

**БЛОЧНО–МОДУЛЬНАЯ ТЕХНОЛОГИЯ ФОРМИРОВАНИЯ
ПРИКЛАДНЫХ НАВЫКОВ ГОТОВНОСТИ К САМООБОРОНЕ
СТУДЕНТОК ВУЗА**

В.В. Пономарев¹, А.В. Яцковский¹, А.В. Макаров², С.Н. Шишкин²

¹ *Сибирский государственный аэрокосмический университет имени академика М.Ф. Решетнева, г. Красноярск, Россия, kf.val.i.fk@mail.ru*

² *Сибирская пожарно–спасательная академия ГПС МЧС России, Красноярский край, г. Железногорск, kf.val.i.fk@mail.ru*

В статье рассматриваются вопросы формирования прикладных навыков готовности к самообороне студенток вуза на основе блочно – модульной технологии. В русле данного вопроса разработано программно – методическое обеспечение опытной технологии формирования готовности студенток вуза к самообороне.

Ключевые слова: *студентки вуза, самооборона, готовность, блочно – модульная технология.*

**MODULAR TECHNOLOGY OF FORMATION OF APPLIED SKILLS
WILLINGNESS TO SELF–DEFENCE OF STUDENTS OF THE UNIVERSITY**

V.V. Ponomarev¹, A.V. Jackowski¹, S.N. Shishkin², A.V. Makarov²

¹Siberian state aerospace University named after academician M. F. Reshetnev,
Russia, Krasnoyarsk, kf.val.i.fk@mail.ru

²Siberian fire rescue Academy of state fire service of EMERCOM of Russia, Krasnoyarsk,
Zheleznogorsk, kf.val.i.fk@mail.ru

The article discusses the formation of block – modular technology of formation of applied skills willingness to self-defence of students of the University. In line with this issue, developed software and methodological support of formation of readiness of students of the University to defend itself.

Key words: *female students of the University, self defense, preparedness, modular technology.*

Вопросы личной безопасности в настоящее время в нашей стране и в целом в мире весьма актуальны. Каждый гражданин имеет право на защиту своих прав и законных интересов, прав и законных интересов другого лица, общества от общественно опасного посягательства. В современном мире отмечается тенденция роста преступности на улицах, на работе и в частной жизни. Грабежи, разбои, бандитизм, опасные посягательства на жизнь и здоровье людей, вымогательство и терроризм отмечаются повсеместно, приобретают характер всеобщего бедствия. Правительство РФ активно занимается разработкой эффективных методов и педагогических мероприятий по формированию готовности всех слоев населения защитить себя.

В государственных документах, определяющих принципы политики в области физической культуры и спорта в Российской Федерации, физическая культура и спорт рассматриваются как одно из средств не только укрепления здоровья, поддержания высокой работоспособности человека, но и формирования готовности защитить себя и своих близких от различных форм насилия.

В последнее время возросло количество преступлений, где в качестве потерпевших оказывались девушки. И это не случайно. Агрессор выбирает лиц женского пола, так как они менее защищены и находятся в уязвимом положении. В социологии пола зафиксировано, что индивидуальный стиль жизни мужчин и женщин различен, имидж женщины зафиксирован как слабый пол, как противостояние мужчинам, как личность и тело подчиненные, уступающие грубой мужской силе. Женская телесность может быть с легкостью подвержена насилию, при этом лишь малая доля девушек может защитить себя от преступников, так как они не готовы ни физически, ни психологически. При этом следует отметить, что и лица женского пола в отношении других женщин могут совершать насильственные действия агрессивного характера.

Противостояние агрессии должно опираться на хорошую физическую и психологическую подготовленность девушек. Поэтому популярными среди девушек становятся курсы самообороны, занятия в спортивных секциях и клубах единоборств, но они охватывают незначительное количество занимающихся. Расширить численность студенток, владеющих навыками самообороны, может введение на занятиях физической культурой в вузе элективного курса самообороны.

Педагогическим обеспечением формирования готовности молодежи к самообороне на основе самбо занимались: М.Ф. Шабето, В.В. Волостных, Л.П. Онул и др.; над вопросами проектирования восточных единоборств, как средств самозащиты населения работали: С.И. Иванов–Катанский, В.П. Карпов, Д. Миллер, А.П. Попов, В.Н. Попенко, Д.В. Морозов, В.А. Морозов и др.; педагогическими аспектами по подготовке к самообороне молодежи на основе рукопашного боя активно занимались: Э.О. Агаджанян, Е. Захаров, А. Карасев, Ю.Г. Хацкевич, Ю.Т. Чихачев, В. Старченков и др.; разработкой курсов самообороны для студентов физкультурных вузов занимались: Н.Н. Сизова, Ю.Н. Труфанов, С.И. Михеев, В.А. Темченко, В.Ю. Зиамбетов, С.В. Черкас, Г.А. Яцинович и др.; программным обеспечением курса самообороны для школьников занимались: А.Г. Левицкий, В.Ю. Зиамбетов, С.Н. Федоткин, А.В. Дмитриев, С.М. Ашкинази и др.; актуализацией необходимости включения русских народных единоборств в процесс физического

воспитания детей и молодежи, как средства формирования навыков готовности к самообороне занимались: А.Ю. Маркелов, В.В. Пономарев, А.Н. Савчук, В.А. Клименко, А.А. Половинкин и др.

Вышеуказанный анализ тематик исследований показал, что недостаточно уделяется внимание формированию прикладных навыков самообороны студенток вуза, что еще раз констатирует необходимость и актуальность разрабатываемого педагогического исследования.

Обширный и системный анализ учебно–методической литературы по теме исследования позволил выделить и сформировать следующие противоречия между:

- потребностью общества и государства в формировании готовности населения и особенно студенческой молодежи к личностной самообороне и защите от различных форм агрессий и недостаточной готовностью учебно–воспитательной среды вуза актуализации данной потребности среди молодежи, и особенно девушек;

- необходимостью поиска современных подходов, технологий и форм актуализации и проектирования организационно–педагогических условий формирования готовности к самообороне студенческой молодежи, в том числе девушек и недостаточным научно–методическим обеспечением данного образовательного процесса;

- необходимостью формирования прикладных навыков самообороны у студенток вуза, через элективные курсы и не разработанностью программно–методического обеспечения данного педагогического процесса.

Выделенные противоречия определили научную проблему исследования, которая заключается в необходимости теоретического анализа, обобщении и разработки программно–методического обеспечения блочно–модульной технологии формирования прикладных навыков самообороны студенток вуза.

Актуальность проблемы и необходимость ее решения на научно–педагогическом уровне позволили сформулировать тему исследования: «Блочно–модульная технология формирования прикладных навыков готовности к самообороне студенток вуза». В русле данных теоретических изысканий были разработаны следующие учебно – методические положения:

Блочно–модульная технология формирования прикладных навыков готовности к самообороне студенток вуза– это комплексный педагогический процесс направленный на поэтапное формирование у студенток вуза готовности к личностной самообороне и защиты от различных форм агрессии, осуществляемый в рамках элективного курса с использованием средств упражнений из рукопашного боя (один из самых доступных и адаптированных видов прикладных физических упражнений для массовых занятий населения, в том числе студенток), опытная технология формирования прикладных навыков готовности к самообороне студенток вуза включающая следующие учебно–методические блоки: 1 – блок(1 курс) – этап начального обучения; 2 – блок (2 курс)– этап углубленного обучения и 3 – блок (3 курс)– этап спортивного совершенствования приобретенных теоретических знаний и практических навыков самообороны.

Программно–методическое сопровождение блочно–модульной технологии формирование готовности студенток вуза к самообороне включающее следующие учебно–практические разделы: теоретический, где раскрываются исторические и общетеоретические основы занятий рукопашным боем; учебно–методический, содержащий общефизическую, специально–физическую, психологическую и техническую виды подготовки студенток; контрольно–диагностический раздел включает блок педагогического контроля формирования готовности к самообороне студенток вуза.

Педагогический контроль результатов формирования готовности студенток вуза к самообороне включающий следующие диагностические тесты: общая физическая подготовка (бег 100 м., прыжок в длину с места, бег 2000 м., поднимание туловища из положения лежа, сгибание и разгибание рук в упоре лежа); специальная физическая подготовка (броски, удары, акробатика, подвижность опорно–двигательного аппарата); техническая подготовка (выполнение основных двигательных упражнений на технику) и психологическая подготовка (психологические тесты и задания).

Вывод. По результатам реализации в опытно – экспериментальной работе учебно – методических положений формирования прикладных навыков готовности к самообороне студенток вуза, была выявлена высокая эффективность нововведения, которое выразилось в готовности студенток успешно защитить себя, от посягательств.

Список литературы:

1. Пономарев В.В. Технология формирования прикладных навыков самообороны у студенток в процессе физического воспитания в вузе [Текст] / А.В. Яцковский, Е.Н. Коноплева, В.В. Пономарев и др. // Физическая культура: воспитание, образование, тренировка. – 2016. – №5. – С. 68–71.
2. Пономарев В.В. Технология формирования военно–прикладной физической готовности студентов в вузе [Текст] / Лимаренко О.В., Яцковский А.В., В.В. Пономарев и др. // VI Международная научно–практическая конференция «Здоровье для всех». – Пинск. – 2015. – С. 132–134.
3. Христюлова, А.А. Силовая выносливость студенток медицинского вуза: теоретические и практические аспекты: монография [Текст] / А.А. Христюлова, Е.М. Кадомцева, В.В. Пономарев. – Красноярск: СибГТУ, 2016. – 246 с.