

3. ПОДГОТОВКА СПЕЦИАЛИСТОВ ПО ОБЩЕПРОФЕССИОНАЛЬНЫМ ДИСЦИПЛИНАМ

Дмитриев С.В.

Нижегородский педагогический университет, г. Нижний Новгород

СОЦИОКУЛЬТУРНАЯ ПРИРОДА ДВИГАТЕЛЬНЫХ ДЕЙСТВИЙ

В основе психосемантики двигательных действий и деятельностного сознания спортсмена лежат три вида «функционально-языковых» отношений, влияющих на процесс отражения действительности и на процесс решения двигательной задачи: *отношение отражения к отражаемому* (психосемантика рассматривается как своеобразная парадигматика языка образов); *отношение отражения к его носителю* (психосемантика рассматривается как функция деятельностного сознания); *отношение отражения к деятельности* (психосемантика рассматривается как регулятор деятельности). В работах Н.А.Бернштейна, П.К.Анохина, В.М.Зинченко и др. осуществлена попытка построения некоторой структуры понятий, признаков и их связей, определяющих процессы принятия решения (в рамках сенсорно-перцептивного уровня отражения), а также функциональную структуру принятия решения (слоисто-ступенчатая модель переработки информации). Для описания психического отражения наряду с понятием «сенсорное пространство» (Ю.М.Забродин) – введены понятия «когнитивная», «регулятивная», «исполнительская» подсистемы «полимодальный афферентатор», «акцептор действия», «блок решения» (Б.Ф.Ломов, Н.Д.Гордеева, Дж.Адамс, П.Пью).

В рамках социокультурной теории двигательных действий, разрабатываемой нами, предложено понятие «*деятельностное сознание*» как обобщенное название всех процессов, посредством которых сенсорно-когнитивная информация трансформируется, усиливается, сохраняется, извлекается и используется при построении «живых движений». При этом *мир понимается как человеческий*

проект (предметный мир личности, как ценностно-смысловой, персонифицированный конструкт), а *деятельность как программа построения действий* (программирующие и управляющие механизмы). Только через построение предметного мира и предметных действий (включая общение) «выстраивается» (и самореализуется) личность деятеля.

Деятельностное сознание как динамическая система взаимосвязи субъекта действия с предметной средой (психосемантический медиатор) оперирует такими идеальными конструкциями, моделирующими мир, как семиотическая и семантическая сферы. Первая связана с системой знаков (как «психологических орудий», по Л.С.Выготскому), вторая – со смысловыми системами. Семиотическая сфера представляет иерархически организованную систему знаков и значений (социальный язык – своего рода модель «языка вне человека»), усвоенных человеком в процессе деятельности. Семантической сферой называется совокупность определенным образом (в соответствии с языковой способностью) организованных признаков (своего рода модель «языка в человеке»), описывающих объект как процесс и результат интерпретирующих действий (семантический анализ чувственного образа, взаимосвязь вербальной и перцептивной семантики, позволяющие открыть «путь от мысли к слову», по Л.С.Выготскому). Структуры сенсорного пространства, семиотической и семантической сферы деятельностного сознания при их относительной самостоятельности теснейшим образом взаимосвязаны, взаимообусловлены и взаимопроникают друг в друга при смысловой организации механизмов отражения предметной среды и управления предметной деятельностью (см. рис.).

Следует подчеркнуть неразрывное единство генетических (биокод) и социокультурных (социокод) механизмов орудийно-отражательной деятельности человека. С одной стороны, действительность отражается посредством процессов, происходящих в мозге и нервной системе индивида (отражательная деятельность человека). С другой стороны, человеческая действительность (внутренний предметный мир личности) – «вторая природа», составляющие ее знаковые образования отражают формы социокультурной деятельности личности (отражательная деятельность общества). Предметный мир представляет собой репрезентированный и психически переработанный (интерпретированный) внутренний мир личности и ее деятельностного сознания (так называемые

мировоззренческие универсалии). Здесь реализуется *принцип единства личности и ее внутреннего предметного мира*. Последний конструируется самой личностью, существует в сфере идеального, надстраивается над социумом и природой. Это духовно освоенное социокультурное пространство, ценности и идеалы, определяющие диспозицию личности и деятельностные установки.

В контексте разрабатываемой нами социокультурной теории двигательных действий стало ясным, что если *структурно-функциональные механизмы* (определяющие строение) «живых движений» человека детерминированы онтогенетической эволюцией и природной (психомоторной) организацией индивида (филогенетической программой), то *психосемантические механизмы* (определяющие построение действий) не содержатся в самом мозге – субстрате деятельностного сознания, они усваиваются человеком в ходе его социализации, на основе антропных образовательных технологий. Структурно-функциональные (морфофизиологические) относятся преимущественно к характеристике человека как индивида (специфика организма, психики, ВНД), психосемантические – к характеристике человека как личности и субъекта деятельности (внутренний предметный мир). Между психомоторными и психосемантическими механизмами происходит сложное взаимодействие, обеспечивающее их тонкое приспособление к условиям конкретной деятельности с учетом накопления проектно-двигательного опыта (когнитивного, перцептивного, биомоторного) и духовно-личностного тезауруса (мировоззренческих универсалий).

Если структурно-функциональные механизмы оказываются в роли первичных средств, реализующих отдельные психомоторные функции (каждая психическая функция обеспечивается специализированной функциональной системой и все они объединены в единую нейрофизиологическую систему головного мозга), то психосемантические механизмы выступают в роли *средств достижения программных целей личности*.

ОТ КОНКУРИРОВАНИЯ К АЛЬТЕРНАТИВАМ И ЗАТЕМ К СИНТЕЗУ ТЕОРИИ БИОМЕХАНИКИ

В методологии биомеханики сложилась альтернатива, оппозиция между наукоцентристской (В.М.Зациорский) и культурологической (С.В.Дмитриев) концепциями знания. Мы исходим из того, что способ разрешения «альтернативной ситуации» должен предусматривать синтез, а не простую элиминацию одной из альтернатив (Н.Бор написал однажды на стене аудитории МГУ тезис: «Противоположности не противоречивы, а дополнительные»). Разнообразие мнений есть методологическая необходимость в развитии науки. Социокультурная теория двигательных действий развивается нами в контексте возможности интертеоретического взаимодействия, включая методологию и мировоззрение. В данных тезисах мы отвечаем на замечания, сделанные **В.В.Хохловой** и **Е.В.Быстрицкой** (см. тезисы доклада указанных авторов).

1. Известно, что в межнаучной математической дисциплине – теории игр и принятия решений (Н.Н.Воробьев, Л.В.Канторович, Г.Оуэн, Р.Льюс, Х.Райфа) в центре внимания оказывается понятие *поведения* (а не деятельности) и его оптимизированные правила (регулятивные принципы), формальные механизмы (способы) нахождения оптимальных решений. Следует подчеркнуть, что регулятивные принципы используются не только в поведении, но и в теории познания и организации знаний (логические и математические операции).

2. Существуют также современные системные теории *бихевиорального поведения*, присущего системам живой природы. К ним следует отнести «механику целенаправленного движения» Г.В.Коренева и «целестремленных систем» Р.Акоффа и Ф.Эмери, исследующих так называемое *целевое поведение* систем. В данных теориях приводится важное, принципиальное различие двух классов движений, присущих системам живой природы: движения, на которые субъект не влияет (естественные движения) и движения, на которые он влияет (поведенческие операции, необходимые для достижения некоторой желаемой цели).

3. Разумеется, сформировавшиеся при исследовании управляемых материальных систем методы анализа не могут быть механически перенесены на *ценностно-ориентированные* и *смыслоорганизованные двигательные действия человека*, поскольку последние обладают специфическими свойствами (связаны с содержательной, ценностной, мотивационной – в целом с мировоззренческой стороной деятельностного сознания).

4. В теории деятельностного сознания, в социокультурной теории двигательных действий речь идет не только об *«игре с природой»* (как можно было бы в терминах «теории игр и принятия решений» обозначить научно-познавательную, исследовательскую деятельность), но и об *«игре ума»* с абстрактными и обобщенными результатами, продуктами этой игры, ведущейся на уровне методологии научного познания. Не менее важным здесь является рефлексивно-поисковая *«игра мировоззрений»*, связанная с программой ценностного выбора и построения «концептуальной картины мира», основанной на «великом синтезе» науки, теории проектирования и управления, согласованного с мировоззрением человека.

Ершова Н.Г.

*Великолукский государственный институт физической культуры,
г. Великие-Луки*

ФОРМИРОВАНИЕ ПРОФЕССИОНАЛЬНО-ПЕДАГОГИЧЕСКОЙ НАПРАВЛЕННОСТИ ЛИЧНОСТИ СТУДЕНТОВ ИФК В ЦИКЛЕ ГУМАНИТАРНЫХ ДИСЦИПЛИН

В современном обществе остро стоит вопрос о характере подготовки специалистов с учетом на перспективу. Это связано с различными процессами развития всего общества в целом. К сожалению, приходится констатировать, что в условиях экономической нестабильности образовательные учреждения всех ступеней, заняты, прежде всего, проблемами выживания, поэтому забота об изменении содержания образования отошла на 2-й план. Любой конкретный вид деятельности требует от человека проявления совершенно

определенных качеств личности. Поэтому профессиональная направленность в значительной степени является своего рода «стержнем» вокруг которого группируются и развиваются качества и свойства личности специалиста. Роль вуза в овладении профессией заключается в том, что за годы обучения студенты получают необходимый для будущей профессиональной деятельности фундамент знаний, изучая дисциплины различных блоков. У них формируется профессиональная направленность, развиваются педагогические способности, появляются определенные навыки и умения.

Исходя из этого, можно полагать, что их деятельность как до учебы в вузе, так и в период обучения в институте физической культуры формирует различную направленность личности, т.е. занятия спортом, рост спортивного мастерства, его уровень, могут найти отражение в генезисе того или иного вида направленности. Данная гипотеза и определила цель исследования: изучение роли гуманитарных предметов в развитии профессионально-педагогической направленности личности студентов института физической культуры.

Профессионально-педагогическая направленность была выбрана нами в качестве предмета исследования потому, что она является важнейшим профессионально – значимым качеством, в наибольшей степени обеспечивающим овладение вершинами педагогическими мастерства.

Исследования, проведенные в Великолукском государственном институте физической культуры с 1998 по 2002 гг. показали, что существует опасная тенденция снижения педагогической направленности личности студентов. Если в 1998г. 23% студентов поставили педагогические мотивы выбора ИФК на первое место, то в 1999г. – 20%, а в 2001 – 16%. Анализ полученных результатов показал, что тенденция отсутствия педагогической направленности при поступлении в вуз грозит стать обвальной, если не принять никаких мер по ее формированию и развитию с первых дней пребывания студентов в вузе и еще раньше, на этапе довузовской подготовки. В этом аспекте большую роль мы отводим предметам гуманитарного цикла.

Проведенные исследования показали, что педагогическая направленность - образование динамическое, подверженное изменению за годы обучения в институте, причем процесс саморазвития данного образования отличается некоторой неоднозначностью. Динамика формирования и развития ППН студентов в значительной мере

обуславливается особенностями организации образовательного процесса, в том числе и по предметам гуманитарного цикла.

В результате проведенных исследований были выявлены эффективные пути формирования ППН личности студентов ИФК:

- - через специально организованное педагогическое взаимодействие;
- - через развитие рефлексивных способностей.

Жидких В.П.

*Воронежский государственный педагогический университет, г.
Воронеж*

ЛИЧНОСТНО-ОРИЕНТИРОВАННАЯ СИСТЕМА НЕСПЕЦИАЛЬНОГО ФИЗКУЛЬТУРНОГО ОБРАЗОВАНИЯ УЧАЩЕЙСЯ МОЛОДЕЖИ

Современное образование, рассматривая человека как высшую ценность, предполагает, что он имеет право на свободу проявления своих сущностных сил: физических и духовных в результате непрерывного усвоения духовного, эмоционально-ценностного, физического и нравственного опыта предшествующих поколений.

Ориентация системы образования на современные и перспективные виды деятельности обуславливает поиск новых образовательных форм, что создает реальные возможности для выбора различных технологий обучения. Технология обучения—это систематическое и последовательное воплощение на практике заранее спроектированного процесса обучения, система способов и средств достижения целей управления этим процессом. В настоящее время «технологизация» педагогической деятельности предполагает сделать процесс обучения более надежным, результативным, инвариативным. Инвариативность состоит в том, что технология обучения представляет собой логическую схему деятельности.

Одним из важнейших направлений методической и научной работы является разработка принципиально новой модели процесса физического воспитания учащейся молодежи средних и высших учебных заведений, которая предусматривала бы не только

совершенствование самого учебного процесса по физическому воспитанию, но и создание многоуровневой системы неспециального физкультурного образования.

Для этого должны быть определены педагогические цели и основные задачи предстоящей деятельности. Разработка концепций физической культуры как части общечеловеческой культуры личности и общества позволяет решить широкий круг культурологических, социологических и педагогических задач, которые могут идти в контексте с целями и задачами физической культуры как учебной дисциплины при этом необходимо логично уточнить те методологические проблемы, которые следует поставить во главу угла разрабатываемой системы не специального физкультурного образования, как части общего образования. Основой должно стать создание комплексной модели информационного пространства процесса физического воспитания предусматривающей формирование активного отношения к физической культуре как к одному из компонентов общей культуры человека.

Такая модель информационного обучения в рамках учебного заведения распространяется не только на дисциплину «физическое воспитание», но и на те дисциплины, которые изучает учащаяся молодежь.

Методическое обеспечение такого курса предусматривает несколько вариантов: текстовое, гипертекстовое, мультимедийное. Все зависит от обеспечения. Оно может быть разного типа: курс лекций, учебное пособие, методические указания, информационный материал, информационная система контроля теоретических знаний, практических умений и навыков.

Наличие компьютерной сети в учебном заведении позволяет учащейся молодежи оценить уровень своих теоретических знаний, практических умений и навыков по физическому воспитанию, воспользовавшись ею.

Вся информационная система может состоять из пяти структурных компонентов, которые имеют определенный набор теоретических, методических знаний и умений с возможными вариантами ответов, а также систему контроля оценки физической подготовленности. Набранная сумма баллов в каждом блоке тестирования теории, методики и практики позволяет установить уровень своей подготовленности.

Информационное пространство физического воспитания в рамках единой системы методического обеспечения учебного процесса в учебном заведении, является многоуровневой системой, призванной решать следующие задачи:

- создание предпосылок, способствующих формированию выраженной мотивации к повышению двигательной активности как в рамках учебного процесса по физическому воспитанию, так и при самостоятельных занятиях;
- содействие осознанию учащейся молодежи возможности самостоятельно влиять на эффективность воздействия на собственный организм;
- разработка информационной системы, объединяющей теоретические, методические материалы и блоки педагогических тестов, позволяющей оценивать уровень своих знаний, умений, навыков, физической и функциональной подготовленности.

Создание новой технологии обучения физическому воспитанию как учебной дисциплины и формирование физической культуры личности в целом свидетельствует о том, что необходимы кардинальные изменения в организации работы по физическому воспитанию, более высокой профессиональной подготовке преподавателей, обновлении методической документации и использование компьютерной сети для создания информационной базы, соответствующей возможностям и способностям учащейся молодежи.

Жидких В.П.

*Воронежский государственный педагогический университет, г.
Воронеж*

ФИЗИЧЕСКАЯ КУЛЬТУРА В ПРОФЕССИОНАЛЬНОЙ ПОДГОТОВКЕ НА СОВРЕМЕННОМ ЭТАПЕ

В качестве основного критерия функционирования образовательной системы принимается соответствие социальному заказу уровня и профиля подготовленности выпускников учебных заведений. При подготовке специалистов следует учитывать социально-экономическую ситуацию в обществе, структуру рынка труда и региональные инфраструктуры. Кроме того, современная социальная ситуация объективно требует переосмысления роли и сущности непрофессионального физкультурного образования. Это обусловлено следующими причинами: приоритет жизни и здоровья является основополагающим принципом государственной политики России в области образования, образовательные учреждения в процессе реформирования системы образования переориентируются на социокультурное и личностное направления.

Современная система физического воспитания, детерминированная задачами двигательной подготовки в ущерб комплексному подходу к реализации всех ценностей физической культуры, не обеспечивает их использование для адаптации человека к современным условиям профессиональной деятельности и жизнедеятельности в целом.

Указанные обстоятельства позволяют констатировать, что проблема формирования привычек здорового образа жизни, сознательного отношения к собственному здоровью и физической подготовленности существенно актуализируются на всех возрастных этапах развития личности и выступает как социально значимая задача, которая должна решаться за счет новых подходов в системе физического воспитания, эффективной реализации его потенциала. В этой связи физическая культура, пронизывая все виды деятельности, выступает условием гармоничного развития сущностных сил и творческого потенциала личности в процессе освоения профессиональной деятельности и жизненного самоопределения.

Современная профессиональная подготовка ориентирована на видение ее как целостной системы, подчиняющейся законам,

закономерностям, тенденциям развития, в многообразии существующих противоречий и особенностей. Внутреннее и внешнее равновесие личности как целого осуществляется аналитико-синтетическими и координационными процессами, проявляясь в физическом воспитании в подчинении всех элементов структур личности ее основной доминанте — направленности на физическую культуру, обеспечивающую непрерывность, преемственность всех периодов развития, а также в обретении необходимых личности, по еще отсутствующих профессионально важных качеств. Развитие личности в процессе физического воспитания происходит путем качественных и количественных изменений, ведущих к новому уровню целостности. Это единство ведет к тому, что его описание идет от абстрактного основания к представлению частных конкретных реалий.

Необходимость подготовки педагога в сфере физической культуры вызвана тем, что проявляя совокупность нравственных, психических и физических свойств, выражая и передавая ценности физической культуры с помощью подражательной деятельности, создавая определенные эталонные общности в условиях педагогической деятельности, он становится проводником идей физической культуры в жизнь подрастающего поколения. Важно, чтобы каждый будущий педагог в процессе физического воспитания имел определенный нравственный идеал, чувство гордости за сохранение и укрепление своего здоровья, включался в другие престижные для молодежи формы физкультурно-спортивной деятельности, опосредующие физическую культуру его личности.

Адаптивные реакции, вызванные физическими упражнениями, приводят к изменениям физиологических, биохимических, иммунологических, психических параметров и возникающие в связи с этим различными состояниями и целостным поведением человека. В результате влияния физического воспитания происходит не только улучшение физического развития и физической подготовленности, но и непрерывное общее и профессиональное развитие, преодолевается разрыв между сущим и должным, умственным и физическим, между профессией и личностью.

Жидких В.П.

*Воронежский государственный педагогический университет, г.
Воронеж*

ПРОФИЛИРОВАННАЯ ФИЗИЧЕСКАЯ КУЛЬТУРА КАК СОСТАВЛЯЮЩАЯ ПРОФЕССИОНАЛЬНОЙ ПОДГОТОВКИ УЧАЩЕЙСЯ МОЛОДЕЖИ

На современном этапе политическое и экономическое устройство России претерпели значительные изменения, что повлекло за собой кардинальные перемены в обществе. В сфере производственной деятельности в условиях жесткой конкуренции, необходимо обладать не только, профессиональными качествами высокого уровня, но и умением поддерживать высокий уровень здоровья, правильно организуя свою жизнедеятельность. В этой связи профилированная физическая культура является важной составляющей в профессиональной подготовке учащейся молодежи, т.к. в своей структуре она содержит следующие основные профилированные компоненты: физическое воспитание, спорт, физическую рекреацию, двигательную реабилитацию и неспециальное физкультурное образование.

Выпускники средних и высших учебных заведений должны обладать высокими профессиональными качествами в любой человеческой деятельности и умением поддерживать свою работоспособность на высоком уровне, что часто бывает, недооценено и негативно сказывается в последствии на профессиональной деятельности. Необходимо осознание того факта, что и индивидуальное здоровье, и здоровье общества являются результатом нашего отношения к себе, к близким, к людям вообще, и к труду. Основанием же культуры здоровья служит физическая культура человека, которая является мощным средством оздоровления, познания и совершенствования себя. Физические возможности являются индикатором, высвечивающим все пробелы в культуре здоровья индивида.

Проблемы развития системы воспитания физической культуры учащейся молодежи непременно должны отражать современные тенденции образования в целом. Факторы, определяющие профилированную физическую культуру можно представить следующим образом.

Первый фактор определяет осознание каждого уровня физической культуры личности как органической составной части системы непрерывного образования и воспитания, что предполагает решение проблемы преемственности не только внутри системы, но также и в будущей профессиональной деятельности. Второй фактор представляет собой переход от информативных закрытых форм обучения к открытым для понимания форм и методов обучения. Включением в него элементов проблемности, научного поиска, эксперимента, обширного использования резервов самостоятельной работы учащейся молодежи. Третий фактор состоит в постепенном отказе от жестких рамок административно-командных способов организации и управления учебно-воспитательным процессом в пользу системы управления на основе создания психолого-педагогических условий развивающих, активизирующих, интенсифицирующих, игровых форм организации, которые предполагают стимуляцию. Развитие, организацию творческой и самостоятельной деятельности учащейся молодежи. Четвертый фактор состоит в организации процесса обучения как коллективной деятельности обучающихся. Пятый фактор состоит в культуросообразности образования. В отношении к физической культуре ее образ трансформируется в понимание физической культуры личности как сферы общей культуры человека.

Социально требуемая обществом система образования предполагает развитие в направлении интенсивных форм, профессионализации, повышения качества подготовки специалистов. Такая система должна включать в себя и средства для повышения физической культуры обучающихся. Это обусловило появление такого понятия как «неспециальное» или «непрофессиональное» физкультурное образование, означающее по В.М.Выдрину отличие его от того, которое дается в высших и средних специальных учебных заведениях. Главной проблемой этого образования является ориентация занятий по физической культуре в учебных заведениях на телесное физическое развитие, а не на восприятие и понимание полноты ценностей физической культуры. Предпочтение отдается выполнению нормативов по физической подготовленности, а не формированию культуры и овладению знаниями. Основной задачей учебного заведения является образование человека, под которым понимается весь процесс формирования личности, в том числе и особенно под

влиянием специально направленных воздействий, включая двигательную деятельность.

Полное отсутствие понимания личности как единства духовной и физической составляющей привело к падению престижа физической культуры, что мешает формированию деятельностного отношения молодежи к собственному физическому развитию.

Возникновение современной основополагающей цели физического воспитания (формирование физической культуры личности) подготовлено развитием научной мысли в психологии, философии, педагогике, теории физической культуры и реформированием системы образования, отвечающим устремлениям общества к удовлетворению свобод интересов и потребностей личности.

Таким образом, стратегической задачей для преподавателей физической культуры является переход от простого контроля над развитием телесных качеств учащейся молодежи, к процессу формирования личности средствами физического воспитания и подготовки к профессиональной деятельности.

Литвин А.В.

Институт экономики и управления УдГУ, г. Ижевск

ЭКОНОМИКА СПОРТА: ПРОБЛЕМЫ СТАНОВЛЕНИЯ И ПЕРСПЕКТИВА

За последнее время спорт стал важной отраслью экономики многих стран. В него вовлечены значительные финансовые средства и большое количество рабочей силы, постоянно совершенствуются существующие и разрабатываются новые модели управления и финансирования. Вместе с тем, усиливающиеся тенденции коммерциализации и профессионализации с одной стороны, а также острая конкуренция вокруг бюджетных средств с другой, свидетельствуют о том, что спорт должен научиться самостоятельно, извлекать прибыль из имеющихся в его распоряжении ресурсов. Не секрет – многим спортивным организациям в России все еще не хватает знаний и убеждений о том, что сегодня без ориентированных на

рыночную экономику действий уже невозможно успешно работать, в том числе и в спорте. Экономика спорта – это наука, изучающая экономические аспекты спорта и не только экономические, но и социологические, финансовые, психологические и т. д.

Спортивная наука была долгое время вне экономики. Выпускники спортивных школ и институтов после окончания спортивной карьеры в большинстве своем становились учителями или тренерами. Точно также и организованный спорт развивался без особого спроса на профессиональную экономическую компетенцию.

Переход страны в новые экономические условия особенно негативно сказался на деятельности многих спортивных организаций. В предыдущие годы спорт, как известно, финансировался государством и профсоюзами, не испытывая при этом серьезных затруднений. Наряду с государственными успешно функционировали многочисленные ведомственные спортивные общества и клубы, большинство из которых не занималось самостоятельной коммерческой деятельностью, приносящей какие-либо доходы. Сегодня все кардинально изменилось. Сегодня в спорте можно заработать неплохие деньги, разумеется, в условиях жесткой конкуренции, но в то же время традиционные ресурсы спорта стали более ограниченными. Вследствие этих процессов, становится ясно, что спорт нуждается не только в профессиональных спортсменах, тренерах, но и в профессиональных менеджерах, психологах, юристах. Спорт нуждается в людях, которые могли бы, например, рассчитать стоимость строительства бассейна или проведения крупных спортивных соревнований и обладали бы при этом не отрывочными экономическими знаниями, а могли сравнивать различные альтернативные варианты и выбирать среди них наилучший. Спорт нуждается в людях, которые умели бы доказывать приоритетность отдельных спортивных программ и мероприятий по сравнению с аналогичными в области культуры, медицины или экологии, а это особенно важно при существующем территориальном принципе управления спортом.

Представляется перспективной подготовка экономистов-менеджеров в рамках факультетов физического воспитания и спорта в виде отдельной специализации, начиная, например, с 4 курса, так и на базе экономического образования (специальность 060800 «Экономика и управление на предприятиях (по отраслям)»). При этом наряду с традиционными для данных специальностей курсами педагогики и экономики в число учебных дисциплин должны быть включены:

- экономика спорта;
- спортивный менеджмент;
- менеджмент спортивных сооружений;
- спортивное право;
- спонсорство в спорте и др.

Но и это еще не все. Экономист по спорту обязан владеть персональным компьютером, знать финансовое и налоговое право, страхование, рекламу и работу с общественностью, быть компетентным в вопросах питания и разбираться в современной спортивной одежде.

Следует, однако, иметь в виду, что ниша, которую могут занять такие специалисты, для России еще очень невелика. В частности, по нашим оценкам, для Удмуртии эта цифра составляет сегодня 15–20 человек.

Сегодня, когда все больше людей ищут баланс между стрессом и разрядкой, хотят найти свое призвание, сохраняя здоровье и чувствуя себя работоспособными, спорт, профилактика и реабилитация – это как раз и есть те понятия, которые тесно увязаны с успехами любого современного общества. Если мы хотим иметь в будущем здоровую нацию, сегодня нужны специалисты понимающие, что спорт это значительно большее, чем стоящие в центре внимания события с рекордами, победами и медалями, что спорт уже часть экономики и управление им в профессиональной, коммерческой или любой другой сферах требует соответствующих специалистов, методов и форм.

Мельников Ю.А., Зеленин В.С.

Удмуртский государственный университет, г. Ижевск

ОБОРУДОВАНИЕ СПОРТИВНОГО ЗАЛА ДЛЯ ПРОВЕДЕНИЯ УЧЕБНЫХ ЗАНЯТИЙ И МАССОВЫХ СОРЕВНОВАНИЙ ПО ВОЛЕЙБОЛУ

Место и значение физической культуры в жизнедеятельности человека трудно недооценить. О важности массового обучения физическим упражнениям убеждать специалистов нет необходимости.

Однако оборудование многих спортивных залов не позволяет проводить массового обучения волейболу. Во внушительных размерах

спортивных залах размещено по одной волейбольной площадке, что бывает недостаточно при массовом обучении волейболу, а тем более при проведении массовых соревнований по этому виду спорта.

В удмуртском госуниверситете на факультете физической культуры нашли, как нам кажется, хороший выход из данной ситуации.

Теперь при проведении учебных занятий по дисциплине волейбол, каждый из присутствующих на занятии студентов, а их бывает одновременно до 50 человек, имеет возможность работать на сетке с мячом в паре, что является важным моментом при освоении элементов волейбола.

После освоения техники элементов волейбола студенты имеют возможность участвовать в двухсторонней игре на четырех площадках одновременно. Размеры нашего спортивного зала 24*42. На данной площади размещены 4 площадки. Две из них стандартные 9*18 и две располагающиеся за баскетбольными щитами 6*18 т.е. размеры двух площадок нестандартные. Но это не очень важно при проведении учебных занятий. Для проведения соревнований используются две площадки, которые размещены между баскетбольными щитами. Сетки этих площадок крепятся на стойках сделанных из квадратной трубы цепляющихся за свисающую с потолка ферму баскетбольных щитов. В середине зала устанавливается стойка с прорезью сверху для троса на хорошей устойчивой платформе. Стойка в центре нужна для того чтобы трос на котором находятся две сетки не провисал. Две других сетки укороченных размеров являются продолжением основных и расположены между баскетбольными щитами и боковыми стенами зала. Один конец троса одной из сеток крепится за крюк свисающей с фермы стойки, а второй за крюк расположенный в стене, таким же образом крепится и вторая укороченная сетка.

Разметка площадок делается растянутыми лентами, которые лежат плотно прижатыми к полу, что практически не мешает во время игры. Ленты растягиваются и крепятся в углах площадки за счет втулок с наружной и внутренней резьбой. Наружная резьба позволяет втулку вернуть в деревянный пол, а во внутрь втулки вкручивается болт с потайной головкой. За счет этих болтов и крепятся уголки, к которым пришта разметочная лента шириной 1,5 - 2 см., таким образом, очень быстро в нашем спортивном зале размечаются волейбольные площадки, что позволяет не портить общий вид пола спортивного зала. Трех метровая зона нападения размечается липкой лентой белого цвета, которую после проведенных соревнований можно убрать без особого

труда. После того как разметка снята болты плотно вкручиваются во втулку вровень с верхней поверхностью пола, что не мешает занимающимся в спортивном зале другими видами спортивных игр.

Петров П.К.

Удмуртский государственный университет, г. Ижевск

**СТРУКТУРА И СОДЕРЖАНИЕ МЕТОДИЧЕСКОЙ
ПОДГОТОВКИ СТУДЕНТОВ ФАКУЛЬТЕТА ФИЗИЧЕСКОЙ
КУЛЬТУРЫ ПО КУРСУ ГИМНАСТИКИ К БУДУЩЕЙ
ПРОФЕССИОНАЛЬНОЙ ДЕЯТЕЛЬНОСТИ**

Гимнастика с методикой преподавания – одна из основных дисциплин учебного плана факультетов физической культуры. Курс гимнастики, как и другие специальные дисциплины, предусматривает решение общих ведущих задач профессионально-педагогической подготовки (методической, технической, физической) специалистов физического воспитания для средних общеобразовательных школ, а также формирование личности будущего педагога, укрепление здоровья, выработку жизненно необходимых умений и навыков.

На педагогическом факультете физической культуры Удмуртского государственного университета в последние годы проводится интенсивная работа по организации методической подготовки студентов к будущей профессии, учитывая принципы деятельностного подхода, наглядности, активности, использования современных информационных технологий и форм занятий способствующих активизации познавательной деятельности.

Уже на протяжении многих лет в качестве одного из основных государственных экзаменов студенты нашего факультета сдают в форме урока физической культуры в естественных условиях школы. Как известно, в умении подготовиться к уроку и провести его проявляется весь комплекс знаний и умений, полученных студентом по всем дисциплинам психолого-педагогического, медико-биологического и предметного блока Государственного стандарта за весь период обучения в вузе. Поэтому можно считать, что проведение урока является одним из наиболее адекватных критериев оценки профессиональной готовности выпускников к будущей деятельности.

В этой связи роль и значение гимнастики с методикой преподавания значительно возрастают. Во-первых, гимнастика является базовой дисциплиной, призванной закладывать основы профессионально-педагогической подготовки студентов. Именно на занятиях гимнастикой должны формироваться основные знания и умения, которые в дальнейшем используются при организации занятий по другим видам спортивно-педагогических дисциплин. К ним можно отнести умение проводить строевые и общеразвивающие упражнения, включая и упражнения из нетрадиционных видов гимнастики, организовывать учащихся для выполнения упражнений в различных частях урока, использовать различные приемы и методы обучения в зависимости от поставленных задач, развивать двигательные способности, применять нестандартное оборудование и технические средства.

Во-вторых, с учетом изложенного выше, мы пришли к выводу о том, что наиболее целесообразно начинать педагогическую практику именно с раздела гимнастики. Но для этого необходимо было четко построить всю методическую систему подведения студентов к этой практике, а затем и к государственному экзамену. На первую педагогическую практику в школу наши студенты выходят на седьмом семестре, выполнив все требования методической подготовки, которые наравне с требованиями по технике выполнения гимнастических упражнений включены в зачетные требования.

В чем же они проявляются? Так, например, студенты первого курса (первый семестр) на занятиях по музыкально-ритмическому воспитанию осваивают основные элементы народных и современных танцев, которые в перспективе должны быть обязательно включены в конспекты во время проведения учебных практик на последующих курсах. Во втором семестре, после изучения гимнастической терминологии студенты в виде учебной практики проводят строевые упражнения, для чего предварительно записывают в тетради команды по определенной форме. При проведении их в отделениях оценивается правильность записи, умение выбирать место, владение командным голосом, умение находить и исправлять ошибки. Оценка выставляется только при активном участии всех студентов по соответствующим критериям. На этом же семестре студенты готовят словарь основных терминов, учатся страховать осваиваемые элементы

В первом семестре второго курса основная задача методической подготовки заключается в умении страховать и оказывать помощь в

пределах осваиваемых упражнений, умении составлять и записывать вольные упражнения и упражнения на снарядах, овладении умением составлять положение о школьных соревнованиях по гимнастике, проводить упражнения для заключительной части урока. Во втором семестре этого курса основная задача состоит в обучении методике составления документов планирования, для чего каждый студент получает материал соответствующего класса (в дальнейшем по материалу этого класса он проводит отдельные части урока и урок в целом) и проведения подготовительной части урока с последующим анализом как со стороны преподавателя, так и самих студентов. В этом же семестре они получают навыки страховки в упражнениях 3 разряда категории «Б», а также навыки судейства этих упражнений и участия на соревнованиях по данной программе.

Первый семестр третьего курса связан тем, что все студенты осваивают нетрадиционные виды гимнастики (аэробика, атлетическая гимнастика и др.). Во втором семестре - готовятся и сдают практический экзамен, включающий элементы школьной программы и более сложные элементы, предусмотренные программой по гимнастике, готовят музыкальное сопровождение и конспекты уроков для проведения учебной практики на четвертом курсе.

На четвертом курсе перед педагогической практикой (сентябрь, октябрь) студенты проходят учебную практику, предварительно прослушав лекции, просмотрев серию уроков, проводимых на материале младших, средних и старших классов преподавателями. До выхода на педагогическую практику все студенты во время учебной практики учатся анализировать урок, вести хронометраж и определять физическую нагрузку. Только выполнение этих требований позволяет допустить студента к педагогической практике.

В период педагогической практики за каждой бригадой обязательно закрепляется преподаватель кафедры гимнастики, который отвечает за постановку учебной работы. После педагогической практики проводится экзамен по курсу гимнастики, на котором учитываются оценки, полученные за практический экзамен на третьем курсе, оценка за учебную работу во время педагогической практики и оценка за теорию.

Последним этапом в обучении является подготовка к государственному экзамену на пятом курсе.

Вся система методической подготовки немыслима без организации самостоятельной работы студентов. Для этой цели на

кафедре разработаны и активно используются учебные пособия и учебник, технические средства, программированные материалы, современные информационные технологии.

Как показывают результаты педагогических практик и государственных экзаменов в виде урока физической культуры с гимнастической направленностью студенты по курсу гимнастики получают наиболее высокие оценки и положительно отзываются о достаточно эффективной методической подготовке к будущей профессиональной деятельности.

Саулина О.П., Вяткина З.Н.

Пермский государственный педагогический университет, г. Пермь

ОРГАНИЗАЦИЯ САМОСТОЯТЕЛЬНОЙ РАБОТЫ СТУДЕНТОВ ПО КУРСУ ТМФВ

В учебном плане, составленном с учетом нового ГОС, на самостоятельную работу студентов (СРС) дисциплине «Теория и методика физического воспитания» (ТМФВ) отводится 186 часов. Поэтому студентам, начиная со второго курса, когда изучается дисциплина ТМФВ, необходимо формировать умения и навыки самостоятельной деятельности на основе приобретенных знаний. Для этого они должны выполнять все виды заданий для самостоятельной работы в установленные сроки, предусмотренные учебным планом и программой учебного предмета по высшему профессиональному обучению, а также те, которые предлагаются преподавателями, ведущими ТМФВ. В процессе СРС формируются навыки приобретения знаний, организации труда, оказывается эффективное влияние на развитие личности будущего специалиста. Задачи СРС в вузе следующие: сформировать навыки самостоятельной учебной работы, сделать самообразование потребностью каждого студента; организовать внеучебное время студентов для изучения научной литературы, необходимой для выполнения самостоятельной работы.

Темы, которые изложены в учебниках по ТМФВ, хорошо дополняются данными современных исследований. Например, на втором курсе по теме «Двигательные качества» студенты готовят

выступления-доклады на семинарах по развитию двигательных способностей на основе периодической печати, участвуют в ролевых играх (оппоненты и рецензенты), анализируют, разбирают, обобщают, делают выводы. К этому студенты пришли через систематическое выполнение заданий для самостоятельной работы (устных и письменных). Им предлагаются задания по каждой теме, выполняя которую занимающиеся углубляют и расширяют приобретенные знания, начиная с работ по образцу, репродуктивных, заканчивая более сложными, творческими. Наиболее значимой, обобщающей является СРС по теме «Структура обучения», когда студент выбирает двигательное действие, которому будет обучать, формулирует частные задачи в соответствии с каждым этапом структуры обучения, подбирает методы, средства и реализует принципы обучения.

На третьем курсе для СРС предлагаются такие задания: определить методическую последовательность обучения конкретному двигательному действию; сформулировать образовательные задачи для каждого этапа обучения, конкретизируя их в соответствии с методической последовательностью обучения; составить поурочный план на серию уроков (4-5), разбив общую задачу обучения на серию частных задач; разработать содержание основной части урока в соответствии с этапом обучения; написать конспект урока с подробной разработкой графы «Методические приемы организации, обучения, воспитания» и строгим подбором упражнений для подготовительной части урока, согласно конкретной его задаче; провести письменный анализ конспекта урока, составленного другим студентом; перечислить ведущие личностные и профессиональные качества учителя физической культуры.

Студентам 4-го курса даются задания, позволяющие привлекать знания не только по ТМФВ, но и по психологии, педагогике. Их содержание следующее: определить степень выраженности каждого структурного компонента деятельности; выявить ведущие компоненты в своей педагогической деятельности; изучить методику наблюдения за «жизненными проявлениями» свойств нервной системы; определить показатели силы нервной системы у себя и показатели подвижности нервных процессов; изучить индивидуальный стиль деятельности (ИСД) школьного учителя физической культуры определить у себя признаки ИСД обусловленные своими индивидуальными особенностями, обосновав педагогическими ситуациями на

проведенных уроках в период педпрактики. Завершающей работой является составление программы самосовершенствования.

Таким образом, СРС помогает успешно готовить учителей физической культуры к их будущей профессии.

Федоров А.И., Береглазов В.Н., Васильев В.В.

*Уральская государственная академия физической культуры,
Челябинский государственный научно-образовательный центр
Уральского отделения Российской Академии Образования, г.
Челябинск*

ПРОЕКТИРОВАНИЕ УЧЕБНО-МЕТОДИЧЕСКИХ КОМПЛЕКСОВ ЭЛЕКТИВНЫХ ДИСЦИПЛИН В ВУЗАХ ФИЗИЧЕСКОЙ КУЛЬТУРЫ

Несмотря на то, что государственным образовательным стандартом высшего профессионального образования (ГОС ВПО) по направлениям 521900 “Физическая культура” и 022300 “Физическая культура и спорт” 2000 года, на преподавание элективных (по выбору студента) дисциплин введены ограниченные нормы времени (5-10%), реализация вариативного компонента ГОС ВПО позволяет, во-первых, ориентироваться на социальный заказ государства, учитывать региональные условия системы образования и специфические особенности конкретного вуза; во-вторых, обеспечить соответствие, во-первых, теориям и концепциям развития педагогики, психологии и методики преподавания отдельных учебных дисциплин; во-вторых, современной парадигме личностно-ориентированного образования; в-третьих, современному состоянию науки и практики; в-третьих, обобщить передовой опыт преподавания смежных дисциплин; в-четвертых, учитывать прогнозы развития вуза и учебной дисциплины; в-пятых, обеспечить формирование у студентов междисциплинарных знаний, умений и навыков; повышение профессиональной компетентности и конкурентоспособности будущих специалистов.

Цель исследования – экспериментальное обоснование методики преподавания элективной (по выбору студентов) дисциплины, ориентированной на повышение профессиональной подготовленности студентов.

Методика и организация исследования. Исследование проводилось на базе кафедры теории и методики легкой атлетики Уральской государственной академии физической культуры в период с октября 1998 по май 2000 года. В исследовании приняли участие студенты третьего курса УралГАФК (n=40).

В процессе разработки модели учебно-методического комплекса элективных дисциплин учитывались требования ГОС высшего профессионального образования по направлению 022300 “Физическая культура и спорт” 2000 года. Эффективность преподавания учебной дисциплины осуществлялась на основе: 1) анализа результатов опроса в форме анкетирования; 2) анализа учебной деятельности студентов (активность, инициативность, самостоятельность и т.п.); 3) анализа качества выполненного учебного проекта или задания.

Результаты исследования и их обсуждение. Разработанная модель учебно-методического комплекса (УМК) дисциплины отражает его структуру, систему характеристик и связей разделов, ведущих идей, определяющих содержание учебно-методических материалов, и способов их реализации. “Ядром” УМК является программа, которая определяет содержание дисциплины, виды занятий, особенности учебного процесса; программа является наиболее стабильной частью УМК. Дополнительные учебные материалы отличаются большей вариативностью; они отражают стиль работы преподавателя, специфику предметной области, особенности студентов и вуза. Данная модель УМК использована при разработке ряда курсов и элективных учебных дисциплин, которые могут быть охарактеризованы как “профессионально-ориентированные” и предполагают использование в процессе обучения современных информационных технологий, автоматизированных систем и технических средств.

Изучение мнений и отношений студентов к учебно-воспитательному процессу в вузе физической культуры позволило установить, что 45,0% респондентов, в целом, удовлетворены учебным процессом в вузе; 25,0% – не удовлетворены; 30,0% – затруднились ответить. 30,0% респондентов считают, что они

обладают необходимыми знаниями для будущей профессиональной деятельности; 35,0% – не обладают; 35,0% – затруднились ответить. Установлено, что 30,0% респондентов полностью удовлетворены качеством преподавания дисциплин по выбору, 65,0% – в целом удовлетворены, лишь 5,0% не совсем удовлетворены. Выявлены мнения студентов о наиболее интересных и менее интересных темах; причины интереса к занятиям; разделы курса, необходимые для дальнейшего самостоятельного изучения. Анализ качества выполнения учебных заданий свидетельствует о более высоком уровне успешности учебной и учебно-исследовательской деятельности студентов, прошедших обучение по элективным дисциплинам. Выявлены основные виды затруднений, возникающих в процессе выполнения учебных заданий.

Заключение. Опыт преподавания элективных дисциплин свидетельствует, что методика “профессионально-ориентированного” обучения способствует повышению познавательной активности и формированию профессиональной направленности студентов.

4. ПРИНЦИПЫ ОТБОРА НА ФАКУЛЬТЕТЫ И ИНСТИТУТЫ ФИЗИЧЕСКОЙ КУЛЬТУРЫ И ПЕДАГОГИЧЕСКОЕ ФИЗКУЛЬТУРНО-СПОРТИВНОЕ СОВЕРШЕНСТВОВАНИЕ

Алабужев А.Е.

Удмуртский государственный университет, г. Ижевск

ПОДГОТОВКА СПЕЦИАЛИСТОВ ПО ФИЗИЧЕСКОЙ КУЛЬТУРЕ В СОКРАЩЕННЫЕ СРОКИ В УДМУРТСКОМ ГОСУДАРСТВЕННОМ УНИВЕРСИТЕТЕ

В Удмуртской Республике кадры по физической культуре и спорту готовят Удмуртский государственный университет и два средних-специальных учебных заведения – Ярское педагогическое училище и Ижевский педагогический колледж. Всего в сфере физической культуры и спорта республики работает на 1 января 2002 года 798 специалистов со средним профессиональным образованием, что составляет 29% всех физкультурных работников. В связи с этим становится актуальным вопрос о получении высшего физкультурного образования выпускниками средних специальных учебных заведений. Согласно государственного образовательного стандарта высшего профессионального образования по специальности 033100 – «физическая культура» высшее учебное заведение имеет право реализовать основную образовательную программу подготовки педагога по физической культуре в сокращенные сроки для студентов высшего учебного заведения, имеющих среднее профессиональное образование. Сокращение сроков проводится на основе имеющихся знаний, умений и навыков студентов, полученных на предыдущем этапе профессионального образования. При этом продолжительность обучения должна составлять не менее трех лет.

С целью реализации этого пункта государственного стандарта Удмуртский государственный университет заключил договоры о совместной деятельности с выше названными средними специальными учебными заведениями. В одном из пунктов договора

предусматривалась корректировка учебных планов и учебных программ подготовки специалистов со средним профессиональным образованием. Цель этой корректировки приблизить объем и содержание учебных дисциплин ССУЗов к требованиям предъявляемым ВУЗом студентам I – II курсов. Для повышения качества учебного процесса в договоре предусмотрено прохождение повышения квалификации преподавателей ССУЗов в Удмуртском государственном университете.

Все эти мероприятия способствовали производить перезачет дисциплин изучаемых на I – II курсах в Удмуртском госуниверситете на основе аттестации знаний, полученных в среднем специальном учебном заведении, в соответствии с требованиями государственного образовательного стандарта высшего профессионального образования. Обучение проводится по заочной форме и реализуется в срок 3,5 года за счет средств организаций, предприятий и граждан. Ежегодный прием составляет 50 человек и, как правило, 90 – 95% из числа поступивших работают по специальности.

Подводя итог вышеизложенному, можно сделать вывод, что реализация подготовки специалистов по физической культуре в сокращенные сроки способствует повышению качества преподавания в средних специальных учебных заведениях и дает возможность получить высшее физкультурное образование выпускникам ССУЗов работающих в отрасли “физическая культура и спорт” без отрыва от работы.

Алабужев А.Е., Малков Ю.П.

Удмуртский государственный университет, г. Ижевск

К ВОПРОСУ О КРИТЕРИЯХ ОТБОРА АБИТУРИЕНТОВ НА СПЕЦИАЛЬНОСТЬ 033100 ФИЗИЧЕСКАЯ КУЛЬТУРА

Для качественной подготовки специалиста в ВУЗе большое значение имеет уровень довузовской подготовки студента от того, какой уровень подготовленности имеет поступивший в ВУЗ абитуриент, зависит как будут осваиваться образовательные программы предусмотренные государственным стандартом высшего профессионального образования. В связи с этим важное значение имеет

содержание и последовательность вступительных испытаний предлагаемых абитуриенту при поступлении в ВУЗ.

До сих пор при отборе абитуриентов в физкультурные ВУЗы и на специальность «физическая культура» в педагогические институты и университеты важнейшим критерием остается физическая подготовленность, а на втором месте стоит оценка образовательного уровня абитуриента не говоря уже о его мотивации к педагогической деятельности.

До недавнего времени такой же позиции придерживались в Удмуртском государственном университете. Первые экзамены абитуриенты сдавали по физической подготовленности, а затем экзамены по биологии и русскому языку и литературе. Получалось, что из числа наиболее физически подготовленных абитуриентов отбирались наиболее образованные.

В квалификационной характеристике, предъявляемой государственным стандартом выпускнику ВУЗа отмечается, что специалист должен иметь разносторонние знания и уметь их аккумулировать в своей профессиональной деятельности.

В связи с этим с 2000 года Ученым Советом факультета физической культуры УдГУ было решено провести вступительные экзамены по другой схеме. Первый экзамен был по русскому языку и литературе (сочинение), а затем экзамен по биологии и лишь после этого абитуриенты сдавали экзамены по проверке физической подготовленности. Изменился принцип отбора – из наиболее образованных абитуриентов выбирались наиболее физически подготовленные.

Изменился и качественный состав абитуриентов. Если до 2000 года поступление абитуриента окончившего школу с медалью было редким случаем, то с 2000 года картина стала меняться: в 2000 году – 1 медалист, 2001 год – 4 медалиста и в 2002 году подали заявления 10 абитуриентов, окончивших школу с медалью. При этом необходимо отметить, что медалисты имели довольно высокий уровень физической подготовленности.

В связи с тем, что в 9-ых и 11-ых классах общеобразовательной школы физическая культура введена как экзамен по выбору, состоящий из основ знаний и физической подготовленности, в 2002 году вступительный экзамен на факультет физической культуры по биологии был заменен экзаменом – основы знаний по физической культуре. Это введение, на наш взгляд, в какой то мере определяет

уровень профессиональной мотивации абитуриента и в то же время повысит требования к преподаванию предмета физическая культура в общеобразовательной школе по разделу «Основы знаний».

Все выше изложенные мероприятия позволяют принять в ВУЗ более образованного и профессионально ориентированного студента, способного качественно освоить учебные программы государственного образовательного стандарта по специальности 033100 «физическая культура».

А.Д. Викулов

Ярославский педагогический университет, г. Ярославль

ИТОГИ ВСТУПИТЕЛЬНЫХ ЭКЗАМЕНОВ НА ФФК 2002 ГОДА

При поступлении на факультет физической культуры ЯГПУ (специальность 033100 – физическая культура) в 2002 г. отмечался высокий конкурс: на 40 госбюджетных мест подано 198 заявлений. Такая картина отмечалась при наличии двух филиалов ЯГПУ – в гг. Угличе и Рыбинске – с отделениями физического воспитания, где ежегодный набор – по 25 человек.

Вступительные испытания состояли из четырех экзаменов: биологии (устно), русского языка и литературы (изложение), гимнастики, теста по физической подготовленности (челночный бег 18хбм; прыжок в длину с места; бросок баскетбольного мяча сидя из-за головы двумя руками).

Большинство абитуриентов – жители г. Ярославля и Ярославской области.

На условиях полной компенсации за обучение принято дополнительно 37 человек (16 тыс. руб./год).

Проходной балл в общем конкурсе составил 33, среди «целевиков» – (29 баллов), практически, все поступили на госбюджетные места с частичным договором с органами образования.

Уровень физической подготовленности зачисленных на первый курс – достаточно высокий. Среди поступивших – 7 мастеров спорта, 25 кандидатов в мастера спорта, 10 перворазрядников, 20 спортсменов массовых разрядов. Многие из сельских абитуриентов – юношей – в системе занимаются единоборствами. Это позволяет надеяться, что у

таких студентов высокий уровень мотивации на освоение секретов педагогического мастерства. Известно, что в профессиональной подготовке определяющими являются: а) мотивационный; б) информационный; в) операционный компоненты.

Данное предлагается обсудить в докладе.

Карнаухов Г.З., Никитин В.С.
Самарский РУОР, Краснодарский УОР

СИСТЕМНЫЕ ОСНОВЫ МОДЕЛИРОВАНИЯ СОДЕРЖАНИЯ ТРЕНИРОВОЧНО-СОРЕВНОВАТЕЛЬНОГО И УЧЕБНОГО ПРОЦЕССОВ В УОР

Деятельность училищ олимпийского резерва, в настоящее время, ориентирована на 3-х летний срок обучения. За этот период учащиеся УОР (одарённые в спортивном отношении юноши и девушки) должны существенно повысить уровень своего спортивного мастерства (войти в сборные команды городов, края, республик и РФ) и, в качестве социальной защиты, приобрести квалификацию тренера-преподавателя со средним специальным физкультурным образованием.

Оптимальное сочетание двух видов деятельности учащихся УОР требует разработки научно-обоснованных структуры и содержания учебного процесса, обеспечение процессуальной и методической его сторон, внедрение соответствующих технических средств информатизации. Спортивная и учебная деятельность учащихся, разворачивающиеся на этой основе, должны взаимно дополнять и обогащать друг друга, помогать в решении задач овладения высоким уровнем профессионального мастерства тренера по виду спорта и достижения высоких спортивных показателей.

Деятельность учащихся, таким образом, строго нормируется, алгоритмируется и управляется со стороны тренерско-преподавательского состава. При этом во главу всего ставится **лично-ориентированная направленность в развитии, обучении и воспитании учащихся УОР.**

Контингентом училищ олимпийского резерва является элитарная молодёжь, которая в силу своей исключительности (спортивной одарённости) выходит на большие объёмы нагрузок и находится на острие физических и психических возможностей человека. К ним необходим особый подход, учитывающий индивидуальные свойства и качества личности.

Одной из составляющих личностно-ориентированной направленности в деятельности училищ является **индивидуализированный подход к личности** каждого учащегося, который позволяет полностью адаптировать содержание, методы, формы и темпы спортивной и учебной деятельности к его особенностям; следить за его состоянием и операциональной деятельностью при решении конкретных задач; следить за его продвижением, вносить вовремя необходимые коррективы, приспособляя их к постоянно меняющейся, но контролируемой ситуации.

Другой составляющей является **дифференцированно-интегрированный подход к учебной и спортивной видам деятельности** учащихся УОР. Не секрет, что во многих училищах олимпийского резерва неравномерно расставляют акценты на спортивном и учебном видах деятельности учащихся. Приоритет отдают спортивной деятельности учащихся, аргументируя это тем, что УОР создавались именно для подготовки спортивного резерва и пополнения сборных команд РФ.

Анкетирование руководящего состава УОР (директоров, зам директоров) и тренеров-преподавателей УОР указывают именно на такой подход в деятельности училищ олимпийского резерва (90,4 % всех опрошенных респондентов), что подтверждается и данными других исследователей.

Однако государство вкладывает деньги не только в подготовку квалифицированных спортсменов, но и в подготовку тренеров по виду спорта, и, об этом забывать нельзя. Формирование классного спортсмена в ущерб его профессиональной подготовке может нанести непоправимый вред в будущем. Неграмотный тренер, с дипломом среднего специального физического образования, может нанести непоправимый вред тем детям, подросткам, юношам и девушкам, с которыми ему предстоит работать в будущем.

Экспертный опрос преподавательского состава по этому вопросу показал несколько иную картину. 35 % подтвердили точку зрения на деятельность училищ, высказанную руководящим составом УОР. 51 % высказали мнение о приоритетности подготовки квалифицированных специалистов по виду спорта и только 18 % указали на равноправность подготовки высококвалифицированных спортсменов и тренеров по виду спорта.

Учитывая данный факт, и, современную направленность в деятельности училищ, спортивная и учебная деятельность учащихся была организована таким образом, чтобы учебно-воспитательный процесс (спортивный и учебный) с одной стороны был единым, как бы дополняя друг друга, а с другой стороны – дифференцированным. Ни одна из них не должна ущемляться и доминировать над другой, а показатели деятельности (учебной и спортивной) были бы на высоком уровне.

Лично-ориентированная направленность развития, обучения и воспитания учащихся УОР должна опираться на научную основу, включающую: дидактическое и социально-педагогическое обоснование достижения образовательных и спортивных целей.

В дидактическом аспекте лично-ориентированная направленность в системе подготовки кадров и высококвалифицированных спортсменов должна опираться на оптимальную систему дидактически оправданных средств, методов и форм развития, обучения и воспитания. При этом основной акцент делается на следующие прогрессивные педагогические и спортивные технологии:

- педагогику сотрудничества;
- прогнозирование, проектирование, моделирование;
- индивидуализированное обучение;
- современные компьютерно-информационные технологии;
- модульно-блочный подход в развитии и обучении;
- развивающее обучение;
- проектно-целевой подход;
- проективное обучение;
- контекстное обучение.

Социально-педагогическое обоснование затрагивает сферу, в которой деятельность учащихся осуществляется в социальном общении людей различных категорий: товарищи по учёбе и спортивной деятельности, преподаватели, тренеры, судьи и др. Результатом такой деятельности являются знания, умения общаться и решать проблемные задачи, опыт различных видов деятельности. Кроме того, учащиеся приобретают навыки будущей профессиональной деятельности, т.к. при таком подходе деятельность осуществляется в квазипрофессиональной обстановке, близкой к реальной.

Малков Ю.П.

Удмуртский государственный университет, г. Ижевск

РАЗВИТИЕ СИЛОВЫХ СПОСОБНОСТЕЙ У МУЖЧИН И ЖЕНЩИН СПРИНТЕРОВ

В начале 20-го века считалось, что психофизические особенности женского организма не допускают одинакового с мужчинами подхода к физическому воспитанию женщин. Но еще Х.Каспер (1930) писал, что «почти все виды, за исключением тяжелой атлетики, вполне показаны для женщин, повышая общий жизненный тонус и здоровье».

Женщины в годы войны проявили чудеса выносливости и силы. Но в период войны, за отсутствием времени для отдельного методического обоснования физического воспитания женщин, они стали невольно использовать методику мужчин. Поэтому после войны были попытки опровергнуть этот подход. Пятидесятые годы – это годы начала выступлений советских спортсменок за рубежом, участия в первых Олимпийских играх. Выступления были яркими, убедительными. Наши легкоатлетки добились выдающихся успехов, особенно в скоростно-силовых видах легкой атлетики. Появились новые взгляды на данную проблему. В.Федоров, И.Янкаускас (1969) утверждали, что продолжительность подготовки для достижения спортивного мастерства у женщин даже несколько короче, чем у мужчин.

В настоящее время женщины участвуют в большинстве истинно мужских видах спорта (борьба, тяжелая атлетика, метание молота, тройной прыжок, прыжок с шестом и т.д.). В связи с этим остро возникла необходимость более глубоко изучить характеристику мужских и женских возможностей в достижении спортивных результатов.

Целью нашего исследования являлось изучение проблемы силовой физической подготовки женщин-спринтеров. Была поставлена задача: определить величину и особенность динамики развития силовых возможностей спринтеров мужчин и женщин.

В группах мужчин и женщин было по 20 человек. Каждая группа в течение шести месяцев выполняла силовую нагрузку в таком объеме, чтобы относительная силовая нагрузка на один килограмм веса тела спортсменов была примерно одинаковой. В итоге мужчины выполнили 250 тонн силовой нагрузки, а женщины 180 тонн. В отношении на один кг массы тела спортсменов получилось у мужчин 3477 кг, а у женщин 3471 кг силовой физической нагрузки. Таким образом, каждый килограмм мышечной массы у мужчин и у женщин был протренирован практически одинаково.

В результате проведенного эксперимента получены следующие данные. В приседании со штангой на плечах исходный уровень у мужчин и у женщин имел существенные различия: у мужчин 121,7 кг, а у женщин 80 кг. Результаты статистики достоверны при $P < 0.01$. Это понятно, потому что средний вес тела у женщин был равен 51,8 кг, а у мужчин 71,9 кг, то есть средний вес тела у мужчин больше, чем у женщин на 20,1 кг. Но абсолютная сила не всегда является главным фактором результативности спортивных действий. Этим главным фактором является относительная сила, то есть сила, проявленная в отношении к 1 кг веса тела.

При сравнении мужчин и женщин по уровню относительной силы, преимущества даже в исходном уровне у мужчин перед женщинами не оказалось. Разница статистически была недостоверна. Прирост силы, выраженный в относительных усл.ед. у мужчин за 6 месяцев достиг 0,31, что составило 15,1% от исходного уровня, а у женщин он был несколько выше и достиг 0,40, т.е. на 20,7% выше исходного уровня. Таким образом, эксперимент показал, что в тренировочном процессе лабильность нервно-мышечной системы женщин, т.е. способность отвечать своими изменениями в приросте силы в ответ на силовую тренировку, не только не уступает мужской,

но и превосходит ее. Особенно это ярко проявляется в росте относительной силы мышц разгибателей ног. Можно сделать заключение, что силовая нагрузка на женщин влияет положительно как в плане увеличения абсолютной силы, и что особенно важно для спринтеров, в плане более существенного увеличения относительной силы.

Суммарная динамическая сила сгибателей бедра, проверенная в трех основных управляющих точках бегового шага спринтеров, у мужчин в абсолютном выражении была существенно больше, чем у женщин. Но если эти сдвиги выразить относительно веса тела, то исследование вновь показало, что у мужчин прирост был равен 22,4%, а у женщин 27,6% от исходного уровня. В обоих случаях уровень достоверности очень высок ($P < 0.01$). Следовательно, женщины проигрывают мужчинам в абсолютных показателях, но выигрывают в относительных.

В оценке мощности скоростно-силовых циклических движений, а именно, во времени 10-кратного приседания со штангой 0,5 от собственного веса, у мужчин укоротилось на 1,05 с, что составило 11,3% от исходного, а у женщин на 1,6 с, т.е. на 16,7% от исходного уровня. Разница в достижениях в данном тесте у женщин вновь существенно превысила достижение мужчин. Достоверность величины сдвигов при $P < 0.01$.

Таким образом, и по третьему силовому показателю, который тесно связан со специальной силовой подготовленностью спринтеров – мощностью в циклических движениях, женщины добились в тренировке более высоких сдвигов. Эффективность развития взрывной силы у спринтеров определяли по высоте отскока вверх, взятой в соотношении к их весу тела. Это делает абсолютные показатели в отскоке мужчин и женщин относительно сопоставимыми. У женщин прирост прыгучести (взрывной силы в относительных единицах) достиг 0,11 отн.ед. или 11,8% от исходного уровня, а у мужчин только 0,04 отн.ед., т.е. 4,4%. Это вновь убедительно подтвердило, что женщины в развитии взрывной силы в несколько раз (в 2,7 раза) имеют сдвиги выше, чем мужчины.

Укорочение времени бега на 60 м достигло за изучаемый период у женщин 0,35 с или 4,5% от исходного уровня, а у мужчин всего лишь 0,26 с или 3,9% от исходного уровня. Разница в сдвигах времени бега у мужчин и женщин имеют статистически достоверный уровень ($P < 0.01$). Это является убедительным аргументом в пользу

более высокой эффективности тренировки скорости бега у женщин, чем у мужчин.

Выводы

1. Лабильность нервно-мышечной системы женщин-спринтеров выше, чем у мужчин. Женщины очень эффективно повышают абсолютную силу наравне с мужчинами, а в развитии относительной силы превосходят мужчин.

2. В тренировке мощности, взрывной силе, динамической силе женщины имеют преимущество в относительной величине и динамике прироста своих достижений.

Погудин С.М.

*Чайковский государственный институт физической культуры,
г. Чайковский*

КОМПОНЕНТЫ ПРОФЕССИОНАЛЬНОЙ ПРИГОДНОСТИ В ПОДГОТОВКЕ УЧИТЕЛЕЙ ФИЗИЧЕСКОЙ КУЛЬТУРЫ

Повышение требований к качеству подготовки выпускников факультетов и вузов физической культуры не ограничивается совершенствованием подходов в образовательной сфере и улучшением успеваемости по учебным дисциплинам. В современных условиях социально-экономических преобразований и свободного выбора молодежью места и профиля работы по специальности возникла необходимость в разработке модели выпускников вузов, обуславливающей высокий уровень готовности к профессиональной деятельности. Наличие модели (профессиограммы) рассматривается в литературе как предпосылка управления личностного совершенствования и самосовершенствования студентов на всем пути их профессионального становления.

Цель работы – обосновать структуру профессионально значимых характеристик в подготовке учителей физической культуры (ФК). Многолетние исследования профессионально важных составляющих в студенческих коллективах Чайковского ГИФК и анализ изучения

проблемы по данным литературы позволяют выделить критерии готовности выпускников факультетов и вузов ФК к педагогической деятельности.

Важнейшим компонентом профессиональной пригодности специалистов по ФК является их физическая готовность, критериями оценки которой могут быть: «телесная готовность», характеризуемая с помощью показателей физического развития, компонентного состава тела и др.; «функциональная готовность», определяемая в тестах на физическую работоспособность и общую выносливость; «двигательная готовность», подлежащая выявлению по уровню развития профессионально важных двигательных способностей; «соматическое и психическое здоровье». Задача профессиональной подготовки студентов – стремиться к физическому совершенству, приумножая запас физических сил за время обучения в вузе. Все составляющие физической готовности оцениваются по пятибалльной шкале, а эталоном является высокий уровень показателей физического состояния. Мониторинг физической готовности к работе по специальности возможен в условиях проведения лабораторных и практических занятий по дисциплинам вуза, а результаты тестирования рекомендуется заносить в карту профессионального становления студента.

Второй блок, характеризующий готовность учащейся молодежи к педагогической деятельности, отражает нравственную и физическую культуру личности. К числу наиболее значимых составляющих этого компонента профессиональной пригодности относятся: развитие волевой сферы (целеустремленности, инициативности, настойчивости, самообладания) по отношению к учебной деятельности и спортивного совершенствования, требовательность к себе, широта интересов, отсутствие склонности к вредным привычкам, отношение к физическому совершенствованию и др.

В структуре профессионально значимых индивидуально-психологических свойств учителей ФК выделяются следующие составляющие: склонность и интерес к педагогической деятельности, продуктивность внимания (устойчивость, переключаемость и объем внимания), устойчивость к стрессу (стрессоустойчивость, эмоциональная устойчивость в различной ситуации), коммуникативные, организаторские, интеллектуальные и креативные способности. Шкалы оценки этого блока показателей должны предусматривать пол, возраст, стаж работы по избранной специальности с тем, чтобы получить

наиболее объективную информацию о педагогическом потенциале будущего специалиста по ФК.

По-видимому, решение проблем отбора достойных кандидатов в вузы и подготовки высококвалифицированных кадров во многом определяется своевременной диагностикой и оценкой генетически обусловленных индивидуальных особенностей личности, благоприятный набор которых может свидетельствовать о призвании и предрасположенности человека к определенному виду деятельности.

Квалификация преподавателя оценивается, прежде всего, по результатам его практической деятельности, уровень которых во многом определяется сформированностью педагогических умений и навыков. Показатели профессионального мастерства учителей ФК и профессиональной готовности студентов вузов ФК могут соответствовать друг другу и использоваться в процессе их аттестации. Качество проведения студентами практических занятий по ФК рекомендуется оценивать по следующим критериям: планирование проведения занятия (подготовка плана-конспекта урока, инвентаря и оборудования, преемственность содержания занятий и т.д.); методическая и спортивно-техническая подготовленность студентов, (методическая грамотность, подбор средств и методов обучения в соответствии с задачами урока, качество наглядной демонстрации техники физических упражнений); организационное обеспечение урока (соблюдение учащимися учебной дисциплины, организация страховки и помощи, общая и моторная плотность урока, эффективность команд и распоряжений); эффективность проведения урока (выполнение задач плана-конспекта, выполнение и использование домашних заданий, интерес и активность учащихся в процессе занятия и т.д.).

Таким образом, в подготовке высококвалифицированных специалистов по ФК могут использоваться профессиограммы, отражающие важнейшие компоненты профессиональной пригодности к педагогической деятельности.

Пушкарев А.В.

Удмуртский государственный университет, г. Ижевск

**ПОДГОТОВКА СУДЕЙ ПО БАСКЕТБОЛУ
НА ПЕДАГОГИЧЕСКОМ ФАКУЛЬТЕТЕ ФИЗИЧЕСКОЙ
КУЛЬТУРЫ УдГУ**

В зачетных требованиях спортивных игр, в разделе баскетбол, для студентов третьего курса сказано, что помимо технико-тактических навыков и методики обучения игры в баскетбол, занимающиеся должны овладеть навыками практического судейства соревнований по баскетболу. Освоить практическое судейство по баскетболу студентам очень сложно, причиной тому служат множество ситуаций, возникающих в игре, разрешить которые можно только путем детального изучения правил игры в баскетбол.

Для более успешного овладения навыками практического судейства студентам ПФФК по курсу баскетбол даются теоретические знания, включающие сведения по методике и механике судейства, жестикуляции и правил соревнований. Прослушав курс лекций, поучаствовать в разборе полученных знаний на семинарских занятиях и проведя самостоятельную подготовку по разделу судейство студенты пишут контрольную работу. Каждому занимающемуся выдается билет, который содержит три вопроса: два из которых по правилам соревнований, а третий – жестикуляция судей. Помимо этого осуществляется просмотр учебных видеофильмов по методике и механике судейства с подробным разбором увиденного.

Параллельно с теоретическим курсом ведутся практические занятия по баскетболу в спортивном зале, где также закрепляются навыки судейства. Так при овладении техникой остановок, поворотов и ведения мяча указываются ошибки, которые могут привести к нарушению правил игры, а следовательно к потере мяча. При дальнейшем изучении техники, а также тактики игры в баскетбол обращается внимание на ошибки, вследствие которых мяч передается сопернику. Помимо этого на каждом практическом занятии по баскетболу во время учебной игры судейство осуществляется преподавателями кафедры спортивных игр, заостряя внимание на действиях арбитров и их жестикуляции в различных игровых ситуациях. В

дальнейшем студенты сами осуществляют практическое судейство на занятиях в своих группах, а также на первенстве ПФФК по баскетболу.

Дополнительно студенты просматривают игры чемпионата России среди женских и мужских команд по баскетболу, анализируя действия арбитров на площадке.

После курса по подготовке арбитров по баскетболу наши студенты привлекаются к обслуживанию соревнований городского и республиканского масштаба.

Торхов А.С.

Удмуртский государственный университет, г. Ижевск

ПОДГОТОВКА СУДЕЙ ПО ВОЛЕЙБОЛУ НА ПЕДАГОГИЧЕСКОМ ФАКУЛЬТЕТЕ ФИЗИЧЕСКОЙ КУЛЬТУРЫ УдГУ

Ни одно волейбольное соревнование не может обойтись без судьи. А чтобы стать хорошим судьей – недостаточно освоить только технику и навыки судейства, необходимо постигать многое и постоянно, быть в курсе всех изменений правил и комментариев к ним.

В зачетных требованиях программы по волейболу для II курса на ПФФК предусмотрено освоение техники игры и методики обучения, а также студенты должны освоить навыки практического судейства.

Освоить практическое судейство для студентов, которые знакомы с волейболом на уровне школьной программы, а некоторые и вовсе впервые столкнувшиеся с этой спортивной игрой, достаточно сложно. И чтобы студенты смогли как можно лучше освоить этот сложный зачетный элемент, по нашему убеждению, необходимо соблюдать следующую последовательность овладения практическим судейством волейбола.

Во-первых, при овладении техническими элементами волейбола (передача, подача, нападающий удар, блок и т.д.) обращать внимание студентов на действия, которые могут привести к нарушению правил

игры в волейбол. Параллельно с ознакомлением жестов и терминов, принятых в волейболе. Потому что судья, не знающий этого, просто не сможет судить, т.к. пояснение своих действий и принимаемых решений по отношению к командам будет занимать много времени, связанного с остановкой игры. А это недопустимо. Судейскими жестами и терминологией судьи должны овладеть свободно. Следует уделять особое внимание на отработку четкого и правильного исполнения судейских жестов и правильного произношения терминов.

Для закрепления и более качественного овладения жестами и терминологией судьи, в конце каждого практического занятия, необходимо проводить опрос для закрепления ранее освоенного материала.

Во-вторых, студенты должны посмотреть несколько игр с квалифицированным судейством, преподавателями, проводящими учебные занятия или судьями на чемпионатах проводимых в городе (район, город, республика и т.д.) затем, должны сами судить несколько учебных игр на практических занятиях. Т.к. лучшая школа для судьи – постоянное практическое судейство. После игры обязательно проводится разбор ошибок новоиспеченного судьи, что позволит уменьшить их в дальнейшем. Судье необходимо помнить, что он неформальный регистратор ошибок и счета, он – воспитатель. Поэтому он должен быть всегда вежливым при обращении к игрокам и зрителям. Ему не следует вступать с ними в пререкания. Судье необходимо выдержка.

В третьих, на лекционных и семинарских занятиях по курсу волейбол, выделено два занятия (лекции и семинары) по разделу правил игры в волейбол, на котором проходят теоретическое ознакомление с разделом проведения и судейства соревнований по волейболу. Важно понимание студентов в необходимости знания официальных правил волейбола и умение правильно трактовать их применительно к игровой ситуации. Следовательно, они должны самостоятельно изучать теоретическую часть официальных правил по волейболу.

В четвертых, после такой теоретической подготовки студенты пишут зачетную работу, которая включает вопросы знания жестов и терминов, принятых в волейболе, а также ряд игровых ситуаций, в которых студенты должны принять правильное решение.

По нашему мнению такая система подготовки позволяет овладеть навыками практического судейства волейбола, студентами II курса, наиболее быстро и качественно.

Сахарова М.В.
РГАФК, г. Москва

МОНИТОРИНГ ПОДГОТОВЛЕННОСТИ И СОСТОЯНИЯ СПОРТСМЕНОВ В ГОДИЧНОМ ЦИКЛЕ В КОМАНДНО- ИГРОВЫХ ВИДАХ СПОРТА

В практике подготовки команд в игровых видах спорта одним из важнейших компонентов системы управления тренировочно-соревновательным процессом является подсистема круглогодичного мониторинга, то есть контроля за физической, технической и комплексно-игровой подготовленностью спортсменов, оценкой их состояния и здоровья. Это дает возможность оценить динамику показателей различных составляющих подготовленности игроков на каждом из этапов годичного цикла и вклад каждой из них в соревновательный результат, позволяет определить соответствие уровня подготовленности спортсменов избираемым вариантам тактики игры и т.д.

Мониторинг должен осуществляться тренерами с помощью блоков специально разработанных тестов, свидетельствующих об уровне общей и специальной физической подготовленности, технике владения мячом (воланом или шайбой) на скоростях и в условиях частично моделирующих соревновательные.

Для оценки уровня общей и специальной физической подготовленности применяется батарея тестов, характеризующих необходимые для вида спорта физические качества. Контролировать технические возможности игроков позволяет комплексная оценка, состоящая из специальных тестов (таблица) и показателей эффективности и надежности атакующих и защитных технико-тактических действий в условиях соревновательной деятельности.

Поскольку эффективность реализации технико-тактических действий в игровых условиях определяется не только индивидуальным уровнем технической подготовленности каждого отдельного игрока, но и характером игрового взаимодействия в каждом звене, следует проводить и сопоставлять оценку эффективности как индивидуальных, так и групповых (в четверках) технико-тактических действий в игре, что позволяет оценить эффективность игровой деятельности и вклад каждого звена в командный результат.

Таблица

Показатели технической подготовленности игроков в мини-футболе, проявляемые в специализированных тестах

Тесты	Средние данные по команде			
	Хср.	σ	Max	Min
Ведение мяча 30 м в коридоре 0,5 м, с	5,56	0,44	6,2	4,5
Дриблинг 60 м, с	22,14	2,14	24,8	18,9
Челночный бег 100 м с ведением мяча, с	25,20	0,65	26,9	24,1
Комплексное упражнение 1, с	9,11	0,39	9,8	8,4
Комплексное упражнение 2, кол-во ударов	9,5	0,74	11	8
Комплексное упражнение 2, число попаданий	1,85	1,19	5	0
Скоростные передачи парами за 1 мин, кол-во	56,4	3,98	60	45
Бег 30 м с передачами мяча в парах, с	7,14	0,42	7,8	6,4

Для такой оценки возможно применять условные коэффициенты: *коэффициент результативности* атакующих действий, *коэффициент надежности*, *коэффициент эффективности* защитных и атакующих действий каждого игрока в отдельности, игрового звена и команды в целом.

Для унификации показателей, имеющих различные метрические величины, можно воспользоваться интегральным показателем, выражаемым в баллах, набранных в определенной батарее тестов, характеризующих основные (ведущие) стороны подготовленности. Сравнение профилей спортсмена, составляемых по итогам каждого этапа контроля, позволяет быстро и наглядно представить ведущие и недостающие звенья интегральной подготовленности.

Оценку состояния игроков можно проводить по данным измерений ЧСС, артериального давления, % содержания жировой массы и др.

Именно такой комплексный подход, на наш взгляд, характеризует способности каждого игрока к реализации физического и технико-тактического потенциала в реальных условиях соревновательной деятельности, позволяет не только корректировать параметры тренировочных нагрузок в рамках годичного цикла подготовки, но и находить индивидуальные резервные возможности для повышения эффективности соревновательной деятельности и тактические варианты ведения игры в условиях сверхдлинного соревновательного периода.

Оценка результатов такого мониторинга позволяет оценить эффективность применяемых в тренировке параметров нагрузки, средств и методов подготовки и своевременно вносить коррекции в планы и программы подготовки на основе объективных данных уровня подготовленности и состояния спортсменов. Это в свою очередь позволяет определить пути оптимизации процесса подготовки.

Сахарова М.В, Холодов Ж.К.
РГАФК, г. Москва

НЕКОТОРЫЕ ТЕОРЕТИКО-МЕТОДИЧЕСКИЕ АСПЕКТЫ ОПТИМИЗАЦИИ СТРУКТУРЫ И СОДЕРЖАНИЯ ГОДИЧНОГО МАКРОЦИКЛА В ИГРОВЫХ ВИДАХ СПОРТА

Целью нашего исследования ставилось выявить факторы, определяющие необходимое своеобразие построения годичного

макроцикла в игровых видах спорта и найти пути оптимизации его структуры и содержания.

Для решения поставленной цели на основе системно-структурного подхода применялись следующие методы исследования: приемы и способы библиографического розыска, сбора и систематизации документальной информации, опросные методы, статистические методы обработки информации, методы теоретического моделирования.

Сложившаяся и получившая достаточное обоснование система периодизации спортивной тренировки (Л.П. Матвеев, 1964-2000; Н.Г. Озолин, 1970; В.Н. Платонов, 1998) в настоящее время чаще всего активно критикуется именно в сфере игровых видов спорта, имеющих на этапе высшего спортивного мастерства насыщенный и продолжительный календарь соревнований в каждом очередном годовом цикле. Таких примеров можно достаточно много увидеть в теннисе, баскетболе, волейболе, хоккее, футболе, настольном теннисе, гольфе. Профессионализация многих спортивных игр и связанная с этим необходимость участия в большом числе соревнований (в том числе и коммерческого характера) привели к тому, что отдельные специалисты попросту отвергают существующую периодизацию и предлагают строить годичный макроцикл игроков и команд как сплошную цепь непосредственной подготовки и участия в соревнованиях. Однако эта крайняя позиция, безотносительно к целевым задачам макроцикла, особенностям и возможностям спортсменов и команд, самого вида спорта (индивидуального или командного), свидетельствует о научной необоснованности такого подхода, что подтверждается анализом системы подготовки большого числа спортсменов-представителей игровых видов спорта и результатами их участия в соревновательной практике.

Специфика спортивных игр диктует необходимость четкого выделения и учета всех факторов, определяющих структуру и содержание преемственных годовых циклов подготовки, и на этой основе - разработки своеобразных технологий построения и развертывания тренировочно-соревновательного процесса применительно к особенностям определенного игрового вида и контингента спортсменов.

Продолжительность, структура и содержание периодов и этапов подготовки в спортивных играх в пределах отдельного годового

макроцикла обусловлены рядом факторов, имеющих разное значение. Большинство из них связаны со спецификой структуры игровой соревновательной деятельности и соответственно со структурой подготовленности, обеспечивающей эффективность этой соревновательной деятельности. Другие связаны с особенностями сложившейся в каждом игровом виде спорта собственной системы соревнований, включающей на этапе высших достижений сложно организованную структуру взаимосвязанных и взаимоподчиненных целей конкретного макроцикла соревнований разного уровня и масштаба. Третьи напрямую связаны с этапом многолетней подготовки, возрастными и иными закономерностями развития различных психофизических качеств и способностей спортсменов, обеспечивающих должный уровень всех сторон подготовленности для наивысших достижений в конкретном виде спортивных игр. К важным факторам относятся и те, которые связаны с индивидуальными способностями и возможностями спортсменов – морфофункциональными свойствами, личностно-психическими особенностями, адаптационными и ресурсными возможностями.

Но наряду с факторами, имеющими относительно равное значение и для индивидуальных и для командных спортивных игр, существуют и факторы, обуславливающие эффективность подготовки в каждом из них.

Достаточно важным фактором именно для командных спортивных игр можно считать наличие однородного состава, то есть достаточного числа соответствующих друг другу по уровню подготовленности, спортивному мастерству игроков, наличие в одной команде разновозрастных спортсменов. Этот фактор вносит существенные корректировки в структуру и содержание годичного цикла подготовки, и предопределяет преимущественную направленность нагрузок на разных этапах макроцикла. Этот же фактор лежит и в основе структурирования параметров командных, групповых и индивидуальных нагрузок, причем требует в большей степени применения технологий индивидуализированно-групповой подготовки.

В индивидуальных видах спортивных игр структура годичного цикла, содержание и направленность тренировочных нагрузок определяются индивидуальными спортивно-достиженческими возможностями спортсменов, особенностями системы соревнований. Как показали исследования специалистов по теннису (Скородумова А.П., 1997; Лищенко В.Е., 2001) из всей серии соревнований целевая

подготовка ведется лишь к 2-3 м из них, остальные же решают задачи подготовки, выступая средством и методом подготовки. Поэтому в структуре подготовки даже элитных спортсменов-игровиков кроме перманентного участия в соревнованиях есть и периоды подготовки к главным из них. Годичный цикл в структурном отношении при этом имеет сдвоенную или строенную структуру, позволяющую два либо три раза выходить на пик спортивной формы к моменту главных для этого года соревнований.

Таким образом, для высококвалифицированных спортсменов, представляющих индивидуальные виды спортивных игр, ведущим фактором, определяющим структуру годичных макроциклов, выступает оптимально построенная индивидуализированная система соревнований.

СТАРОВОЙТОВА И.Л.

Лечебно-диагностический центр, г. Москва

АКТИВНОЕ ПРОФЕССИОНАЛЬНОЕ ОРИЕНТИРОВАНИЕ ШКОЛЬНИКОВ

В различных системах профориентации имеется практический опыт организации имитационных игр в средних классах школ России. Пряжников Н. С., (Н.С. Пряжников, 1987, 1999) ставил перед собой следующие задачи: 1) задачу воспитания потребности школьников в труде, формирования положительной мотивации в трудовой деятельности. Он основывался на положении, что процесс активизации детей по его психологическому механизму есть процесс формирования положительной мотивации; 2) формирование потребности к самостоятельному, осознанному выбору профессии; 3) все это должно помочь разрешению противоречия между стремлением к самостоятельности у школьников и неготовности к ней.

Содержание к игровой деятельности заключалось в имитации (моделировании) общей схемы построения личных профессиональных планов, данной работой Е. А. Климова (Климов Е.А., 1985, 1996 и др.).

В исследовании Н.С. Пряжникова описываются несколько вариантов различных игр: «Профконсультация», «Угадай профессию», «Остров» и др. При очевидной пользе профориентационных игр одним из сложных вопросов является вопрос о разработке критериев активности школьников.

Тем не менее, мы могли бы высоко оценить результаты, полученные в исследовании Н. С. Пряжникова, и не только по причине большого дефицита работ, затрагивают такую проблему в области профориентации. Действительно трудно оспорить тот факт, что игра активизирует детей даже при определенной неразработанности действия ее психологического механизма. Не вызывает также сомнения высокая диагностическая ценность игровой деятельности: в процессе не только уточняются данные, полученные с помощью психодиагностических методик, но и добывается новая информация о личных качествах учеников, стойкости их профессиональных намерений, реальной подготовленности и самоподготовки к профессии. Тем более важно, что эта информация получается не путем ответов школьников (они сами по себе проблематичны, т. к. основаны, прежде всего, на самооценку учащихся), а на основе анализа их поведения к деятельности в игровой ситуации. Вызывает также уважение детальная разработанность игрового процесса автором: приведены различные инструкции, описаны желательные формы в процессе игры, как коллективное обсуждение. В целом, на основе анализа работы Н. С. Пряжникова можно сделать вывод о высоком активизирующем эффекте профориентационных игр в процессе построения учащихся 9 - 11 классов личных профессиональных навыков.

Имеются отдельные предложения, но введение активных методов в процессе профессиональной ориентации старших школьников. Например, Л. А. Йовайша рекомендует активизировать восприятие и усвоение школьниками профориентационных текстов путем организации небольших театральных представлений, имитирующих содержание этих текстов (Йовайша Л.А., 1983,1993).

В исследовании В. В. Ярошенко ставится задача «разработать методы повышения активной роли самого ученика в поисках и формировании призвания» (Ярошенко В.В., 1983, 1989). Активность учеников, по мнению автора, можно повысить путем развития их потребностно-мотивационной сферы. Центральное место в системе профориентационных мероприятий должно отводиться тем методам,

«которые смогут обеспечить активный поиск школьниками своего призвания, сформировать потребность в самовоспитании, готовность соразмерять свои жизненные планы с возможностями современного производства в распределении кадров». Исследовательница называет методы, направленные на активизацию учеников в профессиональном самоопределении: активная проба сил школьниками в различных областях общественно-полезного труда, а также – имитационные игры. Автор предлагает организовывать практические занятия по профориентации.

Стрельников В.А., Лодоев Ц.А
БГУ, БГСХА, г. Улан-Уде

ТРЕНЕР КТО ОН?

Тренеры - скромные труженики, повседневно работающие с молодежью и являющиеся основной фигурой, учебно-тренировочного процесса, где от их педагогического таланта и знаний, зависят победы воспитанников. Тренеру трудно - по двадцать часов в сутки, если не больше, задействован в тренерской деятельности не имея праздников и выходных, как у всех нормальных людей, тем более, что его трудовой путь не усыпан медалями, он из камней и ударов со стороны, но у каждого из них где-то глубоко-глубоко в душе живет мысль согревающая его: "твой час впереди, он ждет тебя, готовься к нему, он придет". Тренер придерживается трех основных заповедей: найти, научить и сохранить, и все это своего рода искусство, так как сам процесс подготовки спортсмена имеет много общего с художественным творчеством, а там, где процесс творческий, неповторимый - это уже призвание, а не профессия. Очень многие хотели стать тренерами, и закончили институт физкультуры, а тренерами не стали. Надо сделать

серьезный выбор, т.к. впереди 40-50 лет трудовой деятельности и в зависимости от этого желанной или нудной.

Тренер должен уметь завоевывать авторитет, способствующий его волевому влиянию на воспитанников, он завоевывается отношением к своей работе и повседневным поведением. Он должен в совершенстве знать свой вид спорта и иметь опыт спортивной и тренировочной работы; уметь быстро и точно распознавать предметы и явления актуализировать их, а также давать указания по совершенствованию недостаточно освоенных технических и тактических действий и приемов. Походив к своей работе творчески, развивая мышление спортсменов, приучая их работать на занятиях сознательно, инициативно, самостоятельно. Уметь быстро устанавливать нормальные взаимоотношения со своими подопечными, а также со всеми окружающими людьми. Он должен быть контактным, общительным и у него должно отсутствовать предубеждение к тем, с кем он занимается. Должен быть вдумчивым, наблюдательным, сообразительным, творцом задуманного, способным спроектировать будущего ученика. Отличительной чертой тренера является требовательность к своим ученикам, добиваясь доброжелательного отношения между воспитанниками, но способен быстро сплотить занимающихся в крепкий и дружный коллектив.

Он обязан терпимо относиться к слабостям воспитанников, конечно к тем, которые не мешают тренировочному процессу и нетерпимо, которые мешают (терпение - добродетель тренера, терпение помноженное на понимание дает умение, прощать заблуждения, промахи, ошибки и т.п.)

Тренер также должен быть: - волевым и верным, человеком, безграничной веры в возможность достижения поставленной цели, способным справиться с большим объемом черновой работы, не жалеть себя и не давать себе поблажек; настойчивым; принципиальным; фанатично преданным своей профессии; решительным; делать только на совесть и с полной отдачей, самостоятельным, иметь твердый характер; быть требовательным, уверенным, упорным, энтузиастом; человеком неисощенной энергии и т.д.

У таких тренеров и спортсменов великолепные, уважительные, благородные; достойно переносящие поражения; скромно воспринимающие победы; высоко требовательные к себе; глубоко убежденные в том, что необходимо выполнять колоссальную и часто однообразную работу, а если выходят на спортивные арены, то борются

до последнего и т.д.; и люди хорошие, честные, доброжелательные, великодушные, скромные, носители добра и справедливости.

Ширяев А.Г., Сеницын Д.К.

РГПУ имени А.И. Герцена, г. Санкт-Петербург

ВОЗМОЖНОСТИ ВЛИЯНИЯ ЗАНЯТИЙ БОКСОМ НА ФОРМИРОВАНИЕ ПЕДАГОГИЧЕСКИХ КАЧЕСТВ И МОТИВОВ ПЕДАГОГИЧЕСКОЙ ДЕЯТЕЛЬНОСТИ

По данным многих исследователей, положительно относятся к профессии учителя только 30-45% поступающие в педагогические Вузы. От 13% до 22% студентов не интересует ни деятельность учителя, ни профилирующий предмет.

Согласно опроса, проведенного нами на старших курсах факультета физической культуры РГПУ им. А.И. Герцена, к негативным факторам, влияющим на принятие решения об изменении профессии студенты факультета физической культуры относят: низкую престижность профессии учителя, определяемая прежде всего заработной платой – 33% опрошенных; отсутствие интереса к педагогической деятельности – 22%; низкую оценку возможности профессиональной и социальной адаптации – 20%; отсутствие в большинстве школ материальной базы, позволяющей реализовать их знания и умения – 15%; недостаточность профессиональных способностей, умений и навыков – 10%.

В ближайшее время, тем более важное значение приобретают вопросы, относящиеся ко второй, третьей и пятой причинам. Интерес к преподаваемой дисциплине (физического воспитания), а он является одним из определяющих мотивов педагогической деятельности, так же в значительной мере связан со спортивным совершенствованием будущего преподавателя.

В ходе занятий в группах начального обучения секции бокса при факультете физической культуры РГПУ им. А.И. Герцена проводились исследования влияния специфики занятий единоборствами на формирование профессионально-педагогических качеств и способностей. При этом проверялись следующие предположения: морально-волевые качества, вырабатываемые при занятиях боксом, способствуют ориентации на достижение профессиональных успехов; в

результате обучения, как боксу, так и умению его преподавания возрастает самооценка, уверенность в себе и в своем будущем.

В течение полутора лет занятий проводилось изучение психологических качеств и динамики мотивационных потребностей у 30 спортсменов. Основными методами исследования являлись: наблюдения, опрос, экспертная оценка, самооценка. Получены следующие результаты: количество студентов, собирающихся после окончания ВУЗа заниматься педагогической деятельностью, увеличилось с 13 (43)% до 21 (71)% человек: из них в школе – с 5 (17)% до 11 (27)%; 14 человек (47%) проявили способности и выразили желание заниматься тренерской деятельностью в области бокса; успеваемость улучшилась у 9 человек, осталось без изменений у 19 человек, снизилось у 2; снизилась мотивация к избеганию неудач и боязнь неудачи, возросла самооценка; нормализовалась потребность в поисках новых ощущений и впечатлений; возрос уровень способностей к предвидению действий противника.

По результатам исследований можно сделать следующие выводы:

1. Подтвердились предположения о положительном влиянии занятий боксом на выработку качеств и ценностных ориентации, необходимых для профессии педагога.

2. Умения действовать в экстремальных ситуациях, выработанные на соревнованиях и тренировках, повышают возможности успешной социальной адаптации.

3. Необходимость постоянного совершенствования тактического мастерства, важнейшего компонента бокса, развивает интеллектуальные способности студентов.

4. Существует необходимость целенаправленного поиска педагогических способов и приемов, способствующих формированию тактического мышления, учитывающего особенности и специфику занимающихся – студентов педагогического вуза.

5. НОВЫЕ ФИЗКУЛЬТУРНО-СПОРТИВНЫЕ ВИДЫ И НАЦИОНАЛЬНО-РЕГИОНАЛЬНЫЙ КОМПОНЕНТ

Гусева Р.В.
РГАФК, г. Москва

ОСОБЕННОСТИ ФИЗИЧЕСКОЙ И ТЕХНИЧЕСКОЙ ПОДГОТОВКИ В СПОРТИВНЫХ ТАНЦАХ

В сложнокоординированных видах спорта (спортивная и художественная гимнастика, фигурное катание, спортивные танцы и др.) особенно актуально выявление перспективных спортсменов, способных достигнуть высоких результатов. Для их достижения спортсмену необходимо обладать редкими морфологическими данными, уникальным сочетанием комплекса физических и психических способностей, находящихся на предельно высоком уровне развития. Такое сочетание даже при самом благоприятном построении многолетней подготовки и наличии всех необходимых условий, встречается очень редко.

Общей закономерностью у представителей сложнокоординированных видов спорта, является непрерывный поступательный, но, как правило, неравномерный процесс изменения этих качеств на всем протяжении школьного возраста.

Рассмотрение результатов исследований, направленных на выявление возрастной динамики физических качеств и наиболее благоприятных периодов их развития в сложнокоординированных видах спорта показывает следующее.

Данные ряда авторов показывают, что работоспособность у юных спортсменов на начальном базово-подготовительном этапе определяется аэробными возможностями, т.е. способностью эффективно и рационально использовать поступающий в организм во время работы кислород. В методическом отношении это означает, что для создания функциональной базы, определяющей работоспособность юных танцоров, особое внимание необходимо уделять разработке таких средств и методов, которые бы эффективно способствовали развитию аэробных способностей организма.

Важное значение для оптимизации подготовки юных спортсменов в сложнокоординированных видах спорта имеет выявление взаимосвязи физических качеств и двигательных навыков у юных спортсменов. Данные о внешней форме и внутренней структуре движений, о взаимосвязи физических качеств занимающихся и двигательных навыков позволяют обнаружить недостатки в спортивно-технической и физической подготовленности спортсменов и наметить пути их устранения.

Эффективность спортивного совершенствования обусловлена рациональным сочетанием процесса овладения техникой движений и методики физической подготовки занимающихся. Средства физической и технической подготовки в спортивных танцах тесно взаимосвязаны, поэтому физические качества и элементы технического мастерства проявляются в комплексе.

Факторный вклад в общую дисперсию результатов оценки уровня класса танцоров показал, что способность выполнять движение быстро и точно одновременно имеет весьма значительный вклад. И, в зависимости от возраста, составляет от 50-60% факториального вклада до 70-80% в сочетании факториального с индивидуальными особенностями. То есть, быстрота и точность движений в значительной мере определяют класс танцоров.

Одной из актуальных проблем в сложнокоординированных видах спорта является поиск оптимальных путей, обеспечивающих успешное совершенствование спортивного мастерства юных спортсменов в период их перехода во взрослые группы. В первую очередь это относится к совершенствованию технико-тактического мастерства, так как данная сторона подготовленности является наиболее уязвимой. По мнению специалистов, часто подготовка молодых спортсменов ведется односторонне, с акцентом на повышение уровня технико-тактической подготовленности в ущерб совершенствованию

необходимых физических качеств юных спортсменов. В связи с этим многие из них, достигнув высоких спортивных результатов в юношеском и в юниорском возрасте, не прогрессируют при переходе в группу взрослых спортсменов.

Анализ специальной литературы показывает, что в настоящее время почти отсутствуют научные данные о процессах формирования состава действий и тактики ведения соревнования у юных танцоров, в том числе нет развернутых объективных оценок характеристик соревновательной деятельности по этапам многолетней подготовки, что не позволяет конкретизировать направленность и оптимизировать процесс технико-тактического совершенствования. Все это определяет необходимость проведения фундаментальных исследований по выявлению критериев технико-тактического мастерства, состава средств тренировочно-соревновательной деятельности и его обоснования с учетом проявлений двигательных и личностных качеств юных спортсменов, специализирующихся в спортивных танцах.

Усовершенствование методики технико-тактической подготовки юных спортсменов путем оптимизации количественных соотношений между разновидностями различных танцев, учета уровня их двигательных, психических и личностных качеств является составной частью дальнейшего теоретического и экспериментального обоснования процесса подготовки спортивных резервов в спортивных танцах.

Практика и научные исследования показывают, что задачи спортивной тренировки необходимо решать через познание особенностей соревновательной деятельности, а не абстрагируясь от нее. Сама спортивная деятельность предполагает первичность соревнований и вторичность тренировочного процесса. Исходя из этого, можно предположить, что качество тренировочного процесса юных спортсменов в спортивных танцах можно значительно повысить, если его методику постоянно корректировать на основе сопоставления с соревновательной деятельностью спортсменов высокой квалификации. В этой связи изучение соревновательной деятельности и содержания технического арсенала, проявляемого танцорами в соревнованиях позволит оптимизировать подготовку юных танцоров.

В настоящее время, как правило, обучают техническим действиям изолированно, в отрыве от ситуаций возникающих по ходу танца. Нет взаимосвязи между способами тактической подготовки и приемами, которые объединяются в комбинации. При обучении техническим

действиям юного спортсмена не учат одновременно передвигаться и координировать свои действия по залу, прессинговать танцевальные пары, создавать противодействие и удобные ситуации для ведения танца. В связи с этим важно своевременно сформировать правильную технику и манеру ведения танца.

Анализ документации и практической деятельности тренеров свидетельствует о том, что в первые три года обучения тренеры пытаются, как можно больше освоить программного учебного материала. В соответствии с такой постановкой дела весь последующий учебный процесс замыкается на "натаскивании" и эксплуатации адаптивных резервов детского организма.

Изучение литературных источников в других сложнокоординированных видах спорта говорит о том, что на начальном этапе подготовки юных спортсменов необходимо, прежде всего, создать общую двигательную основу, как фундамент будущей специальной двигательной подготовки.

Анализ практической деятельности тренеров позволил выявить два основных подхода к определению содержания технико-тактической подготовки (ТП) в спортивных танцах. В настоящее время преобладающим из них является подход, согласно которому юные спортсмены должны освоить все движения техники танцев. Данный подход, основанный на последовательном освоении технических действий, стал требовать все больше и больше времени на начальную ТП танцора.

Второй подход к определению содержания ТП основывается на выделении и изучении базовой техники танцев. Преимуществом данного подхода является возможность сократить время начальной ТП юных спортсменов, так как изучение базовой техники создает фундамент ТП танцора, на основе которого он может достигать при дальнейшем совершенствовании технического мастерства, а главное, позволяет ему лучше и быстрее осваивать другие приемы спортивных танцев.

Несмотря на преимущества второго подхода, его тоже нельзя назвать оптимально-правильным. Будущее мастерство танцора закладывается на начальном базового-подготовительном этапе. Именно здесь необходимо заложить **основы общеобразовательной двигательной подготовки**, используя разнообразие средств из общей гимнастики и сложнокоординированных видов спорта.

Общеобразовательная двигательная подготовка в сочетании с общей физической подготовкой и базовыми основами техники

спортивных танцев – вот тот путь, который закладывает фундамент подготовки юного спортсмена на этапе начально-подготовительном.

Дружков А.Л.
РГАФК, г. Москва

НЕ ЗАБЫВАТЬ ХОРОШЕГО

Безусловный и постоянный интерес человека к физическим упражнениям объясняется, по-видимому, не только пониманием их высокой профилактической ценности, но и возможностью реализовывать и развивать свои способности по алгоритму олимпийского девиза: «Быстрее, выше, сильнее!»

Спортивные достижения с годами стали расцениваться как часть государственного или национального престижа, спорт превращался в комплексную индустрию, в предмет серьезного большого бизнеса.

На этих этапах олимпийские идеалы переставали быть определяющими – начали разворачиваться битвы фармакологических технологий, привычными становились скрытые и явные судейские скандалы., появились факты профессиональной нечистоплотности спортивных чиновников, тренеров, спортсменов.

Популярность спорта и его авторитет как профессии оказались под угрозой и международные спортивные организации, средства массовой информации и общественность стали вести интенсивный поиск путей, ведущих к оздоровлению классической модели занятий спортом.

Другая часть общественности и специалистов всерьез озаботилась не менее негативной стороной спортивной подготовки и соревнований – возрастающая трудность упражнений, увеличивающиеся объем и интенсивность тренировочной работы, азарт соперничества на официальных и коммерческих турнирах неизбежно приводят к серьезным изменениям в здоровье спортсменов. Это выражается в получении тяжелых травм, вневозрастной инвалидности, сокращению сроков жизни.

Среди всех этих забот появились кардинальные предложения совсем иного плана – отказаться от жесткой модели профессионального спорта и найти такие формы занятий физическими упражнениями, которые были бы ограждены от скопившихся неприятностей,

В связи с этим хочется напомнить о существующей в нашей стране многие десятилетия своеобразной форме занятий, которая не требует строительства специальных помещений и приобретения дорогого оборудования, а опыт работы по ней накоплен огромный.

Речь идет об отечественной школе подготовки и проведения массовых спортивно-художественных выступлений и спортивных праздников.

Характерной особенностью таких выступлений является тщательная многодневная репетиционная подготовка. Основным содержанием репетиционной работы является выполнение физических упражнений, доступных, как правило, для любых категорий занимающихся – композиции движений разрабатываются с расчетом на зрелищный эффект, получаемый от исполнения их массой участников, а не каждым в отдельности (строевые упражнения и разновидности передвижений, общеразвивающие и элементарные акробатические упражнения, простейшие танцевальные движения и т.п.).

Таким образом, не имеющие специальной двигательной подготовки дошкольники, школьники, учащиеся средних специальных учебных заведений, студенты ВУЗов, военнослужащие, молодежь, люди среднего и пожилого возраста получают возможность для регулярных занятий физическими упражнениями с перспективой выхода на массового зрителя.

Организовывать и проводить эту работу помогут специалисты, которых уже целенаправленно готовят в Российской Государственной Академии физической культуры и ряде некоторых других физкультурных ВУЗов России.

Будучи студентами старших курсов они, во время профильной практики, по самостоятельно разработанному сценарию спортивно-художественного представления проводят серию репетиционных занятий с учащимися средних школ (опыт РГАФК).

В результате подготовки школа имеет добротное выстроенное представление, а студенты – опыт сценарной и режиссерско-постановочной работы.

Можно ли считать такое времяпровождение отдельной формой занятий физическими упражнениями?

Конечно можно, не только с условием, что она будет регулярной.

Это предположение очень близко к реальности, тем более что регулярной эта форма была не так уж давно: в конце семидесятых – начале восьмидесятых годов в программу ежегодных комплексных соревнований школьников, проводимых по инициативе одной очень популярной молодежной организации и названных «Стартами надежд», кроме спортивных нормативов по легкой атлетике, плаванию и гимнастике входило выполнение групповой двигательной композиции под музыку.

Под эту часть программы был разработан целый пакет методических материалов – специальные требования к содержанию композиций, рекомендации для учителей физической культуры, система многофакторной оценки за исполнение и т.п.

Предлагаемая форма напрямую содействует эстетическому воспитанию занимающихся; имеет несколько иную, чем подготовка к спортивным соревнованиям эмоциональную окраску; способствует расширению двигательной эрудиции, повышению координационных возможностей и обладает неограниченным диапазоном доступности для любой категории участников.

Доступность и эмоциональная привлекательность этой формы занятий может приблизить нас хотя бы к частичному решению острой проблемы занятости современной молодежи, поможет украсить досуг других социальных возрастных категорий граждан, а в итоге – всерьез заинтересовать наших участников комплексным воздействием физических упражнений на человеческий организм и вовлечь всех в регулярные занятия всевозможными видами физической культуры и спорта.

ПОДГОТОВКА ИНСТРУКТОРОВ ПО ПЛАВАНИЮ НА ПФФК УдГУ

В рамках учебной программы по плаванию на ПФФК удмуртского госуниверситета вот уже несколько лет ведется подготовка инструкторов по плаванию, с выдачей соответствующих удостоверений, для работы в летних оздоровительных лагерях и бассейнах города Ижевска.

Не имея соответствующего удостоверения студенты III курса нашего факультета при прохождении практики в оздоровительных лагерях не имели права работать в качестве инструктора по обучению детей плаванию. И это было на наш взгляд не совсем правильно, поскольку кто же еще как не выпускники и студенты факультета физической культуры должны были заниматься таким нужным и важным делом как учить детей плаванию.

И вот в связи с этим была несколько пересмотрена рабочая программа дисциплины плавания она была согласована с удмуртским обществом ОСВОД где готовят инструкторов по плаванию, чтобы в последствии эта организация могла вручить нашим студентам удостоверения инструктора. После всех согласований программа курса плавания несколько изменилось. Изменения были внесены во всех трех курсах факультета начиная с первого. Студенты I курса в дополнении к материалу по изучении техники кроля на груди и на спине, стали сдавать практические нормативы по транспортировке пострадавшего в воде и оказанию помощи потерпевшему на суше. Данный норматив являлся неременным условием подготовки по программе ОСВОД.

На втором курсе факультета проходит дальнейшее освоение техники плавания способом брасс, имеющей большое прикладное значение и проплывание дистанции 400 метров.

Наибольшие изменения программы произошли на третьем курсе факультета, где вместо практических часов и учебной практики на студентах своего курса, была введена педагогическая практика по плаванию на учащихся школ и детей детского сада. За время которой студент в течение двух месяцев проводил 8-10 занятий самостоятельно и на 14-16 занятиях являлся ассистентом, т.е. тоже участвовал в уроке работая с отстающими учениками.

Каждое проведенное занятие тщательно анализировалось преподавателем – методистом, но особое внимание, после поведенного занятия, уделялось самоанализу проводившего урок студента. Это на наш взгляд является неперменным условием дальнейшего самосовершенствования выпускника ПФФК.

После прохождения практики по плаванию студенты сдают теоретический экзамен по данной дисциплине и только после этого им вручается удостоверение инструктора имея которое наши студенты III, IV, V курса и выпускники имеют полное право работать в оздоровительных лагерях, и бассейнах города Ижевска.

Но самое важное заключается в том, что студенты уверены в своих знаниях и умениях и могут уже с третьего курса работать самостоятельно.

Костарев А.Ю.

Башкирский государственный педагогический университет, г. Уфа

РУССКАЯ ЛАПТА В СИСТЕМЕ ВЫСШЕГО ПРОФЕССИОНАЛЬНОГО ОБРАЗОВАНИЯ

Известные и хорошо зарекомендовавшие себя виды спорта традиционно остаются в арсенале средств физической культуры. Современные условия диктуют поиск новых путей повышения эффективности учебного процесса по физической культуре. Формирование у студентов устойчивой потребности в двигательной активности предполагает использование нетрадиционных видов физических упражнений и спорта, пользующихся большой популярностью у молодежи. Одним из таких видов спорта является русская лапта.

Не случайно, на факультете физической культуры Башкирского государственного педагогического университета разработана учебная программа по предмету «Русская лапта». Предлагаемый курс составлен применительно к программе «Новые физкультурно-спортивные виды», предусмотренной «Государственным образовательным стандартом высшего профессионального образования» по специальности 033100 «Физическая культура». Студенты дневного и заочного отделения, изучая разделы учебной программы на практических занятиях по

специализации закрепляют изученный материал и в дальнейшем применяют полученные знания в практической работе.

Задачи курса «Русская лапта» – дать будущим учителям знания, умения и навыки по анализу и проведению игры русской лапты в учебной, внеклассной работе по физическому воспитанию в школе, в детском оздоровительном лагере, в спортивной секции, по месту жительства; научить использовать лапту в общеразвивающих и воспитательных целях.

Курс призван помочь студенту в организации овладения программным материалом, в котором раскрывается суть методической подготовки студентов по данному курсу: изучение теории и методики преподавания лапты, овладение техникой и тактикой игры, приобретение необходимых знаний для самостоятельной педагогической работы в школе.

Содержание программы ориентированно, главным образом, на приобретение студентом знаний фундаментального характера, а не технологического. Такой подход становится оправданным в условиях жесткого ограничения времени аудиторных занятий.

Установление фундаментальных закономерностей русской лапты поможет студенту лучше ориентироваться в анализе проблемных ситуаций и задач в будущей самостоятельной работе.

Успешное освоение программного материала невозможно без самостоятельной внеаудиторной работы студента. Запланированное количество часов крайне необходимо для работы с литературой, подготовки части урока, или целого урока, написание конспекта и, самое главное, для самостоятельных тренировочных занятий. Программой предусмотрены контрольные требования и нормативы такого уровня, выполнение которых невозможно без самостоятельной систематической тренировки.

К ВОПРОСУ О ИСПОЛЬЗОВАНИИ НАРОДНЫХ ПОДВИЖНЫХ ИГР В ОБЩЕОБРАЗОВАТЕЛЬНЫХ ШКОЛАХ УДМУРТСКОЙ РЕСПУБЛИКИ

Существует большое количество национальных подвижных игр, основанных на целенаправленном развитии интеллекта, воспитании различных физических качеств, на передаче важных сведений, информации о мире игры, осмыслено ориентированные на обучение ребенка. Все они развивают и стимулируют обогащение творческого потенциала и воображения ребенка.

Культурная ценность народных игр бесспорна. Они несут в себе заряд всех видов эстетической деятельности человека и являются традиционным средством педагогики. Исполнок веков в играх ярко отражается образ жизни людей, их быт и труд, национальные устои, представления о чести и смелости, мужестве, ловкости, выносливости, быстроте и красоте движения. В играх проявляется смекалка и выдержка, творческая выдумка и находчивость, воля и стремление к победе.

Однако, несмотря на все свои достоинства, народные игры, к сожалению, в нашей педагогической практике неправомерно преданы забвению, хотя они являются эффективным средством формирования духовных и физических качеств человека. Несмотря на то, что все учителя и будущие учителя, специалисты в области физической культуры (n=500) признают важность применения народных подвижных игр и физических упражнений для решения задач физического воспитания учащихся младших и средних классов, на практике же эти возможности в полной мере (практически никак) не реализуются.

В проведенном нами исследовании принимали участие 500 респондентов 8 – национальностей. Оказалось, что основная масса знает лишь русские игры. Один респондент знает одну татарскую национальную игру и один башкирскую, двое знают – удмуртскую. Остальные же не знают своих национальных игр и не имеют о них никакого представления. Хотя все респонденты желают и хотят передать своим детям знания и умения своих национальных подвижных игр.

В процессе изучения существующего опыта работы в этой области стало ясно, что реализация официальных установок применительно эффективного использования элементов национальных культур для решения задач физического воспитания школьников Удмуртской Республики не отвечает необходимым требованиям.

В различной литературе описывается национальные подвижные игры и физические упражнения, которые предлагают использовать для развития определенных физических качеств школьников, учитывая при этом их возрастные, половые и другие индивидуальные особенности. Нами не обнаружено работ по системно-комплексному использованию народных подвижных игр для разностороннего развития двигательных качеств младшего и среднего звена общеобразовательной школы с учетом национально-региональных особенностей Удмуртской Республики.

Содержание уроков физической культуры в младших и средних классах с применением народных средств физического воспитания не подвергалось комплексному изучению, в следствии указанных выше причин учителя начальных классов и физической культуры не знают где, когда, как и какие народные подвижные игры применять в различных разделах школьной программы.

Анализ программного материала по физической культуре в школах Удмуртской Республики, закон «Об образовании» ст.51, Типового положения об общеобразовательных учреждениях РФ и постановления правительства РФ от 09.09.96 №1058 и от 15.01.97 за №38 дает основание рекомендовать разработчикам региональной программы учесть следующие требования:

1. Учитывать этнофизические и этнопсихологические особенности детей в возрастно-половом аспекте.
2. Отвечать возрожденному интересу народа к своей истории, культуре, многовековым традициям народа, в том числе и в области физического воспитания.
3. Национально-региональный компонент в своей содержательной части должен нести сведения о традиционных методах, формах, приемах физического воспитания и средствах, которые наиболее применимы в современных условиях.
4. В базовой и вариативной частях программы должно полностью отражаться национальное своеобразие физической культуры народов, населяющих регион, учитывая федеральный

компонент, определенный государственным стандартом по предмету «Физическая культура».

Райзих А.А.

Удмуртский государственный университет, г. Ижевск

**АТЛЕТИЧЕСКАЯ ГИМНАСТИКА КАК УЧЕБНАЯ
ДИСЦИПЛИНА В ПРОФЕССИОНАЛЬНО-ПЕДАГОГИЧЕСКОЙ
ПОДГОТОВКЕ СТУДЕНТОВ ФФК**

За последнее десятилетие во всем мире наблюдается огромный интерес к атлетической гимнастике у лиц различного возраста. Известные и хорошо зарекомендовавшие себя в многолетней практике виды и формы гимнастики традиционно остаются в арсенале испытанных средств отечественной физической культуры. Однако ряд причин обуславливает появление новых и нетрадиционных в массовом физкультурном движении видов двигательной активности, в частности атлетической гимнастики.

В нашей стране увлечение различными видами атлетической гимнастики приобрело также массовый характер. Во-первых, у нас публикуется немало соответствующих методических материалов, но очень мало грамотных специалистов, которые помимо чисто практических навыков владеют основами знаний о влиянии силовых упражнений на организм человека, не говоря уже о глубинных процессах, связанных с работой скелетных мышц. Во-вторых, атлетическая гимнастика очень многообразна. В той или иной форме ею занимаются практически все спортсмены. При этом силовая подготовка как необходимый компонент любого вида спорта зачастую проводится недостаточно рационально. Это говорит о том, что каждый специалист в области физической культуры и спорта должен знать методику атлетической гимнастики, тем более, что увлечение упражнениями силового характера все шире охватывают лиц школьного возраста.

Кроме того, мы убеждены в том, что у атлетической гимнастики большое будущее в плане применения ее средств для лиц среднего, пожилого и даже старческого возраста.

Все вышесказанное означает, что существует потребность широкого внедрения атлетической гимнастики в систему физического воспитания школ, колледжей, профессионально-технических училищ, клубов и т.д. С одной стороны, это необходимо для того, чтобы удовлетворить естественный и вполне оправданный интерес занимающихся к атлетической гимнастике, а с другой стороны оградить их от самостоятельных занятий, которые без рациональной методики и разумной опеки квалифицированных специалистов могут нанести непоправимый вред.

В связи с этим назрела необходимость изучения атлетической гимнастики - как учебной дисциплины, в учебном процессе студентов институтов и факультетов физической культуры.

Ранее предмет атлетическая гимнастика вводили в учебный процесс студентов в виде спецкурсов или факультативов. На современном этапе атлетическая гимнастика с методикой преподавания – одна из дисциплин учебного плана студентов ФФК.

Курс атлетической гимнастики, как и другие специальные дисциплины, предусматривает решение общих задач профессионально-педагогической подготовки (методической, технической, физической) специалистов в области физической культуры и спорта, а также формирование личности будущего педагога, укрепления здоровья, освоение необходимых знаний, умений и навыков.

А.А. Райзих
УдГУ, г. Ижевск

АРМ СПОРТ - ОДНО ИЗ НОВЫХ ФИЗКУЛЬТУРНО-СПОРТИВНЫХ НАПРАВЛЕНИЙ В ПРОФЕССИОНАЛЬНО-ПЕДАГОГИЧЕСКОЙ ПОДГОТОВКЕ СТУДЕНТОВ ФФК

В настоящее время новый вид физкультурно-спортивной деятельности пользуется огромной популярностью среди молодежи, и

количество занимающихся неуклонно растет. Этим видом спорта занимаются различные возрастные группы населения.

общенародное признание армспорт получил за свою простоту, доступность, демократичность, массовость и зрелищность. А своим рождением новый вид спорта обязан американским "дальнобойщикам" - водителям грузовиков, совершающих дальние рейсы, среди которых традиционно проводились поединки за столом в "борьбе на руках".

В Удмуртской Республике этот вид спорта получил свое признание. Создана федерация армспорта. В республике проводятся соревнования различного уровня: Республиканские сельские спортивные игры, в программу которых входят соревнования по армспорту; Чемпионат Удмуртской Республики; Первенство ВУЗов и ССУЗов Удмуртской Республики, лучшие студенты-спортсмены в составе сборной команды выступают на Российских студенческих соревнованиях.

В тоже время встает вопрос о качестве преподавания и проведения учебно-тренировочных занятий, т.к. квалифицированных специалистов по этим направлениям недостаточно и во многих случаях занятия проводят педагоги, не имеющие должного уровня образования.

В институтах, факультетах физической культуры, отделениях физического воспитания педагогических училищ, где ведется подготовка специалистов по физической культуре, только в последнее время стали уделять внимание этому направлению.

В государственных образовательных программах обозначены новые физкультурно-спортивные виды и требования к их изучению что, обусловлено, позволит подготовить более качественно специалистов в этом направлении.

Но на данный момент нехватка специалистов со специальным образованием в этой области остро ощутима. Как показывает практика, занятия по новым физкультурно-спортивным видам во многих случаях проводят тренеры, не имеющие специального образования. Как правило, они имеют хорошую спортивную подготовку, спортивный разряд, но это не говорит о хорошей профессиональной подготовке как педагога.

Развитие армспорта в республике - недорогого, доступного, не нуждающегося в какой-то спортивной экипировке, популярного среди молодежи нового вида спорта - позволит отчасти решить проблему преступности, наркомании и профилактики правонарушений среди подростков "несовершеннолетних" по привлечению их к занятиям в

секциях, спортивных клубах, клубах по месту жительства, как в городской, так и в сельской местности.

РАХМАТОВ А. И.

*Московский государственный университет путей
сообщения*

О ЦЕЛЕСООБРАЗНОСТИ МЕТОДИКИ ПРИМЕНЕНИЯ СРЕДСТВ СПЕЦИАЛЬНОЙ СИЛОВОЙ ПОДГОТОВКЕ В УСЛОВИЯХ ЗАНЯТИЙ НАЧИНАЮЩИХ РУКОБОРЦЕВ

Научные исследования и спортивная практика последних лет показывают, что развитие специальной работоспособности рукоборцев связано не только с удачным выбором средств, но и с определенной методикой использования их в учебно-тренировочной работе. Решение общей задачи совершенствования систем специальной силовой подготовки многие специалисты видят в разработке новых методов тренировки, в определении рациональной последовательности, взаимосвязи и преемственности тренировочных средств в условиях микроцикла, а также годичных и многолетних занятий.

Использование в спортивной практике выдвинутых предложений сдерживается недостаточностью, а порой полным отсутствием экспериментальных данных по вопросам адаптации организма, тренирующего воздействия упражнений и эффекта последствия мышечной работы в условиях тренировки.

В эксперименте, проведенном на начинающих рукоборцах, мы поставили следующие задачи.

1. Исследовать эффективность различных вариантов последовательного и одновременного использования специальных скоростно-силовых упражнений в условиях занятий начинающих рукоборцев.

2. Изучить тренирующий эффект упражнений с отягощением и средств "ударного метода" на воспитание скоростно-силовых качеств на этапе начальной подготовки рукоборца.

В эксперименте проверялось эффективность трех методических вариантов специальной силовой подготовки.

1. вариант – последовательное использование средств.

На первом этапе – средств "ударного метода" развития взрывной силы, на втором – упражнения с отягощением.

2. вариант – последовательное использование средств,

На первом тренировочном этапе – упражнения с отягощением на втором – средств "ударного метода" развития силы.

3. вариант – одновременное применение тех же средств чередуя их в смежных занятиях (3 группа).

Для оценки динамики показателей скоростно-силовой подготовленности было проведено пять контрольных тестирований.

В комплекс тестов входили: контрольные упражнения и показатели характеристик силы, скорости в динамическом и изометрическом режимах.

В итоге эксперимента установлено: вариант последовательного применения средств, при которой средства "ударного метода" следовали за упражнениями с отягощением и вариант одновременного использования специальных упражнений в смежных занятиях привели к высоким сдвигам в показателях, характеризующих уровень развития взрывной и динамической силы. Вариант последовательного использования средств, где упражнения с отягощением применялись на завершающем тренировочном этапе после средств "ударного метода", характеризуется самым низким уровнем подготовленности рукоборцев.

РАХМАТОВ А. И.

*Московский государственный университет путей
связи*

**УПРАВЛЕНИЕ ПРОЦЕССОМ ТРЕНИРОВКИ
СТУДЕНТОВ-РУКОБОРЦЕВ МОСКОВСКОГО
ГОСУДАРСТВЕННОГО УНИВЕРСИТЕТА ПУТЕЙ
СВЯЗИ, ЗАНИМАЮЩИХСЯ АРМСПОРТОМ**

Для повышения спортивного мастерства в армспорте в условиях вуза большую роль играет качественная подготовка рукоборцев по армспорту, реализация которой обусловлена во многом

эффективностью отбора спортсменов и индивидуализацией их тренировок. Тренер-преподаватель, зная требования, предъявляемые к высококвалифицированным рукоборцам и имея сведения о том, какими возможностями обладают рукоборцы, занимающиеся в секции вуза, сравнивать индивидуальные характеристики занимающихся рукоборцев с модельными характеристиками сильнейших спортсменов по армспорту и целенаправленно воздействовать на устранение в их подготовке.

В связи с этим, создания модельных характеристик высококвалифицированных рукоборцев в 10-весовых категориях с 1997 по 1999 г. было проведено комплексное исследование 20 мастеров спорта России по армспорту. Для определения 10-ти показателей тактико-технической подготовки рукоборцев использовалась разработанная /П.В.Живорой, М.М. Махмудовым 1997г./ методика стенографической регистрации спортивных поединков. В результате вариационно-статистической обработки материалов, исследованных на компьютере "Pentium-2", созданных модельных характеристик высококвалифицированных рукоборцев в 10-ти весовых категориях, установлено, какие технические действия выполняются в соревнованиях по армспорту, имеющие неодинаковые пропорции тела в различных весовых категориях, какие технические действия выполняются активным и пассивным рукоборцем при встречающихся различных сочетаниях размерных признаков. Выявлены степень подвижности и наиболее значимые группы мышц, которые несут основные нагрузки в выполнении физических упражнений, а также определен оптимальный уровень развития изучаемых параметров для рационального проведения того или иного технического приема.

Вторым этапом нашей работы стала проверка эффективности применения метода индивидуализации работы со студентами-рукоборцами с направленным воздействием на выявление недостатков в подготовке с ориентиром на разработанные модельные характеристики высококвалифицированных рукоборцев и с использованием установленных взаимосвязей между ними.

С этой целью был проведен отбор на наиболее способной молодежи среди поступивших в Московский Государственный Университет Путей Сообщения (2000-2002 г.), которые были отнесены к основной медицинской группе и не имеющих существенных различий по физической и специальной подготовленности до эксперимента. В связи с этим, все студенты

рукоборцы были разбиты по весовым категориям на 2-группы (25 человек в каждой). Контрольная группа занималась по общепринятой методике, в экспериментальной группе пропорции и состав тела исследуемых рукоборцев позволили выступать каждому студенту-рукоборцу, таким образом стала возможной регуляция мышечной массы.

Для каждого рукоборца, исходя из его пропорции тела, развития отдельных мышечных групп и подвижности в суставах, был выбран арсенал технических приемов для совершенствования. Через полгода проводились контрольные измерения, выявлялись недостатки как технической, так и физической подготовленности студентов-рукоборцев, пути и средства для каждого индивидуума по их исправлению. Для этого в каждую тренировку (3 раза в неделю) были включены упражнения для развития силы и подвижности в суставах, а один раз в неделю была направлена на физическое совершенствование, где для развития силы группы мышц проводились упражнения с околопредельными отягощениями, а также с настенным эспандером, резиновым амортизатором и т.д.

Затем выполнялись упражнения для развития активной и пассивной подвижности, для чего использовались упражнения маховые и фиксированные, с партнером и настенным эспандером и завершались спортивными играми. В конце эксперимента, после 2-х лет занятий, было отмечено, что в контрольной группе произошли незначительные изменения в исследуемых показателях и из 25-ти студентов-рукоборцев только 18 смогли выполнить норму первого спортивного разряда, двое норму кандидата в мастера спорта России. В экспериментальной группе применяемый метод индивидуальной работы со студентами-рукоборцами позволил увеличить массу отдельных мышечных групп от 15% до 40%,

Подвижность в отдельных суставах увеличилась с 10 % до 25%, значительно возросли арсенал применяемой техники, повысилась эффективность и результативность приемов на соревнованиях; значительно повысилась эффективность и результативность приемов на соревнованиях; значительно повысилась классификация спортсменов; 2-м студентам-рукоборцам присвоено звание Мастера международного класса, 9-ти студентам-рукоборцам присвоено звание Мастера спорта России; 12 студентов-рукоборцев выполнили Кандидата в мастера спорта России.

Полученные данные подтвердили нашу гипотезу об эффективности применения в условиях вуза метода индивидуализации работы со студентами-рукоборцами с направленным воздействием на выявление недостатков, с ориентиром на разработанные модельные характеристики высококвалифицированных спортсменов и выявление взаимосвязи между ними.

Шомысова Е.Е.

Сыктывкарский государственный университет, г. Сыктывкар

ОЛИМПИЙСКОЕ ОБРАЗОВАНИЕ В УЧЕБНОМ ПРОЦЕССЕ СТУДЕНТОВ ФАКУЛЬТЕТА ФИЗИЧЕСКОЙ КУЛЬТУРЫ И СПОРТА (РЕГИОНАЛЬНЫЙ АСПЕКТ)

На современном этапе олимпийское движение приобретает огромный престиж и играет существенную роль в развитии человеческого общества и воспитания подрастающего поколения.

В целях развития отечественного олимпийского движения были созданы региональные олимпийские академии на базе вузов физической культуры Российской Федерации, одной из целей которых является оказание помощи внедрения олимпийского образования в образовательных учреждениях.

Как показали проведенные исследования в 1999 году в Республике Коми олимпийскому образованию крайне мало уделяется внимания не только в высших и средних специальных учебных заведениях, но и в общеобразовательных школах, а также на курсах переподготовки и повышения квалификации преподавателей физического воспитания.

Однако, эта сравнительно небольшая республика богата своими олимпийскими традициями и чемпионами. Здесь были воспитаны такие чемпионы и призеры Олимпийских игр, как В.Жлуктов, С.Капустин, А.Николишин (хоккей с шайбой), Н.Ферябникова, А.Лопатов (букетбол), Ю.Климов (гандбол), В.Косинский (плавание), А.Ануфриев (легкая атлетика). В настоящее время в столице республики проживают заслуженные мастера спорта СССР, олимпийские чемпионы в лыжных

гонках: легенда спорта -четырёхкратная олимпийская чемпионка, одна из немногих советских спортсменов, удостоенная приза "Фейр плей" - Раиса Сметанина, двукратный олимпийский чемпион - Николай Бажуков, олимпийский чемпион - Василий Рочев, а также известные спортсмены, участники Олимпийских игр, мастера спорта международного класса; Марина Пылаева (шорт-трек), В.Деготин, А.Нутрихин, В.Рочев-младший (лыжные гонки), А.Поляков (плавание) и др. которые своей деятельностью помогают распространению ценностей и идеалов олимпизма, воспитанию молодого поколения, содействуют всестороннему развитию массовой физической культуры и спорта в регионе.

Олимпийское образование содержит огромный потенциал для формирования олимпийской культуры в деле воспитания детей и молодежи и его можно реализовать в высших учебных заведениях через преподавание дисциплин, связанных с олимпийским движением.

В связи с этим в Сыктывкарском государственном университете на факультете физической культуры и спорта было принято решение о разработке и введении спецкурса "Олимпийский спорт" в рамках национально-регионального (вузовского) компонента цикла обще профессиональных дисциплин государственного образовательного стандарта высшего профессионального образования по специальности 022300 Физическая культура и спорт. В содержание данного курса входит чтение лекций и проведение семинарских занятий по истории Олимпийских игр и олимпийского движения, изучение творческого наследия и деятельности Пьера де Кубертена, основополагающих принципов международной олимпийской системы, организации, проведения в программ современных олимпийских игр, а также ознакомление с социально-политическими, организационно-правовыми и экономическими аспектами современного олимпийского спорта, биографиями президентов МОК и их деятельности.

Студенты принимают активное участие в пресс-конференциях, круглых столах и встречах с победителями крупных российских и международных соревнований, проход призерами и участниками олимпийских игр.

Для закрепления полученных знаний по олимпийскому образованию студентам предлагается выполнение заданий во время прохождения педагогической (тренерской) практики, а именно проведение: двух внеклассных мероприятий со школьниками по различным аспектам олимпийского воспитания. Студентами

факультета физической культуры и спорта проводятся олимпийские уроки, беседы и викторины по истории олимпизма, древних и современных олимпийских игр; конкурсы рисунков на тему спорта и рефератов на олимпийскую тематику, КВН знатоков олимпизма. На высоком уровне организуются и эмоционально проводятся физкультурно-спортивные мероприятия и соревнования в форме малых олимпийских игр в общеобразовательных и детско-юношеских спортивных школах, спортивных клубах, училище олимпийского резерва, а также встречи с ветеранами-олимпийцами, экскурсии в музей Р.П.Сметаниной и музей просвещения Коми края, где выставлены спортивные экспонаты, рассказывающие о победах знаменитых спортсменов республики.

Как показывает практика, преподавание олимпийского образования студентам факультета физической культуры и спорта позволяет расширить у них знания об олимпийском движении, приобщить их к духовно-нравственным ценностям олимпизма, готовить квалифицированных специалистов для сферы физической культуры и спорта.

6. ОРГАНИЗАЦИЯ ПЕДАГОГИЧЕСКИХ ПРАКТИК И ДВИГАТЕЛЬНЫЙ РЕЖИМ ШКОЛЬНИКОВ

Карпов А.М.

Удмуртский государственный университет, г. Ижевск

К ИСТОКАМ ЗДОРОВОГО ДЕТСТВА

Еще несколько лет назад во всех общеобразовательных школах обязательной и неотъемлемой частью учебно-воспитательного процесса считалась работа кружков художественной самодеятельности, технического творчества, спортивных секций, олимпиад, туристических походов и экскурсий.

Сейчас во многих учебных заведениях, к сожалению, этого нет. В урезанных бюджетах деньги на спортивную, кружковую работу не предусматриваются. Хотя в настоящее время во многих учебных заведениях более половины учащихся имеют отклонения в состоянии здоровья, а каждый третий выпускник не отвечает требованиям, предъявляемым к служащим в Вооруженных Силах.

К этому следует добавить ежегодный рост негативных проявлений в поведении учащейся молодежи, рост правонарушений и преступлений, увеличение случаев употребления алкоголя, наркотиков и психотропных веществ. Естественно, возникает вопрос – что и как делать?

Чтобы определить круг проблем физического воспитания детей, не нужно далеко ходить. Они начинаются с детского сада и особенно остро встают в начальной школе, где нередко уроки ведут неспециалисты, где низкий уровень двигательной активности детей. Все это, конечно, не ново, но в нынешней сложной обстановке, когда школам не хватает учителей физкультуры, а выпускники вузов не идут в школу из-за низкой заработной платы, действительно нужно мужество, чтобы требовать внимания к этой проблеме, так и не решенной в лучшие, более благополучные годы.

Школьная программа по физической культуре не соответствует требованиям сегодняшнего дня и необходимо входить в Министерство общего и профессионального образования с предложениями изменить ее. И, наконец, об увеличении количества физкультурных занятий, необходимых ребенку для нормального физического развития, обо все тех же двух уроках физкультуры, число которых не увеличивается долгие десятилетия. Необходим такой обязательный компонент, как один дополнительный час школьной физкультуры. И, конечно, активизация всей внешкольной работы по физической культуре: восстановление бывших всегда популярными у детей соревнований по спортивным играм «Кожаного мяча», «Золотая шайба». Возродить Спартакиады школьников.

Ученые показывают, что дети с низкой двигательной активностью имеют высокий уровень заболеваний вследствие снижения общего иммунитета. А это, в свою очередь, ведет к преждевременному старению организма человека, ранней потере работоспособности.

Существующая система детских стартов не обеспечивает охвата многих учащихся школы: соревнования проводятся, как правило, с узким кругом двигательно одаренных ребят. Ставку надо сделать на систему очных соревнований внутри школы и между соседними школами и систему заочных состязаний на любом уровне, вплоть до российских.

При этом единство обязательных урочных и внеурочных форм построения занятий, которое в совокупности призвано обеспечивать ежедневную физкультурно-направленную (разумно упорядоченную, но не заорганизованную) двигательную активность учащихся, необходимо поставить в ряд важнейших принципов совершенствования школьной системы физического воспитания.

Исходя из научного и практического опыта, можно сформулировать ряд требований к разработке спортивно-оздоровительной программы детей:

Программа должна базироваться на системе перманентных соревнований в течение всего учебного года и носить оздоровительную направленность.

Состязания должны обладать высокой побудительной силой, быть доступными для всех участников и проходить в форме увлекательного шоу.

На первом этапе программа должна носить заочный характер в связи с большим охватом детей – участников состязаний.

Основной цикл соревнований проводится в теплом кругу товарищей по классу, где каждый знает друг друга, т.е. основой организации соревнований является учебный класс, школа.

Таким образом, российским детям следует предложить широкомасштабную программу, имеющую в своей основе притягательную идею, механизм ее реализации на практике, которая была бы способна успешно заменить исчезнувший комплекс ГТО.

О.Ф. Латыпов

Башкирский государственный педагогический университет, г. Уфа

**ЛИЧНОСТНО-ПРОФЕССИОНАЛЬНЫЕ КАЧЕСТВА ПЕДАГОГА
КАК СОСТАВЛЯЮЩИЕ ЭЛЕМЕНТЫ В ФОРМИРОВАНИИ
АКТИВНОЙ ОБРАЗОВАТЕЛЬНОЙ СРЕДЫ (АОС) НА
ЗАНЯТИЯХ ФИЗИЧЕСКОЙ КУЛЬТУРЫ В ШКОЛЕ**

Успешное решение задач реформирования образования возможно лишь при значительном подъеме творческого потенциала учащихся, направленного на освоение более сложного и структурированного материала.

Из исследований многих авторов, проведенных по данному направлению видно, что процесс обучения в современных условиях оказывает заметное негативное влияние на состояние здоровья школьников. Поэтому актуальность уровня АОС на занятиях ФК в наши дни несомненна.

По нашему мнению АОС это ментальное поведенческое поле коммуникации, поддерживающие устойчивый интерес к овладению знаниями и к творческой самостоятельной работе учащихся. Несомненно, в этом деле важная роль принадлежит личностно-профессиональным качествам педагога, его коммуникативности.

В гипотетическом представлении можно ввести понятие «идеальный педагог» (ИП). В принципе, за ИП можно принять высококультурного профессионала–педагога который, обладая совершенными для данного уровня познания технологиями

преподавания, при этом является носителем высоких гражданско-личностных и культурных принципов.

К ним, как нам представляется, можно отнести такие определяющие личностно-профессиональные качества педагога как: 1-открытость; 2-уровень IQ; 3-наличие и эффективность программы создания и поддержания АОС; 4-умение заинтересовать ученика; 5-использование активных методов обучения (АМО); 6-имидж педагога.

Рассматриваемый здесь подход разрабатывается как одно из направлений управления уровнем АОС на школьных занятиях в исследованиях НИИ педагогики Башгоспедуниверситета под руководством докт.пед.наук, профессора Гаязова А.С.

Перечисленные выше качества преподавателя мы предлагаем измерять в баллах. В частности, данные для пункта 1 по модернизированной шкале экстраверсии-интроверсии Г. Айзенка, уровень IQ по формуле

$$H = \frac{IQ - 70}{2}; \quad (1)$$

Методами опознавания образов можно попытаться приблизительно оценить степень соответствия личностно-профессиональных качеств реального педагога – идеальному педагогу (ИП). Например, удобоприемлемой является формула.

$$S_6(i, j) = \frac{a}{g + h}, \quad (2)$$

где a – число случаев, когда x_i и x_j обладают одними и теми же признаками

$$a = \sum_{i,k}^n x_{ik} x_{jk}, \quad (3)$$

b – число случаев, когда x_i и x_j не обладают никакими общими признаками.

Итак, предлагаемая нами математическая система шкалирования личностно-профессиональных качеств преподавателя в соответствующих пропорциях пунктов 1–6 и коммулятивно-балльных коэффициентах метода опознавания образов, может дать реальную оценку уровня формирования АОС на занятиях ФК в школе. Здесь, однако, следует оговорить, что кроме перечисленных в пунктах 1–6 основополагающих факторов существуют и другие независимые

обстоятельства, влияющие на общее состояние АОС, такие как: обстановка в классе, в школе, дома, на улице, социально-политическая обстановка в стране, здоровье учащихся и т.д. Но, это уже темы отдельных самостоятельных исследований.

Пирожкова И.В.

Удмуртский государственный университет, г. Ижевск

РАБОТА РУКОВОДИТЕЛЯ ПЕДАГОГИЧЕСКОЙ ПРАКТИКИ ФАКУЛЬТЕТА

Педагогическая практика студентов ПФФК является неотъемлемой частью подготовки высококвалифицированных специалистов. Новые социокультурные условия предъявляют и качественно иные требования к обучению будущих учителей, поэтому обязанности руководителя педагогической практики факультета возрастают. Наиболее важной становится организация подготовки к практике. Первым этапом ее является планирование по факультету на основе программы вуза и согласование с графиком учебного процесса. На Совете факультета утверждаются даты проведения различных педагогических практик. После этого руководитель пед. практики факультета устанавливает связь с базовыми школами города, заключает с ними договор и оформляются документы на оплату. Базовые школы выбираются для прохождения всех практик, проводящихся на факультете, поэтому они подбираются в разных районах города, где работают высококвалифицированные учителя физической культуры. Затем руководитель практики, непосредственно с заведующими кафедрами спортивно-педагогических дисциплин, распределяет студентов по бригадам, определяет групповых руководителей практик и методистов-консультантов. Итогом этой работы является составление приказа о прохождении студентами педагогической практики в базовых школах города.

Следующим этапом в работе руководителя пед. практики является подготовка отчетно-учетной документации: оформление

папок-памяток; дневников прохождения практики; требований к студентам; писем директорам школ; трудовых соглашений с учителями школ.

По окончании выполнения этой работы проводится учебно-методическая (установочная) конференция. Она начинается с итогов практики предстоящего курса, затем зачитываются требования к практиканту, составы бригад и школы, а также представляются руководители практики (методисты) и методисты-консультанты.

Руководитель пед. практики факультета на протяжении всей практики ведет контроль за студентами, а также за методистами и методистами-консультантами. Его обязанность – побывать в каждой школе, выявить обстановку в бригаде, посетить выборочно уроки и другие мероприятия, проводимые студентами, а также принять своевременные меры к устранению недостатков в организации практики. В экстренных случаях он извещает заведующего кафедрой ТОФК и декана факультета о необходимости принятия срочных мер по отношению к практикантам. Руководитель пед. практики факультета организует проведение показательных уроков для студентов лучшими учителями школ, координирует взаимопосещение бригад, консультации на факультете. При завершении практики составляет график и организует отчет бригад на кафедре ТОФК. На отчете студенты представляют всю документацию бригад, заслушивается характеристика бригады, данная методистом, выслушиваются предложения как от студентов, так и от групповых руководителей и методистов-консультантов; руководителем пед. практики факультета проверяется дневник по выбору. Заслушав каждую бригаду в отдельности, руководитель пед. практики факультета вместе с методистами и методистами-консультантами готовится к заключительной (отчетной) конференции. На конференции каждая бригада делится своим новым приобретенным опытом, показывает видео-материал, проводится выставка бригадных стенгазет.

После завершения отчетной конференции руководителем пед. практики на основании отчетов методистов и методистов-консультантов составляется отчет по прохождению педагогической практики, а также проводятся совместные заседания кафедр спортивно-педагогических дисциплин и кафедрой ТОФК. После этого руководитель пед. практики отчитывается на Совете факультета.

Организация педагогической практики – трудоемкий процесс, требующий постоянной работы с руководителями и учителями школ,

установления с ними деловых творческих отношений, поиска средств и методов заинтересованности их в работе со студентами. В связи с этим факультет может способствовать или выступать в роли инициатора в получении лучшими учителями почетных званий, а также в организации мероприятий по повышению квалификации, обмена опытом, подготовки и выпуска методической литературы.

Северухин Г.Б.

Удмуртский государственный университет, г. Ижевск

УПРАВЛЕНИЕ ПЕДАГОГИЧЕСКОЙ ПРАКТИКОЙ НА ФАКУЛЬТЕТЕ

Подготовка к будущей профессиональной деятельности является своеобразной «основой», на которую в течение всего срока обучения в вузе студентом «накладываются» необходимые знания, умения и навыки, накапливается опыт.

В связи с тем, что в настоящее время нет жесткого единообразия в системе обучения, государственным образовательным стандартом высшего профессионального образования и другими нормативными документами устанавливается объем практики (количество недель), цели и задачи, каждый факультет в соответствии с региональными особенностями, имеющимися традициями, установившимися взаимоотношениями с образовательными учреждениями, в которых студенты проходят практику, имеет право на определение общей ее стратегии, как части образовательного процесса. К ней можно отнести: этапы и количество практик в общем (целом) цикле обучения, их последовательность, взаимосвязь различных учебных дисциплин с режимом работы объектов практики и их взаимозависимость; определение взаимодействия кафедр факультета и вуза и меры их ответственности; последовательность решения общих и частных задач, определение критериев эффективности их решения и достижения главной цели – приобретения студентом к моменту

окончания факультета необходимой степени профессиональной готовности к работе.

Все эти вопросы намечаются и готовятся деканом совместно с заведующим кафедрой теории и методики физического воспитания (физической культуры), которая должна быть ведущей в определении стратегии проведения практик, обсуждаются на методическом совете и выносятся на утверждение Совета факультета.

После принятия решения все виды практик, их сроки, продолжительность, последовательность вносятся деканом в учебный план факультета, а затем находят свое отражение в ежегодных графиках учебного процесса и служат в дальнейшем руководством к действию при подготовке приказов по вузу о проведении очередных практик, назначении факультетского руководителя, распределения нагрузки преподавателям кафедр, а также подготовки на кафедрах методических материалов. При составлении графика учебного процесса нужно создавать такие условия преподавателям кафедр, занятых на педагогической практике, чтобы они могли максимальное рабочее время уделять студентам, не отвлекаясь на проведение академических занятий в вузе.

В то же время система управления должна предусматривать контроль и учет как деятельности студентов, так и преподавателей-методистов. Формами контроля работы студентов со стороны методиста является проверка ведения дневника, подготовки конспектов и других мероприятий по программе практик, посещаемость и отношение к прохождению практики. Со стороны факультетского руководителя – проведение еженедельных отчетов бригадиров и групповых руководителей практик, проверка на местах, защита отчетов студентов и бригад после практики, проведение итоговых конференций; со стороны заведующих кафедрами – проверка эффективности работы преподавателей, включающая посещение объектов практики, проверку ведения преподавателями отчетно-учетной документации (качество и количество проверки конспектов в соответствии с запланированной нагрузкой, отчеты о прохождении практики и т.д.), проведение заседаний кафедр по итогам практики совместно с факультетским руководителем.

Декан факультета контролирует сроки проведения всех мероприятий управления практикой, совместно с факультетским руководителем и, если необходимо, с заведующими кафедрами, решает

текущие вопросы, выносит на обсуждение Совета факультета плановые или экстренные проблемы проведения практик.

В.Н. Соловьев

Удмуртский государственный университет, г. Ижевск

**АДАПТАЦИОННЫЕ ЗАКОНОМЕРНОСТИ ОРГАНИЗМА
ЧЕЛОВЕКА И ИХ ЦЕНА ПОД ВЛИЯНИЕМ РАЗЛИЧНЫХ
ДВИГАТЕЛЬНЫХ РЕЖИМОВ**

При адаптации к чрезмерным для данного организма физическим нагрузкам в полной мере реализуется общебиологическая закономерность, которая состоит в том, что все приспособительные реакции организма к необычным факторам среды обладают лишь относительной целесообразностью. Иными словами, даже устойчивая, долговременная адаптация организма к физическим нагрузкам имеет свою функциональную или структурную цену. Цена адаптации может проявляться в двух различных формах: 1) в прямом изнашивании функциональной системы, на которую при адаптации падает главная нагрузка; 2) в явлениях отрицательной перекрёстной адаптации, то есть в нарушении у адаптированных к определённой физической нагрузке людей других функциональных систем и адаптивных реакций, не связанных с этой нагрузкой.

Прямая функциональная недостаточность может реализоваться в условиях остро возникающей большой физической нагрузки, при которой наблюдаются прямые повреждения структур сердца, скелетных мышц, нарушения ферментной и гормональной активности и другие изменения, являющиеся итогом как самой нагрузки, так и возникающей при этом стресс-реакции (Г. Селье, 1960; М.Г. Пшонникова, 1988). Это цена срочной адаптации ярко проявляется при первых физических нагрузках нетренированных людей и устраняется, как правило, правильно построенным учебно-тренировочным процессом и постепенным развитием адаптированности.

Цена адаптации в значительной мере зависит от вида физических нагрузок, к которым происходит приспособление. Так, например, у

тяжёлоатлетов, хорошо тренированных к статическим силовым нагрузкам, наблюдается снижение выносливости к динамической работе; утомление и падение работоспособности при таких нагрузках у них развиваются быстрее, чем у нетренированных здоровых людей. Одновременно у тяжёлоатлетов в противоположность людям, тренированным на выносливость, обнаружено снижение плотности капилляров в скелетных мышцах и отсутствие роста митохондрий.

На фоне высокой тренированности у штангистов, борцов и других спортсменов нередко наблюдается снижение резистентности к действию холода и простудным заболеваниям, нарушение клеточного и гуморального иммунитета, а также нарушение функций желудочно-кишечного тракта, печени, почек вследствие резкого ограничения кровоснабжения этих органов в период длительной мышечной работы (А.С. Солодков, 1990, 1999).

Высокая физиологическая цена адаптации и феномены отрицательной перекрёстной резистентности при таком приспособлении представляют собой возможное, но вовсе не обязательное явление. Наиболее рациональный путь к предупреждению адаптационных нарушений состоит в правильно построенном режиме тренировок, отдыха и питания, закаливании, повышении устойчивости к стрессорным воздействиям и гармоничном физическом, интеллектуальном и психическом развитии личности спортсмена.

Процесс адаптации связан с неодинаковой биологической значимостью различных функциональных систем организма. При экстремальных воздействиях на человека они изменяются различным образом в зависимости от того, какую роль играет каждая из них в общей приспособительной реакции. Адаптация основана на согласованных реакциях отдельных органов и систем, которые изменяются хотя и неодинаково, но в целом обеспечивают оптимальное функционирование целостного организма.

Этим, например, обусловлено торможение деятельности органов пищеварения и выделения у спортсменов при интенсивной физической работе, в результате чего сохраняются резервные возможности организма для усиления функций дыхания и кровообращения, непосредственно обеспечивающих организм кислородом.

Исследования, проведённые А.С. Солодковым (2000) установили зависимость адаптационной способности организма от величины исходных показателей его функций и их колебаний в процессе трудовой деятельности. Так, у людей, которые быстрее и лучше

адаптировались к неблагоприятным условиям труда, отмечалось относительно низкое исходное содержание эритроцитов в периферической крови ($4,0 - 4,5 \times 10^{12}/л$), а их колебания в период работы были недостоверными. У других лиц, адаптационный процесс которых протекал медленнее и был неустойчивым, исходное количество эритроцитов составило $4,5 - 5,0 \times 10^{12}/л$ и более, а во время продолжительной деятельности их число снижалось на $1,0 - 1,5 \times 10^{12}/л$.

Наряду с этим у первой группы обследованных показатели вегетативных функций (частота пульса, уровень артериального давления, величины ударного, минутного объёмов крови и скорости кровотока) колебались в пределах $\pm 10 - 20\%$ от исходных, а у лиц второй группы они выходили за упомянутые границы. Полученными результатами автор установил, что относительно стабильный исходный уровень показателей функций организма и несущественные их колебания в процессе адаптации свидетельствуют о более высокой функциональной стойкости различных органов и систем.

В последние годы исследователи обращают внимание на то обстоятельство, что физиологические механизмы адаптации к действию на человека различных экстремальных факторов являются сходными. При этом ведущее место среди них занимают неспецифические реакции, в результате которых поддержание гомеостаза и выработка повышенной сопротивляемости к какому либо одному фактору внешней среды влекут за собой и одновременное возрастание устойчивости организма к некоторым другим неблагоприятным воздействиям. Иначе говоря, при адаптации в организме происходят в значительной мере тождественные функциональные сдвиги. Установлено, например, что физиологические изменения оказываются весьма сходными при гипоксической тренировке, физических нагрузках, закаливании и в других случаях. При всех этих воздействиях в организме возникают приспособительные реакции, направленные в первую очередь на повышение его неспецифической резистентности (А.С. Солодков, 1990, 1998).

Это теоретическое положение подводит к выводу о том, что в ускорении адаптации людей к физическим нагрузкам, достижении спортивного мастерства и предупреждения у них дизадаптационных расстройств ведущая роль принадлежит методам и средствам повышения общей неспецифической реактивности организма. К числу таких мероприятий относятся

рациональный режим тренировок и отдыха, сбалансированное питание, закаливание, гипоксическая тренировка, биологические стимуляторы, не относящиеся к допингам и другие.

В настоящее время доказана высокая эффективность этих мероприятий, и они должны более широко внедряться в практическую деятельность занимающихся спортом.

В.Н. Соловьев

Удмуртский государственный университет, г. Ижевск

ПЕДАГОГИЧЕСКИЕ И ПСИХОЛОГО-ФИЗИОЛОГИЧЕСКИЕ МЕХАНИЗМЫ АДАПТАЦИИ ПРИ РАЗЛИЧНЫХ ДВИГАТЕЛЬНЫХ РЕЖИМАХ

Адаптация как общее универсальное средство живого обеспечивает жизнеспособность организма в изменяющихся условиях и представляет процесс адекватного приспособления его функциональных и структурных элементов к окружающей среде. В целом исследование процесса адаптации при различных двигательных режимах, «её механизмов и закономерностей, по-видимому, следует отнести к **комплексной** проблеме, которая может стать ключевой в понимании многих аспектов развития тренированности, здоровья и успешной деятельности занимающихся в спортивных секциях. Одним из неперемных условий развития адаптации к физическим нагрузкам является мобилизация и использование физиологических ресурсов организма.

С физиологической точки зрения ведущими при адаптации занимающихся в процессе занятий являются повторность и возрастание физических нагрузок, что за счёт обратных биологических связей позволяет совершенствовать функциональные возможности органов и систем и их энергетическое обеспечение на основе механизма саморегуляции организма. С этих позиций тренировка сводится к активизации механизмов адаптации, включению физиологических резервов, благодаря которым организм человека легче и быстрее

приспосабливается к повышенным нагрузкам, совершенствуя свои физические, физиологические и психические свойства, повышая состояние тренированности.

Физиологическая сущность тренированности – это такой уровень функционального состояния организма, который характеризуется совершенствованием механизмов регуляции, увеличением физиологических резервов и готовностью к их мобилизации, что выражается в его повышенной устойчивости к длительным и интенсивным физическим нагрузкам и высокой работоспособности.

Развившееся в процессе тренировки состояние тренированности по своим физиологическим механизмам и морфофункциональной сути соответствует стадии адаптированности организма к физическим нагрузкам. В понятиях «адаптация, адаптированность», с одной стороны, и «тренировка, тренированность» – с другой, много общих черт, главной из которых является достижение нового уровня работоспособности на основе образования в организме специальной адаптивной функциональной системы с определённым уровнем физиологических констант. Тренировка и тренированность – понятия педагогические, хотя и базируются они на знаниях физиологических закономерностей организма занимающихся. Поэтому исследование и характеристика этих процессов и состояний, связанных прежде всего с обоснованием рационально-построенных тренировочных нагрузок, являются прерогативой педагогов и тренеров. Адаптация и адаптированность занимающихся к физическим нагрузкам все функциональные и структурные перестройки, совершающиеся при этом в организме, относятся к биологическим категориям и составляют основные научные и учебные проблемы педагогов, психологов и физиологов.

Адаптация организма к физическим нагрузкам заключается в мобилизации и использовании функциональных резервов организма, в совершенствовании имеющихся физиологических механизмов регуляции. Никаких новых функциональных явлений и механизмов в процессе адаптации не наблюдается, просто имеющиеся уже механизмы начинают работать совершеннее, интенсивнее и экономичнее.

В основе адаптации к физическим нагрузкам лежат нервно-гуморальные механизмы, включающиеся в деятельность и совершенствующиеся при работе двигательных единиц (мышц мышечных групп). При адаптации занимающихся происходит усиление

деятельности ряда функциональных систем за счёт мобилизации и использования их резервов, а системообразующим фактором при этом является приспособительный полезный результат – выполнение поставленной задачи, то есть конечный спортивный результат.

Комплекс функциональных систем, обеспечивающих конечный спортивный результат, формируется организмом занимающегося ради достижения этого результата. Отсутствие результата или систематически недостаточный его уровень могут не только стимулировать формирование данного комплекса, но и разрушать его, прекращать функционирование в зависимости от величины и характера физиологических резервов, воли, мотивации и других факторов.

Таким образом, адаптация к мышечной деятельности представляет собой системный ответ организма, направленный на достижение состояния высокой тренированности (спортивной формы) и минимизацию за это физиологической цены. С этих позиций адаптацию к физическим нагрузкам следует рассматривать как динамический процесс, в основе которого лежит формирование новой программы реагирования, а сам приспособительный процесс, его динамика и физиологические механизмы определяются состоянием и соотношением внешних и внутренних условий деятельности.

ИМЕННОЙ УКАЗАТЕЛЬ

А

Алабужев А.Е. – декан ФФК – УдГУ, г. Ижевск
Ахмедзянов Э.Р. – инженер-программист – Удмуртский
государственный университет, г. Ижевск

Б

Беленков А.С. – магистрант – Уральская государственная
академия физической культуры, г. Челябинск
Береглазов В.Н. – доцент – Уральская государственная академия
физической культуры, г. Челябинск
Бойчевский А.В. – зав. кафедрой, к.п.н.– Курганский госуниверситет,
Тобольский пединститут
Бурцева Г.А. – к.п.н. – Курганский госуниверситет, Тобольский
пединститут

В

Васильев В.В. – преподаватель – Уральская государственная
академия физической культуры, г. Челябинск
Викулов А.Д. – декан, д.б.н., профессор – Ярославский педагогический
университет, г. Ярославль
Вяткина З.Н. – к.п.н., доцент – Пермский государственный
педагогический университет, г. Пермь

Г

Галеева И.Г. – преподаватель – Удмуртский государственный
университет, г. Ижевск
Гусева Р.В. – преподаватель – РГАФК, г. Москва

Д

Дмитриев О.Б. – ст. преподаватель – Удмуртский государственный
университет, г. Ижевск
Дмитриев С.В. – д.п.н., профессор – Нижегородский педагогический
университет, г. Н.Новгород
Дружков А.Л. – доцент – РГАФК, г. Москва

Е

Ершова Н. Г. - к.п.н., доцент – Великолукский государственный
институт физической культуры, г. Великие-Луки

Ж

Железняк Ю.Д. – зав. кафедрой, д.п.н., профессор – Московский государственный областной университет, г. Москва

Жидких В.П. – д.п.н., профессор – Воронежский государственный педагогический университет, г. Воронеж

Жидких В.П. – д.п.н., профессор – Воронежский государственный педагогический университет, г. Воронеж

З

Зеленин В.С. – зав. кафедрой – Удмуртский государственный университет, г. Ижевск

К

Кагиров А.Ю. – ст. преподаватель – УдГУ, г. Ижевск

Карнаухов Г.З. – к.п.н., доцент – УОР, г. Самара

Карпов А.М. – преподаватель – УдГУ, г. Ижевск

Костарев А.Ю. – к.п.н., доцент – Башкирский государственный педагогический университет, г. Уфа

Л

Латыпов О.Ф. – аспирант – Башкирский государственный педагогический университет, г. Уфа

Литвин А.В. – доцент – Институт экономики и управления УдГУ, г. Ижевск

Лодоев Ц.А. – ассистент – БГУ, БГСХА, г. Улан-Уде

Лубышева Л.И. – д.п.н., профессор – РГАФК, г. Москва

М

Малков Ю.П. – зав. кафедрой, к.п.н., доцент – УдГУ, г. Ижевск

Мельников Ю.А. – ст. преподаватель – Удмуртский государственный университет, г. Ижевск

Минаев А.В. – доцент – МО РФ – г. Москва

Н

Неверкович С.Д. – докт. пед. наук, профессор, член- корр. РАО

Никитин В.С. – директор УОР, г. Краснодар

П

Петров П.К. – зав. кафедрой, к.п.н., профессор – УдГУ, г. Ижевск
Пирожкова И.В. – ст. преподаватель – УдГУ, г. Ижевск
Поварницын А.П. – к.п.н., профессор – Курганский госуниверситет,
Тобольский пединститут
Погудин С.М. – к.п.н., доцент – Чайковский государственный институт
физической культуры, г. Чайковский
Пушкарёв А.В. – преподаватель – УдГУ, г. Ижевск

Р

Райзих А.А. – к.п.н., доцент – УдГУ. Г. Ижевск
Рахматов А.И. – доцент – МГУПС, г. Москва
Романов А.Н. – аспирант – Уральская государственная академия
физической культуры, г. Челябинск

С

Саулина О.П. – к.п.н., доцент – Пермский государственный
педагогический университет, г. Пермь
Сахарова М.В. – к.п.н., и.о.доцента – РГАФК, г. Москва
Северухин Г.Б. – к.п.н., доцент – УдГУ, г. Ижевск
Симонов В.П. – д.п.н., профессор - Московский государственный
областной университет, г. Москва
Синицын Д.К. – аспирант – РГПУ имени А.И. Герцена, г. Санкт-
Петербург
Соловьев В.Н. – к.п.н., доцент - Удмуртский государственный
университет, г. Ижевск
Старовойтова И.Л. – преподаватель – РГАФК, г. Москва
Стрельников В.А. – д.п.н., профессор – БГУ, БГСХА, г. Улан-Уде

Т

Торхов А.С. – преподаватель – Удмуртский государственный
университет, г. Ижевск
Троянская С.Л. – ст. преподаватель – УдГУ, г. Ижевск

Ф

Федоров А.А. – к.п.н., доцент – МССУОР, г. Москва
Федоров А.И. – к.п.н., доцент – Уральская государственная академия
физической культуры, г. Челябинск

Х

Холодов Ж.К. – д.п.н., профессор – РГАФК, г. Москва

Хохлова В.В. – к.п.н., доцент – Нижегородский педагогический университет, г. Н.Новгород

Ш

Шарманова С.Б. – к.п.н., доцент – Уральская государственная академия физической культуры, г. Челябинск

Ширяев А.Г. – д.п.н., профессор – РГПУ имени А.И. Герцена, г. Санкт-Петербург

Шомысова Е.Е. – декан, к.п.н., доцент – Сыктывкарский государственный университет, г. Сыктывкар

СОДЕРЖАНИЕ

Предисловие.....	3
1. Вопросы реализации общих требований к подготовке специалистов в области физической культуры и спорта по государственным образовательным стандартам нового поколения	
Дмитриев С.В. Антропные технологии образования, «кристаллизация культуры» и деятельностное сознание личности	5
Железняк Ю.Д. Технология обучения профессиональной деятельности будущих педагогов физической культуры	8
Кагиров А.Ю. Формирование совладающего поведения у специалистов в области физической культуры.....	12
Карнаухов Г.З., Фёдоров А.А. Знания, умения и навыки в системе специального физкультурного образования.....	14
Минаев А.В. Основные элементы системы подготовки кадров с высшим профессиональным образованием в области физической культуры, спорта...16	
Неверкович С.Д., Моргуненко А.А. Психолого-педагогические особенности исследовательско-эвристических игр.....	18
Поварницын А.П., Бурцева Г.А., Бойчевский А.В. О формировании у студентов ценностного отношения к выбранной профессии.....	20
Симонов В.П. Программа курса "педагогический менеджмент".....	22
Троянская С. Л. Педагогические «ретровведения».....	31
Хохлова В.В. Функциональная структура деятельностного сознания (концепция с. в. дмитриева: за и против).....	34
Хохлова В.В., Быстрицкая Е.В. Полемические заметки по поводу концепции С.В.Дмитриева	36
2. Использование современных информационных технологий и формирование информационной культуры в учебно-тренировочном процессе	38
Дмитриев О.Б. Определение закона распределения уровня компетентности судей.....	38
Дмитриев О.Б. Тестирование судей и спортсменов с помощью мультимедиа системы.....	46
Дмитриев О.Б. Определение уровня компетентности судей с помощью мультимедиа системы "соревнования по каратэ-до".....	52
Лубышева Л.И. Информатизация отрасли как фактор повышения информационной культуры будущих специалистов в области физической культуры и спорта.....	55
Петров П.К. Современные информационные технологии в формировании высококвалифицированного специалиста по физической культуре и спорту.....	58

Петров П.К., Дмитриев О.Б., Ахмедзянов Э.Р. Подготовка судей по спорту по обучающим мультимедиа программам.....	67
Федоров А.И. Интеграция информационных технологий в систему высшего физкультурного образования: концептуальные аспекты.....	71
Федоров А.И., Шарманова С.Б. Теоретико-методические аспекты специализированной подготовки магистров по программе “информационные технологии в физической культуре и спорте”.....	74
Романов А.Н., Федоров А.И., Беленков А.С. Информационно-технологические аспекты высшего физкультурного образования: результаты анкетного опроса.....	76
3. Подготовка специалистов по общепрофессиональным дисциплинам	79
Дмитриев С.В. Социокультурная природа двигательных действий.....	79
Дмитриев С.В. От конкурирования к альтернативам и затем к синтезу теории биомеханики.....	82
Ершова Н.Г. Формирование профессионально-педагогической направленности личности студентов ифк в цикле гуманитарных дисциплин.....	83
Жидких В.П. Личностно-ориентированная система неспециального физкультурного образования учащейся молодежи.....	85
Жидких В.П. Физическая культура в профессиональной подготовке на современном этапе.....	98
Жидких В.П. Профилированная физическая культура как составляющая профессиональной подготовки учащейся молодежи.....	90
Литвин А.В. Экономика спорта: проблемы становления и перспектива.....	92
Мельников Ю.А., Зеленин В.С. Оборудование спортивного зала для проведения учебных занятий и массовых соревнований по волейболу.....	94
Петров П.К. Структура и содержание методической подготовки студентов факультета физической культуры по курсу гимнастики к будущей профессиональной деятельности.....	96
Саулина О.П., Вяткина З.Н. Организация самостоятельной работы студентов по курсу ТМФВ.....	99
Федоров А.И., Береглазов В.Н., Васильев В.В. Проектирование учебно-методических комплексов элективных дисциплин в вузах физической культуры.....	101
4. Принципы отбора на факультеты и институты физической культуры и педагогическое физкультурно-спортивное совершенствование	104
Алабушев А.Е. Подготовка специалистов по физической культуре в сокращенные сроки в Удмуртском государственном университете.....	104
Алабушев А.Е., Малков Ю.П. К вопросу о критериях отбора абитуриентов на специальность 033100 физическая культура.....	105
Викулов А.Д. Итоги вступительных экзаменов на ффк 2002 года.....	107
Карнаухов Г.З., Никитин В.С. Системные основы моделирования	

содержания тренировочно-соревновательного и учебного процессов в УОР.....	108
Малков Ю.П. Развитие силовых способностей у мужчин и женщин спринтеров.....	111
Погудин С.М. Компоненты профессиональной пригодности в подготовке учителей физической культуры.....	114
Пушкарев А.В. Подготовка судей по баскетболу на педагогическом факультете физической культуры УдГУ.....	117
Торхов А.С. Подготовка судей по волейболу на педагогическом факультете физической культуры УдГУ.....	118
Сахарова М.В. Мониторинг подготовленности и состояния спортсменов в годичном цикле в командно-игровых видах спорта.....	120
Сахарова М.В., Холодов Ж.К. Некоторые теоретико-методические аспекты оптимизации структуры и содержания годичного макроцикла в игровых видах спорта.....	122
Старовойтова И.Л. Активное профессиональное ориентирование школьников.....	125
Стрельников В.А., Лодоев Ц.А. Тренер кто он?	127
Ширяев А.Г., Сеницын Д.К. Возможности влияния занятий боксом на формирование педагогических качеств и мотивов педагогической деятельности.....	129
5. Новые физкультурно-спортивные виды и национально-региональный компонент	131
Гусева Р.В. Особенности физической и технической подготовки в спортивных танцах.....	131
Дружков А.Л. Не забывать хорошего.....	135
Зеленин В.С. Подготовка инструкторов по плаванию на ПФФК УдГУ.....	138
Костарев А.Ю. Русская лапта в системе высшего профессионального образования.....	139
Мельников Ю.А., Галиева И.Г. К вопросу о использовании народных подвижных игр в общеобразовательных школах Удмуртской республики...141	141
Райзих А.А. Атлетическая гимнастика как учебная дисциплина в профессионально-педагогической подготовке студентов ФФК.....	143
Райзих А.А. Арм спорт - одно из новых физкультурно-спортивных направлений в профессионально-педагогической подготовке студентов ФФК.....	144
Рахматов А. И. О целесообразности методики применения средств специальной силовой подготовке в условиях занятий начинающих рукоборцев.....	146
Рахматов А. И. Управление процессом тренировки студентов-рукоборцев московского государственного университета путей сообщения, занимающихся армспортом.....	147

Шомысова Е.Е. Олимпийское образование в учебном процессе студентов факультета физической культуры и спорта (региональный аспект).....	150
6. Организация педагогических практик и двигательный режим школьников	153
Карпов А.М. К истокам здорового детства.....	153
Латыпов О.Ф. Личностно-профессиональные качества педагога как составляющие элементы в формировании активной образовательной среды (АОС) на занятиях физической культуры в школе.....	155
Пирожкова И.В. Работа руководителя педагогической практики факультета.....	157
Северухин Г.Б. Управление педагогической практикой на факультете.....	159
Соловьев В.Н. Адаптационные закономерности организма человека и их цена под влиянием различных двигательных режимов.....	161
Соловьев В.Н. Педагогические и психолого-физиологические механизмы адаптации при различных двигательных режимах	164
Именной указатель.....	167

ПОДГОТОВКА СПЕЦИАЛИСТОВ ПО ФИЗИЧЕСКОЙ КУЛЬТУРЕ И
СПОРТУ ПО НОВЫМ ГОСУДАРСТВЕННЫМ

Материалы Всероссийской научно-практической конференции 17-18
октября 2002 года

Технический редактор С.И. Зянкина
Корректор А.В. Соколова
Компьютерный набор П.К. Петров
Компьютерная верстка П.К. Петрова, Э.О. Шестаковой

Лицензия №020411 от 16.02.97. сдано в производство 03.10.02
Печать офсетная. Формат 60x84 1/16 Уч.- изд. л. 10,5
Усл. печ. л. 10,23 Тираж 200 экз.

Издательский дом "Удмуртский университет",
426034, г. Ижевск, ул. Университетская, 1, корп. 2.