

УДК 796

DOI 10.14526/01_1111_36

ФОРМИРОВАНИЕ КОМПЕТЕНЦИИ ЛИЧНОЙ БЕЗОПАСНОСТИ СТУДЕНТОВ СРЕДСТВАМИ РОССИЙСКОЙ ОТЕЧЕСТВЕННОЙ СИСТЕМЫ САМООБОРОНЫ

Оплетин А.А. – кандидат педагогических наук, доцент

Паначев В.Д. – доктор социологических наук, профессор

Филатов А.В. – кандидат педагогических наук, доцент.

*Пермский национальный исследовательский политехнический
университет (ПНИПУ),
г. Пермь*

PERSONAL SAFETY COMPETENCY FORMATION AMONG STUDENTS BY MEANS OF RUSSIAN NATIVE SYSTEM OF SELF- DEFENSE

Opletin A.A. – candidate of pedagogics, associate professor

Panachev V.D. – doctor of sociological sciences, professor

Filatov A.V. - candidate of pedagogics, associate professor

*Perm National Research Polytechnic University
(PNRPU),
Perm*

e-mail: opletin.a@yandex.ru

Ключевые слова: физическая культура, российская отечественная система самообороны, компетенция личной безопасности.

Аннотация: В статье рассмотрен вопрос внедрения российской отечественной системы самообороны в учебный процесс вуза, на занятиях физической культурой с целью формирования компетенций личной безопасности студентов как средства, направленного на воспитание нравственной, физически и психологически здоровой личности студента.

Материал. В данной статье рассматривается вопрос формирования компетенции личной безопасности на занятиях физической культурой, способной предельно включить студентов в познавательный процесс с акцентом на физическое и социально-нравственное саморазвитие личности, формирование базовых ключевых и предметных компетенций.

Методы исследования: анализ научной и научно-методической литературы, педагогическое наблюдение, анкетирование, эксперимент.

Результаты. Применение российской отечественной системы самообороны на занятиях физической культурой реализует основные требования к формированию физкультурно-спортивных компетенций в области личной безопасности.

Результаты. Применение российской отечественной системы самообороны на занятиях физической культуры реализует основные требования к формированию физкультурно-спортивных компетенций в области личной безопасности.

Заключение. Экспериментальные данные подтверждают, что сформированная компетенция личной безопасности научно обоснована, обеспечивает физическую и психологическую устойчивость личности в любых жизненных ситуациях, что делает умения и навыки, приобретенные студентами на занятиях РОСС, не только профессионально-прикладными, но и жизненно необходимыми.

Keywords: *physical culture, Russian native system of self-defense, personal safety competency.*

Annotation: *The article is about the question of Russian native system of self-defense introduction into educational process of a higher educational establishment at physical culture lessons in order to form personal safety competencies among students as the means directed at morally, physically and psychologically healthy personality upbringing.*

Material. *The article presents the question of personal safety competency formation at physical culture lessons, which is able to involve students into a cognitive process with the accent on physical and social-moral personality self-development, base key and subject competencies formation.*

Research methods: *scientific and scientific-methodical literature analysis, pedagogical observations, questionnaire survey, experiment.*

Results. *The use of Russian native system of self-defense at physical culture lessons realizes the main demands to physical-sports competencies formation in the sphere of personal safety.*

Conclusion. *Experimental results prove that the formed competency of personal self-defense is scientifically grounded, provides physical and psychological steadiness of a personality in any life situations and it makes the skills and abilities, got by the students during the lessons of Russian native system of self-defense (RNSS), not only professionally-applied, but also important in life.*

ВВЕДЕНИЕ

Значение безопасности как глобальной ценности человечества постоянно возрастает, что обусловлено социально-экономическими условиями жизни, возрастающими информационно-психологическими нагрузками на каждого человека, состоянием окружающей среды. В контексте идей новой образовательной парадигмы изменились современные требования к качеству подготовки специалистов различного профиля [1,2,3,4,5,6,7]. От специалистов требуется способность к ускоренному освоению наукоемких технологий. Нам представляется, что одним из направлений в решении обсуждаемого вопроса должен быть заложен принцип построения адекватных программ, включающих в свою структуру определенные модули и обеспечивающих овладение совокупностью компетенций,

относящихся к личностному, профессиональному и социальному развитию будущего специалиста, в том числе и в области личной безопасности. Обеспечение безопасности человека становится стратегией обеспечения качества жизни в обществе, при этом становление безопасности личности студента особенно актуально в настоящий период. По материалам исследования учёных, в последние годы в Пермские вузы поступают более 40% выпускников общеобразовательных школ, отнесённых по состоянию здоровья к специальной и подготовительной медицинским группам. (А.С.Новосёлова, 2010, В.В.Маркелов, 2012; Л.А.Титова, 2013; С.В. Анненкова С.В, 2014; З.М. Кузнецова, 2014; А.А.Оплетин, 2014; З. В.Д.Паначев, 2014; Л.А.Зеленин и др.) [1,3,4,5,6]. Эти студенты имеют значительные отклонения в состоянии здоровья и низкий уровень физической

и функциональной подготовленности. Педагогические наблюдения выявили, что студенты с ослабленным здоровьем на занятиях пассивны, нерешительны, боязливы, стеснительны, рассеянны, медлительны, малоактивны, у них проявляется быстрая утомляемость, пониженная работоспособность. Как правило, данные студенты не могут справиться с учебной нагрузкой вуза и после 1-2-го курса их отчисляют за невыполнение учебного плана [4]. На современном этапе развития общества, когда обостряется проблема оздоровления нации, особое значение приобретает не столько реализация медицинских мероприятий, направленных на лечение уже больных студентов, поступающих в вузы, сколько создание спортивно-оздоровительной среды учебного заведения, способствующей формированию у студентов позитивного отношения к своему здоровью, к физической культуре, к формированию компетенции личной безопасности. Рост популярности единоборств среди студенческой молодёжи делает актуальным вопрос создания методик использования этих систем в прикладной физической подготовке на занятиях физической культурой. Взяв за основу исследования И.В. Манжелей, мы будем рассматривать *компетенцию* как требуемую готовность личности для осуществления разного рода деятельности, а *компетентность* – как способность реализовать эту готовность на практике [3]. Современные образовательные результаты студентов связаны с наличием у них системы сформированных универсальных действий (ключевых компетентностей), среди которых жизненно важной является компетентность его личной безопасности, поскольку она обеспечивает выживание человека в условиях нестабильной ситуации и происходящих в стране социально-

политических изменений. Под компетентностью личной безопасности студентов мы понимаем интегративное качество личности, характеризующее её потребностью в психологической и физической безопасности; знаниями о безопасном поведении и условиях его проявления; устойчивостью усилий по оказанию поддержки и помощи другим; наличием навыков рефлексии; ответственностью за безопасность свою и других; умением предвидеть потенциальную опасность для человека или группы людей ситуацию; использованием безопасных моделей поведения.

В нашем исследовании *компетенция личной безопасности* формируется средствами РОСС через овладение студентами: методическими принципами и средствами физического воспитания, самовоспитания, нравственного и духовного саморазвития; использование приёмов саморегуляции с достаточно высоким уровнем самоконтроля, формирование навыков рукопашного боя (с оружием и без оружия) в целях самозащиты себя, родных, близких, а также готовности выполнить долг по защите Родины, умений отстаивать свои права, интересы, проявлять ответственность, толерантность к разным этнокультурам и религиям. Наравне с физическим развитием человека и укреплением его здоровья в нашем варианте решаются вопросы воспитания ума, воли, чувств, формирование социально-ценностных ориентаций студентов и компетенции личной безопасности [2,4]. Сегодня, по справедливому замечанию А. Клизовского, из воспитания человека (человечества) «в нашей современности изъят главный рычаг совершенствования, главный фактор развития жизни – воспитание духа, духовного развития из-за утери своих духовных ценностей» [2, с.41.]. Занимаясь РОСС, студенты учатся дисциплине мысли, тела и духа, ведь

только через единение мысли, слова и дела обретается целостность и полная энергетическая независимость.

МЕТОДЫ И ОРГАНИЗАЦИЯ ИССЛЕДОВАНИЯ

Исследование проводилось на базе высших учебных заведений города Перми: ПГНИУ, ВШЭ, ПНИПУ, ПГАИК, ИВЭСЭП. Общее количество студентов, участвующих в эксперименте, составило 350 человек. На начало эксперимента в каждом вузе были выбраны контрольная группа в количестве 35 студентов первого курса, занимающаяся по традиционной программе, и экспериментальная группа из 35 студентов, занимающихся по экспериментальной программе с использованием российской системы самообороны. Была разработана экспериментальная программа по внедрению российской отечественной системы самообороны на занятиях физической культурой в вузы города Перми с целью формирования компетенции личной безопасности студентов средствами РОСС на занятиях физической культурой.

Задачи, решаемые в процессе реализации данной программы: - оздоровительные, образовательные, развитие личностных качеств; - овладение студентами нетрадиционными методами ФК (элементами медитации, йоги, дыхательной гимнастики, самомассажа), системой оздоровления Е.Д. Марченко (скафандриальная гимнастика, информо- гимнастика, энергогимнастики), системой универсальной разминки по А.А. Оплетину [4]; - выявление корреляционной связи компетенции личной безопасности с межпредметными сквозными и физкультурно-спортивными компетенциями.

Само изучение российской отечественной системы самозащиты, которая основана на славянском

фольклоре, проходит в доброжелательном, спокойном темпе с танцевальными элементами. РОСС воспитывает не только физические качества, которые могут пригодиться в других видах единоборств, но и эстетику, не позволяет проявляться агрессивности. Кроме того, при правильном применении РОСС студент затрачивает всего 25-30% своего биоэнергетического потенциала, что позволяет организму самовосстанавливаться в процессе ведения боя, вести поединок практически не ограниченно по времени. Очень важно, что обучение по системе РОСС не приводит к ломке психики спортсмена, уже владеющего другими видами единоборств.

В ходе экспериментального исследования использовались следующие методы:

1) анкетирование

Выявление сформированности уровней компетенций осуществлялось с помощью анкетирования на основе «Карты компетенций» (А.А. Оплетин, А. Имашев, 2014), включающей 12 элементов по 10 компонентам: коммуникативному, организационно-управленческому, конструктивному, проектировочному, гностическому, информационному, ориентационно-воспитательному, развивающему, мобилизационному, двигательному (выделена буква обозначения в таблице и графиках), по правилу: «0» – отсутствие (нет понятия, представления); «1 балл» (низкий уровень) – знание (демонстрация на вербальном уровне); «2 балла» (средний уровень) – умение (демонстрация на функциональном сознательном уровне); «3 балла» (высокий уровень) – навык (демонстрация на функциональном автоматизированном уровне);

2) методы математической статистики;

3) в построении экспериментальной программы

применялись моделирование, проектирование;

4) эксперимент.

РЕЗУЛЬТАТЫ ИССЛЕДОВАНИЯ

В ходе эксперимента было выявлено, что на начальном этапе студенты контрольной и экспериментальной групп показали низкий индифферентный уровень сформированности компетенций (75%), средний относительный – 25%, высокий достаточный – не выявлен. У студентов присутствует высокий показатель тревоги (76%), низкий самоконтроль (68%), слабая саморегуляция (72%), нежелание что-то изменять в себе (69%). После первого года обучения показатели в контрольной группе существенно не изменились, уровень сформированности компетенций составил низкий индифферентный – 69%, средний относительный – 31%, высокий достаточный не проявился. Тревожность осталась на высоком уровне – 71%, низкий самоконтроль – 60%, нежелание что-то изменить в себе – 61% студентов. В экспериментальной группе более выраженные сдвиги: низкий индифферентный уровень сформированности компетенций составил 51%, средний относительный – 39%, проявился высокий достаточный – 10%. Повышенная тревожность снизилась с 79%, до 60%, низкий самоконтроль составил 50%, средний относительный уровень самоконтроля – 29%, достаточно высокий – у 21% студентов. Третий год обучения выявил следующие показатели в области сформированности компетенций контрольной группы: низкий относительный уровень составили – 55% студентов, средний относительный уровень – 45%, достаточно высокий – 10%. Тревожность осталась на прежнем высоком уровне – 70%, самоконтроль – 50%, саморегуляция – 51%, желают изменить что-то в себе – 51% студентов. В экспериментальной группе

проявилась положительная динамика во всех показателях: низкий уровень сформированности компетенций у студентов составил 11%, средний относительный – 36%, достаточно высокий – 40%, проявился высший превосходный уровень у 13% студентов экспериментальной группы. Высокий пограничный уровень тревожности снизился до 40%, увеличилась область педагогической коррекции. Низкий уровень самоконтроля остался у 13% студентов, средний относительный – у 25%, достаточно высокий уровень возрос до 48%, высший превосходный составил 14% от общего числа экспериментальной группы. Саморегуляция проявилась у 76% студентов. 85% студентов выявили желание что-то изменить в своей жизни, появилась цель.

ВЫВОДЫ

1. Применение российской отечественной системы самообороны на занятиях физической культурой реализует основные требования к формированию физкультурно-спортивных компетенций в области личной безопасности. 2. Результаты нашей экспериментальной работы доказывают, что данные компетенции находятся в тесной взаимосвязи между собой. 3. Экспериментальные данные подтверждают, что созданная авторская программа по физической культуре научно обоснована и способна предельно включить студентов в познавательный процесс с акцентом на физическое и социально-нравственное саморазвитие личности по формированию базовых ключевых и предметных компетенций. 4. При использовании этой системы (методики) обучения русскому рукопашному бою у студентов увеличивается диапазон возможных действий и повышается безопасность при работе в экстремальной обстановке. Занятия РОСС повышают эффективность и продуктивность сенсорно-технических

процессов, способствуют воспитанию волевых качеств личности. Все это обеспечивает физическую и психологическую устойчивость в любых жизненных ситуациях, что делает умения и навыки, приобретенные студентами на занятиях РОСС, не только профессионально-прикладными, но и жизненно необходимыми.

Литература

1. Анненкова, С. В. Аналитический подход к физической культуре: социокультурный анализ / С. В. Анненкова. – Актуальные проблемы инновационного развития физической культуры, спорта и туризма : материалы VII международной науч.-практ. конф. (г. Пермь, 17-18 ноября 2013г.) VIII международной науч.-практ. конф. (г. Пермь, 7-8 февраля 2014г.) с. 25-26
2. Клизовский, А. И. Основы миропонимания новой эпохи / А. И. Клизовский. – М., 2001. – 344 с.
3. Манжелей, И. В. Физическая культура: компетентностный подход. Учебное пособие. / И. В. Манжелей. – Тюмень, 2011. – 182 с.
4. Оpletин, А. А. Формирование компетенции саморазвития личности студентов средствами физической культуры / А. А. Оpletин // Теория и практика физической культуры. – 2013. – №10. – С. 13-17.
5. Оpletин, А. А. Потенциальные возможности физической культуры в процессе саморазвития личности студентов вуза / А. А. Оpletин, З. М. Кузнецова // Мир психологии. – № 4 (80). – 2014. – С. 264-272. (1/0,5 п.л.)
6. Паначев, В. Д. Стрелковый тренинг как средство формирования ситуативной стрессоустойчивости студентов вуза / В. Д. Паначев // Педагогико-психологические и медико-биологические

проблемы физической культуры и спорта. – №1 (26). – 2013. – С. 173-178.

7. Паначев, В. Д. Социологический анализ изменений ценностных ориентаций молодежи / В. Д. Паначев // Дискуссия. – № 2 (32). – 2013. – Екатеринбург. – С. 81-84.

References

1. Annenkova S. V. *Formirovanie gumanitarnoi sredy v vuze: innovatsionnye obrazovatel'nye tekhnologii. Kompetentnostnyi podkhod* [Humanitarian environment formation at a higher educational establishment: innovative educational technologies. Competence based approach], materials of the XIIIth All-Russian scientific-practical conference, Perm, April, 23, 2013, Perm : Perm National Research Polytechnic University publishing house, 2013, Volume 2, pp. 45-46.
2. Klizovskiy A. I. *Osnovy miroponimaniya novoi epokhi* [The basis of worldview of a new epoch], Moscow, 2001, 344 p.
3. Manzheley I. V. *Fizicheskaya kul'tura: kompetentnostnyi podkhod* [Physical culture: competence based approach], Tyumen, 2011, 182 p.
4. Opletin A. A. *Teoriya i praktika fizicheskoi kul'tury*, 2013, No.10, pp. 13-17.
5. Opletin A. A. *Mir psikhologii* [The world of psychology], 2014, No. 4 (80), pp. 264-272.
6. Panachev V. D. *Pedagogiko-psikhologicheskie i mediko-biologicheskie problemy fizicheskoi kul'tury i sporta*, 2013, No.1 (26), pp.173-178.
7. Panachev V.D. *Diskussiya*, Ekaterinburg, 2013, No. 2 (32), pp. 81-84.

**Статья поступила в редакцию:
21.09.2015 г.**