 6,8–6,4 | 6,3–5,9 | 5,8–5,4 | 5,3–4,9 | 4,8–4,4 | 4,3–3,9 | 3,8–3,4 | < 3,3 |
| | | Активность | > 6,7 | 6,6–6,2 | 6,1–5,7 | 5,6–5,2 | 5,1–4,7 | 4,6–4,2 | 4,1–3,7 | 3,6–3,2 | 3,1–2,7 | 2,6–2,2 | < 2,1 |
| | | Настроение | > 6,8 | 6,7–6,3 | 6,2–5,8 | 5,7–5,3 | 5,2–4,8 | 4,7–4,3 | 4,2–3,8 | 3,7–3,3 | 3,2–2,8 | 2,7–2,3 | < 2,2 |
| 4. | Опросник | Мотивация к спортивной деятельности | > 26 | 25,9–24,7 | 24,6–23,4 | 23,3–22,1 | 22,0–20,8 | 20,7–19,5 | 19,4–18,2 | 18,1–16,9 | 16,8–15,6 | 15,5–14,3 | < 14 |