

ТАРТУСКИЙ ГОСУДАРСТВЕННЫЙ УНИВЕРСИТЕТ

И. П. ВОРОНА

ИССЛЕДОВАНИЕ ПУТЕЙ РЕАЛИЗАЦИИ
ОСНОВНЫХ ПРИНЦИПОВ И МЕТОДОВ
СОВЕТСКОЙ ПЕДАГОГИКИ В РАБОТЕ
МЕТОДИСТА ПРОИЗВОДСТВЕННОЙ
ГИМНАСТИКИ

А В Т О Р Е Ф Е Р А Т

диссертации на соискание ученой степени
кандидата педагогических наук

ТАРТУ — 1975

Диссертация выполнена в секторе массовых форм физкультурно-оздоровительной работы при Ленинградском научно-исследовательском институте физической культуры и Херсонской государственной фабрике «Большевичка».

Научный руководитель: кандидат педагогических наук, доцент И. В. ЛОВИЦКАЯ.

Официальные оппоненты:

доктор медицинских наук, профессор В. С. РАЕВСКИЙ,
кандидат педагогических наук, доцент И. М. ОКК.

Ведущее учреждение: Ленинградский институт текстильной и легкой промышленности имени С. М. Кирова.

Автореферат разослан « 24 » 11 1975 г.

Защита диссертации состоится « 24 » 10 1975 г. в 15 час. на заседании Совета медицинского факультета Тартуского государственного университета по присуждению ученых степеней в области физической культуры и спорта (202400, г. Тарту, ул. Юликооли, 18, главное здание университета).

С диссертацией можно ознакомиться в Научной библиотеке Тартуского государственного университета.

Ученый секретарь Совета ТГУ

И. Маароос
(И. МААРООС).

Среди разнообразных проблем, привлечших внимание научных коллективов нашей страны, определенное место заняла проблема совершенствования форм и содержания массовой физкультуры на производственных предприятиях. К настоящему времени сложились такие формы работы по физической культуре среди рабочих и служащих, как Спартакиады здоровья, массовые соревнования по нормативам комплекса ГТО, производственная гимнастика, занятия в группах здоровья и в спортивных секциях.

Каждой из этих форм массовой физкультурной работы присущи свои организационные особенности, внешнее оформление действий руководимого коллектива, но задачи и цели этих разнообразных форм работы являются общими, направленными на укрепление здоровья, повышение производительности труда и коммунистическое воспитание трудящихся.

Ясность цели, однако, не влечет механически за собой конкретизации содержания и организации каждой из перечисленных форм массовой физкультурной работы среди трудящихся. Эти вопросы достаточно сложны и требуют практического и, прежде всего, научного решения для каждой из этих форм в отдельности.

Объектом нашего исследования явилась производственная гимнастика. Условное вычленение работы по производственной гимнастике из общей деятельности методиста позволило затронуть менее раскрытые особенности этой работы, педагогическое ее значение, а также показать связь производственной гимнастики с другими формами массовой физкультурной работы на предприятии.

В настоящее время значение производственной гимнастики в первую очередь связывают с ее физиологическим влиянием на человека, достижением эффекта активного отдыха (физкультурная науза) и сокращением периода вработывания (вводная гимнастика).

Однако, не менее важным является педагогический аспект работы методиста при внедрении и развитии производственной гимнастики.

Ведущая роль педагогики в такой форме общественной деятельности людей как участие в производственной гимнастике определяется тем, что место в этой деятельности занимает выполнение физических упражнений. Последние, как известно, являются специфическим средством физического воспитания и в любых условиях их применения сохраняют свое качественное своеобразие педагогического средства.

Использование данного средства позволяет ставить перед производственной гимнастикой воспитательные цели — участие в формировании черт личности человека коммунистического общества. Благодаря этому производственная гимнастика неизбежно становится некоторой частью разностороннего и сложного процесса воспитания человека.

Однако, если вопросы физиологического воздействия производственной гимнастики — физкультурной науки и вводной гимнастики — привлекли многих исследователей (физиологов, врачей, гигиенистов; М. Е. Маршак — 1932; А. Н. Крестовникова — 1933; М. А. Аргангельский — 1934; С. Л. Фейгин — 1937, 1939; В. С. Раевский — 1936, 1938; Л. Хавина — 1937, 1939; И. В. Муравов — 1933; И. В. Муравов — 1963; Н. И. Косилкина — 1963, 1964; Л. Н. Нифонтова — 1966; В. В. Фролькис, С. Ф. Головченко — 1970; Г. К. Кырге, А. А. Виру — 1971; Л. С. Глузман — 1969), то вопросы ее педагогического влияния остались в тени. Имеется очень мало публикаций на эту тему.

В литературе последних лет (М. И. Виноградов — 1966; И. В. Ловицкая — 1965, 1967, 1970; С. Л. Фейгин — 1965, 1967, 1970; И. М. Окк — 1970; А. В. Коробков — 1966, 1970; М. В. Хазанович — 1966, 1970) имеются отдельные высказывания о влиянии производственной гимнастики на морально-эстетическое и физическое воспитание трудящихся, на воспитание социалистической дисциплины труда и сознательного отношения рабочих к труду и отдыху на производстве и вне его (И. В. Окк — 1970, М. М. Бака — 1970, В. П. Веселова — 1963, Т. Ф. Дода, Е. П. Трусова — 1970, В. П. Егоров — 1970, О. Ленев — 1970, А. И. Иванов — 1970, М. Д. Рина — 1970). Однако большое значение, которое может иметь воспитывающее влияние производственной гимнастики на людей, непосредственно занятых в создании материальных благ, заставляет снова обратиться к этому малонизученному вопросу — исследованию системы

работы по производственной гимнастике на предприятии с учетом принципов и методов советской педагогики.

Данное исследование выполнялось с целью выявления путей реализации принципов и методов советской педагогики в работе методиста производственной гимнастики с учетом воздействия на определенные стороны личности занимающихся в области нравственного, эстетического и физического воспитания, а также воспитания занимающихся в духе коллективизма, трудовой и общественной активности.

Предстояло решить следующие задачи:

1. Обосновать эмпирически найденные формы реализации в работе методиста основных педагогических принципов, последовательно анализируя каждый из них.

2. Выявить эффективность систематического применения в работе методиста производственной гимнастики основных педагогических принципов.

ОРГАНИЗАЦИЯ И МЕТОДЫ ИССЛЕДОВАНИЯ

В исследованиях, проведенных в условиях производства, в период с 1958 по 1970 гг. участвовало 700 человек рабочих и служащих Херсонской государственной фабрики «Большевичка».

Основным методом исследования явился педагогический эксперимент. Производственные помещения фабрики располагаются не на одном месте, а занимают две изолированные друг от друга территории. На одной из них располагаются производственные участки: 1-а, 1-б, 2-а, 2-б, 3-а, 3-б, 4-а, 4-б, с общим охватом 600 человек. Наличие на этой территории фабричного радиоузла благоприятствовало проведению производственной гимнастики. Эти производственные участки составляли — экспериментальные группы.

В контрольные группы вошли 100 человек, работающие на четырех не радиофицированных участках: 5-а, 5-б, 6-а, 6-б. Здесь производственная гимнастика не проводилась.

Физическая подготовленность, средний возраст, пол, условия труда, профессия работников экспериментальных и контрольных групп были аналогичными.

Исследования проводились с помощью следующих методов: педагогический эксперимент, педагогические наблюдения, анкетирование, беседа, регистрация методом «скрытой камеры», метод тестов, хронометраж, антропометрические измерения.

ПЕДАГОГИЧЕСКИЕ ИССЛЕДОВАНИЯ

(основные принципы и методы советской педагогики и пути их реализации в работе методиста производственной гимнастики)

Успехи воспитательной работы в нашем социалистическом обществе во многом зависят от умелого, творческого применения основных принципов и методов советской педагогики. Они указывают основные направления воспитания нового человека и помогают правильно организовать воспитательную работу. Умелое, творческое применение основных педагогических принципов в ежедневных занятиях производственной гимнастикой превращает деятельность методиста производственной гимнастики в целенаправленный педагогический процесс.

Рассмотрим пути реализации принципов и методов воспитания в процессе систематических занятий производственной гимнастикой.

Принцип единства требования всех воспитателей

«Советское воспитание, — говорил А. С. Макаренко, — может быть делом только коллектива воспитателей» *.

На производстве воспитание трудящихся осуществляют партийная, профсоюзная и комсомольская организации, эта же функция возложена в определенной степени на администрацию, командиров производства, работников здравоохранения и физической культуры, в том числе на методиста производственной гимнастики.

Работа, которая поручается методисту производственной гимнастики на предприятии, охватывает всю область внедрения физической культуры в жизнь предприятия. Это требует большой организаторской и педагогической работы. Методист справится с этой большой задачей лишь при поддержке его действий общественными организациями предприятия. Для того, чтобы обеспечить эту поддержку на фабрике «Большевичка», были организованы совет по производственной гимнастике и комиссии. В состав совета вошли: главный инженер

* А. С. Макаренко. Сочинения, т. I, стр. 662—663.

фабрики, инженеры по научной организации труда и технике безопасности, представители фабричного комитета и здравмедпункта, методист и лучшие инструкторы-общественники по производственной гимнастике.

План работы методического совета и комиссий согласовывались с партийной, профсоюзной, комсомольской организациями и администрацией. Этим путем обеспечивалось необходимое единство тех требований, которые способствовали созданию благоприятных условий для занятий, хорошего психологического климата в коллективе, единого направления в работе по приобщению трудящихся к систематическим занятиям гимнастикой на производстве, физкультуре и спорту.

Принцип воспитания в коллективе и для коллектива и применение его в работе методиста производственной гимнастики.

Воспитание советских людей в духе коллективизма является одним из ведущих принципов советской системы воспитания. Воспитывающийся в коллективе должен воспитываться для коллектива, т. е. применять свои способности для служения коллективу. Огромное значение в работе по созданию сплоченного коллектива имеет подбор актива и работа с ним. Это положение учитывалось при подборе и воспитании общественных инструкторов по производственной гимнастике, призванных служить коллективу, его интересам в развитии физических качеств, укреплении здоровья и достижении продуктивной работы.

В подборе будущих инструкторов помогали мастера производственных участков и начальники отделов, цеховые комсомольские организации, совет физкультуры, хорошо знавшие людей. Подготовка инструкторов-общественников осуществлялась на семинарских занятиях. Их непосредственным воспитателем был методист производственной гимнастики. Большая роль уделялась созданию в первичных коллективах (цехах и отделах) активов по производственной гимнастике, в состав которых вошли: инструкторы-общественники по производственной гимнастике, профгруппорги, члены Красного Креста, физорги, комсорги. На это ядро методист опирался в своей воспитательной работе, активисты были готовы поддерживать новое начинание и предложение методиста или совета по производственной гимнастике.

Правильно организовать жизнь коллектива и практически претворять его в «инструмент воспитания» — означает бережное сохранение традиций, которые с каждым годом должны укрепляться.

Такими традициями на фабрике «Большевичка» были: массовые выступления занимающихся производственной гимнастикой с гимнастическими упражнениями на физкультурных, майских и октябрьских парадах, организация конкурсов-смотров на лучшую постановку производственной гимнастики в цехах и отделах, проведение Спартакиад здоровья и вечеров отдыха, коллективных выездов в выходные и праздничные дни по местам боевой и трудовой славы, организация музыкальных радиопередач по фабричному радио. Эти традиции передавались старшими товарищами вновь поступившим.

Все эти коллективные мероприятия стимулировали активное участие трудящихся в физкультурной и других областях общественно полезной жизни производственного коллектива, содействовали становлению правильных представлений о взаимоотношениях в коллективе.

Своим примером общественные организаторы производственной гимнастики способствовали воспитанию у работников внешней подтянутости, дисциплинированности, умения контролировать и регулировать свои движения, управлять своим поведением при выполнении коллективных действий, в частности, в занятиях производственной гимнастикой или при участии в спартакиадах, спортивных праздниках и соревнованиях.

Реализация принципа уважения к личности рабочего при большой требовательности к нему

Труд методиста производственной гимнастики многообразен. Привлечение к ежедневным занятиям физическими упражнениями в условиях производственной деятельности сотен тысяч человек требует от методиста больших организаторских способностей. А быть организатором — значит быть воспитателем. Воспитание человека начинается с уважения к нему.

Одним из элементов уважения к личности является умение внимательно выслушать пожелания, просьбы и замечания человека. Методист должен уметь постоянно выполнять это требование: с терпением, педагогическим тактом выслушивать

обращающихся к нему людей, разяснять недоуменные вопросы, выяснять заблуждения, имеющие отношение к производственной гимнастике, и другие вопросы, входящие в его компетенцию.

Уважение и требование — это не два процесса, а две стороны одного и того же процесса: требую потому, что уважаю, уважаю, потому и требую. Тrequю постоянно, без скидок на настроение.

«Потому и требую от тебя, — говорил Антон Семенович Макаренко, — что уважаю тебя, люблю тебя, ты мне дорог... А если бы мне было все равно, каким ты будешь, я бы и не требовал от тебя. Раста хоть бурьяном...»*.

Требованиями, которые мы предъявляли к занимающимся, были: приходиться в удобной для работы и занятий одежде, по первому требованию инструктора выключать машину (станок), занимать удобное (привычное) место для занятий, внимательно слушать, выполнять команды и распоряжения инструктора-общественника (диктора), его методические указания; без уважительных причин не пропускать занятия, соблюдать на занятиях порядок и дисциплину, упражнения выполнять старательно, правильно и активно, сознательно относиться к совершенствованию методов организации занятий. Перечисленные действия, соответствующие рассматриваемому принципу, обеспечили сознательное отношение к производственной гимнастике, воспитали дисциплинированность, самоуважение и доверие к методисту, создали условия для успешного совершенствования морально-эстетических и физических качеств занимающихся.

Реализация принципа единства сознания и поведения в ежедневных занятиях гимнастикой на производстве.

«... Достигнутым, — говорил В. И. Ленин, — надо считать только то, что вошло в культуру, в быт, в привычки»**.

Одной из первостепенных задач методиста является формирование привычки к ежедневным занятиям производственной гимнастикой. Для решения этой задачи необходимо, чтобы рабочий осмыслил свое отношение к производственной гимнастике и самостоятельно пришел к выводу полезна или

* А. С. Макаренко. Соч., т. V, стр. 229.

** В. И. Ленин. Соч., т. IV, стр. 493.

вредна для него эта форма занятий в режиме рабочего дня.

Для решения этой части задачи была использована широкая, научно обоснованная пропаганда роли и значения гимнастики на производстве, выполненная различными спецнаставниками. Однако нельзя ограничиваться только формированием сознания человека. Осознание цели и ее претворение в действие являются не однозначными процессами. Нередко это приводит к борьбе противоположных мыслей и чувств. Из этих противоречий вырастает расхождение между словом и делом в поведении отдельных людей.

Укрепление единства сознания и поведения рабочих на занятиях производственной гимнастики осуществлялось методом упражнений, использования в воспитательной работе метода дидактического принципа систематичности и последовательности. В результате у занимающихся появилась привычка к систематическим занятиям физическими упражнениями, т. е. использование благотворного влияния на организм этих занятий стало их осознанной потребностью.

Воспитание у рабочих привычки к ежедневным занятиям гимнастикой на производстве способствовало не только физическому оздоровлению и повышению трудовой активности людей, но и воспитанию постоянной линии поведения. Следствием этого явилось проникновение физической культуры в быт работников фабрики и членов их семей.

Применение принципа опоры на положительное в человеке в практической деятельности методиста производственной гимнастики

Опора на положительное в человеке служит вернейшим средством преодоления отрицательного, отвращения от плохих привычек. Помочь человеку поверить в себя, в свои силы — важнейшая задача воспитателя.

Эта вера служит главным стимулом в самовоспитании. В процессе внедрения и проведения производственной гимнастики к активному участию в занятиях привлекались не только работники, отличающиеся хорошим отношением к производственной гимнастике, но и все труженники производственного коллектива. В первое время значительная часть работников по разным мотивам уклонялась от занятий: молодые рабочие с малым стажем работы не ощущали потребность в гимнастике, поверхностно судили о ее пользе; другие считали для

себя зазорным участвовать в занятиях в связи с пожилым возрастом, третьи предпочитали во время, выделяемое на гимнастику, выкурить еще одну папиросу и т. д.

Методом индивидуального подхода удавалось выявить положительные качества у людей, опираясь на которых, достигалось приобщение человека к этой области деятельности, завоевание его доверия и положительного отношения в частности к производственной гимнастике.

Реализация принципа параллельного действия в работе методиста производственной гимнастики

Сущность этого принципа состоит в том, что требование к личности и воздействие на нее осуществляется не непосредственно педагогом, а через первичный коллектив — членом бригады, цеха, отдела. Эти первичные коллективы явились надежной опорой методиста для решения важных и неотложных вопросов по физическому воспитанию рабочих и формированию правильного общественного мнения по этим вопросам.

Реализация дидактического принципа систематичности и последовательности в занятиях производственной гимнастикой

«Систематичность упражнений, — писал великий русский педагог К. Д. Ушинский, — есть первая и главная основа их успеха, систематичность упражнений означает также их последовательность, постепенное их усложнение, переход от легких к трудным; пропуск какого-либо необходимого звена иногда дезорганизует умение»*.

Согласно этой педагогической установке занятия по производственной гимнастике проводились систематически, без срывов, по утвержденному директором фабрики графику, в точно обозначенное время. Последовательность в повышении требований к занимающимся физическими упражнениями (как по линии доступности, так и по овладению более сложными двигательными навыками) осуществлялась в процессе занятий производственной гимнастикой с целью удовлетворения растущих физических и эстетических запросов работников. Перехода от простого к более сложному, от известного к неизвестно

* К. Д. Ушинский. Соч., т. V, М., изд-во АПН РСФСР, 1949, стр. 357.

му, от старых форм к новым требовала вся организация производственной гимнастики. Развитие гимнастики осуществлялось на фабрике по этапам:

- I этап — организация занятий в первой рабочей смене.
- II этап — внедрение гимнастики в посменный режим труда рабочих.
- III этап — организация занятий при благоприятной погоде, на открытом воздухе.
- IV этап — организация занятий с музыкальным сопровождением.
- V этап — организация занятий поточным методом под законченное музыкальное произведение (музыкальные комплексы).

В каждом из указанных этапов упражнения в комплексах модифицировались и постепенно усложнялись в соответствии с вышензложенными педагогическими правилами: от легких к более трудным, от простых упражнений к сложным, от известных к неизвестным, от старых форм производственной гимнастики к новым. Особое внимание уделялось методике подбора и составления комплексов упражнений для людей разных групп профессий; применение в работе методиста принципа доступности в обучении физическими упражнениями.

VI этап характеризовался приобщением занимающихся гимнастикой на производстве к занятиям физической культурой и спортом. При фабрике были организованы секции по волейболу, пулевой стрельбе, легкой атлетике, общей физической подготовке, плаванию. Культивируя указанные виды спорта на фабрике «Большевичка», где основной контингент работающих составляют женщины, мы считали своей задачей развивать у них качества, нужные им для выполнения производственных и домашних работ, воспитание у них стремления к сохранению черт женственности, изящества, к чувству красивого.

Осуществление принципа систематичности и последовательности в занятиях производственной гимнастикой обеспечило совершенствование двигательных навыков и умений, а также культуры движения и восприятия музыки. Переход от производственной гимнастики к массовой физкультуре способствовал постепенному росту рядов физкультурников и спортсменов, членов добровольного спортивного общества «Авангард».

Реализация дидактического принципа сознательности и активности в работе методиста производственной гимнастики

Из педагогических наблюдений выяснилось, что на первом этапе работы многие рабочие относились к производственной гимнастике как к делу нужному не им, а кому-то другому. Значительное число занимающихся выполняло упражнения небрежно, пассивно, неправильно, чисто формально. Чтобы изменить это отрицательное отношение к занятиям производственной гимнастикой, в практической работе применялись такие методы воспитания: метод беседы, метод разъяснения, метод убеждения, метод персональных поручений, метод соревнования, метод осуждения, метод поощрения. Особое внимание уделялось реализации принципа наглядности в процессе разучивания и демонстрации комплексов гимнастических упражнений.

Были проведены многочисленные лекции на физкультурно-оздоровительные темы. На примере лучших цехов фабрики был создан любительский документальный фильм. Центром наглядной агитации на фабрике был методический уголок по производственной гимнастике. В нем был собран материал по интересующим занимающихся вопросам.

Красочно оформлялись на специальной доске показатели итогов конкурсов-смотров на лучшую постановку производственной гимнастики, в которых победители поощрялись переходящим вымпелом и грамотой фабричного комитета и совета физкультуры.

Уклоняющиеся от активного участия в занятиях критиковались в юмористической газете «Перец». Чтобы реализовать принцип сознательности и активности в занятиях производственной гимнастикой, были созданы благоприятные условия: санитарно-гигиенические, эстетические, радиофикация, устранение отрицательных раздражителей в момент проведения занятий.

Широко использовалось печатное и устное слово. Эти действия должны были способствовать воспитанию у занимающихся активности и интереса к занятиям физическими упражнениями не только на производстве, но и дома, сознательного стремления к повышению своей работоспособности и производительности труда на основе укрепления своего здоровья и воспитания социалистической дисциплины труда.

ДАННЫЕ ВОСПИТАТЕЛЬНОЙ ЭФФЕКТИВНОСТИ ПРОИЗВОДСТВЕННОЙ ГИМНАСТИКИ В СВЯЗИ С ПРИМЕНЕНИЕМ В РАБОТЕ МЕТОДИСТА ОСНОВНЫХ ПЕДАГОГИЧЕСКИХ ПРИНЦИПОВ

Результат педагогической части исследования — поиски методически продуманного применения основных принципов и методов советской педагогики в работе методиста производственной гимнастики — должен найти выражение в объективных данных, характеризующих воспитательное влияние рекомендуемой системы.

Указанное влияние может быть охарактеризовано с помощью ряда показателей и сравнения их величин, полученных в группах работников, систематически занимающихся производственной гимнастикой (экспериментальные), и в группе, где производственная гимнастика не проводилась (контрольные).

Результат морально-волевой

Показателями, характеризующими результат осознания пользы и потребность к систематическому использованию в труде и быту физических упражнений, могут служить:

1. Отношение рабочих к производственной гимнастике. Последнее выявилось в прогрессивно растущем количестве занимающихся производственной гимнастикой:

1958—1963 гг. — 55—60%;

1963—1970 гг. — 85—95% к числу работающих на производстве.

2. Приобщение занимающихся гимнастикой на производстве к занятиям гигиенической гимнастикой дома:

в экспериментальных группах — 65,8%;

в контрольных группах — 21,0%.

3. Повышение общественной активности занимающихся производственной гимнастикой, их приобщение к физкультуре и спорту и стремление к активному отдыху в свободное от работы время:

	Эксперимен- тальная группа	Контроль- ная группа	Измене- ния (±)
Членов ДСО «Авангард» (в проц.)	48	19	29
Занимающихся физкульту-			

рой и спортом (в проц.)	32	14	18
Число работниц, организующих свой отдых на лоне природы (в проц.)	60	33	27
Участвующие в общественной работе (в проц.)	37	25	12

4. Прочитывание журналов и газет на спортивно-медицинские темы:

в экспериментальных группах — 66%;
в контрольных группах — 43%.

5. Нарушение трудовой дисциплины на фабрике (по книгам учета нарушений № 1, 2 за 1956—67 гг.) снизилось в 1965—67 гг. по сравнению с 1957—59 гг.:

в экспериментальных группах — на 28%;
в контрольных группах — осталось без изменения.

Результат эстетический

Систематическое применение дидактических принципов при обучении упражнениям и комплексам производственной гимнастики способствовало успехам работниц в овладении техникой выполнения физических упражнений, что позволило перейти к более сложной форме занятий — поточным комплексам на законченное музыкальное произведение. Освоение этих комплексов, в свою очередь, способствовало совершенствованию занимающихся в области культуры движения и восприятия музыки.

1. В качестве первого показателя было избрано выполнение контрольного упражнения И. П. О. С. 1. Руки в стороны, посмотреть на кисть правой руки. 2. Руки за голову, прогнуться в грудном отделе позвоночника. 3. Повторить счет 1. 4. Основная стойка. Методом «скрытой камеры» было установлено, что в 1963 г. технично выполняло упражнение 20% работниц, а в 1965 г. — 85% занимающихся.

2. Второй показатель характеризовал способность восприятия характера музыки. Методом педагогических наблюдений было зарегистрировано, что на 4-м занятии освоение нового комплекса упражнений на законченное музыкальное произведение добились соответствия характера движений и музыки:

в экспериментальной группе — 93%;
в контрольной группе — 23%.

3. Третьим показателем служила оценка работницами качества выполнения упражнений. Это характеризовало уро

вень их эстетического развития в области движения. Две группы работниц приняли участие в судействе официальных соревнований по исполнению музыкальных комплексов физкультпауз. Результаты их судейства сравнивались с результатом судейства приглашенных квалифицированных судей Республиканской и первой категорий по художественной гимнастике. Была установлена следующая разница в оценке (при пятибалльной системе):

а) работницы экспериментальной группы повысили оценки в среднем на 0,3 балла;

б) контрольная группа — на 1,1 балла.

4. О возросшем интересе работниц к музыке свидетельствует приобретение для домашних фонотек музыкальных произведений, в том числе используемых в занятиях производственной гимнастикой за 10 лет.

У работниц экспериментальной группы оказалось 160 произведений;

у работниц контрольной — 80 произведений.

Результат психо-физиологический

1. В открытом анкетном опросе перед работницами был поставлен вопрос: «Считаете ли вы, что музыкальные комплексы физкультпауз облегчают дальнейшую вашу работу?». В ответах из 354 опрошенных работниц — 345 человек дали положительные ответы, в которых отмечается значимость гимнастических упражнений с музыкальным сопровождением в создании рационального режима труда и отдыха, в приливе свежих сил и бодрости, в создании хорошего настроения. Шесть человек дали отрицательные оценки физкультпаузе как мероприятию, вызывающему помехи в работе, дезорганизующему рабочий процесс. Три товарища не смогли определить влияние производственной гимнастики на их работоспособность и общее самочувствие.

2. Показателем положительного влияния занятий производственной гимнастикой на развитие физических качеств работниц свидетельствуют следующие сравнительные данные.

(Средние данные одноразового обследования)

	Экспериментальная группа	Контрольная группа
Спирометрия	3200 см ³	2700 см ³
Становая сила	86 кг	78 кг

Сила мышц кисти	29 кг	26 кг
Средняя величина отклонения от заданного направления движения. (Проба М. Буаже ВНИИФК)	10 мм	37 мм

Результат экономический

Ниже приводятся показатели продуктивности работы производственных участков при разных режимах труда:

а) экспериментальные — режим труда с производственной гимнастикой;

б) контрольные цеха — режим труда без производственной гимнастики.

	Экспериментальные цеха	Контрольные цеха	Изменения (+)
Производительность труда в процентах	106,7	104,7	+ 2
Выполнение плана продукции 1 сорта в проц.	101,2	100,7	+ 0,5
Выполнение норм выработки в процентах	121,4	108,5	+12,9

Приобщение к физической культуре и спорту

Воспитание привычки к систематическим занятиям гимнастикой на производстве и дома сыграло определенную роль в активизации физкультурно-массовой и спортивной работы на фабрике. Постепенно наладилась секционная работа. Должное развитие получили виды спорта: настольный теннис, легкая атлетика, художественная гимнастика, пулевая стрельба, спортивное рыболовство, туризм и другие. Спортсмены и команды указанных видов спорта становились участниками районных, городских и областных соревнований и завоевывали призовые места.

Участие в занятиях спортивных секций, групп общей физической подготовки стимулировало рост рядов физкультурников и спортсменов, членов добровольного спортивного общества «Авангард», общественных физкультурных кадров.

До внедрения производственной гимнастики на херсонской фабрике «Большевичка» число занимающихся физкультурой и спортом составляло 3% к числу работающих, членов ДСО «Авангард» — 1,5%, общественных физкультурных кад-

ров — 1%, участников физкультурно-массовых и спортивных соревнований — 5%.

С ростом популярности производственной гимнастики, физкультурно-оздоровительной работы эти цифры значительно увеличились. Число членов ДСО «Авангард» возросло до 50%, занимающихся в спортивных секциях и группах общей физической подготовки—33%, количество общественных физкультурных кадров составляет — один инструктор на 25 человек занимающихся.

Приобщение занимающихся гимнастикой на производстве к занятиям физической культурой и спортом характеризовалось ростом числа участников физкультурно-спортивных соревнований и значкистов «Готов к труду и обороне СССР», число которых достигло к числу физкультурников:

- | | |
|---------------------------------------|------|
| а) участников спортивных соревнований | 96%; |
| б) значкистов ГТО | 73%. |

Осуществляя переход от массовой производственной гимнастики к развитию массовых видов физкультуры и спорта на фабрике, мы содействовали не только оздоровлению и совершенствованию физических качеств наших людей, но и способствовали подготовке их к труду и обороне. Правильности постановки этого вопроса находит отражение в следующих высказываниях М. И. Калинина:

«Мы хотим всесторонне развивать человека, чтобы он умел хорошо бегать, плавать, быстро и красиво ходить, чтобы у него все органы были в порядке, — словом, чтобы он был нормальным, здоровым человеком, готовым к труду и обороне, чтобы параллельно всем физическим качествам правильно развивались и умственные его качества»*.

В Ы В О Д Ы

1. Производственная гимнастика, как одна из форм физического воспитания, должна использоваться не только с целью достижения эффекта активного отдыха и сокращения периода вработывания, но и как воспитательное средство. Ее эффективность в этом плане зависит от умения методистов производственной гимнастики применять в работе основные педагогические принципы.

2. В организационном отношении решающую роль играет опора методиста на помощь администрации предприятия и от-

* М. И. Калинин. «О коммунистическом воспитании». «Молодая гвардия». 1956, стр. 105.

дельных его служб, на партийные, профсоюзные и комсомольские организации, т. е. реализация принципа единства требования всех воспитателей.

3. Воспитание у коллектива положительного отношения к производственной гимнастике является следствием возросшей культуры трудящихся в области гигиенических, физиологических знаний и вследствие положительного личного опыта в занятиях производственной гимнастикой; все это достигается в результате осуществления методистом педагогического принципа сознательности, активности и индивидуального подхода к людям.

4. В общении с трудящимися методист является воспитателем, проявляет выдержку, такт, уважение к личности каждого работника, при большой требовательности к нему. Этим путем достигается укрепление авторитета методиста.

5. Доверие, которым облечены инструкторы-общественники, способствует воспитанию в них чувства ответственности и дисциплины. Это передовой отряд, являющийся примером для остальных трудящихся. С целью поднятия авторитета инструкторов-общественников систематически осуществляется их теоретическая и практическая подготовка.

6. В результате повседневной педагогической деятельности методиста производственной гимнастики постепенно в коллективе формируется общественное мнение о пользе занятий физической культурой. Это имеет большую силу воздействия на каждого работника в отдельности, способствуя его приобщению к физической культуре и спорту.

7. Разъяснение значения и пользы физических упражнений, ежедневное участие в производственной гимнастике способствует воспитанию привычки к активному двигательному режиму. Это проявляется в сознательном приобщении людей к утренней гигиенической гимнастике, производственной гимнастике, к активному отдыху в свободное от работы время.

8. Высокая организованность ежедневных занятий производственной гимнастикой способствует воспитанию у занимающихся таких качеств, как подтянутость, дисциплинированность.

9. Систематическое применение дидактических принципов обучения позволяет использовать композиционно более сложные комплексы, в том числе музыкальные, что способствует развитию двигательной памяти, координации движений, вос-

приятию музыки, выработке представлений о гармоничности и красоте движений.

10. Явление активного отдыха в сочетании с такими качествами, как подтянутость, дисциплинированность, сознательность, координированность, достигнутые в результате систематического применения методистом принципов советской педагогики, способствует повышению производительности труда работников.

Р е к о м е н д а ц и и

по повышению воспитательной, оздоровительной и экономической эффективности гимнастики на производстве

При внедрении и проведении производственной гимнастики предлагается придерживаться следующих рекомендаций:

I. ОРГАНИЗАЦИОННЫЕ

1. Создание благоприятных условий для занятий производственной гимнастикой:

- а) санитарно-гигиенические;
- б) эстетические;
- в) радиофикация цехов и отделов;
- г) четкий порядок в местах проведения занятий;
- д) устранение отрицательных раздражителей в момент проведения занятий.

2. Систематическая активная пропаганда роли и значения гимнастики на производстве.

3. Подбор и подготовка инструкторов-общественников по производственной гимнастике из расчета 1 инструктор на 25 человек занимающихся.

4. Выбор формы проведения производственной гимнастики в соответствии с условиями производства.

5. Четкие сигналы (позывные) об остановке оборудования и начале занятий.

6. Организация медицинского контроля за лицами, занимающимися производственной гимнастикой.

7. Включение работы по производственной гимнастике в планы НОТ, в коллективный договор и в обязательства по социалистическому соревнованию.

8. Рациональная организация труда методиста производственной гимнастики и массовых видов физкультуры.

II. ПЕДАГОГИЧЕСКИЕ

1. Использование методов коммунистического воспитания в работе методиста производственной гимнастики:
 - а) метод беседы;
 - б) метод разъяснения;
 - в) метод убеждения;
 - г) метод персональных поручений;
 - д) метод приучения (выработки привычки);
 - е) метод требования;
 - ж) метод критики и самокритики;
 - з) метод соревнования;
 - и) метод поощрения.
2. Реализация в работе методиста производственной гимнастики основных принципов советской педагогики:
 - а) единство требований всех воспитателей;
 - б) воспитание в коллективе, через коллектив и для коллектива;
 - в) воспитание на традициях в рабочем коллективе;
 - г) уважение к личности рабочего при большой требовательности к нему;
 - д) принципы единства сознания и поведения;
 - е) опора на положительное в человеке;
 - ж) принцип параллельного действия.
3. Соблюдение дидактических принципов обучения физическим упражнениям в условиях производства:
 - а) сознательности и активности;
 - б) систематичности и последовательности;
 - в) наглядности;
 - г) индивидуального подхода;
 - д) доступности;
 - е) массовости и научности.
4. Применение методов обучения:
 - а) метод рассказа;
 - б) метод демонстрации (показа упражнений) ;
 - в) метод упражнений;
 - г) метод подбора упражнений;
 - д) руководство действиями занимающихся.
5. Личный пример методиста в его педагогической, организаторской и методической деятельности.

III. МЕТОДИЧЕСКИЕ

- а) наличие классификации видов труда и методическое соответствие комплексов физкультпауз для людей разных профессий;
- б) установление времени проведения занятий соответственно данным динамики работоспособности работающих;
- в) медифицирование упражнений в комплексах производственной гимнастики и обеспечение их вариабильности;
- г) правильная физическая нагрузка с учетом возраста, пола и физической подготовленности занимающихся;
- д) непрерывное повышение квалификации методиста и его общественных помощников по производственной гимнастике;
- е) использование методистом совершенных методов организаторской и методической работы;
- ж) работа методического уголка и методического совета по производственной гимнастике;
- з) соблюдение максимальной плотности занятий;
- и) правильный подбор музыкального материала для проведения комплексов гимнастических упражнений;
- к) ведение учета педагогической, оздоровительной и экономической эффективности производственной гимнастики и массовых видов физкультуры.

СПИСОК

опубликованных работ по материалам диссертации

1. Производственная гимнастика на предприятии. Изд-во ВЦСПС. Москва, 1963, 64 стр.
2. Пропаганда роли и значения гимнастики на производстве. Сб. материалов научно-практической конференции по вопросам работы с трудящимися среднего и пожилого возраста. Киев, 1963, стр. 49—52.
3. Особенности организации и методика производственной гимнастики на Херсонской фабрике «Большевичка». Сборник докладов научно-практической конференции «Физическая культура в режиме труда и отдыха», Херсон, 1963, стр. 7—11.
4. Методика использования положительных раздражителей в производственной гимнастике. Материалы республ. научно-практич. конференции по вопросам производ. гимнастики и массовым видам физкультуры. Институт геронтологии АМН СССР, К., 1963, стр. 43—45.
5. Пропаганда и значение гимнастики на производстве. «Теория и практика физической культуры», 1963, № 2, стр. 36—37.
6. Подбор и подготовка общественных кадров по производственной гимнастике. Сб. материалов научно-теоретической конференции института геронтологии АМН СССР, ЦС ДСО «Спартак». Изд-во «Промінь», Днепропетровск, 1964, стр. 28—30.
7. Методика проведения производственной гимнастики с учетом воздействия положительных раздражителей. «Теория и практика физической культуры», 1964, № 12, стр. 48—49.
8. Воспитывающее влияние физических упражнений в режиме рабочего дня. «Теория и практика физической культуры», 1965, № 2, стр. 67—69.
9. «... плюс воспитатель». Журнал «Физкультура и спорт», 1965, № 11, стр. 14—15.
10. Отдых должен быть активным. Журнал «Социалистический труд», 1966, № 6, стр. 80—82.
11. Влияние музыкальных комплексов физкультурпауз в морально-эстетическом воспитании трудящихся. Сб. материалов Всесоюзной научно-методической конференции по производственной гимнастике. Ленинград, 1968, стр. 25—33.
12. Эффективное влияние музыкальных комплексов физкультурных пауз на эстетическое воспитание трудящихся. «Теория и практика физической культуры», 1968, № 2, стр. 51—54.
13. Практика проведения физкультурных пауз. Журнал «Социалистический труд», 1969, № 12, стр. 87—89.

14. Оправданное доверие. Журнал «Старт», 1969, № 1, стр. 26—27 (на украинском языке).

15. Влияние музыкальных комплексов физкультурных пауз на основные экономические показатели производства. Сб. материалов «Вопросы активного отдыха трудящихся». Изд-во «Здоровье», К., 1970, стр. 47—54.

16. Опыт контроля над прикладной, оздоровительной и воспитательной эффективностью занятий производственной гимнастикой. Рефераты докладов Всесоюзной научно-практической конференции. Киев, 1970, стр. 156—157.

17. Физкультурная пауза -- активный отдых. Журнал ВЦСПС «Охрана труда и социальное страхование», 1970, № 6, стр. 29.

18. Организация проведения производственной гимнастики и ее эффективность в повышении работоспособности. Методическое пособие «Улучшение условий труда и организация рациональных режимов труда и отдыха на промышленных предприятиях». Изд-во «Московский рабочий», 1973, стр. 121—126.

19. Педагогическая деятельность методиста в воспитании у рабочих сознательного отношения к ежедневным занятиям гимнастикой на производстве. Сборник материалов Укрсовета ДСО «Авангард» «Производственная гимнастика и научная организация труда». Изд-во «Здоровье», К., 1975 (в печати).

20. Теория и практика воспитания у рабочих привычки к ежедневным занятиям физическими упражнениями в режиме труда. Сборник материалов Укрсовета ДСО «Авангард». «Производственная гимнастика и научная организация труда». Изд-во «Здоровье», К., 1975 (в печати).

— Методический плакат об опыте внедрения производственной гимнастики на Херсонской государственной фабрике «Большевичка». Херсон, облздат, 1959, 1 печ. лист (на украинском языке).

ПО ТЕМЕ ИССЛЕДОВАНИЯ СДЕЛАНЫ СООБЩЕНИЯ:

На научно-практических конференциях, семинарах и симпозиумах в городах: Москве — 1960, 1970; Киеве — 1963, 1970, 1971, 1973; Херсоне — 1961, 1963, 1967, 1971; Днепропетровске — 1964; Харькове — 1959, 1964; Запорожье — 1968, 1971; Одессе — 1963, 1969; Минске — 1969; Львове — 1969; Душанбе, Ленинабаде — 1964. На Всесоюзной научно-методической конференции по производственной гимнастике в Ленинграде — 1967; на Всесоюзной отраслевой конференции в г. Подольске — 1969; в Ленинградском университете физической культуры — 1970; на Всесоюзном симпозиуме по производственной гимнастике в Ленинграде — 1970; на Всесоюзном семинаре по организации труда и управления производством в Москве — 1970; на Международном совещании-конференции «Физическая культура в режиме труда и отдыха», 1971 г.