

**ORIGINAL RESEARCH PAPER**

**MODEL OF THE PROCESS OF FORMATION OF RECREATIONAL  
PHYSICAL CULTURE OF ADOLESCENT MARTIAL ARTISTS'  
PERSONALITY IN THE CONDITIONS OF INTERACTION  
OF GENERAL EDUCATION AND SPORTS SCHOOL**

**Evgeniy A. Magdich**

Moscow State University of Sports and Tourism, Moscow, Russia  
ewgen3991@mail.ru, [http:// orcid.org/0009-0001-0876-983X](http://orcid.org/0009-0001-0876-983X)

**Abstract.** The development of recreational physical culture in adolescent martial artists represents a pressing concern within the educational framework of comprehensive schools and the training process of sports institutions. This challenge holds significance not only in addressing immediate educational objectives but also in contributing to broader societal goals related to health preservation and the cultural advancement of the younger generation. The complexity of these objectives underscores the need for a systematic approach, particularly in harmonizing the efforts of diverse educational entities as pivotal agents of socialization. Given the limited exploration of this issue within academic discourse, our research endeavors to construct a model for fostering recreational physical culture of personality (RPCP) in adolescents engaged in sports, specifically through purposeful collaborative interaction between general education and sports schools. Our pursuit has yielded results of varying scientific novelty: elucidating the potential of physical recreation in optimizing the lifestyle of adolescents involved in martial arts, defining the essence, structure, and content of recreational physical culture among these individuals, identifying organizational and pedagogical prerequisites for nurturing RPCP in adolescent martial artists within the context of collaborative engagement between general education and sports schools, and formulating a model that delineates the content and technological facets governing the process of cultivating RPCP in adolescent martial artists.

**Keywords:** model, recreational physical culture of the individual, teenagers involved in martial arts, interaction between general education and sports schools

**For citation:** Magdich E.A. Model of the process of formation of recreational physical culture of adolescent martial artists' personality in the conditions of interaction of general education and sports school // Bulletin of Adyghe State University. Ser.: Pedagogy and Psychology. 2024. Iss. 2(338). P. 69-76. DOI: 10.53598/2410-3004-2024-2-338-69-76.

**Введение.** Занятия спортом имеют огромное положительное значение для формирования, развития, социализации личности представителей подрастающего поколения [1-4 и др.]. Одним из выраженных позитивных эффектов в данном контексте, мощным фактором социального развития детей, подростков, молодежи является изменение образа жизни спортсменов в сторону его просоциальности, рациональности, личностно-развивающей ориентированности, существенное снижение девиантности среды жизнедеятельности юных спортсменов и т.п. [1-2, 5-6 и др.].

Однако очевидно и наличие некоторых негативных эффектов, связанных с активным включением подростков в спортивную деятельность. Это и проблемы физического/соматического здоровья, возникающие под воздействием нерациональных нагрузок; и случаи несбалансированного физического развития, негармоничного общего развития (дисбаланс между уровнями физического, интеллектуального, духовного развития/здоровья); и специфические для спортсменов проблемы рациональной организации и содержательного наполнения досуга в условиях большого, по сравнению со сверстниками, дефицита свободного времени и т.д. [7-10 и др.].

Отчасти такие явления, характерные для подавляющего большинства представителей подрастающего поколения, вызваны всем комплексом социокультурных условий, явлений, тенденций современной России [3, 5, 9 и др.]. Отчасти они являются прямым или косвенным следствием неполноценной реализации спортивными

педагогами и системой образования в целом воспитательно-образовательных и оздоровительных функций в процессе учебно-воспитательной и учебно-тренировочной деятельности [7 и др.].

Из всего спектра имеющихся проблем и способов их решения можно выделить те, которые объективируют потребность в эффективной, научно обоснованной, современной организации физкультурно-рекреационной деятельности подростков, занимающихся спортом (в частности, единоборствами). Они относятся к содержанию, интенсивности и периодичности, эффективности досуга подрастающего поколения, степени реализации в досуговой деятельности функций отдыха и восстановления, эмоциональной разрядки и культурного просвещения, укрепления здоровья и расширения коммуникации и пр. Таким образом, одним из механизмов преодоления создавшейся проблемной ситуации видится формирование у подростков, занимающихся спортом, рекреационной физической культуры личности в условиях специально организованного сотрудничества взаимодружеского общеобразовательной и спортивной школ [1, 5, 11-15].

Однако организации и реализации указанного процесса препятствует недостаточная научная разработанность вопросов его методологических оснований и содержательного, методического, технологического обеспечения. Результаты теоретического анализа научной литературы, анализа существующей практики организации и реализуемого содержания физического воспитания, спортивной подготовки, семейного воспитания свидетельствуют о наличии противоречия между существующей потребностью в формировании у подростков, занимающихся единоборствами, рекреационной физической культуры личности, ресурсностью в данном процессе сотрудничества учреждений общего и дополнительного образования с активным привлечением родительской общественности и отсутствием действенной модели, реализация которой обеспечивает формирование рекреационной физической культуры подростков-единоборцев в условиях взаимодействия общеобразовательной и спортивной школ.

**Цель, задачи и методология исследования.** Разработка модели формирования у подростков, занимающихся спортом, рекреационной физической культуры личности (РФКЛ) в условиях специально организованного сотрудничества общеобразовательной и спортивной школ составила цель проведенного исследования. В процессе ее достижения ставилась последовательность исследовательских задач, которые решались комплексов адекватных им методов.

1. Посредством теоретического анализа научной литературы в области физической культуры, рекреологии, социологии уточнялся потенциал физической рекреации в оптимизации образа жизни подростков, занимающихся единоборствами; методами анкетирования и педагогического наблюдения определялась востребованность организованной физкультурно-рекреационной деятельности для указанного контингента испытуемых.

2. На основе теоретического анализа и синтеза научных материалов в области психологии, педагогики, социологии, обобщения и конкретизации полученных данных определялись сущность, структура и содержание рекреационной физической культуры личности; использование методов опроса, тестирования и экспертной оценки обеспечило выявление специфики содержания и уровня сформированности данного качества у подростков, занимающихся единоборствами.

3. Применение комплекса теоретических (анализ и синтез научных данных, их обобщение, систематизация, конкретизация) и эмпирических (экспертиза образовательной среды и экспертная оценка поведения воспитанников, самооценка профессионально-педагогической деятельности) методов исследования привело

к выявлению организационно-педагогических условий формирования рекреационной физической культуры личности подростков, занимающихся единоборствами, в условиях взаимодействия общеобразовательной и спортивной школ.

4. Методом теоретического моделирования был оформлен конечный результат исследования — искомая модель как способ непосредственного создания выявленных организационно-педагогических условий.

**Результаты исследования.** Физическая рекреация как деятельность, направленная на организацию активного досуга в целях отдыха и восстановления с использованием средств физической культуры, обладает потенциалом для усиления позитивного и нейтрализации негативного влияния занятий спортом на образ жизни, физическое состояние и социально-психологическое самочувствие подростков, занимающихся единоборствами. Ее организация создает возможности для:

— оптимизации образа жизни (насыщение жизнедеятельности разнообразными формами и видами двигательной активности, рациональной по структуре и культурной по содержанию; обеспечение положительных эмоций от общения с представителями референтной группы; осуществление позитивной самопрезентации благодаря участию в деятельности, соответствующей способностям, возможностям, интересам и пр.);

— совершенствования физического состояния (профилактика что является нарушением следовательно состояния органов проходит исследовательно систем организма (основные этапы укрепление опорно-следовательно следовательно двигательного аппарата, мышц проходит и следовательно связок, следовательно сердечно-следовательно сосудистой проходит и следовательно следовательно дыхательной следовательно систем; повышение общей работоспособности следовательно));

— улучшения социально-психологического самочувствия (снижение что является психоэмоционального что является напряжения, проходит повышение что является нервно-проходит психологической основные этапы устойчивости, совершенствование морально-проходит волевых следовательно качеств, развитие следовательно самоконтроля проходит и следовательно саморегуляции, формирование ценностного отношения следовательно к здоровью, мотивации следовательно к здоровому образу жизни) [1, 8, 13-15 и др.].

Целевым ориентиром специальной организации физкультурно-рекреационной деятельности подростков, занимающихся единоборствами, является формирование у них рекреационной физической культуры личности. Рекреационная физическая культура — это личностное качество, интегрирующее ценностные ориентации и установки, знания и представления, интересы и потребности, нормы и способы организации жизнедеятельности, обеспечивающие эффективное использование средств физической культуры в свободное или специально отведенное время с целью здоровьесозидания и личностного развития. Она характеризует психологическую, теоретическую и практическую готовность человека организовывать свою жизнедеятельность на основе принципов культуросообразности и здоровьесбережения, используя при этом средства физической культуры для рациональной организации досуга.

Данный компонент личностной культуры, базируясь на системе физкультурных, рекреационных, валеологических знаний, умений и методологических принципов, опираясь на индивидуальные интересы и потребности личности в области двигательной активности, обеспечивает укрепление, поддержание и улучшение здоровья, а также предотвращает проявление рисков нарушения физического и психоэмоционального состояния занимающихся под влиянием негативных

факторов занятий спортом. В зависимости от степени сформированности структурных компонентов (когнитивно-мировоззренческого, ценностно-ориентационного, мотивационно-потребностного, эмоционально-волевого, поведенческо-практического) может быть определен уровень рекреационной физической культуры личности: негативный, нейтральный, репродуктивный или креативный [6 и др.].

Организационно-педагогическими условиями формирования рекреационной физической культуры личности подростков, занимающихся единоборствами, в условиях взаимодействия общеобразовательной и спортивной школы являются следующие.

1. Интегративность: системность постановки и решения задач физического воспитания; системность реализации направлений деятельности (материально-преобразующего, социально-преобразующего, духовно-преобразующего); междисциплинарность информации относительно целей и задач, средств, форм, функций, ценностей и т.д. занятий физической рекреацией; конвергенция формального, неформального и информального образования в области физической культуры; комплексирование форм физкультурно-рекреационной активности; сопряжение средств физического воспитания в соответствии с системным решением задач.

2. Средовый подход: единые для *партисипатов* информационная среда и *событийная среда*; фасилитация как основа взаимодействия взрослых субъектов с подростками; компетентное соуправление процессом организации физкультурно-рекреационной деятельности.

3. Культуросообразность и природосообразность: субкультурная, психологическая, физиологическая адекватность средств, методов, содержания, организационных форм; оптимизация структуры двигательной активности, режима дня, физических нагрузок.

4. Личностная ориентированность: индивидуальный отбор содержания занятий, их режима, форм, величин нагрузок; вариативность, максимальное разнообразие и свобода выбора форм, видов, средств, содержания физической рекреации; актуализация самостоятельности, инициативности, креативности; ненасильственное приобщение к физической рекреации.

5. Функциональность (функциональная ориентированность): системная реализация всех функций физической рекреации.

6. Технологичность — этапная организация процесса формирования рекреационной физической культуры личности подростков, занимающихся единоборствами [11 и др.].

Решение новых образовательно-воспитательных задач новыми же способами и средствами, связанное с организацией и оказанием определенных психолого-педагогических воздействий на личность, срочные и отдаленные эффекты которых практически не известны, является процессом рисковым. Для максимального обеспечения психолого-педагогической и физической безопасности субъектов формирующего педагогического эксперимента, предвосхищения или нивелирования возможных рисков и опасностей используется предварительное педагогическое моделирование целостного экспериментального процесса — его последовательности и содержания, основных средств и способов их использования, критериев и индикаторов успешности деятельности и т.д.

По сложившемуся представлению модель — это сотворенная или выбранная из уже существующих система, которая демонстрирует как элементы интересующего исследователей объекта (явления, процесса, феномена), так и важные для конкретного научного вопроса характеристики объекта в целом и его элементов, включая закономерности их взаимодействий и изменений, тенденции подвержен-

ности влиянию определенных факторов и пр. То есть модель в научно-познавательном процессе может полноценно заместить реальный объект; а инновации, внесенные в моделируемую реальность, после благополучной проверки могут быть перенесены в объект-прототип [3-4 и др.].

Мы воспользовались методом моделирования для организации процесса формирования рекреационной физической культуры личности подростков, занимающихся единоборствами, через обеспечение взаимодействия общеобразовательной и спортивной школ с привлечением семейных воспитательных ресурсов. Отталкиваясь от теоретически выявленных и эмпирически (экспертно) подтвержденных педагогических условий, путем моделирования определяли содержательно-методические и организационно-технологические аспекты указанного процесса с тем, чтобы обеспечить достижение поставленной цели (сформировать РФКЛ) в соответствии с обозначенными условиями и обосновать это посредством применения адекватного критериально-диагностического инструментария.

Модель процесса формирования рекреационной физической культуры подростков-единоборцев в условиях взаимодействия общеобразовательной и спортивной школ раскрывает формирующую педагогическую деятельность через следующий компонентный состав:

— целерезультативный компонент, в котором представлена цель — РФКЛ в структурно-содержательном выражении; критерии и уровни сформированности как основание определения степени трансформации цели в результат; диагностический инструментарий как способ оценки указанной трансформации;

— организационно-управленческий компонент, описывающий субъектную организацию процесса формирования рекреационной физической культуры личности подростков, занимающихся единоборствами, через задачи и функции, взаимосвязи между коллективными (ДЮСШ, СОШ, Семья) и соответствующими индивидуальными (тренеры, учителя, родители) субъектами взаимодействия;

— методологический компонент, раскрывающий систему педагогических условий формирования РФКЛ подростков, занимающихся единоборствами, и их организационное (в этапах и направлениях деятельности), содержательное (в двигательных, информационных, мотивационных средствах, содержании мероприятий и пр.), методическое (в методах и организационных формах) воплощение;

— содержательно-технологический компонент, иллюстрирующий ведущие средства формирования РФКЛ подростков, занимающихся единоборствами, ключевые методы и формы организации педагогической деятельности (содержательно-методический аспект); ключевые направления деятельности (субъектные, предметно-содержательные, структурные) и этапную организацию процесса формирования рекреационной физической культуры личности подростков, занимающихся единоборствами, через постановку последовательности с отражением ведущих особенностей построения содержания этапов (организационно-технологический аспект).

Функционирование модели позволяет обеспечить специальную организацию взаимодействия СОШ, ДЮСШ и семей юных единоборцев, координацию их совместной деятельности. В процессе этой деятельности будет возможно поэтапное формирование и системная интеграция компонентов РФКЛ в соответствии с механизмами и закономерностями формирования физической культуры личности, досуговой культуры личности и культуры здоровьесбережения. Получению данных эффектов служит реализация специально отобранного и сконструированного рекреационно-оздоровительного содержания физического воспитания в общеобразовательной школе (в урочных и внеурочных формах), в спортивной школе (в учебно-тренировочном процессе ОФП и СФП, во внутренировочном процессе), в рамках

семейного воспитания — как самоорганизация двигательной активности. При этом обеспечивается отбор и реализация педагогических приемов, организация видов и форм активности, учитывающих общие для подростков возрастные психологические характеристики (социальные задачи, психологические новообразования и пр.) и специфические для юных спортсменов смысложизненные установки и особенности образа жизни (жизнедеятельности).

**Заключение.** Предполагается, что реализация целостной модели формирования рекреационной физической культуры подростков-единоборцев в условиях взаимодействия общеобразовательной и спортивной школ обеспечит поэтапное развитие и системную интеграцию физкультурно-рекреационных знаний и умений, ценностей и интересов, чувств и установок посредством специальной физкультурно-активной организации их досуга, обеспечения использования оздоровительно-рекреативных двигательных средств в процессе физического воспитания, спортивной тренировки и самостоятельной физической активности. Экспериментальная проверка указанного предположения составляет цель завершающего этапа нашего исследования.

#### **Примечания:**

1. *Виленский М.Я.* Общее и особенное в педагогических категориях «здоровый образ жизни» и «здоровый стиль жизни» // Вестник РГУ им. И. Канта. 2006. Вып. 11. Педагогические и психологические науки. С. 8-18.

2. *Османов Р.З.* Формирование физической культуры личности обучающихся на основе соуправления процессом физического воспитания: дис. ...канд. пед. наук: 13.00.04. Майкоп, 2013. 174 с.

3. *Чермит К.Д., Левченко В.Г., Исаков О.И.* Проектирование содержания физического воспитания. Майкоп, 2000. 117 с.

4. *Шукаева А.В.* Взаимодействие семьи и школы в формировании здорового стиля жизни у детей младшего школьного возраста на основе деятельности семейного физкультурно-оздоровительного клуба: автореф. дис. ...канд. пед. наук : 13.00.04. Смоленск, 2006. 24 с.

5. *Луцкан И.П.* Состояние здоровья, качество жизни и научное обоснование совершенствования медико-социальной помощи детям, занимающимся спортом (на примере городского округа «город Якутск»): автореф. дис. ...канд. мед. наук: 14.02.03. М., 2012. 21 с.

6. *Рыжкин Ю.Е.* Физическая рекреация в комплексе наук о человеке // Вестник Балтийской педагогической академии. 2001. №40. С. 75-78.

7. *Курникова М.В.* Состояние морфофункционального статуса высококвалифицированных спортсменов подросткового возраста: автореф. дис. ...канд. мед. наук: 14.00.51. СПб., 2009.

8. *Лубышева Л.И.* Социальная роль спорта в развитии личности и социализации личности // Теория и практика физической культуры. 2001. №1. С. 2-5.

9. *Макеева В.С., Тинькова З.С.* Теория и методика физической рекреации. Основы оздоровительной физической культура: учеб. пособие для высшего профессионального образования. Орел: ФГБОУ ВПО «Государственный университет — УНПК», 2012. 193с.

10. *Хакунов Н.Х.* Формирование базовой физической культуры личности в учебных заведениях. Майкоп: Изд-во АГУ, 2007. 152 с.

11. *Ахтемзянова Н.М.* Интеграция общего и дополнительного образования на основе организации деятельности школьного спортивного клуба: автореф. дис. ... канд. пед. наук: 13.00.04. М., 2011. 25 с.

12. *Гаязов Р.Р.* Интеграция деятельности учреждений общего и дополнительного образования в физическом воспитании сельских школьников: дис. ...канд. пед. наук: 13.00.01. Казань, 2006. 236 с.

13. *Неверкович С.Д., Хоточкин В.А., Кузьмичева Е.В.* Спорт и окружающая среда: перспективы развития // Теория и практика физической культуры. 2001. №3. С. 24.

14. *Срулевич С.А.* Формирование культуры здоровья младших школьников на уроках физической культуры: автореф. дис. ...канд. пед. наук: 13.00.04. Улан-Удэ, 2012. 24 с.

15. *Хагай В.С.* Релаксационная оздоровительная тренировка в процессе подготовки студентов-спортсменов // Мир науки, культуры, образования. 2020. №2(81). С.188-190.

### References:

1. *Vilensky, M.Ya.* General and special in the pedagogical categories of "healthy mode of life" and "healthy lifestyle" / M.Ya. Vilensky // Theoretical aspects of education. 2006.
2. *Osmanov, R.Z.* Formation of physical culture of the personality of students based on co-management of the process of physical education: Diss. for the Cand. of Pedagogy degree: 13.00.04 / Ruslan Zamanovich Osmanov. Maykop: Adyghe State University, 2013. 174 p.
3. *Chermit, K.D.* Designing the content of physical education / K.D. Chermit, V.G. Levchenko, O.I. Isakov. Maykop, 2000. 117 p.
4. *Shukaeva, A.V.* Family and school interaction in the formation of healthy lifestyle in children of primary school age based on the activities of a family physical education and health club: Diss. abstract for the Cand. of Pedagogy degree: 13.00.04 / Shukaeva Alla Viktorovna. Smolensk: Smolensk State Academy of Physical Culture, Sports and Tourism, 2006. 24 p.
5. *Lutskan, I.P.* Health status, life quality and scientific justification for improving medical and social care of children involved in sports (based on the urban district of "Yakutsk City"): Diss. abstract for the Cand. of Medicine degree: 02.14.03 / Lutskan Ivan Petrovich. M.: North-Eastern Federal University named after M.K. Ammosov, 2012. 21 p.
6. *Ryzhkin, Yu.E.* Physical recreation in the complex of human sciences / Yu.E. Ryzhkin // Bulletin of the Baltic Pedagogical Academy. 2001. No. 40. P. 75-78.
7. *Kurnikova, M.V.* The state of the morphofunctional status of highly qualified adolescent athletes: Diss. abstract for the Cand. of Medicine degree: 14.00.51 / Kurnikova Mariya Vladimirovna. SPb.: St. Petersburg State Medical University named after Academician I.P. Pavlov of the Federal Agency for Health and Social Development, 2009.
8. *Lubysheva, L.I.* The social role of sport in the development of personality and socialization of the individual / L.I. Lubysheva // Theory and practice of physical culture. 2001. No. 1. P. 2-5.
9. *Makeeva, V.S.* Theory and methodology of physical recreation. Fundamentals of health-improving physical culture: a manual for higher professional education / V.S. Makeeva, Z.S. Tinkova. Orel: FGBOU VPO State University — UNPK, 2012. 193 p.
10. *Khakunov, N.Kh.* Formation of basic physical culture of the individual in educational institutions / N.Kh. Khakunov. Maykop: ASU Publishing house, 2007. 152 p.
11. *Akhtemzyanova, N.M.* Integration of general and additional education based on the organization of school sports club activities: Diss. abstract for the Cand. of Pedagogy degree: 13.00.04 / Akhtemzyanova Natalya Miniyasovna. M., 2011. 25 p.
12. *Gayazov, R.R.* Integration of the activities of general and additional education institutions in the physical education of rural schoolchildren: Diss. for the Cand. of Pedagogy degree: 13.00.01 / Gayazov, Ramil Ravilovich. Kazan, 2006. 236 p.
13. *Neverkovich, S.D.* Sport and the environment: development prospects / Neverkovich S.D., Khotochkin V.A., Kuzmicheva E.V. // Theory and practice of physical culture. 2001. No. 3. P. 24.
14. *Srulevich, S.A.* Formation of the health culture of younger schoolchildren at physical culture lessons: Diss. abstract for the Cand. of Pedagogy degree: 13.00.04 / Srulevich Svetlana Aleksandrovna. Ulan-Ude: Buryat State University, 2012. 24 p.
15. *Khagai, V.S.* Relaxation and wellness training in the process of education of athlete students / V.S. Khagai // World of science, culture, education. No. 2(81). 2020. P. 188-190.

Автор заявляет об отсутствии конфликта интересов.

Статья поступила в редакцию 01.04.2024; одобрена после рецензирования 15.04.2024; принята к публикации 29.04.2024.

The authors declare no conflicts of interests.

The paper was submitted 01.04.2024; approved after reviewing 15.04.2024; accepted for publication 29.04.2024.

© Магдич Е.А., 2024