

**НАЦИОНАЛЬНЫЙ ГОСУДАРСТВЕННЫЙ УНИВЕРСИТЕТ
ФИЗИЧЕСКОЙ КУЛЬТУРЫ, СПОРТА и ЗДОРОВЬЯ
имени П.Ф. ЛЕСГАФТА, САНКТ-ПЕТЕРБУРГ**



**Научно-теоретический журнал
УЧЕННЫЕ ЗАПИСКИ УНИВЕРСИТЕТА
имени П.Ф. Лесгафта
№ 12 (58) – 2009 г.**

Санкт-Петербург
2009

Научно-теоретический журнал
«Ученые записки университета имени П.Ф. Лесгафта», 12 (58) – 2009 год.

Журнал основан в 1944 году

Зарегистрировано в Министерстве по делам печати, телерадиовещания и СМК РФ.

Рег. номер ПИ № ФС77-24491 от 22 мая 2006 г.

Перерегистрировано в Федеральной службе по надзору в сфере массовых коммуникаций, связи и охраны культурного наследия

Рег. номер ПИ №ФС77-33760 от 10 октября 2008 г.

ISSN 1994-4683

Подписной индекс 36621

Учредитель: ФГОУ ВПО «**Национальный государственный университет физической культуры, спорта и здоровья имени П.Ф. Лесгафта, Санкт-Петербург**»

Редакционная коллегия

Главный редактор

д.п.н., профессор ТАЙМАЗОВ Владимир Александрович

Заместители главного редактора:

д.п.н., профессор СТЕПАНОВ Владимир Сергеевич,

к.п.н., профессор ОРЕХОВ Евгений Федорович,

д.п.н., профессор ФИЛИППОВ Сергей Сергеевич,

д.п.н., профессор ГОРЕЛОВ Александр Александрович.

Члены редакционной коллегии:

д.п.н., профессор ЕВСЕЕВ Сергей Петрович; д.п.н., профессор КУРАМШИН Юрий Федорович; д.п.н., профессор КОСТЮЧЕНКО Валерий Филиппович; д.п.н., профессор ЛОСИН Борис Ефимович; д.п.н., профессор САЛОВ Владимир Юрьевич; д. мед. н., профессор СОЛОДКОВ Алексей Сергеевич; д. психол. н., профессор БЕРЕЖНОВА Людмила Николаевна; д. психол. н., профессор ВОЛКОВ Игорь Павлович; д. психол. н., профессор ВОРОНОВ Игорь Анатольевич; д. психол. н., профессор ЗАХАРЕВИЧ Андрей Станиславович; д. психол. н., профессор ЛЕБЕДЕВ Александр Васильевич; д.психол. н., профессор НИКОЛАЕВ Алексей Николаевич, д.психол. н., профессор СЕРОВА Лидия Константиновна; д.п.н., профессор ТЕРЕХИНА Раиса Николаевна; д.п.н., профессор ГОРУЛЕВ Павел Сергеевич, д.п.н., профессор МОКЕЕВ Г.И..

Ответственный редактор

д.п.н., профессор ЧИСТЯКОВ Владимир Анатольевич

© Национальный государственный университет физической культуры, спорта и здоровья имени П.Ф. Лесгафта, Санкт-Петербург, 2009

Адрес редакции:

190121, Санкт-Петербург, Декабристов, 35. НГУ им. П.Ф. Лесгафта, Санкт-Петербург.

НИО. тел.: +7(812)714-35-57. <mailto:chistiakov52@mail.ru>

Электронная версия журнала: <http://lesgaft-notes.spb.ru>

Номер подписан в печать 29 декабря 2009 г.

**СТРУКТУРА ДЕЯТЕЛЬНОСТИ ФИЗКУЛЬТУРНО-СПОРТИВНЫХ
ОРГАНИЗАЦИЙ ПО РАЗВИТИЮ МИНИ-ФУТБОЛА**

*Эмиль Гуметович Алиев, кандидат педагогических наук, Генеральный директор,
Ассоциация мини-футбола России (АМФР),
г. Москва*

Аннотация

В статье приводятся данные проведенного в период 2004-2006 гг. социологического исследования с участием работников федераций футбола различного уровня и территориальных ассоциаций мини-футбола, позволившего выявить структуру их деятельности по развитию мини-футбола как автономной разновидности классического футбола. Результаты исследования были использованы Российским футбольным союзом и Ассоциацией мини-футбола России для разработки и внедрения в практику общероссийских проектов «Мини-футбол – в школу» и «Мини-футбол – в вузы».

Ключевые слова: мини-футбол, структура, деятельность, иерархия.

**THE STRUCTURE OF ACTIVITY OF PHYSICAL EDUCATION AND SPORTS
ORGANIZATIONS IN DEVELOPMENT OF FUTSAL**

*Emil Gumetovich Aliev, the candidate of pedagogical sciences, General director,
Association of Futsal of Russia,
Moscow*

Annotation

The article contains data from public opinion poll which has been taken among representatives of football federations and territorial associations of various levels during the period of 2004-2006. It made possible to identify the structure of their activities concerning the development of futsal as an autonomous form of classic football. The results have been used by Football Union of Russia and Futsal Association of Russia for development and implementation of all-Russia projects "Futsal to schools" and "Futsal to universities".

Key words: futsal, structure, activity, hierarchy.

Начало XXI в. ознаменовалось новой волной активного развития в стране мини-футбола как автономной разновидности классического футбола. Значительные успехи, прежде всего, были выявлены в развитии профессионального футбола. Все большую популярность приобретала эта спортивная игра и в целом ряде регионов Российской Федерации [1]. Однако, как свидетельствует практика, в деятельности большинства федераций футбола и территориальных ассоциаций мини-футбола по развитию данной модификации футбола отмечались серьезные недостатки, сдерживающие развитие этого общедоступного и перспективного вида спорта [2, 3].

Проведенное исследование позволило выявить основные разделы деятельности федераций футбола различного уровня и территориальных ассоциаций мини-футбола по развитию этой спортивной игры, а также определить их иерархию. В социологическом исследовании приняли участие 110 работников федераций футбола городов и районов, 84 сотрудника федерации футбола областей краев и республик и 42 работника территориальных ассоциаций мини-футбола. Данное социологическое исследование проводилось с использованием рекомендаций ряда специалистов [2, 6].

Для экспертов, представляющих федерации футбола городов и районов, доминирующим разделом их деятельности является организация соревнований по мини-футболу среди взрослых футболистов. Данный вид деятельности поставлен на первое ранговое место. 91% опрошенных специалистов указали, что этим вопросом они занимаются систематически. Лишь 9% респондентов отметили, что этим видом деятельности они занимаются эпизодически.

Второе место экспертами отдано подготовке судей по мини-футболу. 70% респондентов отметили, что такую работу они проводят систематически, 16% – эпизодически, а 14% такую работу не проводят.

На третьем и четвертом ранговых местах находятся организация соревнований по мини-футболу среди детских и юношеских команд спортивных школ и спортивных клубов и подготовка команд к соревнованиям по мини-футболу, проводимых вышестоящими организациями. 37% опрошенных специалистов такую работу выполняют систематически, 8% – эпизодически, а 55% эту работу не проводят.

Участие в пропаганде мини-футбола по телевидению, радио и в прессе эксперты поставили на пятое место. 21% экспертов такую работу выполняют систематически, 10% – эпизодически, а 69% в такой работе не участвуют.

Шестое и седьмое места респонденты поделили между такими видами деятельности, как повышение квалификации тренеров мини-футбольных клубов, подготовка тренеров – общественников и развитие школьного и студенческого мини-футбольных судей. 16% респондентов занимаются этими видами деятельности систематически, 8% – эпизодически, а 76% в такой работе не участвуют.

Мнения экспертов и степень важности выявленных факторов имеют высокую статистическую согласованность и достоверность ($W=0,81$; χ^2 - критерий=152,03).

Для экспертов, представляющих федерации футбола областей, краев и республик, доминирующим видом деятельности по развитию мини-футбола является организация соревнований среди взрослых футболистов. Этот раздел работы респонденты поставили на первое место. Систематически эту работу выполняют 82% респондентов, 10% – эпизодически, а 8% в такой работе не участвуют.

Второе место опрошенными специалистами отдано подготовке команд к соревнованиям по мини-футболу, проводимым вышестоящими органами. 70% экспертов этим видом деятельности занимаются систематически, 12% – эпизодически, а 18% в такой работе не участвуют.

Подготовка судей по мини-футболу поставлена экспертами на третье место. 64% опрошенных специалистов такой работой занимаются систематически, 15% – эпизодически, а 21% в такой работе не участвуют.

На четвертом месте находится организация соревнований по мини-футболу среди детских и юношеских команд спортивных школ и спортивных клубов. 41% респондентов этой проблемой занимаются систематически, 11% – эпизодически, а 48% такую работу не проводят.

Участие в пропаганде мини-футбола по телевидению, радио, в прессе экспертами поставлено на пятое место. 30% опрошенных специалистов систематически участвуют в такой работе, 12% – эпизодически, а 58% в этой работе не участвуют.

На шестое место эксперты поставили повышение квалификации тренеров мини-футбольных клубов, подготовку тренеров-общественников, а на последнее место – развитие школьного и студенческого мини-футбола.

Мнения экспертов и степень важности выявленных факторов имеют высокую статистическую согласованность и достоверность ($W=0,87$; χ^2 - критерий = 164,07).

Эксперты, представляющие территориальные ассоциации мини-футбола, определили, что доминирующими видами их деятельности являются организация соревнований среди детских и юношеских команд спортивных школ и спортивных клубов и организация соревнований среди взрослых футболистов. Между этими разделами опрошенные специалисты поделили первое и второе места. 93% экспертов занимаются этими видами деятельности систематически, 7% – эпизодически.

Третье и четвертое места эксперты поделили между подготовкой судей по мини-футболу и подготовкой команд к соревнованиям, проводимым вышестоящими организациями. 86% опрошенных специалистов систематически занимаются этой работой, 6% – эпизодически, а 8% такую работу не проводят.

Пятое и шестое места эксперты поделили между участием в пропаганде мини-футбола по телевидению, радио и в прессе и повышением квалификации тренеров мини-футбольных клубов, подготовкой тренеров-общественников. 48% респондентов в такой работе участвуют систематически, 9% – эпизодически, а 43% такую работу не

проводят.

Развитию школьного и студенческого футбола респонденты ответили последнее место. 18% экспертов в этом виде деятельности участвуют систематически, 7% – эпизодически, а 75% такую работу не проводят.

Мнения экспертов, а также степень значимости видов деятельности федераций футбола и ассоциаций мини-футбола различных уровней по развитию мини-футбола имеют высокую статистическую согласованность и достоверность ($W=0,79$; χ^2 - критерий = 161,31).

Таким образом, в ходе исследования была выявлена структура деятельности федераций футбола различного уровня и территориальных ассоциаций мини-футбола по развитию данной спортивной игры. Самым значимым видом деятельности для федераций футбола различных уровней и региональных ассоциаций мини-футбола является организация соревнований по мини-футболу среди взрослых футболистов. Следовательно, этот вид деятельности превалирует над всеми другими разделами работы по развитию мини-футбола. В федерациях футбола всех уровней высокое место занимает подготовка судей по мини-футболу и подготовка команд к соревнованиям, проводимым вышестоящими организациями, что, безусловно, тесно увязывается с доминирующим для них видом деятельности – организацией соревнований среди взрослых футболистов. В то же время для региональных ассоциаций мини-футбола практически все виды деятельности являются достаточно значимыми, за исключением такого раздела, как развитие школьного и студенческого мини-футбола, которому как ассоциации мини-футбола, так и федерации футбола всех уровней в настоящее время уделяют наименьшее внимание. Об этом факте также свидетельствуют решения исполкома Ассоциации мини-футбола России [3, 4].

ЛИТЕРАТУРА

1. Андреев, С.Н. Эволюция мини-футбола (футзала) в современную автономную разновидность классического футбола/С.Н. Андреев// Теория и методика футбола. -2007. - №1. – С.6-7.

2. Измерения и вычисления в спортивно-педагогической практике: учебное пособие для вузов физической культуры / В.П. Губа, М.П. Шестаков, М.П. Бубнов, М.П. Борисенков. – 2-е изд. – М.: Физкультура и спорт, 2006. – 220с.

3. Постановление исполкома Ассоциации мини-футбола России от 14 апреля 2005г. «Об имеющихся недостатках в работе по развитию мини-футбола и мерах по их устранению»//Архив делопроизводства АМФР. - № 39.04.05.

4. Постановление исполкома Ассоциации мини-футбола России от 12 января 2005г. «О мерах по развитию мини-футбола среди учащейся молодежи»//Архив делопроизводства АМФР. - № 01.01.05.

5. Постановление исполкома Ассоциации мини-футбола России от 18 декабря 2006г. «О стратегии развития мини-футбола среди учащихся общеобразовательных школ и студенческой молодежи высших учебных заведений»//Архив делопроизводства АМФР. № 15.12.06.

6. Ядов, В.А. Стратегия социологического исследования: описание, объяснение, понимание социальной реальности/В.А. Ядов. – М.: Добросвет; Университет, 1998. – 569с.

Контактная информация: amfr.nataliya@mail.ru

ФОРМИРОВАНИЕ УСТОЙЧИВОГО ИНТЕРЕСА К ЗАНЯТИЯМ ГРЕБНЫМ СПОРТОМ НА ЭТАПЕ НАЧАЛЬНОЙ ПОДГОТОВКИ СРЕДСТВАМИ КОМПЛЕКТОВАНИЯ КОМАНДНЫХ ЛОДОК

*Мария Владимировна Баранова, соискатель, старший преподаватель,
Людмила Александровна Егоренко, кандидат педагогических наук, профессор,
ученый секретарь ученого совета,*

*Национальный государственный университет физической культуры,
спорта и здоровья имени П.Ф. Лесгафта, Санкт-Петербург,
(НГУ им. П.Ф. Лесгафта, Санкт-Петербург)*

Аннотация

Создание и подготовка гребных экипажей – неотъемлемый элемент учебно-тренировочного процесса гребцов. В статье показаны общие и частные результаты применения авторской методики создания гребных команд на этапе начальной подготовки, ведущей к становлению стабильности учебно-тренировочных групп.

Ключевые слова: комплектование экипажей, социально-психологическая совместимость, психолого-педагогический процесс.

FORMATION OF SUSTAINABLE INTEREST IN TRAINING OF ROWING AT THE STAGE OF INITIAL PREPARATION BY MEANS OF BOATS TEAM DESIGNATION

*Maria Vladimirovna Baranova, the competitor, senior teacher,
Lyudmila Aleksandrovna Egorenko, the candidate of pedagogical sciences, professor,
Scientific secretary of an academic council,*

*The Lesgaft National State University of Physical Education, Sport and Health,
St.-Petersburg*

Annotation

A process of designation and preparation of rowing crews is the integral element of training process of oarsmen. General and private results of application of author's methodology of manning the rowing teams at the stage of primary training leading to the stability of training groups are shown in the article.

Keywords: crews designation, socially-psychological compatibility, psychology-pedagogical process.

ВВЕДЕНИЕ

Современный гребной спорт не пользуется былой популярностью среди школьников, сложно осуществлять процесс набора детей в ДЮСШ, еще сложнее удержать ребят в этом виде спорта, резко снизилась численность клубов, тренеров и занимающихся. С этой точки зрения, жизнеспособность гребного коллектива в виде учебно-тренировочных групп и экипажей будет являться решением ряда этих практических задач, а поиск новых путей в достижении этой жизнеспособности – важная научная проблема.

Главная задача этапа начальной подготовки – привить интерес и любовь к гребному спорту. Одним из ведущих факторов в решении этой задачи является правильно организованная групповая деятельность на всех уровнях. С одной стороны, новички набираются в учебно-тренировочные группы, чтобы из их числа были сформированы экипажи для выступлений в их первых соревнованиях на воде. С другой стороны, только благодаря комплектуемым командам, предоставляется возможность осуществлять полноценный тренировочный процесс, так как свои первые шаги на воде спортсмены могут сделать только в командной лодке с тренером на руле. Таким образом, грамотный процесс комплектования экипажей у новичков может выступать инструментом развития и закрепления интереса к спорту. Формирование, становление и развитие команды внутри одной учебно-тренировочной группы, одного клуба, одной сек-

ции должно приводить к возникновению высокоорганизованных отношений внутри коллектива и повышать конкуренцию между клубами, спортивными школами, регионами.

Подтверждением этого положения является Постановление Президиума Федерации гребного спорта 2008 года, согласно которому, начиная с 2008 года, планируется проводить российские соревнования юношей и juniоров среди клубных или региональных команд, новая Федерация в качестве своей основной задачи видит возрождение и развитие именно клубной гребли.

В своей работе мы попытались разработать систему комплектования экипажей для этапа начальной подготовки, рассматривая социально-психологический компонент системы как основу при решении воспитательных и социализирующих групповых задач.

Прежде всего, наличие различий в командной и одиночной технике гребли и перечень определенных социально-психологических особенностей, присущих гребцам крупных экипажей, вплотную подводит нас к понятию «командный гребец», которое в литературе остается нераскрытым, хотя практически уже давно используется на житейском уровне.

Анализ теоретических данных позволяет в общем виде обозначить основные составляющие, присущие процессу комплектования командных лодок:

- социально-психологические закономерности, связанные с необходимостью создания высокоорганизованной малой группы, способной эффективно решать групповые и индивидуальные задачи;
- этапность процесса комплектования экипажей (к конкретному соревнованию, в годичном тренировочном цикле, в многолетнем тренировочном процессе);
- критерии комплектования командных лодок как на этапе подбора гребцов в экипаж, так и при работе с уже созданной командой;
- способы оценки скомплектованного экипажа, учитывающие все критерии в комплексе;
- четкая система управления процессом комплектования экипажей, заключающаяся в комплексе организационно-педагогических, воспитательных мер и воздействий, в подборе конкретных способов, условий и упражнений;
- обоснование гребного спорта как командного в преломлении с особенностями крупных гребных команд. Многие авторы говорят об уникальной «командности» в гребном спорте, отсюда возникает необходимость определения места гребных экипажей среди других видов командной деятельности, в спорте в частности.

Все эти разделы в отдельности изучены в разной степени. Однако все они взаимосвязаны между собой и только в комплексе представляют многогранную систему комплектования экипажей в гребном спорте. Каждый компонент системы будет иметь свои подразделы и факторы его формирования, что определяет структуру системы.

На изучение состава этих компонентов системы для этапа начальной подготовки направлена эмпирическая часть нашей работы.

РЕЗУЛЬТАТЫ ИССЛЕДОВАНИЯ

В ходе исследования было изучено 5 учебно-тренировочных групп, 3 из которых - группы начальной подготовки, общей численностью 59 человек. Было изучено 5 экипажей «новичков», постоянных по составу, в ходе эмпирического изучения сформировано 15 вариантов экипажей с различной социально-психологической структурой и 3 подгруппы, объединенные по составу случайным образом.

На первом этапе исследования мы разработали и обосновали методику комплектования экипажей на этапе начальной подготовки при работе со спортсменами разного уровня подготовленности, имеющих разные физические данные и различные статусы. Для этого пересмотрели имеющиеся в литературе этапы и критерии формирования командных лодок для этапа начальной подготовки, разработали «оценочную

карту» для контроля создаваемых экипажей из числа «новичков», особенности педагогического управления коллективом юных гребцов, показали средства развития специфической «командности» в гребном спорте. При этом в представление об образовании гребного экипажа вложили концепцию единства биосоциальной и биомеханической его основ.

Критерии комплектования экипажей на этапе начальной подготовки оказались в тесной взаимосвязи со всеми основными видами подготовки спортсменов. При этом особое внимание при работе с «новичками» должно уделяться социально-психологическому аспекту, так как он выходит за рамки отдельных критериев и включает в себя качества как приобретенные в процессе тренировок, так и некоторые заданные качества спортсменов в оптимальном их соотношении (рис. 1).

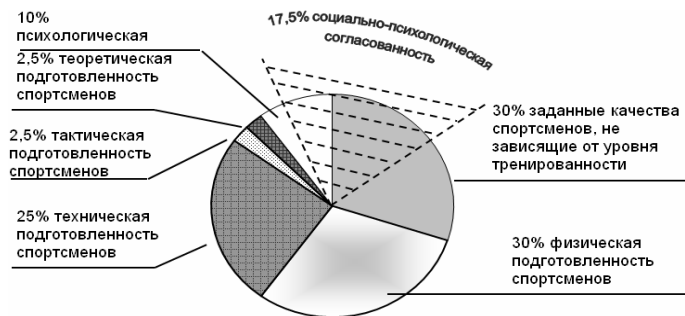


Рис. 1. Соотношение критериев комплектования командных лодок для группы начальной подготовки

Далее в ходе исследования сформировали 4 варианта экспериментальных экипажей из группы начальной подготовки с различной степенью выраженности социально-психологической совместимости относительно всех критериев комплектования в совокупности (рис. 2). Изучили команды с использованием упражнений на суше, контрольного прохождения отрезков на воде, контрольного соревнования среди команд и опроса спортсменов об их командной деятельности. Установили, что при отсутствии возможности подобрать спортсменов на этапе начальной подготовки в экипаж, полностью отвечающих по всем критериям согласованности и социально-психологической совместимости (команда 1 на рис. 2), необходимо стремиться к усредненному варианту (команда 4).

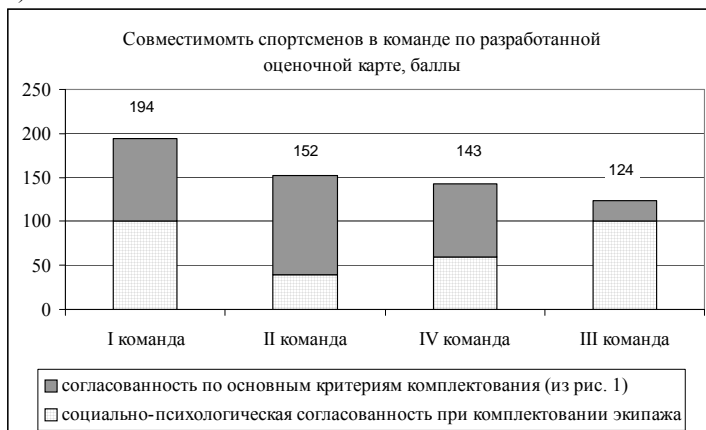


Рис. 2. Графическое представление степени выраженности социально-психологической согласованности в подобранных для изучения экипажах

На втором этапе провели итоговый педагогический эксперимент, направленный на проверку предлагаемого комплекса мер и воздействий в группе «новичков» в течение годового макроцикла. Экспериментальным фактором явилась разработанная методика комплектования экипажей на этапе начальной подготовки. При этом четко выделены различия педагогических воздействий в контрольной и экспериментальной группах.

Общий педагогический результат выражается в индивидуальном уровне подготовленности спортсменов обеих групп и уровне социализации в спорте (до и после эксперимента) как признаке успешности деятельности в данной группе (табл. 1).

Таблица 1

Результаты тестирования в контрольной и экспериментальной группах до и после эксперимента

Наименование тестирования в группах до и после эксперимента		Экспериментальная группа (n=12) <X>±S_{ср} σ	Контрольная группа (n=14) <X>±S_{ср} σ	Достоверность различий
Контрольная тренировка (гребной эргометр, 1000 м), с	до	235,08±4,23 14,65	232,0±2,6 9,9	P>0,05
	после	227,50±3,06 10,62	225,86±2,32 8,67	P>0,05
	P	P<0,01	P<0,005	
Психологический климат (методика Л.Д. Столяренко)	до	9,17±2,14 7,42	18,0±1,55 5,80	P<0,01
	после	26,83±1,07 3,71	17,21±1,47 5,49	P<0,05
	P	P<0,005	P>0,05	
Мотивация к успеху (методика Т. Элерса)	до	18,08±0,96 3,34	19,07±1,18 4,43	P>0,05
	после	18,33±0,50 1,72	12,5±1,2 4,5	P<0,001
	P	P>0,05	P<0,005	
Уровень притязаний (шкала К. Шварцландера)	до	1,50±0,65 2,24	1,77±0,53 1,98	P>0,05
	после	3,05±0,38 1,31	1,37±0,59 2,19	P<0,05
	P	P<0,001	P>0,05	

В качестве частных педагогических результатов рассматривался уровень развития коллектива к концу годового цикла, перспективы групп на следующий тренировочный сезон, спортивные результаты экипажей, скомплектованных из спортсменов данных групп, степень удовлетворения тренировочным процессом (табл. 2).

Таблица 2

Частные педагогические результаты в контрольной и экспериментальной группах после эксперимента

Параметры	Экспериментальная группа (n=12)	Контрольная группа (n=14)
Признаки коллектива	Присутствуют все	Слабо выражены
Устойчивость экипажей, сформированных из числа спортсменов изучаемых групп	Экипажи в полном составе продолжили выступление в следующем сезоне	Экипажи частично или полностью переформированы по составу
Характер отношений в командах	Стабильные	Нестабильные
Уровень подготовленности	Средний	Средний
Спортивные результаты	Превзошли ожидания тренера	Посредственные
Количество вариантов экипажей, сформированных из числа спортсменов групп	5	11
Степень удовлетворенности спортсменов своими результатами	Высокая	Низкая
Степень удовлетворенности спортсменов своим коллективом	Высокая	Средняя
Ожидания спортсменов от занятий гребным спортом	Оптимистичные, разнообразные	Случайные
Устойчивость состава группы начальной подготовки	Переведена в полном составе из группы НП в УТГ-1	Сформирована новая группа НП

Общие и частные результаты в совокупности говорят о степени организации данных учебно-тренировочных групп, их групповом успехе, жизнеспособности и устойчивости коллектива, что, несомненно, говорит о степени заинтересованности «новичков» тренировочным процессом и гребным спортом.

Несмотря на то, что в уровне индивидуальной подготовленности спортсменов групп после эксперимента различий не выявлено ($P > 0,05$), уровень социализации в экспериментальной группе оказался достоверно выше ($P < 0,01$).

Экспериментальная группа в целом к концу сезона представляла собой полноценный устойчивый коллектив с благоприятным климатом и зримыми перспективами, чего нельзя сказать о контрольной группе.

ЗАКЛЮЧЕНИЕ

Введенные педагогические приемы и средства работы с группой начальной подготовки, направленные на создание высокоорганизованных экипажей, принципиально не отразились на уровне индивидуальной подготовленности гребцов, нельзя утверждать и о наличии прямой связи с результативностью, хотя она и имеет место. Но методика позволяет существенно снизить распад и переформирование учебно-тренировочной группы, болезненные замены спортсменов в экипаже, способствует созданию крупных клубных экипажей, сформированные экипажи обладают огромным организационно-тренировочным потенциалом.

Рассмотренные результаты, касающиеся психологического климата, уровня мотивации к успеху в избранном виде спорта и уровня притязаний являются признаками жизнеспособности группы и отдельных ее членов в спорте, что совершенно необходимо на современном этапе развития гребного спорта в России. Деятельность тренера на этапе начальной подготовки в гребном спорте – это психолого-педагогический процесс.

ЛИТЕРАТУРА

1. Валентинова, Н.Г. Соотношение социально-психологических характеристик как фактор управления спортивной командой / Н.Г. Валентинова, Ю.Я. Рыжонкин // Теория и практика физической культуры. – 1986. – № 11. – С. 19-21.
2. Гончаров, В.Д. Параметры социально-психологического климата физкультурных групп и коллективов / В.Д. Гончаров // Теория и практика физической культуры. – 1984. – № 12. – С. 30-32.
3. Дольник, Ю.А. Исследование критериев комплектования командных лодок в гребле на байдарках и каноэ : автореф. дис. ... канд. пед. наук / Дольник Ю.А. ; Гос. Ордена Ленина и ордена Красного Знамени ин-т физ. культуры им. П.Ф. Лесгафта. – Л., 1978. – 16 с.
4. Комплектование сборных экипажей / Б.С. Бречко, Н.В. Моржевилов, Е.Б. Самсонов [и др.] // Академическая гребля : метод. пособие / под общ. ред. Е.С. Ульрих ; Ленингр. науч.-исслед. ин-т физ. культуры. – Л., 1970. – С. 123-128.
5. Луценко, Ю.В. Формирование психологического климата спортивной команды в тренерской деятельности : автореф. дис. ... канд. психол. наук / Луценко Ю.В. – СПб., 1997. – 21 с.
6. Мудрик, А.В. Воспитание в контексте микрофакторов социализации / А.В. Мудрик // Социальная педагогика : учеб. для вузов / под ред. А.В. Сластенина. – М. : Академия, 2000. – С.100-124.
7. Щодро, М.В. Научное обоснование комплектования команд в академической гребле : автореф. дис. ... канд. пед. наук / Щодро М.В. – Л., 1977. – 17 с.
8. Юдина, З. Коллектив как фактор формирования личности юных гребцов / З. Юдина // Гребной спорт : ежегодник. – М. : Физкультура и спорт, 1979. – С. 19-25.

Контактная информация: chistiakov52@mail.ru

**ОЗДОРОВИТЕЛЬНАЯ АЭРОБИКА В СИСТЕМЕ ФИЗИЧЕСКОЙ КУЛЬТУРЫ
СТУДЕНТА ФИЗКУЛЬТУРНОГО ВУЗА**

*Гузель Альбертовна Бартдинова, старший преподаватель,
Башкирский институт физической культуры (ФГОУ ВПО УралГУФК)
г. Уфа*

Аннотация

В данной статье рассмотрено влияние оздоровительной аэробики на состояние физического и психического здоровья студента.

Ключевые слова: оздоровительная аэробика, физическое и психическое здоровье.

**HEALTH IMPROVING AEROBICS IN SYSTEM OF PHYSICAL TRAINING OF
STUDENT OF SPORTS HIGHER EDUCATIONAL INSTITUTION**

*Guzel Albertovna Bartdinova, the senior teacher,
Bashkir Institute of Physical Training
Ufa*

Annotation

The influence of health improving aerobics on condition of physical and mental health of the student is considered in given article.

Keywords: health improving aerobics, physical and mental health.

ВВЕДЕНИЕ

Физкультурное образование, несмотря на диалектическое единство с образованием вообще, является по сути своей качественно специфическим феноменом. В процессе обучения студента в спортивном вузе обеспечивается решение ряда сложных, взаимосвязанных и взаимозависимых друг от друга задач. Ни для кого не секрет, что большая часть студентов физкультурного вуза к третьему-четвертому, а иногда уже и ко второму году обучения заканчивает активные занятия спортом. В этой связи образование в вузе физической культуры должно подразумевать не только профессиональную подготовку будущего специалиста, но и обеспечение такого вида профессиональной подготовленности, который будет ориентирован на создание и функционирование качественного психолого-педагогического сопровождения спортсмена.

Одним из важных ресурсов в данном направлении является, по нашему мнению, оздоровительная аэробика. Аэробика из-за ее выраженного воздействия на организм человека, доступности, вариативности элементов представляет собой один из эффективных способов формирования здорового образа жизни студента. Помимо этого, она является одной из самых распространенных форм физического воспитания в мире, отличаясь разнообразием направлений, призванных удовлетворить запросы самых разных возрастных групп и слоев населения. Современная оздоровительная аэробика – динамичная структура, которая постоянно обновляет арсенал используемых средств (Л.В. Сиднева, 2000).

РЕЗУЛЬТАТЫ ИССЛЕДОВАНИЯ И ИХ ОБСУЖДЕНИЕ

Опытно-экспериментальная работа была проведена в течение трех лет на базах Башкирского института физической культуры и Южно-Уральского государственного университета на факультете физической культуры и спорта, в которой приняли участие экспериментальная и контрольная группы в количестве 90 человек (по 45 студентов в каждой). Обе группы характеризуются типичным соотношением наполняемости, половым (женщины) и социальным составом, а также уровнем успеваемости.

Занятия по физическому воспитанию контрольной группы проводились в соответствии с государственной программой дисциплины «Физическая культура» 2 раза в неделю по 4 часа. На занятиях экспериментальной группы применялась оздоровительная аэробика с использованием методических приемов круговой тренировки 4 раза в

неделю по 1 часу.

Методами комплексного внедрения в учебный процесс оздоровительной аэробики являются:

- на когнитивном этапе – лекционные занятия, самостоятельное изучение литературы, анализ и обобщение теоретических и методологических основ оздоровительной аэробики, итоговый контроль знаний;
- на деятельностном этапе – круговая, непрерывная, силовая тренировка, относящаяся к специальным методам физической культуры и спорта;
- на практико-ориентированном этапе – самосовершенствование и саморазвитие; субъект-субъектное взаимодействие участников практики; проектирование и планирование физкультурно-оздоровительной направленности занятий; педагогический анализ занятий; рефлексия, самооценка.

Эффективность разработанной системы использования оздоровительной аэробики была оценена на основе полученных данных по методике М. Рокича «Ценностные ориентации личности». Система ценностных ориентаций определяет содержательную сторону направленности личности и составляет основу ее отношений к окружающему миру, к другим людям, к себе самой, основу мировоззрения и ядро мотивации жизненной активности, основу жизненной концепции и «философии жизни».

Респондентам были предъявлены два списка ценностей (по 18 в каждом). В списках испытуемый присваивает каждой ценности ранговый номер. Анализируя иерархию ценностей студентов экспериментальной и контрольной групп на начало эксперимента, была обнаружена следующая их группировка. В экспериментальной группе были выделены:

- ценности личной жизни (1-6 ранговые позиции);
- профессиональные ценности (7 ранг);
- ценности самоутверждения (8-11 ранговые позиции);
- ценности самореализации (12-13 ранг);
- ценности саморазвития (14-15 ранг);
- ценности самовыражения (16-18 ранговые позиции).

В контрольной группе нами также была произведена группировка ценностей. В результате получено:

- ценности личной жизни (1-8 ранговые позиции);
- ценности самоутверждения (9-14 ранговые позиции);
- ценности самореализации (15-16 ранг);
- эстетические ценности (17-18 ранговые позиции).

После окончания опытно-экспериментальной работы участникам обеих групп было предложено повторно проранжировать ценности. Необходимо отметить, что по окончании работы в контрольной группе не произошло изменений в списке ценностей. В экспериментальной же группе можно выделить следующие группы ценностей (в соответствии с их ранговой позицией): ценности саморазвития (1-5 ранговые позиции); ценности самовыражения (6-9 ранговые позиции); ценности личной жизни (10-18 ранговые позиции) (табл. 1).

По нашему мнению, подобная динамика является подтверждением эффективности разработанной методики использования оздоровительной аэробики в системе физического воспитания студента вуза физической культуры.

ЗАКЛЮЧЕНИЕ

Таким образом, в ходе проведения опытно-экспериментальной работы на первую ранговую позицию у будущих тренеров по виду спорта в процессе внедрения оздоровительной аэробики в учебный процесс на первое место вышли ценности саморазвития, затем – самовыражения. На третьей позиции – ценности личной жизни. Данный факт является подтверждением того, что оздоровительная аэробика может слу-

жить действенным средством формирования физического и психического здоровья студентов.

Таблица 1

Список терминальных ценностей студентов экспериментальной группы

Ранг	Начало эксперимента	Окончание эксперимента
1	Материально обеспеченная жизнь	Развитие
2	Свобода	Познание
3	Развлечения	Уверенность в себе
4	Общественное признание	Здоровье
5	Наличие хороших и верных друзей	Активная деятельная жизнь
6	Уверенность в себе	Свобода
7	Интересная работа	Творчество
8	Жизненная мудрость	Общественное признание
9	Активная деятельная жизнь	Интересная работа
10	Здоровье	Жизненная мудрость
11	Любовь	Любовь
12	Творчество	Материально-обеспеченная жизнь
13	Счастье других	Продуктивная жизнь
14	Развитие	Наличие хороших и верных друзей
15	Познание	Счастье других
16	Счастливая семейная жизнь	Счастливая семейная жизнь
17	Творчество	Развлечения
18	Красота природы и искусства	Красота природы и искусства

ЛИТЕРАТУРА

1. Загвязинский, В.И. Методология и методы психолого-педагогического исследования : учеб. пособие для студ. высш. пед. учеб. заведений / В.И. Загвязинский, Р.Т. Атаханов. – М. : Изд. центр «Академия», 2001. – 208 с.

2. Сиднева, Л.В. Оздоровительная аэробика и методы ее преподавания / Л.В. Сиднева, С.А. Голиянц, Т.С. Лисицкая. – Троицк : Тровант лтд, 2000. – 74 с.

Контактная информация: BartGuz@yandex.ru

**ОЦЕНКА СФОРМИРОВАННОСТИ НАВЫКОВ ПРОФИЛАКТИКИ
ЗАБОЛЕВАЕМОСТИ СРЕДСТВАМИ ФИЗИЧЕСКОЙ КУЛЬТУРЫ И СПОРТА
У СТУДЕНТОВ МЕДИЦИНСКОГО ВУЗА**

*Эльдар Мухамадиярович Батырев, доцент, заведующий кафедрой,
Александр Викторович Доронцев, кандидат педагогических наук, доцент,
Астраханская государственная медицинская академия*

Аннотация

В работе предлагаются критерии сформированности навыков профилактики заболеваемости средствами физической культуры и спорта.

Ключевые слова: оценка, навыки профилактики заболеваемости, средства физической культуры и спорта, студенты.

**ESTIMATION OF DISEASE PREVENTIVE TREATMENT SKILLS BY MEANS OF
PHYSICAL CULTURE AND SPORTS AMONG STUDENTS OF MEDICAL
UNIVERSITY**

*Eldar Muhamadijarovich Batyrev, the senior lecturer, sub department head,
Alexander Viktorovich Dorontsev, the candidate of pedagogical sciences,
senior lecturer,
Astrakhan State Medical Academy*

Annotation

The criteria of formation of disease preventive treatment skills are offered in study by means of

physical culture and sports.

Keywords: estimation, disease preventive treatment skills, means of physical training and sports, students.

ВВЕДЕНИЕ

Социально-экономические преобразования, проводимые в России за последнее десятилетие, несмотря на прогрессивный характер, породили, тем не менее, множество проблем, оказавших негативное воздействие на здоровье нации [2, 3, 4]. Одним из перспективных направлений оздоровления людей является эффективная профилактическая работа средствами физической культуры и спорта [1, 5]. К сожалению, врачи работают только с больным контингентом, используя медикаментозные средства реабилитации.

В настоящее время в процессе подготовки студентов-медиков явно недооценивается значимость грамотности в области оздоровительной физической культуры, особенно в вопросах применения данных средств для укрепления здоровья и повышения уровня физической работоспособности, профилактики заболеваемости и физической реабилитации.

РЕЗУЛЬТАТЫ И ИХ ОБСУЖДЕНИЕ

Результаты анкетирования 876 студентов выпускного курса Астраханской государственной медицинской академии в период 2005-2009 гг. показали, что большинство респондентов отметили недостаточность обязательных занятий физическими упражнениями для поддержания и укрепления своего здоровья (77,8%), повышения умственной (74,6%) и физической работоспособности (71,4%), будущей профессиональной деятельности (70,3%). К сожалению, такое понимание студентами роли физической культуры и спорта больше следует считать декларативным, так как лишь 13,9% выпускников после завершения обязательного курса по физической культуре продолжали заниматься в спортивных секциях и группах общей физической подготовки.

Самостоятельным занятиям физическими упражнениями студенты медицинского вуза ежедневно отводят в среднем 10,5 минут, вместе с тем, пассивный отдых у них занимает от 1 до 3 часов в день. Большая часть (62,0%) опрошенных не знакома с рекомендациями по оптимизации двигательного режима. Знание основ личной гигиены в процессе занятий физическими упражнениями отметили 88,6% респондентов. По данным опроса, 19,1% студентов не знакомы с технологией и основными принципами закаливания. Результаты анкетирования показывают, что 60,2% студентов не могут разработать методику самостоятельных занятий физическими упражнениями для себя, а еще большая часть (89,2%) респондентов указывает на отсутствие знаний в области проектирования технологии оздоровительной физической культуры для пациентов в зависимости от их заболеваний. 58,3% опрошенных студентов хотели бы воспользоваться консультациями спортивных педагогов по подбору эффективных средств физической культуры с целью профилактики заболеваемости, а 30,2% респондентов – по структурированию физических нагрузок для оптимизации физического состояния пациентов.

Основными причинами (в порядке значимости) негативного отношения студентов основной медицинской группы к предмету «Физическая культура» следует считать: отсутствие условий для занятий по интересам (40,4%); направленность занятий в основном на повышение физической подготовленности (36,7%); личная недисциплинированность (15,1%); не видят взаимосвязи с будущей профессиональной деятельностью (7,8%). К сожалению, студенты этой медицинской группы понимают роль занятий физической культурой и спортом в основном с позиции личностных потребностей и совсем не отмечают их важность для будущей профессиональной деятельности.

Анализ ответов студентов специальной медицинской группы показал, что большая часть (69,7%) данного контингента считала школьный предмет «Физическая

культура» «второстепенным», а 20,7% анкетированных были вообще освобождены от уроков физической культуры. Около половины (48,8%) студентов этой группы и в вузе продолжали быть «равнодушными» к этому предмету. Среди причин, вызывающих негативное отношение к занятиям физической культурой, в порядке значимости были названы: не сформированная потребность к занятиям физической культурой (37,7%); неудовлетворительное состояние здоровья (26,2%); неадекватные физические нагрузки на занятиях (15,1%); отсутствие индивидуального подхода (10,6%); обязательность посещения (10,4%).

Среди факторов, стимулирующих формирование потребности к занятиям физической культурой, студенты специальной медицинской группы выделяли:

- использование в учебном процессе современных двигательных оздоровительных систем (шейпинг, стрейтчинг, калланетика, йога, дыхательная гимнастика, массаж);
- включение в содержание занятий методик оздоровительной физической культуры с учетом диагноза; использование различных тренажеров и тренажерных устройств;
- применение в учебном процессе средств экспресс-диагностики функционального состояния и переносимости физических нагрузок; использования оздоровительных средств восточной медицины.

Таким образом, низкий уровень состояния здоровья студентов специальной медицинской группы главным образом и направляет данный контингент на формирование знаний о здоровом образе жизни. Хотя это желание обусловлено преимущественно личным, а не профессиональным интересом занимающихся.

Для повышения уровня профессиональной направленности учебного процесса по физической культуре студентов медицинского вуза нами определены критерии, характеризующие различные уровни сформированности навыков профилактики заболеваемости средствами физической культуры и спорта у различного контингента (табл. 1).

Комплексная оценка определялась по семи показателям: двигательная активность, возможность применения средств физической культуры и спорта для профилактики заболеваемости пациентов, назначение оптимального двигательного режима с учетом заболеваний, возможность применения средств физической культуры и спорта в зависимости от состояния здоровья занимающихся, агитационно-пропагандистская физкультурно-оздоровительная работа, отношение к детско-юношескому спорту, составление комплексов физических упражнений для оздоровления людей.

Сумма баллов, равная 7-10, характеризует низкий уровень сформированности навыков профилактики заболеваемости средствами физической культуры и спорта, 11-17 баллов – ниже среднего уровня, 18-25 баллов – средний, 26-31 баллов – выше среднего и 32-35 баллов – высокий уровни. У студентов выпускного курса Астраханской государственной медицинской академии выявлено следующее соотношение уровней сформированности навыков профилактики заболеваемости средствами физической культуры и спорта: низкий уровень – 21,5%, ниже среднего – 20,7%, средний – 30,6%, выше среднего – 18,3%, высокий – 8,9%. В данном структурировании контингента студентов нами не выявлено половых особенностей.

Данный подход позволяет изменить направленность учебного процесса по физической культуре для студентов медицинского вуза, выделяя профилактический компонент средствами физической культуры.

Таблица 1

Оценка сформированности навыков профилактики заболеваемости средствами физической культуры и спорта у студентов медицинского вуза

Оценки, баллы				
«5»	«4»	«3»	«2»	«1»
Двигательная активность				
Активно занимаюсь физической культурой и спортом (не менее 4 раз в неделю)	Стараюсь поддерживать спортивную форму (2-3 раза в неделю)	Занимаюсь регулярно один раз в неделю	Занимаюсь не регулярно, но принимаю участие в отдельных соревнованиях	Занимаюсь от случая к случаю
Возможность применения средств физической культуры и спорта с учетом заболеваний пациентов				
Могу использовать с учетом большинства заболеваний	Могу использовать с учетом основных заболеваний	Могу использовать с учетом отдельных заболеваний	Могу использовать с учетом 1-2 заболеваний	Не могу использовать, но считаю нужным
Назначение оптимального двигательного режима с учетом заболеваний				
С учетом большинства заболеваний	С учетом основных заболеваний	С учетом отдельных заболеваний	С учетом 1-2 заболеваний	Не могу, но считаю необходимым
Возможность применения средств физической культуры и спорта в зависимости от физического состояния человека				
Для занимающихся основной, подготовительной и специальной учебных групп	Для основной и подготовительной групп	Для основной группы	В основной части урока для студентов основной группы	Только в вводной или заключительной частях урока (основная группа)
Агитационно-пропагандистская работа				
Активно занимаюсь работой по привлечению людей к занятиям физической культурой	Регулярно агитирую	Агитирую по мере необходимости	Агитирую редко	Не агитирую, но считаю необходимым
Отношение к детско-юношескому спорту				
Могу дать рекомендации по выбору вида спорта	Могу рекомендовать по выбору популярных видов спорта	Могу рекомендовать по нескольким видам спорта	Могу рекомендовать по одному - двум видам спорта	Не могу, но считаю важным
Составление комплексов упражнений для оздоровления людей				
Могу составить комплексы упражнений для различных категорий людей, определить дозировку, интервалы отдыха	Могу составить комплексы упражнений, но затрудняюсь в определении отдельных характеристик	Могу составить комплексы упражнений для здоровых людей	Могу составить несколько комплексов упражнений	Могу подобрать только отдельные упражнения

ВЫВОД

Необходимо изменить технологию преподавания предмета «Физическая культура» в высших медицинских учебных заведениях: активно внедрять в учебный процесс современные физкультурно-оздоровительные технологии, раскрывать механизм оптимизации двигательной активности студентов, формировать потребностные знания для использования средств оздоровительной физической культуры в профилактике различных заболеваний, акцентировать мотивационно-потребностную деятельность студентов для занятий физической культурой, оценивать у занимающихся различных курсов обучения сформированность навыков профилактики заболеваемости средствами физической культуры и спорта.

ЛИТЕРАТУРА

1. Апанасенко, Г.Л. Медицинская валеология / Г.Л. Апанасенко, Л.А.Попова. – Ростов-на-Дону : Феникс, 2000. – 248 с.
2. Бауэр, В.Г. Социальная значимость физической культуры и спорта в современных условиях развития России // Теория и практика физической культуры. – 2001. – № 1. – С. 50-56.
3. Виноградов, П.А. Физическая культура – основа здорового образа жизни // Тез. Всероссийской докл. науч.-практ. конф. – М. : Физкультура и спорт, 1995. – С. 10-29.
4. Грузенкин, В.И. Здоровый образ жизни – норма поведения гражданина в обществе // Национальная идея – здоровье народа (здоровье, здоровый образ жизни, физическая культура и спорт) : тез. докл. науч.-практ. конф. – Орел, М., 1998. – С. 218.
5. Селуянов, В.Н. Технология оздоровительной физической культуры / В.Н. Селуянов. – М. : СпортАкадемПресс, 2001. – 172 с.

Контактная информация: agmaedu@gmail.com

**КОРРЕКЦИЯ НАРУШЕНИЙ ДВИГАТЕЛЬНОЙ ФУНКЦИИ У ДЕТЕЙ С
ОСТАТОЧНЫМИ ПРОЯВЛЕНИЯМИ ДЕТСКОГО ЦЕРЕБРАЛЬНОГО
ПАРАЛИЧА СРЕДСТВАМИ АДАПТИВНОЙ ФИЗИЧЕСКОЙ КУЛЬТУРЫ –
СОСТОЯНИЕ И ПЕРСПЕКТИВЫ**

Илья Исаакович Бахрах, доктор медицинских наук, профессор,

Георгий Николаевич Грец, доктор педагогических наук, доцент,

Мария Григорьевна Журавлева, аспирант,

Смоленская государственная академия физической культуры, спорта и туризма

Аннотация

В статье, посвященной коррекции двигательных нарушений у детей школьного возраста с остаточными явлениями детского церебрального паралича, рассматриваются общепринятые технологии физической реабилитации при данном заболевании. На основании основополагающих принципов адаптивной физической культуры и результатов собственных исследований предлагается инновационная педагогическая технология улучшения качества жизни у детей школьного возраста с остаточными явлениями детского церебрального паралича.

Ключевые слова: детский церебральный паралич, остаточные явления, коррекция нарушений двигательной функции, средства адаптивной физической культуры.

**CORRECTION OF DISORDERED MOTOR FUNCTION AMONG CHILDREN
WITH RESIDUAL SYMPTOMS OF CEREBRAL PALSY BY MEANS OF
ADAPTIVE PHYSICAL CULTURE – CONDITION AND PERSPECTIVES**

Ilyja Isaakovich Bachrah, the doctor of medical sciences, professor,

Georgy Nikolaevich Gretz, the doctor of pedagogical sciences, senior lecturer,

Maria Grigorjevna Zhuravleva, the post-graduate student,

Smolensk State Academy of Physical Culture, Sports and Tourism

Annotation

The article devoted to correction of disordered motor function among children with residual symptoms of cerebral palsy describes the common technologies of physical rehabilitation for this disease. On the basis of the main principals of adaptive physical culture and our own results we offer the innovative pedagogical technology for improving the quality of life for school-age children with the residual symptoms of cerebral palsy.

Keywords: children with cerebral palsy, residual symptoms, correction of disordered motor function, means of adaptive physical culture.

Клинические проявления детского церебрального паралича (ДЦП) характеризуются разнообразными нарушениями двигательной функции в виде спастических

параличей, насильственных движений, расстройствами координации, а также патологическими изменениями интеллектуально-психической сферы - задержкой психического развития; дефектами речи, зрения и слуха. ДЦП занимает первое место среди причин, приводящих к инвалидности вследствие неврологических заболеваний в детском возрасте [Семенова К.А., 1999]. По данным официальной статистики, в последние годы число детей с ДЦП в Российской Федерации возрастает. Данное заболевание наносит значительный моральный и экономический ущерб обществу, так как приводит к снижению адаптационного потенциала, ограничению возможности обучения и приобретения профессии, нарушению социальных связей, потере экономической и бытовой независимости индивидуума. Очевидно, проблема социализации детей школьного возраста с последствиями ДЦП за счет коррекции, а в ряде случаев восстановления двигательной функции с помощью средств адаптивной физической культуры приобретает общегосударственное значение [Евсеев С.П., 2003].

Для коррекции нарушений двигательной функции у детей школьного возраста с последствиями ДЦП в Российской Федерации, странах ближнего и дальнего зарубежья в процессе физической реабилитации широко применяют методы так называемого «моторного переобучения», разработанные К. Bobath, W. Bobath, Н. Kabat, V. Vojta, В.А. Семеновой, и их многочисленные модификации.

Метод Bobath [8, 9] заключается в том, что посредством определенных положений туловища и конечностей стремятся подавить патологические двигательные реакции. Затем в условиях, облегчающих выполнение определенного двигательного действия, производится стимуляция определенных рефлексогенных зон для формирования позы прямохождения и сохранения равновесия. Метод проприоцептивного нервно-мышечного облегчения [Kabat Н., 1958] отличается тем, что для коррекции нарушений двигательной функции используют патологические рефлекс спинного автоматизма (тройное сгибание голеностопного, коленного и тазобедренного суставов), которые могут укрепить и усилить активные движения нижних конечностей, а тонические шейные рефлекс – движения рук. Посредством соответствующего раздражения определенных проприорецепторов вызывают патологический рефлекс, с помощью которого добиваются усиления слабого активного движения. Постепенно усиливают активный компонент раздражения, вызывающего патологический рефлекс. Затем его ослабляют, стараясь полностью его устранить и сохранить только активное движение.

Метод рефлексолокомоции по V. Vojta [12] основан на применении специфической стимуляции проприорецепторов в области спастичных мышц, проводимой в определенных положениях тела ребенка. В результате происходит скоординированная активация скелетной мускулатуры, которая воздействует на центральную нервную систему на всех регуляторных уровнях. Это способствует формированию новых рефлекторных связей и вызывает глобальную динамическую мышечную активность, присутствующую во всех формах человеческой локомоции. Лечебными целями рефлексолокомоции являются облегчение ауторегуляции, контроля положений тела, активное формирование и поддержка опорных функций конечностей, а также стимуляция скоординированной мышечной активности. Хотя патологические движения и позы у детей школьного возраста при ДЦП уже в той или иной степени зафиксировались, тем не менее, при применении метода рефлексолокомоции возникает мышечная активность, которую пациент не способен осуществить сам на сознательном уровне. В результате функционально-двигательные процессы улучшаются. Однако вследствие фиксированного характера замещающих движений и сниженной пластичности центральной нервной системы возможно лишь частично скорректировать нарушенную двигательную функцию. К.А. Семеновой (1999) разработан метод динамической проприоцептивной коррекции (ДПК) с применением рефлекторно-нагрузочного устройства «Гравистат». Метод ДПК заключается в воздействии на мозговые структуры функциональной системы антигравитации (ФСА) потока скорректированной проприоцептивной импульсации, возникающей при выполнении пациентом произвольных движений в устройстве

«Гравистат». Устройство «Гравистат» обеспечивает дозированную осевую нагрузку, имитирующую действие увеличенной силы земного притяжения и коррекцию положения отдельных сегментов опорно-двигательного аппарата. Кроме того, применением конструктивного элемента – реклинатора – достигается снижение тонуса больших грудных мышц, вследствие чего, путем устранения патологического рефлекторного влияния на мышцы плечевого и тазового пояса, также снижается тонус мышц, вовлеченных в патологические мышечные синергии. Воздействие устройства «Гравистат» на проприорецепторы афферентного информационного звена приводит к структурно-функциональным преобразованиям, прежде всего, ФСА, а также других анализаторных систем, что является основой для развития моторики, эмоционально-волевой сферы, в определенной степени - интеллекта и речи пациента.

Данные специальной литературы [В.И. Дубровский, 1998; К.А. Семенова, 1999; В.А. Елифанов, 2003] и результаты собственных исследований [Г.Н. Грец, 2008; М.Г. Журавлева, 2009] свидетельствуют, что применяемые в настоящее время в лечебно-профилактических учреждениях технологии коррекции нарушений двигательной функции при ДЦП недостаточно эффективны, особенно у детей школьного возраста. Проведенные нами исследования [Г.Н. Грец, М.Г. Журавлева] выявили, что низкие функциональные возможности детей школьного возраста с остаточными проявлениями ДЦП не позволяют им выполнить в полном объеме программу физических тренировок, предусмотренную используемыми в настоящее время в лечебно-профилактических учреждениях педагогическими технологиями коррекции двигательных нарушений и необходимую для положительного лечебно-восстановительного результата. Данное обстоятельство предопределяет разработку педагогических технологий коррекции нарушений двигательной функции у детей школьного возраста с остаточными проявлениями ДЦП.

На основании основополагающих принципов адаптивной физической культуры и результатов собственных исследований нами разработана инновационная педагогическая технология коррекции нарушений двигательной функции у детей школьного возраста с остаточными проявлениями ДЦП, которая включает в себя:

- лично-ориентированный подход к содержанию программы коррекции нарушений двигательной функции с помощью физических упражнений на основе учета особенностей проявлений заболевания, оценки результатов биомеханического анализа шагательной локомоции и функциональных возможностей пациентов;
- использование специальных физических упражнений локального воздействия для снижения тонуса пораженных патологическим процессом групп мышц, увеличения подвижности в тазобедренном, коленном и голеностопном суставах, а также общеразвивающих физических упражнений и увеличение объема суточной двигательной активности с целью повышения адаптационного потенциала;
- применение различных способов компенсации нарушенных или утраченных двигательных возможностей (специализированные тренажеры, водная среда и др.) с использованием срочной коррекции движений на основе обратной биологической связи;
- проведение предварительной электростимуляции, вибростимуляции мышц для подготовки опорно-двигательного аппарата к выполнению корригирующих и общеразвивающих упражнений, восстановительного массажа после занятий;
- оценку динамики показателей двигательной функции и адаптационного потенциала как критериев эффективности программы физической реабилитации;
- учет мотивации пациентов при выборе нетрадиционных средств адаптивной физической культуры (дыхательные упражнения с элементами психорегуляции, элементы степ-аэробики, иппотерапия, музыкальное сопровождение и др.);
- программу индивидуализированных самостоятельных занятий физическими упражнениями.

Улучшение качества жизни детей школьного возраста с остаточными проявлениями ДЦП может быть реализовано не только с помощью инновационных педагоги-

ческих технологий коррекции нарушений двигательной функции, но и на основе федеральной, региональных и муниципальных программ оказания лечебно-профилактической помощи, обеспечивающих их социализацию в обществе.

ЛИТЕРАТУРА

1. Грец, Г.Н. Физическая реабилитация при нарушении двигательной функции : монография / Г.Н. Грец ; Смоленская гос. акад. физ. культуры, спорта и туризма. – Смоленск : [б.и.], 2007 – 130 с.
2. Грец, Г.Н. Физическая реабилитация лиц с отклонениями в состоянии здоровья и инвалидов на основе применения средств физической культуры и специализированных тренажеров : автореф. дис. ... д-ра пед. наук / Грец Георгий Николаевич ; Смоленская гос. акад. физ. культуры, спорта и туризма. – СПб., 2008 – 45 с.
3. Дубровский, В.И. Лечебная физическая культура (кинезотерапия) : учебник для студентов вузов / В.И. Дубровский. – М. : Гуманитар. изд. центр ВЛАДОС, 1998. – 608 с.
4. Епифанов, В.А. Медицинская реабилитация / В.А. Епифанов. – М. : Медицина, 2005. – 330 с.
5. Журавлева, М.Г. Значение учета возрастно-половых и индивидуальных психосоматических особенностей в педагогических технологиях коррекции двигательных нарушений у лиц с детским церебральным параличом // Сборник научных статей и тезисов 59-ой научно-практической конференции профессорско-преподавательского состава СГАФКСТ по итогам НИР за 2008 год / под общ. ред. канд. пед. наук, доцента Д.Ф. Палецкого. – Смоленск, 2009. – 174 с.
6. Семенова, К.А. Восстановительное лечение больных с резидуальной стадией детского церебрального паралича / К.А. Семенова. – М. : Антидор, 1999. – 384 с. : ил.
7. Теория и организация адаптивной физической культуры : примерная программа дисц. для спец. 022500 Физ. культура для лиц с отклонениями в состоянии здоровья (Адаптивная физическая культура) / авт.-сост. С. П. Евсеев, Л. В. Шапкина ; М-во образования РФ. – М. : Ред.-изд. отдел Рос. гос. ун-та физ. культуры, спорта и туризма, 2003. – 46 с.
8. Bobath, W. Treatment principles and planning in cerebral palsy // *Physiotherapy*. – 1963. – № 4. – P. 1-4.
9. Bobath, K., Bobath B. The diagnosis of cerebral palsy in infancy : dis. / *Child*. – 1956.
10. Kabat, H. Proprioceptive facilitation in therapeutic exercise // S Licht s «Therapeutic Exercise», New Haven, Conn. E. Licht. 1958. – 301 p.
11. Kabat, H. Proprioceptive Facilitation Techniques for Treatment of Paralysis / H. Kabat, M. Knott // *Phys. Nher. Rev.* – 1953.– P. 53.
12. Vojta, V. Das Vojta-Prinzip : Muskelspiele in Reflexfortbewegung und motorischer Ontogenese / V. Vojta. – Berlin : Springer, Auflage : 3. vollstandig überarbeitete Auflage, 2007. – 169 p.

Контактная информация: irisha1237@rambler.ru

ГИРЕВОЙ СПОРТ КАК СРЕДСТВО ФИЗИЧЕСКОЙ ПОДГОТОВКИ ВОЕННЫХ ИНЖЕНЕРОВ

*Алексей Александрович Борисов, адъюнкт,
Денис Петрович Отев, кандидат педагогических наук, доцент,
Военный инженерно-технический университет,
г. Санкт-Петербург*

Аннотация

В данной статье приведены результаты влияния занятий гиревым спортом на физиче-

скую подготовку военных инженеров.

Ключевые слова: гиревой спорт, физические качества, функциональные возможности.

KETTLEBELL LIFTING AS A FORM OF PHYSICAL TRAINING OF MILITARY ENGINEERS

Alexey Aleksandrovich Borisov, the adjunct,

Denis Petrovich Otev, the candidate of pedagogical sciences, senior lecturer,

*Military Engineering Technical University,
St-Petersburg*

Annotation

The results of influence of kettlebell lifting on physical readiness of military engineers are summarized in given article.

Keywords: kettlebell lifting, physical qualities, functional abilities.

ВВЕДЕНИЕ

Профессиональная подготовка военнослужащих обеспечивается многими факторами, особое место среди которых занимает физическая подготовка, являющаяся одним из основных элементов боевой готовности, важной и неотъемлемой частью системы профессионального совершенствования личного состава инженерных войск.

Одним из путей решения задач физической подготовки являются занятия гиревым спортом в воинских частях и в военных учебных заведениях.

Гиревой спорт развивает два основных качества – силу и выносливость, необходимые воинам при выполнении боевых действий, оказывает положительное влияние на общую физическую подготовку и функциональное состояние, косвенное положительное влияние на учебную успеваемость военнослужащих.

ОРГАНИЗАЦИЯ ИССЛЕДОВАНИЙ

Основной базой нашего исследования был военный инженерно-технический университет (ВИТУ) г. Санкт-Петербург.

Занятия гиревым спортом среди курсантов достаточно популярны. Упражнения с гириями на уровне массовых разрядов весьма способствуют росту общей физической подготовленности, безусловному развитию силовой и общей выносливости. Тренировка с гириями не требует отрыва курсантов от образовательного процесса и удачно вписывается в режим распорядка дня 3-4 занятия в неделю в часы спортивной работы и самостоятельной подготовки, а также в выходные дни. Умеренный отрыв курсантов от самостоятельной подготовки не влияет на их успеваемость. К тому же сами курсанты видят в таких спортивных тренировках хорошее эмоциональное переключение от напряженных умственных нагрузок теоретических занятий.

Среди членов сборной команды ВИТУ по гиревому спорту и среди курсантов, включившихся в тренировки в 2007 - 2008 году (45 человек), был проведен педагогический эксперимент.

РЕЗУЛЬТАТЫ ЭКСПЕРИМЕНТА

Была оценена физическая готовность к выполнению учебных и служебных задач: 76% оцененных получили оценки «отлично» и 24% - «хорошо». Влияние занятий гиревым спортом на уровень общефизической подготовленности и занятия другими видами спорта оценено как положительное, при этом из состава сборной команды (всего 12 человека) 10 человек имели по физической подготовке отличные оценки, двое - «хорошо». Отстающих по теоретическим дисциплинам не было. Укажем также, что среди всех курсантов ВИТУ, принимавших относительно регулярное участие в тренировках по гиревому спорту в 2008 году (61 человек) отличные оценки по физической подготовленности имели 48 человек (76%), хорошие - 7 (15%) и удовлетвори-

тельные - 6 (9%).

Чтобы подробно изучить влияние занятий гиревым спортом на развитие ряда физических качеств в экспериментах 2007 – 2008 гг. были сопоставлены показатели гиревиков разной квалификации в подтягивании на перекладине, беге на 100 м, 3000 м и в гимнастике. Взяты данные на 42 гиревиков уровня КМС и 56 гиревиков первого разряда по военно-спортивной классификации. Их результаты сравнивались со средними результатами в ВИТУ (более 500 человек без учета первого курса). Результаты представлены в таблице 1.

Таблица 1

Результаты сдачи нормативов по физической подготовке

Нормативы ФП	Курсанты				Курсанты - гиревики			
	% отл.	% хор.	% уд.	% неуд.	% отл.	% хор.	% уд.	% неуд.
В беге на 100 м	30	45	12	13	68,5	21	10,5	-
В беге на 3000 м	50	32	11	7	80	13	7	-
Подтягивания	50	34	10	6	89,5	6,5	4	-
Гимнастика	33	40	12	15	64	25	11	-

Таким образом, спортсмены-гиревики по общей физической подготовленности выделялись в лучшую сторону. Высокие показатели в качествах быстроты и выносливости сами по себе свидетельствуют о разностороннем физическом развитии гиревиков. Отметим при этом, что, если курсанты, занимавшиеся упражнениями со штангой, также не имели неудовлетворительных оценок в беге на 100 м или подтягивании, то по кроссу несколько человек иногда получали неудовлетворительные оценки, среди легкоатлетов неудовлетворительные оценки были получены в подтягивании. Более того, среди гиревиков уровня КМС и перворазрядников все выполнили разрядные нормы в беге на 3 км и это объяснимо, поскольку в тренировке по гиревому спорту, в частности, мастеров и кандидатов в мастера спорта регулярно применяются кроссы до 10 км и более. В тренировочной практике для развития выносливости используются средства легкой атлетики в обязательном порядке.

Кроме того, занятия гиревым спортом способствуют осуществлению общефизической подготовки для участия в соревнованиях по другим видам спорта. Из 12 человек сборной команды ВИТУ по гиревому спорту 1 человек выполнил норматив мастера спорта в других специализациях, 3 человека – норматив кандидата в мастера спорта, 5 человек - 1 разряд, 2 человека - 2 разряд.

Функциональное состояние организма военнослужащих характеризуется степенью функциональной полноценности всех внутренних органов и систем, их устойчивостью к воздействию неблагоприятных факторов военно-профессиональной деятельности, а также наличием или отсутствием каких-либо заболеваний.

В связи с изменением выносливости, у гиревиков отмечаются и благоприятные показатели функционального состояния.

Нами произведена статистическая обработка данных при помощи критерия Вилкоксона. В эксперименте участвовала группа курсантов первого года обучения – кандидатов в сборную по гиревому спорту ВИТУ в количестве 10 человек. Была определена частота сердечных сокращений (ЧСС) до начала занятий гиревым спортом и через три месяца регулярных занятий гиревым спортом, по той же методике были собраны результаты ЧСС (табл. 2). Далее, была произведена статистическая обработка данных непараметрическим критерием оценки различий двух групп наблюдений.

Был произведен расчет с помощью критерия Вилкоксона. Сумма разностей с положительным знаком (значения, где ЧСС увеличилось) складываются = 6, что не превышает табличного значения (=9), при уровне значимости $P = 0,05$. Таким образом, снижение ЧСС после месяца регулярных занятий гиревым спортом в данной выборке можно считать достоверным. Значит можно утверждать, что расхождение вызвано не случайными причинами, а реальным различием.

Результаты изменение ЧСС			
ЧСС до занятий	ЧСС через месяц	Разность	Ранг
65	63	-2	2,5
74	66	-8	9
68	72	+4	5
66	68	+2	2,5
76	71	-5	6
80	77	-3	4
73	68	-5	6
72	65	-7	8
69	68	-1	1
78	69	-9	10

Чтобы изучить косвенное влияние занятий гиревым спортом на учебную успеваемость в экспериментах 2007 – 2008 гг., мы сопоставили показатели 12 гиревиков – членов сборной команды ВИТУ и 82 человека – личный состав 24 курса 4-го года обучения в учебной успеваемости. Их результаты сравнивались со средними годовыми учебными показателями 24 курса 4-го года обучения.

За аттестационный период гиревики получили оценки: «отлично» – 78%, «хорошо» – 20%, «удовлетворительно» – 2%.

Средние оценки по всему курсу составили: «отлично» – 54%, «хорошо» – 32%, «удовлетворительно» – 13%, «неудовлетворительно» – 1%.

ВЫВОДЫ

Экспериментальные исследования подтвердили эффективность использования гиревого спорта в физической и профессиональной подготовке военнослужащих инженерных войск.

ЛИТЕРАТУРА

1. Виноградов, Г.П. Сравнительная характеристика упражнений с отягощениями для тренировки рекреационной направленности / Г.П. Виноградов //Материалы регион. н.п. к. - Ростов-на-Дону: [б. и.], 1995. - Т. 6, Ч. 1.- С. 27-33.
2. Воротынцев, А.И. Гири. Спорт сильных и здоровых. / А.И. Воротынцев. - М.: Советский спорт, 2002. - 272 с.
3. Никулин, Л.В. Силовая подготовка курсантов высших военно-учебных заведений инженерного профиля. / Л.В. Никулин. - СПб.: ВИТУ, 2008. – 86 с.

Контактная информация: alexey_is@bk.ru

МЕДИКО-БИОЛОГИЧЕСКОЕ СОПРОВОЖДЕНИЕ В СИСТЕМЕ ИНТЕГРАЛЬНОЙ ПОДГОТОВКИ ГИМНАСТОК ВЫСОКОГО КЛАССА

Ирина Александровна Винер, кандидат педагогических наук, доцент, Заслуженный тренер России, президент Федерации художественной гимнастики РФ,

Раиса Николаевна Терёхина, доктор педагогических наук, профессор,

Нина Константиновна Першина, главный врач сборной команды России по художественной гимнастике

*Национальный государственный университет физической культуры, спорта и здоровья имени П.Ф. Лесгафта, Санкт-Петербург,
(НГУ им. П.Ф. Лесгафта, Санкт-Петербург)*

Аннотация

В статье обосновывается система медико-биологического сопровождения сборной команды России по художественной гимнастике.

Ключевые слова: система, художественная гимнастика, медико-биологическое сопро-

вождение.

MEDICAL AND BIOLOGICAL SUPPORT IN SYSTEM OF INTEGRATED TRAINING OF TOP WOMEN-GYMNASTS

Irina Aleksandrovna Wiener, the candidate of pedagogical sciences, senior lecturer, Desevred trainer of Russia, president of Federation of art gymnastics of the Russian Federation,

Raisa Nikolaevna Terekhina, the doctor of pedagogical sciences, professor,

Nina Konstantinovna Pershina, the head physician of a art gymnastics national team of Russia

The Lesgaft National State University of Physical Education, Sport and Health, St.-Petersburg

Annotation

The system of medical and biological support of modern rhythmic gymnastics national team of Russia is justified in article.

Keywords: system, modern rhythmic gymnastics, medical and biologic support.

Спорт высших достижений представляет собой естественный полигон для выявления и испытания двигательных возможностей человека в условиях деятельности, близких к экстремальным. Сегодня осуществлять подготовку высококвалифицированных спортсменов возможно только при интегральном подходе. Одним из важнейших компонентов интегральной подготовки является оптимальная организация научно-методического и медико-биологического обеспечения.

Поскольку художественная гимнастика относится к видам спорта с ярко выраженной ранней специализацией, когда мы начинаем отбор детей дошкольного и младшего школьного возраста со специфическими генетически заложенными координационными способностями, уникальной гибкостью, а вся их спортивная карьера приходится на время, когда организм растет, то мы несем особую ответственность за состояние здоровья гимнасток во все периоды жизни. Поэтому в нашей сборной команде уместно говорить об организации медико-биологического СОПРОВОЖДЕНИЯ на протяжении всей спортивной карьеры гимнасток.

В структуре процессов, обеспечивающих деятельность высококвалифицированных спортсменов (биомеханический, физиологический, психологический, педагогический), педагогический процесс является входом в систему, куда должна подаваться основная информация о состоянии и возможностях спортсменов. Посредством педагогических воздействий и осуществляется внешнее управление деятельностью гимнасток. При этом МЕДИКО-БИОЛОГИЧЕСКИЕ аспекты ПЕДАГОГИЧЕСКОГО управления интегральной подготовкой сборной командой страны приобретают все возрастающее значение. Мы создали систему медико-биологического и педагогического сопровождения спортивной карьеры гимнасток (рис. 1).

Функционирование этой системы основано на оптимально сбалансированном сочетании медико-биологического и психолого-педагогического контроля. Необходимо помнить и учитывать тот факт, что психическое состояние во многом определяет здоровье человека. Идет постоянное взаимодействие – спортсмен, врач, психолог, тренер. Таким образом, осуществляется сопровождение и коррекция всего процесса подготовки гимнасток в спорте высших достижений. Это - не просто врачебный контроль и констатация медицинских показателей. В этой системе возрастает роль отношений тренер – врач.

Таким образом, врач так же участвует в разработке методики подготовки гимнасток высокого класса. Данный подход позволяет определить и учитывать зону ближайшего развития спортсменки, что дает возможность увидеть ее перспективу, прогнозировать ее индивидуальные рекорды, а также подводить спортсменку к проявлению максимальных для каждой гимнастки возможностей без ущерба для здоровья. Мы

всегда помним учение психолога Льва Семеновича Выготского о зоне ближайшего развития, у каждого человека эта зона своя. Только так можно осуществить перспективно-прогностический подход и принципы опережающего развития и оптимальной избыточности, которые лежат в основе интегральной подготовки гимнасток, что обеспечивает лидирующие позиции наших гимнасток в мире.

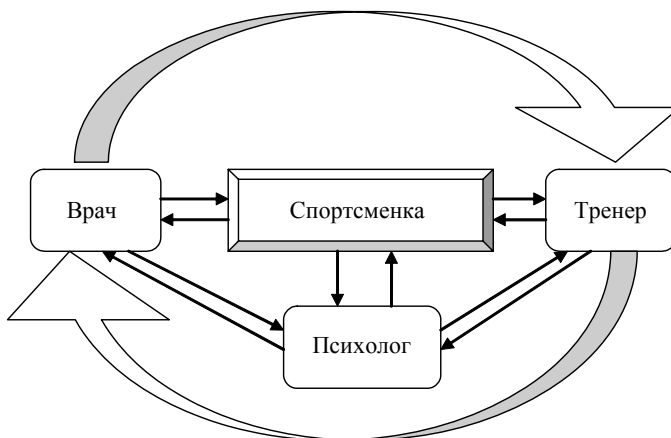


Рис. 1. Система медико-биологического и педагогического сопровождения спортивной карьеры гимнасток

Постоянно проводимая в сборной команде унификация системы комплексного медико-биологического контроля позволяет расширить диагностику процессов адаптации к тренировочным и соревновательным нагрузкам, выявлять имеющиеся резервные возможности и факторы, лимитирующие работоспособность юного организма, и, в конечном итоге, способствует совершенствованию управления подготовкой гимнастического резерва. Особое внимание в программе медико-биологического сопровождения уделяется комплексу средств восстановления, который носит направленный характер с учетом периода подготовки, возраста гимнастки, уровня спортивного мастерства и других факторов; включает в себя коррекцию тренировочного режима и функционального состояния путем назначения традиционных и нетрадиционных средств восстановления. Осуществляемое на основе комплексной оценки состояния здоровья и функционального состояния назначение индивидуальной дифференцированной системы коррекции позволяет реализовать запрограммированный объем тренировочной работы, повысить ее эффективность.

Основными направлениями работы врачей национальной сборной команды России по художественной гимнастике являются:

1. Работа в тесном содружестве с главным тренером, личными тренерами, самими спортсменками с целью создания и поддержания позитивного климата в коллективе.
2. Профилактика спортивного травматизма. Для этого используются определенные витаминные комплексы, фитопрепараты, физиотерапевтические методы (электростимуляция на аппарате МИОРИТМ М40 по специальной методике, биорезонансная терапия, другие физиопроцедуры).
3. Восстановление физических и психологических кондиций во время тренировочного процесса и спортивных соревнований (массаж, МИОРИТМ М40, матрикстерапия, контрапульсация).
4. Лечение спортивных травм. В комплексном лечении спортивных травм используются методы криотерапии, светолечения, иглорефлексотерапии, массажа, мио-рефлексотерапии, ультразвукового лечения.

Использование методов физиотерапии, аппаратной терапии, рефлексотерапии, а также различных видов массажа основано на учении восточной медицины о биологи-

чески активных точках и биологически активных зонах, энергетических каналах. В работе применяются оригинальные методики, направленные на проявление эффекта резонанса в стимулирующих зонах мышц и органов.

Однако перспективным направлением в работе является использование новых технологий. В частности, есть аппаратура, которую, по мнению специалистов, целесообразно использовать в системе медико-биологического сопровождения гимнасток. Это - аппарат для усиленной наружной контрпульсации (УНКП) «VAMED», который специально разработан для применения в спортивной медицине (увеличивает восстановительную способность основных групп мышц, повышает концентрацию внимания и работоспособность, а также оказывает другие положительные физиологические влияния). Целесообразно иметь его в арсенале средств в системе подготовки гимнасток высокого класса.

Хочется затронуть еще один аспект, который периодически возникает относительно рекордов в спорте. Вспомните, в середине 70-х годов ряд ученых-теоретиков спорта высказывали мнение о том, что результаты спортсменов перестанут повышаться в различных видах спорта в связи с тем, что существуют анатомо-физиологические пределы проявления возможностей человека. Считалось, что бежать быстрее, чем 9,8 секунд невозможно. Однако легкоатлет Усейн Болт на чемпионате мира (2009) установил рекорд и пробежал быстрее, чем за 9,7 с. Такая же тенденция наблюдается в гимнастических видах спорта, где происходит постоянное усложнение двигательной задачи для спортсмена. Сегодня эта тема обсуждается вновь и появляются статьи, в которых сказано, что через некоторое время наступит конец рекордам. На самом же деле этот вопрос не изучен досконально. При этом известно, что живая природа способна эволюционировать, реагируя на изменения окружающей среды. Таким образом, мы можем предполагать, что возможности человека будут расширяться, в том числе и за счет прогресса в науке, а, следовательно, и в спорте. В связи с этим дальнейшая унификация методов медицинского сопровождения, в конечном итоге, явятся гарантией достижения высоких спортивных результатов гимнастками.

Контактная информация: chistiakov52@mail.ru

ЭКСПЕРИМЕНТАЛЬНОЕ ОБОСНОВАНИЕ ИСПОЛЬЗОВАНИЯ ФИЗИЧЕСКИХ УПРАЖНЕНИЙ С ЦЕЛЬЮ ОЗДОРОВЛЕНИЯ ДОШКОЛЬНИКОВ В УСЛОВИЯХ ЭКОЛОГИЧЕСКИ НЕСТАБИЛЬНОГО РЕГИОНА

*Татьяна Вадимовна Волосникова, кандидат педагогических наук, доцент,
Российский государственный педагогический университет имени А.И. Герцена
(РГПУ им. А.И. Герцена),
Санкт-Петербург*

Аннотация

В статье рассматривается проблема использования физических упражнений с целью оздоровления детей в дошкольном учреждении. Представлены результаты исследования оздоровительного воздействия физических упражнений на развитие опорно-двигательного аппарата, сердечно-сосудистой и дыхательной систем детей, а также элиминации ксенобиотиков из их организма как средства «экологической чистки».

Ключевые слова: дошкольное учреждение, оздоровительная работа, физические упражнения, современная экологическая ситуация.

EXPERIMENTAL JUSTIFICATION OF PHYSICAL EXERCISES USAGE WITH THE PURPOSE OF HEALTH IMPROVEMENT FOR PRESCHOOL CHILDREN IN CONDITIONS OF ECOLOGICALLY UNSTABLE REGION

*Tatyana Vadimovna Volosnikova, the candidate of pedagogical sciences, senior lecturer
The Herzen State Pedagogical University of Russia
St.-Petersburg*

Annotation

The problem of usage of physical exercises is examined in article with the purpose of health improvement of children in preschool institution. The results of research of improving influence of physical exercises on development of loco motor system, cardiovascular and respiratory systems of children, and also elimination of xenobiotic from their organism, as means of «ecological cleaning», have been presented.

Key words: preschool institution, health improving work, physical exercises, modern ecological situation.

ВВЕДЕНИЕ

В дошкольном детстве закладываются основы общей культуры личности, компонентом которой является культура здоровья. Наблюдающиеся негативные тенденции в состоянии здоровья детей свидетельствуют о том, что задачи их оздоровления, в первую очередь, средствами физического воспитания продолжают оставаться наиболее приоритетными в деятельности дошкольного учреждения (Е.А. Черепов, 2002).

Для исследования проблемы управления оздоровлением детей принципиальным является понимание оздоровительной работы дошкольного учреждения как открытой системы. Понятие системы в контексте оздоровления детей в дошкольном учреждении было представлено в работе С.О. Филипповой, А.Е. Митина (2009).

В основу нашей концепции управления оздоровлением дошкольников в условиях современной экологической ситуации была положена идея приоритетного использования для решения этой задачи средств физической культуры. Результаты исследования показали, что в оздоровительном процессе целесообразно выделить два компонента: основного и сопутствующего оздоровительного воздействия (рис. 1).

Компонент основного оздоровительного воздействия, в соответствии с основной идеей концепции, строится на оздоровительном эффекте занятий физическими упражнениями. Исследования показали, что, в первую очередь, оздоровительное воздействие обеспечивается нормальным развитием опорно-двигательного аппарата, сердечно-сосудистой и дыхательной систем детей. Немаловажную роль играют физические упражнения в условиях экологически нестабильной ситуации как средства «экологической чистки», т.е. элиминации ксенобиотиков из организма детей.

Составляющие компонента сопутствующего оздоровительного воздействия призваны усиливать оздоровительный эффект занятий физическими упражнениями. Такими составляющими являются: организация рационального питания, обеспечение экологически безопасной окружающей среды (вода, воздух, почва), экологическое образование педагогов, детей и их родителей, а также взаимодействие дошкольного учреждения с родителями по вопросам оздоровления детей.

РЕЗУЛЬТАТЫ И ИХ ОБСУЖДЕНИЕ

Исследование проводилось на базе дошкольного образовательного учреждения № 139 Выборгского района Санкт-Петербурга с 2005 по 2008 гг. Контингент воспитанников – часто и длительно болеющие. Во всех исследованиях участвовало 252 человека.

Развитие опорно-двигательного аппарата. В исследовании, посвященном определению возможности коррекции нарушений опорно-двигательного аппарата, приняли участие 89 детей дошкольного возраста от 5 до 7 лет. В качестве основного средства коррекции нарушений опорно-двигательного аппарата дошкольников использо-

вался комплекс бодрящей гимнастики. Кроме этого, в питание дошкольников включались кальциевая дотация в виде препарата «Кальцинова» и вода с повышенным содержанием кальция «Северянка плюс».

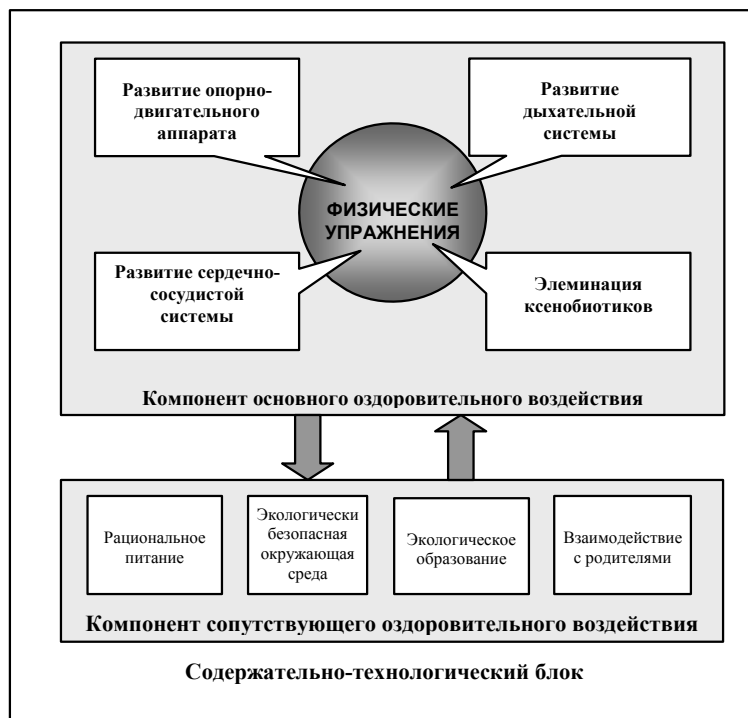


Рис. 1. Модель содержания оздоровительного процесса дошкольников в современных экологических условиях, основанного на использовании средств физической культуры

В результате была зафиксирована выраженная положительная динамика по следующим показателям: асимметричное положение головы и надплечий, нарушения осанки во фронтальной и сагитальной плоскостях, рахитическая деформация грудной клетки. Количество детей, имеющих дефицит кальция, снизилось с 95% до 65%.

Таким образом, проведенное исследование показало, что целенаправленное использование двигательной активности с учетом имеющихся деформаций со стороны опорно-двигательного аппарата у детей в условиях дошкольного учреждения является эффективным средством коррекции, позволяющим в целом повышать уровень здоровья дошкольников.

Развитие дыхательной функции. Задачей исследования было определение эффективности различных методик развития дыхания, используемых в дошкольных учреждениях. В исследовании приняли участие дети в возрасте 5-6 лет (106 человек). Наблюдения проводили в течение 8 месяцев, были определены пять групп. В первой группе для постановки диафрагмально-релаксационного типа дыхания использовался тренажёр «БОС – Дыхание». Во второй группе проводились занятия дыхательной гимнастики по методике Стрельниковой. В третьей группе были организованы занятия лечебной физкультурой, направленные на развитие и нормализацию дыхательной функции. В четвертой группе на прогулке организовывались занятия играми и упражнениями, способствующими усилению у детей функции дыхания. В пятой группе были организованы занятия плаванием с включением упражнений на развитие дыхательной функции.

Во всех группах для оценки эффекта использования различных методик до и

после эксперимента снимались показатели дыхательной аритмии сердца – ДАС, определяемые при помощи тренажера «БОС – Дыхание».

Анализ изменения этого показателя свидетельствует о том, что традиционные формы организации занятий физическими упражнениями на улице приносят не меньший, а даже больший эффект развития дыхательной функции детей, чем занятия на тренажере «БОС-дыхание». Еще больших результатов можно добиться, если специально организовать занятия дыхательной гимнастики Стрельниковой.

Элиминация ксенобиотиков. Существуют научные данные о том, что целенаправленный подбор средств и методов физической культуры может стать инструментом «экологической чистки» организма человека. В нашей работе была поставлена задача изучения возможности ксенобиотической разгрузки организма детей средствами физической культуры в условиях дошкольного учреждения. В исследовании приняли участие дети в возрасте 5-6 лет – 40 человек.

На основе анализа элементного состава волос была определена группа детей (6 человек), у которых было, по методике А.В. Скального (2004), зафиксировано превышение нормы тяжелых металлов: хрома (5,33) и, особенно, свинца (6,00). В то же время у них наблюдалось самое низкое из всех групп содержание кальция (2,00) при норме 5,0 баллов.

Для элиминации ксенобиотиков использовались дыхательные упражнения, связанные с пролонгированным выдохом и усилением эвакуаторной функции трахеобронхиального дерева, которые способствовали выведению ксенобиотиков с выдыхаемым воздухом; а диафрагмальное дыхание улучшало функцию желудочно-кишечного тракта. Усиленное потоотделение во время физических упражнений также рассматривалось нами как вариант повышения элиминации ксенобиотиков. Дополнительный эффект был получен в термокамере. Кроме того, в питание дошкольников включались специальные пищевые добавки: препарат «Кальцинова» и вода с повышенным содержанием кальция «Северянка плюс».

В результате применения экспериментальной методики показатели хрома снизились до 4,5 баллов, показатели свинца снизились до 5,0 баллов, а показатели кальция повысились до 3,3 баллов, что свидетельствует об эффективности проведенных оздоровительных мероприятий.

Оценка реакции сердечно-сосудистой системы на физическую нагрузку. В нашем исследовании анализировалась зависимость между реакцией организма ребенка на физическую нагрузку и его элементным портретом. В исследовании участвовали 17 детей 5-6-летнего возраста, 8 из которых имели незначительные отклонения от нормы в макроэлементном составе организма, а у 9 других был выражен дефицит кальция, марганца, натрия, калия и йода.

Корреляционный анализ выявил, что имеется выраженная зависимость между дефицитом кальция ($r = 0,77$) и марганца ($r = 0,79$) и ухудшением реакции сердечно-сосудистой системы детей на физическую нагрузку. Что же касается подобной связи с содержанием натрия, калия и йода, то таковая не прослеживалась ($r < 0,3$). Таким образом, исследования показали целесообразность учета микроэлементного статуса ребенка при планировании физической нагрузки.

ЗАКЛЮЧЕНИЕ

Проведенное исследование показало, что в дошкольном учреждении ведущую роль в оздоровлении детей должны играть занятия физическими упражнениями. В то же время, эффект целенаправленного использования физических упражнений может быть усилен проведением мероприятий сопутствующего оздоровительного воздействия: организацией рационального питания, обеспечением экологически безопасной окружающей среды (вода, воздух, почва), экологическим образованием педагогов, детей и их родителей, а также осуществлением взаимодействия дошкольного учреждения с родителями по вопросам оздоровления детей.

ЛИТЕРАТУРА

1. Матвеева, Л.М. Социальные проблемы повышения влияния физкультурно-оздоровительной деятельности на здоровье населения : дис. ... канд. социол. наук / Матвеева Л.М. – Уфа, 2004. – 165 с.
2. Скальный, А.В. Химические элементы в физиологии и экологии человека : учебное пособие / А.В. Скальный. – М. : Оникс 21 век, 2004. – 215 с.
3. Строева, Е.В. Интегративный подход к методике формирования здоровья детей 6-7 лет в коррекционных детских домах средствами физической культуры : дис. ... канд. пед. наук / Строева Е.В. – Смоленск, 2006. – 163 с.
4. Филиппова, С.О. Понятие системы в контексте оздоровления детей в дошкольном учреждении / С.О. Филиппова, А.Е. Митин // Физическая культура и спорт в образовательном пространстве (междисциплинарный аспект) : материалы науч.-практ. конф. – СПб., 2009. – С. 43-51.
5. Черепов, Е.А. Обоснование эффективности применения круговой тренировки в физическом воспитании детей старшего дошкольного возраста : дис. ... канд. пед. наук / Черепов Е.А. – Челябинск, 2002. – 173 с.

Контактная информация: vtv139@mql.ru

ОТБОР И ФОРМИРОВАНИЕ ГРУПП В БАРЬЕРНОМ БЕГЕ НА НАЧАЛЬНОМ ЭТАПЕ СПЕЦИАЛЬНОЙ ПОДГОТОВКИ ЮНЫХ ЛЕГКОАТЛЕТОВ С УЧЕТОМ ИХ ГЕНЕТИЧЕСКИХ ПРЕДРАСПОЛОЖЕННОСТЕЙ

Алексей Владимирович Воробьев, аспирант,

*Национальный государственный университет физической культуры,
спорта и здоровья имени П.Ф. Лесгафта, Санкт-Петербург,
(НГУ им. П.Ф. Лесгафта, Санкт-Петербург)*

Аннотация

Проведено генетическое исследование по группе генов юных легкоатлетов, систематически занимающихся барьерным бегом, на наличие предрасположенности к скоростно-силовым качествам. Показано, что обучение технике барьерного бега при учете этих качеств проходит более эффективно и позволяет корректировать тренировочный процесс в соответствии с индивидуальными возможностями спортсмена.

Ключевые слова: бег с барьерами, генетические маркеры, спортивный отбор.

SELECTION AND FORMATION OF GROUPS IN HURDLE RUNNING AT THE INITIAL STAGE OF SPECIAL TRAINING OF YOUNG ATHLETES TAKING INTO ACCOUNT THEIR GENETIC PREDISPOSITIONS

Aleksey Vladimirovich Vorob'yev, the post-graduate student,

*The Lesgaft National State University of Physical Education, Sport and Health,
St.-Petersburg*

Annotation

The genetic research has been carried out according to the group of genes of young athletes systematically going in for hurdle running for the presence of predisposition for speed and strength qualities. It has been shown that training of hurdle run techniques with taking into account these qualities is more effective and allows to correct the training process in accordance with individual abilities of an athlete.

Keywords: hurdle running, genetic markers, sports selection.

Благодаря современным генетическим исследованиям возможно выявление предрасположенности разного рода направленностей физических качеств [1, 5, 7]. Идентификация генетических маркеров, позволяющих прогнозировать развитие физических качеств человека, имеет большое значение для наиболее эффективного профессионального отбора в спорт, связанный с экстремальными физическими нагрузками [2,

3, 4].

РЕЗУЛЬТАТЫ ИССЛЕДОВАНИЯ И ИХ ОБСУЖДЕНИЕ

Основной целью исследования были разработка и экспериментальное обоснование отбора юных легкоатлетов с учетом генетической предрасположенности к скоростно-силовым качествам. Нами предполагалось, что повышение спортивных результатов связано с построением спортивной тренировки с учетом генетической предрасположенности к скоростно-силовым качествам спортсменов барьеристов [8]. Исходя из этого, для решения поставленных задач, прежде всего, использовались методы генетического исследования: забор биопробы, этап детекции (выделение ДНК из биопробы), постановка ПЦР (полимеразная цепная реакция), постановка рестрикции продуктов ПЦР, электрофорез с детекцией генотипов по определенному гену.

Методы тестирования физической подготовленности также являются и методами промежуточного контроля на различных этапах исследования: 30 м с хода; прыжок в длину с места; быстрое поднимание бедра на месте за 10 с; наклон, вперед стоя на скамейке.

На основе данных ДНК-диагностики, выраженных в таблице 1 и на рис. 1, экспериментальная группа испытуемых была разделена на подгруппы в соответствии с выявленной генетической предрасположенностью к скоростно-силовым качествам, качествам специальной выносливости и массиву испытуемых со средними для обеих «крайностей» показателями. Назовем их условно: А, Б и В.

Таблица 1

Распределение генотипов по отдельным генам у юных барьеристов, экспериментальная группа (n=35 в%)

Ген	PPARA			ACE			ACTN3			PGC1A		
Генотип	GG	GC	CC	II	ID	DD	RR	RX	XX	Gly/Gly	Gly/Ser	Ser/Ser
%	80	20	-	37	46	17	38	47	17	46	37	17

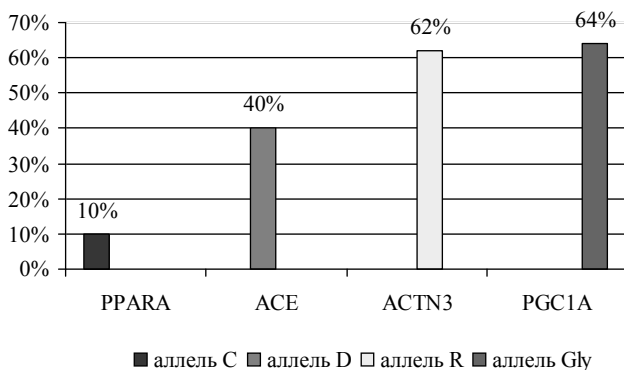


Рис. 1. Частота встречаемости аллелей C, D, R, GLY генов - ACE, ACTN3, PGC1A у юных барьеристов экспериментальной группы (n=35, в %)

Из анализа количественных показателей (рисунки 2 и 3) видно, что самая объемная группа – 51%, это группа Б, более универсальная, поэтому подготовка должна вестись в равной степени: на развитие скоростно-силовых качеств и проявление специальной выносливости.

Юных спортсменов с низкой предрасположенностью к скоростно-силовым качествам, группа В – 29% испытуемых. Обучая эту группу, целесообразнее будет развивать специальную выносливость.

И самая малочисленная группа – это группа А (20%) с высокой предрасположенностью к скоростно-силовым качествам, для которой благоприятно будет использовать тренировочную методику, учитывающую особенности предрасположенности к развитию скоростно-силовых качеств.

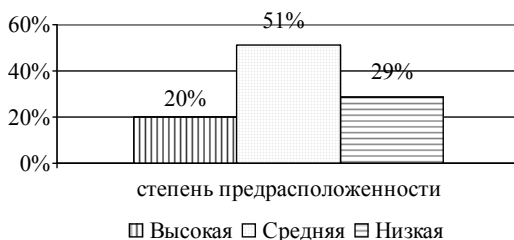


Рис. 2. Степень предрасположенности к скоростно-силовым качествам, экспериментальная группа (n=35, в %)

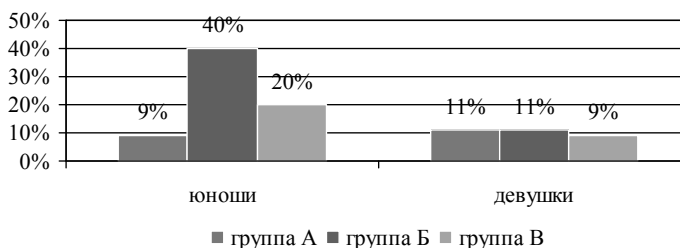


Рис. 3. Результаты генетической диагностики экспериментальной группы юных барьеристов (n=35 девушки n=11, юноши n=24, в %)

В процессе эксперимента было замечено, что по каждому виду физических заданий уровень физической подготовленности, как девушек, так и юношей повышается, но по каждому виду упражнений рост достижений имеет свои особенности. Произошло неуклонное и почти равномерное улучшение показателей у юношей и девушек, как в экспериментальной, так и в контрольной группах. Для проверки нашей методики спортивного отбора были сформированы две группы спортсменов. В экспериментальной группе специализация проходила на основе генетической предрасположенности.

Для выявления уровня развития скоростно-силовой подготовки были зафиксированы результаты на дистанциях 400 м с/б, 110 м с/б юноши и 100 м с/б девушки.

Таблица 2

Сравнительная характеристика преодоления дистанций (n=70, в с)

Экспериментальная группа		Контрольная группа	
юноши	девушки	юноши	девушки
110 и 100 м с барьерами			
17±2 с	16±2 с	19±3 с	18±3 с
400 м с барьерами			
1,10±3 с	1,14±1 с	1,11±4 с	1,15±2 с

Сравнение показателей преодоления дистанций показывает, что на конечном этапе эксперимента имеются достоверные различия между экспериментальной и контрольной группами. Еще одним значимым результатом становится то, что временные показатели совпадают с выявленной генетической предрасположенностью. Проще говоря, в целом, лучшее время пробегания дистанции 110 и 100 м с барьерами имеет подгруппа А (высокая предрасположенность к скоростно-силовым качествам) в экспериментальной группе. Это отражает эффективность исследования генетической предрасположенности по группе генов.

Таким образом, в экспериментальной группе (подгруппах А и В) по окончании эксперимента лучше оказались показатели на дистанциях 400, 110 и 100 м с барьерами, что позволяет сделать вывод о преимуществе методики проведения занятий в

группе с выявленной генетической предрасположенностью.

Кратко алгоритм спортивного отбора на основе генетических маркеров можно сформулировать следующим образом:

– Используя полученные результаты, выявляют степень предрасположенности к скоростно-силовым качествам, которые являются основополагающими для барьериста, и корректируют процесс обучения технике барьерного бега, опираясь на полученные результаты.

– Для обучающихся с высокой предрасположенностью к скоростно-силовым качествам целесообразно использовать тренировочную методику, в основном ориентированную на развитие скоростно-силовых качеств. Для этой части воспитанников основной барьерной дистанцией будет 110 м с/б у юношей и 100 м с/б у девушек.

– Для обучающихся со средней предрасположенностью к скоростно-силовым качествам целесообразно использовать упражнения, обеспечивающие развитие скоростно-силовых качеств и проявление специальной выносливости. Для этих воспитанников рекомендуется вести подготовку в равной степени: на 110 м с/б у юношей и 100 м с/б у девушек и 400 м с/б у юношей и девушек.

– Для обучающихся с низкой предрасположенностью к скоростно-силовым качествам целесообразно давать больше упражнений на развитие специальной выносливости. Для них основной барьерной дистанцией будет 400 м с/б у юношей и девушек.

ЛИТЕРАТУРА

1. Анализ комбинаций генетических маркеров мышечной деятельности / И.И. Ахметов, И.В. Астратенкова, А.М. Дружевская, А.И. Комкова, И.А. Можайская, О.Н. Федотовская, В.А. Рогозкин // Генетические, психофизические и педагогические технологии подготовки спортсменов : сборник научных трудов. – СПб., 2006. – С. 95-102.
2. Ахметов, И.И. Использование ДНК-технологий для определения предрасположенности к оптимальной двигательной деятельности // Медицина труда и промышленной экологии. – 2009. – № 6. – С. 32-39.
3. Гены-маркеры предрасположенности к скоростно-силовым видам спорта / В.А. Рогозкин, И.В. Астратенкова, А.М. Дружевская, О.Н. Федоровская // Теория и практика физической культуры. – 2005. – № 1. – С. 2-4.
4. Дикхут, Г.Г. Генетика и пределы человеческих возможностей // Наука в олимпийском спорте. – 2004. – № 2. – С. 56-64.
5. Дружевская, А.М. Влияние полиморфизма гена альфа-актина-3 (ACTN3) на проявление скоростно-силовых качеств человека // Сб. науч. трудов аспирантов С.-Петерб. науч.-исслед. ин-та физ. культуры. – СПб., 2005. – С. 19-21.
6. Малкин, В.Р. Управление психологической подготовкой в спорте / В.Р. Малкин. – М. : Физкультура и спорт, 2008. – 200 с.
7. Оценка суммарного вклада аллелей генов в определение предрасположенности к спорту / И.И. Ахметов, А.М. Хакимуллина, А.М. Дружевская, И.А. Можайская, Ю.В. Шихова, С.Е. Хальчицкий, И.В. Астратенкова, А.И. Комкова, В.А. Рогозкин // Теория и практика физической культуры. – 2008. – № 3. – С. 67-72.
8. Рогозкин, В.А. Генетические маркеры физической работоспособности человека / В.А. Рогозкин, И.Б. Назаров, В.И. Казаков // Наука в олимпийском спорте. – 2005. – № 2. – С. 97-100.
9. Рогозкин, В.А. Перспективы использования ДНК-технологий в спорте / В.А. Рогозкин, И.И. Ахметов, И.В. Астратенкова // Теория и практика физической культуры. – 2006. – № 7. – С. 45-47.
10. Сергиенко, Л.П. Основы спортивной генетики : учебное пособие для вузов / Л.П. Сергиенко. – Киев : Вища школа, 2004. – 632 с.
11. Таймазов, В.А. Психофизиологическое состояние спортсмена : методы оценки и коррекции / В.А. Таймазов, Я.В. Голуб. – СПб. : Олимп СПб., 2004. – 400 с. :

ил.

Контактная информация: chistiakov52@mail.ru

БИОМЕХАНИКА ТОЧНОСТИ ДВИЖЕНИЙ – ПЕРЕНОС ДАННЫХ РОБОТОТЕХНИЧЕСКИХ ИССЛЕДОВАНИЙ В СПОРТ

*Игорь Анатольевич Воронов, доктор психологических наук, профессор,
Национальный государственный университет физической культуры,
спорта и здоровья имени П.Ф. Лесгафта, Санкт-Петербург,
(НГУ им. П.Ф. Лесгафта, Санкт-Петербург)*

Аннотация

Настоящая статья посвящена оптимизации структуры двигательных действий в интересах повышения точности движений. В данном случае проблема решается путем моделирования движений на робототехническом устройстве и переноса полученных данных в спорт. В качестве двигательного действия выбран бросок мячом в корзину. В результате эксперимента была создана новая структура броскового движения.

Ключевые слова: координационные способности, точность двигательных действий, спортивная биомеханика, степени свободы тела человека, робототехника.

BIOMECHANICS OF ACCURACY OF MOTIONS – APPLICATION OF ROBOTICS RESEARCHES IN SPORTS

*Igor Anatolevich Voronov, the doctor of psychological sciences, professor,
The Lesgaft National State University of Physical Education, Sport and Health,
St.-Petersburg*

Annotation

The present article is devoted to optimization of motor actions structure for the interests of increase of movements accuracy. In this case the problem is solved by modeling movements on the robotics device and applying the received data in sports. As a physical action the throw a ball in a basket has been chosen. A new structure of throw's movement has been found as a result of experiment.

Keywords: coordination abilities, accuracy of physical actions, sports biomechanics, degrees of freedom of a body of person, robotics.

Идея моделирования управления различными уровнями движений человека средствами робототехники не нова – для моделирования психических и биомеханических процессов в спорте робототехника используется, начиная с 60-х годов XX века.

Процессы восприятия моделируются сенсорными системами очувствления роботов:

- точность движений – манипуляторами роботов путем уменьшения количества степеней свободы движения;
- процессы управления движениями разных уровней – движениями манипуляторов от операционального до тактического и стратегического уровней поведения (моделируется роботами разных поколений - от 1-го до 3-го и выше);
- тактические закономерности спортивных игр моделируются взаимодействием роботов (этим занимается такое направление, как «социальные роботы», вообще, и спорт роботов, в частности).

В 2006 году фирмой LEGO был выпущен робототехнический комплект «Mindstorms-NXT», включающий в себя компьютер NXT, 3 сервомотора, 4 сенсора (сенсор нажатия, света, звука и ультразвука) и ПО, совместимое с ОС Windows. Этот комплект используется в качестве учебного пособия во многих колледжах и вузах Европы и США в курсе робототехники.

Ряд проведенных экспериментов показал эффективность использования комплекта «Mindstorms-NXT» в системе научно-методического обеспечения подготовки физкультурников и спортсменов. В частности, в обучении начинающих спортсменов точности выполнения движений.

Точность выполняемых движений – одна из множества современных проблем спортивной биомеханики. Эта же проблема изначально стояла (и продолжает оставаться актуальной) перед роботами-манипуляторами, начиная с первого поколения. Движением роботов манипуляторов в трехмерном пространстве занимается кинематика. Точность действий роботов рассчитывается решением прямой и обратной задач кинематики. Для определения точности движений в робототехнике используется матричное исчисление.

Точность (меткость) двигательных действий человека считается признаком координационных способностей, а координация определяется как «преодоление избыточных степеней свободы движущегося органа» (Бернштейн Н.А., 1947).

Известно, что число степеней свободы двигательного аппарата человека – от 244 до 500 (Fisher O., 1906; Бернштейн Н.А., 1926). При выполнении точных движений, например, бросков баскетбольного мяча в корзину (баскетбол), попадания кием по шару (бильярд), метания дротиков в мишень (дартс), уколов саблей или рапирой (фехтование) и др. каждая из этих степеней свободы может негативно повлиять на точность движения. Особенно ярко это проявляется у новичков. Логично было бы предположить, что уменьшение степеней свободы ОДА должно повысить точность движений. Это было экспериментально подтверждено при исследовании бросков мяча в корзину весьма примитивным (2 степени свободы) манипулятором (рис. 1), созданным на базе робота «LEGO-Mindstorms-NXT», и программным обеспечением для него не более сложным (рис. 2).

Манипулятор робота, оснащенный ультразвуковым сенсором, детектировал местоположение кольца (по специальному маркеру) и выполнял бросок мячом. Техника выполнения броска роботом явно отличалась от спортивной. Чья техника оптимальнее: робота или спортсмена? Для ответа на этот вопрос на занятиях по физической культуре был проведен эксперимент с 40 студентками 1-3 курсов СПбГУП.

Две группы – контрольная и экспериментальная, по 20 девушек, ранее никогда не занимавшихся баскетболом (юношей, ранее не занимавшихся баскетболом, не нашли), выполнили тест из 20 бросков баскетбольного мяча в корзину. Среднее арифметическое попаданий мячом в корзину $M_{\text{контрольная}} = 1,55$, $M_{\text{эксперим}} = 1,60$. Сравнение выборок по критерию W Манна-Уитни показало, что количество попаданий в корзину у обеих групп статистически достоверно ($p=0,799$) не различается.

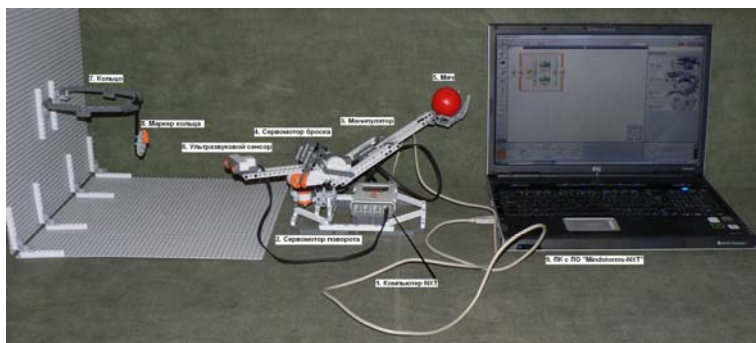


Рис. 1. Манипулятор, созданный из конструктора «LEGO-Mindstorms-NXT», для бросков мяча в корзину. Робот оснащен двумя сервомоторами – для поворотов и бросков – и ультразвуковым сенсором – робот осуществляет круговое сканирование среды ультразвуковым сенсором – выполняет поиск маркера кольца, после чего будет произведен бросок мяча в корзину)

В течение 1 тренировки (25-30 минут) студенткам экспериментальной группы показывалась техника, напоминающая технику броска манипулятора робота (со снижением количества степеней свободы движений человеческого тела).

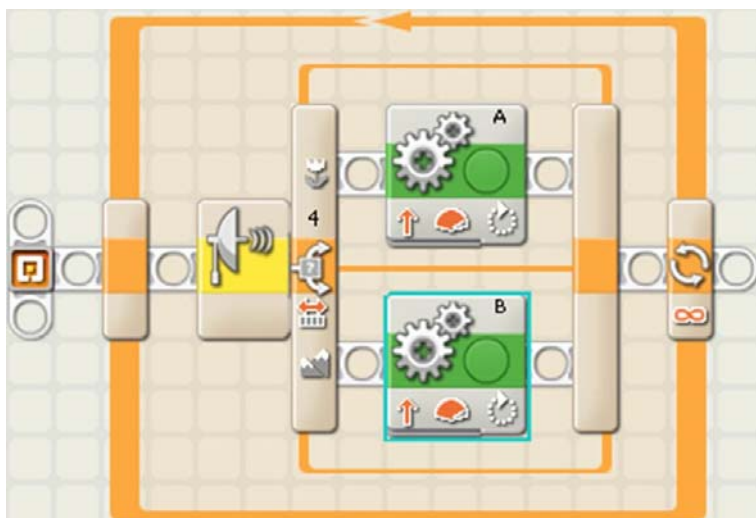


Рис. 2. Компьютерная программа для бросков мяча в корзину: сервомотор В поворачивает манипулятор на 1 градус, до тех пор, пока ультразвуковой сенсор не определит, что расстояние до объекта стало меньше 20 см, после чего срабатывает сервомотор А и программа останавливается

Испытуемые выполняли бросок из следующего положения (для правой руки): правая ступня и левая пятка ставится на воображаемую срединную линию, параллельную боковым. Эта линия определяет плоскость броска, носок правой ступни ставится в 4-х метрах от лицевой линии (на круге), колени сгибаются в полуприседе, правый локоть опускается по направлению к правому колену, правая кисть (в ней находится мяч) располагается около правого плеча, плечи (латеральная плоскость) развернуты в плоскость броска мяча. Это положение позволяет преодолеть избыточные степени свободы «по вертикали». Затем колени и правый локоть распрямляются, и выполняется бросок.

Контрольную группу обучал мсмк по баскетболу, имевший опыт тренерской деятельности.

Затем вновь провели тест. Среднее арифметическое количества попаданий $M_{\text{контрольная}} = 2,30$, $M_{\text{эксперим}} = 3,85$. Сравнение выборок по критерию W Манна-Уитни показало, что группы по количеству попаданий стали статистически достоверно различаться ($p < 0,05$).

При этом внутригрупповая динамика параметра по критерию U Вилкоксона и в контрольной ($p = 0,050$), и в экспериментальной ($p = 0,004$) группах статистически достоверно улучшились, но в экспериментальной группе положительная динамика статистически более высокая.

С психологической точки зрения, студенты, у которых наблюдался явный прогресс уже на первом занятии, эмоционально более ярко реагировали на успешность выполнения теста, и некоторые из них, впоследствии, увлеклись занятиями физической культурой, вообще, и баскетболом, в частности.

ВЫВОД

Поиск дополнительных резервов техники выполнения движений средствами робототехники может стать перспективной методикой в различных видах спорта. Этот подход интересен и с точки зрения психологии, особенно в работе по привлечению молодежи к занятиям физической культурой.

ЛИТЕРАТУРА

1. Бернштейн, Н.А. Общая биомеханика. Основы учения о движении человека / Н.А. Бернштейн. – М. : ВЦСПС, 1926. – 416 с.

2. Блащак, И.М. Точность ударов по воротам в соревнованиях и тренировках футболистов и факторы ее определяющие : автореф. дис. ... канд. пед. наук / Блащак И.М. ; Гос. центр. ин-т физ. культуры. – М., 1991. – 22 с.
3. Шахинпур, М. Курс робототехники / Мозен Шахинпур. – М. : Мир. 1990. – 528 с.
4. Юревич, Е.И. Основы робототехники / Е.И. Юревич. – СПб. : БХВ-Петербург, 2007. – 416 с.

Контактная информация: woronoff1960@mail.ru

ВЛИЯНИЕ ПРОФЕССИОНАЛЬНОЙ СПОРТИВНОЙ ДЕЯТЕЛЬНОСТИ НА ЗДОРОВЬЕ И БИСОЦИАЛЬНЫЕ ОСОБЕННОСТИ ЖЕНЩИН

*Ирина Антоновна Грец, кандидат педагогических наук, доцент,
Смоленская государственная академия физической культуры, спорта и туризма*

Аннотация

В статье рассмотрено влияние занятия спортом на здоровье, семейные отношения и личную жизнь женщин. Показано, что спортивная деятельность по-разному влияет на личную жизнь, семейное положение, протекание беременности и роды. Среди спортсменок высокого класса больше женщин состоит в браке, у них большее число детей, однако, и чаще встречаются осложнения во время беременности.

Ключевые слова: спортивные достижения, женщины, здоровье, биосоциальные особенности.

THE INFLUENCE OF PROFESSIONAL SPORTS ACTIVITY ON HEALTH AND BIOSOCIAL PECULIARITIES OF WOMEN

*Irina Antonovna Grets, the candidate of pedagogical sciences, senior lecturer,
Smolensk State Academy of Physical Training, Sports and Tourism*

Annotation

The influence of sports training on health, family relationship and private life of women has been analyzed in given article. It has been shown that sports activity influences in a different way on private life, family status, pregnancy and delivering a baby. Among elite female athletes there are more married women with more children, but they more often meet with obstacles during their pregnancy.

Key words: sport achievements, women, health, biosocial peculiarities.

ВВЕДЕНИЕ

Стремление женщин к достижению высоких спортивных результатов во многих видах спорта вызывает неоднозначную оценку среди ученых. Приводится множество примеров, когда женщины-спортсменки успешно строили свою спортивную карьеру, и их дальнейшая судьба сложилась удачно. Наряду с этим, высказываются мнения о негативном влиянии спорта на женский организм, фигуру, психику, манеру поведения, репродуктивную функцию, семейные отношения и личную жизнь [1, 3, 4, 5]. Женщины-спортсменки плохо адаптируются к социальной жизни. У них выражены признаки маскулизма, гирсутизма (мужской тип оволосения), наблюдаются нарушения менструального цикла. После окончания спортивных выступлений почти у всех возникает проблема: как жить дальше? Как строить свои отношения вне спорта?

В связи с вышеизложенным, представляется актуальным проведение комплексных исследований, направленных на выявление не только закономерностей роста спортивного мастерства женщин, но и того, как занятия спортом влияют на их личную и успешность в других сферах общественной жизни – учебе, семейной жизни, профессиональной деятельности и др.

МЕТОДИКА ИССЛЕДОВАНИЯ

Для исследования проблемы «Женщина и спорт» был проведен социологиче-

ский опрос (анкетирование), в котором приняли участие 127 высококвалифицированных спортсменок, из них: 27 человек – кандидаты в мастера спорта, 35 – мастера спорта, 49 – мастера спорта международного класса, 16 – заслуженные мастера спорта.

РЕЗУЛЬТАТЫ ИССЛЕДОВАНИЯ И ИХ ОБСУЖДЕНИЕ

В процессе исследования выявлено, что в каждой группе обследуемых женщин-спортсменок существует различная степень распространенности занятий тем или иным видом спорта, общий спортивный стаж которых в среднем составляет у КМС - 9 лет, МС – 13,1, МСМК – 15,6 и ЗМС – 17,3 года, соответственно (табл. 1).

Таблица 1

Степень распространенности отдельных видов спорта среди женщин-спортсменок высокой квалификации (%)

Основной вид спорта \ Спортивная квалификация	КМС	МС	МСМК	ЗМС
Баскетбол	69,9	48,6	16,3	6,3
Вольная борьба	11,1	5,7	-	-
Велоспорт	-	5,7	-	-
Легкая атлетика	7,4	20,0	45	56,3
Шорт-трек	7,4	2,8	-	-
Биатлон	3,7	-	12,2	18,7
Лыжные гонки	3,7	5,7	-	-
Самбо	3,7	2,8	-	-
Дзюдо	-	8,6	26,5	-
Ориентирование	-	5,7	-	-
Тяжелая атлетика	-	2,8	-	-

Спортсменки – это особая социальная категория, для которой характерен спортивный стиль жизни, предполагающий отказ от многих привычных для других женщин радостей жизни, ограниченные возможности общения, экстремальные тренировочные и соревновательные нагрузки и необходимость соблюдения спортивного режима [2, 6]. Естественно, возникает ряд вопросов: Возможно ли совместить спортивный режим с выполнением женщиной особой биосоциальной роли в обществе? Как занятия спортом отражаются на создании семьи, рождении детей?

Установлено, что у женщин – КМС в браке состоят 7,4% респондентов, незамужних – 92,6%. Разводов и повторных браков нет. У 70,4% женщин мужа одобряют их спортивную деятельность; у 7,4% спортсменок случаются конфликты; 22,2% не имеют времени на личную жизнь. Данные опроса свидетельствуют, что среди КМС 11% женщин имеют детей. Максимальный возраст детей - 15 лет, минимальный – 0,5 года. Средний возраст женщин на момент рождения ребенка составляет 29 лет.

Выявлено, что из опрошенных женщин МС 20% замужем, незамужних – 74,3% и в разводе по причине, связанной со спортивной деятельностью, находятся 5,7% респондентов. Среди них 20% женщин имеют детей.

Установлен средний возраст детей, который составляет 1,7 года, максимальный – 24 года, минимальный – 0,66 года. Средний возраст женщин на момент рождения детей составляет 30,7 года, максимальный – 58 лет, минимальный – 20 лет. Стаж занятий спортом на момент рождения детей – 14,1 года, максимальный – 21 год, минимальный – 3 года.

Выяснилось, что женщины прекратили выступать в соревнованиях, в среднем, за 7,5 месяцев до родов, максимально – 9 и минимально – 4,5 месяца. Прекратили тренироваться – за 6,9 месяца до рождения детей, максимально – 9 и минимально – 4,5 месяца. У одной спортсменки из опрошенных отмечены осложнения во время беременности и родов, что составляет 14,3%. Выявлено, что к обычной тренировке после родов женщины в среднем приступили через 4 месяца, максимально – 11 месяцев, минимально – 1 месяц.

Достигли прежних спортивных нагрузок после родов, в среднем, через 5,7 месяца, при максимальном значении 1 год и 3 месяца, минимальном – 1 месяц. Превысили прежние нагрузки после родов через 5,2 месяца, максимально – 1 год и 5 месяцев, минимально – 1,5 месяца. Улучшили личные спортивные достижения после родов и после возобновления тренировки через 5,1 месяца, максимально – 1 год и 6 месяцев, минимально – 6 месяцев.

У женщин-спортсменок – МСМК в браке состоит 42,9% респондентов, незамужних – 53%, в разводе – 4,1%, 2,05% – по причине, связанной со спортивной деятельностью, и 2,05% – по другим причинам.

Выявлено, что у большинства женщин (67,4%) «вторая половина» одобряет их спортивную деятельность; 18,4% отметили, что спортивная карьера никак не влияет на личную жизнь; у 12,2% нет времени на личную жизнь; у 2% случаются частые конфликты в семье.

По результатам анкетирования выявлено, что детей имеют 40,8% женщин, их средний возраст составляет 5,4 года, максимальный – 17 лет, минимальный – 1 год. Средний возраст женщин на момент рождения детей составляет 26 лет, максимальный – 36 лет, минимальный – 19 лет. Стаж занятий спортом на момент рождения детей – 13,3 года, максимальный – 23 года, минимальный – 4 года.

Установлено, что женщины прекратили выступать в соревнованиях, в среднем, за 9,7 месяцев, максимально – 24 месяца, минимально – 4 месяца. Прекратили тренироваться, в среднем, за 7,7 месяца, максимально – 24 месяца, минимально – 1 месяц. Осложнения во время беременности и родов имели 15% респондентов.

Выявлено, что к обычной тренировке после родов женщины, в среднем, приступили через 5,3 месяца, максимально – 26 месяцев, минимально – 1 месяц. Достигли прежних спортивных нагрузок после родов через 7,9 месяца, при максимальном значении – 2 года и 5 месяцев, минимальном – 2 месяца. В среднем, превысили прежние нагрузки после родов через 13,7 месяца, максимально – 2,5 года, минимально – 3 месяца. Улучшили личные спортивные достижения после родов, в среднем, через 1 год 2 месяца, максимально – 2,5 года, минимально – 4 месяца; после возобновления тренировки через 1 год, максимально – 3 года, минимально – 2 года.

У женщин, имеющих звание ЗМС, в браке состоит половина опрошенных, незамужних – 43,7%, в разводе по причине, не связанной со спортивной деятельностью, находится 6,3% респондентов.

Выявлено, что у 75% женщин «вторая половина» одобряет их спортивную деятельность; у 18,7% случаются частые конфликты; 6,3% спортсменок не имеет времени на личную жизнь.

По результатам анкетирования выявлено, что 43,7% женщин имеют детей, средний возраст – 5,9 года, максимальный – 15 лет, минимальный – 6 месяцев. Средний возраст женщин на момент рождения детей составляет 26,7 года, максимальный – 35 лет, минимальный – 22 года. Стаж занятий спортом на момент рождения детей – 14,6 года, максимальный – 23 года, минимальный – 10 лет.

Установлено, что женщины прекратили выступать в соревнованиях, в среднем, за 7,5 месяцев до рождения ребенка, максимально – 9 месяцев, минимально – 4,5 месяца. Прекратили тренироваться, в среднем, за 10,3 месяца, максимально – 12 месяцев, минимально – 8 месяцев. Осложнения во время беременности имели 33,3% респондентов. Выявлено, что к обычной тренировке после родов женщины, в среднем, приступили через 7,3 месяца, максимально – 11 месяцев, минимально – 1 месяц.

Достигли прежних спортивных нагрузок после родов, в среднем, через 11,5 месяца, при максимальном значении 1 год и 5 месяцев, минимальном – 5 месяцев. Превысили прежние нагрузки после родов, в среднем, через 10,3 месяца, максимально – 12 месяцев, минимально – 7 месяцев. Улучшили личные спортивные достижения после родов, в среднем, через 1 год 11 месяцев, максимально – 4 года, минимально – 1 год; после возобновления тренировки через 1 год 9 месяцев, максимально – 2 года 5 меся-

цев, минимально – 10 месяцев.

ЗАКЛЮЧЕНИЕ

Результаты исследования показали, что для многих женщин спорт оказал положительное влияние на здоровье, эмоционально-волевую сферу и формирование многих черт характера. Выяснилось, что спортивная деятельность по-разному влияет на личную жизнь, семейное положение, протекание беременности и роды. Среди спортсменов высокого класса больше женщин состоит в браке, у них большее число детей, однако, чаще встречаются осложнения во время беременности.

Несомненно, результаты исследования еще не дают основания для широких обобщений, но они могут сыграть немаловажную роль в дальнейшем изучении влияния профессиональной спортивной деятельности на образ и качество жизни женщин-спортсменок.

ЛИТЕРАТУРА

1. Ильин, Е.П. Дифференциальная психофизиология мужчины и женщины / Е.П. Ильин. – СПб. : Питер, 2006. – 544 с.
2. Крефф, А.-Ф. Женщина и спорт / А.-Ф. Крефф, М.-Ф. Каню. – М. : Физкультура и спорт, 1986. – 142 с. : ил.
3. Лубышева, Л.И. Женщина и спорт : социальный аспект / Л.И. Лубышева // Теория и практика физической культуры. – 2000. – № 6. – С. 13-16.
4. Соболева, Т.С. О проблемах женского спорта / Т.С. Соболева // Теория и практика физической культуры. – 1999. – № 3. – С. 56-63.
5. Соболева, Т.С. Крупный научно-практический вклад в решение проблем женского спорта / Т.С. Соболева // Теория и практика физической культуры. – 2001. – № 3. – С. 60-63.
6. Сологуб, В.В. Влияние значительных физических нагрузок на репродуктивную функцию женщин-спортсменок : автореф. дис. ... канд. пед. наук / Сологуб В.В. – Харьков, 1989. – 20 с.

Контактная информация: irisha1237@rambler.ru

СРЕДСТВА И МЕТОДЫ РАЗВИТИЯ СИЛЫ НА ЭТАПЕ НАЧАЛЬНОЙ СПОРТИВНОЙ СПЕЦИАЛИЗАЦИИ В СИЛОВОМ ТРОЕБОРЬЕ

Сергей Михайлович Гузь, кандидат педагогических наук,

Карельский государственный педагогический университет (КГПУ),

г. Петрозаводск.

Шайкат Закирович Хуббиев, доктор педагогических наук, профессор,

Российский государственный педагогический университет им. А.И. Герцена,

(РГПУ им А.И. Герцена)

г. Санкт-Петербург

Аннотация

В статье представлены материалы исследований, отражающих вопросы планирования тренировочных нагрузок на этапе начальной спортивной специализации в силовом троеборье. Особое внимание уделяется описанию и обоснованию средств и методов развития силы на данном этапе подготовки атлетов 14-15 лет.

Ключевые слова: средства и методы развития силы, силовое троеборье, приседание на тренажере, жим штанги (лёжа), становая тяга.

MEANS AND METHODS OF STRENGTH DEVELOPMENT AT THE STAGE OF INITIAL SPORTS SPECIALIZATION IN POWER-LIFTING

Sergey Mikhailivich Guz', the candidate of pedagogical sciences,

*Karelian State Pedagogical University
Petrozavodsk*

Shaykat Zakirovich Khubbiev, the doctor of pedagogical sciences, professor,

*The Herzen State Pedagogical University of Russia
St.-Petersburg*

Annotation

The article presents the research materials reflecting the issues of planning the training load at the stage of initial sports specialization in power-lifting. Special attention is given to description and grounding of means and methods for developing the strength at this stage of training for 14-15 year-old athletes.

Key-words: means and methods of strength development, power-lifting, knee-bending with a weight-lifting machine, bench-press (in lying position), dead-lift.

ВВЕДЕНИЕ

Современные исследования в области детско-юношеского спорта в своей массе направлены на совершенствование основных компонентов системы многолетней подготовки резерва. Однако результаты этих изысканий часто не находят применения. Так, современное содержание подготовки юных спортсменов в силовом троеборье практически не отражает результатов исследований, которые появились на рубеже 90-х годов.

По мнению специалистов, то, что касается спортивной подготовки, её нынешняя организация мало согласуется с закономерностями развития физического потенциала человека, выявленными в процессе его исследования с позиции эволюционного подхода [1, 14]. В частности, методы организации спортивной тренировки и способы формирования ее содержания не учитывают данных о многообразных и разноуровневых фенотипических сенситивностях восприятия тренирующих и обучающих воздействий со стороны различных морфофункциональных, нейрогуморальных и психологических систем спортсмена. В связи с этим возникают новые неопределенности при оценке их воздействий на оперативное, текущее и будущее состояние тренируемого спортсмена [8].

Это обуславливает необходимость построения такой дидактической структуры, которая бы обеспечивала непрерывную коррекцию объёмов, интенсивности, формы биомеханической реализации, психологического обеспечения и прогнозирования результативности тренирующих воздействий, направленных на достижение актуальных и долгосрочных целей спортивной подготовки [8].

При таком подходе и объём, и интенсивность, и содержание, и направленность тренирующих воздействий оказываются зависимыми от реальных процессов, протекающих в организме занимающихся, гибко реализуемых тренером и спортсменом. То есть тренировка строится не на «надуманных» килограммах и тоннах ожидающих подъёмов отягощений, числа подходов и повторений с пугающими и зачастую толком не объясненными цифрами для микро-, макро- и мезоциклов спортивной подготовки.

Она должна выстраиваться в соответствии с принципом оптимальности, согласно которому функционирует и развивается человеческий организм в условиях взаимодействия с факторами внешней среды, в том числе, спортивно-педагогической среды. Очевидно, здесь возможны находки путей оздоровительного влияния спорта и экономизации учебно-тренировочных нагрузок.

Цель данного исследования – выявление эффективности средств и методов развития силы на этапе начальной спортивной специализации (ЭНСС) спортсменов 15-16 лет, занимающихся силовым троеборьем.

ОРГАНИЗАЦИЯ ИССЛЕДОВАНИЯ

Педагогический эксперимент длился два года, в нем приняли участие две группы атлетов 15 лет: 1 группа – экспериментальная в составе 20 чел., занимающихся силовым троеборьем; 2 группа – контрольная, состоящая из 10 чел., занимающихся атлетической гимнастикой.

ЭНСС содержал четыре макроцикла, каждый из которых включал в себя периоды объёмно-силовой (2-3 месяца) и силовой (2 месяца) подготовки. Кроме того, по окончании каждого макроцикла следовал переходный период продолжительностью 4 (недельных) микроцикла.

Тренировочные занятия на ЭНСС проводились шесть раз в неделю: четыре - по силовой подготовке и два направлены были на общефизическую (ОФП) и функциональную подготовку.

Из средств специальной физической подготовки (СФП) на данном этапе применялись упражнения на тренажёрах, а также соревновательные и специально-вспомогательные упражнения с гантелями и штангой.

Применение тренажёров на ЭНСС способствует высоким темпам прироста силы. Об эффективности тренажёров в тренировке юных атлетов свидетельствуют многие авторы [4, 10, 12 и др.]. Применение локальных упражнений в их тренировке позволяет значительно улучшить адаптацию и к локальным, и к общим нагрузкам, обеспечить интенсивный рост спортивных результатов [7, 8].

Несмотря на то, что наибольший прирост силы достигается с помощью отягощений (80-90% от максимума), на ЭНСС применялись, в основном, отягощения в диапазоне 40-70% от максимума, а отягощения 70-80% и более от максимума использовались лишь в течение небольшого промежутка времени (не более 2 месяцев) [3, 5, 10].

В качестве основного на ЭНСС использовался повторно-серийный метод с небольшими и средними отягощениями и числом повторений от 8 до 15 [12]. При этом в отдельные периоды объёмно-силовой и силовой подготовки применялся метод «до отказа», а также повторно-серийный метод с субмаксимальными и максимальными отягощениями. По мнению специалистов, на ЭНСС, с учётом возраста спортсменов - 15-16 лет, можно применять метод «до отказа», а также повторно-серийный метод с субмаксимальными и максимальными отягощениями, используя в качестве основного средства упражнения на тренажёрах [4, 10, 12].

Тренировочные макроциклы строились на основе волнообразного размещения ОФП и СФП с относительно менее выраженными колебаниями парциальных объёмов и комплексным применением основных групп тренировочных средств [6]. Модель построения макроциклов на ЭНСС на основе такого подхода представляется наиболее предпочтительной, так как в большей степени учитывает и уровень подготовленности занимающихся, и их адаптационные возможности [2, 6, 11].

Однако при планировании отдельных периодов объёмно-силовой и силовой подготовки мы опирались на ряд положений, соответствующих второй форме адаптации [2]: более выраженное противофазное изменение объёма и интенсивности тренировочных нагрузок; в начале большого тренировочного этапа существенное преобладание средств ОФП, объём которых в дальнейшем снижается при возрастании объёма СФП; усиление тренирующего воздействия на организм и его специфичности - по мере повышения его работоспособности - в форме сопряженно-последовательной системы организации нагрузок различной направленности; концентрация нагрузок специальной силовой направленности в виде относительно самостоятельных «блоков»; обязательное «разведение» во времени объёмных нагрузок различной преимущественной направленности и, прежде всего, «разведение» объёмных нагрузок СФП и средств технической подготовки.

В процессе силовой подготовки атлетов применялись отдельные тренировки [7, 9, 13]. При этом каждая мышечная группа тренировалась не более двух раз в неделю.

Применение отдельных тренировок в сочетании с тренажерами расширило возможности применения системы сетов, суперсетов, сплит-систем [7, 9, 10, 12, 13]. Точное дозирование силовых нагрузок способствовала значительному повышению её интенсивности, что, в свою очередь, позволило нагружать отдельные мышечные группы не более двух раз в недельном микроцикле: одна высокоинтенсивная (80-90% и более от максимума) тренировка и одна тренировка с нагрузками низкой (40-50% от максимума) или средней (50-70% от максимума) интенсивности.

РЕЗУЛЬТАТЫ И ИХ ОБСУЖДЕНИЕ

Этап начальной спортивной специализации (ЭНСС) включал в себя четыре макроцикла, по окончании каждого из которых проводилось тестирование СФП юных атлетов экспериментальной и контрольной групп.

Анализ данных спортсменов экспериментальной группы в приседании на тренажере показал, что на всем протяжении ЭНСС удалось добиться достоверного ($p < 0,0001$) прироста результатов во всех макроциклах.

Сравнение результатов в приседании на тренажере показало, что результаты спортсменов экспериментальной группы в каждом макроцикле были достоверно ($p < 0,0001$) лучше, чем контрольной группы (табл. 1).

Таблица 1

Сравнительный анализ показателей экспериментальной и контрольной групп в приседании на тренажёре

Группы		Результаты после 1 макроцикла		Результаты после 2 макроцикла		Результаты после 3 макроцикла		Результаты после 4 макроцикла
		Результат	Прирост	Результат	Прирост	Результат	Прирост	
Экспериментальная группа	M	118,4	11,5	129,9	10,1	140,0	11,9	151,9
	±m	1,79		1,79		1,94		2,24
Контрольная группа	M	82,5	9,3	91,8	5,7	97,5	3,0	100,5
	±m	2,05		2,57		2,57		2,82

Таким образом, за два года силовой подготовки на ЭНСС спортсмены экспериментальной группы в приседании на тренажёре добились прироста в среднем на 47,9 кг, а атлеты контрольной группы – в среднем на 27,8 кг, что на 20,1 кг (42%) достоверно ($p < 0,01$) меньше, чем в экспериментальной группе. Это свидетельствует о том, что на данном этапе подготовки прирост показателей в приседании на тренажере был обусловлен во многом специальной подготовкой и, в меньшей степени - возрастным развитием спортсменов. Это, в определенной степени, подтверждается снижением прироста результатов в данном упражнении по макроциклам на этапах предварительной подготовки и начальной спортивной специализации.

Приросты в жиме штанги (лёжа) на данном этапе подготовки были относительно ниже, чем в других упражнениях, что можно объяснить спецификой данного упражнения, сложностью его выполнения, большим количеством участвующих в движении мышц. Кроме того, в данном случае необходимо учитывать возраст занимающихся, так как исследования показывают, что в жиме штанги (лежа), как ни в каком другом упражнении силового троеборья, результаты зависят от возраста и, в ещё большей степени, от стажа занятий атлетов.

Тем не менее, учитывая данные анализа динамики прироста показателей в жиме штанги (лёжа), а также результаты их математической обработки, можно сделать вывод о том, что на ЭНСС удалось добиться достоверного ($p < 0,0001$) прироста результатов во всех макроциклах.

Сравнительный анализ результатов в жиме штанги (лёжа) показал, что результаты спортсменов экспериментальной группы оказались достоверно ($p < 0,0001$) лучше, чем контрольной группы (табл. 2).

Таблица 2

Сравнительный анализ показателей экспериментальной и контрольной групп в жиме штанги (лёжа)

Группы		Результаты после 1 макроцикла		Результаты после 2 макроцикла		Результаты после 3 макроцикла		Результаты после 4 макроцикла
		Результат	Прирост	Результат	Прирост	Результат	Прирост	
Экспериментальная группа	M	78,4	7,9	86,3	7,1	93,4	7,9	101,3
	±m	1,05		1,35		1,35		1,49
Контрольная группа	M	62,5	6,8	69,3	5,7	75,0	4,8	79,8
	±m	1,54		2,05		1,80		1,80

Итак, на ЭНСС прирост результатов в жиме штанги у спортсменов экспериментальной группы в среднем составил 33,7 кг, а контрольной группе – 24,0 кг, что на 9,7 кг (29%) достоверно ($p < 0,01$) меньше, чем в экспериментальной группе. Это показывает, что на ЭНСС прирост показателей в жиме штанги был обусловлен, в основном, значительным увеличением объема средств специальной подготовки и, в гораздо меньшей степени - возрастным развитием спортсменов. Как и в приседании на тренажёре, это, в известной степени, подтверждается снижением прироста результатов в данном упражнении по макроциклам на этапах начальной подготовки.

Анализ динамики прироста показателей спортсменов экспериментальной группы в становой тяге, а также результаты математической обработки показали, что в процессе тренировочной работы удалось добиться достоверного ($p < 0,01$) улучшения результатов во всех макроциклах.

Сравнительный анализ показал, что результаты спортсменов экспериментальной группы были достоверно ($p < 0,01$) выше, чем у их сверстников, занимающихся атлетической гимнастикой (табл. 3).

Таблица 3

Сравнительный анализ показателей в экспериментальной и контрольной группах в становой тяге

Группы		Результаты после 1 макроцикла		Результаты после 2 макроцикла		Результаты после 3 макроцикла		Результаты после 4 макроцикла
		Результат	Прирост	Результат	Прирост	Результат	Прирост	
Экспериментальная группа	M	129,0	11,6	140,6	11,7	152,3	11,3	163,6
	±m	1,79		1,79		2,09		2,24
Контрольная группа	M	105,8	5,7	111,5	6,0	117,5	5,0	122,5
	±m	1,54		1,80		2,05		2,05

Таким образом, за два года силовой подготовки на ЭНСС спортсмены экспериментальной группы добились прироста в становой тяге в среднем на 46,1 кг, а атлеты контрольной группы – на 25,5 кг, что на 20,6 кг (45%) достоверно ($p < 0,0001$) меньше, чем в экспериментальной группе.

Анализ итогов в сумме троеборья свидетельствует, что по окончании этапа начальной спортивной специализации 12 атлетов экспериментальной группы показали результаты, соответствующие уровню первого спортивного разряда, и 8 спортсменов - уровню первого-второго разрядов.

ВЫВОДЫ

Результаты, полученные в процессе исследований, позволяют сделать следующие выводы:

1. Анализ результатов в упражнениях, характеризующих специальную физическую подготовку спортсменов, показал, что на ЭНСС возрастные особенности развития оказывают существенное влияние на темпы прироста силовых показателей атлетов 15-16 лет.

2. Рациональное сочетание на данном этапе подготовки упражнений на тренажёрах и со штангой, скоростно-силовой подготовки и средств развития общей и специальной выносливости позволяют успешно решать задачи всестороннего развития юных спортсменов наряду с интенсивным совершенствованием их специальной физической подготовки.

3. Раздельные тренировки на ЭНСС в сочетании с применением тренажеров позволяют широко использовать системы сетов, суперсетов, сплит-систем. В свою очередь, это позволяет нагружать каждую мышечную группу не более одного-двух раз в недельном микроцикле.

4. Выделение в каждом макроцикле отдельных периодов объемно-силовой и силовой подготовки позволяет широко использовать рекомендации специалистов: более выраженное противофазное изменение объема и интенсивности тренировочных нагрузок в начале большого тренировочного этапа; существенное преобладание средств ОФП, объём которых в дальнейшем снижается при возрастании объёма СФП; концентрация нагрузок специальной силовой направленности в виде относительно самостоятельных «блоков»; обязательное «разведение» во времени объёмных нагрузок различной преимущественной направленности и т.д.

5. Использование результатов контрольно-педагогических испытаний по СФП для определения индивидуальных показателей объёма и интенсивности тренировочной нагрузки позволяет добиваться динамичного прироста силовых показателей на всем протяжении ЭНСС.

Исследования показали перспективность работы в направлении, связанном с поиском путей оптимизации спортивной подготовки в силовом троеборье. Результаты изысканий подтверждают предположение о том, что, несмотря на высокий уровень нормативных требований в силовом троеборье, научно-обоснованное применение разнообразных средств и методов развития силы на этапах начальной подготовки позволяет создавать условия для подготовки спортсменов высших разрядов.

ЛИТЕРАТУРА

1. Бальсевич, В.К. Методология эволюционного подхода к управлению процессом многолетней подготовки // Управление процессом подготовки спортсменов высших разрядов : материалы III Всероссийской конф. – Л., 1976. – С. 241-244.
2. Верхошанский, Ю.В. Универсальной системы тренировки быть не может // Тренер. – 1992. – № 1. – С. 18-19.
3. Воробьев, А.Н. Тренировка, работоспособность, реабилитация / А.Н. Воробьев. – М. : Физкультура и спорт, 1989. – 272 с.
4. Галлахер, М. Трисеты // Сила и красота. – 1998. – № 2. – С. 48-51.
5. Дворкин, Л.С. Тяжёлая атлетика и возраст : научно-педагогические основы системы многолетней подготовки юных тяжелоатлетов / Л.С. Дворкин. – Свердловск : Изд-во Уральского ун-та, 1989. – 200 с.
6. Матвеев, Л.П. Общая теория и её прикладные аспекты / Л.П. Матвеев. – СПб. : Лань, 2005. – 384 с.
7. О'Коннел, Д. Тройной удар // Сила и красота. – 1999. – № 2. – С. 26-31.
8. Павлова, О.И. Педагогическая технология управления содержанием и структурой многолетней подготовки юных спортсменов в беговых видах лёгкой атлетики : дис ... д-ра пед. наук / Павлова О.И. – М., 2005. – 366 с.
9. Перунов, О. Александр Зиновьев – тренируем ноги // Качай мускулы. – 2000. – № 5-6. – С. 24-28.
10. Петров, В.К. Ваш помощник тренажёр / В.К. Петров. – М. : Сов. спорт, 1991. – 46 с.
11. Платонов, В.Н. О концепции «периодизации спортивной тренировки» и развитии общей теории подготовки спортсменов // Теория и практика физической культуры. – 1998. – № 8. – С. 23-26, 39-46.

12. Шейко, Б.И. Методика планирования // Мир силы. – 1999. – № 10-11. – С. 28-31.

13. Эверсон, Д. Гигантские сети // Сила и красота. – 2000. – № 2. – С. 40-42.

14. Balsevich, V.K. Discovery and Development of Sports Talent // International Congress “Modern Sport Science Achievements”. – London : Human Kinetics Publishers, 1995. – P. 5-8.

Контактная информация: 23empfang09@sampo.ru

**ФОРМИРОВАНИЕ ПРАВОВОЙ КУЛЬТУРЫ ПЕДАГОГОВ
ВОСПИТАТЕЛЬНЫХ УЧРЕЖДЕНИЙ ДЛЯ ДЕТЕЙ-СИРОТ И ДЕТЕЙ,
ОСТАВШИХСЯ БЕЗ ПОПЕЧЕНИЯ РОДИТЕЛЕЙ**

*Марина Салиховна Джамиева, старший преподаватель,
Дагестанский государственный педагогический университет (ДГПУ)
г. Махачкала*

Аннотация

В ситуации социально-экономической нестабильности общественной жизни дети-сироты, неспособные в силу возраста сформулировать свои права и обеспечить свою защиту, становятся наиболее уязвимой частью населения. В этих условиях является закономерным формирование высокой правовой культуры педагогов воспитательных учреждений для детей-сирот и детей, оставшихся без попечения родителей.

Ключевые слова: культура, правовая культура, правовая культура личности, правовая культура педагогов, защита прав детей-сирот, формирование правовой культуры.

**FORMATION OF LEGAL CULTURE OF PEDAGOGUES IN EDUCATIONAL
INSTITUTIONS FOR CHILDREN-ORPHANS AND CHILDREN WITHOUT
PARENTS CUSTODY**

*Marina Salihovna Dzhamieva, the senior teacher,
Dagestan State Pedagogical University,
Makhachkala*

Annotation

In situation of social economic instability of public life the children-orphan don't capable to formulate rights and provide own protection owing to their age, become the most vulnerable part of the population. In these conditions it is logically to form a high level of legal culture among the pedagogues of educational institutions for children-orphan and children without parents custody.

Keywords: culture, legal culture, legal culture of the person, legal culture of the pedagogues, protection of the rights of children - orphans, formation of legal culture.

Формирование высокого уровня правовой культуры личности, проявляющейся не только в пассивном законопослушании, но и в развитой правовой активности, эффективном умении использовать правовые средства для достижения практических результатов, в стремлении утвердить право в качестве особо значимого достижения цивилизации есть одно из важнейших условий построения правового государства. Таким образом, правовое государство предполагает высокий уровень формирования правовой культуры каждого его члена.

Основы правовой культуры личности закладываются на ранних ступенях социализации, поэтому особую актуальность приобретает проблема правового воспитания детей. Задача формирования у подрастающего поколения основ правовой культуры становится одной из глобальных проблем воспитания. Особенно остро данная проблема стоит по отношению к самым незащищенным слоям населения – детям-сиротам и детям, оставшимся без попечения родителей.

Беззащитность детей-сирот обуславливает потребность общества в повышении качества профессиональной подготовки педагогов воспитательных учреждений, призванных активизировать охранно-защитный потенциал детей-сирот, обеспечить по-

мощь, реализацию прав несовершеннолетних.

Однако в современной педагогической науке недостаточно определены организационно-педагогические условия формирования правовой культуры педагогов воспитательных учреждений для детей-сирот. Необходимо более четко выявить критерии формирования правовой культуры педагогов воспитательных учреждений для детей-сирот. Требуют тщательной разработки методики определения качественной характеристики уровней правовой культуры педагогов сиротских воспитательных учреждений. Отсутствует целостный подход к формированию правовой культуры педагогов воспитательных учреждений для детей-сирот; не выявлены основные технологические этапы, принципы, методы ее формирования. В соответствии с проблемой нами выдвинута задача исследования – разработать модель формирования правовой культуры педагога, работающего с детьми-сиротами и детьми, оставшимися без попечения родителей; определить критерии, показатели и уровни сформированности правовой культуры педагогов воспитательных учреждений для детей-сирот.

Формирование основ правовой культуры детей требует от педагогов специальной подготовки, которая предполагает, на наш взгляд, три взаимосвязанных аспекта – мотивационный (педагог должен понимать значимость данной работы, хотеть ее осуществлять); содержательный (иметь правовые знания); методический (уметь донести до воспитанников правовые нормы и организовать практику правового поведения).

В соответствии со всем вышеизложенным, под готовностью студентов к формированию основ правовой культуры мы понимаем сложное, динамически развивающееся целостное личностное образование, которое проявляется в единстве мотивационно-ценностного, ориентационно-целевого, содержательно-гностического, операционно-деятельностного, рефлексивно-оценочного компонентов, наличие и степень сформированности которых обеспечивают успешное осуществление данной профессиональной деятельности. Содержание каждого компонента включает в себя знания, умения и качества, которые определяют готовность студента к формированию правовой культуры.

Каждый из вышеперечисленных компонентов готовности не может рассматриваться отдельно от других компонентов, так как готовность личности проявляется именно в единстве и целостности всех ее компонентов.

Выделение данных компонентов достаточно условно, но в то же время отражает целостную структуру деятельности (мотив, цель, средства и результат).

Определение основного теоретико-методологического подхода исследования позволило нам перейти к моделированию процесса подготовки студентов к формированию основ правовой культуры детей-сирот и детей, оставшихся без попечения родителей.

Предлагаемая модель процесса формирования правовой культуры (рис. 1) характеризуется ее основными параметрами: целостностью, динамичностью и уровневостью.

Основная часть модели процесса подготовки студентов к формированию правовой культуры представлена профессиональным (объективным) содержанием, которое отражается в следующих структурных составляющих (компонентах): цель, содержание, методы и формы подготовки. Рассмотрим содержание каждого из них. Цель, ориентированная на подготовку студентов к формированию правовой культуры, которая достигается в процессе профессионально-педагогической подготовки, где системообразующую функцию выполняет профессионально-педагогическая задача, которая характеризует единство цели, содержания, форм и методов подготовки. В соответствии с логикой исследования мы выделили типы задач, которые соответствуют компонентам готовности и пронизывают все компоненты (виды) содержания подготовки (теоретико-ориентационный, информационно-когнитивный и конструктивно-эвристический). Такими задачами являются: установочно-мотивационные, целеориентационные, поисково-познавательные, конструктивно-деятельностные, аналитико-рефлексивные. Сле-

дующей структурной составляющей является содержание, которое представлено через взаимосвязь основных компонентов профессионально-педагогической подготовки, направленной на подготовку студентов к формированию правовой культуры. Это такие компоненты как: теоретико-ориентационный, информационно-когнитивный и конструктивно-эвристический.

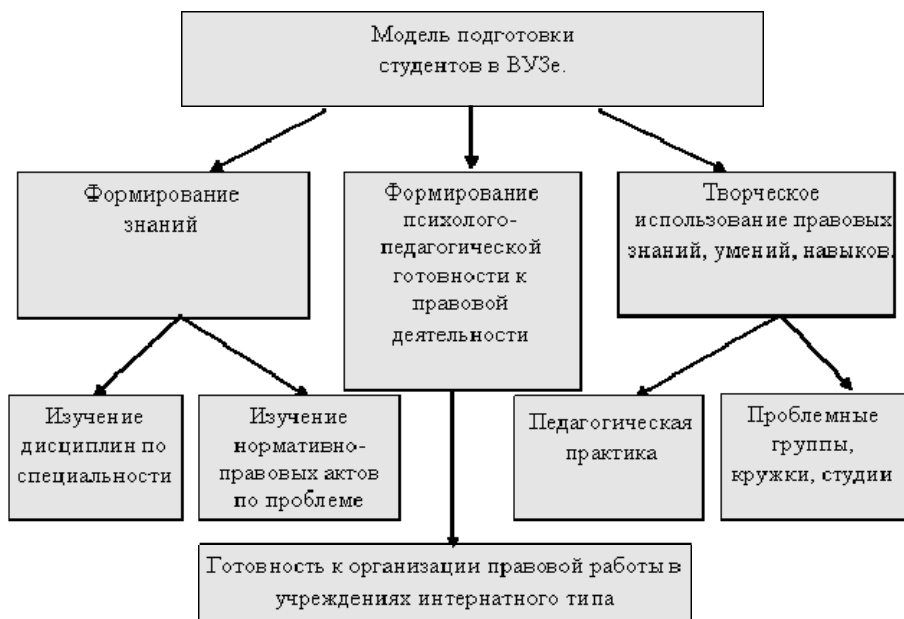


Рис. 1. Модель подготовки студентов

Модель процесса подготовки студентов к формированию правовой культуры характеризуется уровнями, где процесс формирования предполагает переход от одного уровня к другому, более сложному и качественно отличному.

Под педагогическими условиями мы понимаем наличие совокупности определенных мер в учебно-воспитательном процессе, которые должны обеспечить достижение студентами необходимого уровня профессионально-педагогической подготовки.

Основным критерием сформированности готовности будущего педагога к воспитанию правовой культуры детей-сирот является продвижение его личности от адаптивно-воспроизводящего уровня к конструктивно-интерпретирующему, а от него - к творческо-модернизирующему. В качестве признаков исследуемой нами готовности выступают:

- а) способность к творческому диалогу и сотрудничеству;
- б) способность к стратегическому и тактическому целеполаганию;
- в) способность к актуализации знаний в воспитательной ситуации;
- г) способность к определению форм и методов, адекватных цели воспитания;
- д) способность к самостоятельности в рефлексии и оценке, коррекции и самокоррекции.

Интегративными критериями, выявляющими сформированность у каждого студента данных признаков, являются: системность, устойчивость, активность, осознанность, самостоятельность.

Профессиональную подготовку педагогов к формированию основ правовой культуры детей-сирот следует рассматривать как открытую, динамично обновляющуюся с учетом меняющихся социальных условий жизни индивидов систему правовой, психологической, педагогической, информационной поддержки индивидуального и профессионального становления и развития студентов - будущих педагогов-

воспитателей.

Контактная информация: gadjiev82@mail.ru

**ПРОБЛЕМЫ ФОРМИРОВАНИЯ МОТИВАЦИИ К ЗДОРОВОМУ ОБРАЗУ
ЖИЗНИ У СТУДЕНТОВ НЕФИЗКУЛЬТУРНОГО ВУЗА**

*Наталья Викторовна Журавская, доцент, заведующая кафедрой,
Орловский государственный институт искусств и культуры (ФГОУ ВПО «ОГИИК»)*

Аннотация

Автором предпринята попытка рассмотрения особенностей преподавания учебной дисциплины «Физическая культура» и ее важнейшей дидактической составляющей – здорового образа жизни – в нефизкультурном вузе. Проведенные исследования позволили сделать вывод о недостаточной мотивации у студентов к здоровому образу жизни, что и предопределяет необходимость значительной оптимизации учебного процесса за счет его лично-ориентированной направленности и применения здоровьесберегающих технологий.

Ключевые слова: физкультурное образование, физическое воспитание, вузы не физкультурного профиля, здоровый образ жизни.

**THE PROBLEMS OF FORMATION OF MOTIVATION FOR HEALTHY STYLE
OF LIFE AMONG THE STUDENTS OF NON PHYSICAL CULTURE UNIVERSITY**

*Natalya Victorovna Zhuravskaya, the senior lecturer, head of faculty
Orel State Institute of Arts and Culture*

Annotation

The author undertakes an attempt of consideration the features of educational discipline «Physical culture» teaching and its major didactical component - healthy style of life - in non sports high school. The carried out researches have allowed to make a conclusion about insufficient motivation among the students for healthy style of life that predetermines the necessity in significant optimization of educational process at the expense of learner-centered approach and application of health protecting technologies.

Key words: sports education, physical training, higher educational institutions of non sports profile, healthy style of life.

Как показала практика, один из наиболее социально значимых результатов физического воспитания – физическая подготовленность студентов по окончании обучения - на третьем курсе имеет устойчивую тенденцию к снижению или полной утрате, если обучающимися не предпринимаются попытки поддерживать ее самостоятельно.

По данным ежегодных медицинских осмотров, в Орловском государственном институте искусств и культуры число здоровых студентов уменьшается. Такая же тенденция наблюдается практически во всех вузах региона. Как отмечают многие исследователи, к концу обучения в вузе количество студентов, имеющих отклонения в состоянии здоровья, увеличивается. Во многих вузах основной контингент занимающихся физической культурой – студенты специальной медицинской группы. При этом необходимо отметить, что даже примерная программа по физической культуре для данного контингента студентов на сегодняшний день отсутствует, и каждый отдельный вуз разрабатывает ее самостоятельно.

Вышеназванное позволяет говорить о том, что студенты не обладают достаточными знаниями как о здоровье и индивидуальных особенностях своего организма, так и о факторах, оказывающих на них значительное влияние. Недостаточная сформированность личностной ориентации и мотивации к физкультурной деятельности способна снижать результативность и физических, и профессионально значимых качеств личности, в результате чего у подавляющего большинства студентов обнаруживается низкий уровень отношения к своему здоровью и здоровому образу жизни. К сожалению, далеко не все студенты имеют верное представление о ЗОЖ, считая, что лишь только отказ от большинства вредных привычек способен дать положительный ре-

зультат.

Как показали наши исследования, содержание ЗОЖ студентов отражает результат распространения индивидуального или группового стиля поведения, а также качество их общения и организации жизнедеятельности. Основными элементами ЗОЖ, по мнению студентов, выступают: соблюдение режима труда и отдыха, питания и сна, гигиенических требований, отказ от вредных привычек, занятия физической культурой. В таблице 1 представлены результаты анкетирования студентов 1-го курса Орловского государственного института искусств и культуры в целях выявления личной ориентации студентов на ЗОЖ.

Таблица 1

Результаты анкетирования студентов

Отношение к правилам здорового образа жизни	%
Систематически придерживаются правил ЗОЖ	16%
Почти всегда придерживаются правил ЗОЖ	21%
Иногда придерживаются правил ЗОЖ	29%
Почти никогда не придерживаются правил ЗОЖ	14%
Никогда не придерживаются правил ЗОЖ	20%

Как выяснилось, более 60% студентов не следуют правилам ЗОЖ. Количество студентов, регулярно следующих правилам здорового образа жизни (37%), практически совпадает с данными Минздрава Российской Федерации о количестве здоровых молодых людей до 20 лет (35%). Это еще раз доказывает то, что здоровье студентов в основном зависит от их образа жизни [2, 7].

Исходя из данных фактов, мы разработали еще одну анкету, в которой индивид оценивает степень своего поведенческого отношения к различным элементам ЗОЖ по 5-балльной шкале. Затем по среднему арифметическому высчитывался «вес» каждого элемента в баллах.

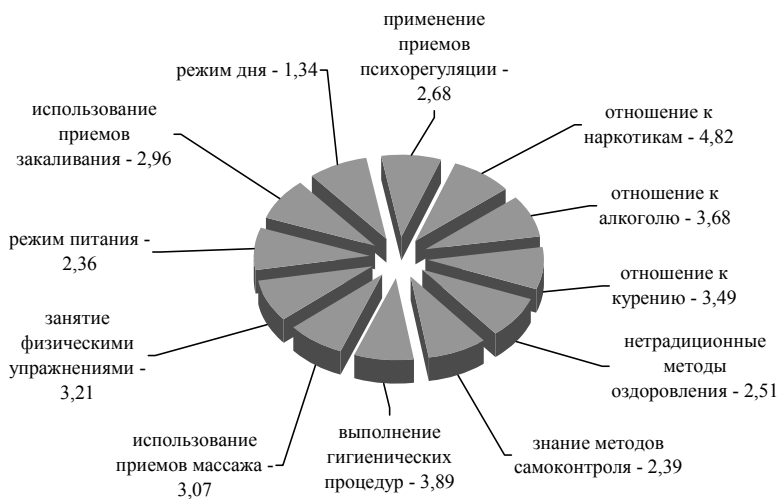


Рис. 1. Степень поведенческого отношения студентов к различным элементам ЗОЖ (по пятибалльной шкале)

Самый высокий балл, как выяснилось, имеет элемент ЗОЖ, обозначающий употребление наркотических веществ – 4,74. Вторым идет показатель, обозначающий гигиенические процедуры – 3,89 балла, третьим и четвертым – употребление алкоголя и никотина, соответственно, 3,64 и 3,51 балла. Не может не вызывать настороженности тот факт, что определяющий элемент ЗОЖ – двигательная активность – на-

брал всего 3,25 балла, при этом регулярно занимаются физическими упражнениями лишь 13% опрошенных. Последние места по количеству баллов заняли такие элементы, как режимы дня и питания, нетрадиционные системы оздоровления, приемы психорегуляции, закаливания и массажа. Это, видимо, связано с недостаточной информированностью студентов о благотворном влиянии названных факторов на здоровье и отсутствием навыков применения данных элементов ЗОЖ.

Вышеизложенное позволяет говорить о том, что одной из основных гуманистических задач физического воспитания в вузах должно являться формирование устойчивой мотивации к физическому самосовершенствованию. Решение этой задачи возможно путем разработки преподавателем специальных педагогических воздействий в процессе физического воспитания, позволяющих оказать позитивное влияние на эмоциональную и мотивационную сферы студентов. Причем, основными факторами, которые способствовали бы формированию мотивационной сферы, должны стать, прежде всего, содержание физического воспитания, способ его реализации и система предъявляемых требований.

В большинстве вузов страны в соответствии с Государственными образовательными стандартами обязательные занятия по физической культуре проводятся только на первом и втором курсах обучения. Все это не может удовлетворить потребности молодежи в физической активности. Две экзаменационные сессии в году и каникулы сводят на нет и без того скромные результаты, достигнутые в процессе учебно-тренировочных занятий. После прекращения обязательных занятий физической культурой резко возрастает количество студентов, имеющих отклонения в состоянии здоровья, в 2-3 раза увеличивается количество пропусков учебных занятий по причине заболеваемости.

Анализ современных научных данных о путях становления двигательного потенциала и его вегетативного компонента, а также об объеме и условиях физических качеств, необходимых для развития их оптимального уровня, вызывает сомнение в реальности выполнения задач, поставленных перед вузовским физическим воспитанием [6]. Невозможность полноценного решения задачи по обеспечению высокого уровня физической подготовленности студентов позволяет говорить о проблеме несовершенства физической воспитания на сегодняшний день.

Образовательные задачи вузовского физического воспитания, призванные вооружать студентов знаниями, методическими умениями и навыками, решаются, как правило, недостаточно эффективно. Одна из причин – в исторически сложившемся утилитарном подходе к физическому воспитанию преимущественно как к средству физической подготовки молодежи. При таком подходе основным критерием эффективности физического воспитания является норматив или результат, отражающий уровень физической подготовленности.

Хотя необходимость и важность физкультурного образования осознается в современных условиях, но реально студенты не получают его в должном объеме. Причина, на наш взгляд, заключается, как в неготовности самих преподавателей физического воспитания дать студентам знания, соответствующие требованиям сегодняшнего дня, так и в отсутствии мотивации со стороны студентов. Как результат, обучающиеся оказываются не готовыми к самостоятельному использованию средств физической культуры для сохранения и укрепления здоровья, поддержания высокого уровня психофизической подготовленности, столь необходимой для успешной самореализации в предстоящей профессиональной деятельности. При этом подчеркнем, что гарантией поддержания своего физического состояния, укрепления здоровья средствами физической культуры, продления творческого долголетия является способность человека делать это самостоятельно.

Таким образом, укрепление здоровья студентов в вузах не физкультурного профиля становится одной из главных гуманистических проблем. Как нам представляется, ее решение возможно только на основе придания физическому воспитанию и образо-

ванию компетентностной направленности, главной целью которой становится формирования у обучающихся осознанной личной необходимости в здоровом образе жизни.

ЛИТЕРАТУРА

1. Богатырев, В.С. Исследование состояния здоровья студентов / В.С. Богатырев // Материалы Сателлитного симпозиума XX Съезда физиологов России «Экология и здоровье» / Рос. ун-т дружбы народов. – М., 2007. – С. 14-17.
2. Виленский, М.Я. Физическая культура и здоровый образ жизни студента : учеб. пособие / М.Я. Виленский, А.Г. Горшков. – М. : Гардарики, 2007. – 218 с.
3. Евсеев, Ю.И. Физическая культура : учеб. пособие / Ю.И. Евсеев. – 3-е изд. – Ростов н/Д. : Феникс, 2005. – 382 с. – (Высшее образование).
4. Ильинич, В.И. Физическая культура студентов и жизнь : учебник / В.И. Ильинич. – М. : Гардарики, 2005. – 366 с.
5. Кислицын, Ю.Л. Физиологическое обоснование учебного процесса по физическому воспитанию учащейся молодежи : теоретические и методико-практические аспекты : учеб. пособие / Ю.Л. Кислицын, Л.Ю. Кислицына, И.А. Пермяков. – М. : Изд-во Рос. ун-та дружбы народов, 2006. – 169 с.
6. Кобяков, Ю.П. Двигательная активность студентов : структура, нормы, содержание / Ю.П. Кобяков // Теория и практика физической культуры. – 2004. – № 5. – С. 44-46.
7. Чоговадзе, А.В. Физическое воспитание и формирование здорового образа жизни студентов / А.В. Чоговадзе, М.М. Рыжик // Теория и практика физической культуры. – 1993. – № 7. – С. 21-24.

Контактная информация: kitd@orel.ru

ПРОБЛЕМНАЯ СЕМЬЯ КАК ПРЕДИКТОР ДЕВИАНТНОГО ПОВЕДЕНИЯ У ПОДРОСТКОВ

Ольга Борисовна Качанова, соискатель,

Санкт-Петербургский государственный институт психологии и социальной работы (СПбГИПСР)

Аннотация

В статье обобщены и систематизированы научные представления о феномене делинквентного поведения современных подростков. Представлена модель личности подростка с делинквентным поведением. Выделены условия, детерминирующие делинквентную направленность развития личности подростков, к которым относятся аддиктивность, способность к адаптации в асоциальной среде, эмоциональная неустойчивость, латентность личностных деформаций, проблемные семьи.

Ключевые слова: девиантность, воспитание, аддикция, деструктивная семья, депривация.

PROBLEM FAMILY AS A PREDICTOR OF DEVIANT BEHAVIOR OF TEENAGERS

Olga Borisovna Kachanova, the competitor,

The Saint-Petersburg State Institute of Psychology and Social Work

Annotation

The article summarizes and systematizes the scientific conceptions of the delinquent behavior phenomenon of present day teenagers. It presents the model of the personality of a teenager with delinquent behavior. It sorts out the conditions determining the delinquent direction of the development of the teenagers' personality, which include addiction, ability for adaptation in asocial environment, emotional instability, latency of personal deformity, problem families.

Key words: deviation, upbringing, emotional instability, addiction, destructive family, deprivation.

ВВЕДЕНИЕ

В настоящее время в современном обществе отмечается пристальное внимание к семье со стороны различных социальных институтов [1]. Такой повышенный интерес можно объяснить рядом тенденций, среди которых ухудшение демографической ситуации в стране, увеличение количества неполных семей, снижение воспитательного потенциала семьи, изменение системы ценностей, усложнение эмоционального, духовного мира современного человека [2]. Кроме того, меняется и сам субъект процесса социализации – ребенок. Это обуславливает специфическое протекание семейной социализации [3].

С другой стороны, неуклонно растет число неблагополучных семей (педагогически несостоятельных, неполных, конфликтных, криминальных, асоциальных, малообеспеченных), которые, как известно, не выполняют свои воспитательные функции. Как правило, в таких семьях преобладают неблагоприятные социальные и психолого-педагогические условия (эмоционально-конфликтные отношения, жестокое обращение с детьми, самоустраненность от процесса воспитания, педагогическая некомпетентность, асоциальный образ жизни и т.д.) и в целом имеет место факт деструктивных внутрисемейных отношений [4]. Это нарушает процесс прохождения ребенком семейной социализации и приводит к различным нарушениям социального и личностного развития, крайним вариантом которого в подростковом возрасте является девиантное поведение.

В настоящее время девиантное поведение по своей сути представляет собой конфликт между личностью и обществом – между индивидуальными стремлениями и общественными интересами. Девиантность подростка во многом определяют деструктивные факторы развития личности, такие как фрустрация детской потребности в нежной заботе и привязанности со стороны родителей; физическая или психологическая жестокость в семье; острая психотравма (болезнь, потеря близких, развод родителей); недостаточная требовательность родителей, несогласованность требований к ребенку, вследствие чего у подростков не возникает четкого понимания норм поведения; усвоение подростком через научение в семье или в группе девиантных правил поведения.

Весьма актуальным в данном контексте является изучение того, какие именно внутрисемейные факторы нарушают процесс социализации подростков в семье, создают ситуацию девиантного паттерна и играют определенную роль в генезе девиантного поведения.

Цель исследования. Выявить социально-психологические факторы и особенности их проявления в девиантном поведении подростков, воспитывающихся в проблемных семьях.

МАТЕРИАЛЫ И МЕТОДЫ

Исследование включало в себя: сбор анамнеза, наблюдение, уточнение социальных характеристик; оценку личностных особенностей – тест Minimult, изучение склонности к девиантному поведению – методика А.Н. Орел «Диагностика склонности к отклоняющемуся поведению», оценку типов акцентуации характера – методика оценки типов акцентуаций характера К. Леонгарда – Х. Шмишека, выявление состояния депривации по авторской анкете, направленной на исследование состояния депривации и дифференцирования его варианта [8, 9].

Статистическая обработка результатов проводилась с использованием пакета прикладных программ Statistica-6 [9].

Исследование проводилось с участием подростков, состоящих на учете в отделах профилактики правонарушений, в нем приняли участие 84 подростка с отклоняющимся поведением (опытная группа), средний возраст – 14,4±1,8 года, и 86 подростков с нормативным типом поведения, средний возраст – 14,1±1,4 года.

При исследовании особенностей семьи исследуемых подростков в полученной выборке были получены следующие результаты (рис. 1).

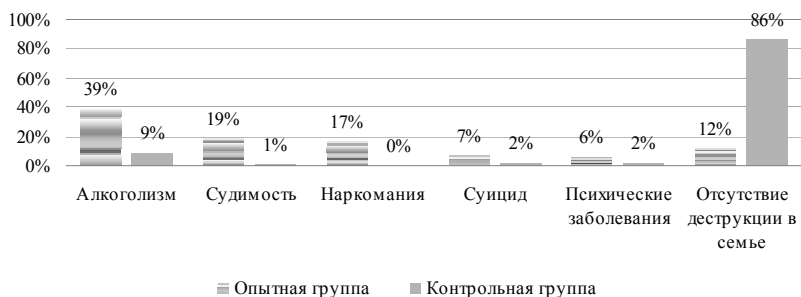


Рис. 1. Социальная особенность семей исследуемых подростков

Анализ показывает, что семьи девиантных подростков характеризуются высоким уровнем аддиктивной патологии – у 39% родителей был установлен диагноз алкоголизм, у 17% – наркомания. Семейные детерминанты девиантности связаны с делинквентными наклонностями родителей – судимость у 19% и высоким уровнем аутоагрессии – суицид в анамнезе у 7%. Наименьший показатель, связан с психопатологией – психические заболевания в семьях у 6% подростков. Полученные данные контрольной группы указывают на значимость фактора социального риска девиации подростков.

Анализ данных социальной микроструктуры семьи исследуемых подростков показал (рис. 2), что значительная часть девиантных подростков воспитывается в неполных семьях (47%) либо в семьях с неродными родителями (20%), опекунами (11%). На основе полученных данных можно сделать вывод, что структура семьи также является социально-психологическим фактором девиации подростков.



Рис. 2. Социальная микроструктура семей исследуемых подростков

Результаты исследования личности девиантных подростков выявили некоторые особенности. Они склонны к аддикции – употребляют алкоголь (38%), наркотики (26%), курят табак (69%). Мотивы отклоняющегося поведения распределились по двум основным векторам: «за компанию» (65%) и удовлетворение примитивных потребностей (27%).

Нами установлено, что в сравнении со сверстниками с нормативным поведением девиантные подростки значительно агрессивнее, более предрасположены к самоповреждению и саморазрушающему поведению. У девочек практически не сформированы представления о социальной роли женщины. Уровень волевого контроля у подростков-делинквентов снижен, имеется деформация взглядов на этические и моральные нормы поведения.

В результате анализа полученных данных была разработана модель личности подростков с девиантным поведением. Основу данной модели составили мотивационный, эмоциональный и ценностно-нормативный компоненты личности. Именно эти

компоненты создают основу мотивационной сферы личности, степень развития которой во многом определяют направленность поведения (рис. 3).



Рис. 3. Модель личности подростка с девиантным поведением

Характерными особенностями личности подростков с делинквентным поведением являются: враждебность, высокая личностная тревожность, отчужденность, духовная опустошенность, низкий уровень волевого контроля, нарушение процесса предвосхищения будущего поступка, подозрительность к своему ближайшему окружению; доминирование примитивных потребностей с неприемлемыми способами их удовлетворения и неиерархизированных, ситуационно-импульсных, примитивных, аддиктивных мотивов; рассогласованность между смыслообразующими мотивами и механизмами целеполагания; преобладание внешнего локуса контроля; склонность к аффекту неадекватности; доминирование акцентуаций экзальтированного, циклотимического и эмотивного типов; паранойяльность; психопатия; доминирование досуговой активности; конфликтность; низкие адаптационные возможности, пренебрежение к социальным нормам и ценностям.

Анализ последствий дезадаптирующих условий семейного воспитания позволил выделить специфические варианты поведенческих расстройств в деструктивных семьях, которые можно объединить в синдром депривации, выделенный и описанный нами на основе изучения таких семей (рис. 4).

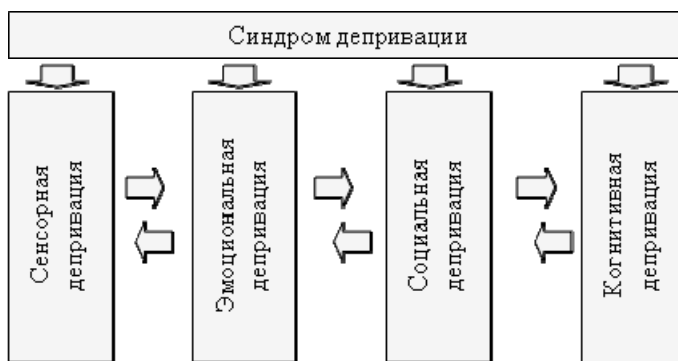


Рис. 4. Социально-дезадаптирующая функция деструктивной семьи

Депривационный синдром в исследуемых семьях характеризовался:

Сенсорной депривацией – лишение ребенка многообразия сенсорных стимулов различных модальностей (зрительных, слуховых, тактильных и т. д.). Количество сенсорных стимулов снижено или ограничена их изменчивость и модальность. Дефицит возбудителей и информации приводит к недостаточной дифференциации психики вплоть до морфологических изменений головного мозга (недостаток прикосновений к ребенку может привести к отмиранию дендритов нейронов).

Эмоциональной депривацией – лишение ребенка возможности устанавливать тесную эмоциональную связь с близким лицом (матерью или другим взрослым) или разрыв уже существующей подобной связи. Отсутствие привязанности ведет к нарушениям в формировании личности.

Социальной депривацией – лишение ребенка возможности усвоения самостоятельных социальных ролей, приобщения к общественным нормам и ценностям. Социальная депривация возникает, когда ребенок живет в семье, но частично или полностью изолирован от более широкой общественной среды. Это может происходить из-за желания родителей изолировать ребенка (принадлежность к секте, невротическая, психопатическая, психотическая личность родителей) или из-за уединенности проживания семьи, изолированности от современной общественно-культурной жизни.

Когнитивной депривацией. Слишком изменчивая, хаотичная структура внешнего мира без четкого упорядочения и смысла не дает ребенку возможности понимать, предвосхищать и регулировать происходящее извне. Происходит перегрузка недифференцированной информацией, психопатизирующей личность подростка.

ЗАКЛЮЧЕНИЕ

Анализ исследуемой проблемы позволил определить семейные факторы, детерминирующие девиантное поведение подростков.

Решающим моментом в формировании девиантного поведения подростков является отсутствие надзора за его социальным поведением со стороны социума, семьи и ближайшего окружения, что ведет к ограничению восприятия социальных санкций; аддиктивность семьи беспризорных подростков приводит к закреплению зависимости; делинквентные наклонности семьи беспризорных подростков порождают отрицательное отношение к нормам социума; отсутствие планирования будущего, прогнозирования собственных действий и стратегии поведения обуславливается рассогласованием между нормативным поведением и собственным.

Анархичность деструктивной среды определяет склонность к независимости, что ведет к замкнутости (автономии), к психологическим защитам и барьерам, склонности к бегству от объективной реальности в собственный иллюзорный мир аддикции.

Девиантное поведение подростков складывается на фоне депривации подростковой среды и приводит к снижению способности к усвоению социальных ценностей, к недостаточной дифференциации психики, эмоциональной неустойчивости, неразвитости мотивационной сферы подростков, деформации межличностных отношений, дефициту событийной позитивной общности со значимым взрослым.

Таким образом, девиантным подросткам необходима психолого-педагогическая поддержка с акцентом на усвоение общечеловеческих ценностей, на освоение ими просоциальных алгоритмов поведения, помощь в регуляции эмоциональных состояний. Серьезной помехой в психологическом воздействии на личность подростка является недостаточный воспитательный ресурс семьи (дефицит событийной общности), пристрастие молодых людей к алкоголю и наркотикам (аддиктивная направленность), физическое насилие со стороны сверстников и взрослых (закрепление агрессивных паттернов поведения).

ЛИТЕРАТУРА

1. Авруцкий, Г.Я. Влияние семьи на формирование девиантного поведения /

Г.Я. Авруцкий, А.А. Недува. – М. : Компас, 1988. – 128 с.

2. Бровин, А.Н. Исследование внутрисемейных отношений в семьях подростков с девиантной виктимностью / А.Н. Бровин // Вестн. Рос. Воен.-мед. акад. – 2009. – № 1. – С. 43–46.

3. Вовин, Р.Я. Социальная и клиническая психиатрия / Р.Я. Вовин [и др.]. – М. : Наука, 1995. – 326 с.

4. Гомжина, Е.А. О психологических механизмах противоправного поведения несовершеннолетних / Е.А. Гомжина // Вестн. Рос. Воен.-мед. акад. – 2008. – № 4. – С. 73–75.

5. Горьков, В.А. Девиантная виктимность как антропологическая проблема / В.А. Горьков [и др.]. – М. : Вьсь, 2000. – 184 с.

6. Копытин, А.И. Делинквентное поведение несовершеннолетних / А.И. Копытин. – СПб. : Гиппократ, 2003. – 128 с.

7. Сидоренко, Е.В. Методы математической обработки в психологии : учеб. пособие / Е.В. Сидоренко. – СПб. : Речь, 2007. – 350 с.

8. Райгородский, Д.Я. Практическая психодиагностика. Методики и тесты : учеб. пособие / Д.Я. Райгородский. – Самара : Летопись, 2006. – 458 с.

Контактная информация: my-internet@mail.ru

ИНФОРМАЦИОННОЕ ОБЕСПЕЧЕНИЕ ЛЕКЦИОННОГО ЭКСПРЕСС-КОНТРОЛЯ В ВУЗАХ МЧС РОССИИ

Владимир Анатольевич Кейстер, соискатель,

Сергей Александрович Тетеряков, соискатель,

*Санкт-Петербургский университет Государственной противопожарной службы
МЧС России*

Аннотация

В статье рассматривается возможная структура виртуального комплекса лекционного экспресс-контроля. Сформулированы принципы формирования содержания индивидуальных контрольных заданий. Анализируются результаты педагогического эксперимента по использованию технологий лекционного экспресс-контроля знаний по дисциплине «Электротехника и электроника» в учебном процессе СПб университета ГПС МЧС России.

Ключевые слова: лекционные занятия, виртуальные технологии, индивидуальные контрольные задания, экспресс-контроль, виртуальный комплекс, структура занятия, контрольный опрос, педагогический эксперимент.

INFORMATION SUPPORT IN THE LECTURE EXPRESS CONTROL IN UNIVERSITIES OF THE MINISTRY OF EMERGENCY SITUATIONS OF RUSSIA

Vladimir Anatolevich Kejster, the competitor,

Sergey Aleksandrovich Teterjakov, the competitor,

*St.-Petersburg University of the State Fire Service of the Ministry
Emergency Situations of Russia*

Annotation

The possible structure of a virtual complex of the lecture express control has been considered in the article. The principles of formation of individual assignments have been formulated. The results of pedagogical experiment on use of technologies of the lecture express control for knowledge on discipline «Electrical engineering and electronics» in educational process of St.-Petersburg State fire service University of the Ministry of Emergency Situations of Russia are analyzed.

Keywords: desk studies, virtual technologies, individual control tasks, express control, virtual complex, studies structure, quiz, pedagogical experiment.

Гуманизация пожарно-технического образования увеличила число изучаемых курсов, что привело к сокращению лекционных компонентов и увеличению части учебного материала, выносимой на самостоятельное изучение.

В ходе экспериментального исследования процесса организации самостоятельной работы в вузах МЧС России на основе использования виртуальных кейс-технологий был произведен анализ возможных вариантов организации лекционного контроля знаний и требования к содержанию индивидуальных заданий, на основании этого анализа сформирована система приоритетов формирования содержания индивидуальных контрольных заданий оперативного лекционного экспресс-контроля знаний (табл. 1).

Таблица 1

Система приоритетов формирования содержания индивидуальных контрольных заданий

№ п/п	Приоритеты	Способы реализации
1	Надежность	Выполнение контрольного задания должно быть способно с достаточной для практики одинаковостью характеризовать исследуемый в дидактических экспериментах показатель как заданий в целом, так и его частями или тот же показатель одним и тем же заданиям, но в разные моменты времени.
2	Содержательная валидность	Контрольное задание должно быть построено на основе только тех дидактических единиц, которые изучались курсантами и студентами и на той степени абстракции, на которой они излагались.
3	Функциональная валидность	Контрольное задание должно соответствовать выявленному уровню усвоения – уровню, заданному образовательным стандартом. При составлении задания выделяются существенные и несущественные признаки элементов знаний.
4	Определенность	После прочтения заданий каждый курсант или студент должен понимать, какие действия он должен выполнить, какие знания продемонстрировать. Если после прочтения задания правильно действует и отвечает менее 70% курсантов или студентов, то его необходимо проверить на определенность.
5	Простота	Формулировка заданий и ответы должны быть четкими и краткими. Показателем простоты является скорость выполнения задания, на которое должно тратиться не более 5% продолжительности занятия.
6	Однозначность	Форма ответа на контрольное задание должна иметь односложный, численный или бинарный характер. Задание должно иметь единственный правильный ответ – эталон.
7	Равнотрудность	При составлении контрольных заданий в нескольких вариантах равнотрудность определяется стабильностью результатов по вопросам во всех вариантах одного и того же задания.

Программа эксперимента по использованию индивидуальных заданий в ходе лекционного экспресс-контроля знаний предусматривала следующие этапы: отбор учебного материала и выбор способа его изложения, а также создание средств визуальной поддержки при чтении лекций; определение содержания виртуального учебного пособия «Основы электроники», а также средств поддержки функций самоконтроля самостоятельной работы; разработка раздаточного материала для определения степени готовности курсантов и студентов к использованию виртуальных средств поддержки самостоятельной работы по изучению нового учебного материала; отбор контингента, участвующего в педагогическом эксперименте, определение степени аутентичности экспериментальной и контрольной групп; разработка перечня вопросов для произведения экспертной оценки интерфейса виртуального комплекса лекционного экспресс-контроля «Электроника»; разработка алгоритма и программная проработка инструментальных методов исследования частоты обращения к опциям виртуального комплекса.

При отборе аудитории, участвующей в эксперименте, наиболее важным было определение степени аутентичности экспериментальной и контрольной групп. В каче-

стве критерия были выбраны объективные характеристики успеваемости по базовым учебным дисциплинам экспериментальной и контрольной групп до начала формирующего эксперимента. При постановке педагогического эксперимента было выбрано два лекционных потока учебной дисциплины «Электроника и пожарная автоматика» по специальности «Прикладная математика» набора 2006 года: два учебных взвода курсантов очной формы обучения, 24 и 25 курсантов; и две группы студентов очной формы обучения, 11 и 14 человек. На момент начала эксперимента статистически значимых различий между участниками контрольной и экспериментальной групп не обнаружено.

Выбор этого контингента был обусловлен техническими возможностями получения объективной информации о временных затратах курсантов и студентов экспериментальных групп, о фактических затратах времени на выполнение индивидуальных контрольных заданий при проведении оперативного лекционного экспресс-контроля.

Сформированная структура виртуального комплекса лекционного экспресс-контроля показана на рис. 1.

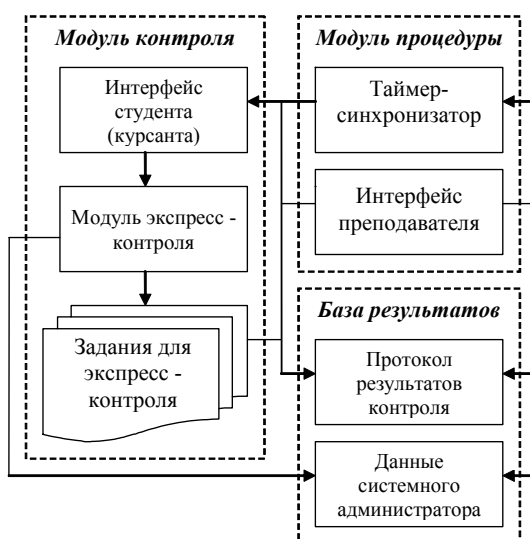


Рис. 1. Структура виртуального комплекса лекционного экспресс-контроля (ВКЛЭК)

Для успешного проведения формирующего эксперимента на терминалы лаборатории электроники, в которой проводились лекции для курсантов и студентов по разделу «Основы электроники» дисциплины «Электротехника и электроника», выводились контрольные задания.

Анализ накопленной в результате формирующего эксперимента информации позволяет сделать определенные выводы о некоторых закономерностях работы курсантов и студентов с вопросами индивидуального контрольного задания:

- основные параметры обращений к ВКЛЭК стабилизируются, начиная с 3-4 лекции, что говорит о достаточной устойчивости предлагаемой педагогической технологии;
- статистически значимых различий (по уровню 0,05) в полученных результатах в курсантской и студенческой экспериментальных группах не обнаружено, что позволяет сделать вывод о достаточной универсальности предлагаемой педагогической технологии лекционного экспресс-контроля;
- измеренная в результате педагогического эксперимента суммарная продолжительность обращений к ВКЛЭК практически совпала с предлагаемой преподавателями продолжительностью работы с индивидуальным контрольным заданием.

Для объективной оценки результатов формирующего эксперимента непосредственно после его окончания в качестве контрольных точек использовались: оценки по результатам рубежного контроля; оценки за выполненные контрольные работы; оценки за предлабораторные коллоквиумы; результаты защиты отчетов по проводимым лабораторным экспериментам; оценки за семестровые экзамены.

После обработки результатов эксперимента по методике, представленной в [1, 2], получены следующие показатели эффективности использования ВКЛЭК «Электроника» экспериментальными группами курсантов и студентов: средний показатель эффективности по всем группам $\varepsilon=1,06$; для групп курсантов $\varepsilon=1,10$; для группы студентов $\varepsilon=1,09$.

Анализ результатов эксперимента показывает, что применение технологий лекционного экспресс-контроля дает существенный эффект, прежде всего, в части прохождения рубежного контроля.

На основании проведенных исследований установлено следующее:

1. Изучение отечественного и зарубежного опыта позволяет сделать вывод, что необходимое качество подготовки специалистов в вузах МЧС России по дисциплинам общепрофессионального цикла может быть достигнуто, в том числе, и с использованием современных педагогических технологий лекционного экспресс-контроля знаний.

2. При разработке учебно-методических комплексов, обеспечивающих использование современных педагогических технологий лекционного экспресс-контроля знаний, необходимо учитывать следующее:

– каждой группе дидактических единиц, вынесенных на самостоятельное изучение, должны соответствовать равнотрудные вопросы индивидуального контрольного задания;

– содержание предлагаемых задач не должно предусматривать применения какого-либо инструментария и должно носить преимущественно качественный или оценочный характер.

ЛИТЕРАТУРА

1. Баранов, А.А. Опыт использования виртуальных кейс-технологий при самостоятельном проведении лабораторного эксперимента / А.А. Баранов, И.И. Сапрыкин, Д.А. Елисеев // Ученые записки университета имени П.Ф. Лесгафта. – 2009. – № 11 (57). – С. 18-23.

2. Бондарчук, Н.А. Результаты использования методики оценки качества применения технологии дистанционного обучения в образовательном процессе / Н.А. Бондарчук, А.Н. Новиков // Ученые записки университета имени П.Ф. Лесгафта. – 2009. – № 10 (56). – С. 13-17.

Контактная информация: a_bolotin@mail.ru

ВОЗРАСТНЫЕ ОСОБЕННОСТИ РАЗВИТИЯ ФИЗИЧЕСКИХ КАЧЕСТВ ЮНЫХ ЛЫЖНИЦ-ГОНЩИЦ 13-15 ЛЕТ

*Любовь Федоровна Кобзева, кандидат педагогических наук, профессор,
Смоленская государственная академия физической культуры,
спорта и туризма (СГАФКСТ)*

Аннотация

В работе рассматривается возрастная динамика показателей отдельных физических качеств, характеризующаяся ежегодным приростом показателей силы мышц - разгибателей и сгибателей бедра и голени, скоростных и скоростно-силовых способностей, выносливости и равновесия. Полученная положительная динамика показателей физических качеств в значительной степени определяет особенности формирования физических качеств юных лыжниц-гонщиц 13-15 лет.

Ключевые слова: юные лыжницы-гонщицы, физические качества, сила мышц разгибателей и сгибателей бедра и голени.

AGE PECULIARITIES OF PHYSICAL QUALITIES DEVELOPMENT AMONG YOUNG WOMEN SKI-RACERS OF 13-15 YEARS OLD

Liubov Feodorovna Kobzeva, the candidate of pedagogical sciences, professor, Smolensk State Academy of Physical Education, Sports and Tourism

Annotation

The age dynamics of parameters of separate physical qualities, characterized by the annual increasing in muscles strength - extensors and flexors of hip and shin, speed and speed and strength abilities, endurance and balance have been considered in work. The positive dynamics of parameters of physical qualities proven in the article in a substantial way determines the features of formation of physical qualities of young women ski-racers of 13-15 years old.

Key words: young women ski-racers, physical qualities, strength of muscles - extensors and flexors of hip and shin.

Процесс подготовки от новичка до мастера спорта занимает в среднем 5-10 лет. За это время спортсмену предстоит упорно развивать и совершенствовать специальные физические и психические качества, овладеть определенными двигательными навыками, специфичными для данного вида спорта. Принято считать, что в основе физических способностей спортсмена - лыжника лежит уровень развития таких качеств, как выносливость, быстрота, сила, их соответствие основным биомеханическим особенностям передвижения на лыжах (Р.Н.Дорохов, В.П.Губа, 1995).

В жизни растущего организма двигательная деятельность является главным фактором физического развития, активной биологической стимуляции и совершенствования механизмов адаптации. Роль двигательной активности особенно велика в период интенсивного развития организма в подростковом возрасте. Уровень двигательной активности подростка во многом определяет степень расширения координационных возможностей, увеличения резерва адаптации функциональных систем, создает психологический настрой на напряженный тренировочный и соревновательный режим (О.И. Камаев, 2000).

С позиции современной педагогики, нецелесообразно оставлять формирующуюся двигательную деятельность учащегося во власти стихийного развития, ею необходимо управлять, учитывая закономерности индивидуального онтогенетического развития. Следует учитывать особенности структуры и нервных механизмов регуляции и саморегуляции усложняющихся двигательных актов (Л.И.Лубышева, 1996; В.К.Бальсевич, 1996).

Гармоничное физическое развитие детей и подростков школьного возраста возможно только при совершенствовании у них основных двигательных качеств: силы, быстроты, выносливости, гибкости, ловкости. Оптимальный уровень физической подготовленности является одним из основных признаков, определяющих физическое совершенствование юных спортсменов (О.И.Камаев, 2000).

Получение объективной информации о двигательном потенциале подростка возможно лишь путем комплексной оценки уровня развития его основных физических качеств, основанной как на педагогических методах, так и результатах инструментальных измерений.

Вышеизложенное положение предопределило необходимость проведения экспериментальных исследований по выявлению особенностей формирования физических качеств у юных лыжниц-гонщиц 13-15 лет в соответствии с их возрастным развитием и уровнем физической подготовленности.

Целью наших исследований явилось изучение особенностей формирования физических качеств юных лыжниц-гонщиц.

В исследованиях приняли участие 60 девочек 13-15 лет, занимающихся в секциях лыжных гонок. Все спортсменки, по наблюдениям врачей физкультурно-оздоровительного диспансера, были практически здоровы.

Измерения силовых показателей проводились по методике Р.Н. Дорохова

(1987). Полученные в результате исследований данные были подвергнуты математической обработке.

В таблице 1 представлены данные силовых показателей групп мышц лыжниц-гонщиц 13-15 лет.

Таблица 1

Возрастные изменения силовых показателей у лыжниц 13-15 лет

Группы мышц		Возраст, лет			P
		13	14	15	
Кистевая динамометрия, кг	$\bar{X} \pm m$	14±3,5	13,7±2,9	21,0±2,8	1-2>0,05
	cv, %	22,9	20,7	13,3	1-3<0,01
Разгибатели туловища, кг	$\bar{X} \pm m$	48,5±6,6	54,8±6,4	60,4±5,1	1-2<0,05
	cv, %	13,6	11,6	8,4	1-3<0,01
Сгибатели туловища, кг	$\bar{X} \pm m$	25,3±3,2	29,4±3,0	31,4±2,8	1-2<0,05
	cv, %	12,5	10,2	8,8	1-3<0,01
Разгибатели бедра, кг	$\bar{X} \pm m$	49,2±7,9	56,3±8,4	67,4±7,4	1-2<0,05
	cv, %	15,9	12,5	11,0	1-3<0,01
Сгибатели бедра, кг	$\bar{X} \pm m$	36,3±4,6	42,6±6,7	48,3±5,4	1-2<0,05
	cv, %	18,8	15,7	11,2	1-3<0,01
Разгибатели голени, кг	$\bar{X} \pm m$	21,4±5,3	25,6±4,8	30,8±3,9	1-2<0,05
	cv, %	15,4	14,8	12,6	1-3<0,01
Сгибатели голени, кг	$\bar{X} \pm m$	19,3±3,1	23,3±3,2	25,1±2,9	1-2<0,05
	cv, %	16,5	13,7	11,5	1-3<0,05

Анализируя показатели кистевой динамометрии, можно отметить их достоверное увеличение с возрастом занимающихся. Так, прирост силы к 15 годам составил 7 кг, или 50%. Коэффициент вариации снизился с 22,9 до 13,3%. Наименьшие величины коэффициента вариации, на наш взгляд, связаны как с биологической зрелостью подростков, так и систематическими занятиями в секции лыжного спорта.

Показатели силы мышц, разгибающих позвоночный столб, увеличились к 15 годам на 13,9 кг, или на 32,4%. Ежегодный прирост силы составил 6,2 кг. Сила мышц-сгибателей туловища увеличилась на 32,4% в 15 лет, по сравнению с 13-летними лыжницами (P<0,01).

Сила мышц-разгибателей бедра изменяется ежегодно на 6,8 и 10,8 кг, а разница в показателях у 13-летних и 15-летних обследуемых составила 18,2 кг, или 35,5% (P<0,01). Прирост показателей силы мышц-сгибателей бедра у лыжниц в 15 лет составил 12,0 кг, или 33,3% (P<0,01). Коэффициент вариации снизился к 15 годам на 7,6% и составил в 15 лет 11,2%.

Показатели силы мышц-разгибателей бедра отличаются от сгибателей бедра в 13 лет на 13 кг, в 14 лет – на 13,7 кг и в 15 лет – на 19,1 кг и представляют собой следующее соотношение: в 13 лет – 1:0,73 и 1:0,90; в 14 лет – 1:0,75 и 1:0,91; в 15 лет – 1:0,71 и 1:0,81.

Рассматривая показатели силы мышц-разгибателей голени, можно отметить, что к 15 годам сила мышц увеличилась на 9,4 кг, или 43,9%. Ежегодный прирост силы составил к 14 годам – 11% и к 15 – 12%. В показателях силы мышц-сгибателей голени также отмечены изменения в сторону их достоверного увеличения, среднегодовой прирост составил в 14 лет 12%, в 15 лет – 8%.

В значениях коэффициентов вариации к 15 годам отмечено постепенное их снижение. Этот факт говорит о том, что к 15 годам группы спортсменок по своим силовым показателям сглаживаются. Следовательно, занятия в секциях лыжных гонок положительно отражаются на росте и развитии силовых способностей юных лыжниц-гонщиц, а тренировочная нагрузка адекватна возрасту занимающихся.

Нами проанализирована динамика показателей других физических качеств у юных лыжниц-гонщиц (табл. 2). Для сравнения были взяты результаты тестов, оценивающих скоростно-силовые способности: бег 30 и 60 м, прыжки в длину и высоту, бег

300 м, характеризующий выносливость, и статическое равновесие, определяющее координационные способности.

Таблица 2

Показатели физических качеств юных лыжниц-гонщиц

Показатели	Возраст, лет		
	13	14	15
Бег 30 м с ходу, с	4,49	4,26	3,94
Бег 60 м с низкого старта, с	9,84	9,33	8,48
Прыжок в высоту с места со взмахом рук, см	37,18	42,93	52,13
Прыжок в длину с места, м	1,69	1,89	2,18
Прыжок в длину с места с двух ног на две (5-ти скок), м	9,56	10,38	11,25
Бег 300 м, с	63,0	58,6	53,68
Статическое равновесие, с	27,33	30,93	33,00

Анализируя показатели в беге на 30 м с ходу, можно проследить определенную их динамику в исследуемых нами возрастных группах. У испытуемых 14 лет, по сравнению с 13-летними, время в беге на 30 м сократилось на 5,2 %, в беге на 60 м - на 5,2%. В возрастной группе 15 лет время на 30 и 60 м сократилось, соответственно, на 7,6 и 9,2 %, по сравнению с 14-летними. Улучшение результатов в названных тестах связано, на наш взгляд, с повышением уровня тренированности лыжниц к 15 годам и постепенным формированием скоростных способностей.

Сравнивая результаты в прыжковых тестах, можно отметить тенденцию увеличения результатов в прыжках в высоту, длину с места и в пятерном прыжке. В прыжке в высоту ежегодное улучшение результатов у 14 и 15-летних спортсменок составило 13,4 и 17,7%. Аналогичная тенденция повышения результатов отмечена и в прыжке в длину с места. В возрасте 14 лет, по сравнению с 13-летними, улучшение результатов отмечено на 10,1%, в возрасте 15 лет, по сравнению с 14-летними - на 13,3%. Прирост результатов в пятерном прыжке составил в 14 лет - 8,5%, в 15 лет - 8,3%.

Ежегодный прирост показателей в беге на 300 м составил: у спортсменок 14 лет, по сравнению с 13-летними на 7%; у спортсменок 15 лет, по сравнению с 14-летними - на 8,4%. С возрастом положительная динамика отмечена и в результатах теста статического равновесия.

ЗАКЛЮЧЕНИЕ

В результате исследований определена возрастная динамика развития физических качеств, выраженная в ежегодном приросте показателей силы отдельных групп мышц, скоростных и скоростно-силовых способностей, выносливости и равновесия:

- время бега на 30, 60 и 300 м улучшилось к 15 годам на 7,6; 9,2 и 8,4%, соответственно;
- прирост показателей в прыжках в высоту, длину с места и равновесии к 15 годам составил 21,4; 13,3 и 6,0%; 8,4%, соответственно;
- сила мышц – разгибателей и сгибателей туловища у юных лыжниц увеличилась к 15-летнему возрасту на 32,4 и 24,1%; 8,4%, соответственно;
- ежегодный прирост силы мышц – сгибателей и разгибателей бедра составил к 14 годам 17,3 и 14,4%, к 15 - 13,3 и 19,7%; 8,4%, соответственно;
- прирост силы мышц – сгибателей и разгибателей голени составил к 14 годам 20,7 и 19,6%, к 15 - 7,7 и 20,3% ($P < 0,05$), 8,4%, соответственно;
- показатели кистевой динамометрии к 15-летнему возрасту возросли на 50%, по сравнению с 13-летними спортсменками.

Установленные нами особенности в развитии и росте силовых, скоростно-силовых способностей и других физических качеств у юных лыжниц-гонщиц 13-15 лет положительно отразились на росте их спортивных результатов.

ЛИТЕРАТУРА

1. Бальсевич, В.К. Концепция альтернативных форм организации воспитания детей и молодежи // Физическая культура : воспитание, образование, тренировка. – 1996. – № 1. – С. 23-25.
2. Дорохов, Р.Н. Исследования по спортивной морфологии // Адаптация, физическая культура и спорт : сб. науч. тр. / Смоленский гос. ин-т физ. культуры. – Смоленск, 1987. – С. 3-6.
3. Дорохов, Р.Н. Морфобиомеханическая оценка юного спортсмена / Р.Н. Дорохов, В.П. Губа. – Смоленск : [б.и.], 1995. – 123 с.
4. Камаев, О.И. Теоретические и методические основы оптимизации системы многолетней подготовки юных лыжников-гонщиков : автореф. дис. ... д-ра пед. наук / Камаев О.И. – М., 2000. – 51 с.
5. Лубышева, Л.И. Концепция физкультурного образования: методология развития и технология реализации // Физическая культура : воспитание, образование, тренировка. – 1996. – № 1. – С. 11-17.

Контактная информация: akademsport@sci.smolensk.ru

ЗНАЧИМОСТЬ УРОВНЕЙ РАЗВИТИЯ ФИЗИЧЕСКИХ СПОСОБНОСТЕЙ У ЮНЫХ ФУТБОЛИСТОВ РАЗЛИЧНОГО ИГРОВОГО АМПЛУА В ПРОЦЕССЕ ИХ СОРЕВНОВАТЕЛЬНОЙ ДЕЯТЕЛЬНОСТИ

*Евгений Александрович Маленко, соискатель,
Арсен Эдуардович Бабашев, кандидат педагогических наук, преподаватель,
Волгоградская государственная академия физической культуры*

Аннотация

В статье изучалась взаимосвязь показателей развития физических способностей у юных футболистов различного игрового амплуа в процессе соревновательной деятельности.

Ключевые слова: физические способности, юные футболисты, игровое амплуа.

THE IMPORTANCE OF LEVELS OF PHYSICAL ABILITIES DEVELOPMENT AMONG THE YOUNG FOOTBALL PLAYERS WITH VARIOUS GAME ROLE DURING THEIR COMPETITIVE ACTIVITY

*Evgenie Aleksandrovich Malenko, the competitor,
Arsene Eduardovich Babashev, the candidate of pedagogical sciences, teacher,
Volgograd State Academy of Physical Education*

Annotation

The interrelation of parameters of development of physical abilities among young football players with various game role during competitive activity has been studied in the article.

Keywords: physical abilities, young football players, competitive activity.

ВВЕДЕНИЕ

Высокая эффективность соревновательной деятельности в футболе требует планомерной физической подготовки, являющейся основой для становления специальной работоспособности и высокого уровня технико-тактического мастерства игроков [1, 4]. Особенно важна значимость физической подготовки на начальном этапе многолетней тренировки, когда у юных футболистов закладывается база для развития всех компонентов спортивного мастерства [2, 3].

К сожалению, многие проблемы развития специальных физических способностей у юных футболистов различного игрового амплуа не решены, что обусловило актуальность данной работы.

РЕЗУЛЬТАТЫ И ИХ ОБСУЖДЕНИЕ

В ходе 39 официальных игр в специально разработанных протоколах регистрировались игровые технико-тактические действия футболистов в возрасте 15-16 лет. Нами изучалась взаимосвязь между показателями соревновательной деятельности и комплексными характеристиками развития физических способностей у игроков различного амплуа, которая у данного контингента занимающихся имеет специфические особенности. У защитников установлено пять достоверных взаимосвязей, из них большинство - при пятипроцентном уровне значимости. Наиболее существенная взаимосвязь интегрального показателя развития физических способностей выявлена с результативностью отбора мяча ($r = 0,465$), единоборствами за мяч вверх ($r = 0,449$), результативностью ударов по воротам ($r = 0,420$). У этой категории игроков нами не обнаружено достоверного влияния уровней развития физических способностей на количество различных передач, ошибок при ведении мяча, ударов по воротам.

У полузащитников выявлено 12 (из 17 возможных) достоверных взаимосвязей, из них большинство – при пятипроцентном уровне значимости. По многим параметрам соревновательной деятельности отчетливо выражено повышение значимости интегрального показателя развития физических способностей. Голевые передачи ($r = 0,527$) и передачи мяча «на ход» ($r = 0,474$) наиболее взаимосвязаны с уровнем развития физических способностей у данного контингента юных футболистов.

Отбор и перехват мяча не зависят от уровней физических способностей и определяются у полузащитников в большей мере их техническими характеристиками. Напряженность встречи, характеризующаяся разницей между количеством забитых и пропущенных голов, также зависит ($r = 0,410$) от уровней развития физических способностей у данного контингента занимающихся.

У нападающих в сравнении с полузащитниками выявлено, с одной стороны, уменьшение количества достоверных взаимосвязей (десять), с другой - повышение уровней значимости (четыре взаимосвязи – при однопроцентном уровне значимости). У этой категории игроков отчетливо прослеживается увеличение величины коэффициентов корреляции. Наибольшая значимость уровней развития физических способностей выявлена при анализе следующих параметров игровой соревновательной деятельности: длинные передачи мяча ($r = 0,552$), результативность ударов по воротам ($r = 0,540$), голевые передачи ($r = 0,534$), обводка соперника ($r = 0,530$). Уровни сформированности физических способностей у данного контингента не влияют на количество коротких и средних передач мяча в игре, отбор и перехват мяча, число ошибок при ведении и передачах мяча.

У футболистов различного игрового амплуа наибольшая взаимосвязь показателей физических способностей выявлена при анализе характеристик результативности ударов по воротам. Вместе с тем, количество передач мяча головой во время игры и единоборств за мяч внизу не взаимосвязаны с уровнем развития физических способностей у данного контингента юных футболистов.

На основании проведенного анализа можно заключить, что физические способности оказывают существенное влияние на показатели соревновательной деятельности юных футболистов. Это подтверждает взаимосвязь: уровень развития физических способностей – сыгранное время ($r = 0,620$). Тренеры футбольных команд чаще доверяли выступать юным игрокам, имеющим более высокий уровень сформированности физических способностей.

Анализ данных записи игр юных футболистов показал, что атаки после групповых взаимодействий превосходят по всем параметрам индивидуальные. Так, 19,7% индивидуальных атак завершались ударами по воротам, количество попаданий в створ ворот составило 22,5%.

Атаки после групповых взаимодействий завершались ударами по воротам значительно чаще (41,2%), а попадание в створ ворот равно 40,1%.

По нашим данным, к индивидуальным атакам в процессе атакующих действий тяготеют юные футболисты, имеющие более высокий уровень технической и силовой подготовленности, а к групповым взаимодействиям – высокий уровень развития координационных способностей.

Игроки, имеющие высокий уровень развития специальных физических качеств, способны стабильно и эффективно решать задачи группового взаимодействия, координировать свои действия и действия партнера на достаточном уровне. Юные футболисты, у которых физические способности менее развиты, взаимодействуют нестабильно, но только при получении информации о собственных технико-тактических двигательных действиях способны существенно повысить эффективность игры. Правильный подбор игроков по особенностям развития физических способностей (при должном уровне технической подготовленности) существенно повышает эффективность индивидуальных технико-тактических двигательных действий и групповых взаимодействий в игре.

Результаты исследования свидетельствуют о том, что юные футболисты с различным уровнем развития физических способностей отличаются и по характеру проявления волевой активности. Высокий уровень данной характеристики, как правило, проявляют юные футболисты с достаточным уровнем развития физических способностей. Этот контингент занимающихся эффективнее выполняет технико-тактические двигательные действия в условиях силового единоборства (52,2%), общего снижения уровня деятельности команды (39,2%), игрового превосходства соперника (38,1%).

Существенные различия выявлены и при сравнении показателей характера волевой игровой активности у футболистов различного игрового амплуа. Защитники эффективнее выполняли технико-тактические двигательные действия при выполнении силового единоборства (46,9%), в условиях возможного получения травмы (34,4%). Нападающие эффективнее выполняли двигательные действия с малой вероятностью успешного исхода (47,9%), полузащитники - после серии неудачных индивидуальных атак (41,2%) и общего снижения уровня двигательной деятельности команды (29,9%). Результаты исследования подтверждают необходимость учета уровней развития физических способностей при комплектовании юношеских футбольных команд.

ВЫВОДЫ

1. У юных футболистов различного игрового амплуа значимость физических способностей в процессе их соревновательной деятельности носит специфический характер: у защитников оказывает позитивное влияние на показатели отбора мяча и единоборства за мяча; у полузащитников – на характеристики голевых передач и передач мяча на «ход»; у нападающих – на количество длинных передач мяча и результативность ударов по воротам.

2. Необходимо специфицировать тренировочные средства для развития физических способностей юных футболистов различного игрового амплуа, моделируя условия и ситуации соревновательной деятельности в тренировочном процессе.

ЛИТЕРАТУРА

1. Герасименко, А.П. Совершенствование основ технико-тактического мастерства юных футболистов : учеб.-метод. пособие / А.П. Герасименко ; Волгоградская гос. акад. физ. культуры. – Волгоград : [б.и.], 2003. – 72 с.
2. Рыбин, Д.В. Методика отбора и ранней игровой ориентации у юных футболистов с учетом их индивидуальных особенностей : автореф. дис. ... канд. пед. наук / Рыбин Д.В. – М., 2000. – 20 с.
3. Сарсания, К.С. Отбор и физическая подготовка юных футболистов : автореф. дис. ... канд. пед. наук / Сарсания К.С. – М., 2003. – 22 с.
4. Шамардин, А.И. Оптимизация функциональной подготовленности футболистов : монография / А.И. Шамардин ; Волгоградская гос. акад. физ. культуры. – Вол-

гоград : [б.и.], 2000. – 276 с.

Контактная информация: kudinov9910@rambler.ru

ПРОБЛЕМЫ УПРАВЛЕНИЯ РАЗВИТИЕМ АДАПТИВНОГО СПОРТА В РОССИИ

*Александр Сергеевич Махов, кандидат педагогических наук, доцент,
Шуйский государственный педагогический университет.*

*Ольга Николаевна Степанова, доктор педагогических наук, профессор,
Московский педагогический государственный университет*

Аннотация

В работе анализируются основные проблемы, связанные с управлением развитием адаптивного спорта в России. В статье приведены результаты исследования, проведённого среди спортсменов-инвалидов трёх категорий инвалидности (слабовидящие, тотально слепые, глухие) из 17 регионов России в рамках турнира на Кубок Президента Российской Федерации по футболу.

Ключевые слова: лица с ограниченными возможностями здоровья, спортсмены-инвалиды, адаптивный спорт, управление развитием адаптивного спорта.

THE PROBLEMS IN MANAGING THE ADAPTIVE SPORTS DEVELOPMENT IN RUSSIA

*Alexander Sergeevich Makhov, the candidate of pedagogical sciences, senior lecturer,
Shuisky State Pedagogical University,*

*Olga Nikolaevna Stepanova, the doctor of pedagogical sciences, professor,
Moscow Pedagogical State University*

Annotation

The main problems of adaptive sport development administration in Russia have been analyzed in the article. The results of research, held among disabled sportsmen of three categories (partially blind, completely blind and deaf) from 17 regions of Russia in frames of the RF Football Cup have been given in the article.

Key words: disabled people, disabled sportsmen, adaptive sport, management of the adaptive sport development.

ВВЕДЕНИЕ

С ростом инвалидности среди населения в большинстве стран мира, не исключая Россию, особую значимость приобретает проблема не только социальной реабилитации и адаптации лиц с отклонениями в состоянии здоровья, включая инвалидов, но и их интеграции в социум. Интеграция в общество человека с ограниченными возможностями здоровья предполагает предоставление ему не только прав, но и реальных возможностей участвовать во всех видах и формах социальной жизни, включая занятия физическими упражнениями и спортом наравне с остальными гражданами. В этой связи государство создаёт федеральные и региональные программы, реализует пилотные проекты, направленные на развитие адаптивного спорта. В законодательной базе Российской Федерации появляются документы, уравнивающие права инвалидов и людей, не имеющих ограничений в состоянии здоровья. Однако в настоящее время это равенство прав носит преимущественно декларативный характер по причине отсутствия реальных условий их практической реализации, которое во многом обусловлено недостаточной научно-практической разработанностью проблемы управления развитием адаптивного спорта в регионах России.

МЕТОДИКА

Для определения путей разрешения данной проблемы нами были проведены опросы спортсменов, тренеров и представителей команд, работающих в системе адап-

тивного спорта. Опросы (интервью и анкетирование) проводились в период проведения игр на Кубок Президента РФ по футболу среди инвалидов с 01 по 10 ноября 2009 года в г. Адлер. В опросах приняли участие 199 человек из 17-ти регионов России (Астрахани, Волгограда, Вологды, Воронежа, Ижевска, Йошкар-Олы, Калуги, Москвы, Нижнего Новгорода, Тулы, Самары, Санкт-Петербурга, Сочи, Хабаровска, Республики Дагестан, Тюменской и Воронежской областей), из них 149 спортсменов в возрасте от 15 до 56 лет (соревнования проходили в трёх возрастных группах: «юноши», «мужчины», «ветераны»), 50 тренеров и представителей команд трёх категорий инвалидности: «слабовидящие», «тотально слепые», «глухие».

РЕЗУЛЬТАТЫ И ИХ ОБСУЖДЕНИЕ

Уровень управления развитием российского спорта для лиц с отклонениями в состоянии здоровья респонденты оценили оценкой в $6,0 \pm 1,3$ балла (по 10-балльной шкале). В отдельных регионах, по мнению спортсменов и их тренеров, этот уровень не превышает отметки в 4 балла (Краснодарский край, Самара).

Основными проблемами организации и управления адаптивным спортом в регионах России, на взгляд 199 опрошенных специалистов и спортсменов, являются отсутствие финансовой базы – 15,5% и Федеральной программы, направленной на развитие адаптивного спорта – 10,5%. Столько же респондентов считают, что необходим чёткий финансовый контроль над аппаратом чиновников. Необходимой составляющей эффективного управления развитием адаптивного спорта, по мнению 9% опрошенных, является строительство специализированных спортивных комплексов, тренировочных баз, которых на сегодняшний день катастрофически не хватает. 9% респондентов видят необходимым условием позитивного развития системы адаптивного спорта создание детско-юношеских спортивных школ для инвалидов, еще 2% указали на необходимость создания клубной системы проведения соревнований.

Дополнительные опросы 50-ти тренеров и представителей команд адаптивного спорта позволили выявить основные профессиональные трудности педагогов, работающих в системе адаптивного спорта.

80% респондентов указали на наличие проблемы кадровой обеспеченности системы спорта для инвалидов. Несмотря на то, что в нашей стране процесс подготовки специалистов по адаптивной физической культуре начался 1996 году, а научно-педагогических кадров – в 2000 году [1], до сих пор в отрасли ощущается дефицит квалифицированных кадров, компетентных в вопросах обучения и тренировки спортсменов, относящихся к различным нозологическим группам. Приходится признать, что в систему адаптивного спорта нередко приходят педагоги по физической культуре или спортивные тренеры, которые оказываются не готовыми к работе с инвалидами.

30% опрошенных наставников команд испытывают потребность в организации семинаров, форумов по обмену опытом, в том числе с зарубежными коллегами, и считают, что именно невозможность профессионального общения существенно тормозит развитие спорта для лиц с отклонениями в состоянии здоровья, включая инвалидов.

Недостаток научно-методической литературы ощущают 26% тренерского корпуса. Несмотря на богатый фонд имеющихся научно-методических разработок по адаптивной физической культуре (особенно, в области ее лечебного и образовательного направлений), приходится констатировать практически полное отсутствие трудов, посвященных проблеме спортивной подготовки представителей различных нозологических групп, в полной мере учитывающей специфику их диагноза.

Столько же (26%) опрошенных специалистов в числе профессиональных трудностей обозначили факт отсутствия ставок тренеров в сфере адаптивной физической культуры и достойной заработной платы специалистов, работающих с инвалидами.

24% специалистов указали на наличие проблемы материально-технической оснащенности занятий, которая состоит не только в нехватке спортивных сооружений, предназначенных для обучения и тренировки спортсменов-инвалидов, и финансовых

средств, выделяемых для приобретения необходимого оборудования и инвентаря, но и в принципиальном отсутствии на имеющихся спортивных сооружениях специального оборудования, необходимого для полноценной организации занятий (пандусы, лифты, сходни и т.п.) для лиц с ограниченными возможностями. 20% опрошенных в числе важных обозначили проблему организации учебно-тренировочного процесса. По их словам, решение данной проблемы является жизненно необходимым, поскольку занятия физическими упражнениями сопряжены для инвалидов с опасностью и риском (падения, получения травм и т.п.).

Проблема организации учебно-тренировочного процесса актуальна и для системы детско-юношеского спорта инвалидов. Поскольку дети и подростки с ограниченными возможностями нередко обучаются и проживают в условиях реабилитационных центров, при составлении расписания учебно-тренировочных занятий следует учитывать распорядок дня и необходимость создания условий для доставки юных спортсменов к месту занятий [4].

С равнодушием чиновников и недопониманием важности адаптивной физической культуры столкнулись 16% представителей команд.

14% опрошенных признают важность проблемы медицинского сопровождения занятий, которая заключается в том, что присутствие на занятиях квалифицированного врача, готового в любой момент оказать необходимую помощь занимающимся, нередко оказывается недостаточным. Здесь необходимы умение и профессиональная готовность тренера организовать условия обеспечения медицинского контроля, исходя из местных возможностей спортивного сооружения и специфики контингента занимающихся.

10% тренеров, работающих с юными спортсменами, указали на важность проблемы подготовки родителей. По их мнению, главными помощниками тренера становятся родители детей-инвалидов. И здесь бывает недостаточно родительской интуиции, нужна целая система обучения и подготовки родителей как полноценных участников педагогического процесса [3].

Перечисленные проблемы являются лишь видимой частью тех многочисленных трудностей, с которыми приходится сталкиваться педагогам, работающим в системе адаптивного спорта. Помимо денежных вложений, призванных обеспечить разработку специализированных спортивных сооружений, оборудования и инвентаря, подготовку высококвалифицированных кадров, способных не только обеспечить психолого-педагогическое, но и организовать медицинское сопровождение занятий с инвалидами [2], необходимо провести масштабные научные изыскания с тем, чтобы выстроить теорию и методику подготовки спортсменов из числа лиц с ограниченными возможностями здоровья.

Как показали опросы 149 спортсменов, всего 24% участников соревнований считают, что спорту инвалидов уделяется достаточное внимание, остальные 76% указали, что в их регионе «Всё инфантильно», «Хотелось бы больше», «Всё делается "для галочки"», «Когда прикажут». Исследование данного вопроса подтверждает отсутствие налаженной системы государственной пропаганды и должного внимания со стороны властей и общественности к спортивным достижениям инвалидов, что существенно тормозит как процесс вовлечения лиц с ограниченными возможностями здоровья в систему регулярных занятий физическими упражнениями и спортом, так и процесс комплектования спортивных объединений и команд.

О недостаточном уровне развития адаптивного спорта в России свидетельствует тот факт, что 33% опрошенных спортсменов указали на свою неосведомленность о существовании в их регионе программ по развитию физической культуры и спорта для лиц с отклонениями в состоянии здоровья. 36% респондентов считают, что такие программы в их регионе не реализуются, и лишь 31% участников соревнований с уверенностью заявили о наличии в их городе или области подобной программы.

ВЫВОДЫ

Несмотря на то, что в настоящее время прикладываются значительные усилия для развития адаптивной физической культуры как универсального средства физической, психической и социальной адаптации инвалидов, лишь незначительная часть лиц с ограниченными возможностями здоровья вовлечена в систему физкультурно-оздоровительной и спортивной работы. Среди основных причин такой ситуации следует назвать:

- острый дефицит квалифицированных кадров, способных обеспечить не только педагогическое, но и медицинское, психологическое сопровождение занятий с представителями различных нозологических групп, нехватку специалистов, обладающих организаторскими способностями, умеющих выстроить учебно-тренировочный процесс и провести спортивные соревнования и мероприятия;
- отсутствие налаженной системы повышения квалификации и обмена опытом специалистов в области адаптивной физической культуры;
- недостаточную разработанность теории и методики адаптивного спорта (речь здесь идет не о накоплении и объединении знаний по физической культуре, спорту, медицине, коррекционной педагогике, а о создании, по существу, нового знания, являющего собой результат взаимопроникновения знаний каждой из названных наук и дисциплин [1]);
- отсутствие четкой системы государственной пропаганды и популяризации физической культуры и спорта, прежде всего, среди инвалидов, что значительно затрудняет вовлечение лиц с ограниченными возможностями здоровья в занятия физическими упражнениями и спортом;
- недостаточный уровень финансирования системы спорта инвалидов;
- недостаточную развитость инфраструктуры адаптивного спорта: большинство спортивных сооружений, в которых осуществляют подготовку к соревнованиям люди с ограниченными возможностями здоровья, не соответствуют современным требованиям;
- отсутствие единой концепции и государственной стратегии развития адаптивного спорта, необходимость существенной доработки нормативно-правовой базы спорта инвалидов.

На сегодняшний день далека от своего воплощения идея создания клубной системы проведения соревнований и открытия детско-юношеских спортивных (спортивно-технических) школ и детско-юношеских клубов физической подготовки для инвалидов – представителей различных нозологических групп.

Кроме того, как показали результаты проведенного исследования, необходимо провести огромную исследовательскую работу с тем, чтобы агрегировать имеющиеся представления ученых и практиков об отдельных аспектах проблемы управления адаптивным спортом, разработать ряд новых теоретических положений и развить их до уровня, пригодного к практическому применению.

ЛИТЕРАТУРА

1. Евсеев, С.П. Адаптивная физическая культура : учебное пособие / С.П. Евсеев, Л.В. Шапкова. – М. : Советский спорт, 2000. – 240 с.
2. Иванов, В.И. Проблемы организации обучения двигательным действиям детей-инвалидов / В.И. Иванов, О.Н. Степанов // Здоровый образ жизни и физическое воспитание студентов и слушателей : материалы научно-практической конференции / ИНЭП. – М., 2009. – С. 116-120.
3. Махова, А.И. Подготовка родителей к физкультурно-оздоровительной работе с детьми-инвалидами // Человек и его здоровье : материалы Международного конгресса / СПбГУФК им. П.Ф. Лесгафта. – СПб., 1999. – С. 140-146.
4. Потехин, Л.Д. Физкультурно-оздоровительная работа с инвалидами / Л.Д.

Потехин, Н.Г. Коновалова, Ф.О. Майер. – Новокузнецк : [б.и.], 1988. – 165 с.

Контактная информация: omsgpu@yandex.ru

ПОНЯТИЕ О ПСИХОМОТОРНЫХ СПОСОБНОСТЯХ И ИХ ВЗАИМОСВЯЗЬ С ПСИХОЛОГИЧЕСКИМИ КОМПОНЕНТАМИ ЛИЧНОСТИ СТАРШИХ ШКОЛЬНИКОВ ГИМНАЗИИ

*Виктор Владимирович Мезентцев, старший преподаватель,
Дальневосточная государственная академия физической культуры (ДВГАФК),
г. Хабаровск*

Аннотация

В статье дается понятие о психомоторных способностях и приводятся результаты исследования физической подготовленности и психологических свойств личности, полученные при организации занятий по физической культуре старших школьников гимназии.

Ключевые слова: ситуативное обучение, психофизическое состояние, психомоторные способности, психомоторика, ситуативная тревожность, самостоятельность, физическая подготовленность, двигательные способности.

THE CONCEPT OF PSYCHOMOTOR ABILITIES AND THEIR INTERRELATION WITH PSYCHOLOGICAL COMPONENTS OF SENIOR GYMNASIA LEARNERS' PERSONALITY

*Viktor Vladimirovich Mezentsev, the senior teacher,
Far Eastern State Academy of Physical Education,
Khabarovsk*

Annotation

The article depicts the concept of psychomotor abilities and provides with the results of research upon physical condition and psychological qualities of personality received during the organization of physical culture lessons among senior gymnasium learners.

Keywords: situational training, psychophysical condition, psychomotor abilities, psychomotor response, situational anxiety, self-dependence, physical condition, motor abilities.

ВВЕДЕНИЕ

Справиться со многими сложностями жизненных задач и проблем профессиональной деятельности могут в наши дни лишь люди здоровые, эмоционально устойчивые, способные оптимально реагировать на экстремальные воздействия, возникающие в процессе обыденной и специальной деятельности. В настоящее время становятся привычными данные о системном ухудшении состояния здоровья, снижении уровня психофизического состояния подрастающего поколения. Поэтому необходимо повысить уровень развития психомоторных способностей старших школьников в процессе их физического воспитания в школе, направленных на оптимизацию их психофизического состояния в условиях современной жизни, что позволит повысить самостоятельность, потребность, увеличить надежность в двигательной деятельности и способность оптимально реагировать на экстремальные воздействия, возникающие в процессе обыденной и специальной деятельности.

Важной особенностью психомоторики является способность человека отражать объективную информацию о своей двигательной деятельности, точно контролировать свои движения и эффективно управлять ими.

Доказано, что в целом психомоторика существенно влияет на деятельность индивидуума; более того, показатели психомоторики, проявляющиеся в момент выполнения действия или в момент принятия решения о действии, могут в значительной степени предопределить успех или неудачу целенаправленной деятельности. Опыт показывает, что психомоторные качества подлежат изменению (по крайней мере, "оттачиваются") в процессе тренировок и занятий [5, 6, 7, 9]. И именно в психомоторной

организации отражается практически вся его характеристика как личности и как субъекта деятельности, т.к. именно психомоторика выполняет интегрирующую функцию всех анализаторных систем человека [7].

Экспериментально выявлены закономерности гетерохронного развития психомоторики у детей, подростков и юношей, зависящие от половых, индивидуально-возрастных особенностей и психолого-педагогического совершенствования двигательного анализатора [9].

Специалисты в области возрастной психологии выделяют период 11-14 лет как чувствительный для развития ряда психических качеств, причем в первой половине этого возраста преимущественное развитие получают сенсомоторные качества, а во второй – когнитивные. Определены даже своего рода антагонистические характеристики развития психомоторных и когнитивных качеств: до 13 лет преимущество имеют психомоторные качества, как бы уступающие первенство в развитии когнитивным качествам, для которых чувствительным является возраст 14 лет и старше [3]. Вместе с тем, для быстроты простой реакции чувствительным является возраст 11-12 лет, а для быстроты реакции выбора - 13-14 лет [15].

Психомоторные способности эффективно формируются у школьников старших классов с помощью специально разработанных методических приемов, комплекса психомоторных упражнений и тестов (ситуативное обучение), которые обеспечивают более активное двигательное развитие учащихся по сравнению с традиционными методами физического воспитания за счет опережающего формирования психических механизмов управления двигательными действиями [8].

Во всех технологиях развития психомоторных качеств имеет место развивающее обучение, личностно ориентированное и направленное на стимулирование познавательных процессов, сознательного и бессознательного компонентов познания и повышения самостоятельности и активности в двигательной деятельности, увеличение интереса и потребности в специальной двигательной деятельности, что благоприятно сказывается как на общем, так и специальном уровнях развития психофизической сферы человека.

МЕТОДИКА

Нами была разработана методика использования ситуативного обучения с элементами спортивных игр и единоборств экспериментальной группы старших школьников экономической гимназии в вариативной части программы по физической культуре, направленная на увеличение мотивации двигательной деятельности учащихся старших классов, улучшение их психофизического состояния, самостоятельности, активности и увеличение надежности в двигательной деятельности и способности оптимально реагировать на экстремальные воздействия, возникающие в процессе обыденной и специальной деятельности.

Суть методики заключалась в том, что на уроке физической культуры моделировалась определенная игровая ситуация, представляющая некую угрозу для жизни человека, и давались ситуативные задачи с элементами волейбола, баскетбола и единоборств, ориентированные на выживание в создавшейся ситуации, развитие оперативности и самостоятельности в принятии решений, активности и надежности в двигательной деятельности, направленной на преодоление возникшей ситуации.

Выполнение ситуативных заданий ограничивалось по времени (1-5 минут), а также условиями, разрешенными программой выполнения двигательных действий и «мерами наказания», используемыми либо при ошибке в выполнении двигательного действия, либо при применении не разрешенных двигательных действий, в виде выполнения определенных нагрузок (приседаний или сгибаний-разгибаний рук в упоре лежа и т.п.), после которых решение ситуативной задачи продолжалось. Не выполнение ситуативного задания по времени либо в противоборстве с соперником означало «мнимую гибель».

ОРГАНИЗАЦИЯ ИССЛЕДОВАНИЯ

Занятия, проведенные по разработанной нами методике ситуативного обучения с элементами спортивных игр и единоборств, в вариативной части программы по физической культуре со старшими школьниками 10 классов гимназии города Хабаровска с сентября 2006 года по май 2007 года позволили достоверно улучшить показатели психомоторики и физической подготовленности экспериментальной группы юношей. Тестирование психофизического состояния старших школьников проводилось до эксперимента и после на базе лаборатории психофизиологической диагностики НИИ ФКиС ДВГАФК с применением прибора компьютерной диагностики психофизиологический комплекс "НС-ПсихоТест".

РЕЗУЛЬТАТЫ

Достоверное улучшение показателей психомоторики в экспериментальной группе юношей произошло в таких тестах, как время реакции (мс), реакция выбора (мс), оценка внимания (мс), ориентировочно-зрительно-поисковой реакция по таблицам Шульте-Платонова (с), теппинг-тест: средняя частота выполнения (Гц) и число нажатий за 30 с (раз), реакция на движущийся объект (РДО) (мс), координаметрия: количество касаний (раз) за время выполнения (с) и количество касаний (раз) в/с (тремор).

Так же после проведения эксперимента произошло достоверное улучшение показателей физической подготовленности в экспериментальной группе юношей в таких тестах, как прыжок в длину с места (см) с $240 \pm 1,7$ до $247 \pm 1,5$ (на 2,9%); бег 100 метров (с) с $13,4 \pm 0,08$ до $12,8 \pm 0,07$ (на 4,5%); челночный бег 3×10 метров (с) с $7,8 \pm 0,05$ до $7,3 \pm 0,05$ (на 5,1%) и в поднимании туловища из положения лежа за 1 мин (раз) с $46 \pm 0,6$ до $50 \pm 0,5$ после эксперимента (на 8,7%) ($p < 0,05$).

Параллельно с проведением педагогического эксперимента нами было проведено исследование показателей ситуативной тревожности по методике [14], уровня самостоятельности в двигательной деятельности по методике исследования физической культуры личности, разработанной [2], с участием экспериментальной группы мальчиков 20 человек до и после проведения эксперимента.

Ситуативная или реактивная тревожность как состояние характеризуется субъективно переживаемыми эмоциями: напряжением, беспокойством, озабоченностью, нервозностью. Это состояние возникает как эмоциональная реакция на стрессовую ситуацию и может быть разным по интенсивности и динамичности во времени [13].

Оптимальным уровнем ситуативной тревожности является средний уровень, характеризующийся оптимальным уровнем напряжения, выдержкой, самообладанием, чувством уверенности, оперативности, надежности и самостоятельности в принятии решений в различных ситуациях.

В экспериментальной группе после проведения эксперимента высокий уровень тревожности у учащихся снизился с 65% до 45% (-20%), а средний уровень тревожности повысился с 30% до 50% (+20%), низкий уровень тревожности у старшеклассников остался без изменений (5%).

Самостоятельность двигательной деятельности является психическим волевым качеством, во многом определяющим двигательное поведение человека и место реализации этого качества – в блоке принятия решения функциональной системы [1], которое обеспечивает обработку на основе доминирующей мотивации всей предшествующей поступлению в мозг афферентной информации, непрерывное сопоставление этих результатов с прошлым опытом. Результаты этой обработки переводятся на эфферентные пути, точно соответствующие распределению возбуждений для совершения нужного акта [11, 12].

В экспериментальной группе после проведения эксперимента повысился высокий уровень самостоятельности в двигательной деятельности у 10% учащихся (до экс-

перимента) до 20% (после эксперимента) (+10%), средний уровень - с 30% (до эксперимента) до 40% (после эксперимента) (+10%), а низкий уровень самостоятельности двигательной деятельности у школьников снизился с 60% (до эксперимента) до 40% (после эксперимента) (-20%).

ВЫВОД

Эксперимент показал, что специально разработанные ситуативные упражнения наиболее эффективны для снижения уровня ситуативной тревожности и повышения уровня самостоятельности двигательной деятельности, направленного на выбор оптимального двигательного поведения в условиях дефицита времени в различных экстремальных ситуациях за счет улучшения психических механизмов управления двигательными действиями, способствующих повышению психомоторных способностей старших школьников.

ЛИТЕРАТУРА

1. Анохин, П.К. Системные механизмы высшей нервной деятельности : избр. тр. / П.К. Анохин ; АН СССР. Отд-ние физиологии. – М. : Наука, 1979. – 454 с. : ил.
2. Воротилкина, И.М. Методики по исследованию физической культуры личности : учебное пособие / И.М. Воротилкина. – Биробиджан : Изд-во Биробиджанский ГПИ, 2004. – 60 с.
3. Горбунов, Г.Д. Психопедагогика физического воспитания и спорта : автореф. дис. ... д-ра. пед. наук : 13.00.04 ; 19.00.07 / Горбунов Геннадий Дмитриевич ; [С.-Петерб. гос. акад. физ. культуры им. П.Ф. Лесгафта]. – СПб., 1994. – 58 с.
4. Кичигин, В.Н. Психофизика и становление атлета : монография / В.Н. Кичигин. – Киев : [б. и.], 2000. – 114 с.
5. Клименко, В. В. Психомоторные способности юного спортсмена / В.В. Клименко. – Киев : Здоровье, 1987. – 168 с. : ил.
6. Маришук, В. Л. Психодиагностика в спорте : учеб. пособие для вузов / В.Л. Маришук, Ю.М. Блудов, Л.И. Серова. – М. : Просвещение, 2005. – 349 с.
7. Никандров, В. В. Психомоторика : учеб. пособие / В. В. Никандров. – СПб. : Речь, 2004. – 104 с.
8. Озеров, В. П. Психологические основы диагностики и формирования психомоторных способностей у школьников и студентов : автореф. дис. ... д-ра пед. наук : 13.00.04 / Озеров В.П. – М., 1993. – 38 с.
9. Озеров, В.П. Психомоторные способности человека / В.П. Озеров. – Дубна : Феникс+, 2002. – 320 с.
10. Рубинштейн, С.Л. Проблемы общей психологии / С.Л. Рубинштейн. – 2-е изд. – М. : Педагогика, 1976. – 416 с.
11. Салиев, А. Человеческая психология и искусство / А. Салиев. – Фрунзе : Кыргызстан, 1980. – 308 с.
12. Светловская, Н. Н. Об интеграции как методическом явлении и ее возможностях в начальном обучении / Н. Н. Светловская // Начальная школа. – 1990. – № 5. – С. 14-15.
13. Столяренко, Л. Д. Основы психологии : практикум / Л. Д. Столяренко. – Изд. 4-е, доп. и перераб. – Ростов-на-Дону : Феникс, 2003. – 704 с.
14. Ханин, Ю. Л. Психология общения в спорте / Ю.Л. Ханин. – М. : Физкультура и спорт, 1980. – 208 с. : ил.
15. Юсеф, А.А. Психомоторные характеристики подростков 6-10 лет в связи с особенностями двигательной активности / А.А. Юсеф, Бу Аббас, М. Каббара // Физическая культура : воспитание, образование, тренировка. – 1997. – № 3. – С.48-50.

Контактная информация: dimaz_@pochta.ru

ИССЛЕДОВАНИЕ ФАКТОРОВ КАЧЕСТВА ОБРАЗОВАНИЯ

*Гульсина Хафизовна Муртазина, кандидат педагогических наук, доцент,
Национальный государственный университет физической культуры,
спорта и здоровья имени П.Ф. Лесгафта, Санкт-Петербург,
(НГУ им. П.Ф. Лесгафта, Санкт-Петербург)*

Аннотация

В статье представлены краткие результаты исследования, проведенного среди студентов специализации «Связи с общественностью в сфере массовой физической культуры, рекреации и спорта», посвященного качеству подготовки в вузе.

Ключевые слова: подготовка специалистов в вузе, связи с общественностью, качество образования, довузовская подготовка, учебный процесс, научная, воспитательная работа, профессиональное предназначение.

INVESTIGATION OF THE EDUCATION QUALITY FACTORS

*Gulsina Hafizovna Murtazina, the candidate of pedagogical sciences, senior lecturer,
The Lesgaft National State University of Physical Education, Sport and Health,
St.-Petersburg*

Annotation

The article presents a summary of the survey conducted among students with specialization «Public relations in the sphere of mass physical culture, recreation and sport» and devoted to the quality of training in university.

Keywords: specialists' training in university, public relations, quality of education, pre-college preparation, educational process, scientific, educational work, professional purpose.

ВВЕДЕНИЕ

На современном этапе модернизации российского образования одним из приоритетных направлений государственной политики в этой сфере признано повышение качества профессионального образования. В соответствии со стандартом ISO 9000, качество – «это совокупность характеристик объекта, относящихся к его способности удовлетворять установленные и предполагаемые потребности» [1]. В образовании качество продукта или услуги измерить сложнее. Характеризуя понятие «качество образования», можно определить его как «соответствие принятым нормам» [2], «сбалансированное соответствие высшего образования (как результата, как процесса, как образовательной системы) многообразным потребностям, целям, требованиям, нормам (стандартам); системную совокупность иерархически организованных, социально значимых сущностных свойств (характеристик, параметров) высшего образования (как результата, как процесса, как образовательной системы)» [3]. На качество образования в высшей школе влияют многочисленные факторы: качество государственных образовательных стандартов и инновационность образовательных программ, уровень и качество довузовской подготовки абитуриентов, информационно-методическое обеспечение учебного процесса, квалификация профессорско-преподавательского состава, материально-техническая база вуза, социальная защищенность сотрудников и студентов, внешние экономические условия, морально-психологический климат в учебном заведении, социальная и воспитательная составляющая (культурная среда, спорт, отдых, бытовые условия), востребованность выпускников на рынке труда, результативность самореализации и пр.

РЕЗУЛЬТАТЫ И ИХ ОБСУЖДЕНИЕ

В 2009 году было проведено анкетирование студентов специальности «Связи с общественностью» НГУ им. П.Ф. Лесгафта (1-5 курс, n=75), направленное на изучение таких компонентов образовательного процесса, как довузовская подготовка (блок А), учебный процесс (Б), научная (В), воспитательная работа (Г) и профессиональное

предназначение (Д).

Блок А. В 2009 году поступление в вузы было продиктовано правилами Единого государственного экзамена. Поступившие студенты (n=26) на вопрос о подготовке к ЕГЭ ответили следующим образом: самостоятельно готовились – 61,5%, готовились в школе – 38,4%, посещали подготовительные курсы НГУ им. П.Ф. Лесгафта – 7,6%, воспользовались услугами репетиторов – 23%, поступили без специальной подготовки – 7,6% респондентов. О наборе на данную специальность узнали от друзей, знакомых и родственников – 27% опрошенных, из сборника для поступающих в вузы – 34,6%, на тематических выставках (образование и т.п.) – 3,8%, из СМИ – 0%, из Интернет (сайт вуза) – 42,3%.

Количество вузов, в которые абитуриенты подали результаты ЕГЭ: в один вуз – 15,3%, от двух до пяти – 77%, от шести до девяти – 3,8%, от десяти до четырнадцати – 0%, от пятнадцати и более – 3,8%. Причинами выбора НГУ им. П.Ф. Лесгафта являются: известность вуза, ее отметили 42,3% опрошенных, близость к дому – 0%, семейная традиция – 11,5%, стоимость обучения – 7,6%, низкий проходной балл – 3,8%, здесь учатся мои друзья – 7,6%, другое – 2% (спортивная специализация). Мотивы поступления на специальность: престиж профессии отметили 70%, рекомендации знакомых, родственников – 11,5%, высокий уровень оплаты профессионалов в этой сфере – 11,5%, высокий спрос на рынке труда – 11,5%, другое – 27% (интерес, наличие способностей, возможность работать со спортсменами).

Блок Б. Подготовка к семинарским занятиям проходит следующим образом: изучают основную и дополнительную литературу, рекомендованную преподавателем, – 15,2%, самостоятельно подбирают и изучают литературу – 20,4%, ограничиваются конспектом или учебником – 54,1% студентов.

89,3% пользуются услугами вузовской библиотеки, не записаны в библиотеку 9,3%. Настораживающим фактором является число студентов (10,3%), отметивших вариант «ничего не читаю», что свидетельствует о проблемах в организации самостоятельной работы студентов. Часто отвлекаются, занимаются посторонними делами 45,3% респондентов, это почти половина учебной группы. Тем не менее, для студентов характерна активность на занятиях: 74,6% опрошенных задают вопросы преподавателю по пройденной теме с целью уточнения интересующих вопросов. Основным преобладающим мотивом посещения аудиторных занятий 72% опрошенных отмечают стремление получить знания. Посещение занятий как обязанность рассматривают 24% обучаемых. Остальные причины связаны со строгим контролем посещаемости – 12%, высоким качеством проводимых занятий – 16%, возможностью пообщаться с друзьями, встретиться с однокурсниками – 6,6%, уважением к преподавателю – 14,6%. Взаимоотношения с профессорско-преподавательским составом 60,1% студентов определяют в целом как объективные, редко сталкивались с предвзятостью со стороны преподавателей – 24,5%, никогда не сталкивались – 4,3%, затрудняются ответить 11,1% опрошенных. Уровень преподавания в целом отмечают как «хороший» – 45,3%, «средний» – 50,6%, «низкий» – 1,3%. Студенты отмечают неудовлетворенность в оценке доступа в Интернет – 44% и обучении иностранным языкам – 41,3%. На вопрос: «Достаточно ли получаемых на факультете знаний для работы за рубежом» были получены ответы: достаточно – 9,3%, не совсем достаточно – 68%, крайне недостаточно – 22,6%. На вопрос о предпочтительности выбора работы за рубежом или в России, работа за границей предпочтительна для 45,3%, работа в России – для 54,6% опрошенных.

У студентов предусматривается три вида практик: ознакомительная, учебно-производственная, преддипломная. Так, качество организации практики на факультете как хорошее оценивают 25%, среднее – 43%, низкое – 28%.

Блок В. В научных студенческих конференциях принимают участие 37,3% респондентов. Интерес к участию в научных студенческих конференциях проявлен у 53,3% опрошенных, отсутствие желания участвовать в них отмечают 16%, затрудняются ответить на поставленный вопрос 30,6% студентов. Желают принять участие в

работе студенческого научного общества 28%, не желают – 28%, затрудняются ответить – 44%. На вопрос, касающийся участия в конференциях, конкурсах по связям с общественностью, были получены следующие ответы: постоянно участвуют – 22,6%, не проявляют интереса – 10,6%, хотели бы участвовать – 62,6% анкетированных.

Блок Г. Коллектив учебной группы характеризуется следующим образом: заметно выражены отдельные группировки – 46,6%, сплоченный, дружный – 28%, разобщен, в основном каждый сам по себе – 14,6%, затрудняются ответить – 10,6% обучающихся. Авторитет студента в учебной группе зависит от следующих качеств и факторов: высокие моральные качества – 18,6%, лидерские качества – 40%, коммуникабельность – 64%, успехи в учебе – 20%, имущественное положение – 10,6%, высокая культура, эрудиция – 25,3%, внешние данные – 18,6%, чувство юмора – 54,6%, другие качества – 1,3%.

Творческим, общекультурным развитием (самодетельность, КВН, конкурсы и т.п.) на факультете вполне удовлетворены 33,3%, отчасти удовлетворены 41,3%, не удовлетворены 25,3% студентов.

Блок Д. Особый интерес для нас представляли ответы, связанные с выбором профессии. На вопрос: «В какой мере Вам нравится выбранная специальность» были получены следующие ответы (табл. 1):

Таблица 1

Оценка выбранной специальности (в %)

	1 курс n=18	2 курс n=17	3 курс n=15	4 курс n=10	5 курс n=15
очень нравится	72,3	47,3	33,4	55	59,7
пожалуй, нравится	27,7	41,1	60	45	27
пожалуй, не нравится	0	5,8	0	0	0
совсем не нравится	0	0	6,6	0	0
затрудняюсь ответить	0	5,8	0	0	13,3

На вопрос: «Если бы представилась возможность выбирать заново, куда поступать» выбрали бы эту же специальность – 72%, поступили бы на другую специальность – 9,3%, отдали бы предпочтение другому вузу – 8%, затрудняются ответить – 10,6% респондентов. Собираются работать по полученной специальности в будущем 36%, если представится возможность – 52%, не собираются работать по специальности – 5,3%, затрудняются ответить – 6,6% обучающихся. В 2008 году 60% студентов 5 курса полагали, что шансы найти работу по специальности достаточно велики, в 2009 году такую уверенность разделяют 45%.

Предпочтительный жизненный выбор после окончания вуза респонденты определяют таким образом: мечтают иметь собственное дело и будут стремиться к этому – 60%, будут искать место, где хорошо платят и не обязательно по специальности – 12%, пойдут работать по полученной специальности – 28%, постараются получить другую специальность – 1,3%, будут поступать в аспирантуру – 5,3%, постараются уехать за границу и работать там – 14,6%, будут жить, как позволят обстоятельства – 4%.

Свои жизненные идеалы и устремления респонденты характеризуют следующим образом: человек-профессионал в своем деле является идеалом для 46,6% опрошенных, карьера бизнесмена привлекает 17,3% анкетированных, политика – 4%, ученого – 0%, «свободного художника» – 14,6%, мечтают о жизни за рубежом – 12%, затрудняются ответить на вопрос – 20%.

Через пять лет студенты предполагают добиться определенного статуса (перечень составлен в соответствии с квалификационным справочником) [4]: заместителями директоров по связям с общественностью видят себя 34,6%, менеджерами по связям с общественностью – 10,6%, начальниками отделов по связям с общественностью – 29,3%, специалистами по связям с общественностью – 17,3%, другое – 6,2%.

Наиболее привлекательной сферой занятости для дальнейшей работы респонденты отмечают следующие: сфера связей с общественностью – 37,3%, сфера связей с общественностью в спорте – 41,3%, работа в органах государственного управления –

16%, предпринимательство и бизнес – 22,6%, сфера услуг – 10,6%, правоохранительные органы – 1,3%, производство – 1,3%, сфера науки – 2,6%, другое – 6,6%.

ВЫВОДЫ

Анкетирование студентов специальности «Связи с общественностью» выявило скрытые резервы и дополнительные возможности в довузовской подготовке, организации учебного процесса, воспитательной работе, научной деятельности. Эти данные могут служить основой для целенаправленного исследования проблем качества образования и модернизации подготовки специалистов.

ЛИТЕРАТУРА

1. ГОСТ Р ИСО 9000-2001 Государственный Стандарт РФ (<http://www.unilib.neva.ru/dl/quality/std/gsriso90002001.html>).
2. Университетское образование // Г.Б. Скок, Лебедева Е.А. Управление качеством образования в университете.-2001.-№3.-С.9.
3. Селезнева, Н.А. Качество высшего образования как объект системного исследования : лекция-доклад / Н.А. Селезнева. – М. : изд-во, 2003. – XX с.
4. Приложение к Постановлению Минтруда РФ от 28 июля 2003г. № 59. – (<http://www.fstrf.ru/about/meeting/seminar/6/3>).

Контактная информация: pr-kafedra@yandex.ru

НАДЕЖНОСТЬ И ЭФФЕКТИВНОСТЬ ТЕХНИКО-ТАКТИЧЕСКИХ ДВИГАТЕЛЬНЫХ ДЕЙСТВИЙ ЮНЫХ ФУТБОЛИСТОВ-ВРАТАРЕЙ В УСЛОВИЯХ СОРЕВНОВАТЕЛЬНОЙ ДЕЯТЕЛЬНОСТИ

*Андрей Владимирович Никитин, преподаватель,
Волгоградская государственная академия физической культуры (ВЛГАФК)*

Аннотация

В статье выявлялись показатели надежности и эффективности технико-тактических двигательных действий юных вратарей в процессе соревновательной деятельности.

Ключевые слова: надежность, эффективность, технико-тактические двигательные действия, юные вратари, футбол, соревновательная деятельность.

RELIABILITY AND EFFICIENCY OF TECHNICAL AND TACTICAL MOTOR ACTIONS OF YOUNG FOOTBALL PLAYERS-GOALKEEPERS IN CONDITIONS OF COMPETITIVE ACTIVITY

*Andrew Vladimirovich Nikitin, the teacher,
Volgograd State Academy of Physical Education*

Annotation

The article looks for the parameters of reliability and efficiency of technical and tactical motor actions of young goalkeepers during competitive activity.

Keywords: reliability, efficiency, technical and tactical motor actions, young goalkeepers, football, competitive activity.

ВВЕДЕНИЕ

Современный футбол характеризуется остроатакующими действиями, которые завершаются, как правило, внезапным и точным ударом, поэтому вратарю необходимо использовать широкий арсенал двигательных умений и навыков для успешной обороны ворот [1, 2]. Отражение неожиданных и точных ударов по воротам требует от вратаря умений прогнозировать свои и противника двигательные действия, своевременно выбирать место и самоотверженно вступать в единоборство с соперником [3]. Важной задачей вратаря является и организация атакующих действий своей команды.

РЕЗУЛЬТАТЫ И ИХ ОБСУЖДЕНИЕ

В условиях соревновательной деятельности исследовались 45 вратарей детских и юношеских футбольных команд. Изучались такие параметры, как количество выполняемых технико-тактических приемов, их надежность и эффективность. Нами выделено три основных типа таких двигательных действий: игра в воротах, игра на выходе из ворот и организация атакующих действий команды. Во время игры в футбол вратари применяют ловлю мяча, отбивание и перевод его на угловой. Каждое технико-тактическое двигательное действие осуществляется в опорном положении, в прыжке и в падении. В процессе организации атаки вратари используют розыгрыш мяча ударом от ворот, выбивание ногой и вбрасывание рукой.

Анализ материалов исследований показал, что наиболее надежными являются различные способы отбивания мяча в опорном положении: возраст 12-13 лет – 0,72; 14-15 лет – 0,75; 16-17 лет – 0,79. Данный способ оборонительных действий достаточно надежен, но малоэффективен, так как мяч в большинстве случаев (51,7%) попадает к игрокам соперника. По нашим данным, наиболее надежной является ловля мяча в опорном положении: возраст 12-13 лет – 0,70; 14-15 лет – 0,72; 16-17 лет – 0,77. Далее следует надежность ловли мяча в падении (возраст 12-13 лет – 0,50; 14-15 лет – 0,56; 16-17 лет – 0,59), а затем надежность ловли мяча в прыжке (возраст 12-13 лет – 0,52; 14-15 лет – 0,53; 16-17 лет – 0,57). У данной группы спортсменов заметно отстают в надежности и эффективности почти все способы перевода мяча на угловой, особенно в прыжке.

Таким образом, при игре в воротах имеются определенные различия показателей надежности технико-тактических двигательных действий у юных вратарей различного возраста: по мере увеличения возраста повышается надежность данных характеристик. По нашему мнению, это связано, с одной стороны, с развитием скоростно-силовых качеств, необходимых для отталкивания в прыжке и падении, с другой стороны, с формированием технических приемов, обеспечивающих надежную защиту ворот.

Сопоставляя аналогичные показатели юных вратарей различного возраста во второй типовой ситуации (игра на выходе), отмечают более значительные различия в надежности выполнения изучаемых способов оборонительных действий. Важным представляется то, что при игре вратарей на выходе из ворот наиболее надежными являются двигательные действия, применяемые в прыжке.

Переходя к рассмотрению третьей типовой ситуации (организация атаки), необходимо подчеркнуть, что функции вратаря в этом случае не носят оборонительный характер, а связаны с начальной фазой организации атакующих действий команды. Наш взгляд, крайне важно, кому из игроков будет направлен мяч для последующего развития атаки. Было установлено, что юные вратари часто используют для организации атакующих действий различные способы ударов по мячу и значительно реже осуществляют вбрасывание мяча рукой.

Наиболее надежным ($H = 0,89-0,94$) и достаточно эффективным способом является вбрасывание мяча рукой. Надежным ($H = 0,85 - 0,89$), но малоэффективным у юных вратарей является розыгрыш удара от ворот. Удары мяча с руки ($H = 0,62 - 0,65$) и удары мяча ногой от ворот ($H = 0,55 - 0,59$) являются менее надежными.

В процессе организации начала атаки вратари преимущественно вводят мяч в поле ударом ногой, и практически половина (43,7%) этих передач оказывается неточной. Это объясняется следующими причинами: задержкой выбивания, отсутствием элемента надежности при вводе мяча в игру и высокой траекторией полета мяча. Все это позволяет обороняющейся команде своевременно «закрыть» игроков и вступить с ними в единоборство или сыграть на «опережение». Вместе с тем, быстрое введение мяча в игру рукой является высокоэффективным технико-тактическим действием. Однако наши наблюдения показывают незначительный процент применения в игре этого

способа организации атаки, что тактически является неоправданным.

Анализ количественных и качественных характеристик игровых действий юных вратарей в условиях соревновательной деятельности позволил установить следующую закономерность: с возрастом доля технико-тактических действий игры на выходах из ворот увеличивается (с 25,8 до 28,3%) и соответственно снижается доля игры в воротах (с 33,6 до 31,6%) и организации атак (с 40,6 до 40,1%), а также существенно увеличивается (с 59,8 до 73,8%) общее количество технико-тактических действий вратарей.

ВЫВОДЫ

1. При игре в воротах наиболее эффективными и надежными являются технико-тактические действия, связанные с точным выбором места. С возрастом антиципирующая деятельность вратаря повышается, обеспечивая более точную позицию в воротах, что вынуждает его реже пользоваться различными падениями и прыжками при отражении ударов по воротам.

2. В процессе соревновательной деятельности наименее надежными являются приемы, связанные с ловлей и отбиванием мяча в прыжке. На надежность выполнения этих технико-тактических приемов оказывают влияние расстояние, с которого производится удар, сила удара, его внезапность и «угол обстрела» ворот. Перемещения большого количества игроков обеих команд в момент передачи мяча в штрафную площадь мешают вратарю принимать правильное решение, что приводит к запаздыванию и преждевременному выходу на перехват.

ЛИТЕРАТУРА

1. Герасименко, А.П. Совершенствование основ технико-тактического мастерства юных футболистов : учеб.-метод. пособие / А.П. Герасименко ; Волгоградская гос. акад. физ. культуры. – Волгоград : [б.и.], 2003. – 72 с.

2. Невтянов, А.А. Специальная подготовка футболистов 15-16 лет с учетом координационной сложности нагрузок : автореф. дис. ... канд. пед. наук / Невтянов А.А. – М., 1998. – 26 с.

3. Шамардин, А.И. Оптимизация функциональной подготовленности футболистов : монография / А.И. Шамардин ; Волгоградская гос. акад. физ. культуры. – Волгоград : [б.и.], 2000. – 276 с.

Контактная информация: kudinov9910@rambler.ru

КОНЦЕПЦИЯ ПРОФЕССИОНАЛЬНОЙ ПОДГОТОВКИ ГИДОВ-ПРОВОДНИКОВ ЭКОЛОГИЧЕСКИХ МАРШРУТОВ С АКТИВНЫМИ ФОРМАМИ ПЕРЕДВИЖЕНИЯ ТУРИСТОВ

Александр Ефимович Никулин, доцент

*Валерий Павлович Каргаполов, доктор педагогических наук, профессор,
Дальневосточная государственная академия физической культуры (ДВГАФК)
г. Хабаровск*

Аннотация

В работе представлено моделирование учебного процесса по курсу «Гид-проводник экологических маршрутов с активными формами передвижения туристов».

Ключевые слова: гид-проводник, профессиональная подготовка, концепция, учебный процесс.

CONCEPT AND MODEL OF PROFESSIONAL TRAINING FOR ECOLOGICAL TOURS GUIDES INVOLVED IN ACTIVE FORMS OF TOURISTS' TRAVEL

Alexander Efimovich Nikulin, the senior lecturer,
Valery Pavlovich Kargapolov, the doctor of pedagogical sciences, professor,
Far East State Academy of Physical Training
Khabarovsk

Annotation

The study presents the modeling of educational process for course “Ecological tours Guides involved in active forms of travel”.

Keywords: guide, vocational training, concept, educational process.

Научно-педагогический творческий поиск позволил впервые в педагогической практике преподавания курса «Гид-проводник экологических маршрутов с активными формами передвижения туристов» на основе дидактического конструкта разработать дидактическую систему – теорию организации процесса обучения и самообучения учащихся в рамках общепрофессиональной педагогической подготовки студентов и слушателей [1] (рис. 1).

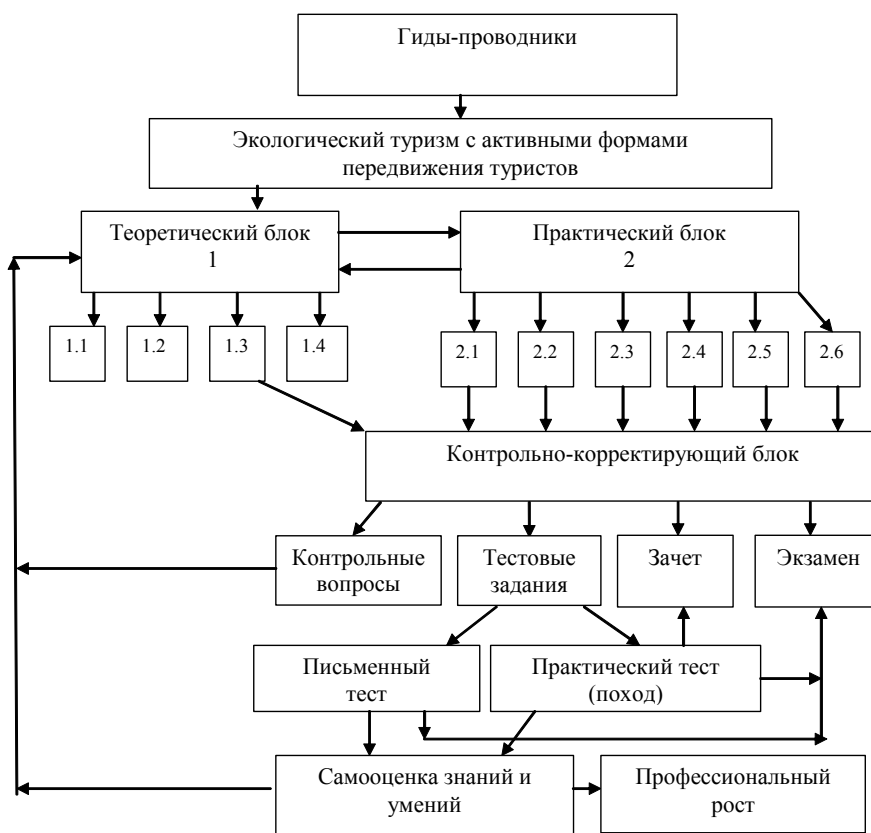


Рис. 1. Модель структурной организации дидактической системы

Слушатели курсов по подготовке гидов-проводников должны в процессе обучения разобрать блок контрольных вопросов, успешно сдать письменные тесты в виде зачетов по каждой дисциплине, участвовать в походах на категорийных маршрутах (практический тест) и успешно сдать междисциплинарный экзамен после окончания подготовки.

Анализируя обучение гидов-проводников, мы считаем правомерным выделение значимых для нашего исследования условий взаимосвязи теории и практики, влияющих на развитие профессионально важных качеств будущего специалиста, к которым мы относим объективные: психолого-педагогические, научно-методические, дидактические, деятельностные и субъективные условия. Д.Холл акцентирует внимание на том, что построение модели - это обучающий процесс, позволяющий узнать возможности и трудности задачи.

По мере исследования объекта структура модели может видоизменяться, некоторые элементы могут быть удалены или, наоборот, добавлены новые.

Логика исследования проблемы требует создания такой структуры модели специальной подготовки, где стороны, находясь в состоянии взаимозависимости, взаимодействия и взаимообогащения, обеспечат конкурентоспособность специалиста на рынке туристских услуг.

Функциональная эффективность предлагаемой дидактической системы в рамках педагогического процесса обеспечивается дидактическим конструированием процесса обучения, профессиональной совместной творческой деятельностью субъектов образовательного процесса, высокой профессионализацией обучения, его социально-нравственной педагогической направленностью, творчески развивающей самообразовательной деятельностью учащихся.

Разработанная инновационная дидактическая система конструирования учебного процесса подготовки по программе «Гид-проводник экологических маршрутов с активными формами передвижения туристов» предоставляет преподавателям и слушателям как полноправным субъектам образовательного процесса с учетом конкретной дидактической ситуации личностных особенностей и профессиональных целей обучения конструировать не только различные модели образовательного процесса и уровня познания учебного материала, но и сам процесс обучения (рис. 2).

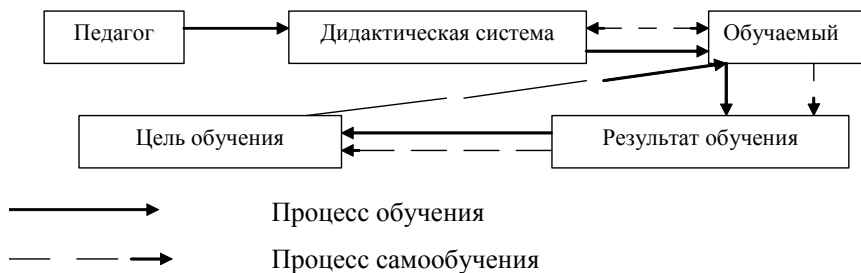


Рис. 2. Модель процесса обучения и самообучения гидов-проводников

На основе концептуальных теоретико-нормативных положений разработанной дидактической системы в педагогическую практику преподавания блока дисциплин по подготовке гидов-проводников была внедрена инновационная модель структурной организации учебного процесса с учетом современных требований высшей школы, в том числе и безопасности функционирования предлагаемой системы, обеспечивающих сознательную, управляемую, творчески развивающую познавательную деятельность слушателей как компетентных субъектов образовательного процесса (рис. 3).

Раздел "Безопасность жизнедеятельности учебного процесса" является исключительно важным в нашей модели. Все практические занятия проводятся при безусловном обеспечении их безопасности. Все сведения, которые слушатели получают в процессе подготовки, на наших занятиях концентрируются и реализуются в конкретных действиях согласно разработанным нами методикам. Основная задача раздела - дать слушателям умения и навыки для обеспечения безопасности при проведении туристских мероприятий.



Рис. 3. Модель учебного процесса по подготовке «Гид-проводник». За основу взяты модельные параметры педагогической системы (И.П. Подласый, 2002)

Эффективность предлагаемых инноваций учебного процесса подтверждается положительными результатами проведенного педагогического эксперимента (рис. 4), в котором участвовали 15 студентов кафедры РиСОТ Дальневосточной академии физической культуры и 15 слушателей курсов подготовки гидов-проводников в Образовательном некоммерческом партнерстве «Межрегиотур».

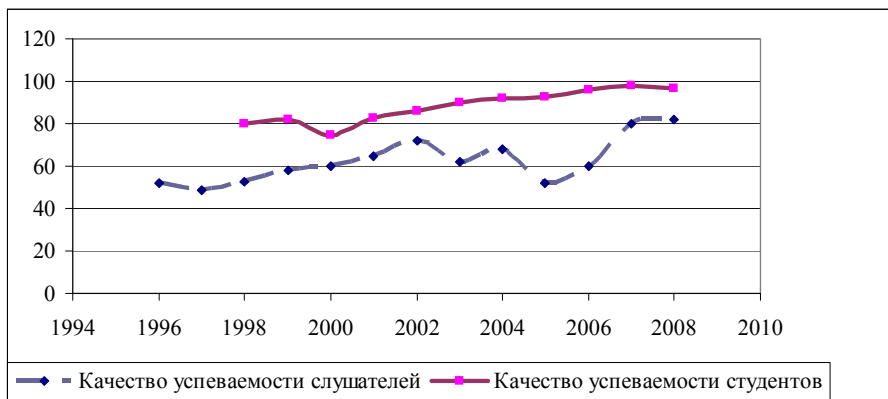


Рис. 4. Динамика качества успеваемости по специальным дисциплинам студентов кафедры РиСОТ и слушателей курсов по подготовке гидов-проводников в ОНП «Межрегиотур». По оси ординат – качество успеваемости (в баллах), по оси абсцисс – продолжительность педагогического эксперимента

Однако следует отметить неравнозначность динамики роста показателей качественной и абсолютной успеваемости и освоения практических навыков. В период наработки методических приёмов и внедрения их в учебный процесс (1996-2001 гг.) они имеют более низкие цифровые значения. Активное внедрение интегрированных научно-педагогических методов и стабильное их использование в учебном процессе при наличии базы достаточного опыта практической реализации (2001-2008 гг.) обеспечило устойчивую положительную динамику роста показателей успеваемости, качества знаний и практических умений.

Высокая результативность внедрения дидактических основ по предметам для слушателей курсов по подготовке гидов-проводников в учебный процесс объясняется

ранее наработанным педагогическим опытом, а также спецификой учебной деятельности слушателей курсов, большим объемом их самостоятельной деятельности, высоким уровнем личностной мотивации, а также использованием разработанных дидактических материалов.

Содержание образования, будучи изоморфно социальному опыту, состоит из следующих четырех структурных элементов:

- опыта познавательной деятельности, фиксированной в форме способов ее осуществления - знаний;
- опыта репродуктивной деятельности, фиксированной в форме способов ее осуществления - умений и навыков;
- опыта творческой деятельности в форме решения проблемных ситуаций;
- опыта эмоционально-ценностных отношений.

При всей необходимости уроков теоретического характера практический урок для подготовки специалистов очень важен. В основе построения занятия лежат главные дидактические принципы и их интерпретация применительно к туризму.

Принцип сознательности. Обучение гида-проводника приобретает решающую роль. Оно ориентирует слушателя на необходимость думать, понимать, оценивать, сопоставлять, требует ответственного отношения к осваиваемым приемам и объективной оценки своих возможностей и действий группы. Умения, технические навыки, физическая подготовленность, личный опыт - важнейшие компоненты квалификации гида-проводника. Безопасность и успех туров решают не столько эти знания, сколько их сознательное применение.

Принцип активности. Сознательное усилие слушателя на выполнение учебной или практической цели. Самостоятельность в выборе способов решения поставленной задачи, находчивость и личная инициатива, способность в нужный момент проявить качества лидера, оказать необходимую поддержку - вот основные стороны этого принципа. Реализация принципа активности - одно из основных условий обучения.

Принцип систематичности. Подготовка должна вестись регулярно, как правило, по программе, направленной на выполнение поставленной задачи. Практические занятия должны быть подчинены строгой системе: от простого к сложному, от легкого к трудному, от известного к неизвестному. Нарастание физических нагрузок и усложнение осваиваемых приемов осуществляется постепенно.

Принцип доступности. Теоретические тренировочные занятия, походы, другие туристические мероприятия должны быть доступны слушателям как по уровню понимания, так и по физическим и эмоциональным нагрузкам. Постепенное увеличение нагрузок, постепенное возрастание сложности материала и преодоление более сложных участков на маршрутах по мере подготовленности слушателей – главный путь реализации принципа доступности.

Принцип наглядности. Показ, демонстрация приема, подлежащего изучению. Его цель - формирование у слушателей яркого синтетического образа, объединяющего зрительные впечатления от показа со словесными пояснениями.

Принцип прочности. Речь идет о закреплении усвоенных навыков и способности правильно применять их в различных условиях. Лучшим средством здесь являются практические занятия и учебно-тренировочные походы.

Самым надежным способом оценки квалификации подготовленного гида-проводника в свете перечисленных принципов должны служить разборы занятий или действий во время учебно-тренировочного похода, где суммируются и анализируются впечатления всех участников.

ВЫВОДЫ

Проведенное исследование позволяет сделать следующие выводы:

1. Совершенствование личностно-развивающей самообразовательной творческой деятельности учащихся для конкретных дидактических целей обучения - совер-

шенствование профессиональной подготовки студентов высшей школы - позволило разработать и внедрить в педагогическую практику физической культуры дидактическое конструирование, делающее процесс обучения для студентов более сознательным, управляемым, эффективным.

2. Опытно-экспериментальным путем установлено, что основными условиями подготовки гидов-проводников в экологическом туризме с активными формами передвижения туристов являются:

первое - подбор предметов, профессионально-ориентированных и необходимых им в дальнейшей работе: топография и ориентирование на местности, экология и природопользование, поисково-спасательные работы в условиях природной среды, краеведение, оказание первой медицинской помощи пострадавшему;

второе - выработка у данных специалистов профессиональных качеств, волевых, нравственных, психологических.

ЛИТЕРАТУРА

1. Никулин, Е.А. Концепция профессиональной подготовки гидов-проводников экологических маршрутов с активными формами передвижения туристов / Е.А. Никулин, В.П. Каргаполов // Ученые записки университета им. П.Ф. Лесгафта. – 2009. – № 11(57) – С. 56-61.

2. Общие основы. Процесс обучения / И.П. Подласый. – М. : Гуманит. Изд. Центр Владос, 2002. – с. 576

3. Педагогика : учебное пособие / под ред. П.И. Пидкасистого. – М. : Высшее образование, 2007. – 430 с.

Контактная информация: dwgafk@mail.kht.ru

РЕАЛИЗАЦИЯ ЦЕЛОСТНОЙ МОДЕЛИ ЛИЧНОСТНО-ПРОФЕССИОНАЛЬНОГО РАЗВИТИЯ В СИСТЕМЕ ПОВЫШЕНИЯ КВАЛИФИКАЦИИ НА РАЗНЫХ ЭТАПАХ ЖИЗНЕННОГО ПУТИ

*Нина Васильевна Панова, кандидат педагогических наук, доцент,
Санкт-Петербургская академия постдипломного педагогического образования
(СПб АППО)*

Аннотация

В статье представлена целостная модель личностно-профессионального развития учителя физической культуры через формы деятельности в непрерывном педагогическом образовании, сопровождение профессиональной деятельности, анализ составляющих индивидуального стиля педагога как необходимого условия профессиональной деятельности до уровня смысла жизни на разных этапах жизненного пути.

Ключевые слова: уровни личностно-профессионального потенциала педагога на разных этапах жизненного пути, личностно-профессиональное развитие педагога.

REALIZATION OF INTEGRAL MODEL OF PERSONAL AND PROFESSIONAL DEVELOPMENT IN SYSTEM OF IMPROVEMENT OF PROFESSIONAL SKILLS AT DIFFERENT STAGES OF LIFE

*Nina Vasilevna Panova, the candidate of pedagogical sciences, senior lecturer,
St.-Petersburg Academy of Postdegree Pedagogical Education*

Annotation

The article presents the integral model for personal and professional development of the pedagogue of physical training through forms of activity in a continuous pedagogical education, accompanying of professional work, analysis of components of individual style of teacher as a necessary condition in professional work up to the level of meaning of life, at different stages of life.

Keywords: levels of personal and professional potential of the teacher at different stages of life, personal and professional development of the pedagogue.

ВВЕДЕНИЕ

Целостная модель личностно-профессионального развития позволяет эффективно реализовывать профессиональную деятельность в непрерывном постдипломном образовании, способствует успешной профессиональной деятельности учителя физической культуры на разных этапах жизненного пути посредством:

- развития индивидуальных особенностей личности педагога;
- развития культурологических особенностей;
- развития социокультурной деятельности.

ОРГАНИЗАЦИЯ ИССЛЕДОВАНИЙ

При анализе личностно-профессионального развития нами использовались:

- анализ личностно-профессионального потенциала педагога;
- структурно-функциональная модель профессиональной деятельности;
- сравнительный анализ составляющих индивидуального стиля педагога в повышении мотивации его профессиональной деятельности до уровня смысла жизни.

Ставились цели — выявить и обосновать в системе повышения квалификации эффективность деятельности при сохранении личностно-профессионального потенциала. В динамике показателей результативности учитывались компоненты и содержание личностно-профессионального потенциала учителя физической культуры на разных этапах жизненного пути (табл. 1).

Таблица 1

Показатели результативности реализации личностно-профессионального потенциала учителя физической культуры

Показатели	Содержание показателей
Физический	Высокая работоспособность, сбалансированность нервных процессов, знание особенностей своего здоровья
Психофизиологический	Развитие произвольности поведения, сбалансированность нервных процессов
Когнитивный	Способность к экспериментированию, ориентирование на смысл, наличие широкого кругозора
Эмоциональный	Осознание и контроль своих эмоций, развитие эмоционального предвосхищения, умение ограничивать эмоциональные срывы, понимание эмоционального состояния других людей
Коммуникативный	Развитие потребности в общении, умение сопереживать; способность устанавливать устойчивые контакты с участниками образовательного процесса
Социальный	Умение согласовывать свои действия с другими, освоение социальных ролей
Духовно-нравственный	Обогащение духовного мира, ориентация на общечеловеческие ценности
Личностный	Развитие самостоятельности, ответственности, инициативности; рефлексия деятельности, позитивная «Я-концепция»
Деятельностный	Развитие целенаправленности, инициативности, способности в достижении результата

Между характером смысложизненных ориентаций и индивидуальным стилем педагогической деятельности существует определенная зависимость. Если педагогическая профессия является ведущим компонентом иерархии смысла жизни, создаются благоприятные условия для раскрытия индивидуальности педагога-профессионала, оптимального использования его потенциалов через различные формы деятельности педагогов (табл. 2).

Таблица 2

Основные формы деятельности педагогов в непрерывном педагогическом образовании

Формы взаимодействия со слушателями		
Коллективные	Групповые	Индивидуальные
Научно-практические конференции	Авторские курсы для слушателей	Консультации по проблемам
Смотр педагогических достижений	Корпоративное обучение на базе ОУ	Практикум
Конкурс ПНПО, участие в конкурсе «Учитель года»	Активные формы работы «Мозговой штурм»	Защита творческих проектов
Обмен опытом	Ролевые игры	Публикации
Соревнования	Тренинги	Информационный обмен

Смысл профессиональной деятельности обеспечивает осознание профессионального долга; расширение самостоятельности. Ответственное отношение к деятельности педагога может считаться универсальным отражением предъявляемых требований на основе внутренней мотивации. Учет отношения к профессиональной деятельности в педагогической деятельности отражается в структурно-функциональной модели (табл. 3).

Таблица 3

Структурно-функциональная модель ответственного отношения к профессиональной деятельности

Блок	Компонент
Ценностный	Целевой компонент
	Готовность к деятельности, стремление к преодолению трудностей, личностная ответственность за исполнение профессиональных обязанностей
Информационно-познавательный	Содержательный компонент
	Овладение новыми теоретическими и методологическими идеями, совершенствование практических навыков через активные формы обучения
	Управленческий компонент
Поведенческий	Моделирование проблемных профессиональных ситуаций, способность их разрешения, учет индивидуальных особенностей и склонностей педагогов
	Организационный компонент
	Профессиональная рефлексия, самоопределение, овладение механизмами развития
	Результативный компонент
	Самореализация педагога, самообразование деятельности

Структурно-функциональная модель представляет единство трех взаимосвязанных блоков: ценностного, информационно-познавательного и поведенческого.

Ценностный блок включает в себя систему ценностей в виде нравственных идеалов, интересов, убеждений, установок, целесообразной линии профессионального поведения в соответствии с потребностями общества.

Информационно-познавательный блок включает в себя знания, определяющие современную научную картину мира в сознании педагога.

Поведенческий блок объединяет поведение в соответствии с социальной ролью на основе смыслодержающей картины профессионального будущего в процессе профессионализации личности. Для совершенствования педагогической деятельности необходимо сформировать:

- готовность к преодолению трудностей;
- готовность к повышению уровня профессионального мастерства;
- ответственность за исполнение профессиональных обязанностей.

Процесс ответственного отношения к профессиональной деятельности, формируется на следующих обоснованиях:

- личность педагога будет тем эффективнее, чем точнее будут учтены ее индивидуальные особенности в формировании педагогического успеха;
- взаимоотношения в коллективе — основной фактор формирования положительных качеств личности педагога;
- система целей и духовное развитие педагога не только формируется, но и совершенствуется в практических делах.

Данные выводы мы использовали при организации курсов повышения квалификации с учетом принципов:

- непрерывности (постоянный сбор данных);
- диагностичности (наличие критериев, с которыми можно соотнести реальное состояние педагогического процесса);
- технологичности критериев отслеживания (включение в критерии максимального количества информации);
- научности.

В основе личностно-ориентированного развивающего профессионального образования, направленного на личность как цель и главный критерий его профессиональной зрелости, интегративным показателем является рефлексивное осмысление личностных достижений, отношение к успешности, которое обеспечивает успех в творческой самореализации, способствует опережающему развитию.

Анализ показал, что для многих педагогов характерна неустойчивость смысло-жизненных ориентаций, начав работать, они не нашли себя, не ответили на главный для себя вопрос: чему посвятить жизнь. Обобщая данные, мы выделили три уровня смысла жизни для учителей физической культуры с различным стажем работы:

- ситуативный – сводится к планированию жизни на ближайший период, не затрагивает личностных установок и стремлений, характеризует начинающих педагогов;
- приземленный – ориентирован на материальные ценности, таких более 80% во всех группах педагогов;
- возвышенный — указывает на максимально творческую самореализацию, таких 10% в категории профессионально зрелых педагогов со стажем более 15 лет.

Сравнительный анализ индивидуального стиля педагога на основе самооценки педагогов, профессиональной ответственности, сотрудничества в педагогической деятельности, позитивной «Я-концепции», результативности педагогической деятельности представлен ниже (табл. 4).

Таблица 4

Сравнительный анализ индивидуального стиля педагога в повышении мотивации профессиональной деятельности до уровня смысла жизни

Стиль педагога	Контрольная группа		Экспериментальная группа	
	Количество оцениваемых респондентов	%	Количество оцениваемых респондентов	%
Профессиональная ответственность				
Констатирующий	115	20,1	100	17,4
Конечный	113	26,6	100	26,2
Сотрудничество в педагогической деятельности				
Констатирующий	115	29,5	100	29,5
Конечный	113	37,9	100	45,6
Позитивная «Я-концепция»				
Констатирующий	115	15,1	100	15,4
Конечный	113	14,2	100	30,3
Результативность педагогической деятельности				
Констатирующий	115	19,8	100	19,9
Конечный	113	19,4	100	40,3

В педагогическом эксперименте приняли участие 215 человек на начало эксперимента, которым было предложено выделить в деятельности важные субъективные

параметры. В качестве контрольной группы были выбраны группы корпоративного обучения (одновременно обучался весь педагогический коллектив), с учетом различных возрастных групп. Экспериментальная группа педагогов представлена слушателями курсов СПб АППО из различных районов города. Слушатели экспериментальной группы занимались по авторской технологии, в основе которой лежит теория личностно-ориентированного развивающего профессионального образования, направленного на личность как цель и главный критерий его профессиональной зрелости.

Из таблицы 4 следует, что в экспериментальной группе респондентов имеет место устойчивая положительная динамика всех компонентов личностно-профессионального развития, характеризующих профессиональную успешность, в то же время в контрольной группе отсутствует рост, доминируют внешние мотивы.

Личностный рост учителя физической культуры на разных этапах жизненного пути предполагает многоканальное воздействие на его жизненный опыт и профессиональную деятельность через систему параметров самонаблюдения: самореализацию, жизнестойкость (табл. 5).

Таблица 5

**Реализация профессионального потенциала педагогов
на разных этапах жизненного пути, %**

Отмеченные показатели	Начало эксперимента					Конец эксперимента					Динамика %
	Стаж работы (лет)										
	0–5	6–15	16–25	> 25	\bar{X}	0–5	6–15	16–25	> 25	\bar{X}	
Любовь к детям	35,0	56,4	43,6	27,6	40,6	38,2	56,4	40,3	25,2	40	+0,6
Самореализация педагога	65,0	43,4	56,4	72,4	59,3	61,8	43,6	59,7	74,8	59,9	+0,6
Судьба, активная позиция	55,0	25,9	46,3	18,6	36,4	62,5	32,3	52,4	16,3	40,8	+4,5
Жизнестойкость	55,0	38,4	31,5	34,6	48,9	59,0	41,5	38,1	41,3	44,9	– 5

В таблице отмечается положительная динамика в самореализации педагога, его активности в собственной судьбе, при этом выявлено некоторое снижение жизнестойкости в сложных ситуациях.

ВЫВОДЫ

1. Целостная модель личностно-профессионального развития в системе повышения квалификации на разных этапах жизненного пути педагогов является сложным многослойным аспектом, имеющим множество факторов. Непрерывное саморазвитие, самосовершенствование приводит к реализации профессионального потенциала.

2. Становление жизненной позиции педагога происходит в результате профессиональной деятельности, выражением которой является вопрос о смысле жизни. Согласованность профессиональных смыслов осуществляется в ходе самоформирования целей.

3. Смысл профессиональной жизни является благоприятным условием для раскрытия индивидуальности профессионала, формирования индивидуального стиля профессиональной деятельности.

ЛИТЕРАТУРА

1. Панова, Н.В. Педагогическое долголетие: монография / Панова Н.В. – СПб.: АППО, 2007. – 444 с.
2. Панова, Н.В. Профессиональная жизнь педагога : монография / Панова Н.В. – СПб. : ИПКСПО, 2007. – 244 с.
3. Панова, Н.В. Личностно-профессиональное развитие педагога на разных этапах жизненного пути : монография / Н.В. Панова. – СПб. : АППО, 2007. – 208 с.

Контактная информация: panovanina@mail.ru

**СПЕЦИФИКА ФОРМИРОВАНИЯ КОНКУРЕНТОСПОСОБНОГО
СПЕЦИАЛИСТА СПОРТИВНО-ПЕДАГОГИЧЕСКОГО ПРОФИЛЯ: ОПЫТ
РЕГИОНАЛЬНОГО ВУЗА РЕСПУБЛИКИ САХА (ЯКУТИЯ)**

*Раиса Ивановна Платонова, кандидат педагогических наук, проректор по науке,
Чурапчинский институт физической культуры и спорта Республики Саха (Якутия),
с. Чурапча*

Аннотация

В статье обобщается опыт ведущих вузов Республики Саха (Якутия) по подготовке конкурентоспособных специалистов педагогического профиля. В условиях, когда предложение на рынке труда превышает спрос, учреждения высшего педагогического образования РФ сконцентрировали усилия на формировании конкурентоспособного выпускника, но решают эту проблему разными путями, в зависимости от приоритетов.

Ключевые слова: регион, педагогический вуз, повышение конкурентоспособности выпускника.

**SPECIFICITY OF FORMATION OF THE COMPETITIVE EXPERT WITH
SPORTS-PEDAGOGICAL PROFILE: THE EXPERIENCE OF REGIONAL
HIGHER SCHOOL OF REPUBLIC SAKHAS (YAKUTIYA)**

*Raisa Ivanovna Platonova, the candidate of pedagogical sciences, science pro-rector,
Churapchinsky Institute of Physical Training and Sports Republics Sakhas (Yakutia),
w. Churapcha*

Annotation

The article summarizes the experience of leading higher schools of Republic Sakhas (Yakutia) related to preparation of competitive experts with pedagogical profile. In conditions when the offer on a labor market exceeds demand, institutions of higher pedagogical education of the Russian Federation have concentrated efforts on formation of the competitive graduate with solving this problem by different ways, depending on priorities.

Keywords: region, pedagogical higher school, increase of competitiveness of graduate.

Проблема подготовки специалистов педагогического профиля, всегда являвшаяся актуальной в РФ, в период оформления рыночных отношений обретает особую остроту - на региональных рынках труда предложение рабочей силы в сфере образования существенно превышает спрос.

Конкурентоспособность как новое качественное состояние специалиста инсталлируется в число стратегических ценностей, которые, наряду с ориентацией на собственные силы, предприимчивостью, креативностью, способствуют преодолению индивидуального психологического барьера, неопределенности в жизненной перспективе, выстраиванию реальных планов профессиональной карьеры.

В «Энциклопедии профессионального образования» конкурентоспособность молодого специалиста определяется как показатель качества вузовской подготовки и возможность реализации профессиональных и личностных качеств выпускника вуза в интересах современного производства. В соответствии с этим, мы определяем конкурентоспособность будущего специалиста как интегральную характеристику личности, к моменту окончания вуза включающую себя совокупность личностных, профессиональных и общепедагогических компонентов, отражающих уровень знаний, умений, опыта и направленных на освоение рынка труда и достижение дальнейших профессиональных целей в условиях конкуренции.

Как известно, «у народа Саха педагогические профессии продолжают входить в систему традиционных этнокультурных предпочтений в области труда, обеспечивая их носителям высокий социальный статус и стабильные в условиях депрессивных территорий доходы» [3. - С.95]. Появление в Республике Саха (Якутия) в 90-е гг. XX века филиалов центральных негосударственных вузов и альтернативных образовательных учреждений, расширение коммерческого приема, спектра форм обучения открыло

доступ к высшему педагогическому образованию категории абитуриентов, ранее не проходившей высокую планку конкурсного отбора на бюджетные места. Подобная «либерализация» и «массовизация» высшего педагогического образования, когда только в г. Якутске с 238 тысячным населением действовали 10 вузов и филиалов, дающих педагогическое образование, привела к «перепроизводству» квалифицированных педагогических кадров, начиная с 2003 года.

Таблица 1

Выпуск специалистов педагогической направленности в вузах на территории г. Якутска и близлежащих улусах в 2008 г.

	ЧГИФКиС	СГУ	СГА	СГИ	ЯГУ	РУДН	Шолохова	ЯГИТИ	СГПА
Педагоги нач. классов			100		50	100	150		100
Учителя иностранного языка					100				100
Психологи		100	100	100	75	100	80		100
Педагог ДОУ		60	100		25	100			100
Учитель физкультуры	100				150				100
Учитель информатики					40	50		100	50
Социальный педагог		50	50		50	100	100		100
Менеджер образования	50				25	50	100		100

Сложившаяся ситуация потребовала кардинального решения – создание новых конкурентоспособных направлений и специальностей в вузах республики.

Якутский государственный университет им. М.К. Аммосова – ведущее учебное заведение Республики Саха (Якутия), а его филологический факультет – одно из старейших и крупнейших структурных подразделений университета, подготовившее за 1957-2008 годы 7270 специалистов-филологов. Из пяти отделений, входящих в состав филфака, отделения русского языка (РО), русского языка в национальной школе (РН), северной филологии (СФ) можно отнести к педагогическим, остальные готовят специалистов в области рекламы, связей с общественностью и журналистов.

Профессорско-преподавательский состав факультета составляют ведущие филологи и специалисты по методике преподавания языка и литературы республики, поэтому в научно-исследовательской работе и учебной работе студентов доминирует «филологическая» составляющая.

Руководство факультета ориентировано на фундаментализацию классического филологического образования как средство обеспечения конкурентоспособности своих выпускников педагогического профиля на региональном рынке труда. Так, специалисты, окончившие отделение русского языка и литературы, работают преподавателями русской словесности и мировой художественной культуры; окончившие специализацию по русскому языку и литературе в межнациональном общении имеют право преподавать якутский и английский языки, а выпускники северного отделения – языки народов Севера (эвенский, эвенкийский, юкагирский).

В Республике Саха (Якутия) развитие физической культуры и спорта является одной из важнейших составных частей государственной политики. Властные структуры (по традиции, Президент Республики Саха (Якутия) возглавляет Республиканскую Ассоциацию вольной борьбы) и спортивно-педагогическая общественность видят в развитии спорта и спортивной педагогики эффективное средство повышения престижа республики в федеральном и мировом политическом, спортивном и культурно-образовательном пространстве. Поэтому выпускники вузов физической культуры и спорта востребованы на региональном рынке труда. Приоритетность занятий вольной борьбой, кик-боксингом, боксом в массовом сознании населения, закрепление благодаря российским и региональным СМИ за республикой репутации «северной родины борцов-чемпионов», наличие квалифицированного тренерского контингента и института спонсорства позволяют высококвалифицированным спортсменам активно стро-

ить свою карьеру [4. - С.41].

В настоящее время Институт физической культуры и спорта Якутского государственного университета им. М.К. Аммосова – крупнейшее высшее учебное заведение в ДВФО, оснащенное самыми современными спортивными сооружениями. Получаемая в вузе квалификация «Специалист по физической культуре и спорту» предполагает возможность дальнейшей деятельности и в образовательных учреждениях, и в учреждениях дополнительного образования, и в коммерческих структурах: частных спортивных клубах, профессиональных спортивных командах, фитнес-клубах и магазинах спорттоваров и др.

Сегодня российский рынок труда испытывает потребность в торговых консультантах, управленцах и менеджерах в сфере спортивной индустрии. Региональный рынок Якутии ориентирован, прежде всего, на специалистов физкультурно-спортивного профиля – тренеров по национальным видам спорта, скоростно-силовым и восточным единоборствам, специалистов по рекреационной медицине. Отток существенной части выпускников Института физической культуры ЯГУ в силовые структуры (до 22%) также не способствует заполнению данного сегмента рынка образовательных услуг в регионе.

Конкурентоспособность своих выпускников на региональном рынке труда руководство ИФКиС (директор – канд. пед. наук, доцент Д.Н.Платонов) основывает на повышении уровня спортивного мастерства, что обеспечивается направленностью образовательного процесса на отраслевые интересы.

Направления НИР и НИРС ИФКиС имеют отчетливо выраженную профилизацию:

1. Региональные особенности развития физической культуры и спорта в Республике Саха (Якутия).
2. Разработка и исследование теоретических и методических основ физического воспитания и спортивной тренировки.
3. Особенности развития высшего профессионального образования в области физической культуры и спорта в Республике Саха (Якутия).
4. Исследование традиционных игр и национальных видов спорта коренных народов РС (Я) в современной системе физвоспитания.
5. Спортивно-педагогические основы физического воспитания детей в Республике Саха (Якутия).
6. Технология и проектирование спортивной подготовки спортсменов.

Основная форма организации научной работы студентов - выполнение курсовых и дипломных работ, занятия в научных кружках. При педагогических практиках приоритетным считается именно спортивно-педагогическая составляющая, а не классное руководство или управление образовательной системой.

Лучшие выпускники ИФКиС ориентированы на поступление в аспирантуру по специальности 13.00.04 - «Теория и методика физического воспитания, спортивной тренировки, адаптивной и оздоровительной физической культуры».

Чурапчинский государственный институт физической культуры и спорта – единственный в РФ сельский педагогический вуз, образованный в 2004 году. Осуществляя подготовку бакалавров в области физического воспитания и спорта, данный федеральный вуз занимает свой сегмент регионального рынка педагогических вакансий, соперничая с Институтом физической культуры и спорта Якутского государственного университета, Педагогическим училищем № 1 им. Н.Г.Чернышевского и Училищем олимпийского резерва. Законы рыночной экономики ставят специалистов в сфере физического воспитания в ситуацию профессионально-педагогического отбора, требуя конкурентоспособных выпускников, стремящихся к повышению педагогического и тренерского мастерства, обладающих высокой адаптационной и профессиональной мобильностью.

Если в первых выпусках конкурентоспособность будущего специалиста ЧГИФ-

КиС рассматривалась руководством, исходя из качества знаний, умений и навыков, необходимых для эффективной спортивно-соревновательной деятельности, и личностных качеств, то в последние годы акценты сместились на достижение конкурентоспособности в различных сферах профессиональной деятельности.

Институт обеспечил доступ в магистратуру своим лучшим выпускникам, заключив договора с ведущими физкультурными вузами РФ. В рамках «Концепции развития вуза» постоянно проводятся научно-методологические семинары, курсы повышения квалификации, мастер-классы с привлечением ведущих специалистов в области физической культуры и спорта из Москвы, Санкт-Петербурга, Чебоксар, Красноярска для учителей физической культуры, тренеров, представителей силовых структур. На этих курсах, семинарах присутствие студентов обязательно, у них появляется возможность познакомиться с представителями различных научных школ РФ.

За четыре последних года в вузе переработаны УМКД и рабочие программы, в которых акцент сделан на личностно-ориентированное преподавание, самостоятельную работу студентов, активные методы обучения, развитие компьютерной грамотности (58% студентов – дети из сельских малообеспеченных семей, не имели дома ПК), элективные курсы, профессионально интересные студентам.

В вузе внедрен мониторинг знаний студентов, на протяжении всех лет обучения ведется «паспорт» спортивного, интеллектуального, педагогического и личностного развития студента. Особое внимание обращается на входной контроль и контроль остаточных знаний, рейтинговую систему. Знания студентов по блоку ГСЭ во многом зависят от уровня подготовленности абитуриентов. При проведении входного контроля выявляются: реальный уровень знаний абитуриентов (сопоставимость его с результатами ЕГЭ); пробелы в знаниях по базовым дисциплинам; причины расхождения результатов ЕГЭ и ректорской проверки; уровень готовности и культуры интеллектуального труда.

Наиболее ярко конкурентные преимущества выпускников сельского вуза проявились в сфере научно-педагогических исследований и социокультурного проектирования. В 2006 году институту был присвоен статус федеральной экспериментальной площадки для реализации проекта «Чемпион своей судьбы» – самодетерминация личности в системе непрерывного образования «детский сад → школа → вуз».

Если в ИФКиС ЯГУ направления НИР и НИРС имеют выраженную спортивную направленность, то в Чурапче основные научные направления определены потребностями региона в исследованиях, изучающих физиологические особенности организма спортсменов в условиях Крайнего Севера, этнопедагогические аспекты физического воспитания юных спортсменов в системе непрерывного образования, методику многолетней подготовки спортсменов высокого класса, методику физического воспитания в профильных школах. Это предоставляет студентам большие конкурентные преимущества в приобщении к научно-исследовательской деятельности.

В институте действуют медико-восстановительный центр и научно-исследовательская лаборатория (НИЛ) по обследованию текущего функционального состояния спортсменов высокого класса, проверки эффективности тренировочных программ. Всего за период 2004–2008 гг. различными видами опросов (анкетирование, тестирование) охвачено более 3000 школьников и студентов вуза, диагностическое обследование уровня развития физических качеств и функционального состояния проведено более чем у 4000 человек. Данные вузовской информационной базы по оценке физического и психологического здоровья, предрасположенности к употреблению алкогольных, наркотических средств среди студентов, населения используются студентами при выполнении курсовых, выпускных квалификационных работ, разработке научных проектов.

К концу обучения в 2008 году у 22 выпускников наличествовали сформированные электронные и бумажные портфолио, в которых изложены не только их достижения, рекомендации известных экспертов, тренеров, преподавателей вуза, но и разрабо-

танные будущими бакалаврами программы курсов и тренировок, социокультурные проекты, которые будут предложены будущим работодателям.

Таким образом, в условиях региональной системы высшего педагогического образования в Республике Саха (Якутия) идет переориентация будущих педагогов на конкурентоспособное поведение в условиях рынка труда. Учет требований потенциальных потребителей «продукции» вуза, расширение спектра образовательных услуг, ориентация на воспитание специалистов с повышенным образовательным уровнем и комплексом навыков в области образования, управления, информационных технологий, научно-исследовательской деятельности позволили повысить конкурентоспособность выпускников педагогического профиля, обучавшихся в Чурапчинском государственном институте физической культуры и спорта, на региональном и федеральном рынках образовательных услуг. Все 22 выпускника 2008 года были трудоустроены, причем 8 – при равных спортивных показателях - получили преференции перед выпускниками ЯГУ и Училища олимпийского резерва, предъявив разработанные проекты и программы.

ЛИТЕРАТУРА

1. Запесоцкий, А.С. Образование : философия, культурология, политика / А.С. Запесоцкий. – М. : Наука, 2002. – 586 с.
2. Адольф, В.А. Конкурентоспособность – показатель качества ВПО / В.А. Адольф, И.Ю. Степанова // Высшее образование в России. – 2007. – № 6. – С. 77-79.
3. Подойницына, И.И. Этнокультурные стереотипы трудового поведения в области производства / И.И. Подойницына. – Новосибирск : Наука, 1993. – 144 с.
4. Торговкин, В.Г. Педагогические условия физического совершенствования юных спортсменов // Физическая культура и детско-юношеский спорт в современных условиях : идея, духовность, воспитание. – Якутск : Бичик, 2008. – С. 39-42.

Контактная информация: platonova_raisa@mail.ru

ПРОБЛЕМА ВЛИЯНИЯ СИСТЕМЫ ОБУЧЕНИЯ НА РАЗВИТИЕ ВОЛЕВОГО КАЧЕСТВА РЕШИТЕЛЬНОСТИ У УЧАЩИХСЯ МЛАДШИХ КЛАССОВ

Екатерина Михайловна Свешникова, аспирант,

Нижевартовский государственный гуманитарный университет

Аннотация

Статья посвящена проблеме влияния системы обучения на развитие волевого качества решительности у детей 7-12 лет, представлены результаты экспериментального исследования, направленные на выявление особенностей развития волевого качества решительности у младших школьников различных систем обучения.

Ключевые слова: развитие решительности, младшие школьники.

THE PROBLEM OF INFLUENCE OF SYSTEM OF TRAINING ON DEVELOPMENT OF WILL QUALITIES OF RESOLUTION AMONG PUPILS OF ELEMENTARY SCHOOL

Ekaterina Mihajlovna Sveshnikova, the post-graduate student,

Nizhnevartovsk State Humanitarian University

Annotation

The article is devoted to the problem of influence of system of training on development of resolution will qualities among children of 7-12 years old, the results of an experimental research directed on revealing the features of development of resolution will qualities among younger schoolboys of various systems of training have been presented.

Keywords: resolution development, younger schoolboys.

Многими психологами отмечено, что психологические предпосылки формиро-

вания личности включают в себя развитие способности к овладению собственным поведением, саморегуляции, преодолению трудностей в разных видах деятельности, т.е. волевой регуляции. Сегодня одной из тенденций в исследовании воли является переход от постановки проблемы воли в рамках задачи порождения действия к задаче «овладения собой», что особенно значимо для возрастной и педагогической психологии.

Волевое качество решительность разными авторами понимается по-разному. Общим для всех определений является следующее: отнесение решительности к принятию решения, указание на время принятия решения и на значимость ситуации.

Наше исследование проводилось на базе МСОШ № 15 г. Нижневартовска, обучающей детей, как по традиционной программе (ТО), так и по программе развивающего обучения Д.Б. Эльконина – В.В. Давыдова (РО), среди 198 учащихся начальных классов.

С помощью метода экспертных оценок выявлялся уровень развития волевых качеств, сформированных в эксперименте. В основе методики лежит наблюдение за изучаемыми волевыми качествами. Если волевое качество определенной силы и устойчивости проявляется только в одном виде деятельности, можно считать, что это – влияние мотива, если в двух и более видах деятельности – это качество личности. Именно поэтому данное наблюдение над экспериментальной и контрольной группами испытуемых по соответствующим признакам каждого волевого качества было проведено восьмью участниками (классный руководитель, психолог, социальный педагог, один родитель, учитель физкультуры, иностранного языка, изо, труда).

Оценка силы волевых качеств производится по пятибалльной системе: 5 – волевое качество очень сильно развито, 4 – сильно развито, 3 – слабо развито, 2 – очень слабо развито, 1 – волевое качество не присуще данному субъекту. Для большей точности оценка может быть выражена с десятыми долями балла, например 3,7 или 4,2 и т.д. Общая оценка волевого качества определяется как среднеарифметическое, полученное от деления суммы оценок данного качества на число оценивающих. Если среднеарифметическое равно четырем и выше, данное качество проявляется сильно, в остальных случаях волевое качество считается слабо проявляющимся.

Оценка устойчивости того или другого волевого качества производится по частоте проявления признаков данного качества. Волевое качество считается более или менее устойчивым, если один из его признаков обнаруживается у наблюдаемого субъекта в данной деятельности в среднем три и более раз в неделю за время наблюдения за субъектом. При более редком проявлении признаков волевое качество считается неустойчивым.

Признаки решительности: 1) быстрое и обдуманное принятие решений при выполнении того или другого действия или поступка; 2) выполнение принятого решения без колебаний, уверенно; отсутствие растерянности при принятии решений в затрудненных условиях и во время эмоциональных возбуждений; 3) проявление решительных действий в непривычной обстановке.

Таблица 1

Динамика сформированности решительности у школьников 1-4 классов

Период времени	Традиционное обучение	Развивающее обучение
1 класс	1,0 ± 0,4	1,1 ± 0,4
2 класс	2,4 ± 0,1	2,8 ± 0,2*
3 класс	2,2 ± 0,1	3,1 ± 0,1**
4 класс	4,3 ± 0,2	4,9 ± 0,1*

Примечания:

1. Значения в таблице представлены в виде $X \pm m$, где X — среднее значение по выборке; m — средняя ошибка.
2. Условные обозначения уровней достоверности: $p < 0,05$ – *; $p < 0,01$ – **.

Средние значения по выборкам в результате проведенного исследования подтверждают тот факт, что система обучения оказывает значительное влияние на фор-

мирование решительности. В классе РО наблюдается положительная динамика развития исследуемого волевого качества. В классе ТО прослеживается регресс в период 2-3 года обучения. В целом, значимые различия в показателях в пользу развивающей системы получены во 2, 3 и 4 классах.

Вторая методика для исследования волевого качества решительности использовалась непосредственно на практике. Для выполнения требуется гимнастический стол, высота которого 1,5 м, и два взрослых человека для страховки. Испытуемому, стоящему на краю стола спиной вперед, необходимо, не изменяя стойки «смирно», упасть на руки страхующих спиной вперед. Показателем развития решительности являлось время, затраченное ребенком с момента команды «начали», до момента приземления: чем его затрачено меньше (<10 секунд), тем волевое качество решительность сформировано больше.

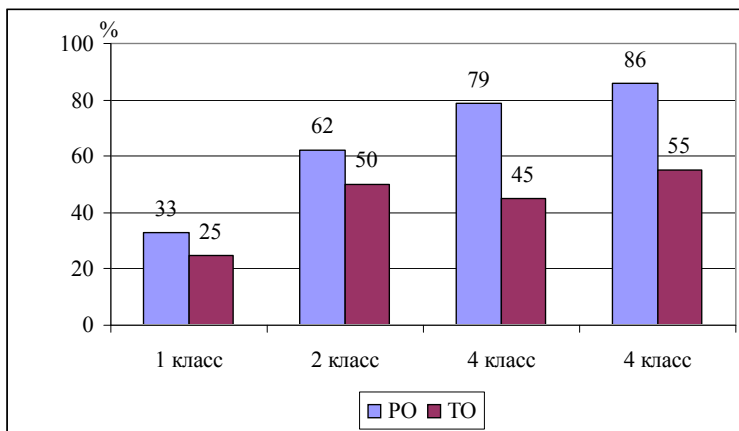


Рис. 1. Динамика развития волевого качества решительность у учащихся 1-4 классов

Как видно из гистограммы, развитие решительности происходит у всех детей 6-11 лет, независимо от системы обучения, по которой занимается ребенок. Однако наиболее эффективно и плавно решительность формируется у учащихся системы РО - с 33% (1 класс) по 86% (4 класс). Эффективное повышение уровня решительности, практически наполовину, по сравнению с результатами исследования у первоклассников аналогичных систем, наблюдается у учащихся вторых классов. Ссылаясь на полученные результаты по данной методике, необходимо отметить, что у учащихся 2 класса ТО уровень решительности выше, чем у учащихся 3 класса ТО, а затем происходит дальнейшее формирование, и на период 4 класса уровень достигает 55%.

Полученные результаты дают основания говорить о том, что развитие такого волевого качества, как решительность, происходит независимо от того, по какой программе обучается ребенок, что в очередной раз доказывает взаимосвязь обучения и развития личности ребенка, а также тот факт, что решительность является одной из важных характеристик личности, связанной с динамикой развития в обучении.

Прослеживается тенденция, что развитие волевого качества решительности происходит интенсивнее у детей, обучающихся по развивающей системе обучения Д.Б. Эльконина – В.В. Давыдова, нежели у учащихся, обучающихся по традиционной системе.

Таким образом, формирование волевых качеств (в частности, волевого качества решительности) наиболее существенно у учащихся, обучающихся по развивающей системе.

Кроме того, развитие личности младшего школьника в целом не может осуществляться вне формирования воли.

В исследовании было показано, что программа развивающего обучения помогает школьникам в анализе своих поступков, формировании волевых качеств, способст-

вует развитию их личности и учебной успешности.

Психическое развитие детей 6-7 лет характеризуется недостаточной сформированностью волевой сферы (в частности, решительности). Формирование волевых качеств возникает не сразу, а постепенно формируется в процессе деятельности (в частности, в процессе учебной деятельности), причем условия протекания учебной деятельности являются весомым фактором для эффективности ее формирования.

Развитие волевых качеств отмечается в классах как развивающей, так и традиционной системы. Причем, по одной системе обучения (РО) это развитие проявляется более эффективно, а по другой оно оказывается более сглаженным (ТО).

ЛИТЕРАТУРА

1. Выготский, Л.С. Проблема воли и ее развитие в детском возрасте // Собр. соч. : в 6 т. / Л.С. Выготский. – М. : Педагогика, 1992. – Т. 2. – С. 454-465.
2. Иванников, В.А. Психологические механизмы волевой регуляции / В.А. Иванников. – М. : Изд-во Московского гос. ун-та, 1991. – 142 с.
3. Калинин, В.К. Изучение волевой активности школьников в связи с особенностями их продуктивного мышления / В.К. Калинин, В.И. Панченко // Вопросы психологии. – 2000. – № 2. – С. 93-99.
4. Купцов, И.И. О развитии произвольной активности младшего школьника в коллективе / И.И. Купцов, В.Г. Хроменок // Вопросы психологии волевой активности личности и коллектива. – Рязань, 2004. – С. 68-80.
5. Рубинштейн, С.Л. Основы общей психологии / С.Л. Рубинштейн. – СПб. : Питер, 1999. – (Мастера психологии).
6. Давыдов, В.В. Проблемы развивающего обучения / В.В. Давыдов. – М. : Академия, 2004. – 208 с.

Контактная информация: smirnova.marina@inbox.ru

РАЗВИТИЕ ФУНКЦИОНАЛЬНЫХ ВОЗМОЖНОСТЕЙ ВОЕННОСЛУЖАЩИХ В ПРОЦЕССЕ ИНТЕНСИФИКАЦИИ ФИЗИЧЕСКОЙ ПОДГОТОВКИ

Владимир Иванович Скопинцов, старший преподаватель,

Ставропольский военный институт связи ракетных войск (Ставропольский ВИС РВ)

Аннотация

Основным критерием интенсификации является опережающее развитие у военнослужащих физических качеств и прикладных навыков, обеспечивающих им успешное освоение и надежное использование оружия и техники в наиболее напряженных условиях боевой деятельности, становятся так же очевидными необходимость использования правильной оценки функционального состояния военнослужащих и важность определения адекватности тренировок для каждого военнослужащего индивидуально.

Ключевые слова: интенсификация, психофизические качества, профессионально-важные физические качества, комплексование, тест Купера.

DEVELOPMENT OF FUNCTIONALITY OF MILITARY MEN IN THE COURSE OF INTENSIFICATION OF PHYSICAL PREPARATION

Vladimir Ivanovich Skopintsov, the senior teacher,

Stavropol Military Institute of Communication of Rocket Armies

Annotation

The basic criterion of intensification is advancing development of military men's physical qualities and applied skills providing them with successful development and reliable usage of the weapon and techniques in the most intense conditions of fighting activity; there is an obvious necessity in use of correct estimation of functional condition of military men and importance of definition of adequacy of trainings for each military man individually.

Keywords: intensification, psychophysical qualities, professionally important physical quali-

ties, complexing, Cooper's test.

В настоящее время по призыву приходит служить значительное количество физически слабых, зачастую больных или ограничено годных к военной службе молодых людей. Контингент призываемой молодежи физически слаб: до 40% призывников не имеют прочных навыков в выполнении элементарных физических упражнений, базовый уровень физической подготовленности в рамках школьной программы низкий. Основной упор специалистами по физической подготовке при проведении занятий вынужденно делается на формирование этой базы (до 6 месяцев), что не предусматривается требованиями, предъявляемыми к призывникам.

Требования к профессионально-значимым качествам и физической подготовленности военнослужащих продолжают неуклонно повышаться. В настоящее время возникает одна из научных проблем, от решения которой во многом зависит боевая готовность подразделений и частей ВС РФ – это проблема всесторонней интенсификации процесса физической подготовки, которая позволит в короткие сроки формировать психические качества военнослужащих в процессе их профессионализации.

Сущность интенсификации процесса физической подготовки состоит в оптимальном использовании ее средств, методов и форм с целью подготовить военнослужащих в заданные сроки обучения к эффективному решению поставленных перед ними учебно-боевых задач (А.А. Нестеров, 1992).

Одним из главных направлений решения задач интенсификации физической подготовки является совершенствование методических основ организации, как учебных занятий, так и физической подготовки военнослужащих в целом. Направленность интенсификации физической подготовки военнослужащих определяет особенности организации и методiku в зависимости от характера и условий профессиональной деятельности военнослужащих. Анализ эффективности программ физической подготовки позволяет считать интенсификацию основным вопросом.

Физическая подготовка военнослужащих всегда определенным образом лимитирована временем, которое может быть выделено на различные ее формы. Практическая необходимость подготовки в сокращенные сроки возникла и может возникать довольно часто при подготовке резервов в военное время, при сокращении времени, отводимого на военно-профессиональное обучение, при подготовке военнослужащих к решению специальных задач и в ряде других случаев.

Повышение интенсивности учебно-тренировочного процесса выражается, как правило, в повышении объема тренировочной нагрузки и усилий при выполнении упражнений, в увеличении темпа движений и сокращении пауз для отдыха, в применении все более рациональных методов и методических приемов обучения прикладным навыкам и т.д. Это подтверждает сущность интенсификации учебно-педагогического процесса, вообще, и, в частности, учебных занятий по физической подготовке, как военнослужащих срочной службы, так и курсантов военных вузов.

Одним из перспективных средств интенсификации процесса физической подготовки военнослужащих является внедрение тренажеров и тренировочных устройств, так как учебно-боевая деятельность военнослужащих зачастую протекает в сложных климатогеографических условиях, что не всегда дает возможность проводить занятия по физической подготовке на открытом воздухе. В то же время далеко не каждый гарнизон или воинская часть имеют спортивные залы. Тренажеры же не требуют много места, они могут быть установлены в спальнях помещений подразделений

К экспериментальному исследованию в течение 6-ти месяцев привлекались 25 военнослужащих. Результаты антропологических измерений показали, что наиболее значимые изменения произошли в показателях веса тела, в среднем каждый военнослужащий увеличил вес на 0,5 - 1 кг, жизненная емкость легких возросла на 0,2 - 0,4 л. (рис. 1, 2).

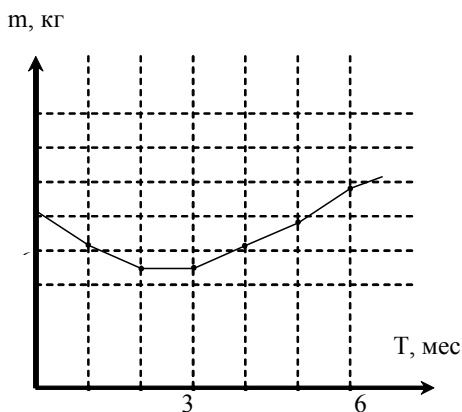


Рис. 1. Динамика изменения веса тела (среднее значение)

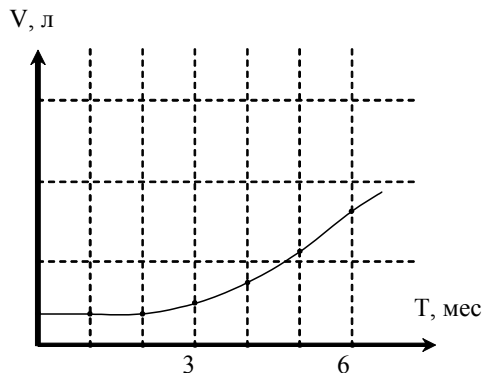


Рис. 2. Динамика роста жизненной ёмкости лёгких (данные спирометрии, среднее значение)

Наиболее эффективной формой занятий, направленных на развитие и совершенствование профессионально важных физических качеств военнослужащих срочной службы на начальном этапе обучения, являются комплексные занятия. Основная цель комплексирования состоит в создании условий для увеличения моторной плотности занятий и эффективного воздействия физических нагрузок на организм военнослужащих. В основу этих занятий целесообразно включать следующее:

- подбор средств осуществлять, исходя из принципов преимущественной направленности на развитие физических, специальных качеств и общеприкладных навыков, их простоты и высокой эффективности независимо от принадлежности к различным разделам физической подготовки или видам спорта;
- занятия должны проводиться с преобладанием тренировочной направленности, что предполагает использование методов круговой тренировки, фронтального и поточного способов выполнения упражнений.

При таких построениях слабо подготовленные военнослужащие срочной службы в отдельную группу могут не выделяться, а располагаться между хорошо подготовленными, что способствует максимальному приложению волевых усилий для качественного и полного по объему, интенсивности и количеству раз выполнения упражнений.

Исследования функционального состояния военнослужащих, занимающихся физической подготовкой, может осуществляться путем использования различных функциональных проб. Для исследования был выбран тест Купера, в связи с тем, что тестирование физической работоспособности лиц, выполняющих физическую нагрузку в покое, не отражает функционального состояния и резервных возможностей, так как патология органа или его функциональная недостаточность заметнее проявляются в условиях нагрузки, чем в покое, когда требования к нему минимальны.

Тест Купера предусматривает преодоление максимально возможного расстояния бегом за 12 минут (по ровной местности, без подъемов и спусков, как правило, на стадионе). Тест прекращается, если у испытуемого возникли признаки перегрузки. Такие перегрузки указывают на достижение предела переносимости нагрузки. На эти перегрузки указывают клинические признаки: резкая (сильная) одышка, большая усталость, бледность, похолодание и влажность кожи, значительное повышение артериального давления более чем на 25% от исходного, головокружение, боль в области сердца, отказ испытуемого от продолжения исследования в связи с дискомфортом (В.И. Дубровский, 1999).

Результаты тестирования военнослужащих представлены в таблице 1. Как сле-

дует из таблицы, практически полная адаптация к службе в ВС достигается после шести месяцев занятий.

Таблица 1

Функциональное состояние военнослужащих в процентном соотношении (%)

Месяц тестирования	Физическое состояние				
	очень плохое	плохое	удовлетворительное	хорошее	отличное
1-й месяц	12%	32%	32%	20%	4%
2-й месяц	12%	28%	32%	24%	4%
3-й месяц	8%	24%	36%	24%	8%
4-й месяц	4%	16%	36%	32%	12%
5-й месяц	-	4%	40%	40%	16%
6-й месяц	-	-	40%	44%	16%

Опыт войск показывает, что молодые военнослужащие в первый период пребывания на новом месте службы с большим трудом выполняют продолжительную по времени физическую работу. Физиологически период адаптации и восстановления уровня работоспособности обычно длится 20-30 суток, после чего наступает стабилизация уровня функционального состояния, которая длится 20-30 суток в зависимости от индивидуальных особенностей организма военнослужащих. И уже на фоне стабилизации начинается рост физической подготовленности и изменение функционального состояния военнослужащих. Следует отметить, что нельзя правильно оценить функциональное состояние организма военнослужащего, используя один какой-либо показатель.

Таким образом, можно сделать следующие выводы:

- тест Купера можно использовать для отбора военнослужащих для занятий циклическими видами спорта, а также для контроля тренированности, он позволяет определить функциональное состояние военнослужащих, выполняющих физическую нагрузку;
- на протяжении всего исследования можно было отметить, что тренировочные устройства и тренажеры оказывали положительное влияние на силу и устойчивость мотивов к занятию физическими упражнениями;
- комплексная форма проведения занятий обеспечивает наиболее разностороннее развитие и совершенствование физических и специальных качеств и также в наибольшей мере способствует функциональной адаптации организма занимающихся к различным нагрузкам;
- основным критерием интенсификации является опережающее развитие у военнослужащих физических качеств и прикладных навыков, обеспечивающих им успешное освоение и надежное использование оружия и техники в наиболее напряженных условиях боевой деятельности.

ЛИТЕРАТУРА

1. Нестеров, А.А. Рекомендации по интенсификации учебных занятий по физической подготовке военнослужащих срочной службы / А.А. Нестеров. – М. : Военное издательство, 1992. – 56 с.
2. Дубровский, В.И. Валеология. Здоровый образ жизни / В.И. Дубровский. – М. : Флинта, RETORIKA-A, 1999. – 560 с.

Контактная информация: pojdaal@mail.ru

**ИННОВАЦИОННЫЕ ПРОБЛЕМЫ УРБАНИЗАЦИИ ПОВЫШЕНИЯ
КАЧЕСТВА ЖИЗНИ СОЦИАЛЬНОГО ГОСУДАРСТВА**

*Василий Николаевич Стегний, доктор социологических наук, профессор,
Валерий Дмитриевич Паначев, доктор социологических наук, доцент,
Александр Николаевич Леготкин, кандидат педагогических наук, доцент,
Пермский государственный технический университет (ПГТУ)*

Аннотация

Демографическая программа России, ставшая реакцией на сложившуюся и, к сожалению, уже устойчивую неблагоприятную ситуацию в социальной сфере, по сути, определила, что решающая роль принадлежит росту репродуктивной активности. Решающую роль в изменении данной ситуации играет повышение двигательной активности россиян, здоровый образ жизни, систематические занятия физической культурой и спортом.

Ключевые слова: инновационные проблемы урбанизации, развитие физической культуры и спорта, качество жизни.

**THE INNOVATIVE PROBLEMS IN URBANIZATION OF IMPROVEMENT OF
SOCIAL STATE'S QUALITY OF LIFE**

*Vasily Nikolaevich Stegny, the doctor of sociological sciences, professor,
Valery Dmitrievich Panachev, the doctor of sociological sciences, senior lecturer,
Alexander Nikolaevich Legotkin, the candidate of pedagogical sciences, senior lecturer,
Perm State Technical University*

Annotation

The demographic program of Russia which have become reaction on existing and, unfortunately, already steady adverse situation in social sphere, as a matter of fact, has defined that the main role belongs to growth of reproductive activity. The main role in changing the given situation is in the increasing of motor activity of the Russians, healthy way of life, regular involvement in physical training and sports.

Keywords: innovative problems of an urbanization, physical training and sports development, quality of life.

ВВЕДЕНИЕ

Общие и наиболее ключевые тенденции современности отражаются в ускорении темпов социально-экономических и технологических преобразований, низкой продолжительности жизни мужского и женского населения и изменений климатических и экологических условий проживания человека выдвигают повышенные требования к воспитанию и обучению молодого поколения, особенно мужчин – основного звена тружеников и защитников нашего Отечества. Эти обстоятельства обуславливают быструю адаптацию и переадаптацию человека к условиям жизни, учебной и профессиональной деятельности. Эффективность в последнем случае определяется не только уровнем общей физической подготовленности, но и рациональным использованием имеющегося двигательного потенциала. Следует отметить, что в современной теории физического воспитания метод развития физической и психологической устойчивости является наименее разработанным. Вместе с тем, с предельной вероятностью можно говорить о положительном переносе качественных сторон двигательной деятельности человека. Управление двигательными действиями осуществляется посредством сенсорных (чувствительных) коррекций, то есть процессов непрерывного контроля какого-либо органа чувств (В.Г. Стрелец, 2005).

МЕТОДИКА

Цель нашей работы состояла в создании простой и эффективной методики управления сложными координационными движениями в пространстве при формировании профессиональных компетенций методами физического воспитания на занятиях

физической культурой и спортом. Для решения этой задачи были использованы средства специальной физической подготовки студентов технического вуза. Общеизвестно, что спортсмены, владеющие школой классического управления движениями в спорте, хорошо и быстро осваивают сложную спортивную технику и показывают высокие спортивные результаты. Это наблюдается с начала 20 века, с завоевания первой золотой олимпийской медали выдающимся российским спортсменом Н. Паниным-Коломенкиным. Фигурное катание на коньках, спортивная акробатика, художественная гимнастика, синхронное плавание и другие современные виды спорта завоевали мировое признание не только за счет спортивного мастерства, но и за счет использования возможностей управления сложнейшими координированными движениями во время соревнований.

Однако в физическом воспитании столь разнообразные эмоционально насыщенные и очевидно эффективные средства до настоящего времени оказываются невостребованными. Основу экспериментального комплекса составили специальные упражнения на управление физической и эмоциональной устойчивостью – фундаментом всего физического воспитания: упражнения на расслабление, быстроту двигательной реакции, упражнения на согласование движений различными частями тела, на точность воспроизводства движений по параметрам времени, пространства, силы и мощности, специальные упражнения с вибрационным тренажером, имитирующим тремор и колебания тела при повышенном сердечном ритме во время соревнований. С целью развития эффективности физической и психологической устойчивости применялось выполнение движений, как с открытыми, так и с закрытыми глазами. Осанка и телосложение как морфофункциональная и психологическая основы координации тонких движений при выполнении специальных физических упражнений определяют эффективность и качество двигательной деятельности студента университета. Однако существующие методики не отвечали нашим запросам, и мы создали простую и мобильную методику управления своим телом, позволяющую вносить коррекцию в поддержание устойчивости тела и правильной идеальной техники выполнения специальных упражнений в любых условиях двигательной соревновательной деятельности.

ЭКСПЕРИМЕНТАЛЬНАЯ ЧАСТЬ. РЕЗУЛЬТАТЫ И ИХ ОБСУЖДЕНИЕ

Биомеханическим методом, по Д.Д. Донскому, нами выявлено 5 наиболее активных точек, влияющих на управление телом человека в пространстве в статике и динамике: I-II точка – правое и левое плечо; III-IV точка – верхняя часть правого и левого бедра; V – активная точка, находится в области диафрагмы и ребер грудной клетки спереди. По этим точкам осуществляется управление равновесием при выполнении специальных упражнений (устойчивость в позе Ромберга с закрытыми и открытыми глазами, на специальной платформе) в статике и динамике, при отработке устойчивости в данных позах. При анализе учебно-методической литературы по физическому воспитанию было установлено неточное обоснование методики обучения и техники выполнения идеального упражнения на выработку устойчивости. По уточненным нами данным, выполнение техники устойчивости при сложном координированном управлении телом в пространстве для формирования профессиональных компетенций из различных положений производится по сагиттальной плоскости, которая делит тело человека по вертикали пополам и проходит через центр тяжести опоры тела. По этим коррективам техники идеального выполнения специального упражнения не происходит потери равновесия, лишнего расхода энергии, нерационального продолжительного процесса обучения и отбора в группы спортивного совершенствования. При существующей методике выполнения точного физического действия недостаточно точно скорректирована техника управления физической и психологической устойчивостью. В этой связи была разработана идеальная техника выполнения точного физического движения с помощью электронного комплексного тренажера устойчивости СКАТТ. При такой координации опорно-двигательного аппарата специальное упражнение вы-

полняется в управляемом режиме с обратной связью через СКАТТ и приносит наиболее эффективный результат.

В исследовании, которое проводилось в течение 9 месяцев, приняли участие 100 студентов в возрасте от 17 до 19 лет. В экспериментальной (ЭГ) и контрольной (КГ) группах было по 50 человек. Время занятий групп выдержано адекватно: ЭГ занималась по разработанной нами программе, КГ - по общепринятой.

При статистическом анализе основного эксперимента, который проводился в течение 3 месяцев, было установлено, что в ЭГ произошло значительное улучшение процесса управления пространственной координационной способностью (ПКС) идеального выполнения специального упражнения, отражающего четкость взаимодействия всех сенсорных (анализаторных) систем и уровня меж- и внутримышечной координации двигательного аппарата. В целом улучшение качества составило 8% ($p < 0,01$). В КГ этот показатель понизился до $-0,3\%$ ($p > 0,05$). В ЭГ ПКС с открытыми глазами составил 11% ($p < 0,001$), в КГ 4% ($p < 0,05$). ПКС с закрытыми глазами в ЭГ – 15% ($p < 0,01$) и в КГ, соответственно, 1% ($p > 0,05$). ПКС после стандартной нагрузки (которая составляла 30 полных приседаний за 30 с) с открытыми глазами в ЭГ улучшилась на 12% ($p < 0,01$), в КГ $-0,2\%$ ($p > 0,05$). С закрытыми глазами эти показатели составили 18% ($p < 0,01$) и 2% ($p > 0,05$), соответственно. По управлению статической устойчивостью в ЭГ прирост составил 6% ($p < 0,05$), по чувствительности вестибулярного анализатора – 8% ($p < 0,01$), рефлексометрии – 5% ($p < 0,01$). Аналогичные показатели функции в контрольной группе, которая занималась по общепринятой методике, существенно не изменились.

ВЫВОДЫ

Главным итогом проведенного педагогического эксперимента явилась научная новизна, заключающаяся в следующем:

1. Разработана система средств специальных упражнений физической и психологической подготовки студентов при их отборе в группы формирования специальных профессиональных компетенций. На наш взгляд, физическая и психологическая устойчивость при подготовке к профессиональной деятельности определяется как комплексная система, состоящая из двух компонентов (тонкая координация мышечной деятельности студента и управление рецепторами за счет целенаправленной научно разработанной методики специальной тренировки, а также индивидуального соревновательного опыта студента).

2. Включение в педагогический процесс специальных управляющих воздействий для выработки физической и психологической устойчивости, активных упражнений и других средств обеспечивает достоверно большой прирост в показателях физической подготовленности студентов.

3. Определена структура модели повышения уровня физической и психологической устойчивости и управления движениями при физических нагрузках, позволяющая осуществлять педагогический процесс наиболее эффективно и планомерно целесообразно в личностно-ориентированном содержании воспитания и самообразования. Все выше перечисленное является инновационным фундаментом современной методики физического воспитания студенческой молодежи в вузе.

Повышая у студентов физическую и психологическую устойчивость, мы закладываем и инновационный фундамент в улучшение их физической подготовленности и двигательной активности на будущие периоды всей жизни, тем самым происходит образование через всю жизнь.

ЛИТЕРАТУРА

1. Стрелец, В.Г. Человек и вселенная : психолого-педагогические и медико-биологические основы духовного и физического совершенствования человека : избранные лекции / В. Г. Стрелец. – СПб. : ОЛИМП, 2005. – 148 с.

Контактная информация: panachev@pstu.ru

КОМПЛЕКСНЫЙ ПОДХОД К ПРОБЛЕМАТИКЕ ПЕРВИЧНОГО СПОРТИВНОГО ОТБОРА ДЕТЕЙ

*Нина Тадэушевна Строщкова, старший преподаватель,
Российский государственный профессионально-педагогический университет
г. Екатеринбург*

Аннотация

В работе обосновывается использование критериев отбора детей для занятий спортом в первичном спортивном отборе и рассматривается один из механизмов определения пригодности ребенка к избранному виду спорта по уровню подготовленности.

Ключевые слова: спортивный отбор, первичный спортивный отбор, физическая подготовленность, спортивные способности, критерии спортивного отбора, мониторинг показателей уровня физической подготовленности.

THE COMPLEX APPROACH TO PROBLEMATICS OF PRIMARY SPORT SELECTION OF CHILDREN

*Nina Tadeushevna Stroschkova, the senior teacher,
Russian State Professionally Pedagogical University,
Yekaterinburg*

Annotation

The work justifying the usage of criteria of children's selection for sport practicing in primary sports selection and one of definition techniques for child fitness estimation relating to selected kind of sports by level of readiness is analyzed.

Key words: sports selection, primary sports selection, physical condition, sports abilities, criteria of sports selection, monitoring of parameters of physical condition level.

Устойчивый интерес к занятиям спортом у детей в большей степени определяется правильностью выбора спортивной специализации, что в значительной мере зависит от индивидуальных особенностей и требований, предъявляемых к кандидату, занимающемуся данным видом спорта. В этом случае выбор для каждого занимающегося вида спорта – задача спортивной ориентации, отбор же пригодных детей, исходя из требований определенного вида спорта, – задача спортивного отбора.

В отборе спортсменом в процессе многолетней подготовки выделяют четыре этапа: предварительный отбор; проверка соответствия отобранного контингента занимающихся требованиям, предъявляемым к успешной специализации в избранном виде спорта; этап спортивной ориентации; отбор в сборные команды обществ, республик, страны [1, 2]. Из всех вышеперечисленных этапов одним из самых важных, на наш взгляд, является предварительный отбор, так как именно он должен выявить способности ребенка к избранному виду спорта на основе учета его морфофункциональных и психических способностей. Одной из существенных причин неудачных выступлений отечественных спортсменов является проблема отбора на начальных этапах спортивной селекции. В настоящее время селективная работа на этапах распределения по склонностям детей к тому либо другому виду спорта ведется тренерами-преподавателями с применением устаревших методик, выявляющих функциональные возможности организма ребенка на момент тестирования. Как показывают исследования, проведенные нами в группах начальной спортивной подготовки детских спортивных школ, выбор ребенком вида спорта, как правило, случаен, практически не учитывается его предрасположенность к избранному им виду спорта [3]. В результате использование даже самых современных методов и средств тренировочного процесса может не дать положительного эффекта у ребенка, чьи способности не отвечают требованиям избранного вида спорта.

Важным показателем, на основе которого прогнозируются способности, является

ся физическая работоспособность организма спортсмена. По результатам тестов можно определить, насколько ребенок сейчас готов к занятиям избранным видом спорта, установить начальный уровень развития основных физических качеств, необходимых для совершенствования в избранном виде спорта. Чем выше этот уровень, тем больше возможности у ребенка показывать в дальнейшем высокие спортивные результаты. В то же время, чем ниже уровень развития физических качеств, тем вероятность эффективного совершенствования в избранном виде спорта менее высока, несмотря на достаточный прирост показателей уровня развития физических качеств на начальном этапе тренировок [4, 5].

Первичный спортивный отбор имеет комплексную природу, необходимо учитывать морфофункциональные показатели, прогнозируемый рост ребенка, типы темперамента и т.п. Для того чтобы собирать и обрабатывать многочисленные показатели при тестировании детей, рассматривать их в динамике развития, вовремя вносить коррективы в тренировочный процесс, в помощь детским тренерам и методистам спортивных школ было создано программное обеспечение (ПО) «Учет и анализ спортивных достижений у детей «VDB – спорт»» [6].

Общее назначение программы «VDB – спорт» состоит в анализе результатов спортивного тестирования детей и получении на их основе рекомендаций для выбора вида спорта с целью раннего определения предрасположенности детей к определенному виду спорта и достижения максимальных результатов в нем.

Данная программа позволяет пользователю изменять списки тестов (добавлять новые тесты, удалять не используемые или не значимые); изменять систему оценок тестов (изменять диапазоны значений результатов и их оценки); создавать новые обследования, содержащие произвольные группировки тестов, и получать по ним рекомендации по видам спорта; вводить новые виды спорта и оценивать предрасположенность детей к ним.

Известно, что в основе развития любых физических, психических качеств и координационной способности лежат анатомо-физиологические задатки, обусловленные наследственностью и носящие консервативный характер. Поэтому по ряду показателей, таких как антропометрические данные, основные свойства нервной системы, определяющие психический склад личности, ее темперамент, характер, уровень физической готовности, можно определить степень готовности ребенка к занятиям избранным видом спорта. Тесты, внесенные в ПО «VDB – спорт», отвечают тем нормативным требованиям, которые предложены программами для детско-юношеских спортивных школ, Комплексной программой по физической культуре для общеобразовательных школ и могут быть применены в качестве критериев для выявления предрасположенности ребенка к тому или иному виду спорта. В используемом нами варианте ПО «VDB – спорт» основными рабочими тестами являются (по группам тестов):

Антропометрические данные: длина тела, вес, сила кисти (сильнейшая), длина руки, % от длины тела, длина стопы, % от длины тела.

Физическая подготовленность: бег 30 м, бег 1000 м, прыжок в длину с места, прыжок вверх с места, бросок набивного мяча 1 кг двумя руками из-за головы, подтягивание из виса, (мальчики), упражнение на пресс (девочки), наклон вперед (из положения стоя на скамейке).

Координационная способность: челночный бег 3х10 м, интегральный показатель координации (ИПК) (процент вычисляется как сумма «напрыганного» за затраченное время).

Кроме того, используется ряд других тестов для определения уровня развития специфических координационных качеств-способностей, таких как: теппинг-тест, тест для определения оценки к кинестетическому дифференцированию, тест для определения оценки к комплексной реакции, тест для определения быстроты реакции [7].

Программа опробована при наборе мальчиков в спортивно-оздоровительную группу при детско-юношеской спортивной школе, специализирующейся на виде спор-

та – волейбол. Все мальчики в количестве 80 человек были протестированы для определения начального уровня развития физических качеств, координационной способности, также был измерен рост на момент тестирования и вычислен окончательный рост ребенка по росту его родителей. Показатели были занесены в программу, с помощью которой 20% мальчиков из общего числа протестированных были отобраны в волейбольную секцию.

Таблица 1

Оценки предрасположенности ребенка к видам спорта

Тесты, пройденные в возрасте 7 лет			
Волейбол			4.5
07.09.2007	Длина стопы	14,83, % от длины тела	5
07.09.2007	Бег 30 метров	5,6, с	5
07.09.2007	Прыжок в длину с места	154, см	4
07.09.2007	Прыжок вверх с места	32, см	5
07.09.2007	Наклон вперед (из положения стоя на скамейке)	15, см	5
07.09.2007	Челночный бег 3х10 метров	8,9, с	5
07.09.2007	Бросок набивного мяча 1 кг двумя руками из-за головы	300, см	4
07.09.2007	Прогнозная длина тела мальчика	176,65	3
Легкая атлетика			4.85
07.09.2007	Длина стопы	14,83, % от длины тела	5
07.09.2007	Бег 30 метров	5,6, с	5
07.09.2007	Прыжок в длину с места	154, см	5
07.09.2007	Наклон вперед (из положения стоя на скамейке)	15, см	5
07.09.2007	Челночный бег 3х10 метров	8,9, с	5
07.09.2007	Бросок набивного мяча 1 кг двумя руками из-за головы	300, см	4
	Прогнозная длина тела мальчика	176,65	5
Тесты, пройденные в возрасте "8" лет			
Волейбол			4.3
08.09.2008	Сила кисти (сильнейшая)	14, кг.	3
08.09.2008	Длина стопы	15, % от длины тела	5
08.09.2008	Бег 30 метров	5,2, с	5
08.09.2008	Бег 1000 метров	5,5, мин	5
08.09.2008	Прыжок в длину с места	164, см	4
08.09.2008	Прыжок вверх с места	38, см	5
08.09.2008	Наклон вперед (из положения стоя на скамейке)	17, см	5
08.09.2008	Челночный бег 3х10 метров	8,5, с	5
08.09.2008	Бросок набивного мяча 1 кг двумя руками из-за головы	350, см	3
	Прогнозная длина тела мальчика	176,65	3
Легкая атлетика			4.5
08.09.2008	Сила кисти (сильнейшая)	14, кг.	3
08.09.2008	Длина стопы	15, % от длины тела	5
08.09.2008	Бег 30 метров	5,2, с	5
08.09.2008	Бег 1000 метров	5,5, мин	5
08.09.2008	Прыжок в длину с места	164, см	5
08.09.2008	Наклон вперед (из положения стоя на скамейке)	17, см	5
08.09.2008	Челночный бег 3х10 метров	8,5, с	5
08.09.2008	Бросок набивного мяча 1 кг двумя руками из-за головы	350, см	3
	Прогнозная длина тела мальчика	176,65	5

Некоторые мальчики имели предрасположенность к легкой атлетике (определялась данная предрасположенность по уровню оценки), и после двух лет тренировок эти мальчики по нашей рекомендации перешли в секцию легкой атлетики, где успешно совершенствовались. В таблице 1 представлен отчет по ребенку, в который входит оценочный показатель его предрасположенности.

Динамика развития по показателям уровня подготовленности отражена в таблице 2. Такие таблицы суммируются программой в виде резюме по каждому ребенку с указанием данных ребенка, тренера, специалиста, проводившего тот или иной тест, время проведения исследования и т.п.

Таблица 2

Динамика результатов по пройденным тестам

Название тестов	Годы / Полугодия			
	2007 г.		2008 г.	
	1 полугодие, %	2 полугодие, %	1 полугодие, %	2 полугодие, %
Антропометрические данные	3,03		14,37	
Длина тела, см.	118 -->	1.6 (120)	3.3 (122)	4.2 (123)
Длина руки, % от длины тела	32.2 -->	3.5 (33.33)	5.8 (34.1)	8.6 (35)
Длина стопы, % от длины тела	14.83 -->	1.1 (15)	-2.2 (14.5)	4.5 (15.5)
Прогнозная длина тела (девочки), см.	157.15 -->			
Сила кисти (сильнейшая), кг.	11 -->	18.1 (13)	27.2 (14)	63.6 (18)
Координационная способность	12,3		50,52	
Интегральный показатель координации (ИПК),	0.35 -->	45.9 (0.51)	91.3 (0.68)	98.6 (0.7)
Челночный бег 3x10 метров, с	8.9 -->	3.3 (8.6)	4.4 (8.5)	7.8 (8.19)
Физическая подготовленность	3,6		12,36	
Наклон вперед (из положения стоя на скамейке), см.	15 -->	13.3 (17)	13.3 (17)	-6.6 (14)
Прыжок в длину с места, см	154 -->	6.4 (164)	6.4 (164)	7.1 (165)
Прыжок вверх с места, см	32 -->	6.2 (34)	18.7 (38)	15.6 (37)
Бег 1000 метров, мин			5.5 -->	5.4 (5.2)
Бег 30 метров, с	5.6 -->	3.5 (5.4)	7.1 (5.2)	12.4 (4.9)
Бросок набивного мяча 1 кг двумя руками из-за головы, см	300 -->	6.6 (320)	16.6 (350)	40 (420)

В таблице 1 в центральной колонке представлены показатели уровня развития физических качеств, прогнозная длина тела ребенка, в правой колонке - результаты, показанные в тестах, в крайней колонке - оценка по каждому тесту в соответствии с требованиями вида спорта и общая оценка, среднее арифметическое всех оценок. Динамика прироста показателей (табл. 2) показывает результаты тестирования по полугодиям, а также процент прироста по каждому качеству в отдельности и общий по показателям (антропометрические данные, координационная способность, физическая подготовленность). Через год проценты темпа прироста показателей суммируются по отношению к начальному уровню. Все это необходимо тренерам для своевременного внесения коррективов в программу подготовки юных спортсменов, кроме того, ребенку можно вовремя рекомендовать реализовать свои спортивные способности в другом, более подходящем для него виде спорта. В результате данная программа на этапе предварительного спортивного отбора помогает выявить наиболее моторно-одаренных детей, рассматривать в динамике показатели уровня физической подготовленности и вовремя вносить коррективы в тренировочный процесс, а также помогает ребенку определиться в выборе наиболее подходящего для него вида спорта.

ЛИТЕРАТУРА

1. Гужаловский, А.А. Развитие двигательных качеств у школьников / А.А. Гужаловский. – Минск : Народная асвета, 1978. – 98 с.
2. Гужаловский, А.А. Проблемы теории спортивного отбора // Теория и практика физической культуры. – 1986. – № 8. – С. 24–25.
3. Строшкова, Н.Т. Влияние стабильности групп начальной спортивной подготовки на эффективность системы отбора юных спортсменов // IX Всероссийский форум молодых учёных и студентов «Конкурентоспособность территорий и предприятий во взаимозависимом мире» : сборник тезисов. – Екатеринбург, 2006. – С. 271-273.
4. Семёнов, Л.А. Основы определения спортивной пригодности детей : учеб. пособие / Л.А. Семенов. – Екатеринбург : Изд-во Урал. Гос. проф.-пед. ун-та, 2002. – 145 с.
5. Баландин, В.И. Прогнозирование в спорте / В.И. Баландин, Ю.М. Блудов, В.А. Плахтиенко. – М. : Физкультура и спорт, 1986. – 192 с.
6. Строшкова, Н.Т. Учет и анализ спортивных достижений у детей. ПО «VDB-спорт». Свидетельство о государственной регистрации программы для ЭВМ № 2009615530 от 05.10.09 г.
7. Лях, В.И. Тесты в физическом воспитании школьников : пособие для учителя / В.И. Лях. – М. : ООО «Фирма «Издательство АСТ», 1998. – 272 с. : ил.

Контактная информация: elform-64@mail.ru

ПСИХОФИЗИОЛОГИЧЕСКАЯ АДАПТАЦИЯ ВОЕННОСЛУЖАЩИХ ПО ПРИЗЫВУ К УСЛОВИЯМ ВОЕННОГО ТРУДА С ПОЗИЦИЙ ВОСТОЧНОЙ ФИЛОСОФИИ И МЕДИЦИНЫ

*Николай Алексеевич Сюрис, кандидат медицинских наук, декан,
Самарский институт медико-социальной реабилитологии (ННОУ ВПО «СИМСР»),
Ольга Юрьевна Дукальская, психолог войсковой части ГО МЧС РФ,
г. Самара*

Аннотация

В данной статье описаны варианты оценки динамики психофизиологической адаптации военнослужащих по призыву к условиям военного труда с позиций восточной философии и медицины с целью оптимизации мероприятий психофизиологического сопровождения военной службы.

Ключевые слова: психофизиологическая адаптация, военная служба по призыву, восточная медицина и философия, электропунктурная диагностика по Накатани.

PSYCHOPHYSIOLOGICAL ADAPTATION OF SOLDIERS ON THE CALL TO THE CONDITIONS OF MILITARY LABOR FROM THE POSITION OF EASTERN PHILOSOPHY AND MEDICINE

*Nikolai Alekseyevich Syuris, the candidate of medical sciences, dean,
Samara Institute of Medical and Social Rehabilitologic,
Olga Jurevna Dukalsky, the psychologist of a body of Civil defense of the Ministry of Emergency Measures of the Russian Federation,
Samara*

Annotation

In this article the variants of estimation of psycho physiological adaptation dynamics of the soldiers on the call to the conditions of military labor from the positions of eastern philosophy and medicine have been described, with the purpose of optimization of psycho physiological support of military service.

Keywords: psycho physiological adaptation, military service on the call, eastern medicine and philosophy, Nakatani electro-puncture diagnostics.

ВВЕДЕНИЕ

Каждый человек с рождения наделен только ему одному присущими психическими и физическими особенностями, передающимися по наследству.

Теоретическим фундаментом традиционной китайской медицины является философия даосизма. Теория инь-ян отражает единство организма и теснейшие взаимосвязи его функциональных и органических структур, что находит объяснение в системно-структурном подходе в теоретической и практической медицине, психофизиологии, основы которой были заложены П.К. Анохиным.

Теория Пяти Элементов (У-СИН) отражает пять категорий окружающего мира, а именно: дерево, огонь, землю, металл и воду. Пять элементов имеют различные свойства, но они зависят друг от друга и тесным образом взаимосвязаны друг с другом, поддерживая относительный баланс. В ней заложена мысль о материальности мира, взаимодействия и взаимосвязи частей природы и явлений, о целостности организма, его саморегуляции и системности реакции на внешние раздражители [3].

Понятие единства и взаимосвязи в такой многопараметрической системе, как биологический объект, нашло отражение в учении древних медиков о пяти элементах. Функциональные отношения между пятью элементами представляют собой замкнутую систему взаимовлияний с множественными прямыми и обратными связями и в определенной мере соответствуют представлению о гомеостазе [3].

Одно из определений, данное в Уставе ВОЗ (1948): «Здоровье – это состояние полного физического, душевного и социального благополучия, а не только отсутствие болезней или физического дефекта» [1, 5].

Под функциональным состоянием организма понимают совокупность физиологических функций, определяющих уровень функционирования и работоспособности организма. Показатели функционального состояния косвенно отражают работоспособность и пригодность индивидуума к выполнению социальных функций, для военнослужащих - боеспособность.

Изменение функционального состояния в ответ на воздействие многообразных факторов не позволяет использовать его показатели для конкретной оценки какого-либо отдельного фактора или группы причин, как, например, физическое развитие. В то же время достоинством показателей функционального состояния является то, что каждый из них интегрально отражает взаимодействие среды и организма, а также готовность и пригодность к выполнению социальных и других жизненных функций. Поэтому показатели функционального состояния удобны для интегральной экспресс-оценки и изучения уровня психофизиологической адаптации и дееспособности личного состава.

МЕТОДИКА

Исследования японского ученого Накатани в 50-х годах двадцатого столетия по установлению зависимости между функциональным состоянием внутренних органов и электрическими потенциалами в кожных точках соответствующих меридианов показали, что любые изменения во внутренней среде непременно отражаются на коже, и что меридианы тела ведут себя как чувствительные индикаторы, сигнализирующие не только о наступившей опасности, но и ее масштабах. В методике, предложенной Накатани, применяется для измерения величина электрического тока (200 мкА); в качестве измеряемых точек взяты все точки-пособники (источники) меридианов [2, 3, 4].

ЭКСПЕРИМЕНТАЛЬНАЯ ЧАСТЬ

Проведено обследование личного состава подразделений Самарского военного гарнизона в 2007-2009 гг. с применением аппарата для электропунктурной диагностики «Алмаз-012РФ» по методу Накатани.

Цель исследования: выяснение возможности использования метода по выявле-

нию динамики функционального состояния организма (психофизиологической адаптации к условиям военного труда) в зависимости от длительности военной службы.

Обследованы 4 группы согласно срокам службы: 1-я – до 6 месяцев (38 человек), 2-я группа – до 12 месяцев (43 человека), 3-я группа – до 18 месяцев (42 человека), 4-я группа – до 24 месяцев (39 человек).

РЕЗУЛЬТАТЫ И ИХ ОБСУЖДЕНИЕ

Для интерпретации результатов электропунктурной диагностики (ЭПД) вычислялись результаты отклонений значений в измеряемых зонах обследуемого от среднего значения «физиологического коридора» группы. Далее в сравнимом виде (проценты) по количеству баллов (наименьшее отклонение – 1 балл, наибольшее – 4 балла) определены суммарные баллы (табл. 1).

Таблица 1

Динамика функционального состояния групп обследованных военнослужащих методом ЭПД по Накатани

№ группы	Меридианы рук (баллы)	Меридианы ног (баллы)	Суммарное значение (баллы)
1	33	36	69
2	31	26	57
3	37	29	63
4	19	26	45

Полученные данные свидетельствуют о том, что функциональное состояние (определяемое с помощью метода ЭПД) в 4 группе наилучшее – 45 баллов, т.к. имеет наименьшее отклонение от средних значений «физиологического коридора». В 1 группе – наихудшее – 69 баллов, что свидетельствует о недостаточной адаптированности к военной службе (срок службы - до 6 месяцев). Относительно первой группы значения у всех групп значительно отличаются ($p < 0,05$).

ВЫВОДЫ

Динамика адаптации по призывам подтверждается на практике, т.к. наиболее адаптированы к военной службе военнослужащие со сроком службы до 24 месяцев, наименее – до 6 месяцев. Наибольшая служебная нагрузка приходилась на военнослужащих со сроком службы до 18 месяцев, что отражено в некотором снижении показателей функционального состояния. 2-я группа – до 12 месяцев, вышедшая на уровень оптимизации своей деятельности, имеет показатели лучше, чем у первой группы.

Проводимые исследования в период военной службы по призыву на два года, в последующем – на полтора года и в настоящее время – на один год подтверждают представленные выше данные о том, что адаптация к условиям военной службы происходит у большинства военнослужащих к окончанию первого года службы. Для настоящих условий военная служба по призыву в течении 12 месяцев не позволяет использовать сформировавшийся профессиональный психофизиологический потенциал. Целесообразность продления срока службы минимум до 18 месяцев очевидна.

Применяемая методика ЭПД в связи с неинвазивностью, использованием портативного прибора («Алмаз-012РФ»), затратой малого количества времени (до 10 минут на исследование одного военнослужащего) может применяться для косвенной оценки состояния психофизиологической адаптации к условиям военного труда по динамике функционального состояния и может использоваться в войсковом звене (даже в полевых условиях).

ЛИТЕРАТУРА

1. Задачи по достижению здоровья для всех. Европейская политика здравоохранения // Европейская серия «Здоровье для всех». – Копенгаген : ЕврВОЗ, 1993. – № 4. – 322 с.

2. Овечкин, А.М. Основы чжень-цзю терапии / А.М. Овечкин. – Саранск : Саранский филиал СП «Норд», издательство «Голос», 1991. – 417 с.
3. Табеева, Д.М. Практическое руководство по иглорефлексотерапии / Д.М. Табеева. – М. : МЕДпресс, 2001 – 456 с.
4. Электропунктурная диагностика по методу И. Накатани : методические рекомендации № 2002/34. – М. : [б.и.], 2002. – 24 с.
5. Charter of the United Nations and Statute of the International Court of Justice (Russian language) Release Date: January, 1999 (also available in Arabic, Chinese, English, French, Spanish) Sales Number: DPI511 108 page(s), Publisher: United Nations, Department of Public Information.

Контактная информация: sjuris@yandex.ru

ЭКСПЕРТНЫЕ ПСИХОДИАГНОСТИЧЕСКИЕ СИСТЕМЫ КАК ИНСТРУМЕНТ РЕШЕНИЯ ЗАДАЧ ЭКСПРЕСС ПСИХОЛОГИЧЕСКОЙ ДИАГНОСТИКИ

*Ксения Ральфовна Червинская, кандидат технических наук, доцент,
Санкт-Петербургский государственный университет*

Аннотация

В статье обсуждаются теоретико-методологические проблемы разработки экспертных психодиагностических систем как компьютерного инструментария, нацеленного на решение задач психологической экспресс диагностики для выявления групп риска. Представлены теоретические и методологические положения конструирования экспертных психодиагностических систем, осуществляющих вербальную интерпретацию результатов тестирования испытуемых.

Ключевые слова: экспертные психодиагностические системы, психологическая экспресс диагностика, извлечение экспертных знаний.

EXPERT PSYCHODIAGNOSTIC SYSTEMS AS THE TOOLS FOR SOLVING THE TASKS OF PSYCHOLOGICAL EXPRESS DIAGNOSTICS

*Kseniya Ralfovna Chervinskaya, the candidate of technical sciences, senior lecturer,
St.-Petersburg State University*

Annotation

The article examines theoretical and methodological problems related to the development of expert psycho diagnostic systems as computer tools directed to the solution of tasks of psychological express diagnostic for the revelation of high-risk groups. The author describes theoretical and methodological foundations of the development of expert psycho diagnostic systems realizing the verbal interpretation of the results of the testes` diagnostics .

Key words: expert psycho diagnostic systems, psychological express diagnostic, expert knowledge abstraction.

Стремительный рост информационных технологий открывает широкую перспективу для решения задач экспресс психологической диагностики, являющейся основной профилактической работы с различными контингентами людей, в том числе и со спортсменами. Известно, что в спорте без психического напряжения нет продуктивной работы. В напряженные периоды спортивной деятельности повышается чувствительность спортсмена к разнообразным стимулам, уровень беспокойства и неопределенности, растет количество причин, побуждающих к возникновению конфликтных и кризисных ситуаций. Профилактическая психодиагностическая работа требует, прежде всего, выявления этих состояний и свойств спортсменов, а в более широком контексте – выявления так называемых групп риска. Отсюда актуальной становится разработка экспертных психодиагностических систем для решения задач экспресс диагностики [2, 7].

Экспертные психодиагностические системы (ЭПС) – это компьютерные психодиагностические методики, осуществляющие вербальную интерпретацию результатов

тестирования испытуемых на основе базы психодиагностических знаний, под которой понимается специальным образом формализованные знания специалистов – экспертов-психологов, обладающих опытом применения интерпретационных схем методики в процессе обследования испытуемых [7, 4]. Статья посвящена описанию наших исследований по созданию ЭПС в области медицинской психологии. Следует подчеркнуть, что ЭПС существенным образом отличаются от любых других компьютерных тестов, прежде всего, тем, что они строят компьютерное заключение на основе базы психодиагностических знаний, разработанной в результате совместной работы когнитолога (специалиста по извлечению знаний) и эксперта-психолога, имеющего опыт работы с данной методикой в клинике.

В практике психодиагностического исследования переход к развернутому психодиагностическому заключению, осуществляемому путем перевода числовых результатов на психологический язык, как правило, мало формализован, нестрог, осуществляется во многом интуитивно на основе личного профессионального опыта психолога.

С технической точки зрения, создать алгоритм интерпретации результатов тестирования достаточно просто: для этого надо сформулировать некоторые правила интерпретации в виде «если – то». Например, если «шкала D (депрессии) методики ММРІ» лежит в диапазоне 70Т-75Т, то «у испытуемого выражена внутренняя напряженность, неудовлетворенность ситуацией, пассивность, пессимизм». Эти правила, написанные для каждой шкалы и «прошитые» в код программы, обрабатываются компьютером последовательно, в порядке написания, а результаты, то есть психологические характеристики испытуемого, предъявляются пользователю-психологу. С точки зрения психодиагностической практики, конструирование компьютерной интерпретации результатов тестирования таким способом оказывается плачевным. Например, при определенных тестовых данных, таких как одновременный подъем шкал D (депрессии) и Ма (гипомании) опросника ММРІ, компьютер формирует следующее противоречивое заключение: «у испытуемого выражена внутренняя напряженность, неудовлетворенность ситуацией, пассивность, пессимизм, активность, оптимистическая оценка перспективы, энергичность, активность». Следует отметить, что в настоящее время в Интернете выложено огромное количество компьютерных тестов, реализующих подобного вида заключения. В то же время опытный клинический психолог обладает знаниями, позволяющими ему разрешить представленный выше противоречивый паттерн методики ММРІ и описать состояние испытуемого как неустойчивое, эмоционально лабильное или «смешанное».

Таким образом, для создания ЭПС необходимо смоделировать экспертные рассуждения психологов путем эксплицирования интерпретационных схем психодиагностических методик для формирования базы психодиагностических знаний, которая станет основой ЭПС, реализующей компьютерное заключение по результатам тестирования испытуемого. Иными словами, компьютер надо «научить» решать задачу создания психодиагностического заключения по результатам тестирования испытуемого так, как это делает специалист-профессионал (психолог).

Основная сложность процесса эксплицирования интерпретационных схем эксперта-психолога заключается в том, что экспертные знания и опыт носят во многом интуитивный, неосознаваемый, имплицитный и трудновербализуемый характер. Знание интерпретационных схем и умение использовать их на практике при написании психодиагностического заключения – это имплицитные знания, т.е. знания, которые трудно вербализуются, но, тем не менее, проявляются в процессе решения задачи. Проблема построения модели интерпретации тестовых данных – это проблема эксплицирования знаний психолога, т.е. выявления и четкого формулирования интерпретационных схем.

Трудности проведения работ заключались в вопросах извлечения знаний и опыта эксперта-психолога, их структурирования и представления в форме, воспринимаемой компьютером. Под извлечением экспертных знаний (Expert Knowledge Elicitation)

понимают процедуру взаимодействия когнитолога с экспертом, в результате которого становятся явными процесс рассуждений специалистов при принятии решений и структура их представлений о предметной области [7, 4].

Нами разработана и апробирована в области медицинской психологии психологическая концепция извлечения экспертных знаний субъектов труда [5], позволившая представить методологию построения моделей интерпретации тестовых данных. Верификация разработанных моделей осуществлялась путем создания экспертных психодиагностических систем и проведения эмпирических исследований по установлению валидности компьютерных заключений.

Разработанная концепция включает в себя теоретико-психологическое исследование проблемы извлечения экспертных знаний как процесса взаимодействия субъектов труда с целью построения модели экспертных представлений и рассуждений, а также обоснование того, что извлечение экспертных знаний составляет основу когнитивного анализа деятельности специалиста (пользователя, эксперта) для проектирования когнитивных технических (компьютерных) систем: экспертных систем, систем поддержки принятия решений, систем «человеко-компьютерного взаимодействия».

Для выявления трудностей эксплицирования экспертных знаний проанализированы литературные источники, позволившие сформулировать феномены когнитивной деятельности эксперта. Было показано, что феномены экспертной категоризации и процедурализации, проявление дискурсивных и личностных особенностей специалистов (когнитолога и эксперта), эффекты чрезмерной уверенности, привязки, проекции, эвристика доступности являются барьерами и существенно затрудняют процесс эксплицирования экспертных знаний. Анализ этих феноменов позволил наметить пути разрешения проблемы в виде аспектов рассмотрения процесса извлечения экспертных знаний: коммуникативного, операционально-инструментального и процессуального.

В рамках концепции извлечения экспертных знаний разработаны коммуникативные модели взаимодействия субъектов труда, позволяющие осуществлять выбор соответствующих методов извлечения экспертных знаний; мета-язык взаимодействия когнитолога и эксперта в виде конкретного набора инструментов структурирования декларативного и процедурного типа, позволяющий проводить концептуальный анализ знаний, а также процессуальная схема извлечения экспертных знаний, представляющая собой алгоритм прохождения стадий, этапов и шагов в процессе извлечения экспертных знаний.

Методология построения моделей интерпретаций тестовых данных, основанная на процессуальной схеме извлечения экспертных знаний, включает в себя последовательность трех этапов и пяти взаимосвязанных с ними шагов. На каждом этапе участниками взаимодействия осуществляется выбор конкретной коммуникативной модели и использование инструментов структурирования декларативного или процедурного типа.

Конструирование экспертных психодиагностических систем в области медицинской психодиагностики включает в себя построение моделей интерпретации тестовых данных путем извлечения знаний экспертов – медицинских психологов. Верификация разработанных моделей интерпретации тестовых данных осуществлялась путем установления валидности компьютерного психодиагностического заключения. Материалом эмпирических исследований, проведенных для проверки эффективности разработанного психодиагностического инструментария, послужили данные 423 (48,7% мужчин и 51,3% женщин), больных психическими и психосоматическими расстройствами, а также 728 (44,7% мужчин и 55,3% женщин) здоровых респондентов. Общая выборка исследованных лиц составила 1151 человек. Для установления валидности компьютерного психодиагностического заключения (для получения экспертной оценки) в исследовании приняли участие представители медицинской профессии в количестве 72-х человек (врачи СПбПНИ им.В.М.Бехтерева, ГПБ №7 им. академика И.П.Павлова, 4-го отделения ВМедА и ГИБ № 30 им. С.П. Боткина) и 350 студентов

высших учебных заведений Санкт-Петербурга. В процессе создания моделей интерпретации тестовых данных в области медицины и медицинской психодиагностики приняли участие 15 опытных специалистов – экспертов, из них 3 доктора медицинских наук, 4 кандидата медицинских наук и 8 кандидатов психологических наук.

Таким образом, созданные на основе концепции извлечения экспертных знаний конкретные экспертные психодиагностические системы являются информативными и валидными инструментами психологической диагностики, дополняющими и объективирующими данные клинико-психологического исследования. В качестве примеров можно привести такие экспертные психодиагностические системы, как ММРІ [7], опросник интерперсональных отношений [6], методику выявления уровня субъективного контроля, шкалы тревоги и тревожности, шкалы депрессии, астении, опросник невротических расстройств [7], опросник выявления невротических черт личности [3], методику «Семантический дифференциал времени» [1], интегративную систему психодиагностики методом Роршаха и другие.

Разработанные экспертные психодиагностические системы нашли широкое применение как в индивидуализированных клинических, так и в массовых психопрофилактических исследованиях, например, для выявления групп риска нарушений психической адаптации у представителей массовых профессий (педагогов, военнослужащих и т.п.). Апробированный в научно-практической деятельности комплексный психолого-диагностический подход с применением упомянутого инструментария показал высокую продуктивность и в тех случаях, где необходимо принимать решения, связанные с оценкой психологических, профессионально-значимых качеств с учетом специфики и напряженности профессиональной деятельности, в том числе и для экспресс-диагностики спортсменов.

ЛИТЕРАТУРА

1. Семантический дифференциал времени как метод психологической диагностики личности при депрессивных расстройствах : пособие для врачей и психологов / Л.И. Вассерман, О.Н. Кузнецов, В.А. Ташлыков, М. Тейверлаур, К.Р. Червинская, О.Ю. Щелкова / СПбНИПНИ им. В.М.Бехтерева. – СПб. : [б.и.], 2005. – 24 с.
2. Вассерман, Л.И. Медицинская психодиагностика : введение в теорию, практику, обучение / Л.И. Вассерман, О.Ю. Щелкова. – СПб., М. : Изд. центр «Академия», 2003. – 736 с.
3. Иовлев, Б.В. Опросник для определения невротических черт личности (НЧЛ) : пособие для врачей / Б.В. Иовлев, К.Р. Червинская, О.Ю. Щелкова ; СПбНИПНИ им. В.М.Бехтерева. – СПб. : [б.и.], 2003. – 40 с.
4. Червинская, К.Р. Компьютерная психодиагностика : учебное пособие / К.Р. Червинская. – СПб. : Речь, 2003. – 336 с.
5. Червинская, К.Р. Концепция «извлечения экспертных знаний» в инженерно-психологическом контексте // Вестник Санкт-Петербургского университета. – 2008. – Серия 12. – Вып. 3. – С. 394-402.
6. Червинская, К.Р. Методика интерперсональных отношений : опыт эксплицирования знаний эксперта-психолога, интерпретационные схемы : методическое пособие / К.Р. Червинская. – СПб. : Речь, 2008. – 160 с.
7. Червинская, К.Р. Медицинская психодиагностика и инженерия знаний / К.Р. Червинская, О.Ю. Щелкова ; под ред. Л.И.Вассермана. – СПб. : Академия, 2002. – 624 с.

Контактная информация: ks.56@mail.ru

ФАКТОРЫ, ОБЕСПЕЧИВАЮЩИЕ ЭФФЕКТИВНОСТЬ УЧЕБНО-ПРОФЕССИОНАЛЬНОЙ ДЕЯТЕЛЬНОСТИ СТУДЕНТОВ ПЕДАГОГИЧЕСКИХ И ИНЖЕНЕРНО-ТЕХНИЧЕСКИХ ВУЗОВ

Михаил Алексеевич Шансков, кандидат биологических наук, Национальный государственный университет физической культуры, спорта и здоровья имени П.Ф. Лесгафта, Санкт-Петербург, (НГУ им. П.Ф. Лесгафта, Санкт-Петербург),

Борис Петрович Усольцев, кандидат технических наук, профессор, Балтийский государственный технический университет ВОЕНМЕХ им. Д.Ф. Устинова (БГТУ Военмех им. Д.Ф. Устинова), Санкт-Петербург,

Геннадий Николаевич Пономарев, доктор педагогических наук, профессор, Российский государственный педагогический университет им. А.И. Герцена (РГПУ им. А.И. Герцена), Санкт-Петербург

Аннотация

В статье представлены результаты психодиагностического исследования личностных особенностей студентов педагогических инженерно-технических вузов. Установлены различия в учебно-профессиональной деятельности студентов, обучающихся по специальностям «физическая культура» и «спортивный менеджмент», которые требуют обязательного учета при построении программ подготовки специалистов в современных условиях.

Ключевые слова: эффективность учебно-профессиональной деятельности, образовательная среда, физическая культура, спортивный менеджмент.

THE FACTORS PROVIDING THE EFFICIENCY OF EDUCATIONAL AND PROFESSIONAL ACTIVITY OF STUDENTS OF PEDAGOGICAL AND TECHNICAL UNIVERSITIES

Michael Alekseevich Shanskov, the candidate of biological sciences, The Lesgaft National State University of Physical Education, Sport and Health, St.-Petersburg

Boris Petrovich Usoltsev, the candidate of pedagogical sciences, professor, The Ustinov Baltic State Technical University "VOENMEKH", St.-Petersburg,

Gennadii Nikolaevich Ponomarev, the doctor of pedagogical sciences, professor, The Herzen State Pedagogical University of Russia, St.-Petersburg

Annotation

The article presents the results of psycho diagnostic research of personal features of students of pedagogical technical higher institutions. The distinctions in educational and professional activity of students trained by specialties «physical culture» and «sports management» have been established which require the obligatory consideration at modeling the programs for preparation of experts in modern conditions.

Key words: efficiency of educational and professional work, educational environment, physical culture, sports management.

ВВЕДЕНИЕ

Современная тенденция развития производства приводит к необходимости подготовки менеджеров, осуществляющих управление предприятием в рыночных условиях. От таких специалистов требуется высокий уровень предприимчивости, независимости, широты мышления, гибкости поведения, общей и профессиональной культуры. Менеджмент в спорте является относительно новым в нашей стране направлением

подготовки кадров, поэтому теоретические и практические аспекты его функционирования как учебно-профессиональной дисциплины в вузах являются недостаточно разработанными (Усольцев Б.П., Шансков М.А., 2009).

Цель настоящего исследования состояла в определении факторов, обуславливающих эффективность учебно-профессиональной деятельности студентов педагогических и инженерно-технических вузов.

МЕТОДИКА

Решение поставленной задачи в данной работе осуществлялось с использованием компьютерного психодиагностического комплекса «Мультитсихометр». В исследовании принимали участие 114 студентов БГТУ (инженерно-технических специальностей и спортивного менеджмента) и РГПУ (факультета физической культуры). Применялись методики оценки свойств личности (по тестам 5-ФЛО, Г. Айзенка и Я. Стреляу), оценки социально-психологического климата в учебных группах по О. Михалюк и А. Шальто, оценки хронического утомления, субъективного психологического статуса, личностной тревожности, типов поведения в конфликтной ситуации и нервно-психического напряжения.

Результаты тестирования, помимо количественных выражений, оценивались по 10-ступенчатой шкале. Факторный анализ проведен по методу главных компонент с ротацией референтных осей по варимакс-критерию.

РЕЗУЛЬТАТЫ ИССЛЕДОВАНИЯ

Тестирование показало достаточно выраженные межгрупповые отличия избранного контингента студентов в зависимости от специальности обучения. Так, у студентов инженерно-технических специальностей достоверно выше показатели доминирования, доверчивости, понимания и уважения других, ответственности, самоконтроля, привязанности, волевого контроля. При этом учебно-профессиональная деятельность данного контингента студентов протекает на фоне более высоких показателей тревожности, депрессивности, демотивации, хронического утомления и организационного стресса. Для студентов специальности «спортивный менеджмент» оказались характерны более высокие показатели сотрудничества (по тестам 5-ФЛО и Томаса), динамичности, гибкости поведения, активности и продуктивности, при меньшем уровне личностной тревожности. Студенты специальности «физическая культура» отличаются высокими показателями артистичности, сензитивности, настойчивости и широты интересов. Таким образом, нахождение студента в конкретной локальной образовательной среде обуславливает специфику становления личности будущего специалиста. Для выявления факторов, обуславливающих эффективность учебно-профессиональной деятельности, был проведен анализ 82 показателей по 9 психодиагностическим тестам у студентов специальностей физическая культура и спортивный менеджмент.

Факторный анализ показал, что у студентов факультета физической культуры эффективность учебно-профессиональной деятельности определяется 10 самостоятельными факторами, охватывающими 100% всей дисперсии выборки (рис. 1).

Суммарная дисперсия четырех наиболее представительных факторов достигает 64,2% общей дисперсии выборки. При этом на долю трех наиболее значимых приходится более половины (55%) общего веса. Наиболее весомым – 26,77% – в модели комплекса обеспечения учебно-профессиональной деятельности студентов факультета физической культуры оказался фактор, состоящий из 18 показателей, характеризующий коммуникативную работоспособность. В нем ведущее место заняли эмпатия, тревожность, а также показатели, характеризующие способность преодолевать хроническое утомление, физиологический и когнитивный дискомфорт. Второй фактор с дисперсией 15,35% содержит в себе 14 параметров, характеризующих надежность, организованность, волевой контроль, взаимодействие с людьми.

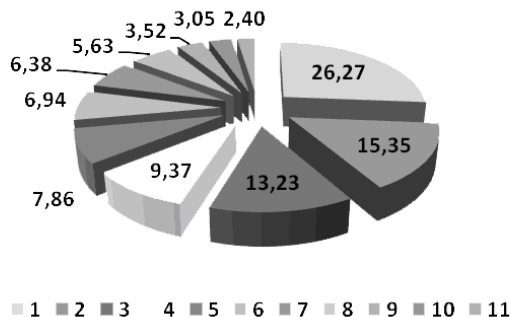


Рис. 1. Факторный анализ психофизиологических показателей студентов факультета физической культуры

Каждый из показателей играет важную роль, о чем свидетельствуют высокие значения корреляционных коэффициентов (от 0,924 до 0,802). Этот фактор определен как организационная надежность. Третий фактор образуют 9 показателей, характеризующих личностные особенности студентов факультета физической культуры. Его дисперсия достигает 13,23%. В этом факторе сосредоточены: экстраверсия, ответственность, доверчивость, активность. Этот фактор был назван фактором экстравертированной регуляции поведения.

Четвертый фактор с дисперсией 9,37% составлен из 8 показателей, характеризующих мечтательность, любопытство, самодостаточность, сенсорная чувствительность. Он получил название игривость, аналогично фактору, выделенному А.Б. Хромовым (2000). Пятый фактор с дисперсией 7,86% составили всего лишь два показателя (сотрудничество и избегание), обладающих высокими корреляционными взаимосвязями (0,927 и -0,675). Оба они входят в показатели теста Томаса. Эти показатели характеризуют особенности поведения в конфликтных ситуациях, поэтому фактор нами определен как кооперативное сотрудничество. В следующем, шестом факторе, на долю которого приходится 6,94% общей дисперсии, сгруппировались 7 показателя, из которых 4 – с отрицательными значениями корреляционных связей. Это показатели компромисса (-0,951), адаптированности (-0,815), соперничества (0,716), социальная желательность (-0,657). Этот фактор определен как доминантность поведения.

Следующий, седьмой фактор, с дисперсией 6,38% образован четырьмя показателями. В него входят общительность, способность к самопознанию уважение других и поиск впечатлений. Это характеризует его как когнитивную контактность. Последние четыре фактора не занимают большого места в выборке, так как дисперсия каждого из них находится в пределах 3-5%. Это - факторы бесконфликтности (5,63%), социальной ответственности (3,52%), артистичности (3,05) и пластичности поведения (2,40%).

Факторизация полученных результатов при тестировании студентов спортивно-менеджмента показала другую картину. У этих студентов таких факторов оказалось 16, охватывающих 98,89% всей выборки (рис. 2).

К числу наиболее значимых относятся не 4, а 5 факторов, с весовыми коэффициентами от 7,24% до 17,59%. Иной выглядит и структура отдельных факторов.

Самым весовым (17,59%) и многослойным (17 показателей) оказался фактор, в котором доминирующее положение заняли характеристики тревожности, нейротизма, настойчивости, эмоциональной реактивности, самоуничужения. Эти показатели имеют исключительно высокие коэффициенты корреляции – от 0,918 до 0,803. Он получил название социальная ответственность.

Второй фактор образован 7 показателями, первые шесть из которых относятся к тесту 5-ФЛЮ: общительность, привязанность, доверчивость, экстраверсия, сотрудничество, теплота. Поэтому он был назван фактором коммуникативной регуляции.

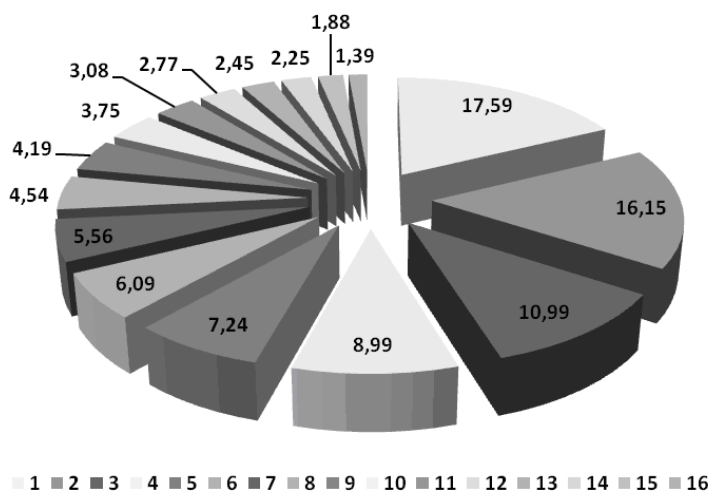


Рис. 2. Факторный анализ психофизиологических показателей студентов специальности «спортивный менеджмент»

Дисперсия третьего фактора равна 10,99%. Он состоит из 10 компонентов, основными из которых являются волевой контроль, ответственность, настойчивость, самочувствие, мотивация, психическая активность. Это подчеркивает особую важность психической регуляции учебно-профессиональной деятельности будущих спортивных менеджеров. Он определяется как фактор волевой регуляции.

На долю четвертого фактора приходится 8,99% общей дисперсии выборки. Его образуют 10 компонентов, 4 из которых с довольно высокими корреляционными коэффициентами (от 0,884 до 0,620). К ним относятся игривость, пластичность, доминирование и любопытство. Все это характеризует качество свободного восприятия необычных образов, чувств, мыслей и дает основания, чтобы назвать этот фактор артистичность. Пятый фактор, на который приходится 7,24% от общей дисперсии, также содержит в себе 3 самостоятельных признака с довольно высокими значениями корреляционных коэффициентов. К ним относятся экстраверсия (0,927), асертивность (0,798) и активность (0,762). Он может быть назван фактором напористости.

Все остальные факторы (с 6 по 16) обладают незначительными долями в дисперсии (от 6,1% до 1,4%) и каждый из них отражает только отдельные характеристики личностных свойств индивидуума.

ОБСУЖДЕНИЕ РЕЗУЛЬТАТОВ

Факторный анализ показал, что учебно-профессиональная деятельность студентов в различных локальных образовательных средах имеет различный характер. У студентов, обучающихся по специальности «физическая культура», наиболее значимыми оказались факторы с дисперсией от 9,37% до 26,7%. Это - факторы коммуникативной работоспособности, организационной надежности, экстравертированной регуляции поведения и игривости. Сущность последнего – это игра, которая даёт возможность личности плавно «переключаться» из реального мира в нереальный, воспринимать необычные образы, мысли, чувства, символику искусства (Хромов А.Б., 2000). Все они демонстрируют необходимость высокого развития коммуникативных и организационных навыков в сочетании со способностями к эстетическому восприятию и внешней направленностью профессиональной деятельности у будущих специалистов по физической культуре.

У студентов специальности «спортивный менеджмент» к числу наиболее значимых относятся 5 факторов с дисперсией от 9% до 17,6%. Этими факторами являются социальная ответственность, коммуникативная регуляция, волевая регуляция, арти-

стичность и напористость. Как и у студентов, специализирующихся в физической культуре, у будущих спортивных менеджеров большое значение играют навыки коммуникации и артистичности. В то же время управление предприятием требует социальной ответственности, волевых усилий и напористости. Это подтверждается несколько иным наполнением отдельных факторов и сравнительно большими величинами некоторых показателей учебно-профессиональной деятельности.

Таким образом, установлен факт содержательного различия в учебно-профессиональной деятельности студентов, обучающихся по специальностям «физическая культура» и «спортивный менеджмент», который требует обязательного учета при построении программ подготовки специалистов в современных социокультурных условиях.

ЛИТЕРАТУРА

1. Усольцев, Б.П. Средства и методы определения эффективности учебно-профессиональной деятельности студентов вуза, обучающихся по специальности «менеджмент в спорте» / Б.П. Усольцев, М.А. Шансков // Инновационные преобразования в сфере физической культуры, спорта и туризма : научные труды XII Международной научно-практической конференции. – Ростов, 2009. – Том II. – С. 315-316.

2. Хромов, А.Б. Пятифакторный опросник личности : учебно-методическое пособие / А.Б. Хромов ; Курганский университет. – Курган : [б.и.], 2000. – 23 с.

Контактная информация: shanse1@yandex.ru

ИНТЕГРАЦИЯ ШКОЛЫ И СЕМЬИ КАК ФАКТОР СОЦИАЛИЗАЦИИ И ПРИОБЩЕНИЯ УЧЕНИКОВ И РОДИТЕЛЕЙ К ЗАНЯТИЯМ ФИЗИЧЕСКОЙ КУЛЬТУРОЙ И СПОРТОМ НА ДАЛЬНЕМ ВОСТОКЕ РОССИИ

*Светлана Юрьевна Щетинина, кандидат педагогических наук, доцент,
Тихоокеанский государственный университет (ТОГУ),
г. Хабаровск*

Аннотация

В работе обосновывается актуальность интеграции школы и семьи учащегося, рассматриваются вопросы социализации школьников.

Представлена модель взаимодействия школы по организации совместной физкультурно-спортивной деятельности образовательного учреждения и социума и доказана эффективность внедрения данного проекта в малых поселениях северных территорий.

Ключевые слова: интеграция, школа, семья учащегося, социализация, физическая культура и спорт, Дальний Восток. Integration of a school and family as a factor of socialization and joining of schoolchildren and parents to studies of physical culture and sport in Far East of Russia

INTEGRATION OF SCHOOL AND FAMILY AS A FACTOR OF SOCIALIZATION AND JOINING OF SCHOOLCHILDREN AND PARENTS TO STUDIES OF PHYSICAL CULTURE AND SPORT IN FAR EAST REGION OF RUSSIA

*Svetlana Jurevna Schetinina, the candidate of pedagogical sciences, senior lecturer,
Pacific State University,
Khabarovsk*

Annotation

This article gives grounding for integration of schoolchildren's school and family, the questions of socializing of schoolchildren are looked into.

The model of interaction of school in sphere of organizing the common physical-sport activity of educational institution and society is reflected as well here, and efficiency of implementation of this project in small settlements of north territories.

Key words: integration, school, schoolchild's family, socialization, physical culture and sport,

ВВЕДЕНИЕ

Разобщённость и отсутствие координации школы с семьёй учащегося, с системой дополнительного образования, разнообразных социальных учреждений снижает эффективность физического воспитания школьников, их вовлечённость в активную деятельность и общение. Наблюдающаяся тенденция воспитательной направленности в школе приводит к снижению социально-значимых ценностей, усилению девиантного поведения подростков.

Обозначенные проблемы усугубляются в Дальневосточном регионе, особенно в малых населённых пунктах Крайнего севера и приравненных к ним территориях, испытывающих наибольшее влияние неблагоприятных социально-экономических и климатогеографических факторов, школы которых отстают в возможности оказывать качественные образовательные услуги по сравнению со школами крупного города, мегаполиса.

Между тем, эффективность социального воспитания, формирования компетентности и ценностных ориентаций у школьников, их физической активности, а именно на это нацелена современная общеобразовательная концепция, зависит от уровня взаимодействия разнообразных социальных институтов и, прежде всего школы и семьи учащегося. Это обуславливает актуальность выделенной нами темы исследования в целях развития личности учащегося, повышения качества жизни дальневосточников и гармонизации отношений субъектов социальной среды.

РЕЗУЛЬТАТЫ ИССЛЕДОВАНИЯ

Интеграция представляет собой процесс координирования и объединения несоизмеримых элементов в целое. Интегрировать – значит приводить к гармоничному или координированному целому, перестраивая, организуя и иногда добавляя элементы или части [9]. В толковом словаре русского языка [8] даются более лаконичные определения: интегрировать – объединять в одно целое, координировать – согласовывать, устанавливать целесообразное соотношение между какими-нибудь действиями, явлениями.

Мы не случайно акцентировали внимание на, казалось бы, хорошо известных и широко употребляемых терминах. Как ни странно, но школа и родители продолжают оставаться на уровне отчуждения, “несоизмеримых элементов”, нет должного взаимодействия, приводящего к гармоничному целому. Родители очень неохотно посещают школу, в основном, интересуются только успеваемостью своих детей, мотивируя это отсутствием времени и нежеланием принимать участие в деятельности образовательного учреждения.

При этом оценка родителями роли школы в воспитании их ребёнка, приобщении его к занятиям физической культурой и спортом, формировании здорового образа жизни оставляет желать лучшего. Между тем, и сами родители отмечают, что они мало времени уделяют занятиям физической культурой как лично для себя, так и в отношении формирования потребности в занятиях у их детей, что проявляется как в небольших населённых пунктах, так и в малых и крупных городах. Ответы родителей подтверждают и статистические данные в виде низких показателей численности занимающихся детского и взрослого населения в Дальневосточном федеральном округе [10].

Педагоги школы, в свою очередь, также отмечают низкую заинтересованность родителей в успехах своих детей в вопросах физической культуры и здорового образа жизни, а также невозможность на должном уровне удовлетворить потребности детей в двигательной активности и отсутствие у многих учащихся заинтересованности в школьных занятиях. Даже в относительно социально адаптированной среде учащихся городского лицея и их родителей роль физической культуры и здорового образа жизни ещё не нашла своего должного места.

Наши исследования показали, что во многом на это влияет материальный уро-

вень семьи и уровень образования родителей. В более обеспеченных семьях интерес к физкультуре и к своему здоровью значительно выше, чем в малообеспеченных и с низким образовательным уровнем родителей.

Спецификой малых населённых пунктов (посёлков городского типа, сельских поселений), по сравнению с городским поселением, является меньшая степень социально-экономического развития (разнообразия), что сказывается на определённом отставании уровня благосостояния людей, их быта и в целом на образе жизни [1, 7].

Разорвать сложившийся замкнутый круг, отчасти, и призвана интеграция школы и семьи, в которой заключается огромный социальный потенциал, и которая выступает в настоящее время заказом государства на формирование личности гражданина нашей страны.

Так, в обсуждении проекта новых государственных стандартов руководитель группы разработчиков стандартов А. Кондаков [5] отмечает, что во главу угла в них ставится развитие личности учащегося, а в роли заказчика образования должны выступать семья, общество и государство. Это требует больших усилий, прежде всего, перестройки системы подготовки и переподготовки учителей, создания нового уклада школьной жизни, новых программ и новых учебников. Составной частью стандарта неизбежно становится программа не только обучения ребёнка, но и его воспитания, дальнейшей социализации.

Социализация представляет собой процесс усвоения индивидом социального опыта и включения личности в систему общественных отношений (в том числе в микросоциум; в систему ролей, прав и обязанностей гражданина). То есть социализация – это двусторонний процесс, человек не просто усваивает социальный опыт, но и преобразовывает его в собственные ценности, установки, ориентации [4, 6].

Согласно исследованиям Л.С. Выготского, социальное взаимодействие первоначально и детерминирует изменения в социогенезе психического, где ведущая роль принадлежит взрослому как носителю социокультурных средств, опосредующих взаимодействие ребенка с миром.

Продуктивное взаимодействие представляет процесс, способствующий развитию роли личности в сообществе людей. Этот процесс реализуется на основе группового образовательного опыта в виде построения маршрута действий, ориентированного на достижение продукта деятельности в ситуациях реальной жизни [3].

Важно учитывать, как отмечает В.Г. Бочарова [2], что учебно-трудовой сфере деятельности людей свойственен более высокий темп общественного развития, чем сфере быта, семейных отношений. В семье при любых обстоятельствах больше, чем в другом коллективе, сохранилось элементов старого быта, мешающих прогрессивному развитию человека.

Ни требованиями, ни принуждениями нравственных ценностей привить невозможно. Необходимы (особенно в молодом возрасте) конкретные жизненные примеры и предоставление возможности выбора системы ценностей самому индивиду. Под непосредственным влиянием ближайшего окружения личности, микросреды формируется система ценностных ориентаций, жизненная позиция, которая выражается в деятельности, общении, повседневном поведении и в конечном итоге в социальной позиции человека.

Этот сложный и многофакторный процесс будет комплексным и действенным, если обеспечивается сочетание воздействий на сознание человека с вовлечением его в активную деятельность (физкультурно-спортивную, интеллектуально-познавательную, общественно-политическую, трудовую, культурно-досуговую и др.), а также с побуждением к многоплановому и разностороннему общению в различных группах, коллективах, объединениях. Необходимо создать такие условия, которые бы обеспечивали успех личности в разнообразной деятельности и общении.

Представленная далее модель взаимодействия органов управления школы по организации совместной физкультурно-спортивной деятельности образовательного

учреждения и социума, реализуемая в МОУ СОШ № 2 п. Чегдомын Хабаровского края, отвечает данным критериям.



Рис. 1. Модель взаимодействия органов управления школы по организации совместной физкультурно-спортивной деятельности образовательного учреждения и социума (МОУ СОШ № 2, п. Чегдомын)

Ученики школы входят в состав органов управления школы и участвуют в разработке и реализации всех образовательных, оздоровительных и физкультурно-спортивных проектов. Одним из компонентов данной модели является совет отцов, в который входит представитель отцов от каждого класса, что является не случайным, а обусловлено отсутствием должного мужского участия в воспитании ребёнка как в семье, в связи с тем, что многие семьи не полные, так и в школе, в связи с преобладанием педагогов-женщин, что особенно отражается на воспитании мальчиков.

Основная цель данного проекта - в создании условий для привлечения учащихся и родителей к занятиям физической культурой и спортом, формирования здорового стиля жизни, профилактики девиантного поведения подростков и их родителей.

Направленность данного проекта предполагает обратную связь: воздействие родителей на детей и, наоборот – детей на родителей. Так, в первом случае используется потенциал активных родителей и заинтересованных учащихся в организации разнообразной физкультурно-спортивной деятельности для ученических и родительских групп, во втором случае - воздействие на культуру здоровья родителей через детей, повышение их уровня знаний по вопросам здорового образа жизни, привлечение к занятиям физкультурой и спортом.

Это достигается применением системы балльно-рейтинговой оценки активности учащихся в физической культуре, спорте и ЗОЖ: приросты физической подготовленности, участие в соревнованиях, разработка проектов, подготовка докладов, туристических походов, активность родителей, совместные занятия и др., вариант портфолио. Всё это контролируется органами управления школы: подводятся итоги, выделяются и награждаются учащиеся и родители по разным направлениям, и победители в целом.

Результатом внедрения данного проекта в общеобразовательную школу явилось сокращение количества учащихся с девиантным поведением, вредными привычками (употребление табака, алкоголя), достоверное повышение у школьников мотивации к физической культуре, занятиям спортом, двигательной активностью, улучшение психологической атмосферы в классах, оптимизация самооценки учащихся, формирование у школьников социально значимых ценностей, образа малой родины; потребности в саморазвитии, а также усиление значимости физической культуры и ценностей здорового образа жизни для родителей школьников, вовлечение их в интересы и проблемы детей и школы.

ВЫВОДЫ

В условиях модернизации всей системы образования происходит переоценка принципов физического воспитания в общеобразовательной школе, которая приобретает интегративный характер, направленность на усиление воспитательной и социализирующей функции.

Представленная модель взаимодействия школы и семьи учащегося по организации совместной физкультурно-спортивной деятельности и эффективность её внедрения в малых поселениях северных территорий может служить одним из факторов социализации и приобщения школьников и родителей к занятиям физической культурой и спортом.

ЛИТЕРАТУРА

1. Аникеева, Н.С. Образ жизни как интегральная характеристика среды жизнедеятельности / Н.С. Аникеева // Правовое регулирование социальной сферы / ДВГУПС. – Хабаровск, 2004. – С. 29-34.
2. Бочарова, В.Г. Педагогика социальной работы / В.Г. Бочарова. – М. : SvR-Аргус, 1994. – 208 с.
3. Денисова, О.А. Комплексное многоуровневое психолого-педагогическое пространство как условие социокультурной интеграции лиц с сенсорными нарушениями : автореф. дис. ... д-ра пед. наук / Денисова О.А. – М., 2007. – 46 с.
4. Загвязинский, В.И. Основы социальной педагогики / В.И. Загвязинский [и др.] ; Пед. о-во России. – М. : [б.и.], 2002. – 160 с.
5. Кондакав, А. Образовательные стандарты – это, в конечном счёте, государственный заказ системе образования // URL: <http://standart.edu.ru/doc.aspx?DocId=615> (дата обращения: 20.10.2009).
6. Мудрик, А.В. Воспитание в системе образования: воспитание и социализация / А.В. Мудрик // Стратегия воспитания в образовательной системе России : подходы и проблемы. – М. : Издательский сервис, 2004. – С. 13-22.
7. Мудрик, А.В. Социализация человека / А.В. Мудрик. – М. : Академия, 2006. – 304 с.
8. Ожегов, С.И. Толковый словарь русского языка : 80000 слов и фразеологических выражений / С.И. Ожёгов, Н.Ю. Шведова. – М. : АЗЪ, 1996. – 928 с.
9. Ребер, А. Большой толковый психологический словарь : в 2 т. Т. 1 / А. Ребер ; пер. с англ. – М. : Вече, АСТ, 2000. – 592 с.
10. Физическая культура и спорт в Российской Федерации : нормативное правовое, организационно-управленческое, научно-методическое, материально-техническое и информационное обеспечение : документы и материалы (1999-2006 годы) / авт.-сост. В.А. Фетисов, П.А. Виноградов. – М. : Советский спорт, 2006. – 1040 с.

Контактная информация: shetina65@mail.ru

КОМПЛЕКСНАЯ МЕТОДИКА ПРОФИЛАКТИКИ И ЛЕЧЕНИЯ СКОЛИОЗА I-II СТЕПЕНИ У ДЕТЕЙ 8-10 ЛЕТ В АМБУЛАТОРНЫХ УСЛОВИЯХ

Наталья Леонидовна Язынина, соискатель,

Смоленская академия физической культуры, спорта и туризма

Аннотация

В работе представлены результаты экспериментальных исследований по обоснованию эффективности методики профилактики и консервативного функционально-восстановительного комплексного лечения сколиоза I-II степени у детей 8-10 лет в амбулаторных условиях.

Ключевые слова: профилактика и лечение сколиоза I-II степени, лечебная гимнастика, корректор осанки, дети 8-10 лет, силовая выносливость мышц спины и живота.

COMPLEX METHODS OF PREVENTION AND TREATMENT OF THE I-ST AND II-ND DEGREES SCOLIOSIS AMONG 8-10 YEARS OLD CHILDREN IN OUT – PATIENT CONDITIONS

Natalya Leonidovna Yazinina, the competitor,

Smolensk State Academy of Physical Culture, Sport and Tourism

Annotation

The results of experimental researches upon effectiveness of methods of prevention and conservative functional restoration complex treatment of the I st and II nd degrees scoliosis among 8-10 years old children in out-patient conditions have been presented in the work.

Key words: prevention and treatment of scoliosis of the I st and II nd degrees; remedial gymnastics; bearing correction device; 8-10 years old children; strength endurance of muscles of back and stomach.

ВВЕДЕНИЕ

Проблема детской ортопедической заболеваемости актуальна во всем мире, поэтому направление реабилитации в детской травматологии и ортопедии признано Всемирной организацией здравоохранения (ВОЗ) одним из основных в научных исследованиях на период с 2000 по 2010 г.

Исполнительный комитет ВОЗ принял решение считать этот период десятилетием, посвященным изучению, лечению и предупреждению заболеваний и травм костно-мышечной системы у детей [5].

Сколиоз – самое частое ортопедическое заболевание и, как правило, имеет доброкачественное течение, останавливаясь в своем развитии на деформации позвоночника I-II степени. Несмотря на длительное и всестороннее изучение сколиотической болезни у человека, до настоящего времени в большинстве случаев остаются неизвестными непосредственные причины и патологические механизмы, приводящие к возникновению и развитию сколиотической деформации позвоночного столба. Проанализировав ряд мнений авторов [1, 2, 4, 5], мы пришли к заключению, что их взгляды во многих случаях расходятся. Одни [2, 5] считают, что лечебной физической культурой при сколиозах I-II степени можно заниматься в поликлинических условиях, другие [1, 2] говорят о том, что детям необходимо стационарное лечение. Все это затрудняет разработку эффективных мер профилактики и лечения больных.

Цель исследования: разработать и экспериментально обосновать комплексную методику профилактики и лечения сколиоза I - II степени у детей 8-10 лет.

МЕТОДИКА ИССЛЕДОВАНИЯ

С целью установления эффективности использования средств двигательной реабилитации в процессе лечения сколиоза и физического развития детей 8-10 лет в годичном цикле нами были организованы две относительно однородные группы по возрасту, полу, физическому развитию и выраженности сколиоза. С детьми контрольной группы (54 чел.) проводились типовые мероприятия лечебно-профилактического

характера, основу которых составляли комплексы физических упражнений, массаж и физиопроцедуры. В лечебной работе с детьми экспериментальной группы (53 чел.), кроме указанных выше средств, использовались корректоры осанки. Это - регрессирующее средство по нашей рекомендации дети применяли не менее 3-4 часов ежедневно. При назначении детям корректора мы исходили из того, что его использование направлено на устранение выявленных дефектов осанки и благоприятно отражается на результатах лечения сколиоза. Дети выполняли упражнения лечебной гимнастики, массаж и ношение корректора осанки производились только в амбулаторных условиях.

В основу нашей методики консервативного функционально-восстановительного комплексного лечения положено несколько направлений:

- выработка индивидуального статодинамического режима (исключение порочных поз, соблюдение оптимальной двигательной активности, функциональное исправление деформации позвоночника и грудной клетки лечебной гимнастикой, массажем);
- соблюдение общего ортопедического режима (режим статической разгрузки позвоночника – проведение домашних занятий в положении лежа на кровати, использование специальных ортопедических укладок, строго по показаниям; ношение корректора осанки);
- медикаментозная терапия;
- общеукрепляющие мероприятия;
- физиотерапевтические процедуры;
- формирование у ребенка осознанного подхода к проблеме;
- обучающие беседы с родителями.

РЕЗУЛЬТАТЫ ИССЛЕДОВАНИЯ И ИХ ОБСУЖДЕНИЕ

Нами установлено, что показатели физического развития (вес, рост) у обследованных детей в годичном цикле не претерпевают существенных изменений ($p > 0,05$).

Так, если при первом обследовании у детей экспериментальной группы вес тела составлял $32,5 \pm 1,9$ кг, то при повторном обследовании он составил $36,4 \pm 2,0$ кг ($t = 1,4$; $p > 0,05$). У детей контрольной группы эти показатели, соответственно, составили: $35,7 \pm 2,0$ кг, и $37,8 \pm 2,3$ кг ($t = 0,7$; $p > 0,05$). Схожая картина наблюдалась при анализе показателей роста. До начала эксперимента у детей контрольной группы он составил $138,9 \pm 1,9$ см, а в конце эксперимента – $142,1 \pm 1,8$ см ($t = 1,2$; $p > 0,05$). У детей экспериментальной группы данные показатели, соответственно, составили: $137,8 \pm 1,9$ см и $140,6 \pm 1,9$ см ($t = 0,8$; $p > 0,05$).

Несколько другая картина была обнаружена нами при исследовании динамики силы мышц спины и живота. В частности, за год регулярных занятий с использованием корректора осанки у детей экспериментальной группы статистически значимо улучшились показатели силовой выносливости мышц живота (количество раз) с $15,0 \pm 0,2$ до $19,4 \pm 0,3$ ($t = 11,0$; $p < 0,01$), а показатели силовой выносливости мышц спины повысились с $90,6 \pm 0,2$ с до $118,3 \pm 1,0$ с ($t = 27,4$; $p < 0,01$). Наши исследования не выявили достоверных различий между начальными и конечными результатами наблюдений в показателях силовой выносливости мышц живота (количество раз) у детей контрольной группы – $15,1 \pm 0,2$ и $16,5 \pm 0,6$ ($t = 2,0$; $p > 0,05$). Вместе с тем, оказалось, что у детей данной группы за этот же временной период статистически существенно повысилась силовая выносливость мышц спины: с $90,1 \pm 0,2$ с до $98,6 \pm 0,7$ с ($t = 12,1$; $p < 0,01$).

Нами также установлено, что угол искривления позвоночного столба, характеризующий его деформацию, имеет явно выраженную тенденцию к уменьшению. Так, если в начале эксперимента этот угол составлял $10,6 \pm 1,0$ градуса, то к концу эксперимента он уменьшился до $8,2 \pm 0,7$ градуса ($t = 2,0$; $p > 0,05$). За этот же период времени у детей контрольной группы не было отмечено никаких положительных изменений ($11,5 \pm 1,2$ градуса, как в начале, так и в конце эксперимента).

ВЫВОДЫ

1. Комплексное и систематическое использование средств ЛФК и корректора осанки в профилактике и лечебной практике оказывает благоприятное воздействие на развитие силовой выносливости мышечных групп, обеспечивающих нормальное функционирование позвоночника.

2. По результатам исследований не выявлено статистически значимых изменений показателей физического развития и угла искривления позвоночника у детей экспериментальной группы, что обусловлено относительной устойчивостью антропометрических данных, строения тела детей и невозможностью преобразовать их в относительно короткий промежуток времени.

ЛИТЕРАТУРА

1. Гукасова, Н.А. Реабилитация детей со сколиозом : учебное пособие / Н.А. Гукасова ; Рос. мед. акад. последипломного образования. – М. : [б.и.], 1998. – С. 3-20.
2. Дамскер, И.С. Оценка эффективности занятий лечебной физической культурой : метод. указания / И.С. Дамскер, М.В. Девятова. – Ленинград : [б.и.], 1986. – 40 с.
3. Кон, И.Н. Реабилитация больных сколиозом позвоночника / И.Н. Кон. – М. : Медицина, 2001. – 145 с.
4. Котешева, И.А. Сколиоз позвоночника : лечение и профилактика / И.А. Котешева. – М. : Эксмо, 2004. – 272 с.
5. Потапчук, А.А. Лечебная физическая культура в детском возрасте / А.А. Потапчук, С.В. Матвеев, М.Д. Дидур. – СПб. : Речь, 2007. – 464 с.
6. Чаклин, В.Д. Сколиоз и кифоз / В.Д. Чаклин, Е.Н. Абальмасова. – М. : Медицина, 1973. – 78 с.

Контактная информация: irisha1237@rambler.ru

ВЛИЯНИЕ СПОРТИВНОЙ ДЕЯТЕЛЬНОСТИ НА СОЦИАЛЬНЫЙ ИНТЕЛЛЕКТ И ДИВЕРГЕНТНОЕ МЫШЛЕНИЕ КАК НА МЕХАНИЗМ СОЦИАЛИЗАЦИИ ПОДРОСТКОВ

*Наталья Владимировна Яковлева, старший преподаватель,
Морской государственной университет им. адмирала Г.И. Невельского
(МГУ им. адм. Г.И. Невельского)
г. Владивосток*

Аннотация

Обосновывается позиция о психологических свойствах субъекта как о механизмах социализации в современной социокультурной ситуации. Экспериментально доказывается, что дополнительная спортивная деятельность является фактором развития механизмов социализации субъекта: социального интеллекта, дивергентного мышления, способности понимать скрытый смысл социальных ситуаций.

Ключевые слова: механизм социализации, социальный интеллект, дивергентное мышление.

INFLUENCE OF SPORTS ACTIVITY ON SOCIAL INTELLIGENCE AND DIVERGENT THINKING AS ON THE MECHANISM OF SOCIALISATION OF TEENAGERS

*Natalia Vladimirovna Jakovleva, the senior teacher,
The Admiral Nevelskoy Maritime State University
Vladivostok*

Annotation

Psychological characteristics of a subject are substantiated as mechanisms of socialization in the modern socio cultural situation. It is experimentally proved that additional sport activity serves as a

factor of subject's socialization mechanisms: his social intellect, divergent thinking, the ability to understand the hidden sense of a social situation.

Key words: mechanism of socialization, social intellect, divergent thinking.

Интегральными понятиями, отражающими уровень индивидуально-личностного включения в общение, комплекс взаимосвязанных социальных, интеллектуальных, эмоциональных качеств личности, являются социальный интеллект и дивергентное мышление личности. Социальный интеллект – это способность субъекта на основе своего субъективного опыта социальных отношений понимать социальную реальность в общезначимых нормах, правилах, регулирующих отношения субъектов в обществе. Дивергентное мышление – способность мыслить в разных направлениях, которая позволяет субъекту выходить в более широкое «ментальное пространство» (М.А. Холодная [8]), актуализировать когнитивный ресурс (В.Н. Дружинин [1]), определяет множественность ответов на возникающую проблему (Дж. Гилфорд, Е. Торренс [9]).

Предмет исследования: социальный интеллект и дивергентное мышление. Эмпирический объект - подростки 13 – 14 лет.

1) контрольная группа (далее «КГ»), подростки, не занимающиеся спортом;

2) экспериментальная группа, занимающиеся индивидуальными видами спорта: спортивная гимнастика, легкая атлетика, теннис, плавание (далее ГИсп);

3) экспериментальная группа, занимающиеся групповыми видами спорта: хоккей, гандбол, футбол (далее «ГКсп»).

Численность каждой группы составляла 30 человек. В исследовании использовались методика Дж. Гилфорда и М. Салливена «Исследование социального интеллекта» [5] и методика исследования дивергентного мышления П. Торренса (в модификации Е.Е. Туник [7]). Модифицированная методика Б.Г. Зейгарник «Понимание скрытого смысла пословиц» была направлена на исследование способности к пониманию скрытого смысла социальных ситуаций [2].

Для обработки результатов исследования использовались: контент-анализ, расчет абсолютной частоты встречаемости показателей и для сравнения результатов групп статистические критерии t-Стьюдента и U-Манна-Уитни.

РЕЗУЛЬТАТЫ И ИХ ИНТЕПРЕТАЦИЯ

Анализ результатов исследования способностей социального интеллекта основывался на значениях абсолютной частоты встречаемости показателей развития «ниже среднего», «средний», «выше среднего» из совокупности 30 значений и представлен в табл. 1.

Таблица 1

Анализ результатов исследования способностей социального интеллекта (абсолютная частота встречаемости признаков из 30 групповых значений)

Группы	Способности социального интеллекта														
	понимать типичные значения социальных ситуаций			понимать типичные значения невербального языка			понимать смысл высказывания в зависимости от интонации			понимать структуру ситуации в динамике			интегральный показатель развития способностей соц. интеллекта		
	2	3	4	2	3	4	2	3	4	2	3	4	2	3	4
КГ	6	20	4	13	15	2	10	17	1	18	12	0	19	11	0
ГИсп	5	14	11	6	20	4	13	10	7	12	17	1	15	15	0
ГКсп	5	16	8	6	22	2	6	15	9	13	16	1	10	19	1

Условные обозначения таблицы:

2 – абсолютная частота встречаемости показателя «ниже среднего»

3 – абсолютная частота встречаемости показателя «средний»

4 – абсолютная частота встречаемости показателя «выше среднего»

Данные таблицы указывают на тенденцию к более высоким результатам в экспериментальных группах относительно результатов КГ по всем способностям социального интеллекта. Математический анализ различий на основании критерия t-Стьюдента указывает на значимо высокие результаты респондентов командных видов спорта по способности понимать смысл высказывания на основе интонации ($p \leq 0,05$) и по интегральному показателю развития способностей социального интеллекта ($p \leq 0,05$) в сравнении с результатами респондентов КГ. Результаты исследования дивергентного мышления также представлены через абсолютную частоту встречаемости показателей развития «ниже среднего», «средний», «выше среднего» в совокупности 30 групповых значений (табл. 2).

Таблица 2

Анализ результатов исследования качеств дивергентного мышления (абсолютная частота встречаемости признаков из 30 групповых значений)

Группы	Качества дивергентного мышления субъекта, обеспечивающие успешность способностей																	
	в вербальной сфере									в образной сфере								
	экстраполяции субъективных представлений в прогнозировании целостного смысла ситуации			генерация на основе организации субъективных представлений в логические взаимосвязи в вербальной сфере			актуализация разнообразных частных категоризаций, указывающих на содержание субъективного опыта			приводить неопределенный образный материал к имеющимся представлениям			понимать и восстанавливать незавершенность образов			интегральный показатель развития качеств дивергентного мышления		
	2	3	4	2	3	4	2	3	4	2	3	4	2	3	4	2	3	4
КГ	7	20	3	4	25	1	11	16	3	14	16		15	13	2	15	13	
ГИсп	16	12	2	5	20	5	10	15	5	9	19	2	5	20	5	9	17	4
ГКсп	4	15	11	3	19	8	7	17	6	3	16	11	7	16	10	4	17	9

Условные обозначения таблицы:

- 2 – абсолютная частота встречаемости показателя «ниже среднего»
- 3 – абсолютная частота встречаемости показателя «средний»
- 4 – абсолютная частота встречаемости показателя «выше среднего»

Анализ результатов указывает на следующие тенденции:

1) существует выраженная закономерность в более высоких результатах группы командных видов спорта в сравнении с результатами КГ;

2) результаты группы индивидуальных видов спорта ниже результатов респондентов КГ по успешности к экстраполяции субъективных представлений в прогнозировании смысла ситуации. Респонденты этой экспериментальной группы и респонденты КГ одинаково успешны по вербальным качествам дивергентного мышления. Респонденты группы индивидуальных видов спорта имеют более высокие показатели по образным качествам дивергентного мышления, а также в целом по общему показателю развития качеств дивергентного мышления.

Математический анализ различий в результатах групп на основании критериев t-Стьюдента и U-Манна-Уитни показал, что:

1) результаты ГКсп значимо выше результатов КГ по качествам дивергентного мышления: успешности к экстраполяции субъективных представлений ($p \leq 0,05$), генерирующей способности в вербальной сфере ($p \leq 0,05$), восстанавливать незавершенный образ ($p \leq 0,05$) и по интегральному показателю развития качеств дивергентного мышления ($p \leq 0,01$);

2) результаты ГИсп значимо выше результатов респондентов КГ по успешности к восстановлению незавершенных образов ($p \leq 0,01$) и по интегральному показателю развития качеств дивергентного мышления ($p \leq 0,05$).

Невысокие результаты респондентов - представителей индивидуальных видов спорта и высокие результаты респондентов - представителей командных видов спорта в сравнении с результатами КГ мы связывали со спецификой спортивной деятельности. Так, низкие результаты в исследовании качеств дивергентного мышления ГИсп мы связываем с оперативным видом мышления, которое реализуется непосредственно в процессе игровой деятельности, в жестком лимите времени, когда большая часть решений актуальна только в ситуации «здесь и сейчас». Высокие результаты ГКсп в прогностических способностях дивергентного мышления могут быть предопределены тактическим видом мышления, которое реализуется в прогнозировании ситуаций, детализации плана и условий ведения игры, учете позиций партнеров по команде и команды соперников [4]. В целом можно указать на основании более высокого интегрального показателя развития качеств дивергентного мышления в экспериментальных группах, что разнообразие субъективного опыта, которое может быть понято как следы деятельности субъекта, обуславливающего развитие дивергентного мышления. Экспериментально подтверждено теоретическое положение о дивергентном мышлении как о показателе субъективного опыта, приобретенного под влиянием определенного вида спортивной деятельности – индивидуальной или групповой. В исследовании механизмов социализации мы дополнительно использовали модифицированную методику Б.В. Зейгарник «Понимание скрытого смысла пословиц» на основании положения об этнографических и фольклорных материалах как о своеобразном метаязыке, структурирующим человеческий опыт, играющим основополагающую роль в концептуализации субъектом действительности [6]. Материал методики представлял собой отобранные экспертами 20 пословиц: 10 - с социальным смыслом и 10 - с предметным. В анализе результатов методики было выделено два критерия: 1) уровень ошибочного понимания смысла пословиц. По этому критерию респонденты группы командных видов спорта имеют высокие результаты, т.е. больше, чем другие, допускали ошибки в разделении пословиц на социальные и предметные. Это означает, что дифференциация смыслов в тексте пословиц, в котором все виды информации (фактуальная, подтекстовая, концептуальная) тесно переплетены, у респондентов вызывает трудности. Меньше всего ошибок допускают респонденты индивидуальных видов спорта, что может указывать на возможности респондентов к точной дифференциации смыслов; 2) уровень понимания смысла пословиц. На основании теоретического анализа были выделены четыре уровня понимания смысла пословиц: уровень конкретных значений социальной ситуации; широкий значений социальной ситуации; обобщенный уровень понимания социальной ситуации и уровень непонимания. Используя метод экспертной оценки семантических единиц, полученных в исследовании, и обработав их контент-анализом, были получены профили соотношения уровней понимания в каждой группе (табл. 3.).

Таблица 3

**Строение профиля групп в исследовании уровня понимания смысла пословиц
(на основании контент-анализа)**

Группы	Уровни понимания смысла пословиц			
	непонимания	широкого понимания	конкретного понимания	обобщенного понимания
КГ	14%	7%	30%	48 %
ГИсп	8 %	3%	36 %	53%
КГсп	11 %	12%	24 %	53%

На основании данных таблицы и теоретического анализа отмечаем, что профиль результатов исследования уровней понимания пословиц ГКсп указывает, что респонденты в понимании смысла ориентируются на формулировку гипотез, а респонденты КГ и ГИсп ориентированы в понимании на узнавание смысла [3].

Однако существует разница между результатами респондентов КГ и ГИсп, которая не позволяет отождествлять результаты этих групп. Она состоит в следующем: а) респонденты ГИсп в большей степени интерпретируют пословицы на обобщенном уровне понимания; б) процентный показатель уровня непонимания пословиц в профиле ГИсп ниже. Значительный вклад конкретного уровня понимания пословиц в общее

разнообразии уровней понимания в профиле ГИсп (36%) мы связываем с особенностями спортивной деятельности этих респондентов. Влияние ситуационного фактора в условиях этой деятельности приводит к формированию способности понимать ситуации в форме сокращенных, свернутых умозаключений, подготовленных содержанием разнообразного опыта спортсмена по типу узнавания. Более высокие результаты этой группы относительно результатов респондентов КГ по другим критериям анализа указывают, что содержание интуитивного опыта выступает не морфологическими единицами, а функциональными. Это означает, что субъективный опыт, накопленный в виде интуитивных решений в условиях индивидуальных видов спорта, становится инструментом респондента в понимании социальных ситуаций.

ВЫВОДЫ

1. Уровень развития способностей дивергентного мышления, понимания скрытого смысла пословиц указывает на специфичные качественные влияния индивидуальной и групповой спортивной деятельности:

а) условия индивидуальных видов спорта определяют развитие способностей, основанных на интуитивных решениях, подготовленных опытом и характеризующихся целостностью и автоматизмом, т.е. условно могут быть отнесены к содержательным (лучшая дифференциация содержательно разных смыслов, ориентация на субъективную задачу – узнавание);

б) условия командного спортивного взаимодействия определяют развитие механизма социализации на уровне процессуального аспекта (способность к семантическому генерированию, трудность в дифференциации содержания смыслов, субъективная познавательная задача на выдвижение гипотез).

2. У респондентов, занимающихся спортивной деятельностью, уровень развития способностей к пониманию общезначимых смыслов (социальный интеллект) выше, чем у респондентов контрольной группы.

3. Более высокий уровень развития социального интеллекта у респондентов - представителей индивидуальных видов спорта, в отличие от результатов респондентов контрольной группы, может быть связан с тем, что содержательные способности механизма социализации, развивающиеся в этой деятельности, приобретают функциональное значение.

ЛИТЕРАТУРА

1. Дружинин, В.Н. Психология общих способностей / В.Н. Дружинин. – СПб. : Питер, 1999. – 368 с.
2. Зейгарник, Б.В. Патофизиология. Основы клинической диагностики и практики / Б.В. Зейгарник. – М. : Эксмо, 2005. – 368 с.
3. Знаков, В.В. Психология понимания : проблемы и перспективы / В.В. Знаков ; Ин-т психологии Рос. акад. наук. – М. : Изд-во Ин-та психол. РАН, 2005. – 448 с.
4. Ильин, Е.П. Психология спорта / Е.П. Ильин. – СПб. : Питер, 2009. – 352 с.
5. Михайлова (Алешина), Е.С. Тест Дж. Гилфорда и М. Салливена. Диагностика социального интеллекта / Е.С. Михайлова (Алешина). – СПб. : ГП «Иматон», 1999. – 56 с.
6. Петренко, В.Ф. Основы психосемантики / В.Ф. Петренко. – СПб. : Питер 2005. – 480 с.
7. Туник, Е.Е. Диагностика креативности : тест Е. Торренса / Е.Е. Туник. – СПб. : Речь, 2006. – 176 с.
8. Холодная, М.А. Психология интеллекта : парадоксы исследования / М.А. Холодная. – СПб. : Питер, 2002. – 272 с.
9. Torrence, E.P. Growing up creativity gifted : a 22-years longitudinal study // Creative child and adult quarterly. – 1980. – P. 5.

Контактная информация: yakovlev.76@inbox.ru

СОДЕРЖАНИЕ

Алиев Э.Г. Структура деятельности физкультурно-спортивных организаций по развитию мини-футбола.....	3
Баранова М.В., Егоренко Л.В. Формирование устойчивого интереса к занятиям гребным спортом на этапе начальной подготовки средствами комплектования командных лодок.....	6
Бартдинова Г.А. Оздоровительная аэробика в системе физической культуры студента физкультурного вуза.....	10
Батырев Э.М., Доронцев А.В. Оценка сформированности навыков профилактики заболеваемости средствами физической культуры и спорта у студентов медицинского вуза.....	13
Бахрах И.И., Грец Г.Н., Журавлева М.Г. Коррекция нарушений двигательной функции у детей с остаточными проявлениями детского церебрального паралича средствами адаптивной физической культуры – состояние и перспективы.....	17
Борисов А.А., Отев Д.П. Гиревой спорт как средство физической подготовки военных инженеров.....	20
Винер И.А., Терехина Р.Н., Першина Н.К. Медико-биологическое сопровождение в системе интегральной подготовки гимнасток высокого класса.....	23
Волосникова Т.В. Экспериментальное обоснование использования физических упражнений с целью оздоровления дошкольников в условиях экологически нестабильного региона.....	26
Воробьев А.В. Отбор и формирование групп в барьерном беге на начальном этапе специальной подготовки юных легкоатлетов с учетом их генетических предрасположенностей.....	30
Воронов И.А. Биомеханика точности движений – перенос данных робототехнических исследований в спорт.....	34
Грец И.А. Влияние профессиональной спортивной деятельности на здоровье и биосоциальные особенности женщин.....	37
Гузь С.М., Хуббиев Ш.З. Средства и методы развития силы на этапе начальной спортивной специализации в силовом троеборье.....	40
Джамиева М.С. Формирование правовой культуры педагогов воспитательных учреждений для детей-сирот и детей, оставшихся без попечения родителей.....	46
Журавская Н.В. Проблемы формирования мотивации к здоровому образу жизни у студентов нефизкультурного вуза.....	49
Качанова О.Б. Проблемная семья как преддиктор девиантного поведения у подростков.....	52
Кейстер В.А., Тетеряков С.А. Информационное обеспечение лекционного экспресс-контроля в вузах МЧС России.....	57
Кобзева Л.Ф. Возрастные особенности развития физических качеств юных лыжниц-гонимцев 13-15 лет.....	60
Маленко Е.А., Бабашев А.Э. Значимость уровней развития физических способностей у юных футболистов различного игрового амплуа в процессе их соревновательной деятельности.....	64
Махов А.С., Степанова О.Н. Проблемы управления развитием адаптивного спорта в России.....	67
Мезенцев В.В. Понятие о психомоторных способностях и их взаимосвязь с психологическими компонентами личности старших школьников гимназии.....	71
Муртазина Г.Х. Исследование факторов качества образования.....	75
Никитин А.В. Надежность и эффективность технико-тактических двигательных действий юных футболистов-вратарей в условиях соревновательной деятельности.....	78
Никулин А.Е., Каргаполов В.П. Модель профессиональной подготовки гидов-проводников экологических маршрутов с активными формами передвижения туристов.....	80
Панова Н.В. Реализация целостной модели личностно-профессионального развития в системе повышения квалификации на разных этапах жизненного пути.....	85
Платонова Р.И. Специфика формирования конкурентоспособного специалиста спортивно-педагогического профиля: опыт регионального вуза Республики Саха (Якутия).....	90
Свешникова Е.М. Проблема влияния системы обучения на развитие волевого качества решительности у учащихся младших классов.....	94
Скопинцов В.А. Развитие функциональных возможностей военнослужащих в процессе интенсификации физической подготовки.....	97
Стегний В.Н., Паначев В.Д., Леготкин А.Н. Инновационные проблемы урбанизации повышения качества жизни социального государства.....	101
Строшкова Н.Т. Комплексный подход к проблематике первичного спортивного отбора детей... ..	104
Сюрис Н.А., Дукальская О.Ю. Психофизиологическая адаптация военнослужащих по призыву к условиям военного труда с позиций восточной философии и медицины.....	108
Червинская К.Р. Экспертные психодиагностические системы как инструмент решения задач экспресс психологической диагностики.....	111
Шансков М.А., Усольцев Б.П., Пономарев Г.Н. Факторы, обеспечивающие эффективность учебно-профессиональной деятельности студентов педагогических и инженерно-технических вузов.....	115

Щетинина С.Ю. Интеграция школы и семьи как фактор социализации и приобщения учеников и родителей к занятиям физической культурой и спортом на Дальнем востоке России	119
Язынина Н.Л. Комплексная методика профилактики и лечения сколиоза I-II степени у детей 8-10 лет в амбулаторных условиях.....	124
Яковлева Н.В. Влияние спортивной деятельности на социальный интеллект и дивергентное мышление как на механизм социализации подростков.....	126

ЗАМЕЧЕННЫЕ ОПЕЧАТКИ

В номере 10(56) – 2009 на стр. 109 пропущен перевод названия статьи Л.А. Хохловой и Л.Е. Дерягиной «ИНДИВИДУАЛЬНЫЕ ОСОБЕННОСТИ ЦВЕТОПРЕДПОЧТЕНИЙ И ИХ РОЛЬ В ИЗУЧЕНИИ ИНОСТРАННЫХ ЯЗЫКОВ». Редакция журнала приносит авторам свои искренние извинения. По требованию авторов статьи приводим также авторский перевод аннотации.

ИНДИВИДУАЛЬНЫЕ ОСОБЕННОСТИ ЦВЕТОПРЕДПОЧТЕНИЙ И ИХ РОЛЬ В ИЗУЧЕНИИ ИНОСТРАННЫХ ЯЗЫКОВ

*Лариса Александровна Хохлова, кандидат биологических наук,
старший преподаватель,*

*Северный государственный медицинский университет (СГМУ)
г. Архангельск*

*Лариса Евгеньевна Дерягина, доктор медицинских наук, профессор,
Московский университет МВД России*

Аннотация

В статье представлены результаты исследования особенностей функционирования мозга в условиях цветового воздействия. Установлено, что именно диапазон альфа ритма наиболее вовлекается в процесс восприятия цвета. Изучается влияние четырех цветов (красный, черный, синий, зеленый) на процессы памяти и внимания. Анализируется роль цветопредпочтений студентов лево- и правополушарного типа в овладении иностранными языками.

Ключевые слова: цвет, мозг, иностранный язык, память, внимание.

INDIVIDUAL PECULIARITIES OF COLOR PREFERENCE AND THEIR ROLE IN FOREIGN LANGUAGE MASTERING

*Larissa Alexandrovna Khokhlova, the candidate of biological sciences, the senior lecturer,
The Northern State Medical University,
Arkhangelsk*

*Larissa Evgeniyevna Deryagina, doctor of medical sciences, professor,
Moscow University of the Ministry of Interior of Russia*

Abstract

Investigation findings of the brain functioning peculiarities under color influence are presented in the paper. Alfa bend is established to be more involved in the process of color perception. Effect of 4 different colors (red, black, blue, green) on memory and attention processes are investigated, the role of color preference in right and left hemisphere students during language mastering being analyzed.

Key words: color, brain, foreign language, memory, attention.