

*Куприна Ольга Сергеевна  
студентка  
Орловский государственный университет им. И.С. Тургенева  
Россия, Орел  
e-mail: kuprina.olenka.94@mail.ru*

*Научный руководитель: Бойко В.В.,  
Орловский государственный университет им. И.С. Тургенева  
Россия, Орел*

**ФОРМИРОВАНИЕ ЖИЗНЕСТОЙКОСТИ ДЕТЕЙ-СИРОТ  
ПОСРЕДСТВОМ ФИЗИЧЕСКОГО ВОСПИТАНИЯ И СПОРТА НА  
ПРИМЕРЕ ДЕТСКОЙ ДЕРЕВНИ-SOS ЛАВРОВО**

***Аннотация:** Раскрыты аспекты проблемы развития жизнестойкости личности детей-сирот, находящихся на воспитании в Детской деревне-SOS Лаврово. Предложен комплексный взгляд на формирование жизнестойкости детей-сирот посредством спортизированного физического воспитания.*

**Ключевые слова:** жизнестойкость личности, комплексная система развития жизнестойкости личности, спортизированное физическое воспитание, дети-сироты.

*Kuprina O.S.  
student  
Oryol state University named after I. S. Turgenev  
Russia, Orel*

*Scientific adviser: Boyko V.V., Ph. D.  
Oryol state University named after I. S. Turgenev  
Russia, Orel*

**BUILDING THE RESILIENCE OF ORPHANED CHILDREN THROUGH  
PHYSICAL EDUCATION AND SPORTS ON THE EXAMPLE OF A  
CHILDREN'S VILLAGE-SOS LAVROVO**

***Abstract:** Aspects of the problem of developing the resilience of the personality of orphaned children who are being raised in the SOS Lavrovo Children's village are revealed. A comprehensive view of the formation of the resilience of orphaned children through sportized physical education is proposed.*

**Key words:** resilience of the individual, a comprehensive system for the development of resilience personality, Sportservice physical education, orphans.

Современная ситуация в обществе характеризуется социально-экономической, политической нестабильностью жизни, что провоцирует рост семей, оказывающихся в кризисной ситуации. На 2019 год в России насчитывается порядка 46 118 детей-сирот и детей, оставшихся без попечения родителей [1]. В интернатных учреждениях отмечается дефицит эффективных методик воспитания. После выпуска из интернатного учреждения дети-сироты гораздо уязвимей, чем дети, воспитывающиеся в семьях, в связи с тем, что они развивались и росли в условиях строгого регламента и были ограничены в возможности проявлять автономное поведение. Оказываясь в незнакомой для себя ситуации «свободы» выбора и повышенных требований к самостоятельному решению сложных жизненных ситуаций, дети-сироты оказываются в затруднительном положении, т.к. не имеют необходимых компетенций и навыков. В результате после выпуска дети - сироты сталкиваются с выраженными трудностями в следующих областях [2]:

- способности к приобретению профессии и трудоустройству;
- способности к ответственному независимому поведению и противостоянию асоциальным внешним воздействиям;
- способности формировать долгосрочные отношения, строить семьи и реализовывать родительские компетенции.

Т.о. одной из важных стратегических задач в работе с детьми-сиротами является формирование навыков жизнестойкости у детей-сирот, что обеспечит их успешную социальную адаптацию и интеграцию в социуме. Под навыками жизнестойкости понимается способность выдерживать стрессовые ситуации, определять и отстаивать свои интересы, взгляды и позиции, внутренняя устойчивость, независимо от внешних условий и данностей, способность гибко действовать и реагировать в быстро меняющихся социальных условиях.

Анализ педагогической теории и практики показал отсутствие конкретных разработок концепций жизнестойкости. На данный момент были предприняты попытки определения ключевых качеств, присущих такой личности.

Целью исследования была разработана педагогическая программа по формированию жизнестойкости детей-сирот посредством физического воспитания и спорта в условиях Детской деревне-SOS Лаврово, реализованная и апробированная на протяжении двух лет.

В ходе теоретического анализа можно выделить характеристики жизнестойкой личности, обеспечивающие интеграцию и адаптацию в социуме: целеустремленность и целенаправленность поведения, настойчивость и упорство в достижении поставленной цели, смелость, выдержка, развитая интуиция и ориентация на собственные взгляды, ценности, независимость, физическая подготовленность и здоровье, что позволяет им хорошо ориентироваться в конкретной ситуации и быстро реагировать на любые изменения [3].

Обобщая результаты теоретического анализа можно сформулировать модель жизнестойкости личности, включающая 4 базовых компонента:

- педагогический,
- психологический,
- социальный,
- физический.

По мнению ряда специалистов, устойчивость растущего организма к воздействию неблагоприятных внешних факторов во многом определяется уровнем физического, интеллектуального и функционального развития ребенка на разных возрастных этапах [4]. Именно этот уровень развития определяет «адаптационные возможности ребенка и степень зрелости организма». Физическое и когнитивное развитие, являясь важнейшим показателем здоровья ребенка, должно соответствовать его хронологическому возрасту. Двигательная деятельность и активность является одним из важнейших видов биологической стимуляции, совершенствования механизмов адаптации, физического развития ребенка. По мнению, многих ученых (Н.Н. Каргина и С.Ю. Тюленкова), спорт - это социальный институт, где индивид может выполнять социально значимые роли, находить и переживать собственную эффективность с самого

раннего возраста, что определяет ряд важных аспектов социально-психологического значения спорта для социализации детей и подростков. Выдрин [2] указывает, что с помощью занятий спортом ребенок «проявляет свои ценности и создает их». Ценности могут касаться поддержания физического здоровья, физического совершенствования. Однако одной из важнейших ценностей спорта является благотворное воздействие на эмоциональное и когнитивное развитие личности.

Для улучшения уровня физического и психического здоровья детей целесообразно вносить коррективы в систему физического образования, уделять должное внимание двигательной деятельности, осуществлять индивидуально-дифференцированный подход.

Организатор масштабного педагогического движения П.Ф. Лесгафт придавал весомое значение вопросам физического воспитания детей в школах и детских учреждениях [1]. П.Ф. Лесгафт считал, что воспитание прежде всего включает в себя социальный межличностный характер и тем самым взаимодействуя с обществом играют одну из основных ролей в формировании личности детей. Реализация данного направления деятельности позволяет определить требования к личности воспитателя, спортивного педагога, тренера, т. к. являясь фигурами для идентификации, их взгляды определяют качество передачи общечеловеческого опыта каждому конкретному воспитаннику.

В рамках имеющегося подхода в образовании основное внимание уделяется профильному усвоению знаний, обучению зачастую в ущерб социально-культурному и физическому воспитанию. Хотя, активное участие в спортивных мероприятиях предполагает проявление ответственности и организованности, что важно для развития самосознания личности. Ребенок, включенный в активную спортивную деятельность, включен в «социальную общину», имеет устойчивый круг общения и значимых людей для идентификации, что делает его поведение более управляемым. Некоторые значимые навыки и качества, сформированные в процессе занятий спортом, важны и могут быть использованы в других социальных ситуациях и

взаимодействиях. По мнению Л.И. Лубышевой, участие в спортивной деятельности способствует становлению и развитию социальной активности, здорового образа и стиля жизни детей и молодежи.

Организованная спортивная деятельность отвечает ключевым задачам развития жизнестойкости детей и молодых людей: развивает навыки отстаивания своих границ и интересов, целенаправленность поведения и умение преодолевать сложности и барьеры в достижении желаемого результата, умение опираться на себя и в тоже время работать сообща, в команде, подчиняться установленным правилам и этике командного взаимодействия [5]. Развитие этих качеств возможно при организации систематической регулярной спортивной деятельности

Проанализировав научную литературу, а также опыт Детских деревень-SOS, можно предложить следующую программу формирования жизнестойкости детей-сирот посредством физического воспитания и спорта.

Содержательным компонентом педагогической программы формирования жизнестойкости детей-сирот будет являться инновационная технология спортизированного физического воспитания детей-сирот. В неё будут включены 3 раздела: теоретический, практический и соревновательный.

Теоретический раздел программы содержит актуальные вопросы, относительно истории развития спорта, методы контроля над состоянием здоровья, опросник самоанализа с использованием «паспорта здоровья». В результате освоения этих знаний ребенок сможет самостоятельно выстраивать индивидуальную траекторию своего здоровья.

Практический раздел программы будет включать мероприятия, связанные с систематическими занятиями физической культурой и спортом: закаливающие мероприятия, физкультурно-оздоровительные мероприятия, туристические походы, организация работы тренажерного зала «Вместе мы сможем больше». Вовлеченность бенефициариев в данных мероприятиях позволяет сформировать позитивное отношение к спорту, внутреннюю мотивацию и интерес к спортивной деятельности.

Соревновательный раздел программы обеспечивает разработку и проведение спортивно-массовых мероприятий, предполагающих включение данной категории детей в соревновательную деятельность. Состязательность предполагает организацию соревнования ребенка самим с собой, с товарищами, между семейными домами, между интернатными учреждениями.

Организация исследования состояла из 3 этапов: первый этап- июль 2018-август 2018 г. (анализ литературы по проблеме исследования, поиск необходимых данных для проведения исследования, разработка программы); второй этап – сентябрь 2018 –сентябрь 2020 г. (проверка эффективности разработанной программы по формированию жизнестойкости детей-сирот и детей, оставшихся без попечения родителей средствами физической культуры и спорта. В роли экспериментальной группы (ЭГ) были дети-сироты, находящиеся на воспитании в Детской деревне-SOS Лаврово, контрольной группы (КГ) – дети-сироты из Детской деревни-SOS Кандалакша.); третий этап – обобщающий (обработка и интерпретирование результатов исследования, разработка практических рекомендаций).

Результаты исследования и их обсуждение. Через полгода занятий по программе исследования дисциплина на занятиях улучшилась у детей-сирот ЭГ, появилось дополнительное время для повышения качества образования и интенсивности обучения дополнительно с репетитором. Определились общественно положительные роли каждого ребенка в группе. Анализировались частота (случаи) болезни и стационарного лечения детей-сирот. По результатам исследования выявлено, что дети-сироты, участвующих в реализации спортизированной физического воспитания в экспериментальных условиях, стали реже (в два раза) болеть, параллельно у них значительно снизились (на 48 %) острые респираторные заболевания. У детей-сирот КГ заболеваемость осталась практически на прежнем уровне.

Уровень физической подготовленности детей-сирот ЭГ повысился по всем основным физическим показателям. Усвоенные навыки в соревнованиях повысили уровень личностной самореализации детей- сирот. Появились новые

позитивные формальные лидеры. Занимаясь в одинаковых условиях, наиболее трудолюбивые добились наилучших результатов, которые были оценены как воспитателем, так и детьми. В коллективе появились стремления детей-сирот, направленные на положительные оценки по предметам, адекватное поведение и саморазвитие; Вырос уровень эмоциональных и моральных качеств, что выразилось в управляемости групп. Социальная адаптация детей-сирот ЭК повысилась на 30 %, между тем в КГ показатели особо и не изменились. Полученные данные в конце исследования свидетельствуют о том, что в ЭК показатель жизнестойкости стал выше среднего, между тем в КГ этот показатель незначительный.

**Заключение.** Установлено, что жизнестойкость детей-сирот можно рассматривать как базовый ресурс, который положительно мотивирует их на получение образования, тем самым способствуя снижению риска дезадаптации выпускников этих учреждений.

Определено, что действенным средством воспитания жизнестойкости могут стать школьные предметы, в рамках которых дети получают не только образовательный, «ученический», но и общекультурный опыт. Кроме того, развитие навыков жизнестойкости способствует сохранению и укреплению физического и психического здоровья детей-сирот как залог успешной адаптации в стрессовых ситуациях с выходом на уровень потребностей в самореализации, самоутверждении, саморегуляции.

Из теоретического обзора выявлено, что характеристики жизнестойкой личности наиболее эффективно формируются в условиях вовлечения детей-сирот в спортивную деятельность и систематическое участие в соревнованиях. Проведенный анализ позволил сделать вывод, что характеристики личности спортсмена, во многом пересекаются и сопоставимы с характеристиками жизнестойкой личности, которые необходимы для успешной адаптации детей-сирот в социуме после выпуска из детского дома.

Созданная нами педагогическая программа формирования жизнестойкости детей-сирот позволила увеличить как теоретическую базу,

практические навыки и умения по подготовке детей-сирот к социальной адаптации детей-сирот и успешной интеграции их в социуме.

### **Список литературы:**

1. Антонюк С.Д. Организация физического воспитания детей, имеющих отклонения в состоянии здоровья и развития // Мат. Всероссийской научной конференции «Современные проблемы физической культуры и спорта». СПб.: НИИФК, 2003. С. 126-127.

2. Апанасенко Г.Л. Физическое развитие детей и подростков. Киев: Здоровье, 1985. 154 с.

3. Зорина Т.С. Детские деревни - SOS: негосударственные детские дома с семейным типом воспитания // Социальная работа. 2003. № 3. 13 с.

4. Бальсевич В.К. Спортивный вектор физического воспитания в российской школе. М.: НИЦ «Теория и практика физической культуры и спорта», 2006. 112 с.

5. Бальсевич В.К., Лубышева Л.И. Физическая культура: молодежь и современность // Теория и практика физической культуры. 1995. № 4. 2 с.

6. Филин В.П. Теория и методика юношеского спорта: учеб. пособие для институтов и техникумов физ. культ. М.: ФиС, 1987. 128 с.