

trict (December, 2013 – March, 2014). Krasnodar: materials conference. Part 2, Krasnodar, pp. 129-130.

26. Ponomareva, E.Yu. (2012), "The program of fitness aerobics for schoolchildren (within the third hour of physical education class)", *Health – at schools!: The collection of articles on materials of the III International congress of teachers of physical education*, Petrozavodsk, pp. 241-247.

27. Semenov, L.A. (2013), "Monitoring and problems of physical training of children and teenagers", *Health improvement of the nation means of physical education and sport, Materials of the International scientific and practical forum, Samara State Academy of Social Sciences and Humanities*, Publishing house "Insoma-Press", Samara, pp. 252-256.

28. Sinyavsky, N.I., Sadykov, R.I. and Beznosko, N.N. (2014), "Structurally functional model of physical education of an educational and training orientation at young men at comprehensive school", *Uchenye zapiski universiteta imeni P.F. Lesgafta*, No. 5 (111), pp.171-176.

29. Smirnova, I.A. (2014), "Teachers discuss the concept and the content of the All-Russian sports complex", *Physical Education at School*, No.1, pp. 2-6.

30. Sinyavsky, N.I. and Sadykov, R.I. (2013), The content of lessons of physical education of an educational and training orientation on the basis of the principles of sports training, Axioma, Tyumen.

31. Osik, V.I., Pleshkan A.V., Dvorkina, N.I. and etc. (2007), *Theory and technique of sports and health improving technologies*, Krasnodar.

32. Fetisov, A.S. and Habarova, T.Yu. (2014), "Arising problems and ways of their solution", *Physical Education at School*, No.4, pp. 27-32.

33. Chedov, K.E. (2004), "Sport focused physical training in the context of preparation of the Olympic reserve", *Physical Education: Education, Training*, No. 3, pp. 45-46.

34. Jansson, Ue.A. (2004), *Physical education at school. Scientific and pedagogical aspect*, Phoenix, Rostov-on-Don.

**Контактная информация:** arschinnik\_fk@mail.ru

*Статья поступила в редакцию 13.09.2015.*

**УДК 37.034:796.011.3**

## **ПЕДАГОГИЧЕСКИЕ ПРИНЦИПЫ, МЕТОДЫ И СРЕДСТВА РЕАЛИЗАЦИИ ВОСПИТАТЕЛЬНОГО ПОТЕНЦИАЛА ЭТНОЛОГИЧЕСКОЙ ФИЗИЧЕСКОЙ КУЛЬТУРЫ**

*Саид-Али Махмудович Аслаханов, доктор педагогических наук, доцент,  
Чеченский государственный педагогический институт, Грозный*

### **Аннотация**

Анализ литературных источников показывает, что физическая культура всесторонне воздействует на формирование интересов общества и личности, гуманистических основ взаимоотношений независимо от их специфических особенностей и статусных форм, в которых происходит это общение. Работа посвящена рассмотрению психолого-педагогических аспектов использования средств физической культуры в системе нравственного воспитания учащихся.

**Ключевые слова:** этнопедагогика, методы, принципы, формы, средства воспитания, духовные ценности, этнологическая физическая культура.

**DOI: 10.5930/issn.1994-4683.2015.09.127.p42-47**

## **PEDAGOGICAL PRINCIPLES, METHODS AND MEANS OF IMPLEMENTING THE EDUCATIONAL POTENTIAL OF ETHNOLOGICAL PHYSICAL EDUCATION**

*Said-Ali Mahmudovich Aslakhonov, the doctor of pedagogical sciences, senior lecturer,  
Chechen State Pedagogical Institute, Grozny*

### **Annotation**

An analysis of the literature shows that physical education comprehensively affects the formation of the interests of society and the individual, humanistic foundations of the relationship, regardless of their specific features and status of forms in which there is communication. The work is devoted to the psychological and pedagogical aspects of the use of physical culture in the moral education of students.

**Keywords:** pedagogy, methods, principles, forms, means of education, spiritual values, physical ethnological culture.

## ВВЕДЕНИЕ

В комплекс ценностей этнологической физической культуры входят духовные и социальные ценности. Социальные ценности оказывают влияние на вектор и содержание развития физического воспитания этнофоров. Деятельность каждого этнофора социальна, а формы социального поведения разнообразны. Закономерности их проявления сложно соотносятся с особенностями ситуаций и многими факторами жизни. Механизмы формирования состояний напряженности срабатывают в рамках норм социального поведения.

Л.А. Кандыбович и Б.Ф. Ломов, считают, что поведение человека определяется адаптированностью к совокупности реалий обитания и характеризуется этнопсихологическими особенностями формирования сознания, отражающего психолого-педагогические аспекты взаимоотношений этнофоров [2, 3].

Среди факторов, характеризующих общение между людьми как социальный процесс, базовыми являются качества личности – основа непрерывного взаимовлияния и взаимообусловленности индивида и социального окружения.

Этнопедагогическое физическое воспитание этнофоров развивает разнообразные способности, формирует черты характера, вырабатывает систему взглядов на природу, общество и отдельных людей. Поэтому выпускник вуза, школы, должен знать и уметь находить пути, которые приведут к созданию позитивных межличностных отношений.

Актуальность исследования обусловлена необходимостью обоснования педагогических принципов, методов и средств воздействия на сознание, волю, эмоции воспитываемого, на организацию его деятельности и общения в интересах формирования знаний о товариществе, умения строить взаимоотношения, способствовать развитию навыков позитивного взаимодействия. Педагогическое воздействие должно быть направлено в необходимых случаях на преодоление отрицательных сторон в поведении и характере личности, [1].

## ЭКСПЕРИМЕНТАЛЬНАЯ ЧАСТЬ, РЕЗУЛЬТАТЫ И ИХ ОБСУЖДЕНИЕ

Процесс воспитания связан с мониторингом результатов воздействия, тщательным их учетом, созданием объективной основы для внесения корректив в последующие педагогические усилия, обеспечения благоприятных условий для дальнейшего развития личности.

Для улучшения процесса духовного воспитания, позитивных межличностных отношений необходимы:

- комплексное планирование и решение воспитательных задач;
- учет индивидуальных особенностей этнофоров;
- обоснованный выбор методов воспитательных воздействий;
- единство и координация действий всех участников воспитательного процесса;
- создание благоприятной, доверительной морально-психологической атмосферы в общении между этнофорами;
- формирование личности, ее физических и умственных сил, способностей, моральных качеств, коллективного сознания и поведения.

Научную основу комплексной методики использования средств этнологической физической культуры в целях развития социально значимых качеств у этнофоров, кроме дидактических принципов обучения и воспитания, составили и специфические принципы:

- принцип интеграции народных средств и методов педагогического воздействия с традиционными средствами физического воспитания;

- принцип конкретного ролевого участия каждого этнофора в процессе выполнения народных физических упражнений;
- принцип субъект-субъектного характера и личностных отношений в развитии социально значимых качеств с использованием потенциала базовых ценностей этнопедагогического физического воспитания;
- принцип опосредованности развития социально значимых качеств в содержании этнопедагогики физической культуры;
- принцип ценностных ориентаций, мотиваций и потребностей;
- принцип возрастной опосредованности развития позитивных межличностных отношений;
- принцип, обуславливающий предъявление требований к личности в сочетании со знаком уважения, взаимного доверия, значимости и детерминанты нравственного воспитания в процессе этнологической физической культуры.

Педагогический процесс с использованием базовых ценностей этнопедагогики включает в себя обучение, воспитание этнофоров, их развитие, психологическую подготовку и самовоспитание. Указанные компоненты проявляются в функциях обучения, характеризую процесс познания как один из основных в системе формирования личности. При этом необходимо обращать внимание на обратную связь, от которой в учебном процессе очень многое зависит и которая влияет на его конечный результат, а именно – особенности деятельности обучаемых. Педагог выступает как организатор физического воспитания этнофоров. В силу этого он воздействует на них, используя различные методы и средства, что является существенным фактором, влияющим на эффективность процесса обучения в целом. Соответственно перед педагогом встает вопрос о том, как учесть этот фактор.

Воспитание позитивных межличностных отношений приходится проводить, как правило, в коллективной форме, когда все этнофоры вынуждены находиться в одинаковом положении. В итоге, в учебном процессе между групповым характером обучения и индивидуальными особенностями этнофоров как субъектов учебной деятельности возникают противоречия:

- 1) между личностными потребностями этнофоров и условиями их удовлетворения в ходе обучения;
- 2) между необходимостью целостного формирования личности этнофоров и степенью развития ее психологических элементов: способностей, направленности, характера, темперамента и т.д.

Преодоление этого противоречия в воспитании связано, прежде всего, с учетом закономерности, обуславливающей развитие сущностных сил личности этнофора, его обученности в ходе самостоятельной активной физкультурно-спортивной деятельности, наконец, с теми условиями, которые созданы в процессе обучения. Учет данной закономерности всеми участниками педагогического процесса предполагает реализацию следующих принципов.

Принцип коллективного и индивидуального подхода к обучению и воспитанию личности этнофора. Учёба по своему характеру коллективная деятельность, что предполагает единство воли, действий и ответственности всех этнофоров. Поэтому особенно востребованы навыки и умения позитивного взаимодействия. Они формируются лишь в процессе коллективной учебно-познавательной деятельности, основными признаками которой являются: осознание коллективного характера физкультурно-спортивной деятельности, требующей объединения усилий всех этнофоров; осознание каждым этнофоров своего места, роли и функциональных обязанностей в системе общей работы; установление отношений взаимной ответственности и зависимости при проведении занятий по этнологической физической культуре; осуществление контроля, корректировки и оценки учебных действий не только педагогом, но и самими обучаемыми.

Коллективный подход к обучению неразрывно связан с индивидуальным подходом к совершенствованию спортивного мастерства, что возможно при соблюдении ряда педагогических условий, характеризующих взаимодействие участников процесса обучения. К ним относятся: формирование у этнофоров действенной положительной мотивации к коллективной физкультурно-спортивной деятельности; обучение этнофоров преодолению интеллектуальных, волевых и физических трудностей; обеспечение высокой степени активности воспитуемых; насыщение всех форм занятий положительными эмоциональными переживаниями; осознание воспитуемым характера своего затраченного труда, сочетаемое с умением учиться.

Принцип гармоничного сочетания управления процессом этнопедагогического физического воспитания этнофоров с предоставлением им самостоятельности. Педагогическое управление призвано поддерживать инициативу этнофоров, развивать творчество и самостоятельность. Неуклонное повышение их самостоятельности является основой для эффективного формирования необходимых навыков, умений и личностных качеств.

Принцип сознательности, активности и самостоятельности этнофоров в обучении. Практика подтверждает положение о том, что только заинтересованная, осмысленная деятельность этнофоров поможет им стать всесторонне подготовленными людьми. Сознательность придает проводимым занятиям воспитывающий и развивающий характер, активность – обуславливает состояние психики этнофора, которое проявляется в его интенсивной интеллектуальной и физической деятельности.

Исходные положения, в которых выражены основные требования к направлению, содержанию, методам и организации этой работы, отношениям между участниками воспитательного процесса способствовали выбору способов воздействия на личность и коллектив на основе использования средств этнологической физической культуры. При этом учитывалось, что к процессу нельзя подходить однозначно. Один и тот же метод может принести и пользу, и вред. В одних случаях необходимо суровое наказание, в других – достаточно неодобрительного взгляда или простого замечания. Поэтому при выборе методов воспитатель должен исходить из целого ряда условий. В данной работе использовались методы, предложенные Г.И. Щукиной [5]:

а) воздействие на сознание, чувства и волю воспитываемого (убеждение, информации, этические беседы, диспуты, пример);

б) приучение к деятельности и накопление опыта поведения в социуме (общественное мнение, повышение интенсивности при выполнении упражнений коллективного характера и т.д.);

в) методы педагогического стимулирования и коррекции поведения (соревнования, поощрения, наказания).

При их использовании учитывались следующие требования к воспитательному процессу:

а) основой воспитательной деятельности являлось формирование у этнофоров нужной мотивации. Это значит, что прежде чем воспитывать у них какие-то качества, свойства и отношения, надо вызвать потребность в них, сформировать стойкие внутренние побуждения (мотивы) к их приобретению;

б) необходимо настойчиво формировать у этнофоров положительные привычки поведения и бороться против имеющихся у них отрицательных качеств.

в) воспитание качеств личности этнофоров возможно лишь в процессе их собственной деятельности. С.Л. Рубинштейн, указывал, что «педагогический процесс формирует развивающуюся личность в меру того, как педагог руководит деятельностью личности, а не подменяет ее. Только через деятельность и в процессе этой деятельности возможно воспитание. Воспитание с помощью одних слов, рассуждений, объяснений и тем более нотаций невозможно»;

г) воспитательное воздействие педагог должен адресовать не только уму этнофоров, но и их чувствам. Только в этом случае воздействие педагога может приобрести подлинную действенность [4].

При выборе методов воспитания необходимо, во-первых, ориентироваться на положительные качества и особенности личности этнофора, а во-вторых, проявлять уважение к его личности. Никакое воспитательное воздействие не должно оскорблять, унижать личность. Поощрение и порицание должны быть четко регламентированы с тем, чтобы они были понятны и приняты не только теми этнофорами, к которым они относятся, но и всем учебным коллективом.

Методы воспитания тесно связаны с его средствами, то есть с теми народными видами физкультурно-спортивной деятельности, которые организуются с этой целью.

Физкультурно-спортивная деятельность как бы моделирует сложные жизненные ситуации, которые требуют определенной линии поведения этнофоров, взаимопонимания, товарищеских отношений, взаимовыручки. Коллективный характер народных упражнений, разнообразие их положительных мотивов, постоянное стремление к физическому и духовному совершенствованию, максимальная реализация положительных возможностей, направленные на формирование межличностных отношений – все это дает нам право рассматривать этнологическую физкультурно-спортивную деятельность как важное направление воспитания этнофоров. При этом в процессе занятий этнологической физической культурой необходимо учитывать, что все люди в чем-то похожи друг на друга. И это позволяет говорить о человеке «в целом», рассуждать о его чертах, особенностях поведения и т.п. Однако ни один из нас не является обезличенным «человеком вообще». Каждый несет в себе что-то, что делает его уникальным, исключительным, т.е. человеком, обладающим индивидуальностью. Именно он выполняет определенную работу, играет определенную роль и именно таким человеком нужно управлять, помогая ему раскрыть и задействовать свой потенциал в решении задач этнопедагогики физического воспитания.

Каждый индивид обладает устойчивым набором черт и характеристик, обуславливающих его действия и поведение. Данные черты проявляют себя в достаточно длительном промежутке времени. Благодаря этому можно зафиксировать и почувствовать индивидуальность человека. Конкретная личность фиксируется окружением по ее индивидуальности, т.к. она обладает определенной устойчивостью, люди узнают друг друга и сохраняют определенные взаимоотношения. В то же время следует отметить, что под влиянием опыта взаимодействия в процессе воспитания и образования, происходит изменение индивидуальности человека, иногда очень существенное.

Таким образом, цели воспитания в наших исследованиях реализовывались в форме обучения, выражающегося в его содержании, предмете совместной деятельности преподавателя и этнофоров, методах и организационных формах, направленных на сознательное и прочное усвоение системы знаний, умений и навыков этнопедагогики физического воспитания, обуславливающих определенные положительные изменения в личности каждого этнофора и учебного коллектива.

## ВЫВОДЫ

Использование средств этнологической физической культуры в воспитании молодежи и детей оказывают более эффективное влияние на их развитие. Это связано с тем, что физическое воспитание этнофоров основано на обычаях и традициях этносообщества. Деятельность педагога по реализации принципов и методов воспитания у этнофоров нравственных ценностей средствами этнологической физической культуры, должно быть направлено на развитие самостоятельности суждений, умений отстаивать свои взгляды, проявлять инициативу и творчество в решении разных задач, правильно применять знания на практике.

ЛИТЕРАТУРА

1. Аслаханов, С.-А.М. Построение формирующего личность физического воспитания с учетом базовых ценностей этноса : монография / С.-А.М. Аслаханов. – Махачкала : АЛЕФ (ИП Овчинников М.А.), 2013. – 359 с.
2. Кандыбович, Л.А. Готовность к деятельности в напряженных ситуациях: психологический аспект / Л.А. Кандыбович. – Минск : Изд-во «Университетское», 1985. – 98 с.
3. Ломов, Б.Ф. Вопросы общей педагогики и инженерной психологии / Б.Ф. Ломов. – М. : Педагогика, 1991. – 295 с.
4. Рубинштейн, С.Л. Основы общей психологии / С.Л. Рубинштейн. – СПб. : Питер, 2009. – 712 с.
5. Щукина, Г.И. Актуальные вопросы формирования интереса в обучении : учебное пособие / Г.И. Щукина. – М. : Просвещение, 1984. – 176 с.

REFERENCES

1. Aslakhonov, S.-A.M. (2013), *Building forms the personality of physical education given the basic values –of the ethnic group: monograph*, ALEPH (AI Ovchinnikov MA), Makhachkala.
2. Kandybovich, LA (1985), *Willingness to work in stressful situations: psychological aspect*, publishing house “University”, Minsk.
3. Lomov, B.F. (1991), *Questions of general pedagogy and engineering psychology*, Education, Moscow.
4. Rubinstein, S.L. (2009), *Fundamentals of General Psychology*, Peter, St. Petersburg.
5. Shchukina, G.I. (1984), *Actual issues of interest in training: manual*, Education, Moscow.

**Контактная информация:** m.a.08@mail.ru

*Статья поступила в редакцию 23.09.2015.*

УДК 615.825.6:796

**ЛИЧНОСТНО ОРИЕНТИРОВАННАЯ ТЕХНОЛОГИЯ ФИЗИЧЕСКОЙ РЕАБИЛИТАЦИИ ЖЕНЩИН 35-50 ЛЕТ С ОСТЕОХОНДРОЗОМ ПОЯСНИЧНО-КРЕСТЦОВОГО ОТДЕЛА ПОЗВОНОЧНИКА**

*Сергей Леонидович Афонасьев, преподаватель,*

*Илья Исаакович Бахрах, доктор медицинских наук, профессор,*

*Юрий Валентинович Миронов, кандидат медицинских наук, доцент,*

*Смоленская государственная академия физической культуры, спорта и туризма*

**Аннотация**

Анализ научно-методической литературы свидетельствует, что существующие методы физической реабилитации больных остеохондрозом позвоночника не достаточно эффективны. Целью исследования являлась разработка и апробация личностно-ориентированной технологии физической реабилитации женщин 35-50 лет с остеохондрозом пояснично-крестцового отдела позвоночника. Был проведен педагогический эксперимент с участием 64 женщин, состоявший из констатирующей и формирующей части. На основании результатов констатирующего педагогического эксперимента и современных теоретических концепций адаптивной физической культуры была разработана личностно-ориентированная технология физической реабилитации на поликлиническом этапе при остеохондрозе пояснично-крестцового отдела позвоночника у женщин 35-50 лет. Установлено, что после курса физической реабилитации по разработанной нами технологии достигается большее положительное влияние на: статическую выносливость мышц спины и брюшного пресса; подвижность в поясничном отделе позвоночника; амплитуду мышечного тонуса паравerteбральных мышц; показатели стабилотрии у больных женщин, чем после курса реабилитации по общепринятой методике. Таким образом, использование разработанной нами инновационной технологии физической реабилитации у женщин 35-50 лет с остеохондрозом пояснично-крестцового отдела позвоночника позволяет повысить эффективность лечения на поликлиническом этапе.

**Ключевые слова:** остеохондроз пояснично-крестцового отдела позвоночника, женщины 35-50 лет, физическая реабилитация, педагогический эксперимент, личностно-ориентированная