

**НАУЧНОЕ ИЗДАНИЕ
БАЛТИЙСКОЙ ПЕДАГОГИЧЕСКОЙ АКАДЕМИИ**

ОТДЕЛЕНИЕ ВАЛЕОЛОГИИ И ПСИХОФИЗИОЛОГИИ

**ВЫПУСК ПОСВЯЩЕН ПАМЯТИ
ПРОФЕССОРА
ВЛАДИМИРА ИВАНОВИЧА БАЛАНДИНА**

**ВЕСТНИК БАЛТИЙСКОЙ
ПЕДАГОГИЧЕСКОЙ АКАДЕМИИ**

Вып. 47. – Т. I. – 2002 г.

**АКТУАЛЬНЫЕ
НАУЧНО-ПЕДАГОГИЧЕСКИЕ
ПРОБЛЕМЫ
ФИЗИЧЕСКОЙ КУЛЬТУРЫ**

САНКТ-ПЕТЕРБУРГ

РЕДАКЦИОННАЯ КОЛЛЕГИЯ ВЫПУСКА:

И.П. Волков, Д.Н. Давиденко, Е.А. Митин
Ответственные за выпуск — **проф. Д.Н. Давиденко**

РЕДАКЦИЯ ВЕСТНИКА:

Главный редактор — **И.П. Волков**
Зам. главного редактора — **Д.Н. Давиденко**
Секретарь — **О.П. Мельникова**

Адрес редакции:

190121, Санкт-Петербург, ул. Декабристов, 35.
Кафедра психологии
Санкт-Петербургской государственной академии
физической культуры им. П.Ф. Лесгафта (СПбГАФК)
(**проф. И.П. Волков**)
тел. (812) 114-66-27

Печатается на средства авторов и взносы членов БПА
по отделению валеологии и психофизиологии
(Заведующий отделением – академик БПА, **проф. Д.Н. Давиденко**)

В36

© **Д.Н. Давиденко** (E-mail: root@DD1814.spb.edu)

В 43162014 – 75 Без объявления
С 96 (03) – 02

ISBN 5-85029-077-X

ВЕСТНИК БАЛТИЙСКОЙ ПЕДАГОГИЧЕСКОЙ АКАДЕМИИ **Вып. 47. – Т. I. – 2002 г.**

Научное издание БПА
Гослицензия № Б 471385 мэрии СПб

Основано в июле 1995 г.
в Санкт-Петербурге

Лицензия ЛР № 040815 от 22.05.97.
Подписано к печати 26.09.2001 г. Формат бумаги 60х90 1/8. Бумага офсетная.
Печать ризографическая. Усл.-печ. л. 10. Тираж 150 экз. Заказ 28.

НИИ химии СПбГУ
Отпечатано в отделе оперативной полиграфии НИИ химии СПбГУ
198004, Санкт-Петербург, Старый Петергоф, Университетский пр., 2

СОДЕРЖАНИЕ

Стр.

БАЛАНДИН ВЛАДИМИР ИВАНОВИЧ

Бауэр О.П. Подготовка специалиста по физической культуре детей дошкольного возраста по учебной дисциплине «Подвижные игры»

Венедиктов И.Н. Инновационные подходы обновления содержания и форм профессионального образования по физической культуре

Волосникова Т.В., Ганеев А.А., Доворецкая Т.И., Попов С.В., Филиппова С.О., Щуров А.Г. О подходах к использованию средств и методов физической реабилитации для выведения ксенобиотиков их организма дошкольников

Демиденко А.М. К вопросу о физическом воспитании детей 2-3 лет

Дядичева М.В., Иванов, Л.И. Подготовка студентов по плаванию в рамках образовательной программы «Физическая культура детей дошкольного возраста»

Журавин М.Л., Соколова И.В. Анализ объема знаний студентов о здоровом образе жизни

Журавин М.Л., Соколова И.В. Социальная ценность здорового образа жизни

Загрядская О.В. Формирование профессионально-педагогических навыков применения игрового метода на уроках гимнастики

Казакевич Н.В., Строганов А.В. Влияние средств оздоровительной аэробики на эмоциональное состояние девушек (12-15 лет)

Калина Т.В., Умнякова Н.Л., Хиленко Н.Е., Чугина Е.А., Кузьмичева Н., Шишина Л.Н. Особенности содержания занятий по физическому воспитанию с детьми, имеющими речевую патологию

Кравченко Вяч. И. Развитие зрительной памяти и объема внимания студентов педагогического вуза при занятиях шахматами

Луценко С.А. Спортивные и подвижные игры как средство физического развития лиц с ограниченными возможностями

Митин Е.А. К проблеме коррекции спортивно-значимых качеств спортсменов в командных видах спортивных игр

Митин Е.А., Щемелев А.А. Использование специальных упражнений для коррекции

у баскетболистов спортивно-значимых качеств в межтуровых микроциклах соревновательного периода

Остроумов И.Н. Ки-Айкидо как система мотивационной поддержки для занимающихся физической культурой

Перов В.А., Денисов В.С. О стилях игры в современном настольном теннисе

Пилина И.Б. Формирование организационно-педагогических умений и навыков у студентов факультета физической культуры

Пилина И.Б. Некоторые пути формирования эффективных умений педагогической коммуникации у студентов факультета физической культуры

Пономарев Г.Н. Образование в области физической культуры: физическое или физкультурное?

Пономарев Г.Н. Перспективы подготовки специалистов в области физической культуры для работы с детьми с девиантным поведением

Портных Ю.И. Игровой метод как ведущий метод изучения и совершенствования тактико-технических действий в спортивных играх

Пристав О.В. Изменение структуры личности призывников под влиянием обучения в высших военных учебных заведениях

Пустовой А.П. Современным концепциям физической культуры детей и молодежи – современные пути реализации

Рыжкин Ю.Е. Массовая физическая культура и физическая культура масс: две анти-тезы

Сайкина Е.Г., Рахманов А.В. К вопросу о совершенствовании программ по гимнастике для студентов дошкольного отделения факультета физической культуры

Селивра А.И., Коломиец З.В., Щуров А.Г. Обоснование метода мониторинга функционального состояния организма спортсмена в условиях гипербарической оксигенации .

Селивра А.И., Щуров А.Г. Восстановление и стимуляция работоспособности спортсменов с помощью гипербарической оксигенации

Синицын Д.К. Влияние спортивной специализации на формирование профессионально значимых качеств будущих педагогов по физической культуре

Соболева, Н.Ю. Ягманов С.В. О взаимоотношениях партнёров в акробатической рок-н-ролле

Соколов В.Н., Соколова Г.Н. Из опыта обучения игры в баскетбол
.....

Соколова И.В., Тихонова Ж.И. Принципы оздоровительной тренировки при занятиях
аэробикой
.....

Соловьев И.А. Анализ предмета спортивной соревновательной деятельности
.....

Тарасов А.М. К проблеме дополнительного высшего профессионального физкультурного образования
.....

Фетисова С.Л. Методические основы обучения волейболу с использованием соревновательно-игрового
метода
.....

Филиппова С.О. Проблема диагностики физической подготовленности дошкольников
.....

Хуббиев Ш.З. О разработке концепции развития массового спорта среди школьников района
.....

Хуббиев Ш.З. Физическая культура как фактор укрепления здоровья и формирования
здорового стиля жизни учащихся
.....

Хуббиев Ш.З., Пономарев Г.Н. Обновление содержания физкультурного образования — объективная потребность современного общества
.....

Хуббиев Ш.З., Савельев Д.С. Организационно-педагогические основания формирования и развития спортивных клубов восточных единоборств
.....



**7 октября 2002 г. перестало биться сердце
Владимира Ивановича Баландина — бывшего начальника
кафедры медико-биологических дисциплин Военного института
физической культуры, профессора Российского государственного
педагогического университета им. А.И. Герцена.**

В.И. Баландин родился 10 августа 1935 года в Средин-бутском районе Сумской области. Житель блокадного Ленинграда.

В 1954 г. он поступил и в 1958 году окончил Краснознамённый Военный институт физической культуры им. В.И. Ленина, став за время учёбы мастером спорта Советского Союза.

Прослужив несколько лет офицером Военно-морского Флота, он продолжил образование в Военно-медицинской ака-

демии им. С.М. Кирова, которую окончил в 1968 году. С 1968 по 1988 гг. он работал в должностях преподавателя Военно-медицинской академии, начальника научно-исследовательского отдела и начальника кафедры Военного института физической культуры.

С 1980 по 1993 гг. В.И. Баландин осуществлял руководство комплексной научной группы по подготовке сборных команд страны и Вооружённых Сил по раз-

личным видам спорта.

С 1989 г. Владимир Иванович — ведущий научный сотрудник Санкт-Петербургского научно-исследовательского института физической культуры, а с 2000 г. — заведующий научно-исследовательской лаборатории и профессор кафедры спортивных игр Российского государственного педагогического университета им. А.И. Герцена.

За период работы в Военно-медицинской академии под руководством заслуженного деятеля науки РСФСР, доктора биологических наук, профессора А.С. Мозжухина им выполнена и в 1973 г. защищена диссертация на соискание ученой степени кандидата медицинских наук по специальности «нормальная физиология». В 2000 г. в Военном институте физической культуры он защитил диссертацию на соискание ученой степени доктора педагогических наук; вскоре ему было присвоено ученое звание «профессор».

В 1996 г. Владимир Иванович Баландин был избран членом-корреспондентом, а в 2000 г. действительным членом (академиком) Балтийской Педагогической Академии.

Профессор В.И. Баландин внёс заметный вклад в разработку ряда актуальных проблем теоретической и прикладной физиологии, психофизиологии и педагогики спорта. За почти полувековую научно-педагогическую деятельность им опубликовано свыше 200 научных трудов, в том числе монография, 2 учебника и свыше 20 учебных и учебно-методических пособий. Под его научным руководством выполнено 5 кандидатских диссертаций.

Профессор В.И. Баландин — один из пионеров и ведущих отечественных спе-

циалистов по разработке и внедрению в практику психологической подготовки и психологического сопровождения деятельности спортсменов, артистов, музыкантов, танцоров, учащихся средних школ методов ментального тренинга. Под его руководством разработано новое научно-педагогическое направление — психолого-педагогическое прогнозирование в спорте. Им экспериментально обоснована и разработана проблема диагностики, коррекции и повышения соревновательной надежности в спорте.

Владимир Иванович был прекрасным специалистом; его отличала высокая целеустремлённость, жизнелюбие, доброжелательность, готовность в любое время прийти на помощь всем, кто его окружал.

Светлая память о профессоре В.И. Баландине навсегда сохранится в сердцах его родных, близких, коллег и учеников.

Настоящий выпуск Вестника Балтийской Педагогической Академии (в 2-х томах) посвящается памяти профессора В.И. Баландина и включает научные труды сотрудников Российского государственного педагогического университета (I том) и сотрудников научных и учебных заведений, в которых Владимир Иванович ранее трудился (II том): Военно-медицинской академии, Военного института физической культуры, Санкт-Петербургского НИИ физической культуры. Ряд работ во II томе представили его коллеги из Санкт-Петербургской государственной академии физической культуры им. П.Ф. Лесгафта.

Президиум Балтийской Педагогической Академии

ПОДГОТОВКА СПЕЦИАЛИСТА ПО ФИЗИЧЕСКОЙ КУЛЬТУРЕ ДЕТЕЙ ДОШКОЛЬНОГО ВОЗРАСТА ПО УЧЕБНОЙ ДИСЦИПЛИНЕ «ПОДВИЖНЫЕ ИГРЫ»

О.П. Бауэр

В 2000 году в Российском государственном педагогическом университете им. А.И. Герцена на факультете физической культуры был разработан новый учебный план направление 540600 «Педагогика» профиль 540611 «Физическая культура детей дошкольного возраста». Целью данной программы является подготовка специалиста по физической культуре детей дошкольного возраста, способного осуществлять как традиционное физическое воспитание, так и активно включаться в инновационные процессы, происходящие в дошкольном учреждении.

В этой связи возникла необходимость в написании новых учебных программ по различным учебным дисциплинам для реализации нового учебного плана.

На первом курсе во втором семестре в рамках «Базовых физкультурно-спортивных видов» студенты изучают учебные дисциплины «Подвижные игры в школе» и «Подвижные игры в дошкольном учреждении».

Трудно себе представить профессионального учителя физической культуры или руководителя дошкольного воспитания, который не знаком с богатством игр и не владеет методикой их грамотного применения для решения разнообразных образовательно-воспитательных и оздоровительных задач при работе с детьми.

Так как учебный план бакалавра педагогики предполагает прохождение дисциплин в первые два года в той же последовательности, что и учебный план специалиста по физической культуре, то учебную дисциплину «Подвижные игры в школе» они проходят практически по однотипной учебной программе. Целью изучения дисциплины является формирование системы знаний, умений, навыков и направленного использования их в учебной, внеклассной и внешкольной работе по физическому воспитанию в средней общеобразовательной школе, летнем оздоровительном лагере для решения тех или иных образовательных, развивающих, оздоровительных и прикладных задач.

Для достижения поставленной цели предусматривается решение следующих задач: обеспечить знаниями по теории подвижных игр и методики их проведения в школе, летнем оздоровительном лагере; понимание, будущим специалистом, педагогического значения подвижных игр, в связи с учетом возрастных особенностей и физической подготовленности занимающихся; овладение игровым материалом, необходимым в дальнейшей работе учителя физической культуры.

Студенты знакомятся с этой дисциплиной в объеме 14 часов: 2 часа лекционные занятия и 12 часов обзорно-методические занятия, на которых проходит методический разбор игр для учащихся младшего, среднего и старшего школьного возраста; игры на занятиях легкой атлетикой, гимнастикой; игры, подводящие к спортивным играм; игры-эстафеты; игры на открытом воздухе. На лекционных занятиях рассматриваются основные понятия об игре, классификация подвижных игр, организация и методика проведения подвижных игр.

Параллельно студенты изучают учебную дисциплину «Подвижные игры в дошкольном учреждении». Целью изучения дисциплины является готовность будущего специалиста по физической культуре детей дошкольного возраста к организации и проведению подвижных игр в различных формах работы с учетом возрастных особенностей, в разнообразных условиях (в зале, в группе, на площадке и пр.), при решении поставленных задач (воспитательных, образовательных, развивающих, оздоровительных). Задачами этой дисциплины является: формирование знаний о методических особенностях организации и проведении подвижных игр в дошкольном учреждении; ознакомление с содержанием программного материала по подвижным играм в дошкольном учреждении; накопление опыта творческого использования подвижных игр

для проведения игровых занятий.

В содержание учебной программы входят теоретический раздел (лекции-4 часа), практический (26 часов) и контрольный. Для самостоятельного изучения отводится 16 часов.

На лекционных занятиях рассматриваются особенности организации и методики проведения подвижных игр с детьми младшего, среднего и старшего дошкольного возраста, педагогические приёмы проведения подвижных игр с учётом различных форм работы и планирование игр. Практический раздел программы реализуется на учебно-практических и обзорно-методических занятиях.

На обзорно-методических занятиях проводится: методический разбор игр для детей всех возрастных групп дошкольного возраста; игры сюжетные и бессюжетные; игры имитационные и с речитативом; игры с предметами; игры с элементами спортивных игр; игры с преобладанием определённого двигательного действия; игры-забавы; игры-аттракционы; игровые упражнения; игры малой, средней и большей подвижности; народные подвижные игры.

Учебно-практические занятия включают в себя учебную практику студентов проведения игр по заданию преподавателя; написание фрагмента занятия по физическому воспитанию с включением игр в соответствующие части занятия; выполняют педагогический анализ проведения подвижной игры другим студентом.

Контрольный раздел реализуется через оперативный, текущий и итоговый контроль, официального зачёта нет.

Анализируя данную программу видно, что в принципе она предоставляет возможность получения студентами необходимых знаний, умений и навыков для проведения подвижных игр с детьми дошкольного возраста.

Изучение двух учебных дисциплин параллельно, создает возможность формирования представлений у студентов:

- о месте и значении подвижных игр в решении задач физического воспитания детей дошкольного и школьного возраста;
- о разнообразии игрового материала, необходимого в дальнейшей работе;
- о возрастных особенностях детей дошкольного и школьного возраста;
- об особенностях организации и методики проведения подвижных игр с учётом возрастных особенностей и физической подготовленности занимающихся;
- о содержании программного материала по подвижным играм в школе и дошкольном учреждении;
- о дидактических принципах применения подвижных игр;
- о формах организации физического воспитания в школе и дошкольных учреждениях.

К, сожалению, изучение учебных дисциплин «Подвижные игры в школе» и «Подвижные игры в дошкольном учреждении» проходит только на первом курсе обучения. Студенты еще не могут в полном объёме понять роль и место игрового метода в обучении детей, организовывать и проводить физкультурные досуги и праздники, осуществлять педагогический контроль, за равномерностью физической нагрузки во время игры, применять методические приемы с учетом возрастных особенностей, методически грамотно проводить различные типы занятий с применением подвижных игр с детьми разного возраста, не имеют достаточного опыта для творческого использования подвижных игр. Это связано с тем, что студенты еще не владеют знаниями из смежных дисциплин естественнонаучного и психолого-педагогического циклов, прежде всего они не знают теорию и методику физического воспитания и развития детей дошкольного возраста и не знакомы с методикой преподавания спортивных игр, гимнастики и спортивных дисциплин. Всё это создаёт определённые трудности при прохождении учебных дисциплин «Подвижные игры в школе» и «Подвижные игры в дошкольном учреждении» и не даёт возможности обучающимся в полном объёме овладеть знаниями, умениями и навыками, необходимыми для профессиональной работы в дошкольном учреждении.

Считаем, целесообразным изменить сроки, увеличить время и порядок прохождения курса подвижных игр на следующих годах обучения.

ИННОВАЦИОННЫЕ ПОДХОДЫ ОБНОВЛЕНИЯ СОДЕРЖАНИЯ И ФОРМ ПРОФЕССИОНАЛЬНОГО ОБРАЗОВАНИЯ ПО ФИЗИЧЕСКОЙ КУЛЬТУРЕ

И.Н. Венедиктов

Основная цель государственной Стратегии модернизации системы образования состоит в достижении нового качества образования, отвечающего новым социально-экономическим условиям России и основным направлениям ее развития. В этой связи, на этапе модернизации образования ставится приоритетной задача разработки и апробации новых подходов в развитии профессионального образования в области физической культуры, обеспечивающих подготовку высококвалифицированных специалистов, способных эффективно выполнять свою социокультурную роль в изменяющемся обществе с учетом сферы и вида профессиональной деятельности.

Решение этой задачи неразрывно связано с необходимостью улучшения качества процесса физического воспитания и физкультурного образования населения, особенно детей и молодежи.

Реформирование образования в сфере физической культуры, в том числе и педагогического, решается весьма неоднозначно как с концептуальной, так и с практической точки зрения. Это обусловлено следующими факторами: во-первых, отсутствием до недавнего времени четкой поэтапной программы развития и совершенствования всей системы образования в России, во-вторых, наличием общих стереотипов в тактике подготовки специалистов, во многом сдерживающих развитие всей системы и каждого его звена. Сегодня становится актуальным в подготовке специалистов формирование у них потребности в непрерывном образовании, умении работать в коллективе, с ориентацией деятельности на результат (1).

Целенаправленная программа развития системы профессионального образования по физической культуре должна базироваться на развитии его как образования непрерывного. При этом ориентация на профессию выступает связующим звеном между отдельными этапами образования, при условии, что на каждом этапе она выполняет свою специфическую роль в едином процессе профессионального самоопределения и самосовершенствования (2, 3).

Основу допрофессиональной подготовки в области физической культуры составляет углубленное физкультурное образование в общеобразовательных школах учащихся старших классов, активно занимающихся спортом.

Образование на профильном уровне учащихся старших классов позволяет закрепить ранее сформированные в основной школе компетентности – оздоровительно-реабилитационную, двигательную, а также компетентность в сфере самоконтроля индивидуального физического развития и сформировать новую – организационно-методическую компетентность. Она проявляется в позитивном отношении обучающихся к педагогической деятельности специалиста в области физической культуры, умениях организовывать и проводить занятия физическими упражнениями, способности в комплексе решать образовательные, воспитательные и оздоровительные задачи физического воспитания (4).

Введение в действие государственного образовательного стандарта по физической культуре для общеобразовательной школы (профильный уровень), отражает обязательный минимум содержания основных образовательных программ и направлено на достижение следующих целей: формирование интереса к профессиональной деятельности специалиста физической куль-

туры, ознакомление с основными формами и видами его педагогической деятельности; освоение простейших педагогических умений в организации и проведении занятий физическими упражнениями, основ методики обучения двигательным действиям и развития физических качеств, контроля за физической подготовленностью (на примере занятий с учащимися младшего школьного возраста); закрепление навыков организации и проведения самостоятельных занятий по развитию основных физических качеств и совершенствованию техники двигательных действий; повышение уровня индивидуальной технической и физической подготовленности в избранном виде спорта; воспитание личностно-значимых качеств социальной адаптации, культуры поведения в коллективном общении и взаимодействии; умения адекватно оценивать индивидуальные возможности и способности в избираемой профессиональной деятельности.

В результате выполнения требований ГОС профильного уровня у выпускников средней школы должны быть сформированы следующие виды допрофессиональной компетентности по физической культуре:

- ♦ организационно-методическая компетентность, включающая знания и понимание профессиональной деятельности учителя физической культуры, а также умение осуществлять образовательную деятельность с учащимися начальной школы по физической культуре;

- ♦ двигательная компетентность – техническую и физическую подготовленность в избранной спортивной специализации, двигательные способности по выполнению тестовых заданий по общей физической подготовке на требуемом уровне.

Обновление содержания и форм непрерывного профессионального образования в области физической культуры, начиная с общеобразовательной школы (профильный уровень обучения) и заканчивая на уровне высшего образования не одномоментный процесс. В этой сфере образования уже имеется достаточно продуктивный опыт и перспективные идеи его модернизации.

Разработана и апробирована модель преемственности допрофессионального и профессионального образования по физической культуре в системе «лицей-колледж» (5). В лицей поступают учащиеся на базе 9 класса, проявившие склонность к профессионально-педагогической деятельности по физической культуре и спорту.

Опытно-аналитическая работа по апробации модели позволила сделать выводы об уровне:

- ♦ допрофессиональной подготовки будущих учителей физической культуры, необходимой для формирования в дальнейшем техники педагогического мастерства учителя физической культуры;

- ♦ диагностики профессиональной пригодности учащихся к педагогической деятельности в области физической культуры и спорта;

- ♦ формирования направленности личности учащихся, их интересов, склонностей, мотивов деятельности, ценностных представлений и о будущей профессии, педагогического мышления;

Разработана и апробирована образовательно-профессиональная программа довузовской подготовки в рамках многоуровневой структуры высшего физкультурного образования с направленностью на формирование основных компонентов подготовленности школьников 10-11 классов (лицейские классы) для поступления в вуз: образовательного, мотивационного, функционального, физического и профессионального (6). Показано, что обучение в двухлетнем лицейском классе по программам согласованным с вузом, обеспечивает наиболее высокую подготовленность выпускников к сдаче вступительных экзаменов вуз. Также отмечено, что адаптация лицеистов к учебному процессу в вузе на 1 курсе проходит качественно лучше по сравнению с другими студентами, не прошедшими специализированных форм довузовской подготовки и не обучавшихся на подготовительных курсах. Новая образовательная профильная программа подтвердила эффективность создания лицейских классов по физической культуре и спорту на базе общеобразовательных школ и высших учебных учреждений по физической культуре по целенаправленному развитию склонности учащихся к выбору профессии.

Приоритетным направлением развития образования в России явилось создание университетских комплексов на базе ведущих вузов страны. Научно-педагогический потенциал, задействованный в этих вузах, позволяет решать новые задачи по дальнейшему развитию системы

образования, возникшие в связи с проведением социально-экономических реформ в стране, осуществлять перевод системы профессионального образования на более качественный уровень.

Создание университетских комплексов, как новой организационной структуры и технологии систем профессионального образования, предполагает, прежде всего, решение вопросов организационно-содержательного характера. При этом возможны три организационные модели:

- ♦ первая, «жесткая» модель – представляет единое юридическое лицо, объединяющее различные типы образовательных учреждений, научные и производственные и другие подразделения;
- ♦ вторая модель – на ассоциативной основе, с сохранением входящими в комплекс структурными подразделениями юридической самостоятельности;
- ♦ третья модель – юридической организационной основой являются договора, заключенные между его структурными подразделениями (7).

Накопленный в Кубанской государственной академии физической культуры опыт функционирования системы непрерывной подготовки специалистов, логично приведшей, к необходимости его формализации в рамках учебного научно-инновационного образовательного комплекса выявил позитивные и проблемные аспекты, которые следует учитывать при разработке моделей и механизмов создания и функционирования университетских комплексов. К основным позитивным сторонам следует отнести: повышение качества подготовки профессиональных кадров с учетом мотивов и потребностей обучающихся в освоении различных уровней избранной специальности; внедрение в практику реальной действенной системы непрерывного образования; консолидацию деятельности педагогических коллективов в использовании материальной, научной, производственной и социальной баз образовательного комплекса; значительно более широкие возможности повышения квалификации сотрудников лицеев, колледжей, учреждений дополнительного образования; удовлетворение конкретных потребностей регионов в подготовке, переподготовке и трудоустройстве профессиональных кадров. Проблемные аспекты – ограниченность нормативно-правовой базы создания и развития комплекса, особенно в части интеграции в единое образовательное пространство структурных подразделений различного уровня подчиненности, не позволяющая с должной степенью эффективности решать следующие задачи: обеспечение интеграции государственных образовательных стандартов различных уровней и профилей профессионального образования; определение статуса студентов (учащихся) структурных подразделений, комплекса и порядка их перевода (приема) в подразделения следующего уровня образования; определение порядка аттестации, тарификации и оплаты труда, научно-педагогических кадров, осуществляющих преподавательскую деятельность в подразделениях комплекса различных уровней образования.

Введение в образовательные учреждения России учебной дисциплины «Олимпийское образование», направлено на формирование олимпийской культуры детей и молодежи, духовно-нравственного развития личности.

Олимпийское образование представляет собой целостное социальное явление. Его главный системообразующий фактор – гуманистически организованный процесс, обеспечивающий овладение знаниями, идеалами и ценностями олимпизма, превращение последних в действенные мотивы поведения, нормы гуманистического образа жизни людей. В настоящее время приоритетно задачей является разработка модели специалиста олимпийского образования с дальнейшей ее реализацией на уровне государственных образовательных стандартов (8).

Конкретные решения создания модели специалиста по олимпийскому образованию возможны при условии четкого определения профессиональных характеристик его предметно - образовательной деятельности. В этой связи, ориентиром могут служить способности, необходимые для эффективного преподавания дисциплины «олимпийское образование»: *способности формировать* у учащихся определенной системы знаний по олимпийскому образованию, для чего необходимо иметь знания о возникновении и развитии Олимпийских игр и олимпийского движения, целях, задачах, принципах и идеалах олимпизма; способности формировать у уча-

щихся определенную систему мотивации. Для этого необходимо понимать сущность олимпизма и физической культуры, знать и уметь разъяснять основные положения Олимпийской хартии, прививать ценности и идеалы олимпизма ученикам; способности разъяснять сущность спорта как средства укрепления здоровья, развития физических и духовных качеств, вести спортивную деятельность в соответствии с принципами олимпизма; весьма важно наличие у специалиста по олимпийскому образованию знаний, умений и навыков организации – педагогического процесса с позиций личностно ориентированного подхода. Отмеченные способности могут стать ориентирами для конструирования профессионально-образовательной программы подготовки специалиста по олимпийскому образованию (9).

Модернизация системы образования в области физической культуры на основе реализации идеи его непрерывности, взаимосвязи образовательных программ различного уровня, тенденция расширения поля профессиональной деятельности специалистов отрасли, поиска и внедрения в практику инновационных преобразований в содержании, организации, научно-методического и материально-технического обеспечения – определяет целенаправленность в развитии системы профессионального физкультурного образования на современном этапе образовательной реформы в стране.

К настоящему времени накоплен и обобщается опыт инновационной деятельности по обновлению содержания и форм организации профессионального образования в сфере физической культуры:

- ♦ определены научно-обоснованные решения проблемы допрофессиональной подготовки школьников по физической культуре на основе углубленного образования по предмету «Физическая культура» в старших классах школы, педагогических лицеях;
- ♦ в рамках обеспечения преемственности различных уровней профессионального образования выявлены пути согласования учебных планов по подготовке специалистов физической культуры в средних и высших учебных заведениях;
- ♦ разрабатываются и апробируются модели создания университетских комплексов, способствующих объединению интеллектуальных и материальных ресурсов для подготовки в сфере физической культуры кадров нового уровня;
- ♦ в образовательный процесс вводятся новые профессионально-образовательные программы, расширяющие профили и виды подготовки специалистов по физической культуре.

Литература:

1. Пономарев Г.Н. Государственные образовательные стандарты в области физической культуры и спорта. Проблемы и перспективы усовершенствования // Теория и практика физической культуры. – №12, 2000. – С. 9-14.
2. Костюченко В.Ф. Специальное профессиональное образование в сфере физической культуры: Монография. – СПб.: СПбГАФК, 1996.
3. Железняк Ю.Д. Подготовка специалистов по физической культуре и спорту в системе педагогического образования // Теория и практика физической культуры. – №5, 2002. – С. 47-53.
4. Профильный уровень образовательного стандарта среднего (полного) общего образования по физической культуре // Проект федерального компонента государственного образовательного стандарта общего образования. – Ч. 2. / Под ред. Э.Д. Днепров, В.Д. Шадрикова. – М.: Инст-т новых образовательных систем, 2002. – С. 246-251.
5. Бутин И.М., Соловьев С.Я. Допрофессиональное образование в условиях педагогического лица // Теория и практика физической культуры. – № 3, 1995. – С. 57-59.
6. Фролова Н.Д. Довузовская подготовка в многоуровневой структуре высшего физкультурного образования: Автореф. дисс. ... к.п.н. – Краснодар, 1997.
7. Локтев С.А., Чернышенко Ю.К. Якобашвили В.А. и др. Многоуровневая образовательная структура Кубанской государственной академии физической культуры на пути к университетскому академическому комплексу // Теория и практика физической культуры. – № 3, 2002. – С. 47-50.

8. *Сергеев В.Н.* Олимпийское образование: определение сущности и перспективные направления научных исследований // Теория и практика физической культуры. – № 7, 2002. – С. 48-49.

9. *Москвичев Ю.Н., Сергеев В.Н., Стекольников Е.* Подготовка специалиста по олимпийскому образованию: проблемы и пути решения // Теория и практика физической культуры. – № 7, 2002. – С. 50-51.

* * *

О ПОДХОДАХ К ИСПОЛЬЗОВАНИЮ СРЕДСТВ И МЕТОДОВ ФИЗИЧЕСКОЙ РЕАБИЛИТАЦИИ ДЛЯ ВЫВЕДЕНИЯ КСЕНОБИОТИКОВ ИЗ ОРГАНИЗМА ДОШКОЛЬНИКОВ

***Т.В. Волосникова, А.А. Ганеев, Т.И. Доворецкая,
С.В. Попов, С.О. Филиппова, А.Г. Щуров***

Как известно, к средствам физической реабилитации относятся физические упражнения, решающие как частные, так и общие лечебные задачи, массаж, закаливающие и физиотерапевтические процедуры. Проведенные нами исследования зависимости состояния здоровья детей дошкольного возраста от содержания в их организме ксенобиотиков (ртуть, мышьяк) показали, что чем выше концентрация в моче указанных элементов, тем ниже валеометрические показатели. Анализы биопроб на содержание в них ксенобиотиков проводились на атомно-абсорбционном спектрометре с электротермической атомизацией МГА-915 с зеемановской коррекцией фона, изготовленном фирмой «Люмэкс» (Ганеев А.А., Погарев С.Е. и др., 1999). Для оценки валеометрических показателей нами было произведено определение физического развития с помощью центильных таблиц (Воронцов И.М. с соавт., 1991), оценены уровень физического состояния (УФС) по методике Е.А. Пироговой (1987) и уровень физической работоспособности (УФР) по сит-тесту (Гаврилов Д.Н. с соавт., 1996). Исследования были выполнены на 28 детях (18 мальчиков и 10 девочек) старшего дошкольного возраста, проживающих в экологически неблагополучном районе Санкт-Петербурга (на базе ДООУ № 139 Выборгского района Санкт-Петербурга). Все дети относились к категории т.н. «часто болеющих» (ЧБД): у них имело место сочетание ряда патологических признаков и состояний – нарушение осанки, плоскостопие, аллергические реакции, малая мозговая дисфункция, энурез. Чаще всего было отмечено нарушение осанки (50%).

Полученные нами данные послужили основанием для поиска подходов к снижению содержания ксенобиотиков в организме дошкольников. По нашему мнению, такая «чистка» может явиться одним из путей оздоровления. Целенаправленный подбор средств и методов физической реабилитации, в свою очередь, может стать инструментом этой чистки, тем более, что в литературе имеются указания (Медведков В.Д., 1995; 1996) о возможности элиминации ксенобиотиков с помощью физических упражнений. Иначе говоря, речь идет о повышении экологической безопасности средствами физической культуры.

Усиленная элиминация ксенобиотиков, очевидно, возможна за счет повышения активности тех органов и систем организма, которые участвуют в удалении продуктов обмена веществ, а именно: кожа, легкие, почки, желудочно-кишечный тракт. Так, например, дыхательные упражнения, связанные с пролонгированным выдохом и с усилением эвакуаторной функции трахео-бронхиального дерева, могут способствовать удалению ксенобиотиков с выдыхаемым воздухом; диафрагмальное дыхание улучшает функцию желудочно-кишечного тракта. Запуск с помощью физических упражнений цепи моторно-висцеральных рефлексов также может

модулировать деятельность органов и систем, принимающих участие в экскреции продуктов обмена; этой же цели может служить и сегментарный массаж с учетом зон Захарьина-Геда. Усиленное потоотделение во время физических упражнений также можно рассматривать как вариант повышения элиминации ксенобиотиков. Кроме того, подобного эффекта можно, очевидно, добиться в термокамере.

Усиления функции почек как основного органа, обеспечивающего выведение токсикантов, можно, по-видимому, достичь за счет активизации моторно-висцеральных рефлексов, связанных с деятельностью выделительной системы. Кроме того, виброакустическое воздействие (ВAB) с помощью аппарата «Витафон» на проекцию почек (область К), как вариант физиотерапевтического средства в арсенале физической реабилитации (Баиндурашвили А.Г., Федоров В.А., 2002), может оказать положительное влияние на экскреторную функцию почек.

В то же время следует помнить, что любые физические упражнения вызывают усиление деятельности кардио-респираторной системы, и это обстоятельство предъявляет определенные требования к химическому составу вдыхаемого воздуха. Усиленное поступление экотоксикантов в экологически неблагоприятных районах с загрязненной атмосферой при форсированном дыхании может потребовать пересмотра устоявшегося представления о необходимости проведения физических упражнений и подвижных игр на открытом воздухе. Может быть, в таких районах придется сместить акцент к организации и проведению занятий по физическому воспитанию дошкольников в закрытых помещениях при тщательном санитарно-гигиеническом контроле за воздушной средой в этих помещениях.

Все вышеизложенное, безусловно, плод теоретических размышлений, правомочность которых требует экспериментальной проверки. Такая работа кажется нам чрезвычайно актуальной по следующим соображениям. Во-первых, по данным многих авторов (Петленко В.П., 1996; Шабров А.В., 2001), в жизнь сейчас входит т.н. «больное поколение»: чрезвычайно высок процент детей дошкольного возраста, имеющих те или иные заболевания или отклонения в состоянии здоровья. Во-вторых, согласно «энергетическому правилу скелетных мышц» И.А. Аршавского, только физическая активность позволяет полностью реализовать генетическую программу роста и развития ребенка. И, наконец, в-третьих, девиз медиков «*primo pop posere!*» должен и может быть адресован к деятельности специалистов по физическому воспитанию детей дошкольного возраста.

Литература:

1. Баиндурашвили А.Г., Федоров В.А. Виброакустический метод в детской ортопедии. – СПб: МАПО, 2002.
2. Воронцов И.М., Тихвинский С.Б. и др. Антропометрический скрининг при массовых профилактических осмотрах детей: Методические рекомендации. – Л., 1991.
3. Гаврилов Д.Н., Потапчук А.Н. и др. Нормирование физической нагрузки в занятиях оздоровительной направленности. – СПб., 1996.
4. Ганеев А.А., Погарев С.Е., Шолупов С.Е., Рыжов В.В., Вергизова В.С., Дробышев А.И. Прямое определение марганца, меди, свинца и ртути в биопробах методом зеемановской атомно-абсорбционной спектроскопии с высокочастотной модуляцией поляризации // Журн. Аналит. химии, 1999. – Т. 54. – С. 69-77.
5. Медведков В.Д. Способы выведения ксенобиотиков из организма человека. // Проблемы охраны окружающей среды на урбанизированных территориях: Тез. докл. междунар. конф. – Пермь, 1995.
6. Медведков В.Д. Научно-педагогические основы валеолого-экологической реабилитации населения: Автореф. докт. дисс. – М., 1996.
7. Петленко В.П. Валеология человека. – СПб., 1996.
8. Пирогова Е.А. Оздоровительная тренировка (как и сколько заниматься) // Здоровье. – №3, 1987.
9. Шабров А.В. Проблемы охраны здоровья населения Северо-Западного Федерального

* * *

К ВОПРОСУ О ФИЗИЧЕСКОМ ВОСПИТАНИИ ДЕТЕЙ 2-3 ЛЕТ

А.М. Демиденко

В дошкольном образовании, в последнее время, очень большое внимание уделяется физическому воспитанию. Среди различного рода предложений встречаются и те, что предусматривают работу с детьми раннего возраста, и это не случайно.

Нами было проведено исследование в 4 дошкольных учреждениях разных районов нашего города на предмет соответствия физической подготовленности детей 3-го года жизни требованиям типовой программы по физическому воспитанию. Изучив полученные сведения, мы пришли к заключению, что примерно 30% детей не справляются с требованиями типовой программой по физическому воспитанию 1985 года.

Решение проблемы, возможно, лежит в организации дополнительных занятий физическими упражнениями для детей 2-3 лет совместно с родителями, под руководством квалифицированного специалиста.

Ури Бромфенбреннер (1976) пишет, что родители совместными усилиями сдерживают активность ребёнка, дабы оградить его от неудобств, болезней и телесных повреждений. Каждая мать хлопочет о том, что бы ребёнку было тепло. Сквозняки считаются особо вредными для его здоровья. Когда ребёнок начинает ползать, а затем и ходить, у взрослого появляются дополнительные поводы для волнения – как бы он не ушибся или не добрался до «опасной зоны». Полагается, например, чтобы в парке дети гуляли рядом с сопровождающими их взрослыми.

Взяв всё это за основу, мы попытались представить себе такую форму физического воспитания, которая позволит создать благоприятные условия ребёнку раннего возраста делать то, что в домашних условиях не возможно или затруднительно по каким либо причинам, а для него является необходимым и интересным. Родитель, в свою очередь, осуществляет контроль поведения своего ребёнка и непосредственно участвует в педагогическом процессе. Руководитель физического воспитания занимается организацией занятия и при этом даёт родителям информацию, как необходимую, так полезную для них.

Подобная форма занятий уже существует и успешно применяется в дошкольном учреждении №139 Выборгского района. Занятия организуются в вечерние часы, что очень удобно, как для дошкольного учреждения, так и для родителей и детей.

Упражнения и игры, предлагаемые на занятиях доступны детям, так как опираются на типовую программу по физическому воспитанию для данного возраста, время для изучения и выполнения их значительно больше, а условия комфортнее. Ведь с появлением родителя-ассистента на занятии по физическому развитию моторная плотность увеличивается, а ребёнок чувствует себя защищенным.

Занятие, проводится один раз в неделю во второй половине дня. Оно делится на две части: занятие под руководством педагога, на которое отводится 20 минут и дополнительное время для самостоятельной работы детей с их родителями, на которое тоже отводится около 20 минут. Однако педагог может вносить свои коррективы и планировать занятие по своему усмотрению в зависимости от самочувствия и интереса детей.

Занятия строятся с учётом анатомо-физиологических и психологических особенностей организма ребёнка, а также согласно педагогическим принципам обучения. Занятие по физиче-

скому воспитанию состоит из трёх частей: подготовительной, основной и заключительной.

На подготовительную часть занятия отводится около 5 минут. Это время необходимо для того, что бы подготовить различные системы организма ребёнка (костно-мышечная, сердечно-сосудистая, нервная и др.) непосредственно к занятию, а также создать эмоциональный настрой. Для решения задач подготовительной части занятия используются упражнения на формирование правильной осанки, подготовку мышц и связок стопы, коленных суставов, а также упражнения в беге и прыжках. Начинать занятие рекомендуется с построения и приветствия, что позволяет педагогу провести визуальный осмотр детей, их родителей и составить представление о внешнем виде и самочувствии. Дети в свою очередь привыкают к определённой организации занятия.

Основная часть занятия занимает примерно 10 минут. Именно тогда на организм ребёнка оказывается основное физическое воздействие. Заключительная часть занятия по времени соответствует подготовительной, и равна примерно 5 минутам. Здесь в основном применяются упражнения низкой интенсивности на восстановление дыхательной, сердечно-сосудистой, нервной систем организма. Упражнения на развитие мелкой моторики пальцев рук, массаж стоп, дыхательные упражнения.

Особо следует рассмотреть функции родителей на занятии физическими упражнениями. Г.А. Свердлова (1995), ссылаясь на ряд исследований, отмечает, что привязанность ребенка именно к матери обеспечивает ему надежную базу для исследования окружения и благоприятствует развитию исследовательской компетенции, любознательности и готовности активно и с удовольствием сотрудничать с другими людьми в проблемных ситуациях.

Дети в раннем возрасте очень болезненно переживают моменты своей жизни, когда им приходится общаться с плохо знакомыми для него людьми. И если к воспитателю, с которым он вынужден общаться каждый день по несколько часов, не сразу, но привыкает и начинает ему понемногу доверять, то к руководителю физического воспитания, с которым он встречается три раза в неделю и взаимодействует с ним всего 15-20 минут, ему привыкнуть и наладить доверительные отношения ещё труднее. В связи с этим, родитель выступает как человек который является посредником между педагогом и ребёнком, способный разрешить различного рода ситуации, в которых ребёнок демонстрирует нежелание выполнять предложенное задание по причинам известным только ему (стесняется преподавателя, боится что не получится и т. п.), а поделиться этим он может только с родным для него человеком. Родитель в таком случае может выслушать опасения, сомнения ребёнка или догадается сам, в чём причина такого поведения и, не мешая педагогическому процессу, заняться разрешением этой проблемы.

Многие исследователи (Р. Кемпбелл, 1992; Н.А. Баранова, 1993; О.Г. Лопатина, 1993; М.Н. Попова, 1995) убеждены, что совершенно особое место в непосредственно-эмоциональном общении матери и ребенка занимает физический контакт. По-видимому, физический контакт ребенка с матерью является непосредственным каналом передачи положительных и отрицательных эмоций, идущих от матери. М.И. Лисина (1997), ссылаясь на мнение ряда учёных, пишет, что внимание взрослого – это положительное социальное подкрепление, а его отмена ведёт к развитию торможения выработанного ранее с его помощью условного рефлекса. Ребёнок постоянно нуждается в эмоциональном подкреплении и в тот момент, когда у него получается какое либо действие он начинает искать глазами взрослого что бы разделить с ним радость победы и получить ответ, который будет дальнейшим стимулом для достижения новых побед. Но очень часто педагогу не удаётся разделить радость с каждым ребёнком, и не исключено что у некоторых детей из-за этого понижается интерес к занятию. Благодаря тому, что ребёнок видит как за него рад не просто взрослый человек, а его собственный родитель то и стимул к выполнению упражнений будет намного выше. К тому же Н.М. Аскарина (1977), ссылаясь на М.И. Лисину, утверждает, что именно в этот период начинает складываться новообразование, называемое «гордостью за собственные достижения». И где как ни на занятиях физического воспитания ребёнку необходима поддержка родного человека.

К концу 2-го – началу 3-го года жизни, обращает внимание Г.А. Урунтаева (1996), ребёнок

сам ставит перед собой задачу, но решать её без помощи взрослого он ещё не может: взрослый помогает удерживать цель, выполнять действие, контролировать и оценивать деятельность малыша.

Это одна из самых главных функций родителей на дополнительных занятиях по физическому воспитанию, ведь при работе с детьми раннего возраста очень часто необходимо осуществлять страховку или помощь во время выполнения ими физических упражнений. На традиционном занятии присутствуют только воспитатель и специалист по физическому воспитанию, а количество детей иногда достигает 10 человек. В этой ситуации приходится либо отказываться от изучаемого элемента, либо терять время и внимание детей.

Благодаря присутствию родителей на занятии каждый ребёнок обеспечен страховкой, а при необходимости и помощью.

На занятии могут возникать различного рода ссоры между детьми. Не смотря на то, что они, как правило, не серьёзные, педагог должны отвлекаться на этот инцидент. При постоянном контроле родителей за своими детьми, конфликты, которые могут возникнуть между детьми, сводятся к нулю. Родитель личным примером пропагандирует здоровый образ жизни.

Г.А. Урунтаева (1996) отмечает, что ситуативно-деловая форма общения захватывает период с 2-3 лет и разворачивается в процессе совместных со взрослым манипулятивных действий и удовлетворяет новую потребность малыша - в сотрудничестве. Ребёнку недостаточно доброжелательного внимания. Ему необходимо, что бы взрослый имел отношение к тому, чем занимается малыш, и участвовал в этом процессе. На первый план выступают деловые мотивы. А взрослый рассматривается младенцем как эксперт, образец, помощник, участник и организатор совместных действий.

Н.М. Аскарина (1977), М. Кистяковская (1988) отмечают, что дети 2-3 лет получают огромное удовольствие от овладения разными движениями, особенно если в этих движениях ребенок чувствует поддержку и защиту взрослого. Родитель своим присутствием вселяет уверенность в ребёнка, которой порой ему так не хватает. Ведь ребёнку не страшны ошибки и неудачи, если он знает, что всегда будет принят и понят своим партнёром-родителем.

* * *

ПОДГОТОВКА СТУДЕНТОВ ПО ПЛАВАНИЮ В РАМКАХ ОБРАЗОВАТЕЛЬНОЙ ПРОГРАММЫ «ФИЗИЧЕСКАЯ КУЛЬТУРА ДЕТЕЙ ДОШКОЛЬНОГО ВОЗРАСТА»

М.В. Дядичева, Л.И. Иванов

В связи с открытием на факультете физической культуры РГПУ им. А.И. Герцена профиля «Физическая культура детей дошкольного возраста» возникла необходимость пересмотра содержания дисциплины «Плавание» в профессиональной подготовке студентов. Выпускники кафедры спортивных дисциплин, обучающиеся по новому профилю, должны освоить за период обучения особенности преподавания дисциплины «Плавание» для детей дошкольного возраста.

Программа учебной дисциплины «Базовые физкультурно-спортивные виды» по направлению 540600 «Педагогика» профиля 540611 «Физическая культура детей дошкольного возраста» предусматривает изучения студентами дневной формы обучения на I курсе в I и II семестрах – 66 часов (из них 14 часов – лекционные; 52 часа – практические) и на III курсе в V семестре – 54 часа (из них 10 часов – лекционные и 44 – практические). Всего 120 часов обучения.

Целью изучения программы по плаванию дисциплины «Базовые физкультурно-спортивные

виды» является ознакомление студентов с реализацией основных положений теории и методики преподавания плавания при работе с детьми; формирования умений обучения детей базовым физкультурно-спортивным видам в общеобразовательных учреждениях.

Задачами дисциплины являются:

- формирование у студентов представления об особенностях организации и проведения занятий по плаванию с детьми в образовательных учреждениях в зависимости от возрастных особенностей и уровня физической подготовленности;
- формирование знаний основ средств обучения плаванию детей разных возрастных групп;
- формирование умения подбора средств плавания для решения различных задач образования дошкольников младшего, среднего и старшего возраста;
- формирование методической готовности студентов к осуществлению процесса физического совершенствованию детей разных возрастных групп средствами плавания;
- формирование умения анализа состояния учебного процесса по плаванию в конкретном дошкольном учреждении и определения путей его совершенствования;
- формирование у студентов навыков управления группой занимающихся в процессе занятий по плаванию.

Принципы отбора содержания и организации учебного материала основаны на соответствии содержания дисциплины современным представлениям о плавании как базовом виде физкультурно-спортивной деятельности, как жизненно важном для ребенка виде физической деятельности, обеспечивающей гармоничное развитие его организма.

Реализация творческой и методической подготовки студентов по дисциплине «Плавание» осуществляется на основе взаимосвязи с содержанием курса «Теория и методика физической культуры детей дошкольного возраста» с другими дисциплинами профильной подготовки. Овладение методикой преподавания плавания происходит на основе формирования профессионально-педагогических умений в течение всего периода обучения по дисциплине.

Дисциплина «Плавание» включает тематику теоретического, практического, и контрольного учебного материала, реализуемого в различных формах организации учебного процесса и направлена на формирование у студентов профессиональной компетентности и готовности к преподаванию плавания. Содержание программы включает систему знаний по теории и методике преподавания плавания, которое условно можно разделить на три основных блока:

I блок (I курс, I семестр) – «Плавание как вид спорта», предусматривает ознакомление с плаванием как жизненно-необходимым навыком; плаванием, как составляющей частью общей физической культуры; плаванием, как средством гармоничного развития человека; основы тренировочной и соревновательной деятельности; общие основы спортивного и прикладного плавания.

II блок (I курс, II семестр) – «Обучение плаванию детей школьного возраста» включает основы научно-методического изучения техники спортивного и прикладного плавания; методы и принципы тренировки.

III блок (III курс, V семестр) – «Особенности обучения плаванию детей дошкольного возраста» направлен на изучение особенностей обучения и методики преподавания плавания детям дошкольного возраста (ясли, детские сады и т.п.) с учетом возрастных особенностей детского организма; с учетом различных типов бассейнов (мелкие, глубокие и т.п.) и задач обучения плаванию, а также рассматриваются особенности рекреационной деятельности, включающие праздники и организацию досуга на воде (с применением различных игр и эстафет); популярные сегодня виды плавания (аквааэробика, основы синхронного плавания и водного поло).

Содержание курса распределяется, главным образом, между лекционными и практическими занятиями. В лекционном курсе закладываются основы научных знаний в области плавания, формируется фундамент для последующего усвоения студентами учебного материала. Практические занятия предусматривают изучение и выполнения упражнений с целью овладения навыками обучения детей плаванию.

Текущая аттестация качества усвоения знаний предполагает проведение контроля и оцени-

вание результатов учебной деятельности студентов по формированию умений преподавания плавания; специальной двигательной подготовленности в плавании; организации и судейству соревнований и праздников на воде. Итоговая аттестация по дисциплине проводится в форме зачета на III курсе обучения в V семестре. Зачет выставляется при условии выполнения всех индивидуальных практических заданий.

* * *

АНАЛИЗ ОБЪЕМА ЗНАНИЙ СТУДЕНТОВ О ЗДОРОВОМ ОБРАЗЕ ЖИЗНИ

М.Л. Журавин, И.В. Соколова

Социально-экономическая нестабильность, падение жизненного уровня населения России резко снижает возможности ведения полноценного и здорового образа жизни. По данным социологических исследований 80% студенческой молодежи вузов страны отнесены к специальной медицинской группе. Специалисты в области здравоохранения прогнозируют, что через пять лет число больных молодых людей в стране может составить 95%.

В связи с этим решение проблемы здорового образа жизни и здоровья молодежи в настоящее время является чрезвычайно актуальной.

Проблема формирования здорового образа жизни привлекала пристальное внимание философов, социологов, медиков, психологов и педагогов. Анализируя данную категорию, многие авторы выделяют широкий спектр компонентов объективного и субъективного характера: материальное благополучие и соблюдение гигиенических норм, жизненные условия и отказ от вредных привычек и др.

Обобщая информационные данные научно-методической литературы и результаты опроса специалистов нами были выявлены основные критерии здорового образа жизни: занятия физической культурой и спортом, соблюдение правил личной и общественной гигиены, рациональное проведение свободного времени, правильное и полноценное питание, отсутствие вредных для здоровья привычек, соблюдение режима дня, использование естественных сил природы, закаливание, использование положительных эмоций, активный отдых, взаимоотношения между людьми, социальная активность, полноценный сон, реализация физической культуры в повседневной деятельности.

Вышеперечисленные показатели представляют различные сферы жизнедеятельности человека и подтверждают тот факт, что здоровый образ жизни – это не узко профилирующее понятие, рассматриваемое в пределах отдельных компонентов, а более широкое, комплексное явление.

Результаты опроса подтвердили имеющиеся данные в научной и методической литературе о том, что здоровый образ жизни охватывает показатели учебной, трудовой, общественной, семейно-бытовой деятельности и сферу досуга. Среди них приоритетное значение имеют занятия физической культурой. В этой связи именно физическому воспитанию отводится одна из ведущих ролей в формировании здорового образа жизни.

В современных условиях особое внимание приобретает формирование здорового образа жизни молодого человека. Студенты в процессе анкетирования отвечали на два вопроса: 1) перечислите основные требования здорового образа жизни; 2) соблюдаете ли Вы эти требования в повседневной жизни.

Анализ знаний студентами вышеперечисленных показателей здорового образа жизни показал следующее: высокий уровень знаний имеют лишь 5% респондентов, средний уровень –

82% опрошенных лиц, низкий уровень – 13%. Таким образом, фактическое большинство студентов не имеют полного представления об основных критериях здорового образа жизни.

На вопрос о соблюдении требований здорового образа жизни – 61% ответили положительно, а 39% - отрицательно. Анализируя степень компетентности студентов о понимании здорового образа жизни и его соблюдении отмечается, что чем большим объемом знаний о здоровом образе жизни обладают студенты, тем более критически они относятся к его соблюдению.

Полученные результаты свидетельствуют о наличии отрицательной взаимосвязи между этими показателями (коэффициент ассоциации двух качественных переменных по Юлу (Q) равен (- 0,723).

Таким образом, студенческая аудитория не обладает достаточными знаниями о здоровом образе жизни, суждения о нем являются поверхностными, фрагментарными. Это свидетельствует об их низкой образованности и естественно отражается на их поведении, образе жизни и здоровье.

* * *

СОЦИАЛЬНАЯ ЦЕННОСТЬ ЗДОРОВОГО ОБРАЗА ЖИЗНИ

М.Л. Журавин, И.В. Соколова

Здоровый образ жизни связан с личностно-мотивационной реализацией индивидами своих социальных, психологических, физических возможностей и способностей. В основу его формирования авторами рекомендуются ряд положений, которые заслуживают внимания: человек, как деятельное существо сочетает в себе единое целое биологических и социальных характеристик; здоровый образ жизни способствует полноценному выполнению социальных функций и включает в себя возможность предупреждения заболеваний.

Формирование здорового образа жизни – единый системный процесс, охватывающий множество компонентов образа жизни современного общества и включающий основные сферы и направления жизнедеятельности людей. Категория «здоровый образ жизни» формируется в определенных условиях, под воздействием следующих факторов: внешних (социальная среда, материальные, природные, бытовые условия; уровень культуры; микро и макро среда) и внутренних (потребностно-мотивационная сфера, ценностные ориентации, самооценка, индивидуальные свойства и особенности человека (Виленский М.Я., 1996).

Здоровый образ жизни возникает как отражение жизнедеятельности человека, его опыта и воспитания в определенных условиях микро и макро среды. Он является совокупностью форм и способов повседневной культурной жизнедеятельности личности, объединяющей нормы, ценности, смысл регулируемой им деятельности, ее результаты.

М.Я. Виленский выделяет содержательные и структурные компоненты здорового образа жизни: целевой, содержательно-операционный, мотивационно-ценностный, программно-ориентированный, деятельностный и оценочный. На основе этих компонентов возможно разработать комплекс воздействий для получения личностно и социально значимого эффекта в формировании здорового образа жизни. В качестве уровней сформированности и практического применения здорового образа жизни М.Я. Виленский называет: наличие системы знаний и практических умений о здоровом образе жизни и отношение к нему.

Сегодня особое значение приобретает формирование здорового образа жизни молодежи. От того насколько успешно удастся сформулировать и закрепить в сознании навыки здорового образа жизни в молодом возрасте, зависит и последующий образ жизни людей, препятствующий или способствующий развитию потенциала личности. Здоровый образ жизни нельзя приобрести раз и навсегда на каком-то этапе воспитания и развития человека. Образ жизни может

быть здоровым только тогда, когда он развивается, дополняется полезными для здоровья привычками, элементами и постоянно совершенствуется. Поэтому здоровому образу жизни надо постоянно учиться, а значит ему надо постоянно учить.

Здоровый образ жизни, как условие и предпосылка социальной активности человека, полностью выражения его духовных и физических сил, продуктивного долголетия предполагает целенаправленное формирование его сознания и поведения, соответствующих требованиям здоровья. Одно из центральных направлений формирования здорового образа жизни – это воспитание сознательного, активного отношения к своему здоровью. Сложность решения поставленной задачи состоит в том, что здоровый образ жизни – производное многих составляющих в их диалектической взаимосвязи. Его необходимо формировать в неразрывном единстве с системой воспитания в целом, во взаимосвязи со структурой целостной личности, в полном соответствии с ее реальными возможностями.

Только правильная организация, идейно-одухотворенная деятельность с социально-значимыми мотивами оказывает эффективное влияние на формирование здорового образа жизни. Одним из важнейших социальных факторов формирования образа жизни вообще и здорового образа жизни в частности, выступает физическая культура и массовый спорт.

* * *

ФОРМИРОВАНИЕ ПРОФЕССИОНАЛЬНО-ПЕДАГОГИЧЕСКИХ НАВЫКОВ ПРИМЕНЕНИЯ ИГРОВОГО МЕТОДА НА УРОКАХ ГИМНАСТИКИ

О.В. Загрядская

Применение на уроках физической культуры подвижных игр, игрового метода издавна является общепризнанным способом повышения двигательной активности учащихся. За многие годы разработано огромное количество разнообразных игр, игровых приемов, сюжетных уроков, позволяющих сделать урок физической культуры не только познавательным, но и интересным.

Педагогический потенциал игры является предметом неисчерпаемых научных исследований. Многими учёными отмечается роль игры в познании мира, развитии психических свойств, свойств интеллекта, в приобретении навыка общественных отношений и нравственного поведения, в формировании трудовых навыков и т.п. Развивающее и воспитывающее воздействие игровой деятельности настолько велико, что предоставляет широкие возможности для целенаправленного использования её в педагогическом процессе. Игра может выступать не только в качестве средства нравственного воспитания и физической подготовки, но и являться методом развития и обучения.

Весьма актуальным является вопрос применения игрового метода в учебном процессе по гимнастике. Специфичность гимнастических упражнений предъявляет к физической и психической подготовленности учащихся особые требования. Многие гимнастические упражнения для занимающихся являются совершенно новыми формами согласования движений. Кроме того, обучение этим движениям связано с требованием выполнять упражнения в гимнастическом стиле. Все это для большинства учащихся не привычно и сложно, и поэтому зачастую основано на проявлении значительных волевых усилий. Возникающее при этом состояние психической напряженности ухудшает внимание и работоспособность занимающихся, вызывает утомление. Использование игрового метода, напротив, позволяет активизировать деятельность учащихся. Эмоциональность игровых ситуаций снижает психическое напряжение, способствует максимальному проявлению физических и духовных сил.

Проведённые исследования показывают, что абсолютное большинство специалистов признают эффективность игровой деятельности в педагогическом процессе по физической культуре. Однако на уроках с гимнастической направленностью игры используются неоправданно мало.

В большинстве наблюдаемых случаев, игры организуются в конце основной части урока и составляют 1,4-1,5% времени всего урока, при этом, игры чаще всего используются с целью эмоциональной разрядки и развития двигательных способностей.

Игровой арсенал учителей отличается небольшим объемом и однообразием. Содержание игр, как правило, не связано со спецификой гимнастических упражнений и не отражает структуры и содержания изучаемого на уроке материала.

Как отмечают многие специалисты, использование игрового метода на уроках гимнастики затруднено рядом причин, среди которых недостаток научно-методической литературы; отсутствие игрового материала для уроков с гимнастической направленностью; малое внимание к данному вопросу при подготовке специалистов в вузе.

Таким образом, несмотря на широкие возможности игрового метода в учебном процессе, на уроках с гимнастической направленностью он применяется недостаточно. Причиной этого является недостаточное владение специалистами технологией организации педагогического процесса с использованием игры.

Для создания определённого уровня знаний студентов по игровому методу обучения необходимо включить в практический и теоретический разделы дисциплины «Гимнастика» ряд специальных учебных тем.

Новое содержание программы должно включать формирование следующих знаний:

1. Возможности игрового метода в педагогическом процессе по гимнастике.
2. Особенности применения игрового метода в структуре урока по гимнастике.
3. Методические особенности организации и проведения игр на уроках гимнастики.
4. Использование игровых средств для решения оздоровительных, образовательных и воспитательных задач.
5. Использование игрового метода на занятиях с детьми разного возраста.
6. Игровые средства для уроков физической культуры и секционных занятий по гимнастике.

На теоретических занятиях сообщаются сведения о значении игровой деятельности в педагогическом процессе, об особенностях игрового метода и способах его реализации на уроках с гимнастической направленностью, раскрываются правила подбора и систематизации игровых средств в связи с различными задачами урока. При этом особенно важным является формирование умения самостоятельно моделировать систему игровых средств, направленную на овладение учебным материалом по гимнастике. Данная система должна включать серию взаимосвязанных уроков, целью которых является решение определённых педагогических задач.

На практических занятиях студенты получают дополнительный материал по применению игрового метода и реализуют полученные знания в условиях учебной практики, при выполнении педагогических заданий. Кроме того, на этих занятиях учащиеся приобретают обширный запас игрового материала для уроков с гимнастической направленностью.

Таким образом, формирование профессионально-педагогических навыков применения игрового метода при обучении гимнастическим упражнениям позволит повысить эффективность подготовки студентов к практической деятельности педагога физической культуры и спорта, а так же будет способствовать формированию нового подхода к преподаванию гимнастики.

* * *

ЭМОЦИОНАЛЬНОЕ СОСТОЯНИЕ ДЕВУШЕК (12-15 ЛЕТ)

Н.В. Казакевич, А.В. Строганов

Средствами физической культуры и спорта решаются задачи развития у детей внутренней потребности быть культурными, всесторонне развитыми, ведущими здоровый образ жизни.

За годы учебы происходит становление личности школьника, раскрытие и развитие способностей, воспитание интереса к овладению новыми знаниями, умениями и навыками. Все это в полной мере относится и к педагогическому процессу в области физической культуры, посредством которого у ребенка формируется интерес к занятиям, физическим упражнениям, закладываются основы здоровья. Для этого необходим грамотный подбор новых средств, физической нагрузки и применения разнообразных методов, позволяющих обеспечить оптимальный двигательный режим школьников с направленным результативным эффектом.

В наше время в системе физического воспитания подростков встал вопрос о методах физического развития применяемых на уроках физической культуры в отношении учащихся. Проблема возникла в результате неучтенности интересов обоих полов занимающихся, их возрастных особенностей и потребностей. Результатом явилось падение интереса к посещению уроков физической культуры.

Совершенно ясно, что в период полового созревания, у девочек 13-14 лет, у мальчиков 14-15 лет, – самый трудный возраст. В это время у подростков наблюдается неуравновешенность нервных процессов, быстрая утомляемость нервных клеток и поэтому часто кажущаяся немотивированной быстрая смена настроений и поведения. В период полового созревания резко нарушается характерное для младшего школьного возраста внутреннее равновесие организма; увеличивается и стремится к бурному выявлению жизненная энергия подростков, возникают половые влечения, интерес к сексуальным вопросам. В этом, так называемом переходном, периоде учащиеся среднего школьного возраста нуждаются в особо внимательном педагогическом руководстве воспитателей, в направлении их быстро растущей энергии на серьезные интеллектуальные интересы, занятия искусством, спортом и т.д.

При отсутствии такого педагогического влияния и руководства половые влечения у подростков могут принять вредные для их здоровья и психики формы. Потребности, вызванные физическим и психическим развитием, побуждают подростка к подвижности и разнообразной деятельности, к острым ощущениям и приятным переживаниям. В результате резко увеличившегося потока информации из множества страт: семьи, школы, друзей и т.д., подросток, как губка, впитывает в себя обилие ярких впечатлений, хотя его мозг еще не в состоянии переработать необъятную для него информацию. Возникает множество противоречий с окружающим и с самим собой. Основное – противоречие между быстро возрастающими физическими, нравственными и материальными потребностями, порождающими обилие желаний, и весьма ограниченными, во многом недостаточными возможностями их удовлетворения. Несоответствие между потребностями и возможностями создает противоречие между подростком и воспитателями (родителями, учителями и другими наставниками) в отношении его поведения и деятельности.

На уроках физической культуры этот конфликт возникает чаще всего из-за неудовлетворенности потребности к самовыражению, саморазвитию, в частности, у девушек, чьи интересы резко меняются: хочется быть стройной, красивой, пластичной, хорошо двигаться, то есть нравиться окружающим, чувствовать себя индивидуальной, взрослой девушкой. Уроки физической культуры имеют направленность на развитие двигательных качеств и не могут удовлетворить потребность девушки – подростка, следствием чего является потеря интереса и желания заниматься физической культурой в том виде, в котором она преподается в школах. Возникает, как часть этого общего явления, конфликт между «надо» и «хочу». Нейтрализовать этот конфликт, можно путем изменения формы проведения урока и его направленность, с учетом психологических и физиологических особенностей присущих девочкам – подросткам данного

возраста. Средством для решения данной задачи можно использовать ритмическую гимнастику (сочетающую в себе все оздоровительные и развивающие факторы физической культуры, а также, удовлетворяющие потребности девушек-подростков).

* * *

ОСОБЕННОСТИ СОДЕРЖАНИЯ ЗАНЯТИЙ ПО ФИЗИЧЕСКОМУ ВОСПИТАНИЮ С ДЕТЬМИ, ИМЕЮЩИМИ РЕЧЕВУЮ ПАТОЛОГИЮ

***Т.В. Калина, Н.Л. Умнякова, Н.Е. Хиленко, Е.А. Чугина,
Н. Кузьмичева, Л.Н. Шишина***

У детей с речевой патологией наблюдаются нарушения психической деятельности в виде повышенной эмоциональной возбудимости и истощаемости нервной системы, неустойчивого внимания, быстрого умственного утомления, частой сменой настроения. Наряду с общей соматической ослабленностью у детей-логопатов наблюдается задержка моторного развития, выражающаяся, в частности, в плохой координации движений, снижении ловкости и скорости выполнения движений, нарушении последовательности элементов действия, в слабом развитии чувства ритма. Как правило у таких детей отмечаются нарушения в развитии мелкой моторики.

В настоящее время в программах по физическому воспитанию дошкольников не учитываются специфика двигательных возможностей детей с нарушениями речи.

Анализ опыта работы руководителей по физическому воспитанию с детьми, имеющими речевые нарушения в условиях ДОО позволил выработать некоторые рекомендации по изменению структуры и содержанию занятий по физическому воспитанию в ДОО.

В силу определенных психофизиологических особенностей детей с нарушениями речи, повышенной эмоциональной возбудимости, быстрой утомляемости организма ребенка большая часть времени (по сравнению с работой в обычных группах) отводится на вводную и заключительную части занятий (в обычных группах – 4-6 минут, в речевых группах – 5-7 минут). Детям-логопатам требуется больше времени для перехода от возбужденного состояния организма и психики, вызванного высокой двигательной активностью, в оптимальное состояние для осуществления других видов деятельности, а также для организации и объяснения заданий (замедленность темпа мыслительных процессов и несформированность понятий).

В заключительной части занятия по физическому воспитанию, в первую очередь необходимо решать следующие задачи:

1. Содействовать снижению психоэмоционального возбуждения ребенка и подготовке его к другим видам деятельности.

При работе с детьми-логопатами для решения этой задачи целесообразно применять: упражнения, игры, этюды на развитие телесных ощущений, связанных с напряжением и расслаблением отдельных групп мышц. Это учит ребенка дифференцировать движение, контролировать мышечное усилие, способствует формированию реципрокных связей мышц антогонистов и синергистов, что, в конечном счете, улучшает координацию движений. Для снятия чрезмерного эмоционального и мышечного напряжения рекомендуется применять различные релаксационные упражнения.

2. Способствовать активизации речедвигательных центров, памяти, внимания через развитие мелкой моторики.

3. Способствовать развитию подражательной деятельности ребенка, обогащать его мимику, жесты и учить адекватно выражать эмоции.

4. Содействовать профилактике и коррекции нарушений опорно-двигательного аппарата.

(Первая, из указанных задач, специфична именно для заключительной части занятия. Решению трех других целесообразно уделять внимание во всех частях занятия, в том числе и в заключительной).

Необходимо обращать внимание на то, чтобы различные сюжетно-ролевые игры и этюды, применяемые в этой части занятия, способствовали развитию навыков самостоятельных действий, эмоциональной экспрессии, раскрепощенности и творчества в движениях.

Исходя из специфичности задач, решаемых в ходе заключительной части занятия по физической воспитанию с детьми имеющими нарушения речи, определяются и средства их решения:

1. Упражнения для развития и коррекции функций дыхательного аппарата.
2. Упражнения для развития и коррекции мелкой моторики рук без предметов и с предметами.
3. Упражнения для обучения релаксации.
4. Упражнения и игры малой подвижности, способствующие коррекции опорно-двигательного аппарата и формированию осанки.
5. Психогимнастика, включающая: 1) креативную гимнастику; 2) упражнения и этюды для развития функциональных возможностей мышц, участвующих в мимике лица, губ, языка; 3) самомассаж; 4) тактильные упражнения на снятие тревожности и др.
6. Ритмические упражнения.

Содержание занятий реализуется поэтапно в соответствии с уровнем физического и психического состояния детей-логопатов:

I этап – адаптационный (1-3 месяца): в данный период (в зависимости от пола, возраста, диагноза, физической подготовленности) заключительная часть занятия проводится в игровой форме, игры на установление контакта между детьми, между взрослым и ребенком, игры для коррекции негативных поведенческих проявлений. При этом у детей формируется целенаправленное внимание к командам педагога и четкое их выполнения.

II этап – основной (3-4 месяца): направленное воздействие на обучение правильному умению и навыку дыхания (речевого, смешанно-диафрагмального), мелкой моторики, коррекции тонуса мышц и т.д.

III этап – вариативный (2-3 месяца): совершенствование сформированных умений и навыков, индивидуализация и креативность выполнения упражнений.

* * *

РАЗВИТИЕ ЗРИТЕЛЬНОЙ ПАМЯТИ И ОБЪЕМА ВНИМАНИЯ СТУДЕНТОВ ПЕДАГОГИЧЕСКОГО ВУЗА ПРИ ЗАНЯТИЯХ ШАХМАТАМИ

Вяч. И. Кравченко

В настоящее время повышаются требования общества к профессионально значимым качествам личности учителя. Более сильно выраженными становятся противоречия между социальным заказом общества к уровню подготовки педагога и фактической готовностью выпускников педагогических вузов к выполнению профессиональной деятельности (Г.Н. Попова, 2000).

Содержание и уровень высшего образования требуют поиска новых основ профессиональной подготовки, что позволяет ей войти в число приоритетных научных направлений высшей школы (Адольф В.А., 1998).

Актуальной становится проблема совершенствования процесса подготовки учителей различных специальностей, направленного на повышение их общеобразовательного и культурного уровня и формирование профессионально значимых качеств.

Особенно сильно взаимное влияние личностных свойств и психических функций проявляется на этапе онтогенеза, когда завершается формирование взрослого человека. Следовательно, период обучения студентов в вузе является сенситивным (чувствительным) к целенаправленному развитию профессионально значимых качеств (Мухамедалиев Абдували, 1980).

Ряд качеств необходимых для студентов педагогического вуза, среди которых важное место занимают зрительная память и объем внимания, развивается при занятиях шахматами.

В процессе шахматной игровой деятельности, занимающиеся студенты, постоянно просчитывают комбинации, варианты передвижения фигур, их будущее положение и сравнивают сложившуюся на доске позицию с той, что была ранее. Успешность этих мыслительных операций зависит от многих качеств, в том числе и от уровня развития зрительной памяти и объема внимания.

Хороший шахматист способен не только по памяти расставить на доске отложенную позицию, задачу, этюд, но даже показать целую партию, свою или известных мастеров. Но начинающие не могут совершать подобные действия. Тем не менее, в ходе обучения игре у них развиваются данные способности, и процесс этот имеет неравномерный характер. Возникает проблема оценки развитости качеств, вырабатываемых при игре в шахматы. Комплексное их сочетание формирует уровень игры, эталонным показателем которого является спортивный разряд. А вот измерить и выявить количественный показатель отдельного качества довольно трудно.

Для оценки зрительной памяти и объема внимания у студентов, занимающихся в шахматной секции РГПУ им. А.И. Герцена, используются следующие тестовые задания. На доске (обычной или демонстрационной) расставляется в произвольном порядке определенное количество фигур, например 3 белых и 3 черных. Затем к доске подходит шахматист, и старается запомнить расположение фигур за отведенное ему время (60, 50, 40 секунд). По истечении времени тестируемый студент расставляет по памяти на другой доске фигуры. После этого расставленная позиция сравнивается с оригинальной, подсчитывается количество правильно поставленных фигур и число ошибок. Данное упражнение усложняется несколькими способами. Сначала увеличивается число фигур на доске – с 6 до 7, 8, затем до 9, 10. Когда студент безошибочно расставляет позицию, сокращается время на ее запоминание с 60 секунд до 50, потом до 40. Узкая дифференциация заданий позволяет точнее определить объем внимания и быстроту зрительной памяти. Данное качество помогает быстрее оценивать ситуацию и принимать решение не только в шахматной партии, но и в жизненных ситуациях, в том числе и в педагогической практике.

Приведенное выше задание является частью системы специальных модулей (композиций, этюдов, упражнений, задач), которые входят в программу обучения шахматам, направленную на формирование профессионально значимых качеств у студентов педагогического вуза.

* * *

СПОРТИВНЫЕ И ПОДВИЖНЫЕ ИГРЫ КАК СРЕДСТВО ФИЗИЧЕСКОГО РАЗВИТИЯ ЛИЦ С ОГРАНИЧЕННЫМИ ВОЗМОЖНОСТЯМИ

С.А. Луценко

В общем плане игра представляет собой исторически сложившееся средство воспитания. Одна и та же игра, периодически повторяемая, проходит по-новому и таит в себе много не-

ожиданностей. П.Ф. Лесгафт, основоположник научной системы физического воспитания, подчёркивал, что игра, в отличие от строго регламентируемых движений, всегда связана с инициативным моментом решения двигательных задач. Это имеет притягательную силу для её участников. Например, среди детей, как установили социологи, она стоит на высшей ступени их интереса. С ней ничто не может соперничать. Это обусловлено тем, что игра не только удовлетворяет естественные потребности в движениях, но и является прекрасным средством самоутверждения.

Однако ценность спортивных и подвижных игр заключается не только в воздействии на моторную функцию человека, но и на его психическую и эмоциональную сферы. В результате этого у человека воспитывается воля и упорство, инициатива и находчивость, смелость и решительность. Важно и то, что через игру формируется коллективизм, чувство локтя, согласованность в действиях, взаимовыручка и взаимопомощь.

Кроме того, чередование работы относительно высокой интенсивности с паузами для отдыха и их эмоциональная направленность позволяют играющим выполнять большой объём работы, что значительно устраняет дефицит их двигательной активности и, следовательно, оказывает благотворное влияние на функциональное состояние организма, в первую очередь, на сердечно-сосудистую и дыхательную системы.

Выбор игры зависит от ряда факторов, но главным образом от тех педагогических задач, которые ставятся перед ней. Необходимо чётко себе представлять, что занимающиеся могут и что не в их силах. Большое значение имеет и количественный состав играющих (отдельных личностей или команд), их возраст, физическое и психическое состояние, а также техническая оснащённость.

Значительное место спортивные и подвижные игры занимают и в системе физического воспитания лиц с ограниченными возможностями (в нашей стране их называют инвалидами), так как они помимо положительного влияния на функциональное состояние их организма и физическое развитие благотворно воздействуют и на психику, что очень важно в данном случае.

Мобилизуя их волю и интеллектуальные возможности игра возвращает людям с физическими и умственными недостатками уверенность в себе, чувство социальной полноценности, позволяет им более полно реализоваться в обществе. Кроме того, различные виды игр создают такой эмоциональный фон, который лавинообразно увеличивает возбудимость двигательных центров, находящихся в центральной нервной системе и имеющих связь с вегетативными центрами. Это позволяет создавать более сильную, чем при выполнении обычных физических упражнений, доминирующую систему и, следовательно, намного активнее заглушающую патологические импульсы из «болезненного очага» или значительно их ослабляющая. Особое значение данное явление имеет при наличии у инвалидов сопутствующих заболеваний в период их лечения и реабилитации.

В настоящее время проблема инвалидности – одна из серьёзнейших проблем человечества. Помимо врождённых аномалий, многие люди становятся недееспособными под воздействием других причин. Например, в результате бытовых увечий (ежегодно в мире около 20 млн. человек получают бытовые увечья), и ранений (подчас серьёзных) в результате ДТП (таких почти 10 млн. чел.). И эти показатели постоянно увеличиваются. Поэтому от того найдут ли эти люди своё достойное место в жизни, будет зависеть их благополучие, их будущее, а значит и общества в целом.

В Российской Федерации свыше 10 млн. инвалидов и также отмечается тенденция к их росту. Так за период с 1987г. по 1997г. число только детей с умственными и физическими недостатками увеличилось более чем в 2 раза. С 1996г. по настоящее время общая заболеваемость, являющееся одной из причин возникновения хронических заболеваний и даже патологических изменений в организме, детей до 14 лет выросла на 14,5%, у подростков 15-17 лет - на 27,9%. Это привело к тому, что в 2001 году 70% выпускников средних школ имело 2-3 хронических заболевания.

Поэтому несколько лет назад в рамках реализации федеральной целевой программы «Дети-

инвалиды», являющейся составной частью президентской программы «Дети России», принята концепция оздоровительно-физкультурной работы среди детей с умственными и физическими ограничениями. Цель и назначение этой Концепции – разработка теоретических положений и определение основных направлений организационной, научно-методической и практической деятельности по совершенствованию системы социальной адаптации и всесторонней реабилитации детей инвалидов средствами и методами адаптивной физической культуры.

Одними из основных средств в адаптивной физической культуре выступают двигательные действия игрового характера (всевозможные эстафеты и композиции игрового характера, состоящие из упражнений различной направленности: ходьбы, бега, прыжков, метаний, переноске грузов и т.д.) и игры. Игры, используемые в физическом воспитании инвалидов по аналогии с играми, входящими в содержание физической культуры здоровых людей, условно можно разделить на две большие группы: спортивные и подвижные.

Спортивные игры – это определённые виды спорта, возникшие на базе подвижных игр и достигшие высокой степени совершенства. В спортивных играх технические приёмы и некоторые двигательные действия, выполняемые участниками игры, строго регламентированы или оговорены официальными правилами соревнований. К спортивным играм, которые используются в спортивно-оздоровительной работе инвалидов, относятся: волейбол (в том числе стоя и сидя – для инвалидов с ПОДА), баскетбол, баскетбол на колясках (для инвалидов с ПОДА), футбол, мини-футбол, теннис настольный, теннис на колясках, бадминтон, хоккей на полу, хоккей на протезах и некоторые другие.

Подвижные игры – разновидность игровой деятельности, основанная на применении простейших приёмов и двигательных действий. В подвижных играх её участники более свободны в выборе технических приёмов и двигательных действий в достижении результата. Особое место в перечне таких игр занимают подвижные игры, содержащие элементы спортивных игр, в первую очередь волейбола, баскетбола, футбола, так как по ним проводятся соревнования среди инвалидов. К ним относятся: пионербол, стритбол, зонный баскетбол и др.

Такие игры являются хорошим средством приобретения навыков игры и приобщения занимающихся к занятиям спортивными играми в процессе учебно-тренировочных занятий для последующего привлечения их к участию в соревнованиях. Например, специальный олимпийский комитет Санкт-Петербурга организует и проводит учебно-тренировочные занятия и соревнования по таким подвижным играм как «Пионербол» и «Стритбол». Для умственно отсталых с тяжёлой формой патологии в программу соревнований включают различные двигательные действия игрового характера, в том числе несложные технические приёмы из спортивных игр.

В заключении хотелось бы отметить, что использование спортивных и подвижных игр в спортивно-оздоровительной работе инвалидов, проведение по ним соревнований будет способствовать более быстрому их социальному восстановлению, позволит инвалиду ощутить себя полноправным членом общества, жить полноценной и насыщенной жизнью. А ни это ли является высшей наградой специалисту, работающему в сфере адаптивной физической культуры.

* * *

К ПРОБЛЕМЕ КОРРЕКЦИИ СПОРТИВНО-ЗНАЧИМЫХ КАЧЕСТВ СПОРТСМЕНОВ В КОМАНДНЫХ ВИДАХ СПОРТИВНЫХ ИГР

Е.А. Митин

Как показывают исследования по данной проблеме при проведении коррекционных мероприятий различают активные способы коррекции, направленные на повышение структурно-функциональных резервов организма и сохранение работоспособности человека: физическая и гипоксическая тренировки, гипербарическая оксигенация, фармакологическая коррекция и другие традиционные "пассивные": уменьшение влияния неблагоприятного фактора путем моделирования в тренировочном процессе условий соревновательной деятельности, выработки индивидуального стиля соревновательной деятельности; оптимизация режима труда, отдыха и питания. (В.И. Баландин, Р.Д. Дибнер, 1988; В.И. Баландин, А.Г. Щуров, 1988; В.С. Новиков с соавт., 1988 и др.)

Особое место среди исследований занимают работы, посвященные коррекции спортивно-значимых качеств спортсменов (В.И. Баландин, 1995, 1999, 2000, 2001; В.И. Баландин, П.В. Бундзен, 1999; В.И. Баландин, В.В. Загранцев, 1998; В.И. Баландин, Е.А. Митин, 2001; Е.А. Митин, 1983, 1984, 1986; Е.А. Митин с соавт., 2001 др.)

В наших исследованиях (В.И. Баландин, С.Н. Голустян, Е.А. Митин, 1984) была показана возможность коррекции спортивно-значимых психических качеств спортсменов волейбольных и баскетбольных юношеских команд. Исходя из полученных результатов многолетнего исследования, авторы усматривают возможность использования не только самого вида спорта для развития спортивно-значимых показателей, но целесообразность направленного их развития с помощью специально подобранных физических упражнений в интересах повышения спортивного мастерства.

В экспериментальном исследовании на волейбольных командах высшей лиги (Е.А. Митин, 1983, 1984, 1986) была разработана и экспериментально обоснована программа тренировочных средств и методов для коррекции недостаточно развитых у волейболистов психофизиологических, психомоторных и социально-психологических показателей, значимых для эффективной игровой деятельности. Весь объем тренировочных средств в программе коррекции подразделялся на три группы: упражнения без мяча и с мячом, направленные на развитие и совершенствование психических качеств: комбинированные упражнения, направленные на развитие и совершенствование комплекса спортивно-значимых качеств; упражнения технико-тактической направленности, учитывающие интенсивность и характер межличностных контактов всех игроков команды и возможный результат их взаимодействия. Причем специальные упражнения из программы включались в основное тренировочное занятие, в утреннюю и индивидуальную тренировки общим объемом 20-25% от средств одного тренировочного занятия. Анализ результатов данного исследования показал более высокий уровень развития психофизиологических (25,5%, $p < 0,01$) и психомоторных качеств (17,5%, $p < 0,01$) в экспериментальной группе по сравнению с контрольной группой (соответственно 9,1%, $p < 0,05$ и 6,2%, $p > 0,05$). Полученные данные позволяют сделать вывод о возможности оптимизации тренировочного процесса с направленным использованием специальных средств и методов для коррекции спортивно-важных психических качеств.

В исследованиях на баскетболистах команды мастеров "Пулково" нами (Е.А. Митин, А.А. Щемелев, А.И. Штейнбок, 2001) для коррекции недостаточно выраженных спортивно-значимых психических (эмоциональная устойчивость, тревожность, фрустрационная толерантность), психофизиологических (вестибулярная устойчивость, концентрация и переключаемость внимания, оперативное мышление), психомоторных (психомоторная координация) и характеристических качеств (мотивация, притязательность, волевая мобилизация) были разработаны и экспериментально проверены два специальных микроцикла (5-2 и 6-1) между турами соревновательного периода. Принципы подбора корректирующих упражнений в каждом микроцикле основывался на учете индивидуальных особенностей каждого спортсмена и составлял основу так называемого метода сопряженного воздействия, позволяющего развивать интересующие нас качества спортсменов и совершенствовать технико-тактическое мастерство игроков. Повторное обследование игроков перед "ударным" микроциклом показало достоверное ($p < 0,05$) улучшение качеств внимания, психомоторных показателей, мотивации достижения успеха,

уровня притязательности. Имели тенденцию к улучшению эмоциональная и вестибулярная устойчивость психомоторная координация.

На основе методических положений, разработанных нами в результате проведенной многолетней работы совместно с В.В. Головковым (2002), было проведено комплексное экспериментальное исследование алгоритма группового метода коррекции спортивно-значимых качеств квалифицированных мини-футболистов между турами соревновательного периода, который включал диагностику спортивно-значимых качеств, составление психолого-педагогических характеристик на каждого спортсмена с учетом сильных и слабых сторон в их подготовленности и компенсаторных возможностей организма спортсмена, представление исходной модели состояния команды, рекомендации по коррекции состояния в виде модельных микроциклов тренировок, поэтапный контроль кумулятивного эффекта корректирующих модельных микроциклов тренировочного процесса. Результаты экспериментального исследования подтвердили эффективность такого подхода.

Анализ проблемы и результаты собственных исследований показывают, что целенаправленная разработка и совершенствование средств и методов коррекции является в настоящее время одной из актуальных задач спортивной педагогики и психологии (В.И. Баландин, Е.А. Митин, 2001). При этом проблема должна решаться не только коррекцией недостаточно выраженных спортивно-значимых качеств, но и необходимостью пересмотра и отбора наиболее рациональных средств тренировки, определения их объема, соотношения и интенсивности как в отдельном тренировочном занятии, так и в микроциклах в целом.

Таким образом, коррекция в спорте на протяжении ряда лет рассматривается нами как действенный метод оптимизации недостаточно выраженных спортивно-значимых качеств с целью повышения соревновательной надежности и эффективности соревновательной деятельности отдельных спортсменов и спортивных команд (В.И. Баландин, С.Н. Голустян, Е.А. Митин, 1984; В.И. Баландин, П.В. Бундзен, 1998; В.И. Баландин, 200; В.И. Баландин Е.А. Митин, 2001; Е.А. Митин, 1984, 1986).

* * *

ИСПОЛЬЗОВАНИЕ СПЕЦИАЛЬНЫХ УПРАЖНЕНИЙ ДЛЯ КОРРЕКЦИИ У БАСКЕТБОЛИСТОВ СПОРТИВНО-ЗНАЧИМЫХ КАЧЕСТВ В МЕЖТУРОВЫХ МИКРОЦИКЛАХ СОРЕВНОВАТЕЛЬНОГО ПЕРИОДА

Е.А. Митин, А.А. Щемелев

Анализ литературы по спортивным играм показывает, что внимание исследователей направлено на изучение путей управления тренировочным процессом на основе анализа динамики психических функций спортсменов. (С.Г. Башкин, 1975; В.Ф. Марушко, 1982; А.Н. Перепелов, 1971; А.С. Шигаев, 1977 и др.), учета их индивидуально - психологических особенностей (М.С. Полишкис, 1977; А.В. Родионов, 1976, 2002 и др.), применения специальных упражнений для развития и совершенствования отдельных психических функций и психофизиологических качеств, улучшающих технико-тактические действия (М.С. Бриль, К.С. Карягдыев, 1981; В.В. Медведев, 1970; Е.А. Митин, 1986 и др.) Работы данных авторов вносят определенный вклад в совершенствование тренировочного процесса в спортивных играх, однако постановка изучаемых вопросов имеет несколько обобщенный характер. Вместе с тем изучение возможности применения специальных упражнений в тренировочном процессе для коррекции спортивно – важных психомоторных и психофизиологических качеств спортсменов высшей квалификации в период подготовки к ответственным соревнованиям имеет важное значение (Е.А. Митин, 1984).

Целью работы является исследование возможности применения специальных упражнений для коррекции психомоторных и психофизиологических качеств баскетболистов в микроциклах между турами соревновательного периода.

В экспериментальном исследовании участвовали баскетболисты из команды мастеров первой лиги в количестве 14 игроков (2 мастера спорта, 6 кандидатов в мастера спорта, 6 перворазрядников). Возраст спортсменов был от 17 до 21 года.

На первом этапе для диагностики потенциальных возможностей спортсменов было проведено комплексное психолого-педагогическое обследование, включающее батарею психологических, психофизиологических и педагогических методик (В.И. Баландин, 1991; Ю.И. Портных, Б.Е. Лосин, Н.Г. Соколов, 1988). После обследования на каждого спортсмена составлялась психолого-педагогическая характеристика, в которой по полученным результатам оценивались особенности функционирования психомоторной и психофизиологической сфер, уровень специальной подготовленности; определялись сильные стороны спортсмена и факторы, лимитирующие достижение успеха; давались персонифицированные рекомендации игрокам.

Анализ результатов первого обследования показал, что у ряда игроков наблюдалось недостаточное для эффективной соревновательной деятельности развитие спортивно-значимых психических (эмоциональная устойчивость, низкая фрустрационная толерантность), психомоторных (сложная сенсомоторная реакция и психомоторная координация), психофизиологических (концентрация и переключаемость внимания, вестибулярная устойчивость) и характерологических (мотивация и притязательность) качеств.

Полученная диагностическая информация позволяла искать пути устранения выявленных недостатков отдельных игроков. Учитывая наши рекомендации на первом этапе работы, тренеры сами подбирали корригирующие упражнения. Специфика подбора специальных упражнений вытекала из особенностей игровой деятельности баскетболиста. Обязательными условиями были следующие: использование специальных корригирующих упражнений с учетом сильных сторон спортсмена и факторов, лимитирующих достижение успеха; специальные упражнения включались как в индивидуальную тренировку, так и в основное тренировочное занятие; в основном тренировочном занятии использовалось до 20% специальных упражнений от общего количества средств одного тренировочного занятия; повторяемость и время выполнения упражнений определялись в зависимости от уровня развития того или иного спортивно – значимого качества.

С психологической точки зрения воспитание того или иного качества во многом зависит от применяемых в тренировке методов. Поэтому, наряду с использованием повторного, интервального, сопряженного, применялся сенсорный метод. При этом активно для восстановления спортсменов использовалась репродуктивная форма отдыха (А.В. Родионов, 1988)

Второй этап комплексного психолого-педагогического обследования игроков команды, проведенного после двух микроциклов показал на достоверное ($p < 0,05$) улучшение концентрации и переключаемости внимания, сложной сенсорной реакции, мотивации к сложному тренировочному процессу и притязательности. Имели тенденцию к улучшению эмоциональная устойчивость, психомоторная координация и вестибулярная устойчивость. Прирост уровня развития от 0,4 до 36%.

Таким образом, результаты исследования показали положительный эффект примененного подхода для коррекции недостаточно выраженных спортивно-значимых качеств в межтуровых микроциклах соревновательного периода.

* * *

КИ-АЙКИДО КАК СИСТЕМА МОТИВАЦИОННОЙ ПОДДЕРЖКИ ДЛЯ ЗАНИМАЮЩИХСЯ ФИЗИЧЕСКОЙ КУЛЬТУРОЙ

Основная проблема широкого продвижения технологий физической культуры среди различных масс в первую очередь взрослого населения – отсутствие должной мотивации к занятиям различными видами спорта и оздоровительными упражнениями. Сама по себе необходимость в поддержании своего здоровья на приемлемом уровне или улучшение его не является достаточным стимулом к началу занятий или продолжению их. С другой стороны, человек осознает, что он не может уже достичь сколько-нибудь высоких или значимых спортивных результатов и прекращает занятия.

Более 30 лет, сначала в Японии и, затем, во всем мире данную проблему успешно решает Ки-Айкидо, боевое искусство, имеющее своей главной целью гармонизацию психофизического состояния человека и его отношений с другими людьми в окружающем мире.

Ки-Айкидо предлагает разработанную систему мотивационной поддержки, которая позволяет занимающимся сохранять интерес к занятиям в среднем и старшем возрасте (от 30 и более лет). Обычно, к этому периоду, у целевой группы снижается желание продолжать активную физическую деятельность. Эти изменения происходят как по причине смены образа жизни и недостатка свободного времени (работа, семья), так и по причине некоторого ухудшения общего физического состояния (стрессы, переутомление, неправильное питание, возрастные изменения в организме).

В этой обстановке крайне важно формирование эффективной системы мотиваций к занятиям физической культурой, без которой сложно говорить о возможностях широкого оздоровления населения Российской Федерации.

«Обычные» единоборства или спортивные боевые искусства, такие как карате, дзюдо, бокс или рукопашный бой в силу своих особенностей недостаточно хорошо подходят для этих целей. Повышенные физические нагрузки и силовой характер тренировок, травмоопасность не вполне отвечают потребностям людей среднего и старшего возраста.

Мы предлагаем к более внимательному рассмотрению Ки-Айкидо. На наш взгляд, оно не только хорошо соответствует целям и задачам физической культуры, но и дает последовательные мотивационные подкрепления для длительного периода обучения.

Каждый этап обучения по программе Ки-Айкидо предполагает свой уровень заинтересованности и в дальнейшем – повышение мотивации к занятиям. Условно их можно разделить на следующие элементы:

- общий интерес к высокоэффективной системе физической активности и «экзотическому» боевому единоборству; первичные сведения из информационных материалов позволяют дать начальное представление о Ки-Айкидо, как о гармоничной системе, дающей возможность относительно быстро и гарантированно получить ожидаемые результаты; показательные выступления, также способствуют оживлению интереса к занятиям; Кроме этого, принципы Ки-Айкидо могут также эффективно использоваться в бизнесе и повседневной жизни;
- посещение начальных (вводных) занятий позволяет сразу добиться первичных навыков сосредоточенного контролируемого расслабления и уравновешенности, что в последствии ведет к коррекции осанки и походки человека; дальнейшие упражнения на координацию, расслабление и равновесие усиливают тренировочный и оздоравливающий эффект;
- «фирменным» элементом процесса обучения в Ки-Айкидо является система Ки-тестов; используя метод обратной связи, она позволяет не только более четко и контролируемо регулировать свои психофизические реакции на действия тестирующего, но и улучшать собственное восприятие и внимание по отношению к другим людям; постоянное общение с окружающими и доброжелательно настроенными людьми позитивно воздействует на психику занимающегося, доставляет радость;
- характер собственно движений Ки-Айкидо при отработке упражнений и технических приемов близок по своему воздействию на организм к массажу; потягивающие и встряхиваю-

щие движения носят ярко выраженный реабилитационный эффект, помогают активно восстанавливаться после физических нагрузок и утомления по окончании рабочего дня вне зависимости от его физической или умственной направленности;

- катарсическое воздействие на психику; отработка приемов Ки-Айкидо с партнером, когда каждый из участников имеет возможность полностью отреагировать свои эмоции и откорректировать настроение; освобождение от угнетающих психических нагрузок дает ни с чем не сравнимое чувство облегчения;

- чувство коллективизма; среди людей-единомышленников постепенно образуются тесные неформальные отношения без состояния зависимостей, подчиненности и субординации; смешанный состав групп облегчает эту задачу; клубная атмосфера привлекает поклонников Ки-Айкидо к общению даже вне тренировочного зала;

- наконец, после нескольких лет занятий, занимающиеся, сам факт посещения тренировок воспринимают как неотъемлемую часть своего образа жизни, которая выполняет ряд важных и незаменимых функций: поддержание физического и психического здоровья, позитивное общение с доброжелательно настроенными единомышленниками, активный отдых и так далее.

Можно с уверенностью сказать, что широкое развитие Ки-Айкидо, в комплексе с другими технологиями физической культуры поможет решению проблемы оздоровления населения России.

* * *

О СТИЛЯХ ИГРЫ В СОВРЕМЕННОМ НАСТОЛЬНОМ ТЕННИСЕ

В.А. Перов, В.С. Денисов

Анализ игровой деятельности, опрос игроков и специалистов позволяет сделать вывод о том, что в современном настольном теннисе можно выделить четыре стиля игры, определяемые индивидуальными особенностями спортсменов: 1) атакующий стиль, основанный в нападении на ударе справа; 2) атакующий стиль, основанный в нападении на ударах слева и справа; 3) защитный стиль; 4) разносторонний (комбинированный) стиль.

Под атакующим стилем подразумевают игру, построенную исключительно на нападающих и контратакующих технико-тактических действиях в любых игровых ситуациях. Стиль, при котором игрок пользуется контратакой для того, чтобы защититься и перехватить инициативу у соперника. Для данного стиля игры характерна высокая скорость реакции, выполнения ударов и передвижения (особенно первый стиль); владение небольшим числом технико-тактических действий, доведенных до высокой степени автоматизма и эффективности. С тактической точки зрения – борьба за инициативу при приеме подачи, при каждом ударе; постоянным стремлением как можно быстрее, решающим ударом выиграть очко, игра «первым номером».

Защитный стиль основан на технико-тактических действиях защитного характера (защита подрезкой слева и справа) с редким применением одиночных завершающих ударов. При этом контратакующие действия или отсутствуют совсем или носят вспомогательный характер. С тактической точки зрения действия спортсмена построены на использовании ошибок соперника при длительном розыгрыше очка, отказ от активных действий, игра «вторым номером».

Разносторонний (комбинированный) стиль основан на использовании как атакующих, так и защитных технико-тактических действий во всем их многообразии, что позволяет игроку менять рисунок, темп и ритм игры в зависимости от ситуации. Независимо от того, какой стиль игры предпочитает спортсмен, необходимо отметить, что в современном настольном теннисе наблюдается постоянный рост скорости игры в целом с использованием всего многообразия вращений мяча.

ФОРМИРОВАНИЕ ОРГАНИЗАЦИОННО-ПЕДАГОГИЧЕСКИХ УМЕНИЙ И НАВЫКОВ У СТУДЕНТОВ ФАКУЛЬТЕТА ФИЗИЧЕСКОЙ КУЛЬТУРЫ

И.Б. Пилина

Организационный аспект присутствует в любой свободной деятельности, там, где личность выступает в качестве инициатора, устроителя какого-либо дела, или ей передаются полномочия ответственного лица за всё дело в целом, или какой либо участок работы. А это значит, что данный человек обязан самостоятельно принимать решения, и нести ответственность за результаты деятельности. Принимать решения, – значит, делать правильный выбор из нескольких альтернативных вариантов: выбор того, что и как планируется, организуется, контролируется, стимулируется. Всеми перечисленными полномочиями «наделён» и педагог по физической культуре, но помимо этого, он отвечает за здоровье занимающихся. Неправильно спланированная учебно-тренировочная работа, неправильный выбор упражнений и т.п. может привести к негативным реакциям в организме занимающихся.

С этой позиции организационный аспект в структуре педагогической деятельности педагога по физической культуре является одним из приоритетных, и формирование у будущих педагогов умений организационного порядка является важной составной частью учебного процесса.

Как показал анализ литературы: технология подготовки к организационно управленческой деятельности является недостаточно разработанной темой, вместе с тем, она имеет общие механизмы независимо от конкретной ситуации. Установление общих методических подходов к формированию организаторских умений детерминируются обогащением конкретными экспериментальными данными в исследованиях по психологии, педагогике, социологии. Опираясь на данные литературного исследования, процесс формирования организационно педагогических умений, вероятно, возможно строить на основе поэтапного, алгоритмического усвоения организационных навыков и умений.

Само по себе овладение умениями, входящими в состав организаторской деятельности, не обеспечивает овладение этой деятельностью в целом, так как в каждом конкретном случае педагог должен найти, выбрать необходимый вариант достижения цели, самостоятельно определить меру и место их использования. А это, возможно, достичь только на основе практической организаторской деятельности, а также системного использования средств достижения цели.

Представляя учебный процесс как комплекс управленческих циклов, находящихся в определённо причинно – следственной зависимости, можно предположить, что наиболее рациональный путь обучения студентов организаторской деятельности, по-видимому, возможен через обучение студентов усвоению ими алгоритма и отработке отдельных организаторских умений (Решетников П.Е., 2000). Усвоение данного алгоритма действий возможно: при формировании у студентов установки на творческий поиск нахождения средств и методов выхода из любой возникающей педагогической ситуации, в процессе организации различной практической деятельности сокурсников. Включение будущих педагогов в организаторскую деятельность необходимо проводить постепенно и поэтапно.

В начале **на первом этапе** - студенты являются свидетелями хорошей организации дела, занятия, соревнования и т.п. Ведущий педагог акцентирует внимание студентов на отдельных организационных элементах обеспечивающих слаженность участников и продуктивность проводимого мероприятия (занятия, соревнования и т.п.).

На **втором этапе** обучения – студенты, частично осуществляют руководство группой, во

время проведения элементов практических занятий

В дальнейшем, **на третьем этапе**, – студенты занимают позицию ответственного за какой-то участок работы, коллективного творческого дела, организатора работы микрогруппы.

На завершающем, **четвёртом этапе** обучения студенты полностью отвечают за организацию и проведение коллективных творческих дел с детьми (на педагогической практике) или в студенческой группе.

При разработке алгоритма организаторской деятельности мы исходили из того, что организационный аспект присутствует на любом этапе осуществления деятельности и не сводится целиком к её содержанию. Так планирование деятельности включает в себя одновременно несколько взаимосвязанных компонентов: гносилогический, аксиологический, операционно-технологический и сам организационный аспект деятельности.

Гносилогическим аспект предполагает – изучение возможных вариантов выполнения, получения новой информации о технологии выполнения, участниках и т.д. Аксиологический компонент включает определение смысла и цели деятельности, становление ценностей тех или других вариантов выполнения, определение отдельных этапов конкретной деятельности. Операционно-технологический аспект предполагает выбор лучшей структуры плана деятельности. Организационный аспект – подразумевает решение: кому поручить планирование дела, как организовать коллективный поиск лучших путей выполнения, коллективное обсуждение плана, определение срока деятельности и отдельных его частей.

Кроме этого при формировании организационных умений у студентов мы исходили из того, что отдельные элементы алгоритма обязаны соответствовать структуре педагогической деятельности и её содержанию. Вопросы организации мы рассматриваем неразрывно с осуществлением профессиональной деятельности в целом, а именно: студенты во время практической деятельности все организационные вопросы решают в единстве с вопросами воспитания, развития личности и уровнем познания. Но такое формирование организационных навыков предусматривает развитие как самостоятельной, так и творческой инициативы студентов. Развитие инициативы на сегодняшний день, является, пожалуй, одним из сложных элементов в подготовке студентов к будущей организаторской работе. С этой целью студентам предоставлялась определённая свобода в выборе тех дел, которые они могли бы проводить с детьми (на практике), выбор тем проведения и условий проведения практических занятий и т.п. Творческая инициатива проявляется тогда, когда учебно-профессиональная деятельность выступает для студентов в качестве важнейшего средства самореализации, когда она позволяет раскрыться их творческим возможностям. Чем чаще студенты добиваются успехов в учебно-профессиональной деятельности и чем больше получают удовлетворение от неё, тем чаще они проявляют творческую инициативу. Таким образом, первым алгоритмическим условием формирования организационных способностей является развитие инициативы.

Вторым важным условием является создание объективной самооценки у студентов своих возможностей в организационных способностях. На основе полученных объективных данных о самих себе студент должен научиться планировать будущую деятельность с учетом своих возможностей. Для обучения будущих педагогов этому умению студентам предлагается при организации любой деятельности тщательно продумывать возможные варианты его выполнения с обязательным условием обоснования цели деятельности, средств и время её достижения.

Третьим, обязательным алгоритмическим условием – при формировании организаторских навыков у студентов является создание учебных ситуаций, в которых студент может активно проявить себя как личность, решая организационные задачи.

Поэтому, четвёртым условием в формировании организационных навыков является подготовка к проведению намеченного дела – технология проектирования. Студенты обязаны выбрать необходимые средства для достижения цели; продумать варианты взаимодействия и передвижения участвующих (студентов, детей) в практической деятельности; подготовка материалов, средств для оперативного опроса присутствующих (при необходимости).

Обучение технологии организационного проектирования как учебного процесса в целом,

так и одного конкретного урока направленно на формирование у студентов навыков и умений конструирования процесса физической воспитания с условно заданными характеристиками. Например: спроектировать урок на конкретно заданную тему, в конкретных условиях, с определённым контингентом. В дальнейшем тема урока остаётся, видоизменяются условия проведения. Следует отметить одну особенность, присущую всяким организационным задачам. Они решаются, как правило, неоднозначно, т.е. одна и та же организационная задача допускает различные решения. В этом как раз и будет заключаться творческий подход к проблемам обучения и формирования организационных умений у студентов

Пятым, необходимым условием формирования организационных навыков является – умение студентов увлечь своей деятельностью других, заинтересовать других, вовлечь всех участников в процесс деятельности. С этой целью от студентов даже при проведении фрагментов урока, секционного занятия требуется творческое отношение к деятельности, выполнение задания должно носить новацию, быть оригинально и разнообразно. В процессе профессионального обучения отдельным элементам организации и управления конструируются учебные задания на основе синтеза дидактических и методических заданий, рассчитанных на творческий характер выполнения. Применение учебных заданий творческого характера стимулирует и формирует активность познавательной деятельности и положительно сказывается на формировании профессионализации педагогов (Г.В. Тюняева 1998г).

Важное значение при проведении занятий придаем обучению студентов умению убеждать, говорить эмоционально, раскрывать смысл деятельности, показывать её необходимость, значимость для людей. От студентов требуется во время проведения занятия привлечение в организацию занятия по возможности большего количества участников учебного процесса.

Шестым заключительным условием является самостоятельное проведение студентами спортивного мероприятия, праздника, соревнования. На первом этапе от студентов требуется только присутствие и помощь в проведении контрольных прикидок, эстафеты, соревнований. На втором и третьем этапе включённость студентов в мероприятие сопровождается разработкой регламента соревнований. На заключительном – четвертом – этапе формирования организационных способностей студенты полностью проводят спортивное мероприятие.

Весь учебный процесс складывается из его временных единиц: лекция, урок, методическое занятие и т.п., и представляет собой с точки зрения организации последовательную, логическую, постоянно усложняющуюся и совершенствующуюся деятельность учащихся, направленную на решение задач в определённой области знаний. При этом следует иметь в виду, что задачи предложенные учащимся, могут быть различного свойства, которые соответственно стимулируют различный характер организационной деятельности. Первые – вызывают действия, которые могут иметь основой, уже известный алгоритм. Вторые – стимулируют поиск неизвестного при помощи установления связи с уже известным решением. Третьи – проблемные, ставят учащегося перед противоречиями. Эти задачи содержат либо практическую, либо теоретическую трудность, которую студенту нужно преодолеть исследовательским подходом.

Литература:

1. *Решетников П.Е.* Нетрадиционная технологическая система подготовки учителей: Рождение мастера. – М.: Владос, 2000. – 304 с.
2. *Тюняева Т. В.* Профессиональная подготовка студентов к осуществлению педагогического контроля в процессе обучения: Автореф. дис. канд. пед. наук. – М., 1998. – 17 с.

* * *

НЕКОТОРЫЕ ПУТИ ФОРМИРОВАНИЯ ЭФФЕКТИВНЫХ УМЕНИЙ ПЕДАГОГИЧЕСКОЙ КОММУНИКАЦИИ У СТУДЕНТОВ ФАКУЛЬТЕТА

ФИЗИЧЕСКОЙ КУЛЬТУРЫ

И.Б. Пилина

Анализ организации учебной работы на факультете показывает, что ни в структуре учебных программ ни в практических занятиях по дисциплинам учебного курса нет места такому важному аспекту как формирование у будущих педагогов по физической культуре умений по «оптимальной и эффективной» педагогической коммуникации. К сожалению, анализ содержания образования на факультете показывает, что в большинстве случаев обучение замыкается только на формировании знаний, умений и навыков в практической (двигательной) и умственной деятельности. Педагогический состав использует в своей работе традиционные методы, средства и формы обучения, которые направлены, в большинстве своём, только на восприятие и запоминание с последующим воспроизведением учебной информации, ни о каком развитии искусства педагогической коммуникации речи не идёт. В связи со сказанным, в своём исследовании мы хотели остановиться, именно на формировании у будущих педагогов эффективных умений педагогической коммуникации.

Анализ предварительно проведенного исследования позволяет судить о том, что определение показателей сформированности коммуникативных умений у студентов, прежде всего, зависит от приобретённого педагогического опыта, а так же полученных знаний по данному аспекту, а их явно недостаточно. Анкетный опрос, педагогическое наблюдение, обзор педагогической практики, беседы со студентами выявили полное незнание последними приёмов эффективного общения, отсутствие умения адекватно воспринимать и понимать учащихся, а это, как раз и сказывается на низком уровне личностной коммуникации и на неадекватной оценке возникающей педагогической ситуации.

Как известно, педагогическое общение по характеру своего воздействия – это интегрирующая функция, которая состоит из множества взаимосвязанных и взаимообусловленных компонентов педагогической коммуникации.

В педагогическом словаре Г.М. Коджаспирова, А.Ю. Коджаспирова (2000) педагогическое общение характеризуется как профессиональное общение преподавателя с учащимися в целостном педагогическом процессе, развивающегося в двух направлениях: организация отношений с учащимися и управление общением в ученическом коллективе. С их позиций педагогическое общение выполняет следующие функции: самопрезентативную, активную, аффективную и социально перцептивную. С точки зрения Е.С. Рапацевича (2001) педагогическое общение одновременно реализует коммуникативную, перцептивную и интерактивную функцию. Используя при этом всю совокупность вербальных, изобразительных, символических и кинетических средств.

Поэтому, исходя из многокомпонентной структуры общения, мы при формировании умений педагогической коммуникации опирались на основные, с нашей точки зрения, необходимые в трудовой деятельности учителя физической культуры и тренера компоненты педагогического общения, а именно:

– Специфика педагогического общения, прежде всего, проявляется в его направленности. Оно направлено не только на само взаимодействие и на обучающихся в целях их личностного развития, но и на организацию освоения учебных знаний и формирования на этой основе умений. В силу этого педагогическое общение характеризуется как бы тройной направленностью: на само учебное взаимодействие, на обучающихся (их актуальное состояние, перспективные линии развития), а также на предмет усвоения. Как видно основной специфической функцией педагогического общения является её обучающая функция. Но именно эта функция, на предмет обучения общению при обучении на нашем факультете и отсутствует. Как показывают предварительные педагогические наблюдения, беседы, а также данные анкетирования обучающихся студентов нашего факультета около 80% опрошенных имеют затруднение в общении (из них, 62% робки и малоконтактны), со своими сверстниками, особенно, когда они выступают в

роли педагога (во время проведения фрагментов или целых уроков; во время публичного выступления на семинарских занятиях и т.п.). Поэтому формирование уверенности в общении, и умения устанавливать взаимопонимание во время общения является весьма актуальной для наших студентов.

– В этом случае педагогическое общение с полным основанием можно рассматривать как один из видов деятельности, для которого характерно своеобразное соотношение обмена между субъектами информацией, действиями, эмоциональными влияниями и установления на этой основе взаимопонимания. Обучение устанавливать взаимное, доброжелательное взаимодействие между субъектами общения с целью дальнейшего сотрудничества и взаимовлияния друг на друга при обучении для педагога является приоритетной.

– Используя тон голоса, мимику, жесты педагог сообщает информацию и передаёт своё отношение к происходящей действительности. Владение данными умениями может способствовать изменению настроения и поведения другой личности, поэтому формирование амотивных умений является одним из самых важных моментов в искусстве педагогического общения.

– В педагогическом общении, как и в других его видах велика роль слова – вербальных средств общения. Владение речью – умение правильно и красиво выражать свои мысли, отсутствие лишних слов, понятное и доступное объяснение материала предполагает наличие культуры речи у будущего педагога и является одним из важнейших компонентом педагогического общения.

– Если студент умеет излагать свои мысли, представления, взгляды, предложения и рекомендации полно и чётко, то по окончании обучения он, безусловно, добьётся успехов в жизни, будет удачлив в любом деле, в каждом начинании. Поэтому, формирование у студентов искусства убеждать, мы также считаем одним из приоритетных компонентов педагогической коммуникации, так как умение убеждать необходимо каждому педагогу – тренеру. Слово «убеждение» является ключевым в деятельности педагога, именно он убеждает других принять его идеи, взгляды, выполнить задание, подчас в противовес чаяниям и желаниям занимающихся.

– Практика показывает, что преподаватель больше любит говорить и меньше слушать, (по-видимому, это специфика профессиональной деятельности). Психологи установили, что половина дня у нас уходит на то, что мы слушаем других, но большинство из нас слушать не умеет. Научить студентов умению «слушать» и «слышать» других также является главной задачей при формировании умений общения.

Таким образом, педагогическая техника по искусству общения состоит из многих компонентов взаимосвязанных вербальных и невербальных умений, которые мы попытались формировать и формируем у студентов в процессе обучения на занятиях по спортивным дисциплинам факультета (в частности на занятиях по «лёгкой атлетике» и курсу по выбору «Основы формирования педагогического мастерства педагога по физической культуре и спорта»).

Взяв за основу теорию поэтапного формирования умственных и двигательных действий (П.Я. Гальперина 1976; М.М. Богена 1985), и в соответствии с положениями данной теории было выделено три этапа формирования коммуникативной педагогической культуры студентов:

– на первом этапе (учебно-формирующим) создаётся ориентировочная платформа основ педагогической коммуникации по отдельным её компонентам, а также формирование психологической готовности, характеризующейся операционально личностной установкой и репродуктивным уровнем их владения.

– на втором этапе (деятельно-формирующем) на основе интеграции опорных знаний и умений у студентов формируется сознательное представление о составе и структуре коммуникативной педагогической коммуникации непосредственно в практической деятельности. На данном этапе происходит изменение личностных установок до уровня целевых и формирование репродуктивно – творческой деятельности в искусстве общению.

– Третий (наивысший) – применение на практике методов и приёмов эффективного педагогического общения.

Для решения задач по формированию эффективных умений педагогической коммуникации в педагогическом процессе нами применяются следующие дидактические методы и приёмы: имитационные (моделирование ситуаций профессиональной действительности, педагогических задач и их решение), игровой метод (выступление студентов в роле педагога, с первого дня занятия), проблемно – поисковый (коллективные исследования, поиск информации, групповая дискуссия), а также методы самопрограммирования и создания ситуаций актуализаций прошлого опыта. А так же в процессе обучения на занятиях на практике идёт применение методов и приёмов эффективной педагогической коммуникации.

Литература:

1. *Коджаспирова Г.М. Коджаспиров А.Ю.* Педагогический словарь. – М.: Академия, 2000. – 97 с.
2. *Рапацевич Е.С.* Современный словарь по педагогике. – Минск: Современное слово, 2001. – 525 с.

* * *

ОБРАЗОВАНИЕ В ОБЛАСТИ ФИЗИЧЕСКОЙ КУЛЬТУРЫ: ФИЗИЧЕСКОЕ ИЛИ ФИЗКУЛЬТУРНОЕ?

Г.Н. Пономарев

В последние годы в сфере физической культуры наблюдается вольность и бесконтрольность в использовании терминов и понятий. Многие из них не отражают сути явлений и процессов или более того, не редко вводят в заблуждение. До сих пор наблюдается путаница в таких понятиях как физические качества, физические способности, двигательные способности и т.п. Не менее сложная ситуация с использованием понятий «физическое образование» и «физкультурное образование».

Изменение социокультурной и экономической ситуации, смена образовательных и научных парадигм на современном этапе развития общества обнаружила необходимость переосмысления функционального назначения физической культуры в формировании личности, ее мировоззрения, развития адаптивных способностей.

Это в свою очередь привело не только к изменениям содержания образования, направленного на решение новых образовательных задач, но и переосмысления понятия, отражающего суть и новое содержание образования в области физической культуры. Речь идет о том, что образование в области физической культуры перестает быть только образованием в процессе занятий физическими упражнениями, оно становится элементом культуры современного общества и готовит людей не только к физической (двигательной) деятельности, но и к социокультурной. Это обстоятельство в значительной степени обуславливает и необходимость подготовки специалистов и для образовательной, и для социокультурной сфер, способных решать новые задачи в условиях заметного расширения функциональной сферы деятельности.

Поэтому в педагогической практике правомерно используется понятие «физкультурное образование», которое ориентирует **не только на развитие физических способностей, морфофункциональных возможностей организма и двигательных навыков, но и на формирование мировоззрения, системы ценностей, мотивационной сферы личности, широты и глубины знаний в области физической культуры, а главное — деятельностьный аспект реализации физкультурных ценностей.** В отличие от ранее широко используемого понятия «физическое образование», ориентированного в большей степени на двигательный (биологический) аспект развития личности.

Кроме того, в едином социокультурном и образовательном пространстве, понятие «физическое образование» понимается как образование физиков.

Вместе с тем, некоторых специалистов смущает благозвучность понятия «физкультурное образование», и, прежде всего, слово «физкультурный». Однако, по мнению специалистов в области русского языка, употребление терминологического понятия «физкультурное образование» является вполне корректным и допустимым с точки зрения действующих норм русского языка. Поскольку терминологическое понятие становится общепринятым в том случае, если оно: 1) не противоречит современным нормам речевой практики; 2) имеет широкую употребительность, 3) закреплено в словарях, учебниках и др. научной и научно-практической литературе, 4) отвечает требованиям коммуникативной целесообразности (Н.Л. Шубина).

Во всех словарях современного русского языка слово «физкультурный» толкуется как «относящийся к физкультуре, физкультурникам; предназначенный для физкультуры, физкультурников» («Словарь современного русского литературного языка» в 17-ти томах). Слово «физкультура» также фиксируется **во всех академических словарях** современного русского языка как эквивалент понятия «физическая культура» (см.: «Большой толковый словарь русского языка» Российской Академии Наук, 1998).

Как показывает анализ, понятие «физкультурное образование» весьма употребительно (особенно в 90-е гг. прошлого столетия). Использование сочетания «физкультурное образование» как терминологического понятия отражено:

- **в учебных пособиях** (см.: Теория и методика физической культуры (курс лекций): Учебное пособие / Под ред. Ю.Ф. Курамшина, В.И. Попова. – СПб.: СПбГАФК им. П.Ф. Лесгафта, 1999 (раздел «Высшее физкультурное образование») и др.,

- **в учебных программах** (см.: Программа для магистерского уровня высшего уровня физкультурного образования (направление – 521900). – Российская государственная академия физической культуры. – М., 1997);

- **в диссертационных исследованиях** (см.: Матвеев А.П. Теоретико – методологические основы формирования предмета «Физическая культура»: Автореферат. докт. дис. – М., 1997 и др.);

- **в названиях высших учебных заведений** (Институт физкультурного образования Дагестанского государственного педагогического университета);

- **в названиях секций международных конференций** (Секция «Физкультурное образование в современном мире» на Международном конгрессе «Человек в мире спорта». – 1998 и др.);

- **в названии раздела журнала** «Теория и практика физической культуры»: раздел «Высшее физкультурное образование: состояние и перспективы», раздел «Содержание физкультурного образования», раздел «Проблемы физкультурного образования» и др.;

- **в научных и научно-практических статьях** ведущих специалистов в области физической культуры, преподавателей Российской государственной академии физической культуры, Санкт-Петербургской государственной академии физической культуры им. П.Ф. Лесгафта, Московской государственной академии физической культуры и др. (А.П. Матвеев, В.В. Приходько, Н.А. Карпушко, Л.И. Лубышева, В.В. Кузин, В. Жолдак, В.И. Маслов, Ю.М. Николаев Н.Н. Зволинская, Г.С. Туманян и др.).

Следует отметить, что наряду с понятием «физкультурное образование» активно используются и другие характерные терминологические единицы: «физкультурная деятельность», «физкультурное воспитание», «физкультурные знания». Обнаружено также употребление такого сочетания, как «физкультурная наука» (см. статья Абзалова Р.А. в журнале «Теория и практика физической культуры» – 1999. – №8); «физкультурный работник» (см. Справочник физкультурного работника / Под ред. И.И. Переверзина и А.В. Царика. – М.: Советский спорт, 1991).

Таким образом, с лингвистической точки зрения правильность употребления понятия «физкультурное образование» не вызывает сомнения.

Вместе с тем представляется очевидным, что продуктивное и частотное использование ука-

занного понятия в последние десять лет обусловлено необходимостью выработать особый метаязык, который используется при составлении нормативно-правовых документов в образовательной деятельности (например, Государственный образовательный стандарт). В настоящий период весьма актуальным является различение таких понятий, как:

- предметная область знаний (или области предметных знаний),
- профессиональная сфера деятельности,
- профессионально-образовательное направление (профиль),
- основная образовательная программа,
- программа специализированной подготовки.

С этой точки зрения предметная область знаний соответствует «физической культуре», профессионально-образовательное направление, а также основная образовательная программа могут быть обозначены понятием «физкультурное образование». (Ср.: физика – предметная область знаний, физическое образование – профессионально образовательная программа).

Одной из причин критического отношения к терминологическому понятию «физкультурное образование» является переосмысление самого понятия «физическая культура», квалифицируемого как вид общей культуры, что в значительной степени укрепляет её статус в системе методологических понятий. Именно поэтому сращение двух слов «физическая» и «культура» воспринимается как снижение значимости второго компонента сочетания — культура. Следует признать, что физическая культура может трактоваться и как слитное понятие (область предметных знаний) и как сочетание двух равноправных слов (физическая культура личности).

Не случайно, что большинство ведущих исследователей в области физической культуры не только включают терминологическое понятие «физкультурное образование» в словарь терминов данной области науки и образования, но и полагают (вопреки мнению некоторых ученых и чиновников), что данный термин является вполне оправданным и целесообразным с концептуальной точки зрения. Это своеобразная попытка решения вопроса о выделении физической культуры из педагогики в **самостоятельную предметную научную область знаний**.

Существенно и то, что в настоящее время в специальной (профессиональной) литературе весьма расплывчато с терминологической точки зрения отражается специфика таких употреблений, как **область** физической культуры, **сфера** физической культуры, **отрасль** физической культуры. Несмотря на то, что выделенные слова являются ключевыми в определении понятий.

Таким образом, общие подходы и концепция в трактовке терминологического понятия «физкультурное образование» являются основой для выявления его содержательных характеристик.

Отметим здесь же, что странным является и названия вузовских кафедр, обеспечивающих преподавания учебной дисциплины **«Физическая культура»**. В подавляющем большинстве кафедры имеют название «Кафедра физического воспитания», в ряде случаев – «Кафедра физического воспитания и спорта» или «Кафедра физической культуры и спорта». Однако, очевидно, что «физическое воспитание» – это лишь одна из задач курса дисциплины «Физическая культура» (хотя и само «физическое воспитание» следует заменить на «физкультурное воспитание»). Что касается прибавки к «физической культуре» термина «спорт» (а спорт – это «спортивная физическая культура» – одна из деятельностных сфер физической культуры (следовательно, получается иногда – «Кафедра физической культуры и спортивной физической культуры»).

Напомним, что образовательные учреждения, готовящие специалистов в сфере физической культуры имеют названия: «Академии **физической культуры**», факультеты **«Физической культуры»** в педагогических вузах, Военный институт **физической культуры**, и профилирующая дисциплина в физкультурных вузах – «Теория и методика физического воспитания» уже давно заменена на «Теорию и методику **физической культуры**». Вывод очевиден: вузовские кафедры должны иметь название в соответствии с названием той учебной дисциплиной, которые они преподают, в данном случае – **«Кафедра физической культуры»**. Уверены, при-

ведя название кафедры в соответствии с наименованием учебной дисциплины, кафедра будет рассматриваться как особая образовательная культурологическая кафедра (в соответствии с Государственным образовательным стандартом), а не как лишь кафедра физической подготовки (физического воспитания).

* * *

ПЕРСПЕКТИВЫ ПОДГОТОВКИ СПЕЦИАЛИСТОВ В ОБЛАСТИ ФИЗИЧЕСКОЙ КУЛЬТУРЫ ДЛЯ РАБОТЫ С ДЕТЬМИ С ДЕВИАНТНЫМ ПОВЕДЕНИЕМ

Г.Н. Пономарев

В последнее время происходит процесс согласования подходов в решении проблем детей группы риска. Речь идет о риске, который создают юные наркоманы, алкоголики, правонарушители, «дети улицы». Проблема стоит очень остро, если учесть, что в начале 90-х годов XX века доля детей группы риска составляла от 7% до 15% от числа всех учащихся. Среди основных чаще выделяют психофизиологические, социальные и педагогические (как особый вид социальных) факторы риска. К психофизиологическим факторам относят, прежде всего, врожденные нарушения в развитии, и те особенности, которые несет в себе тот или иной возраст. Социальные факторы – объединяют проблемы, связанные с разрушением здоровой природной среды, ростом преступности, развитием индустрии наркотиков, миграционными процессами, порожденными войнами и безработицей. Успешность социальной адаптации подростков с девиантным поведением во многом определяется тем, насколько они включены в общественно-полезную деятельность.

Серьезную озабоченность вызывает последние годы проблема беспризорных детей. В 1991 году коллегия Государственного Комитета СССР по народному образованию одобрила концепцию и принципы организации помощи детям, попавшим в трудные жизненные ситуации.

В начале XXI века Россия вновь столкнулась с детской беспризорностью сравнимой по масштабам с 20-ми годами XX столетия. По данным различных источников в стране от 500 тысяч до 2 миллионов беспризорных детей, основное их количество находится в крупных городах. Нетрудно предвидеть, что эта группа детей является основным резервом преступности. Плохое питание, несоблюдение элементарных гигиенических требований, пьянство, наркомания, проституция и др. – это только небольшой перечень асоциальных проявлений в среде детей оставшихся без присмотра взрослых. Поэтому правительство России принимает неотложные меры: меняется система социальной (помощи) работы с детьми, в которой на первое место выходит проблема соблюдения прав и интересов детей (в отличие от традиционного подхода, когда основное внимание уделялось мерам по перевоспитанию и адаптации), разрабатываются образовательные программы подготовки социальных работников, в ближайшее время будут открываться социальные приюты.

Однако, как и во многих программах недооценивается роль физической культуры и спорта, как в коррекции поведения этой группы детей, так и в предупреждении, такого явления как беспризорность. Поэтому *нет образовательных программ подготовки специалистов по физической культуре и спорту*, в том числе специально подготовленных в вопросах воспитания несовершеннолетних с отклоняющимся поведением (с учетом психики, состояния здоровья и др.). В то же время кадровое обеспечение службы социальной помощи детям самая острая. Однако далеко не все желающие работать в службе обладают нужными нравственными и личностными качествами, умеют владеть собой и обладают необходимыми знаниями и навыками.

Когда мы говорим о детях с отклонениями в поведении, находящихся под воздействием факторов риска, то прекрасно понимаем, что эти факторы могут сработать, а могут и не сработать. Физическая культура является важным средством, если не полного освобождения от беспокойства, агрессии, то, по крайней мере, значительно ослабляет действие тревожных факторов. Физическая культура помогает социализации «трудных» подростков. Занятия физическими упражнениями заполняют вакуум свободного времени, помогают привить навыки здорового образа жизни, воспитывать положительные привычки, отвлекают от удовлетворения деструктивных потребностей и асоциальных поступков.

Физкультурно-спортивная деятельность оказывает существенное влияние на психику девиантных детей, их сознание, и должна строиться с учетом индивидуальных особенностей, обуславливающих поведение ребенка. В процессе занятия физической культурой актуализируется личностный потенциал человека, его желание добиться положительного результата, создаются условия, при которых ребенок учится принимать верные решения самостоятельно при поддержке значимого для него окружения. В процессе физкультурно-спортивной деятельности дети получают нормальное развитие, навыки, необходимые для выживания в сложнейших условиях, решаются их социальные и психолого-педагогические проблемы, восстанавливаются утраченные социальные связи или создаются новые, формируется здоровый образ жизни, приобщаются к общечеловеческим ценностям.

Можно говорить с уверенностью, что нельзя решить проблемы, обусловленные факторами риска, с одной стороны, без собственной воли ребенка, а необходимо учить его выбирать правильное решение проблемной ситуации. С другой стороны, внутренняя сила и поддержка окружающих, взаимопомощь, сопереживание товарищей помогает преодолеть молодым людям врожденные недуги, социальную неустроенность и безответственность взрослых. Правильное решение каждой проблемной ситуации возможно только вместе с ребенком, родителями и педагогами, создавая определенные ситуации взаимопомощи, взаимоподдержки и т.п., опираясь на его внутренний потенциал. Противодействие любого из субъектов педагогического процесса многократно усиливает действие факторов риска.

Основным принципом в работе с детьми этой группы является принцип гуманизации. Это предполагает приоритет воспитания перед наказанием: перенос основных усилий на воспитательную работу, на предупреждение преступности и девиантного поведения. Это предполагает диагностику и развитие социально направленных интересов, потребностей, мотивов, уровня воспитанности (нравственного, правового, физического, эстетического и др.).

Дети очень чувствительны к проявлениям особого внимания со стороны окружения и сами готовы проявить нравственные чувства. В процессе физкультурно-спортивной деятельности ребенок не только ощущает внимание, сопереживание, сочувствие товарищей, так необходимые и недостающее ему в жизни, но и получает возможность оказать помощь и поддержку товарищам. Таким образом, у детей формируются нравственные черты (добродетель, порядочность, забота о близких и др.) и качества личности (достоинство, терпимость, свобода, равенство и др.).

Социально-физкультурная деятельность должна осуществляться проблемно- и адресно-направленно не только в традиционных формах в детских садах, школах, детских домах, подростковых клубах, но и в исправительных учреждениях для подростков и новых типах образовательных учреждений (центр социальной реабилитации подростков, приют, социальная гостиница, школа индивидуального обучения и т.д.).

В исследованиях ученых отмечается, что в современном мире заметно ослабление социальных связей и физическая культура, точнее пространство в котором она осуществляется, приобретает еще и функцию так называемого «третьего места». Места, где происходит такое общение получили название «третьего места» в отличие от дома («первое место») и работы («второе место»). Спортивные мероприятия становятся одним из таких третьих мест, где люди собираются не только для развлечения, но и для поддержания и удовлетворения потребностей «социально-психологической жизни с помощью доступных дружеских, квазиинтимных отно-

шений» (1).

Не менее важным является насыщение учебно-воспитательного процесса большим разнообразием учебно-методического материала, использованием разнообразных форм и методов и организации учебной и внеклассной работы, учитывающей региональные особенности и национальные традиции. В связи с поставленными задачами одной из самых сложных проблем в современном обществе является возрождение национальных традиций и в первую очередь в области физической культуры, составляющей основу народной культуры и народной педагогики.

Особое внимание следует обратить на работу с молодежью по месту жительства. Практика показывает, что физическая культура и спорт являются эффективным средством профилактики асоциального поведения. Средства физической культуры и спорта могут быть эффективно использованы и на этапе исправления молодежи, уже совершившей противоправные действия. Для них следует создать необходимые условия в местах заключения, обеспечить их спортивным инвентарем и оборудованием.

Анализ проблемы детей с девиантным поведением показывает необходимость специально подготовленных педагогических кадров для этой сферы педагогической деятельности, в том числе и по физической культуре.

Образовательное поле профессиональной деятельности этой группы педагогов очень обширно: специальные школы-интернаты для детей и подростков с отклоняющимся поведением, которые нуждаются во временном изъятии, специальные школы, и ПТУ (интернатского типа) для направленных по решению суда к содержанию в учебно-воспитательных учреждениях закрытого типа, ПТУ для подростков с легкой степенью дебильности, специальные диагностические центры с детским садом и школой интернатом для временного пребывания детей и подростков, помещенных органами внутренних дел в приемник-распределитель, центры социальной реабилитации подростков, приюты, социальные гостиницы, школы индивидуального обучения, исправительно-трудовые колонии для малолетних преступников и др.

Литература:

1. *Войнар Ю.* Подготовка физкультурных кадров. Традиции, реалии, перспективы: Монография – СПб.: РГПУ, 2000.

* * *

ИГРОВОЙ МЕТОД КАК ВЕДУЩИЙ МЕТОД ИЗУЧЕНИЯ И СОВЕРШЕНСТВОВАНИЯ ТАКТИКО-ТЕХНИЧЕСКИХ ДЕЙСТВИЙ В СПОРТИВНЫХ ИГРАХ

Ю.И. Портных

Игровой метод исторически являлся первоначальным методом обучения в спортивных играх. Об этом свидетельствуют многочисленные рекомендации, сделанные авторами игровых учебных пособий по спортивным играм (футбол, баскетбол, волейбол и др.). Необходимость в этом казалась само собой очевидной и базировалась на тезисе: «чтобы играть, надо играть». Однако по мере накопления опыта эта истина стала терять свою достоверность. Это произошло, в частности, потому что, используя одну лишь игру, не удастся быстро продвигаться вперед. И причина здесь заключалась в том, что в условиях игрового соревнования играющие вынуждены использовать только хорошо освоенные приемы и именно они и становятся главным, а иногда и единственным оружием, сильно ограничивающим игровой арсенал занимающихся. Поэтому в дополнение к игре стало практиковаться предварительное разучивание во вне игро-

вых условиях, а на смену целостно-игрового (индуктивного) метода пришел аналитический(дедуктивный) метод изучения. С помощью этого метода формировались навыки, которые нуждались в своей адаптации к игровым условиям. Поэтому игровой метод стал использоваться на заключительных этапах формирования навыков, а в дополнение к технической и тактической подготовке была введена и так называемая интегральная (иногда называемая «игровая») подготовка.

Можно ли считать этот путь развития методологии спортивных игр вполне обоснованным? С позиций современных научных знаний такой подход представляется не вполне адекватным. Главная специфика действий играющих состоит в том, что каждое из них детерминируется внешними обстоятельствами и представляет собой целесообразный акт поведения, самостоятельную функциональную систему, которая с самого начала должна и не может формироваться иначе как целостный, целесообразный ответ на возникшую игровую ситуацию, трансформирующий её в нужном для игрока смысле (П.К. Анохин, 1971, Н.Д. Гордеева, В.П. Зинченко, 1982, К.В. Судаков, 1984). Поэтому смысловая и моторная составляющие двигательного действия не могут быть оторваны друг от друга. Выделение и «внеигровое» изучение моторного компонента отрицательно сказывается не только на тактической (интеллектуальной) подготовленности игроков, но и непосредственно на механизмах координации двигательного действия, которые приобретают жесткость и стереотипность. Это противоречит характеру игровой деятельности как ответной на быстрые и постоянные изменения обстановки. Поэтому действия по заранее сформулированным, жестким программам в этих условиях обречены на неудачу. И наоборот, гибкое, текущее программирование поведения, основанное на рефлексии спортсмена, строящего свое поведение на адекватном анализе и целесообразном использовании всего комплекса моторных программ, сулит наибольшую эффективность в игровой деятельности. Основу игрового творчества и игровой импровизации составляет креативный потенциал спортсмена, обеспечиваемый дивергентным способом мышления. К числу его характерных проявлений относятся:

1. Стремление к новизне, нестандартности игрового поведения;
2. Способность к комбинаторике и созданию новых действий на базе ранее освоенных.
3. Гибкость в действиях и способность к смене замысла и программы.
4. Способность к рефлексии в процессе осуществления своего решения.
5. Стремление к постоянному разнообразию в действиях как способу нового познания.

Доминантное значение смысловой стороны игрового действия неизбежно приводят к пониманию самого процесса обучения прежде всего как процесса формирования оперативного (тактического) мышления и развития творческих игровых способностей спортсмена. Поэтому сосредоточение внимания только на самом движении в отрыве от сигнального значения игровой ситуации и от поиска оптимального решения нарушает привычный механизм игрового действия, превращая его в бездумный ответ на сигнал, простую рефлекторную реакцию, лишенную оптимальной стратегии выбора. Практика такого обучения проявляется повсеместно и выражается в тактической бедности и недостаточной осмысленности в игре.

Наиболее продуктивен для развития интеллектуальных компонентов игрового поведения был и остается индуктивный метод обучения, выражающийся в создании условий для самостоятельного поиска игрового решения. Лучший способ реализовать его – это использование игры на всех этапах обучения содержанию игровой деятельности. При этом нужно исходить из того, что игра как дидактический метод есть наиболее концентрированное отображение проблемно-поискового метода обучения. Происходит это в силу того, что в каждой ситуации играющие встают перед необходимостью осуществить рациональный выбор цели и способа её реализации в условиях мультивариативной стратегии поведения.

Дидактически целесообразное использование игрового метода базируется на сочетании и последовательном переходе от первичного синтеза (в условиях подвижных подводящих игр) – к анализу(изучению отдельных приемов) и от него ко вторичному синтезу(проводимому вначале в упрощенных игровых условиях, затем в обычных и далее в затрудненных игровых усло-

виях).

Непосредственно сам игровой метод может быть реализован с помощью следующих дидактических средств: 1) подвижные игры подготовительные, не требующие специального обучения; 2) подвижные игры подводящие, где осваиваются отдельные элементы игровой деятельности; 3) игровые упражнения с сохранением неизменных условий; 4) игровые упражнения с изменяющимися (ограниченно) игровыми условиями; 5) учебные односторонние и двусторонние игры (со специальными правилами и условиями – в уменьшенных, неравночисленных и равных составах); 6) неофициальные соревновательные игры (со специальным подбором соперников, облегчающих закрепление изучаемого приема); 7) участие в официальных соревнованиях различного ранга.

Использование различных дидактических средств игрового метода позволяет формировать целостные поведенческие акты у занимающихся спортивными играми на всех этапах ознакомления, изучения и совершенствования в спортивно-игровой деятельности. Под этим углом зрения целесообразно вести подготовку студентов педагогических вузов, обучая их грамотному применению средств игрового метода на всех этапах обучения и тренировки занимающихся спортивными играми.

Литература:

1. *Анохин П.К.* Принципиальные вопросы общей теории функциональных систем. – М., 1971.
2. *Гордеева Н.Д., Зинченко В.П.* Функциональная структура действия. – М., 1982.
3. *Судаков К.В.* Общая теория функциональных систем. – М., 1984.

* * *

ИЗМЕНЕНИЕ СТРУКТУРЫ ЛИЧНОСТИ ПРИЗЫВНИКОВ ПОД ВЛИЯНИЕМ ОБУЧЕНИЯ В ВЫСШИХ ВОЕННЫХ УЧЕБНЫХ ЗАВЕДЕНИЯХ

О.В. Пристав

Ухудшение качественной характеристики призывного контингента (4, 5, 7, 8) обуславливает необходимость построения идеальной модели структуры личности для целенаправленного развития у юношей, в рамках подготовки к службе в ВС РФ, необходимых профессионально значимых психологических качеств.

Построение такой эталонной модели требует изучения структуры личности, сформировавшейся под влиянием обучения в высших военных учебных заведениях, на базе которых осуществляется планомерная подготовка военных специалистов, позволяющая обеспечить общественно приемлемую эффективность в данной профессиональной деятельности.

В рамках решения этой задачи были проанализированы данные, полученные в ходе психологического сопровождения учебного процесса специалистами Военно-транспортного университета Железнодорожных войск РФ с использованием многофакторного личностного опросника Р.Б. Кеттелла.

Для пилотажного исследования были взяты имеющиеся результаты трех взводов, курсанты которых успешно окончили высшее военное учебное заведение в 2002 г. Данные обследования на первом году обучения, а затем на пятом, позволяют рассмотреть динамику изменения структуры личности (первый/пятый курс).

Рассматривая полученные профили, можно сказать следующее:

– произошло изменение качества интеллектуальных функций, то есть система обучения раз-

вивает мышление курсантов, его гибкость, их креативные и аналитические способности, при этом учащиеся с трудом подчиняются стереотипам и авторитетам;

– происходит смещение в сторону эмоциональной неустойчивости, что является негативным фактором, так как эмоциональная устойчивость одна из характеристик, обеспечивающих профессиональную пригодность военнослужащих (фактор С);

– прослеживается снижение уверенности в себе (фактор Е), возрастание тревожности (фактор F), желание быть на виду, склонность к риску (фактор Н), развитие пассивности, покладистости (фактор L), не чувствительности к замечаниям и порицаниям (фактор О).

Аналогичные негативные тенденции были описаны в работе Аникиной Е.В. при изучении социально- психологической адаптации солдат к воинской службе: «...эмоциональная уравновешенность перерастает в физическую усталость и пассивность. Я-идеальное, отражавшее потребность в отстаивании собственной позиции приобретает негативно настроенную направленность к любым авторитетам, стремление к независимости через протест. ...».

Можно предположить, что выявленные изменения структуры личности обусловлено спецификой профессиональной деятельности и общения военнослужащих, но для окончательно обоснованных выводов числа испытуемых недостаточно, поэтому предложенная интерпретация носит вероятностный характер.

Исходя из данной предпосылки, подготовка призывной молодежи к специальностям военного профиля направленная на обеспечение профессиональной надежности «как способности человека выполнять предписанные функции с заданным качеством и своевременно при сохранении в допустимых пределах психофизиологической «цены» этой деятельности» (2,стр.19), особое значение в формировании которой приписывается личному фактору (3,стр.15) нуждается в поиске путей повышения функциональных возможностей психики в рамках коррекционно-развивающей работы в ходе обучения в общеобразовательных учреждениях.

* * *

СОВРЕМЕННЫМ КОНЦЕПЦИЯМ ФИЗИЧЕСКОЙ КУЛЬТУРЫ ДЕТЕЙ И МОЛОДЕЖИ — СОВРЕМЕННЫЕ ПУТИ РЕАЛИЗАЦИИ

А.П. Пустовой

За последние годы опубликовано более десяти концепций в сфере физической культуры и спорта детей и подростков. Во многих из них затрагиваются весьма сложные и актуальные проблемы совершенствования процесса физического воспитания школьников. Так весьма интересны идеи ряда специалистов (В.И. Лях, Г.Б. Мейксон, Л.Б. Кофман, 1996), представленные ими в концепции перестройки физического воспитания школьников. Авторы предполагают провести коренную перестройку физического воспитания, начиная с переориентации всего учебно-воспитательного процесса. По их мнению основное внимание в процессе учебной работы следует уделить формированию у школьников осознанной потребности в физическом совершенствовании, а также воспитанию привычек к ведению здорового образа жизни.

Совершенно по-новому предлагает взглянуть на школьный урок физической культуры один из ведущих специалистов в сфере физической культуры (В.К. Бальсевич, 1996).

В предлагаемой им концепции альтернативных форм организации физического воспитания детей и молодежи он рекомендует принципиально новую организационную стратегию физического воспитания. Ее суть заключается в том, чтобы устранить противоречия в современных порой резко противоположных подходах различных специалистов в разработке содержания учебного процесса. Так одна группа ученых призывает к повышению образовательной направленности физического воспитания, а другая к повышению физической активно-

сти школьников.

В качестве варианта решения данной проблемы автор предлагает оптимальную модель сочетания теоретических уроков физической культуры с практическими занятиями, вынесенными за рамки учебного расписания.

В решении существующих проблем школьной физической культуры следует выделить идеи В.В. Кузина (1996), которые отличаются своей новизной и оригинальностью. Автор признает значимость освоения школьниками интеллектуальных ценностей физической культуры, но первоочередными задачами на современном этапе следует считать, по его мнению, изыскание наиболее эффективных форм организации учебного процесса. Именно на этих занятиях могут быть реализованы богатейшие возможности российской науки в сфере физической культуры и спорта. Кроме этого интересно мнение В.В. Кузина по вопросу обоснованности и возможности реализации жестких требований государственного стандарта для общеобразовательных школ.

На наш взгляд, данный подход В.В. Кузина следует считать актуальным и наиболее перспективным, учитывая, что современная структура учебного процесса по физической культуре в общеобразовательной школе представляет собой набор средств, используемых для решения малозначимых задач для школьников, отражающих лишь ознакомление и бесконечное повторение одних и тех же традиционных движений. Это подтверждает многие специалисты, в частности П.А. Абзалов (2001) отмечает, что физическая культура сегодня сводится к тому чтобы «побегать и попрыгать», несмотря на наличие многочисленных научных исследований, большого количества разнообразного методического материала.

Анализируя содержание современных концепций, обращает на себя внимание принципиально новый путь реализации нововведений, предложенный Г.Н. Поповым (2001). Он предлагает подходить к решению проблем с позиции постановки научно обоснованных реальных, а не абстрактных целей обучения и воспитания, учитывая социальную значимость и современные возможности их реализации. Автор считает, что цели, поставленные в современных программах, не соответствуют коренным изменениям в нашем обществе и должны быть пересмотрены. В соответствии с этим должны быть изменены и основные задачи физической культуры, что повлечет за собой значительные перемены в программно-нормативных документах и путях их реализации.

Ведущие ученые в области физической культуры и спорта (В.И. Баландин, 1991, 1999, 2002; П.А. Виноградов, 2001 и др.) считают, что из многочисленного перечня проблем следует выделить вначале первоочередные проблемы, требующие безотлагательного решения и только затем решать другие задачи.

Наиболее актуальна на современном этапе, по мнению ученых, стоит проблема отчуждения физической культуры от самих занимающихся, от отсутствия учета интересов, мотивов и потребностей каждого учащегося.

В заключении следует отметить, что многие специалисты рассматривают решение многогранной проблемы по повышению эффективности системы физической культуры с позиции совершенствования какого-то отдельного фактора, по их мнению оказывающего наибольшее влияние на эффективность всего учебно-воспитательного процесса. К сожалению, совсем мало работ, рассматривающих воздействие комплекса важнейших факторов, определяющих эффективность целостной системы физической культуры. Именно учет воздействия комплекса взаимосвязанных и взаимовлияющих друг на друга факторов позволит не только повысить эффективность воздействия какого-либо отдельного фактора, а главное дает возможность создать управляемую систему физической культуры. Это подтверждает многолетние исследования Н.И. Паномарева (1986, 1995), А.В. Зиньковского и О.Е. Пискуна (1998, 2002), которые используя современные методы, в частности метод имитационного динамического моделирования, рекомендуют реальные пути управления сложной многофакторной системой физического воспитания молодежи.

МАССОВАЯ ФИЗИЧЕСКАЯ КУЛЬТУРА И ФИЗИЧЕСКАЯ КУЛЬТУРА МАСС: ДВЕ АНТИТЕЗЫ

Ю.Е. Рыжкин

Известно, что понятие «массовая культура» – предельно широкое, неоднородное и крайне сложное для изучения, как и само явление, определяемое этим понятием. Оно включает самые разнообразные формы деятельности, так или иначе связанных с явлением культуры: литературное и кинотворчество, мировая империя музыкального творчества, спортивные зрелища и др. В тоже время трактовка компонента данного понятия “массовая” характеризуется чрезвычайным многообразием, но исходной точкой зрения во всех случаях кладется количественный критерий – количество людей, вовлеченных в той или иной вид культурной деятельности.

Возникающие трудности в изучении данного феномена с полным основанием относятся и к такому виду культуры, как массовая физическая культура. В данный термин вкладывается разный, а подчас и прямо противоположный смысл. В одних случаях к данному понятию относят тот факт, что физическая культура считается одним из самых распространенных и доступных видов культуры, что позволяет ее считать массовым явлением, в других - критерием массовости считается количество лиц, приобщенных к физической культуре, в третьих - степень доступности тех или иных конкретных видов физической культуры на основе материальной обеспеченности разных социальных групп. В данном случае спорт рассматривается в двух измерениях – массовый, характеризующийся по степени материальной доступности относительной дешевизной и элитный, дорогостоящий. Существует деление физической культуры (спорта) по степени разделения характера труда – любительский (массовый) и профессиональный, когда спорт становится основным видом профессиональной деятельности.

Обилие частных форм физической культуры – ритмической и атлетической гимнастики, аэробики, восточных единоборств и других эклетических форм физических упражнений также создает впечатление о наличии такого явления, как массовая физическая культура. Такой взгляд открывает простор для эмпиризма, упрощенства, разного рода псевдонаучных веяний, создает только иллюзию массовости и находится в явном противоречии с возрастающей социальной значимостью физической культуры в укреплении здоровья человека, повышении его социальной активности. Деятельность этих секций носит не упорядоченный общей логикой характер, кратковременна, характеризуется отсутствием постоянного контингента занимающихся, научно-обоснованных программ и рекомендаций.

Особую группу представителей массовой физической культуры составляет группа так называемых спортивных фанатов. Принадлежность к определенной социальной группе, объединенной общими интересами, функционирующей в ограниченном пространстве и времени (во время спортивных соревнований на стадионе), наличие спортивной атрибутики, имеющей чисто символическое, а не функциональное значение способствует тому, что в этой группе наиболее ярко проявляются такие социально-психологические феномены, как подражание, внушение, заражение. Спортивная игра, ее качество и содержание для них имеют весьма косвенное значение и представляют собой лишь некий фон, на котором разворачиваются и действуют эти феномены. Гедонистические потребности, получение удовольствия от спортивного зрелища, существующей рекламы, спортивной символики выступают определяющими в их поведении в ущерб культурно-познавательным, эстетическим, нравственным. Фанаты выступают потребителями физической культуры, частью отрасли физкультурной индустрии. Наши исследования показывают, что подавляющее число фанатов весьма далеки от активной физкультурной дея-

тельности и рассматривают спортивное зрелище как средство эмоциональной разрядки, свободы воли, формы заполнения свободного времени. Пассивное, искаженное восприятие физкультурных ценностей может превратиться в одно из опасных средств воздействия на сознание молодых людей. Спортивные фанаты создают лишь впечатление о массовом спортивном движении и не отражают саму сущность физической культуры, как социального явления.

Большая роль в пропаганде физической культуре отводится средствам массовой информации (медиа-масс). Различие между традиционными спортивными зрелищами и массовыми средствами информации, пропагандирующими физическую культуру заключается в том, что, имея сходство в демонстрации двигательных действий, они отличаются способом их восприятия. Это позволяет отделить теорию спортивного зрелища от теории информации. Медиа-масс оказывают воздействие на численно большие, социально неоднородные, рассредоточенные в пространстве группы людей и представляют собой современные формы регуляции социального поведения. Они прививают привычку жить по задаваемым образцам, к пассивному визуальному восприятию физической культуры и спорта. Спортивные зрелища на стадионе в отличие от медиа-масс нельзя тиражировать, они функционируют в определенном пространстве и времени и группы потребителей зрелища как правило социально однородны.

Физическая культура масс – не тождественна массовой физической культуре, она качественно иное массовидное явление, нежели массовая физическая культура, более того, является ее прямой антитезой. Физическая культура масс – это, прежде всего, глубокое овладение массами физкультурным достоянием человечества за всю историю его существования, это процесс и результат поступательного развития самой физической культуры, основанные на активном сознательном участии человека в ее создании и освоении. Она является важным элементом общечеловеческой культуры.

Основой и движущей силой человеческого поведения являются потребности и интересы. Богатство человеческой личности и заключается в разнообразии ее потребностей и интересов. Направление, способы и средства удовлетворения потребностей определяют и формируют социальную и нравственную ценность личности. Ведущими потребностями физической культуры масс являются культурно-познавательные, эстетические, нравственные, включающие культуру тела, движений, культуру здоровья – психофизического и душевного, адекватного восприятия окружающего мира, а эти элементы составляют содержание общечеловеческой культуры. Организаторы последнего чемпионата мира по футболу наглядно показали как спортивное зрелище может стать важным средством формирования общечеловеческой культуры, а не только средством удовлетворения чисто спортивных, утилитарных, прагматических интересов.

Каковы же пути формирования физической культуры масс? Отдельные вопросы этой проблемы уже рассматривались в работах В.К. Бальсевича, В.М. Выдрина, Л.И.Л. Убышевой, Ю.М. Николаева и др. Как показывают эти исследования и опыт практики, путь простого просвещения через средства массовой информации и даже принуждения малоэффективен. Повышение всеобщей грамотности и общечеловеческой культуры, осознание значимости здоровья и здорового образа жизни для полноценного существования каждой личности, включение ее в активную двигательную деятельность может дать положительные результаты.

Выделенные различия между массовой физической культурой и физической культурой масс показывают, что первый термин употребляется некорректно, он не отражает основную предназначенность физической культуры – формирование здоровья человека, повышение его социальной активности и этот термин, как схожие с ним термины – массовая оздоровительная физическая культура, оздоровительно-массовая физическая культура, спорт для всех и другие в настоящее время утрачивают свое значение.

* * *

К ВОПРОСУ О СОВЕРШЕНСТВОВАНИИ ПРОГРАММ ПО ГИМНАСТИКЕ ДЛЯ СТУДЕНТОВ ДОШКОЛЬНОГО ОТДЕЛЕНИЯ ФАКУЛЬТЕТА ФИЗИЧЕСКОЙ КУЛЬТУРЫ.

Е.Г. Сайкина, А.В. Рахманов

Состояние здоровья подрастающего поколения в настоящее время вызывает особую озабоченность в государстве и обществе. По данным НИИ гигиены и охраны здоровья детей и подростков РАМН за последнее время число здоровых дошкольников уменьшилось в 5 раз и составляет всего 10 % среди контингента детей, поступающих в школу.

Поэтому возникла острая потребность в высококвалифицированных педагогических кадрах, имеющих специальное высшее образование и владеющих современными педагогическими технологиями.

Введение новых государственных образовательных стандартов предполагает повышение требований к качеству учебного процесса и, как следствие, уровню профессиональной подготовленности студентов.

Совершенно очевидно, что, с одной стороны, учебный процесс должен иметь особенности, отражающие специфику данного направления в подготовке педагогов. С другой стороны, характеристика состава обучающихся по многим показателям (физическая подготовка, психические и личностные свойства) должна быть адекватны характеру педагогической деятельности.

Проанализировав существующие программы по физическому воспитанию в дошкольных учреждениях можно сказать, что большое внимание уделяется общеразвивающим упражнениям, прикладным упражнениям (лазание, метание, прыжки, равновесие), подвижным играм, а также основным видам движений (ходьба, бег и т.д.).

В некоторых программах (в основном программах дополнительного образования) включены упражнения современных оздоровительных видов гимнастики: танцевально-ритмической, ритмопластики, игрового стретчинга и др.

Большое внимание в физкультурно-оздоровительной работе, особенно в режиме дня дошкольников уделяется таким формам физической культуры как: физкультпаузы, физкультминутки, подвижные игры. Здесь присутствуют упражнения для развития дыхательной системы и закаливающие процедуры.

Однако можно отметить, что в некоторых программах для дошкольных учреждений недостаточно полно раскрыт раздел «физическое воспитание», видимо, это связано с тем, что количество и качество специалистов по физической культуре для дошкольников на данном этапе не вполне отвечает социальному запросу.

Высококвалифицированный специалист по физическому воспитанию для дошкольных учреждений должен обладать определенным арсеналом профессиональных качеств руководителя физического воспитания. В связи с этим нами было проведено исследование по определению наиболее важных профессиональных качеств руководителя по физическому воспитанию в дошкольных образовательных учреждениях.

В анкетировании приняли участие руководители и одни из ведущих специалистов по физическому воспитанию дошкольников.

В результате проведенного исследования выявлены наиболее важные составляющие профессиональных качеств руководителя физического воспитания в ДОУ.

К наиболее важным качествам в двигательной подготовленности относятся: координация движений – 95%, гибкость – 40,5%, быстрота движений – 40,5%.

Среди качеств характеризующих состояние психических процессов выделились: восприятие пространства – 62%, концентрация (57%) и переключение внимания (45%), и сообразительность – 45%.

Среди личностных свойств: целеустремленность, требовательность – 30,5%, дисциплиниро-

ванность, организованность – 39%.

В результате проведенного исследования специалистов и анализа программ по физическому воспитанию для дошкольных учреждений, в программу по гимнастике для дошкольного отделения факультета физической культуры можно внести определенные коррективы, т.к. при подготовке специалистов для дошкольных учреждений необходимо учитывать специфику и особенности преподавания у детей дошкольного возраста.

В большей части программного материала внимание должно уделяться прикладным и общеразвивающим упражнениям. Занятия по гимнастике должны включать подвижные игры и эстафеты с гимнастической направленностью, полосы препятствий и игры на внимание. Студенты должны уметь применять при обучении гимнастическим упражнениям игровой и соревновательный методы, владеть качественным зеркальным, выразительным показом, так как в дошкольном возрасте он является одним из главных методов обучения. Уметь использовать при обучении упражнениям ориентиры, ограничители, образы. Грамотно применять на занятиях музыкальное сопровождение и владеть проведением общеразвивающих упражнений под музыку.

В практический раздел программы следует добавить упражнения, способствующие в первую очередь развитию координации, гибкости и быстроты движений.

Необходимо сделать акцент на упражнения, развивающие концентрацию и переключение внимания, восприятие пространства и мышечных усилий.

При воспитании нравственных качеств особое внимание уделить целеустремленности, дисциплинированности, организованности, вежливости и доброте.

* * *

ОБОСНОВАНИЕ МЕТОДА МОНИТОРИНГА ФУНКЦИОНАЛЬНОГО СОСТОЯНИЯ ОРГАНИЗМА СПОРТСМЕНА В УСЛОВИЯХ ГИПЕРБАРИЧЕСКОЙ ОКСИГЕНАЦИИ

А.И. Селивра, З.В. Коломиец, А.Г. Щуров

Гипербарическая оксигенация (ГБО), т.е. дыхание кислородом под повышенным давлением, является важным методом восстановления и стимуляции работоспособности спортсменов. Его эффективность и безопасность зависит от умения выбирать адекватную для каждого больного дозу гипербарического кислорода (ГК), которая характеризуется парциальным давлением кислорода (pO_2), экспозицией, интервалами между сеансами ГБО, продолжительностью курса применения.

В настоящее время в распоряжении специалистов имеется большой выбор методов контроля за эффективностью и безопасностью ГБО. Однако большинство из них не способно дать ответ о состоянии организма в реальном масштабе времени, так как по различным, в первую очередь техническим, причинам они не могут применяться непосредственно во время процедуры ГБО. Эти методы позволяют определить различия в показателях состояния организма до и после воздействия гипербарического кислорода (ГК), что исключает коррекцию и затрудняет выбор индивидуальных оптимальных доз ГК непосредственно в процессе сеанса ГБО.

Разработанная нами концепция механизма физиологического (дотоксического) действия на организм человека повышенных давлений кислорода позволяет устранить данную проблему. Согласно этой концепции в ответ на физиологическое действие ГК происходит расширение функциональных резервов организма в целом и отдельных его систем в результате усиления (активации) наиболее молодых в эволюционном отношении процессов и функций. Вследствие

этого направленность изменений ряда показателей функционального состояния организма в рамках физиологического действия ГБО совпадает с вектором их изменений в ходе индивидуального развития организма и в процессе роста тренированности спортсмена.

Предлагаемый метод мониторинга основан на отслеживании с помощью электроэнцефалографа и компьютера в реальном масштабе времени изменений показателей ЭЭГ в условиях ГБО и их физиологической оценке.

Фактически в исследованиях, в которых производили непрерывный спектральный анализ ЭЭГ в диапазонах альфа- и дельта-частот, наиболее благоприятному эффекту ГБО соответствовало увеличение мощности биопотенциалов в диапазоне альфа-частот и уменьшение мощности биопотенциалов в диапазоне дельта-частот. Напротив, в случае достижения критической дозы ГК (чаще всего при удлинении экспозиции) вектор наблюдаемых изменений спектральных характеристик ЭЭГ подвергается реверсии. Следовательно, главными критериями состояния ЦНС являются не количественные изменения тех или иных параметров, значения которых обычно трудно оценить в реальном масштабе времени, а устойчивая реверсия вектора наблюдаемых изменений, возникающая в случае передозировки ГК.

В заключение отметим, что мониторинг состояния организма по изменению отслеживаемых показателей отнюдь не предполагает подмену врача или физиолога, применяющих метод ГБО, а направлен только на повышение точности проводимых врачом оценок и, следовательно, на повышение эффективности и безопасности метода ГБО.

* * *

ВОССТАНОВЛЕНИЕ И СТИМУЛЯЦИЯ РАБОТОСПОСОБНОСТИ СПОРТСМЕНОВ С ПОМОЩЬЮ ГИПЕРБАРИЧЕСКОЙ ОКСИГЕНАЦИИ

А.И. Селивра, А.Г. Щуров

Поиск путей интенсификации тренировочного процесса и повышения мастерства спортсменов позволил высказать предположение о целесообразности широкого использования такого метода как гипербарическая оксигенация (ГБО), то есть дыхание кислорода под повышенным давлением.

Этот метод пришел в спортивную практику на смену применения кислорода в обычных (нормобарических) условиях.

В разные годы кислород как средство восстановления работоспособности в спортивной практике с большей или меньшей популярностью применялся в виде «кислородных коктейлей», общих и местных «кислородных душей», а также путем вдыхания увлажненного кислорода. Метод дыхания кислородом под повышенным давлением для ускоренного и полноценного восстановления функционального состояния организма спортсменов после выполнения физических нагрузок и для повышения их работоспособности начал применяться в последние десятилетия.

Метод в спортивную практику заимствован из физиологии военно-морского труда и гипербарической медицины. В лечебной практике его использование получило название оксигенобаротерапия (ОБТ). Накопленный обширный материал свидетельствует о том, что ОБТ обладает выраженным благоприятным влиянием на деятельность функциональных систем организма, существенно повышает возможности для мобилизации его физиологических и психофизиологических резервов, для повышения иммуно-биологической защиты, способствует ликвидации общей и местной гипоксии (А.Г. Жиронкин, 1972). Это позволило предположить, что дыхание кислородом под повышенным давлением можно использовать не только для лечения больных,

но для восстановления работоспособности здоровых людей, спортсменов.

Наиболее ранние материалы о применении гипербарической оксигенации в спортивной практике были опубликованы сотрудниками кафедры физиологии подводного плавания и аварийно-спасательного дела ВМА им. С.М. Кирова. Эти данные стали отправными при поиске нами наиболее оптимальных режимов применения ГБО в подготовке спортсменов высокой квалификации: парциальное давление кислорода (pO_2), экспозиция, количество сеансов, взаимосвязь различных нагрузок тренировочного процесса и восстановления работоспособности с помощью ГБО.

Сущность этого метода заключается в том, что при дыхании кислородом под повышенным давлением происходит увеличение емкости жидких сред организма для кислорода, составляющих около 70% массы тела (кровь, лимфа, тканевая жидкость и т.д.), что в конечном счете ведет к развитию гипероксии, то есть повышенному содержанию (напряжению) кислорода в жидкостях и тканях организма, и является основой физиологического или патологического эффекта.

Увеличение кислородной емкости жидких сред организма происходит в соответствии с законом Генри-Дальтона, согласно которому газы растворяются в жидкостях пропорционально их парциальным давлениям.

В обычных условиях основной путь транспорта кислорода кровью состоит в переносе его в виде оксигемоглобина (HbO_2) и лишь незначительная его часть транспортируется в физически растворенном виде. Так, расчетным и эмпирическим способами установлено, что минутным объемом крови (5000 мл) у взрослого человека в состоянии оперативного покоя около 1000 мл кислорода транспортируется в связанном с гемоглобином (Hb) состоянии и только около 15 мл - в физически растворенном виде.

Следует отметить, что для обеспечения нормальных окислительно-восстановительных процессов взрослый человек в состоянии покоя потребляет 225-250 мл кислорода в мин., то есть находящийся в капиллярах оксигемоглобин диссоциирует не весь, а лишь его часть, а оставшаяся часть (750 мл) составляет физиологический резерв ($1000 - 250 = 750$ мл). При физических нагрузках величины этих показателей изменяются пропорционально увеличению минутного объема крови.

При увеличении содержания кислорода во вдыхаемой газовой смеси повышается парциальное давление кислорода (pO_2) в альвеолярном воздухе. Так, при дыхании кислородом в нормобарических условиях ($pO_2 = 0,1$ МПа), например, при оксигенотерапии, pO_2 в альвеолярном воздухе становится равным 550-560 мм рт. ст., что в 5 раз больше по сравнению с дыханием воздухом в этих условиях (100-110 мм рт. ст.). Следовательно, в этом случае кислорода в растворенном виде в крови будет доставляться тканям в количестве 75 мл в мин ($15\text{мл} \times 5 = 75$ мл).

При дыхании кислородом в условиях повышенного давления, например, на одну избыточную атмосферу ($pO_2 = 0,2$ МПа) физически растворенного в крови кислорода будет содержаться 150 мл ($75\text{ мл} \times 2 = 150\text{ мл}$), а при общем давлении в две избыточные атмосферы ($pO_2 = 0,3$ МПа) - 225 мл ($75\text{мл} \times 3 = 225\text{ мл}$), то есть как раз то количество кислорода, которое необходимо для обеспечения всех окислительно-восстановительных процессов в организме человека. В последнем случае, то есть при pO_2 , равном 0,3 МПа, оксигемоглобин не диссоциирует в тканевых капиллярах, он выключается из транспорта как переносчик кислорода, становится как бы ненужным (А.И. Говоров, А.Ф. Панин, 1966; С.Н. Ефуни, 1986). С другой стороны, что не менее важно, такой процесс насыщения крови кислородом в условиях гипербарической оксигенации обеспечивает высокий градиент напряжения кислорода на уровне каскада тканевой капилляр - ткань, что обуславливает увеличение «кислородного потока», то есть количества кислорода, проходящего через ткань в одну минуту, или, иными словами, увеличивает объемную скорость прохождения кислорода через ткань. Даже при сравнительно низкой скорости капиллярного кровотока высокое артериальное парциальное напряжение кислорода обеспечивает более интенсивную диффузию его в ткани, а следовательно возмещает возможный дефи-

цит кислорода для обеспечения обменных процессов.

Именно благодаря способности гипербарической оксигенации компенсировать метаболические потребности организма в кислороде при снижении скорости кровотока в целом или отдельных участках тела, возможны многие важные положительные эффекты, возникающие в организме спортсмена. Так, расчетные данные показывают, что при повышении содержания кислорода в артериальной крови до 25% по объему можно удовлетворить метаболические потребности тканей даже при снижении скорости кровотока наполовину (Б.В. Петровский, С.Н. Ефуни, 1976).

Увеличивая кислородную емкость жидких сред организма, гипербарическая оксигенация способствует повышению содержания кислорода в тканях, что приводит к образованию некоторого резерва кислорода.

Говоря о запасах кислорода, образующегося в организме спортсмена после предварительного дыхания кислородом под давлением, следует обратить внимание на то, что до настоящего времени не существует единого мнения по поводу «места» формирования этих запасов. Так, одни авторы (В.И. Бураковский, Л.А. Бокерия, 1974) учитывают кислород, который может быть растворен во всех жидких средах организма, в том числе во внутриклеточной. Другие (И.П. Березин, 1969) считают, что в условиях ГБО реально возрастает только количество кислорода в плазме крови, которая составляет всего 6% общего объема всех жидкостей тела, а в клетках содержание кислорода если и увеличивается, то весьма незначительно в связи с постоянным его потреблением.

Несмотря на различия в подходах определения резервов кислорода, большинство ученых едины во мнении, что в целом запасы эти невелики и не дают оснований рассчитывать на увеличение работоспособности спортсменов за счет реализации депо кислорода, образующегося в организме спортсмена в результате предварительного дыхания кислородом под повышенным давлением. Так, по данным первой группы исследователей кислородный резерв организма при дыхании кислородом даже при давлении 0,3 МПа может достигать всего лишь 3,5 л, что достаточно для дыхания здорового человека, находящегося в покое в течение 8-12 мин., а по мнению второй группы авторов кислородная емкость всей массы крови при этом увеличивается всего на 0,3-0,4 л, что обеспечивает потребности организма в покое дополнительно лишь на 1-2 мин. Необходимо подчеркнуть, что даже максимальный предел, равный 3,5 л депонированного кислорода не может играть существенной роли при выполнении физической работы.

Тем не менее, в общих чертах основные преимущества ГБО по сравнению с дыханием кислородом в нормобарических условиях сводятся к следующему. Гипербарическая оксигенация, во-первых, компенсирует практически любую форму гипоксии, в том числе гемодинамическую, которая имеет место, в частности, при выполнении тяжелой физической работы у спортсменов (гиперметаболическая гипоксия); во-вторых, существенно удлиняет расстояние эффективной диффузии кислорода в тканях; в-третьих, обеспечивает метаболические потребности тканей при снижении объемной скорости кровотока, и, наконец, в-четвертых, создает определенный резерв кислорода в организме.

В то же время практический опыт и научные исследования многих ученых показывают, что действие гипербарической оксигенации не может быть объяснено только с позиции физико-химической теории, так как действие кислорода под повышенным давлением не сводится к простой ликвидации гипоксии.

На сегодняшний день наиболее полной концепцией, объясняющей многие вопросы положительного влияния гипербарической оксигенации на организм человека, является адаптационно-метаболическая концепция А.И. Леонова (1994), который первым увязал ГБО с процессами адаптации. Эта теория получила дальнейшее развитие в работах С.О. Киселева (1998).

Согласно этой теории ключевая роль в механизме действия гипербарической оксигенации на организм принадлежит гипербарии, которая является главным действующим началом в этом процессе. Вполне понятно, что именно величина давления предопределяет степень растворимости газов в плазме, обуславливает параметры внешней, а, следовательно, и внутренней сре-

ды организма, являясь пусковым механизмом изменений в состоянии организма.

Процессы, происходящие в организме при воздействии на него ГБО и составляющие основу механизма ее действия можно свести к следующим:

1) формирование неспецифических и специфических адаптационных реакций организма в ответ на изменение условий внешней (давление, газовый состав, замкнутый объем и др.) и внутренней (гипероксемия и пр.) сред, что приводит опосредованно через гипоталамо-гипофизарную и симпато-адреналовую системы к функциональным и метаболическим перестройкам в организме на разных уровнях;

2) стимуляция, а точнее нормализация, биоэнергетических процессов в поврежденных тканях и органах за счет воздействия на митохондриальное окисление (аккумуляция и депонирование энергии в виде АТФ и др.) в связи с устранением кислородного дефицита в очагах повреждения с последующим перераспределением этой части энергии на другие нужды макроорганизма;

3) дезинтоксикационный эффект (влияние на микросомальное окисление);

4) создание благоприятных условий для устранения гипоксии, обусловленной затруднением доставки кислорода к мишени (органу, ткани, клетке), за счет повышенного содержания кислорода в плазме и увеличения кислородной емкости крови в целом под влиянием избыточного барометрического давления;

5) комбинация вышеуказанных эффектов.

То, что процедура ГБО является для человека экстремальной ситуацией, влекущей за собой целый ряд изменений во внутренней среде организма, а это, в свою очередь, приводит в движение механизмы адаптации на всех уровнях, дает право утверждать, что ГБО является мощным адаптогеном. Если при этом учесть, что в управлении гомеостазом ведущая роль отводится лимбической системе, в частности, гипоталамусу и ретикулярной формации (А.М. Вейн и др., 1981), есть все основания считать, что влияние данного метода, в первую очередь распространяется на указанные структуры головного мозга, регулирующие все жизненно важные процессы в организме. Отсюда ГБО можно рассматривать и как своего рода биогенный стимулятор, а скорее даже как модулятор регуляторных функций ЦНС. Здесь важно заметить, что из всех известных положительных эффектов ГБО в каждом конкретном случае проявляются именно те из них, в которых у организма есть потребность, то есть направленность воздействия имеет выраженную избирательность и ориентацию. Это лишний раз указывает на то, что основной точкой приложения гипербарической оксигенации являются структуры ЦНС, ответственные за поддержание нормальной функции всех систем организма и гомеостаза в целом.

Если адаптационные реакции, развивающиеся в ответ на воздействие ГБО, формируются при непосредственном участии ЦНС, то их реализация осуществляется опосредованно через гормональную и вегетативную нервную системы, которые направляют и контролируют через обратную связь соответствующие ферментативные процессы. Следовательно, они тоже вовлекаются в сферу влияния ГБО. А это означает, что изменение функции определенных органов и систем, имеющее место при ГБО, осуществляется через указанные системы.

Таким образом, основу положительного (благоприятного) эффекта ГБО составляют:

- неспецифическое действие, связанное с относительно кратковременными периодическими дозированными изменениями среды обитания человека и происходящими в соответствии с этим изменениями во внутренней среде организма, что влечет за собой выработку и закрепление неспецифических адаптационных реакций;

- специфические адаптационные (физиологические и биохимические) реакции организма в ответ на гипероксемию;

- специфическое действие на патологические процессы, причиной развития которых явилась гипоксия вследствие различных нарушений транспорта кислорода к органам и тканям;

- отчасти психотерапевтическое действие;

- взаимосвязанное и взаимодополняющее одно другим специфическое, неспецифическое и психотерапевтическое действие, разнообразные их комбинации с преобладанием того или ино-

го начала в зависимости от конкретной ситуации.

Наряду с положительным действием гипербарического кислорода необходимо необходимо несколько слов сказать об отрицательном его действии при определенных условиях.

Действие кислорода на различные функции организма до появления начальных признаков отравления считается физиологическим. По мнению ученых (А.Г. Жиронкин, 1972; С.Н. Ефуни, 1986; А.И. Леонов, 1994 и др.; А.И. Селивра.1983) физиологическое влияние кислорода следует рассматривать как несколько условное понятие, так как, например, изменения метаболизма на молекулярном уровне, имеющие отношение к кислородной интоксикации, возникают еще задолго до появления клинически выраженного токсического действия кислорода. Поэтому при действии ГБО часто бывает затруднительным провести четкую грань между её физиологическим и начинающимся токсическим эффектом, так как оба эти эффекта связаны с реализацией высокого окислительного потенциала гипероксии.

В целом, в настоящее время есть основания полагать, что благоприятные эффекты гипероксии реализуются на фоне разворачивания приспособительных реакций на различных уровнях функционирования организма. При этом ведущая роль в уравнивании организма с внешней средой принадлежит нервной системе. Возникающие при гипербарической оксигенации изменения со стороны центральной и вегетативной нервной системы зависят от величины и продолжительности действия повышенного давления кислорода (хроноконцентрационный эффект), типа нервной системы и индивидуальной чувствительности человека к кислороду.

Литература:

1. *Березин И.П.* Экспериментальное изучение проблемы применения повышенного давления кислорода в хирургии: Дис. ... д-ра мед. наук. – М., 1969.
2. *Бураковский В.И., Бокерия Л.А.* Гипербарическая оксигенация в сердечно-сосудистой хирургии. – М.: Медицина, 1974. – 336 с.
3. *Вейн А.М., Соловьева А.Д., Колосова О.А.* Вегетососудистая дистония. – М.: Медицина, 1981.
4. *Говоров А.И., Панин А.Ф.* О биологическом действии высоких давлений кислорода на организм человека и животных // Военно-медицинский журнал. – 1966, № 2. – С. 26-30.
5. *Ефуни С.Н.* (ред.) Руководство по гипербарической оксигенации (Авт.: А.Ю. Аксельрод, Л.Д. Ашурова, Н.Н. Бажанов и др. – М.: Медицина, 1986. – 416 с.
6. *Жиронкин А.Г.* Кислород: Физиологическое и токсическое действие. - Л.: Наука, 1972. – 172 с.
7. *Киселев С.О.* Новая версия саногенеза оксигенобаротерапии (Адаптационно-физиологическая концепция) // Гипербарическая физиология и медицина. - № 2. – 1998. – С. 3-14.
8. *Леонов А.Н.* Гипероксия. Адаптационно-метаболическая концепция саногенеза.// Бюллетень гипербарической биологии и медицины. – Т. 1. – №1-4. – Т. 2, № -4. – Воронеж, 1994.
9. *Петровский Б.В., Ефуни С.Н.* Основы гипербарической оксигенации. – М.: Медицина, 1976. – 346 с.
10. *Селивра А.И.* Гипербарическая оксигенация. Физиологические механизмы реакций центральной нервной системы на гипероксию. – Л.: Наука, 1983. – 283 с.

* * *

ВЛИЯНИЕ СПОРТИВНОЙ СПЕЦИАЛИЗАЦИИ НА ФОРМИРОВАНИЕ ПРОФЕССИОНАЛЬНО ЗНАЧИМЫХ КАЧЕСТВ БУДУЩИХ ПЕДАГОГОВ ПО ФИЗИЧЕСКОЙ КУЛЬТУРЕ

Предметно-практическая подготовка будущих педагогов по физической культуре по профилю профессиональной деятельности включает в процессе их обучения освоение базовых физкультурно-спортивных видов и педагогическое физкультурно-спортивное совершенствование на основе избранной спортивной специализации.

Занятия по спортивной специализации направлены на формирование основных составляющих профессионализма педагога по физической культуре, способствуют удовлетворению интереса и потребностей студентов в индивидуальном спортивном совершенствовании.

Как отмечает К.К. Платонов (О системе психологии. – М.: Мысль, 1972, – С. 160), каждая определенная деятельность предъявляет те или иные определяемые ее структурой требования к личности ее выполняющей или ею обучающейся. Руководствуясь данным положением нами предпринята попытка выявить особенности влияния различных видов спортивной специализации на формирование качеств личности, значимых для спортивного совершенствования и профессионализма будущих педагогов по физической культуре.

Актуальность решения данного вопроса определяется необходимостью научно-обоснованных знаний о расширении возможностей повышения качества подготовки специалистов физической культуры в процессе обучения их в вузе.

Для определения особенностей влияния спортивной специализации на формирование профессионально значимых качеств педагога по физической культуре нами проведено анкетирование специалистов имеющих многолетний опыт спортивной и педагогической деятельности в видах спорта с предельным проявлением физических и психических качеств. В анкетировании приняли участие 189 экспертов. Из них – 96 имеют звание мастера спорта, 2 – мастера спорта международного класса и 2 – заслуженных мастера спорта. Состав респондентов по спортивной специализации: 31,8% составили представители преимущественно скоростно-силовых видов спорта (спринтерские дистанции в плавании, тяжелая атлетика, легкая атлетика), 25,7% – различные виды единоборств, 21,7% – гимнастические виды, 20,8% – спортивные игры.

Экспертные листы включали 55 качеств, каждое из которых по значимости для спортивной специализации оценивалось по трехбалльной шкале.

В результате статистической обработки экспертных листов и анализа полученных данных выявлены различия исследуемых качеств по их значимости для достижения эффективных и надежных результатов в спортивной специализации. В видах спорта со скоростно-силовой направленностью наибольшую оценку получили – трудолюбие (3,0), воля к победе (2,86), настойчивость (2,82), выдержка (2,82). В единоборствах – воля к победе (2,97), самообладание (2,88), решительность (2,88), мгновенное видение ситуации (2,88). В гимнастических видах спорта – творческое отношение к делу (3,0), ответственность и трудолюбие (2,93). Участники анкетирования специализации спортивные игры наиболее значимыми качествами выделили – чувство долга, общительность, моторная активность (2,99).

Результаты проведенного исследования свидетельствуют о различном влиянии видов спортивной специализации на формирование структуры качественных характеристик личности спортсменов. Эти различия необходимо учитывать в предметно-практической подготовке по спортивной специализации будущих педагогов по физической культуре.

* * *

О ВЗАИМООТНОШЕНИЯХ ПАРТНЕРОВ В АКРОБАТИЧЕСКОМ РОК-Н-РОЛЛЕ

Н.Ю. Соболева, С.В. Ятманов

Акробатический рок-н-ролл является парным видом спорта, поэтому вопрос о взаимоотношениях между партнерами заслуживает особого внимания.

Подготовка спортсменов в парных видах спорта включает помимо повышения спортивного мастерства, обязательную ориентацию на психологические особенности партнеров и их совместимость. В более выгодной позиции на выступлениях оказываются, те пары, у которых уровень взаимоотношений между партнерами высок. Тренеру при создании пары и совместной тренировочной работе необходимо учитывать различные факторы, связанные с психологическими особенностями взаимодействия партнеров, такие как совместимость, прочность взаимоотношений, сработанность и т.д.

Проанализировав научную и научно-методическую литературу, мы пришли к выводу, что совместимость в парах, занимающихся акробатическим рок-н-роллом, будет включать в себя три компонента: 1) структурный, 2) функциональный и 3) адаптивный.

К структурному компоненту относятся межличностные отношения (дружеские, приятельские, товарищеские).

К функциональному компоненту относится станцованность – это взаимопонимание между партнерами при одинаковом развитии у них определенных двигательных качеств.

В адаптивный компонент входит длительность взаимоотношений, которые влияют на результативность соревнований.

Адаптивный компонент будет включать в себя структурный и функциональный компоненты.

По результатам анкетирования тренеров и ведущих спортсменов в акробатическом рок-н-ролле основными качествами, влияющими на положительные межличностные отношения между партнерами, являются дружеские отношения, умение поддерживать друг друга и заинтересованность в тренировочном процессе.

По наблюдениям спортсменов на соревнованиях, те пары, взаимоотношения которых носят дружеский характер, ответственное отношение друг к другу, сопереживание в удачах и неудачах имеют более высокую результативность. При этом в каждой паре наблюдается лидер. Таким лидером, чаще всего, является партнерша.

Таким образом, совместная деятельность пары и её результат составляют практический компонент взаимодействия, а эмоциональный и когнитивный компоненты определяют качество взаимоотношений спортсменов. При исследовании взаимодействия в спортивных парах следует, рассматривать эти явления в целом с учетом всех трех компонентов межличностного взаимодействия форм, типов и видов взаимодействия и взаимоотношений в паре.

* * *

ИЗ ОПЫТА ОБУЧЕНИЯ ИГРЫ В БАСКЕТБОЛ

В.Н. Соколов, Г.Н. Соколова

Совершенствование технико-тактических приемов в баскетболе на этапе начального обучения, качество и оценка их выполнения осуществляется в учебных играх. Успешное выполнение игровых приемов в двусторонних играх требует от участников соблюдения определенных условий их выполнения. Например, овладение мячом, при игре в защите, должно осуществляться за счет его перехвата и передачи, после отскока от площадки или отскока от щита, а не выбиванием или вырыванием у соперника.

Участники игры должны неукоснительно выполнять задание-установку преподавателя на

соблюдение определенных игровых заданий в конкретных игровых ситуациях. Не соблюдение установочных требований приводит к тому, что каждый игрок команды стремится оказать помощь партнеру с мячом или поддержать партнера, осуществляющего опеку соперника. В первом случае образуется «скопление» игроков, где каждый старается «облегчить» задачу игрока с мячом, что в итоге может привести к потере мяча. Во втором случае, один из нападающих останется без опеки защитника, что приведет к численному преимуществу атакующих игроков.

Качество овладения технико-тактическими приемами игры оценивается целесообразностью их применения в конкретных игровых ситуациях, а также в определении и выборе средств для их реализации. Например, игрок обыгрывает очередного соперника с помощью ведения мяча, не смотря на то, что его партнер, освободившись от опеки соперника, вышел на удобную позицию для броска мяча по кольцу. В этом случае, ведение «из грозного оружия атаки, превращается в пустое постукивание мяча об пол.

На основании выше изложенного предлагаются примерные варианты двусторонних игр, содержание которых определено конкретными задачами обучения. При этом игра сохраняет свое назначение, способствует совершенствованию технико-тактических приемов, а также решает задачи изучения и совершенствования различных взаимодействий игроков.

1. «Баскетбол без ведения мяча».

Ведение мяча в баскетболе является одним из основных технико-тактических приемов, которое позволяет игроку решать множество задач, возникающих во время игры. Оно может выполнять функцию не только самостоятельного приема, но быть одним из компонентов при подготовке передач, бросков мяча по кольцу в движении и т.п. Успешность выполнения игровых приемов в сочетании с ведением мяча во многом определяется технико-тактической подготовленностью игроков. Сохраняя скорость передвижения с мячом, и используя при этом различные варианты ведения, игрок имеет возможность выполнять маневрирование. Это создает условия не только для обыгрывания соперника, но и для организации атаки корзины соперника.

Данная игра проводится по правилам соревнований, но с запретом выполнения передвижения игроков с ведением мяча. Возможны исключения, позволяющие выполнить ведение мяча, например при плотной опеке игрока.

Однако, как показывает практика, использование ведения мяча (на втором, третьем занятии обучения) в учебных играх оказывает негативное влияние на соблюдение принципов командной игры. Использование ведения мяча в игре у начинающих превращается в самоцель. Недостаточное владение техникой его выполнения, а также неумение контролировать обстановку на площадке приводит к большому количеству ошибок. Это выражается в том числе в не целесообразном его использовании и злоупотреблении ведением мяча, что способствует появлению в команде «солистов», которые лишают других игроков возможности проявить себя.

Кроме того, злоупотребление ведением мяча, в отдельных случаях «исключает» выполнение некоторых технических приемов. Так, при ловле мячей высоколетящих и на уровне груди, после остановки, вместо поворота или продолжения движения с мячом (не более двух шагов), игрок не оправданно выполняет одно или двух ударное ведение. При этом, какого либо преимущества в игровом пространстве он не получает.

Кратковременное или частичное исключение ведения мяча из игры оказывает положительное воздействие на формирование у занимающихся способность к коллективным действиям. Это находит свое отражение в том, что игроки больше перемещаются по площадке, при этом ориентируясь не только на голос или подсказку партнера, а в соответствии с игровой ситуацией.

2. «Баскетбол с ограничением ведения мяча».

В процессе проведения игры без ведения мяча, когда активные действия игроков защиты превышают активность игроков нападения, появляется необходимость в использовании ведения мяча. Действия игрока владеющего мячом, в этом случае должны быть направлены на то, чтобы преодолевая давление со стороны защитника сохранить мяч. Это возможно за счет ве-

дения мяча с изменением направлением и скорости, а также в сочетании с поворотами и финтами. Длительный контроль мяча (многоударное ведение), позволяет игроку «убить время», тем самым, предоставив партнеру освободить от опеки или завершить выход на позицию, удобную для ловли мяча и последующего броска в корзину.

Кратковременный контроль мяча («короткое» ведение – два-три удара мяча в пол), используется игроком при передаче мяча партнеру, занявшему выгодную позицию на значительном расстоянии от него. В этом случае ведение создает условия для дополнительного ускорения игроком, способствующего увеличению скорости полета мяча при передаче. Целесообразным является использование «короткого» ведения мяча и при броске в корзину в прыжке. Оно не только ускоряет выполнение прыжка, но и позволяет игроку сблизиться со «своей» точкой на площадке.

Во всех остальных случаях, когда игровая ситуация не требует многоударного ведения игрокам необходимо соблюдать условие игры «можно применять ведение, но не более 2-3 ударов мяча в пол».

Успешное обучение игре в баскетбол, достижение положительных результатов в игровой деятельности возможно только тогда, когда каждый ее участник соблюдает требования преподавателя и его установку на игру, при этом одним из факторов качественного овладения игровой деятельностью является соответствие ее содержания состоянию физической и технико-тактической подготовленности участников.

Двусторонняя игра – специфическая игровая деятельность, где все участники имеют возможность оценить свои действия, продемонстрировать умения реализовывать приобретенные в процессе обучения навыки, стимулировать дальнейшее изучение и совершенствование себя в игровой деятельности.

* * *

ПРИНЦИПЫ ОЗДОРОВИТЕЛЬНОЙ ТРЕНИРОВКИ ПРИ ЗАНЯТИЯХ АЭРОБИКОЙ

И.В. Соколова, Ж.И. Тихонова

Аэробика прочно вошла в жизнь современного общества как часть оздоровительного фитнеса. На современном этапе можно выделить три ее уровня: 1) спортивная аэробика; 2) фитнес-аэробика; 3) оздоровительная аэробика.

Занятия аэробикой основываются на общих принципах физического воспитания: всестороннего гармоничного развития личности, взаимосвязь физического воспитания с трудовой практикой и оздоровительная направленность (Матвеев Л.П., 1976). Однако, проводя занятия, необходимо учитывать методические принципы построения занятий: сознательность и активность, доступность, наглядность, индивидуализация, постепенность и последовательность.

Однако какие бы задачи не решались в процессе физического воспитания, непреложной остается установка на обязательное достижение оздоровительного эффекта. Казалось, а как же иначе, ведь сами по себе занятия физической культурой не мыслятся без оздоровительного эффекта. Но не редко в процессе применения повышенных требований и функциональных нагрузок, часто бывает не просто определить ту грань, отделяющую позитивное от негативного.

Многообразные физические упражнения, используемые в качестве средств физического воспитания по своему биологическому механизму воздействия на человека предоставляют возможность достичь оздоровительного эффекта. Именно тогда занятия будут называться оздоровительной тренировкой.

Бурный рост оздоровительной физической культуры, развитие его многообразных систем,

связан в первую очередь с образом жизни современного человека. Это объясняется высокой гиподинамией, внедрением и ростом научно-технического прогресса, компьютеризацией обучения, увеличением нервно-психологического напряжения. Оздоровительная физическая культура, рассматривает здоровье человека в тесной взаимосвязи с уровнем его двигательной активности, генетическими предпосылками и образом жизни. Аэробика, являясь молодым и популярным видом физической активности, способно при соблюдении определенных принципов, не только приобщить к систематическим занятиям физической культурой, но и повысить работоспособность и укрепить здоровье.

Рассмотрим основные принципы, на которых базируется оздоровительная тренировка.

1. **Принцип доступности.** Применяемые программы аэробики должны быть доступны для занимающихся как в координационном, так и в функциональном отношении.

2. **Принцип «не вреди».** Заповедь Гиппократ «Не вреди» в полной мере относится и к физической культуре. Достаточно высокая энергетическая стоимость аэробики, ее широкий спектр воздействия на весь организм, определяет ей некоторые противопоказания к занятиям с медицинской точки зрения.

3. **Принцип биологической целесообразности.** В его основе лежат два феномена – сверхнагрузка и специфичность. При планировании занятий аэробикой следует учитывать чередование нагрузок преимущественного воздействия на развитие силы, силовой и кардиореспираторной выносливости.

4. **Программно-целевой принцип** – состоит в создании объективно необходимых условий для достижения определенной цели (улучшить коррекцию, похудеть, получить удовольствие, скорректировать фигуру и т.д.). В зависимости от поставленной задачи, необходимо применять определенные средства и методы оздоровительных занятий.

5. **Принцип интеграции.** Высокая эффективность занятий аэробикой связано в первую очередь с тем, что при создании программ используется комплексные разработки программ смежных дисциплин (ЛФК, система Пилатеса, карате, йога и т.д.).

6. **Принцип взаимосвязи и взаимодействия психических и физических сил человека.** Суть этого принципа сводится к тому, что добиться наибольшего оздоровительного эффекта при занятиях аэробикой возможно, если рассматривать все действия и проявления человека, как определенное отражение его единой телесно-психической сущности.

7. **Принцип индивидуализации.** Дозирование физической нагрузки в оздоровительной тренировке должно основываться на учете физических и функциональных возможностях, выявленных в процессе тестирования физической подготовленности. Необходимо учитывать и психологическую сторону.

8. **Принцип половых различий.** При комплектовании групп следует учитывать анатомо-физиологические различия между мужчинами и женщинами. Первые обладают большими силовыми возможностями, выносливостью, вторые – координацией и гибкостью.

9. **Возрастной принцип** – при составлении программ по аэробике целесообразно выделять программы для детей, подростков, взрослых и людей пожилого возраста.

10. **Принцип ценностных ориентаций человека,** основывается на понимании человека смысла жизни. Путей самореализации, ориентация на здоровый образ жизни.

11. **Принцип биоритмической структуры,** который позволяет получать максимальный оздоровительный эффект при значительной меньшей силе воздействия, если учитывать биоритмы человека.

Рассмотренные нами принципы оздоровительной тренировки относятся не только к занятиям аэробикой. В полной мере их можно отнести к любому виду физической культуры. Соблюдение этих принципов при планировании и проведении занятий аэробикой поможет достичь наибольшего оздоровительного эффекта.

* * *

АНАЛИЗ ПРЕДМЕТА СПОРТИВНОЙ СОРЕВНОВАТЕЛЬНОЙ ДЕЯТЕЛЬНОСТИ

И.А. Соловьев

Конституирующей характеристикой любой человеческой деятельности является её предмет (А.Н. Леонтьев, 1975) – то, для достижения чего субъект ее осуществляет. Субъективно он представлен в сознании деятеля в виде личностного смысла осуществляемой им деятельности, объективно – в виде некоей социальной ценности (или ценностей), для достижения которой (которых) в общественной практике исторически сформировалась и продолжает воспроизводиться данная деятельность. В случае, когда личностный смысл деятельности и ее общественное значение (ценность) совпадают можно говорить о том, что субъект деятельности адекватно к ней мотивирован. Как указывает Р.А. Пилюян (1996), только от субъекта, адекватно мотивированного к деятельности можно ожидать, при ее осуществлении, как полной самоотдачи и творческой активности, так и самореализации всех заложенных природой способностей и накопленных в прижизненном опыте знаний, умений, навыков.

Непонимание же специфики предмета какой-либо деятельности, исторически сложившейся в общественной практике, не позволяет педагогу формировать у субъектов данной деятельности адекватную ей мотивацию.

Поэтому вопрос о предмете спортивной соревновательной деятельности является ключевым для спортивной педагогики. Однако надо отметить что он до сих пор остается открытым. Ради чего человек стремиться к первенству при сравнении с себе подобным в выполнении не утилитарных двигательных действий? Что получает он в спортивном соревновании, чего не может получить в других видах деятельности? Какую специфическую потребность удовлетворяет?

Довольно длительное время спорт рассматривался, да и рассматривается до сих пор, в отечественной науке как часть физической культуры (Н.И. Пономарев, 1987, В.М. Выдрин, 1980, М.М. Боген, 1996 и др.), что, соответственно, предполагало и предполагает тождественность их предметов. При этом в трактовке физической культуры преобладал педагогический подход, и она очень часто отождествлялась с физическим воспитанием.

Однако если рассматривать физическую культуру как вид социальной деятельности (Н.А. Пономарев 1998), у которой есть свой специфический предмет – гармония телесности человека и окружающего мира как в материальных, так и в духовных аспектах его бытия, то, совершенно очевидно, что он не является предметом спортивной соревновательной деятельности. (В.А. Демин, 1975, И.А. Алешков, 1982, Р.А. Пилюян, 1987; Р.И. Спектор, 1987). Хотя соревнования и используются в сфере физической культуры, а двигательное содержание многих спортивных соревнований составляют физические упражнения, по существу, это, все таки, два разных вида деятельности.

Хорошо иллюстрирует такое различие М.М. Боген (1996). В его позиции, несмотря на стремление снять противоречия между педагогической трактовкой физической культуры и спортом, они проступают наиболее четко. Представляя спорт как вид воспитательной деятельности, направленной на максимальное совершенствование способностей человека, реализуемых в избранном виде соревновательной деятельности, автор указывает на то, что достижение победы, установление рекорда не может быть целью такой деятельности. Поскольку тогда человек как субъект спорта становится не целью, а средством ее достижения, и результат (победа, рекорд) обеспечивается жизненными силами спортсмена, его здоровьем. Но спорт является (и, вероятно, всегда являлся и будет являться) деятельностью, в которой, физическое совершенствование, причем весьма узко направленное, – не цель, а средство для достижения победы в со-

ревновании, установления рекорда, и тем самым - прославления, самоутверждения, укрепления авторитета личности и получения связанных с этим материальных, социальных или иных преимуществ. Даже в Античной Греции с ее культом гармонии духа и тела, на который часто указывают исследователи как на идеологию истинного спорта, олимпийщикам ставили памятники, проламывали городские крепостные стены, чтобы внести их после победы на руках, и обеспечивали их материальное содержание и вознаграждение за победу (В. Оливова 1985).

Анализ литературы по проблеме сущности спортивной соревновательной деятельности показал, что в большинстве случаев в качестве предмета спортивного соревнования исследователи рассматривают различные неспецифические аспекты, присущие, в принципе, любой социальной деятельности, такие как социальное самоутверждение (И.А. Алешков, 1982; С.Я. Сараф, А.А. Френкин, 1975), или самоопределение (Н.Н. Визитей, 1988; В.Б. Кучевский, 1972; Н.А. Пономарев, 1998). Но ведь человек самоутверждается и самоопределяется в любой референтно-значимой деятельности. Для чего ему самоутверждение ради самоутверждения, или самоопределение ради самоопределения (так называемая состязательность в чистом виде)?

Когда же исследователи определяют сущность спортивной соревновательной деятельности через спортивный результат (Г.Г. Наталов, 1974; В.С. Келлер, 1987; Ю.Ф. Курамшин, 1997), последовательно раскрывая его ценность через целую совокупность социальных потребностей, ведущей в иерархии которых является потребность в успехе (Ю.Ф. Курамшин, 1997), то опять возникает вопрос: в чем специфичность успеха в спортивной соревновательной деятельности? Ведь любая референтно-значимая деятельность человека устремлена к успеху. Почему успешный результат непроизводительной (неутилитарной) деятельности, какой является спортивное соревнование, имеет такую ценность для его субъектов?

Если говорить о спортивном состязании как о форме оценки качества продукта общественного воспроизводства, а, следовательно, уровня прогрессивности, жизнеспособности той или другой социально-экономической общественной формации (В.А. Демин, 1975; Н.Р. Ермак, 1999; Р.А. Пилоян, 1989), то надо признать что результаты спортсменов, какими бы высокими они не были, никоим образом, напрямую, не зависят от уровня жизни в обществе. Связь спортивных достижений с уровнем жизни социальной общности, которую представляет спортсмен далеко не очевидна. Для его оценки есть совершенно иные способы, нежели спортивное соперничество. К тому же совершенно непонятно, как быть, если спортивные соревнования происходят внутри одной социальной общности, что тогда является их предметом?

Н.И. Пономарев (1972, 1987), совершенно правильно обращает свое внимание на то, что в спортивном соревновании, как и в игре, воссоздаются социальные отношения между людьми вне условий непосредственной утилитарной деятельности. И хотя, спортивное соревнование это не игра, как справедливо указывают Б.А. Лисицин (1974), Н.Н. Визитей (1986). Поскольку игра – это деятельность, мотив которой лежит в самом ее процессе, когда же мотивом игры становится не столько играть, сколько выиграть, она собственно перестает быть игрой (А.Н. Леонтьев, 1972). Но здесь важно отметить, что Н.И. Пономарев, очень точно уловил, что между игровой деятельностью и спортивным соревнованием имеется принципиальное сходство. И там и там для субъекта ценен процессуальный аспект (эмоциональное содержание) деятельности.

В этой связи интересна мысль Г.Д. Горбунова (1996) о том, что естественная инстинктивная природа стремления испытать чувство превосходства, радость достижения, счастье победы побуждала человечество создать спорт – вид деятельности, центром которого становится соревнование.

Но ведь человек, как указывает сам автор, с ранних лет и до глубокой старости соревнуется и самоутверждается сначала в игре, затем обучаясь, трудясь, общаясь. И достигая успеха, тоже испытывает чувство превосходства и радость победы. Значит ли это, что в чувстве превосходства, испытываемом человеком при успехе в спортивной соревновательной деятельности есть нечто особенное? А может быть дело не в одном только чувстве, окрашивающем успех, а во всем эмоциональном содержании спортивной соревновательной деятельности?

Ведь если вдуматься, ценность успеха (успешного результата) в соревновательной деятельности обусловлена процессом (!) достижения этого успеха. Тем, что он достигается в борьбе, в открытом напряженном соперничестве с другими претендентами на него. Без соперничества, заставляющего нас испытывать сильнейшее эмоциональное напряжение на достаточно коротком временном отрезке, соревновательная деятельность теряет свой смысл.

Результаты исследования ценностных ориентаций в спорте, проведенное М.М. Арвисто (1972), указывают на то, что первое место в иерархии ценностей спортсменов, не зависимо от спортивной квалификации, пола, стажа, занимает функциональное содержание спортивной деятельности с ее эмоциональными моментами.

Вероятно, чтобы понять специфику спортивной соревновательной деятельности, нужно обратиться не только к ее прагматичному (объективному) результату и его значению, но и что очень важно, к процессуальному аспекту спортивного соревнования, его эмоциональному содержанию. Очень часто при механистическом использовании психологической теории деятельности в анализе спортивного соревнования этот аспект игнорируется исследователями. Совершенно упускается из виду, что процесс деятельности, а точнее генерируемое им эмоциональное содержание может, как показал в своих работах Б.И. Додонов (1978, 1979 и др.) приобретать для субъекта значение ценности, которой он овладевает в ходе осуществления деятельности. Надо четко осознать, что без эмоционального содержания, процесса спортивного соперничества, его результат никогда не имел бы того социального значения, которое подвигло бы общество на создание целого социального института, специализирующегося исключительно на сравнение индивидуумов в выполнении ими неутилитарных двигательных действий. И в то же время, процесс спортивного соревнования генерирует столь интенсивные и острые эмоции только при высокой значимости для его субъектов результата этого соревнования. Невозможно соревноваться ради процесса борьбы вне зависимости от победы, хотя некоторые исследователи и выделяют такой тип соревнования (С.В. Брянкин, 1982). В этом случае соревновательная деятельность просто превращается в “игру в соревнование”, имеющую иное смысловое содержание.

Видимо, специфичность предмета спортивной соревновательной деятельности обусловлена тем, что в нем, в диалектическом единстве, спаяны ее результативный и процессуальный аспект (объективный результат деятельности и субъективное переживание процесса его достижения).

Объем статьи не позволяет в полной мере раскрыть выдвигаемые позиции. Более подробно они изложены в работе автора этой статьи “Процессуальная мотивация спортивной соревновательной деятельности” (2002). Здесь же хотелось остановиться лишь на нескольких принципиальных моментах.

Эмоциональное содержание спортивного соревнования является весьма специфичным. Ни какой другой вид деятельности за исключением боевой не генерирует у человека столь интенсивные и острые эмоциональные переживания в столь короткий промежуток времени. Б.И. Додонов (1979) в своей классификации эмоций как ценностей сводит эмоции боя и эмоции состязания в одну группу пугнических (от лат. *Pugna* – борьба) эмоций.

Однако это отнюдь не говорит о том, что спортивное соревнование это некая сублимация агрессии. Ценность спортивного соревнования для человека не в том, что он якобы проявляет в нем в социально приемлемой форме свои агрессивные боевые инстинкты, а в том, что острые переживания, в том числе и связанные с контролем деструктивных действий, вызванных фрустрацией, которыми наполнена спортивная борьба эмоционально насыщают его, поддерживая необходимую неравновесность как на физиологическом, так и на психологическом и социальном уровне его организации.

Для того же, чтобы понять, почему условное противоборство, вызывает у человека эмоции сходные по своей “аффективной окраске” с эмоциями боя, необходимо проанализировать генезис, историческую трансформацию предмета спортивной соревновательной деятельности в контексте становления человека. Ведь, как писал С.Л. Рубинштейн (1946), “те же древние стру-

ны, которые вибрировали в связи с примитивными инстинктами животного продолжают вибрировать и звучать, резонируя в самых глубинах организма, под воздействием подлинно человеческих потребностей и интересов”. Вопрос в том, какие “струны” задевает в человеке спортивное соревнование.

* * *

К ПРОБЛЕМЕ ДОПОЛНИТЕЛЬНОГО ВЫСШЕГО ПРОФЕССИОНАЛЬНОГО ФИЗКУЛЬТУРНОГО ОБРАЗОВАНИЯ

Тарасов А.М.

Одной из важных составляющих сферы образования, характеризующих перспективу развития социально-психологического и физического здоровья нации России, является подготовка педагогических кадров в области физической культуры и спорта. Именно образование, обучение и воспитание специалистов по физической культуре и спорту в высших и средних учебных заведениях, спортивных школах, школах олимпийского резерва, спортивных клубах и объединениях определяет тенденции полноты общекультурного развития населения страны. Социальное пространство, являющееся фундаментом этого процесса в значительной мере определяет его характер, направленность и содержание, детерминирует интересы и потребности личности. Каждое конкретное общество задает те или иные мотивационно-ценностные ориентиры, определяет социальный заказ на специалистов, оказывает влияние не только на развитие сферы образования в обществе в целом, но и на его отдельные структурные подсистемы, в том числе – и на систему подготовки специалистов в области физической культуры и спорта.

От того, насколько объективно определен и адаптирован современный социальный заказ на специалистов, зависят результаты деятельности государственных, социальных, экономических, культурно-образовательных, учебно-воспитательных структур общества России. В частности, сегодня необходимо, чтобы в каждом конкретном учебном заведении действовали два взаимосвязанных процесса, отражающие общественные и личностные потребности в образовании: развитие учащихся с учетом их индивидуальных способностей, направленности личности, природных задатков с одной стороны, и подготовка их как конкурентноспособных, социально-адаптированных, свободных людей, с другой (Морева О.В., 1996).

Современная экономическая ситуация требует быть готовым к переподготовке в быстро меняющихся ориентирах профессиональной деятельности на рынке труда (Пидкасистый П.И., с соавт., 1999). Особая роль в обновлении и обогащении интеллектуального потенциала общества, повышении профессиональной мобильности в сфере физической культуры отводится системе дополнительного высшего профессионального образования.

Проблема дополнительного высшего профессионального образования в области физической культуры характеризуется следующей совокупностью противоречий:

- между осознанием необходимости в укреплении здоровья населения средствами физической культуры и спорта и уровнем развития системы дополнительного высшего профессионального образования по физической культуре;
- между потребностью общества в высококвалифицированных специалистах в сфере физической культуры и низким престижем деятельности в качестве учителя физической культуры;
- между имеющейся потребностью студенческой молодежи в получении дополнительного высшего профессионального образования по физической культуре и отсутствием соответствующих образовательных программ;
- между привлечением преподавателей нефизкультурной специальности к участию в раз-

личных видах школьной физической культуры и их слабой специальной теоретической и практической подготовленностью в данной области;

– между готовностью педагогического коллектива к инновационной педагогической деятельности и отсутствием социальных условий, обеспечивающих переход вуза к дополнительной деятельности.

Социально-экономические реформы, произошедшие в нашей стране, существенно изменили финансовые и материальные условия деятельности физкультурных учебных заведений, физкультурно-спортивное движение в стране и, как следствие, обусловили снижение качественных и количественных кадровых показателей (Фомин Ю.А., 1995). Сегодня конкретная обеспеченность России специалистами в сфере физической культуры и спорта достаточно тревожна: до 25% работников этой области не имеют специального образования; лишь около 50% выпускников вузов физической культуры приступают работать по своей профессии (Фомин Ю.А., 1995).

Такая ситуация наблюдается и в средних специальных учебных заведениях, учреждениях физкультурно-оздоровительной направленности, а также в дошкольных учреждениях. Кадровая поддержка обеспечивается преимущественно за счет тех, кто не имеет специального образования (Кузин В.В., 2000).

Приобщение учителей нефизкультурных специальностей, классных руководителей, завучей по воспитательной работе, социальных психологов и педагогов к активному использованию средств физической культуры в процессе обучения и воспитания в школе, группах продленного дня, зимних и летних оздоровительных лагерях, значительно расширит сферу положительного воспитательного влияния на детей. С другой стороны, активно включиться в данную сферу образования им не позволяет их слабая специальная теоретическая и практическая подготовленность.

Одним из средств поддержки и увеличения численности профессионального кадрового состава, а также содействующих улучшению состояния здоровья населения, по нашему мнению, может явиться подготовка специалистов с дополнительным высшим профессиональным образованием по физической культуре из числа студентов других факультетов университета. Подготовка специалистов по физической культуре позволит, например, учителям сельских и малокомплектных школ получить полную нагрузку, т.е. обеспечить себе социально-экономическую защищенность. С другой стороны, такая подготовка обеспечит возможность профессионально решать проблемы повышения уровня здоровья населения, формирования здорового морально-психологического климата в коллективах и в обществе в целом.

Деятельность в сфере физической культуры представляет широчайшие возможности для реализации внутреннего потенциала личности. Практические умения и навыки, приобретенные студентами нефизкультурных специальностей в определенных видах спорта, могут стать основанием для дальнейшей тренерской деятельности. Дополнительное высшее профессиональное образование наряду с совершенствованием уже имеющихся практических навыков, обеспечит формирование глубоких теоретических знаний, позволяющих осуществлять воспитательный процесс с учетом основных закономерностей и принципов спортивной тренировки.

Одним из перспективных направлений, связанных с улучшением кадровой подготовки специалистов в сфере физической культуры и спорта является создание в учебных учреждениях высшего физкультурного образования кафедр и факультетов (в том числе и дополнительного профессионального образования), готовящих специалистов по физкультурно-оздоровительной работе с дошкольниками, детьми младшего и среднего школьного возраста, с учащимися специальных медицинских групп, людьми, имеющими хронические заболевания, инвалидами, пенсионерами (Рожков П.А., 2002).

Таким образом, дополнительное высшее профессиональное образование по физической культуре является актуальной проблемой, обусловленной острой потребностью в обеспечении кадрами системы образования, низким уровнем состояния здоровья населения, а в личностном плане – материальной заинтересованностью, повышением профессиональной мобильности,

конкурентноспособностью на рынке услуг и возможностью реализации своего творческого потенциала в сфере физической культуры.

* * *

МЕТОДИЧЕСКИЕ ОСНОВЫ ОБУЧЕНИЯ ВОЛЕЙБОЛУ С ИСПОЛЬЗОВАНИЕМ СОРЕВНОВАТЕЛЬНО-ИГРОВОГО МЕТОДА

С.Л. Фетисова

Для минувшего столетия характерно бурное развитие спорта и признание его в качестве мощнейшего инструмента формирования всесторонне развитой личности и, как следствие, понимание необходимости поворота общеобразовательной школы лицом к спорту.

Наиболее эффективной формой спортивно-оздоровительной работы с детьми является применение спортивных и подвижных игр (Лях В.Н.1995). Они представляют собой универсальное средство педагогического воздействия, позволяющего не только совершенствовать физиологические основы жизнедеятельности организма и в первую очередь, анализаторно-синтетическую деятельность ЦНС, но и обеспечивающего овладение игровыми навыками в наиболее благоприятных для их формирования условиях. Игровая деятельность вызывает целостную реакцию организма, активизирует интеллектуальный и эмоционально-волевые компоненты психической деятельности, активно формирует психомоторику. Необходимо также отметить, что игры способствуют развитию способности к действию и приспособлению к внешнему миру; формируют навыки социального взаимодействия; наполняют занятия смыслом спортивной деятельности в соответствии с возрастными особенностями и что самое важное, воспитывают умение соревноваться, формируют познавательный стиль мышления, все это является особенно важным в аспекте личностного развития.

Игровая модель физического воспитания в школе реализуется за счет комплексного использования соревновательно-игрового метода. В качестве средств используются подвижные игры, игровые упражнения и учебные игры. С помощью игрового метода успешно решаются задачи начального обучения, закрепления и совершенствования техники и тактики спортивных игр. Это происходит в результате того, что подвижные игры обладают возможностью произвольной реконструкции своего содержания в нужной мере моделирующей игровую ситуацию. Процесс изучения и закрепления проходит в точном соответствии с актуальными возможностями занимающихся, в единстве тактического решения с его технической реализацией. Суть игрового метода заключается в системном использовании дидактически преобразованных (или специально подобранных) игр при обучении той или иной спортивной игре. Методическая последовательность в использовании подвижных игр при обучении спортивным играм подробно представлена в работах (Портных Ю.И., Лосина Б.Е., Кит Л.С., Фетисовой С.Л., Мининой Л.Н. и др.)

Однако нигде нет целостного представления об организации игрового учебного процесса при овладении одной из спортивных игр. Нами предпринята попытка представить этот метод при обучении волейболу.

Сам же процесс ведется «от игры и для игры» и строится на стремлении детей играть. Его основное достоинство заключается в достижении наивысшей мотивации детей к непосредственному изучению его содержания, последовательного увеличения числа игроков с одновременным увеличением технических приемов. При обучении используются различные игровые формы. Во время игры комплексно формируются важнейшие игровые качества и способности, которые другими средствами развить невозможно. Это, прежде всего, игровое (тактиче-

ское) мышление, умение преодолевать активное сопротивление соперника; выбор своего решения с учетом действий партнера – команды – противника; коллективизм, что позволяет гораздо быстрее «читать» игровые ситуации и управлять их развитием.

Из раздела техники отобраны только основные технические приемы игры в волейбол (включенные в программу общеобразовательной школы). Все изучаемые приемы первоначально опробываются учащимися самостоятельно в соответствии с принципом «проб и ошибок». Это предварительное знакомство, которое дети получают в игре, помогает им в дальнейшем находить нужное решение. Используемая последовательность игровых упражнений помогает учителю правильно формировать эти решения. При этом ему нужно следить за правильным выражением индивидуальности обучаемого и технически грамотным исполнением (что требует достаточно больших педагогических способностей). Учитель должен быть в состоянии отличить «индивидуальный стиль» от ошибочного характера выполнения.

Всякое исправление теряет смысл, если предварительно ученику не было разъяснено значение ошибки. Учитель и ученик должны работать совместно, чтобы найти причины возникновения ошибки.

При организации игровых упражнений преподаватель должен чувствовать себя свободным в введении «своих правил», необходимых для решения задач обучения (например подавать только верхнюю прямую подачу или мяч направлять через сетку только третьим касанием и т.д.)

В школе не изучаются и поэтому не описываются сложные формы тактических взаимодействий. В приведенных формах игр преподаватель сосредотачивает внимание не столько на их заучивании, сколько на их понимании, объяснении сути технико-тактического взаимодействия, выборе места и рационального способа действия в каждой части игрового упражнения или состязания. Ученик должен проговаривать свои действия в игре, учитель помогает ему в этом анализе и способствует также в определении трудностей самого ученика (например, связанные с техникой), так и трудностей взаимодействия с партнером и соперником.

Предлагаем следующие уровни последовательности использования соревновательно – игрового метода.

1-й уровень: Подвижные игры с включением элементов техники перемещений (различными способами бега, прыжков, падений и кувырков) в сочетании с полетом мяча, жонглированием и отбиванием мяча.

2-й уровень: Игровые упражнения с выполнением основных технических приемов (подачи, передачи, приема мяча, нападающего удара) в упрощенных условиях.

3-й уровень: Игры-эстафеты (с выполнением различных элементов техники волейбола).

4-й уровень: Подводящие игры с элементами техники и тактики волейбола.

5-й уровень: Упрощенные варианты игры в волейбол в уменьшенных составах (1 x 1); (2 x 2); (3 x 3); (4 x 4).

6-й уровень: Мини-волейбол (6 x 6).

В начале обучения используются подвижные игры 1-го и 2-го уровня сложности освоения элементов игры в волейбол. Это игры с различными перемещениями: бегом, приставными и скрестными шагами, прыжками с жонглированием мяча, отбивания мяча и сочетание перемещений с полетом мяча и игровые упражнения с выполнением одного из изучаемых технических приемов. Далее добавляется 3-й и 4-й уровень. И после освоения базовых элементов игровой деятельности переходят к двум наиболее важным уровням (5-й и 6-й), выполняющими роль синтезаторов изученного ранее учебного материала.

В каждом отдельном уроке освоение учебного материала осуществляется комплексным путем, в котором используются не только игровые формы, но и отдельные упражнения, подготовительного и подводящего характера, позволяющие обеспечить необходимую доступность и осознанность при освоении отдельных приемов.

Системное использование всего многообразия средств игрового метода при обучении школьников игре в волейбол не только создает постоянную мотивационную основу их активного отношения к этому процессу, но и позволит сформировать весь комплекс необходимых

психо-моторных предпосылок, что несомненно ускорит усвоение основного базового содержания игровой деятельности волейболистов и сделает эту игру любимым средством здорового отдыха и физической закалки учащихся общеобразовательной школы.

Литература:

1. *Лях В.И.* Физическое воспитание в общеобразовательных школах // Теория и практика физической культуры. – №5-6, 1995.
2. *Портных Ю.И., Фетисова С.Л. и др.* Спортивные игры в физическом воспитании школьников. – СПб.: РГПУ, 1998.
3. *Портных Ю.И., Лосин Б.Е. и др.* Игры в тренировке баскетболистов. – СПб.: СПбГАФК, 2002.
4. *Фетисова С.Л.* Теория и методика преподавания спортивных игр. – СПб.: РГПУ, 2002.

* * *

ПРОБЛЕМА ДИАГНОСТИКИ ФИЗИЧЕСКОЙ ПОДГОТОВЛЕННОСТИ ДОШКОЛЬНИКОВ

С.О. Филиппова

Многие годы исследователи стремятся разработать тесты для определения физической подготовленности детей, доступные для использования в дошкольном учреждении. Однако до настоящего времени нет четкости и единства в позициях авторов, нет единых методик обследования.

Такое состояние рассматриваемого вопроса объясняется различием в целях и задачах, которые ставят перед собой ученые, исследующие процесс физического воспитания детей, и педагоги, работающие с дошкольниками. Вместе с тем, определение физической подготовленности детей необходимо не только в диагностических целях, но и в целях коррекции их психомоторного развития, проверки ряда методов педагогического воздействия. Именно поэтому проблема диагностики физической подготовленности дошкольников стоит так остро.

Физическая подготовленность дошкольников определяется тестами, показывающими уровень развития у детей физических качеств и сформированности двигательных навыков. Некоторые исследователи используют лишь тесты, характеризующие физические качества. Другие, представляют комплекс тестов, оценивающих и те, и другие показатели. Ряд авторов выделяет два блока тестов – на развитие физических качеств и на сформированность двигательных навыков.

В дошкольном учреждении исследователи предлагают определять у детей уровень развития основных физических качеств. Многие исследователи считают, что чем младше дети, тем более интегрально проявляется двигательная одаренность. По мере роста и развития двигательные способности дифференцируются. У детей 4-6 лет основные компоненты структуры двигательных способностей тесно взаимосвязаны между собой, поэтому оценить каждый из них в относительно «чистом» виде практически невозможно. Авторы, как правило, быстроту, гибкость, силу, ловкость и выносливость понимают упрощенно, и подбор тестов, определяющих физические качества, достаточно условно характеризует их проявление.

При подборе тестов, определяющих уровень развития физических качеств, следует иметь в виду, что упражнение должно быть настолько просто в исполнении, что степень овладения ребенком его техникой не влияет на результат. Однако анализ тестов, предлагаемый разными исследователями, показал, что это требование часто не соблюдается. Причиной, по-нашему мнению, может служить то, что авторы недостаточно знакомы с особенностями формирования

двигательных навыков у дошкольников и предлагают тесты, которые просты для школьников, в то время как для детей дошкольного возраста представляют значительные трудности.

Наиболее показательным в использовании технически сложных движений для изучения развития физических качеств у дошкольников является тест «метание малого мяча на дальность». Этот тест очень популярен и встречается у половины авторов, хотя известно, что метание является одним из самых сложных упражнений в программе физического воспитания дошкольников, а для девочек проблемы с овладением техникой метания остаются и в школьном возрасте. Таким образом, успешность в метании связана, в первую очередь, с уровнем овладения ребенком техникой этого упражнения.

Определяя тесты, характеризующие физическую подготовленность ребенка, большинство исследователей акцентирует свое внимание на развитии физических качеств. Чаше рекомендации изучения уровня сформированности двигательных навыков можно найти в публикациях специалистов дошкольного воспитания.

Отмечается, что уровень овладения двигательными навыками чрезвычайно важен для определения общего развития ребенка. Двигательная неловкость, нарушения координации движений могут служить показателями серьезных отклонений. Поэтому овладение определенными движениями, соответствие двигательных умений некоторым минимальным возрастным нормам - необходимая характеристика развития ребенка.

Набор тестов, определяющий уровень сформированности двигательных навыков для старших дошкольников, как правило, состоит из следующих тестов: бег 30 м, метание на дальность, прыжки в длину с разбега, лазание по гимнастической стенке. Авторы предлагают определять уровень сформированности двигательных навыков, используя как количественную, так и качественную оценку.

При изучении различных систем тестирования нас интересовало обоснование авторами их выбора тех или иных тестов. Анализ показал, что более половины работ вообще не содержат никакого обоснования, многие исследователи подбирают по тесту на каждое физическое качество (быстроту, силу, выносливость и т.д.). Т. Богина, М. Рунова (1999) предлагают соблюдать преемственность в диагностике физической подготовленности детей, и использовать идентичные диагностические тесты для старших дошкольников и школьников младших классов.

Наиболее перспективным, по-нашему мнению, является поиск взаимосвязи двигательного теста с показателями физического состояния ребенка. Е.В. Давиденко, О.В. Копылова, И.А. Борисов (1988) считают, что необходимо отобрать такие характеристики физической подготовленности, которые обладают тесной взаимосвязью с другими параметрами физического состояния ребенка. По их мнению, из двигательных тестов наиболее значимыми являются бег на 30 м и прыжок в длину с места.

О.Э. Сердюков (1993) путем регрессионного анализа выявил достоверную корреляцию между показателями: состояние осанки – поднимание туловища (0,5); состояние осанки – гибкость (0,65); выносливость – устойчивость к простудным заболеваниям (0,65); выносливость – состав тела – жировой компонент (0,45); прыжок в длину с места – свод стопы (0,55); Как указывает автор, для теста бег на 30 м не было найдено критериев по показателям здоровья. В то же время в исследовании К.А. Ежевской (1995) определена достоверная связь между показателями скоростных способностей и состоянием дыхательной системы дошкольников.

Мы присоединяемся к мнению О.Э. Сердюкова (1993), что нормативный диапазон результатов теста должен иметь два граничных уровня – нижний критический, ниже которого возрастает количество нарушений в состоянии здоровья и верхний оптимальный, превышение которого не ведет к улучшению состояния здоровья. В этой связи превышение нормативного уровня не имеет социального значения для всех детей, относясь к категории индивидуального интереса. В большинстве программ дошкольного образования (как традиционной, так и новых) определены конкретные результаты тестов для детей каждой возрастно-половой группы.

Однако результаты ряда исследований (С.И. Изаак, 1997; А.Б. Юшин, О.В. Ващук, Т.Г. Вершинина, Г.Д. Михайлова, 2001) свидетельствуют о том, что усредненные нормативы физиче-

ской подготовленности, рассчитанные на основе среднестатистических показателей и не учитывающие индивидуальные особенности занимающихся, не объективны, и сдерживают процесс двигательного развития детей. В.И. Усаков (2000) считает, что процесс оценки должен строиться не на сопоставлении результатов тестирования с нормативами, а на динамике прироста индивидуальных показателей. По его мнению, необходимо учитывать степень однородности результатов группы, делать поправку на возраст и процессы естественного роста и развития. Однако, оценивая эффективность занятий по приросту результатов, следует помнить, что различия в физической подготовленности дошкольников, как правило, значительные, а известно, что чем лучше начальный результат, тем меньше может быть прирост. Если эта закономерность не учитывается, то оценка результатов может оказаться не объективной. Кроме того, прирост в развитии физических качеств зависит от возможности их проявления у детей разного пола, возраста и типа конституции. Поэтому, например, рассчитанный прирост для девочек мышечного типа может оказаться недостаточным, когда в отношении мальчиков астеноидного типа этот же результат может быть оценен как высокий.

Многие исследователи считают, что при оценке физической подготовленности детей результаты тестов следует переводить в баллы (Ю.Н. Саламин, 1989; Н.В. Алябьева, 1998 и др.). Балльная система оценки результатов тестирования физических качеств и двигательных навыков позволяет получить не только объективную картину физической подготовленности отдельных детей, но сравнить их с показателями другой возрастной группы, выявить уровень развития детей всего дошкольного учреждения. Ряд авторов (С.И. Изаак, 1997; А.Б. Юшин, О.В. Ващук, Т.Г. Вершинина, Г.М. Михайлова, 2001) отмечает, что существующие подходы в диагностике физической подготовленности дошкольников не отражают современных достижений науки и не являются объективными.

Определяя систему диагностики физической подготовленности детей, нам необходимо было решить главный вопрос: зачем нужна диагностика в дошкольном учреждении?

По нашему мнению, измерение какого-то конкретного физического качества нецелесообразно, так как:

во-первых, не все двигательные качества до конца оформлены в дошкольном возрасте;

во-вторых, вероятность того, что ребенок не смог выполнить контрольное упражнение, столь же велика, как и то, что он просто не захотел его выполнять;

в-третьих, задачи дошкольного учреждения далеки от задач детской спортивной школы и подобная информация незначительно поможет педагогу в организации работы с детьми.

Так в чем же задачи диагностики в дошкольном учреждении? На наш взгляд, для того, чтобы педагог не декларативно, а реально смог осуществлять личностно-ориентированный подход в образовании детей.

Мы убеждены, что диагностика должно включать небольшое количество тестов, простых в использовании, имеющих высокую корреляцию с основными показателями здоровья и комплексно характеризующих развитие ребенка. Тесты должны определить физическую подготовленность ребенка по принципу: «соответствует возрастной норме», «не соответствует возрастной норме». Дети, отнесенные по своей физической подготовленности к группе «соответствующие возрастной норме», могут быть допущены к занятиям физическими упражнениями по любой программе, разрешенной в дошкольных учреждениях. Дети, выявленные как «не соответствующие возрастной норме», должны пройти дополнительное тестирование (скорее всего медицинское), чтобы можно было определить причины отставания в развитии ребенка и построить коррекционную работу с ними.

Возрастная норма должна иметь определенный диапазон результатов. При значительном превышении ребенком верхнего уровня норматива, педагог может рекомендовать родителям пути развития его способностей в детской спортивной школе. Кроме того, должен быть блок дополнительных тестов, характеризующих каждый показатель физического состояния ребенка в отдельности, чтобы руководитель физического воспитания при необходимости мог получить более полную информацию о ребенке.

Исходя из вышесказанного, мы предположили, что диагностика физической подготовленности дошкольников должна проводиться по двум блокам: уровень развития физических качеств и степень сформированности двигательных навыков. Следует отметить, что второй блок – степень сформированности двигательных навыков – является не только показателем развития ребенка, но и состояния физкультурно-оздоровительной работы в дошкольном учреждении и, в частности, уровня профессиональной компетенции педагога, организующего двигательную деятельность детей. В первый блок вошли тесты, которые не только хорошо зарекомендовали себя в практике физического воспитания дошкольников (от 28% до 84% частота встречаемости в научно-методической литературе), но и, по нашему мнению, разносторонне характеризуют развитие физических качеств детей.

На основании проведенного исследования (в котором участвовали дети, посещавшие дошкольные учреждения: № 4, 93 Петроградского района, № 9, 110, 139, 295 Выборгского района, № 8 Центрального района, № 32 Приморского района, № 32 Ломоносовского района, № 37, 85 Калининского района), мы пришли к выводу, что:

1) двигательная деятельность дошкольников младшего и среднего возраста должна оцениваться качественно: уровень овладения движениями (бег, прыжки, метание, лазание) в соответствии с возрастной нормой;

2) количественная оценка тестов должна производиться только у детей старшего дошкольного возраста;

3) в первый блок (физические качества) должны войти тесты: челночный бег 5 раз по 6 м, прыжок в длину с места, поднимание туловища в сед из положения лежа за 30 сек;

4) второй блок (двигательные навыки) также должен состоять из трех тестов: метание в вертикальную цель (с расстояния 3 метра, высота до центра цели – 1,5 м), прыжки через короткую скакалку за 30 сек; ведение мяча.

5) результат каждого упражнения должен переводиться в баллы, выводы об уровне физической подготовленности детей делаются на основании суммирования баллов.

Литература:

1. *Алябьева Н.В.* Диагностика психофизического и функционального состояния дошкольника: Учебное пособие. – Мурманск: МГПИ, 1998. – 114 с.

2. *Богина Т., Рунова М.* Сохранение и укрепление здоровья ребенка // Дошкольное воспитание. – 1999. – № 6. – С. 58-61.

3. *Давиденко Е.В., Копылова О.В., Борисов И.А.* Экспресс-оценка физического состояния – критерий оптимального уровня нагрузок в занятиях со старшими дошкольниками // Теория и практика физической культуры. – 1988. – № 10. – С. 23-24.

4. *Ежевская К.А.* Обоснование стандартной тестовой тренировочной программы для оценки оптимального уровня развития быстроты у детей 4-6 лет: Автореф. дис... канд. пед. наук. – М., 1995. – 23 с.

5. *Изаак С.И.* Статистические модели дифференцированной оценки двигательных возможностей детей и молодежи: Автореф. дис... канд. пед. наук. – М., 1997. – 23 с.

6. *Салямин Ю.Н.* Методика управления двигательной активностью на основе комплексной оценки физической подготовленности детей 6-ти летнего возраста: Автореф. дис... канд. пед. наук. – Киев, 1989. – 24 с.

7. *Сердюков О.Э.* Обоснование модельных характеристик физического состояния младших школьников и разработка методики их достижения: Автореф. дис... канд. пед. наук. – М., 1993. – 19 с.

8. *Усаков В.И.* Программно-методическое обеспечение оздоровительного воздействия физической культуры в условиях семьи, детского сада, школы: Автореф. дис... д-ра пед. наук. – Омск, 2000. – 87 с.

9. *Юшин А.Б., Ващук О.В., Вершинина Т.Г., Михайлова Г.Д.* Обоснование концепции диагностики физического состояния дошкольников в условиях ДОУ // Педагогический вестник. – № 30. – СПб., 2001. – С. 67-72.

О РАЗРАБОТКЕ КОНЦЕПЦИИ РАЗВИТИЯ МАССОВОГО СПОРТА СРЕДИ ШКОЛЬНИКОВ РАЙОНА

Ш.З. Хуббиев

Разработка концепции развития массового спорта среди школьников района (далее – Концепция) базируется на общих подходах, которые касаются любой социальной сферы, в том числе физической культуры. Она представляет собой системный комплекс определенных мероприятий модернизации.

Концепция, как правило, включает следующие разделы: цель, задачи и основные мероприятия спорта; состояние и основные проблемы развития спорта; содержание организационно-управленческой, научной, педагогической, психолого-медицинской, учебно-тренировочной и соревновательной и др. видов деятельности в спорте; Программа (Модель) развития спорта; обеспечение реализации Программы; научное сопровождение Программы; обеспечение спорта кадрами; материально-техническое обеспечение развития спорта; социальная поддержка работников в области спорта: ожидаемые результаты реализации Программы; управление реализацией Программы развития массового спорта среди школьников района.

Целями развития школьного спорта в данном районе могут быть следующие:

- 1) занять более высокие места в системе спортивных мероприятий региона по отношению к другому району, или по отношению району, который находится на передовых позициях по своим спортивным показателям;
- 2) обеспечить современный подход к развитию массового спорта среди школьников в районе с учетом государственной политики в области физической культуры и спорта;
- 3) разработать концепцию спортивной школы как Центра развития спортивно-массовой работы среди школьников района (при условии, что в районе имеется лишь одна спортивная школа).

Безусловно, что первая цель имеет оперативный характер, и может ставиться на какой-то небольшой период (сроком не более одного года).

Вторая и третья цели имеют, конечно же, стратегический характер и потому могут ставиться на срок более одного года. Учитывая, что прогнозирование, а на его основе и планирование в масштабе страны, региона и района осуществляются на пятилетие, то постановка подобных целей возможна именно на такой период.

Для обоснования первой цели Программы необходим сравнительный анализ информации о состоянии спорта в других районах и, прежде всего, передовых. При этом выявляются преимущества и недостатки, уровень решения существующих организационно-управленческих, материально-технических, психолого-педагогических, технологических и других проблем. На этой основе разрабатывается Концепция опережающего развития спорта в районе по сравнению с тем, что делается и предполагается делать в передовых районах.

Если ставится второй вариант цели, то нужна Концепция развития школьного массового спорта в районе на несколько лет (например, на пять лет).

При постановке третьего варианта цели целесообразно разработать Концепцию спортивной школы как центра развития массового спорта среди школьников района. При этом важно обосновать и представить модель координирующей деятельности спортивной школы в системе ее взаимосвязей с образовательными учреждениями района не спортивно-физкультурного профиля.

Независимо от того, какая из предполагаемых целей преследуется, необходимо изучить следующие вопросы, имеющие общего характера:

- Требования нормативных актов Федерального, регионального и районного уровня по спортивной работе со школьниками. В том числе определяются задачи по спорту для школ района, ДЮСШ (число обязательных видов спорта, по которым школы района и ДЮСШ должны участвовать в соревнованиях, число и масштаб соревнований по каждому из этих обязательных видов спорта в масштабе района, города).

- Результаты выступления школ данного района и других районов региона, как с учетом отдельных спортивных мероприятий, так и комплексного зачета по результатам их участия.

- Реальное число школьников, активно участвующих во всех соревнованиях и тех школьников, которые вообще не участвуют в спортивной работе школы и района.

- Причины удачных и неудачных выступлений команд района в соревнованиях различного масштаба.

- Степень соответствия количественных показателей учебно-материальной базы задачам спортивной работы в школах и районе в целом (число, количество одновременно занимающихся, пропускная способность, соответствие числу школ и учащихся, могущих и желающих заниматься спортом на уровне школы и ДЮСШ);

- Соответствие качественных и качественных показателей учебно-материальной базы задачам спортивной работы в школах и районе в целом (разнообразие объектов базы, их состояние, исправность и готовность к занятиям, эффективность использования: в течение дня (утром, днем, вечером; в течение одного занятия), недели, месяца, четверти или триместра, учебного года (в учебные и каникулярные дни); необходимость капитального, косметического ремонта) и т.д..

- Степень готовности персонала образовательных учреждений к успешному решению задач спортивной работы в школе, районе. А именно – администрации школ (директоров и их заместителей), педагогов (тренеров, учителей физической культуры, классных руководителей и др.), школьных коллективов физической культуры. Степень их готовности может быть представлена: уровнем квалификации и компетенции в вопросах спортивной работы; пониманием задач спортивной работы и умением их решать; способностью организовать и проводить занятия по физическому воспитанию и спорту; качество и эффективность проводимых занятий, степень удовлетворенности занятиями спортсменов, школьников, их родителей, руководства района.

- Результат инспектирования (аттестации) района, школ, руководителей школ и педагогов и предпринимаемые в районе и школах меры по устранению выявленных недостатков.

- Степень участия родителей в решении задач спортивной работы школ и района (например, в конкурсе «Папа, мама, я – спортивная семья» и др.

- Степень активности школьников в решении задач спорта в школе, районе.

- Финансирование физической культуры и спорта в районе, школах и ДЮСШ, а также эффективность, полнота и целевая направленность в использовании денежных средств.

- Маркетинговые исследования по следующим вопросам в школах и в районе: для каких слоев населения района, какие виды спорта наиболее привлекательны; каковы возможности коммерческой деятельности по вопросам спорта в школе, районе; сколько детей может заниматься в платных группах, а у скольких детей этих возможностей нет; каковы представления администраторов школ, учителей физической культуры и тренеров по спорту о состоянии и перспективах развития физической культуры и спорта в школе и районе; какие виды спорта целесообразнее культивировать в районе с учетом традиций и потребностей школьников и их родителей и т.д.

- Уровень менеджерской подготовленности директоров школ, их заместителей, преподавателей физической культуры, способность их по-новому работать в современных условиях развития образования.

- На кого из персонала общеобразовательных школ, и какие общественные органы директор ДЮСШ опирается при решении проблем развития спорта в школах и районе, в какой мере и по каким вопросам спортивной работы. Каковы результаты участия этих лиц в решении задач района и школ.
- Какова рекламная работа с населением по его привлечению к активным занятиям спортом.
- На кого опирается директор ДЮСШ по решению проблем спорта в районном управлении (отделе) образования.
- Создан ли и функционирует ли Совет по руководству спортом в районе при координирующей роли директора ДЮСШ и под эгидой управления (отдела) образования района.
- Сколько должно (может) заниматься детей в школе под руководством учителя физической культуры и самостоятельно, и сколько в ДЮСШ под руководством тренера.
- Обмен опытом физкультурно-спортивной работы с другими районами.
- Результаты собственного анализа результатов и состояния спортивной работы в районе директором ДЮСШ или его аппаратом.
- Хотят ли обновления спортивной работы в школах и ДЮСШ района.
- Суть координационной работы по вопросам школьного спорта со стороны дирекции спортивной школы. Что есть интересного в других районах по этому вопросу.
- Организуется ли коммерческая деятельность в школах, в спортивной школе, районе?
- Используется ли электронная почта и Интернет в спортивной деятельности общеобразовательных и спортивной школ. Какова роль и место информационных технологий в координационной деятельности ДЮСШ?
- Планируемая и реальная регулярность занятий по физическому воспитанию в школах и ДЮСШ, проведения соревнований по видам спорта.
- Регулярность спортивных тренировок в ДЮСШ, регулярность проведения соревнований в районе и участия команд по видам спорта.

* * *

ФИЗИЧЕСКАЯ КУЛЬТУРА КАК ФАКТОР УКРЕПЛЕНИЯ ЗДОРОВЬЯ И ФОРМИРОВАНИЯ ЗДОРОВОГО СТИЛЯ ЖИЗНИ УЧАЩИХСЯ

III.3. Хуббиев

Физической культуре (ФК) отводится особое место в формировании здорового образа жизни (ЗСЖ) учащихся школ. Об этом говорится в Федеральном Законе о физической культуре в Российской Федерации. Оздоровительная эффективность ФК достигается, если она занимают достойное место в деятельности школы, семьи.

При этом важно понимать, что: ФК – это и условие формирования ЗСЖ учащихся, и составляющая их ЗСЖ; влияние ФК проявляется в укреплении физического, психического и социального здоровья школьников.

О влиянии занятий по ФК на здоровье учащихся, можно сказать следующее.

1. Здоровье ребенка закладывается в период внутриутробного развития и зависит от здоровья родителей. В подготовке женщины к рождению ребенка высока роль оздоровительных, общеукрепляющих и специально-направленных воздействии ФК. Их системность обеспечит ее физическое и психическое благополучие при вынашивании ребенка, родах и в последующем. Главное - это рождение здорового ребенка.

2. Родившийся ребенок обследуется на предмет отклонений от нормы в физическом, психи-

ческом развитии и поведении. Для использования этой информации с целью оздоровления ребенка родители должны уметь контролировать его физическое состояние, владеть знаниями о ФК оздоровительного характера, т.к. глубокие преобразования организма детей с самого рождения возможны за счет физической активности (ФА). Исследования И.А. Аршавского показали ее исключительную роль в биологическом развитии ребенка, на основе которого впоследствии формируется все разнообразие психики и социального поведения. Игнорирование ФА ведет к нарастающему снижению уровня потребности в ней во все последующие периоды жизни человека.

3. В детстве ребенок оптимально реализует свои потенциальные возможности. В этот период весьма полезна оздоровительная ФК. Но нежелательно акцентировать усиление его физической подготовленности. Иначе будет нанесен ущерб естественному развитию двигательной сферы ребенка, что ухудшит его физическое, психическое и интеллектуальное развитие. Только научив ребенка решать адекватные его возрасту двигательные задачи, можно системно развивать физические качества с учетом сенситивных периодов. Именно тогда формируются полноценное здоровье и привычка детей систематически укреплять его потенциал. Надо заложить в сознание ребенка стремление к здоровью через духовное и физическое совершенствование.

4. Пока школа должным образом не формирует у детей ЗСЖ. За время обучения значительной части детей в школе их здоровье ухудшается, но прививаются наркомания, курение, антиобщественное поведение. Поэтому необходимы здоровьесохраняющие программы в каждой школе и семье: "Здоровье ребенка", "Физическая культура для всех", "Школьный спорт", "Кадровое и научно-методическое обеспечение здоровьесохраняющей среды в школе" и "Материально-техническая база школы".

5. В рамках оздоровительной ФК нужно создать условия для прогрессирования здоровья с учетом физического, психического развития и социализации ребенка, а также для поддержания мотивации к ЗСЖ. Каждый ребенок неповторим. Это должно быть положено в основу концепции здоровьесберегающей ФК детей и подростков.

6. Оздоровительная ФК рассматривается не только в русле укрепления физического, но и психического и нравственного здоровья учащегося.

7. Учеба связана с психоэмоциональными перегрузками, стрессами. В то же время отсутствует государственная программа внедрения ЗСЖ в школе. Поэтому и снижается уровень физического, психического, духовного здоровья детей. ФК в школах надо переориентировать на здоровьесберегающие технологии, формировать у детей и здоровье, и привычку быть здоровым, готовность делать свое здоровье и демонстрировать последовательность в своих поступках и действиях, реализующих эту готовность в повседневной жизни, ЗСЖ.

Возможности ФК в формировании здоровья учащихся и ЗСЖ – неисчерпаемы. Это объясняется: изменением социально-экономических условий и нравственных императивов, потребовавшим переосмысления социально-культурных ценностей в сознании людей и повлиявшим на изменение их отношения к ФК, существенно расширив и углубив понимание ее оздоровительного эффекта; ФК обогащает культуру общества, семьи и личности ребенка. Ее роль в жизни человека, реализации его планов, государственной программы по внедрению ЗСЖ усиливается; занятия ФК формируют интеллект, эмоции и волю ребят, способы саморегуляции поведения, обогащают нравственный опыт. Все это содействует оздоровлению учащихся; ФК способствует отвлечению подростков от негативных потребностей и асоциальных поступков. Она заполняет свободное время детей, прививает навыки ЗСЖ, воспитывает здоровые привычки; ФК социализирует учащихся, имеющих отклонения в здоровье, и обеспечивает более высокий их социальный статус, дает ощущение полноты жизни; ФК – средство адаптации ребенка к внешним условиям, повышения возможностей организма и психики. Она сокращает сроки овладения профессией, избирательно развивает двигательные способности, функции организма, психику и социальное развитие учащихся. Как фактор биологической адаптации детей к климатическим, антропогенным и техногенным воздействиям, ФК способствует приспособлению их к окружающей среде, обеспечивает устойчивость показателей здоровья.

Оздоровительный потенциал ФК в современной школе полнее реализуется, если к этому готовы ее администрация, педагоги, родители, и сами учащиеся.

Сейчас же это сдерживается действием объективных факторов, обусловленных последствиями социально-экономического и духовно-нравственного кризиса в РФ. На Парламентских слушаниях (30.05.2000 г.) отмечалось, что Россия переживает небывалый по разрушительной силе и последствиям кризис, охвативший все основные демографические процессы: рождаемость, смертность и миграцию.

С середины 60-х годов прошлого столетия не обеспечивается простое воспроизводство населения. В России, начиная с 1998 года, суммарный коэффициент рождаемости снижается. Снижается и продолжительность жизни мужчин и женщин. Падает рождаемость. Эти демографические процессы происходят на фоне ухудшения здоровья детей. Главная опасность демографической деградации России кроется не столько в количественном уменьшении числа наследников, сколько в качественном их составе. В стране около 6 млн. инвалидов, 2 млн. безпризорников. 14 тыс. несовершеннолетних находятся в СИЗО, а 21 тыс. – в колониях. Все это – болезни общества. Демографический кризис с нездоровыми социальными явлениями усугубляется стремительным распространением вредных привычек и опасных заболеваний, снижающих количество и качество населения. Это – алкоголизация, табакокурение, наркомания, туберкулез, СПИД, гепатит В и т.п., распространяемые среди детей. Значительная часть трудоспособного населения подвергается стрессам. Растет число самоубийств. Таким образом, в активный трудоспособный и репродуктивный период сейчас вступает больное поколение. Это страшный симптом начала вырождения нации.

В этой ситуации было своевременным проведение 30.01.2002 заседания Госсовета России РФ с повесткой дня “О повышении роли физической культуры и спорта в формировании здорового образа жизни россиян”. В нем говорилось о том, что по физическому состоянию человеческого потенциала Россия существенно отстает от передовых стран. Национальная система оздоровления населения, пропаганды ЗСЖ с выходом на индивидуальное самосознание и оперативный контроль состояния здоровья находится вне фокуса государственной политики. Необходимо остановить ухудшение здоровья нации, принять радикальные меры по качественному улучшению человеческого ресурса, формированию ЗСЖ, новых ценностных ориентиров: высокий уровень гражданственности, патриотизма, отказ от вредных привычек.

Совершенствованию физического воспитания учащейся молодежи было посвящено совместное заседание коллегий Министерств образования, здравоохранения, Госкомитета РФ по физической культуре и спорту, Президиума РАО 23.05. 2002 года. В его решении констатируется, что в последние годы в системе образования наблюдается резкое ухудшение здоровья и физической подготовленности учащихся. Только 10% из них можно считать здоровыми. Резко прогрессируют болезни сердечно-сосудистой и костно-мышечной систем, обусловленные недостаточной ФА в сочетании с неблагоприятными экологическими условиями и питанием.

Более половины ребят, оканчивая школу, уже имеют 2-3 хронических заболевания, и только лишь 15% выпускников практически здоровы. По состоянию здоровья около 1 млн. школьников полностью освобождены от занятий ФК. За последние 20 лет число призывников, годных к военной службе, сократилось на треть. Более 40% из них не выполняют самые низкие нормативы по ФК. Проблема ФК детей с отклонениями в состоянии здоровья стоит остро и во многих школах не решена. Их просто освобождают от занятий ФК. Но именно они в большей степени нуждаются в благотворном влиянии на организм средств ФК. Для обеспечения должного уровня ФК учащихся необходимо увеличить их ФА, усилить образовательную функцию ФК, расширить внеучебную физкультурную работу, создать спортивные клубы в каждой школе, улучшить материальную базу для процесса физического воспитания.

Оздоровительная функция ФК проявляется в ее ценностях. Это: культура телесности, физическое и двигательное совершенство, хорошее здоровье; интеллектуальные ценности – знания, мотивы и потребности детей, на основе которых физические способности реализуются; общественные ценности – накопленные человечеством знания, арсенал техники движений, техноло-

гий спортивной подготовки, методик оздоровления, образцов и достижений двигательной деятельности. Все это создавалось людьми для физического совершенствования и ЗСЖ; интенционные ценности, выражающие желание и готовность человека к развитию потенциала своей ФК; валеологические ценности – знания об использовании ФА для физического развития, закаливания, повышения работоспособности, биологической и психоэмоциональной устойчивости; умения противостоять неблагоприятным факторам; мотивация, интерес, потребности в бережном отношении к здоровью, в ЗСЖ; воспитательные ценности; мобилизационные ценности; экономические ценности, связанные с оказанием услуг по удовлетворению физкультурных потребностей; кадровый ценностный потенциал – специалисты, способные по-современному решать организационно-управленческие, психолого-педагогические проблемы формирования ЗСЖ; технологические ценности – рациональные и экономичные пути руководства, организации и управления развитием физической культуры в школах, способы, принципы и регулятивы физического воспитания и спорта; инновационный ценностный потенциал – современные теоретические концепции, определяющие инновационные подходы и новые педагогические технологии в области ФК.

Эффективное освоение этих ценностей ФК в целях укрепления здоровья школьников и формирования у них здорового образа жизни осуществляется в процессе физического воспитания, спортивной подготовки, двигательной и психологическая реабилитация, физической и психологическая рекреация, а также валеологического воспитания

Формированию оздоровительной ФК школьников способствуют: федеральная программа, имеющая прогностический характер; региональная (городская, областная) образовательная программа по ФК; научно-методическая работа в районе по разработке новых способов деятельности в сфере ФК; проект ФК школы, выступающий как педагогическая система спортивной, оздоровительной, научной деятельности, форм коммуникации и общения между учащимися, учителями и родителями.

* * *

ОБНОВЛЕНИЕ СОДЕРЖАНИЯ ФИЗКУЛЬТУРНОГО ОБРАЗОВАНИЯ — ОБЪЕКТИВНАЯ ПОТРЕБНОСТЬ СОВРЕМЕННОГО ОБЩЕСТВА

Ш.З. Хуббиев, Г.Н. Пономарев

Преобразования в России, определяющие стратегию и тактику ее развития в мировом социально-экономическом, политическом, культурном и образовательном пространстве, обусловили необходимость обновления содержания физкультурного образования (ФКО). Это обусловлено следующими обстоятельствами.

I. Образование в России модернизируется. Государственные образовательные стандарты (ГОС), определяющие требования к специалистам, а также система их подготовки, постоянно изменяются с учетом стратегии развития общества. Образование, обеспечивающее прогресс общества, объективно не может не быть инновационным по своей сути. Обновление ФКО это принцип его функционирования и развития.

II. В ФКО как сложной социальной системе согласно принципам самоорганизации формируются инновации, обусловленные ходом развития ценностного потенциала физической культуры (ФК) и спорта как ее вида.

III. ФК способствует приобщению человека к богатейшим кладовым ее ценностного потенциала. Это создает условия для развития множества способностей человека, раскрытию его дарований и успешного достижения жизненных целей.

К ценностям ФК относятся: 1) культура телесности и двигательной деятельности (ДД); 2) физическое совершенство; 3) уровень здоровья; 4) интеллектуальные ценности – знания, мотивы и потребности человека, на основе которых физические способности реализуются в его деятельности; 5) ФК личности – феномен разностороннего развития человека и показатель ее общей культуры; 6) общественные ценности, – накопленные человечеством специальные знания, арсенал способов движений, технологий физического воспитания (ФВ), спортивной подготовки, физической рекреации (ФР) и двигательной реабилитации (ДР), методик оздоровления, образцов ДД, достижений, прежде всего, в спорте; 7) интенционные ценности, определяющие значимость ФК в обществе государстве, и уровень мотивации к ДД; 8) валеологические ценности – знания об использовании движений для физического и духовного оздоровления человека; 9) воспитательные ценности – эмоциональные, нравственные и эстетические ориентиры и проявления человека в ходе ДД; 10) ценностный потенциал спорта затрагивает проблемы познания, развития, использования и демонстрации возможностей человека; 11) мобилизационные ценности – способности человека к адаптации в экстремальных условиях; 12) экономический потенциал – выражается в производстве и предоставлении физкультурно-спортивных услуг населению; 13) кадры, призванные обеспечить выполнение Федерального Закона о физической культуре и спорте, решений Госсовета РФ, других нормативных актов, регламентирующих ФК. Новые подходы к развитию ФК общества и личности требуют кардинальных инноваций в подготовке кадров для сферы ФК и учебно-методическом комплексе; 14) технологические ценности – система рациональных способов руководства, организации обеспечения эффективного функционирования и развития организаций и учреждений ФК, способов, принципов и регулятивов ФВ и спорта; 15) инновационный ценностный потенциал развития ФК – концепции, теории, способы деятельности, определяющие новые подходы к управлению ФК, закономерности, принципы, методы и технологии.

IV. Ориентация действующей системе ФКО на традиционные принципы деятельности, не позволяет обеспечить системное освоение ценностей ФК. Но новые социально-экономические условия российской действительности и тенденции развития мирового физкультурного пространства диктуют необходимость коренного пересмотра действующей парадигмы и в целом отечественной системы ФКО.

V. ФВ и спорт совершенствуют природные свойства и социально-культурные качества современного человека. Это связано с приобщением его к ценностям ФК. Результаты этого процесса фокусируются в образовании человека: обучении, воспитании, развитии, оздоровлении и социализации, относительно которых педагогическая парадигма существенным образом пересматривается и преобразуется.

VI. Ценности ФК осваиваются в процессе ФВ, спортивной подготовки (СП), ФР, ДР, возможности которых в развитии человека практически не ограничены.

ФВ формирует личность через освоение ценностей ФК. Его философским основанием является целостный подход к человеку, осознание личностью и обществом культурно-образовательной значимости ДД, теоретическое основанием – педагогические принципы организации ФКО, технологическим основанием – деятельностный подход. Основополагающий принцип ФВ человека – единство интеллектуального, мировоззренческого и двигательного компонентов.

Концептуально ФК должна способствовать внедрению идей и технологий спорта в ФВ. Сегодня спорт для всех и олимпийское воспитание востребованы. Спорт для всех – мощное средство образования людей, повышения их работоспособности. Его преимущество состоит в доступности для населения. В олимпийском воспитании приоритет отдается ценностям исторического и гуманистического потенциалов ФК. Оно строится на идеях олимпизма, обогащая ФВ философией сбалансированного единства тела, воли и разума. Олимпизм, интегрируя образование и культуру, обеспечивает формирование олимпийской культуры, основанной на гуманитарных и гуманистических ценностях ФК и спорта. Олимпийское воспитание включает три направления: познавательное, мотивационное, практическое: 1) формирует знания об истории

олимпийского движения, гуманистических идеалах и ценностях олимпизма; 2) формирует интерес к спорту, спортивные потребности, стремление к наивысшему результату; 3) формирует умения и навыки практического освоения ценностей олимпизма.

Физическая рекреация – система восстановления и компенсации временно утраченных двигательных, психоэмоциональных и психофизических возможностей человека, интеграцию в общество людей с врожденными и приобретенными заболеваниями, ограничивающими нормальные проявления души и тела.

Двигательная реабилитация также приобретает новое значение. В связи дефицитом двигательной активности, психо-эмоциональными перегрузками, стрессами, вызванными деструктивными процессами в обществе, ухудшается физическое, психическое и духовное здоровье людей ситуациями. Для противодействия всему этому в системе ФК используется ДР.

VII. Здоровый стиль жизни (ЗСЖ) – острая социальная проблема. Она признана актуальной на уровне мирового сообщества: ЮНЕСКО и ВОЗ. Это обусловило необходимость разработки и внедрения оздоровительных программ и новых технологий укрепления здоровья. Включение педагогов ФК в привитие ЗСЖ предполагает их активность в ознакомлении детей с многообразием средств и методов сохранения и укрепления здоровья, воспитания потребности в здоровом стиле жизни.

VIII. Последствия кризиса, переживаемого Россией. Он оказался небывалым по разрушительной силе и далеко идущим по последствиям, охватив основные демографические процессы: рождаемость, смертность и миграцию. Из-за этого в течение XXI века народонаселения России может “исчерпаться”.

Продолжительность жизни в настоящее время такова, что мужчины живут меньше женщин более чем на 12 лет, а разрыв между аналогичными показателями западноевропейских стран составляет 12 и 7 лет соответственно. При общем сокращении численности населения отмечается его старение, в то же время число детей до 15 лет снижается. При продолжающемся снижении рождаемости, возрастает смертность людей, в особенности мужчин. По-прежнему высока младенческая смертность. Она в 2-4 раза превышает показатели экономически развитых стран. В структуре причин смерти детей до одного года преобладают причины, тесно связанные со здоровьем матери. Половина подростков 15-17 лет страдает хроническими заболеваниями. Главная опасность этих процессов не в количественном уменьшении числа наследников, а в качественном их составе

В стране много инвалидов социальных сирот, беспризорников, детей до 16 лет, пропавших без вести, несовершеннолетних ребят в СИЗО и колониях. В активный трудоспособный и репродуктивный период сейчас вступает большое поколение – страшный симптом начала вырождения нации. Государственные меры не сдерживают нарастания негативных процессов. Нет реальной демографической политики, направленной на улучшение качества здоровья населения, на профилактику заболеваний. Особую тревогу вызывает ухудшение здоровья детей и подростков, недостаток двигательной активности которых провоцирует у них болезни сердечно-сосудистой и костно-мышечной систем. Из-за этого около 1 млн. школьников полностью отлучены от занятий по ФК. Распространенность гиподинамии среди школьников достигла 80%. Имеет место гипотрофия юношей призывного возраста, что отражается на комплектовании армии здоровым контингентом. Затяжные психоэмоциональные и социальные стрессы, вызванные проводимыми реформами, привели к росту депрессий, реактивных неврозов, суицида, алкоголизма, табакокурения, наркомании, антисоциальных вспышек, преступности. Более половины выпускников школ уже имеют 2-3 хронических заболевания. Лишь 15% выпускников считаются практически здоровыми. Около трети юношей по состоянию здоровья не могут служить в армию.

Анализ состояния и тенденции демографических процессов и их причин свидетельствует о невозможности стабилизации обстановки в стране и последующего ее улучшения без кардинальных мер, числе которых большое значение имеет создание благоприятных условий для вовлечения россиян в активные занятия ФК и спортом.

IX. Имеют место следующие тенденции развития ФКО: диверсификация подготовки специалистов ФК; расширение дополнительного образования в области ФК; появление учебных дисциплин и образовательных технологий, имеющих инновационный характер; формирование многоуровневой подготовки кадров, основанной на учебно-педагогических комплексах; подготовка нового поколения ГОС, программного, учебно-методического и информационного обеспечения; укрепление учебно-спортивной и материально-технической базы образовательных учреждений.

X. Государственная политика в области ФК отражена в Федеральном Законе о ФК и спорте. Его положения нашли отражение в Парламентских слушаниях (30.05.2000 г.), заседании Госсовета России с повесткой "О повышении роли физической культуры и спорта в формировании здорового образа жизни россиян" (30.01.2002 г.) и совместном заседании коллегий Минобразования РФ, Минздравоохранения РФ, Госкомитета РФ по ФК и спорту, Президиума РАО (23.05.2002 г.).

Намечено остановить ухудшение здоровья нации и тенденцию депопуляции населения, принять радикальные меры по качественному улучшению человеческого ресурса, формированию ЗСЖ, новых ценностных ориентиров, включающих высокий уровень гражданственности и патриотизма и неприятие вредных привычек.

Признано необходимым увеличение объема двигательной активности детей, усиление образовательной направленности ФК, расширение внеучебной физкультурно-оздоровительной и спортивной работы на основе создания спортивных клубов в каждом образовательном учреждении и значительное улучшение материально-технического обеспечения процесса физического воспитания.

Все это могут должным образом претворить в жизнь только специалисты, обладающие высокими личностными качествами, профессиональной компетентностью и способные по современному решать организационно-управленческие, психолого-педагогические и другие проблемы формирования личностно-ориентированной ФК человека XXI века. Для подготовки таких специалистов необходима обновленная система ФКО, отвечающая современному этапу развития России.

* * *

ОРГАНИЗАЦИОННО-ПЕДАГОГИЧЕСКИЕ ОСНОВАНИЯ ФОРМИРОВАНИЯ И РАЗВИТИЯ СПОРТИВНЫХ КЛУБОВ ВОСТОЧНЫХ ЕДИНОБОРСТВ

Ш.З. Хуббиев, Д.С. Савельев

В стране улучшается уровень жизни. Понемногу, но восстанавливается нормальная жизнь. Люди еще не богаты, но в большинстве своем зарабатывают достаточно для обеспечения быта. Вместе с тем достаточно просто упомянуть проблему гиподинамии – нехватки движения, даже не разъясняя понятия, потому что это слово встречается не только в сухих медицинских справочниках, но и в любом бульварном издании, при рекламе очередного "чудодейственного" средства для похудения.

Итак, есть два факта: проблемы со здоровьем у населения и желание с ними справиться, с одной стороны, наличие средств для этого – с другой стороны.

Можно идти путем лекарственной терапии: болезнь – деньги – лекарства – здоровье, а можно не допускать болезнь в свой организм, платить не за устранение болезни, а за ее отсутствие, это путь физической культуры: деньги – укрепление здоровья. На этом пути нет и не должно

быть звена "болезнь". Очень важно это понимать и уметь убеждать в этом, так как отсутствие понимания роли физической культуры у населения является одним из главнейших препятствий для проведения массированного физкультурного воспитания.

Проблема не только в отсутствии или низком уровне физкультурного воспитания у населения, но и в разваленном физкультурном комплексе страны. Не хватает носителей физической культуры в школах, а где и есть учителя, нет необходимого для всестороннего развития физической сферы человека оборудования. Конечно, есть небольшая группа дорогих, и (очень модное сейчас слово) элитных спортивных клубов с профессиональными кадрами и прекрасным оборудованием, но их услуги может себе позволить слишком узкая прослойка населения, здесь и не может идти речи о массовости.

И на первый план ходят недорогие "полуподвальчики" – бюджетные спортивные клубы, нередко на базе спортивных залов образовательных учреждений (школы, техникумы, колледжи). Уровень, в первую очередь, материальной части в них, конечно несравним с элитным, но и уровень цен на порядок ниже. А профессионализм тренеров бывает как низким, так и абсолютно не сравнимым с таковым в дорогих клубах. Но дедовские методы организации таких клубов часто губят хорошие начинания.

Основная цель диссертации – разработать схему создания и развития малобюджетных коммерческих спортивных клубов, со специализацией на восточные единоборства.

Пожалуй, необходимо пояснить, почему в качестве базовых спортивных дисциплин выбраны восточные единоборства. Краткую историю их развития на территории России знает практически каждый. Резкий всплеск популярности, затем запрет каратэ, еще большая популярность (запретный плод всегда слаще), снятие запрета, постоянный приток все новых людей в разные стили. Сейчас наблюдается устойчивый спад на изучение каратэ и других единоборств, но у этого явления есть свои, объяснимые причины. Если раньше, когда спрос значительно превышал предложение, достаточно было всего лишь открыть секцию, а узнавали про нее моментально, как про любой дефицит. Но в настоящее время ситуация на рынке оказания услуг в сфере физкультурного воспитания населения кардинально изменилась. Теперь в этом бизнесе не только инструкторы, которые раньше целиком обеспечивали работу секции, клуба, а сейчас занимаются непосредственно тренингом, но и специалисты по рекламе, по маркетингу, менеджеры, специалисты по сопутствующим услугам (массаж, фитотерапия). Но те, кто работает, по традиции расклеивая объявления на улицах, не хотят видеть этих изменений, не желают осмыслить происходящее вокруг. Следствие же простое, спрос удовлетворяют не они, а те, кто смог выдвинуть более выгодное предложение и донести его до потенциальных клиентов, а это, в первую очередь, дорогие фитнес-клубы. И происходит все большее снижение популярности восточных единоборств. Может быть, кончилось время каратэ, пора заниматься всевозможными видами фитнеса? Нет, хотя никто не отрицает виды фитнеса, как сопутствующие услуги. Не кончилось это время и есть примеры успешных спортивных клубов, где учитываются современные тенденции и количество занимающихся всех возрастов соответственно высокое. Одной из задач диссертации является анализ работы одного такого успешного клуба.

Второй, но не менее главной целью диссертации является рассмотрение учебно-методических аспектов изучения восточных единоборств на примере вида спорта, зарегистрированного в Госкомспорте – каратэ кёкусинкай. Этот стиль выбран в качестве объекта исследования не только потому, что им занимается автор, но и из-за его высокой популярности в мире. По свежим данным, этот вид каратэ изучает более 12 миллионов человек по всему миру. То есть потенциал для развития данного стиля, несомненно, существует.

Но, судя по работе абсолютного большинства клубов, методику как таковую не используют. Нет планов занятий, нет годовых графиков. В одном строю стоят коричневые пояса (от 4 лет занятий и более) и синие пояса (1-2 года занятий). Сложно представить, чтобы в общеобразовательной школе пятиклассник изучал то же самое, что и первоклассник. На практике же это встречается сплошь и рядом.

Таким образом, даже при поверхностном взгляде видно, что в данной области существует

большой пласт проблем, которые требуют правильных и своевременных решений.

* * *