

ФЕДЕРАЛЬНОЕ АГЕНТСТВО ПО ФИЗИЧЕСКОЙ КУЛЬТУРЕ И СПОРТУ

УПРАВЛЕНИЕ ФИЗИЧЕСКОЙ КУЛЬТУРЫ, СПОРТА И ТУРИЗМА
АДМИНИСТРАЦИИ ЛИПЕЦКОЙ ОБЛАСТИ

ГОСУДАРСТВЕННОЕ УЧРЕЖДЕНИЕ
«ИНФОРМАЦИОННО-АНАЛИТИЧЕСКИЙ ЦЕНТР
РАЗВИТИЯ ФИЗИЧЕСКОЙ КУЛЬТУРЫ И СПОРТА
ЛИПЕЦКОЙ ОБЛАСТИ»

РАЗВИТИЕ ФИЗИЧЕСКОЙ КУЛЬТУРЫ И СПОРТА В КОНТЕКСТЕ САМОРЕАЛИЗАЦИИ ЧЕЛОВЕКА В СОВРЕМЕННЫХ СОЦИАЛЬНО- ЭКОНОМИЧЕСКИХ УСЛОВИЯХ

МАТЕРИАЛЫ МЕЖДУНАРОДНОЙ
НАУЧНО-ПРАКТИЧЕСКОЙ КОНФЕРЕНЦИИ

Липецк, 25-26 апреля 2006 года



ГУ «ИАЦ РФКиС ЛО»
Липецк • 2006

ББК 75.10 (2Р-4Лп)
Р-17

ФЕДЕРАЛЬНОЕ АГЕНТСТВО ПО ФИЗИЧЕСКОЙ КУЛЬТУРЕ И СПОРТУ

УПРАВЛЕНИЕ ФИЗИЧЕСКОЙ КУЛЬТУРЫ, СПОРТА И ТУРИЗМА
АДМИНИСТРАЦИИ ЛИПЕЦКОЙ ОБЛАСТИ

ГОСУДАРСТВЕННОЕ УЧРЕЖДЕНИЕ
«ИНФОРМАЦИОННО-АНАЛИТИЧЕСКИЙ ЦЕНТР
РАЗВИТИЯ ФИЗИЧЕСКОЙ КУЛЬТУРЫ И СПОРТА
ЛИПЕЦКОЙ ОБЛАСТИ»

РАЗВИТИЕ ФИЗИЧЕСКОЙ КУЛЬТУРЫ
И СПОРТА В КОНТЕКСТЕ
САМОРЕАЛИЗАЦИИ ЧЕЛОВЕКА В
СОВРЕМЕННЫХ СОЦИАЛЬНО-
ЭКОНОМИЧЕСКИХ УСЛОВИЯХ

МАТЕРИАЛЫ МЕЖДУНАРОДНОЙ
НАУЧНО-ПРАКТИЧЕСКОЙ КОНФЕРЕНЦИИ

Липецк, 25-26 апреля 2006 года

ГУ «ИАЦ РФКиС ЛО»
Липецк • 2006

СОДЕРЖАНИЕ

РАЗДЕЛ I. Теоретико-практические аспекты развития сферы физической культуры и спорта в контексте современных социально-экономических преобразований общества и региона начала XXI века. 4

АКСЕНОВ В.П., МАКАРОВ В.М., ИВАЩЕНКО С.О. Основные направления использования спелеоресурсов Тульской области (<i>Тула</i>).	4
АКСЕНОВ В.П., РЫЖКОВ А.П. Регионализация как одно из основных направлений совершенствования образования (<i>Тула</i>).	8
АЛЕКСАНДРОВ В.И. , ЧИЖОВА Е.С. Общие проблемы физической культуры и мониторинга в образовательных учреждениях (<i>Новосибирск, Москва</i>).	10
ВОРОНОВ Н.Н. Некоторые аспекты деятельности Липецкого регионального отделения ВДО «Спортивная Россия» (<i>Липецк</i>).	16
ДЕМЕНТЬЕВ В.В. Актуальность массового обучения плаванию старшеклассников в контексте социально значимых задач современного этапа развития региона (<i>Липецк</i>).	18
ДЕМЕНТЬЕВ В.В., ПОЛЬНСКАЯ Е.А. Результаты мониторинга физического здоровья детей, подростков и молодёжи на примере Липецкой области (<i>Липецк</i>).	23
КАЛИНКИН Л.А., НИКОЛЕНКО Ю.И., ЧЕКИРДА И.Ф. Занятия экоспортивной деятельностью как один из способов самореализации представителей подрастающего поколения в современных социально-экономических условиях (<i>Москва, Кур, Греция</i>).	29
ЛАНДА Б.Х. Оценка качества образования в контексте развития сферы физической культуры (теоретико-практический аспект) (<i>Казань</i>).	30
ЛИТВИНОВ А.В. Развитие спорта высших достижений в Липецкой области (<i>Липецк</i>).	30
НОВОКРЕЩЕНОВ В.В. Оценка эффективности управления сферой физической культуры и спорта в субъекте Российской Федерации (<i>Ижевск</i>).	32
ПИСКУЛИН А.А. О совершенствовании преподавания физического воспитания в сфере общего и профессионального образования (<i>Елец</i>).	35
ПОЛЬНСКАЯ Е.А., ДЕМЕНТЬЕВ В.В. Концептуальные положения физкультурно-спортивной деятельности в контексте непрерывного физкультурно-спортивного образования населения Липецкой области (теоретико-методологические положения) (<i>Липецк</i>).	36
ПОЛЬНСКАЯ Е.А. Направления и содержание непрерывного физкультурного образования в контексте актуальных теорий развития личности (<i>Липецк</i>).	38
ПОЛЬНСКАЯ Е.А. Непрерывное физкультурное образование в контексте устойчивого развития личности (<i>Липецк</i>).	41
СТОЛОВ И.И. Массовая физическая культура на пути структурных реформ (<i>Москва</i>).	43
СТОЛОВ И.И., ЧЕРНОГОР Д.Н. Правовое обоснование и методические принципы создания концепции подготовки спортивного резерва (<i>Москва</i>).	45
ФОМИЧЕВА Н.В. Потенциал физической культуры в формировании здоровьесбережении школьников (<i>Тюмень</i>).	47
ЧЕРНЫХ Е.В. Деятельность педагога в системе личностно-ориентированного обучения студентов (<i>Липецк</i>).	49

РАЗДЕЛ II. Потенциальные возможности сферы физической культуры и спорта в контексте самореализации человека на современном этапе развития региона и общества в целом. 53

АКСЕНОВ В.П., МАКАРОВ В.М. Спортивно-оздоровительный туризм в комплексе здоровьесберегающих технологий в Тульском филиале Российской Международной академии туризма (Тула) 53

АКСЕНОВ В.П., СТУЛОВ В.В. Совершенствование и контроль уровня развития профессионально важных координационных способностей у будущих военных инженеров (Тула). 54

АФАНАСЬЕВ Б.И. Деятельность спортивных федераций на территории Липецкой области (Липецк). 57

АШИРОВА С.В., МЕДВЕДКОВ В.Д., МЕДВЕДКОВА Н.И. Новые эффекты направленных физических нагрузок (Чайковский). 59

БОРИСОВА В.В., АРТАМОНОВА Л.Л., ГРЕБЕНЩИКОВА З.В. Современные аспекты реализации дисциплины «Педагогическое физкультурно-спортивное совершенствование» в педагогическом вузе (Тула) 60

ГОЛЕНКО А.С. Развитие координационных способностей у школьников – фундамент эффективного освоения игровых действий (Брест, Беларусь). 61

ГУБАНОВА Н.Ф. Гипотеза о необходимости увеличения видов легкой атлетики, изучаемых на уроках физической культуры в школе (Елец). 64

ГУЛЛЕВСКАЯ Е.С. Результаты мониторинга уровня физического развития детей, подростков и молодежи, проживающих на территории Липецкой области (Липецк). 65

ДЕМЕНТЬЕВ В.В. Организационно-методические основы обучения плаванию юношей старшего школьного возраста (Липецк). 66

ЖАРОВА О.В. Физкультурно-массовая работа в условиях общеобразовательного учреждения (Липецк) 73

ЗДАНЕВИЧ А.А. Особенности обучения школьников младшего и среднего возраста двигательным действиям в метаниях (Брест, Белоруссия). 74

ЛИТВИНОВ А.В. Пути привлечения детей к тренировкам и сохранения их в спортивных секциях (Липецк) 76

ЛОПАТИН Н.В. Развитие футбола в Липецкой области (Липецк). 79

МОИСЕЕВА А.Ю., ШУВАЛОВ Ю.Н. Этапы многолетней подготовки спортсменов-подводников в учебно-тренировочных группах (Тула). 81

МОЛОДКИН А.Г. Реализация метода проектов в практике физического воспитания (Тюмень) 82

ПОЛЬНИСКАЯ Е.А., ЧЕРНЫХ Е.В. Формирование личностно-ориентированной системы последиplomного образования как условие развития физкультурно-спортивной сферы (Липецк). 85

ПОНОМАРЕВА Е.Ю., ЛОПАТИН Н.В. Развитие фитнес-аэробики в Липецкой области (Липецк). 86

ПОХОДАЕВА Е.И. Содержание и технология организации Проекта областной программы летнего оздоровительного отдыха детей в контексте новых физкультурно-оздоровительных технологий (Липецк). 92

ПРОКОФЬЕВ А.И. Предпочтение лицам женского пола занятий определенными видами физических упражнений (Елец). 93

РАСТВОРОВ А.Г., ЯКУШИНА Н.А. Развитие скоростно-силовых способностей у школьников 14-15 лет средствами футбола (Тула). 94

ЧИЖОВА Е.С. Подготовка специалистов к использованию спартианской педагогической технологии организации физкультурно-спортивной работы (<i>Москва</i>)	96
ШАХОВ А.А. Теоретическая подготовка (специальный тактический раздел) начинающих дзюдоистов (<i>Елец</i>)	98
ШУВАЛОВ Ю.Н., ЛУНЧЕВ А.В. Особенности мотивационной сферы студентов I курса в процессе профессионального становления педагога по физической культуре (<i>Тула</i>)	102
ЩЕРБАКОВА А.В., ШУВАЛОВ Ю.Н. Целенаправленная программа развития морально-волевой сферы студенток на занятиях по физическому воспитанию (<i>Тула</i>)	104
ЯКУБОВСКАЯ А.Р., ВАСИЛЬЕВА Т.В. Комплексное использование двигательных и психорегулирующих средств в занятиях с девушками 16-18 лет (<i>Москва</i>).	106

РАЗДЕЛ III. Информационное и материально-техническое сопровождение физкультурно-спортивной деятельности разнообразных структур, учреждений, организаций как условия самореализации социально-значимых и биологических потребностей человека.108

ГЕРАСИМОВА С.П. Из опыта работы сектора «Информационно-технического сопровождения и издательской деятельности» ГУ ИАЦРФКиС Липецкой области (<i>Липецк</i>)	108
ЛЁВУШКИН С.П., ГОНЧАРОВА Л.Н. Использование компьютерных технологий при исследовании различных компонентов физического состояния детей, подростков и молодёжи (<i>Ульяновск</i>)	111
ЛЁВУШКИН С.П., КОРНИЛОВ Д.А. Математическая модель интегральной оценки физического состояния школьников разных типов телосложения (<i>Ульяновск</i>)	116
ШЕМЕЛОВ В.Ю. Региональные целевые и комплексные программы как основа нормативного регулирования физкультурно-спортивной деятельности в условиях реформирования федерального законодательства (на примере Липецкой области).	125

РАЗДЕЛ I.

ТЕОРЕТИКО-ПРАКТИЧЕСКИЕ АСПЕКТЫ РАЗВИТИЯ СФЕРЫ ФИЗИЧЕСКОЙ КУЛЬТУРЫ И СПОРТА В КОНТЕКСТЕ СОВРЕМЕННЫХ СОЦИАЛЬНО-ЭКОНОМИЧЕСКИХ ПРЕОБРАЗОВАНИЙ ОБЩЕСТВА И РЕГИОНА НАЧАЛА XXI ВЕКА

Основные направления использования спелеоресурсов Тульской области

Аксенов В.П., Макаров В.М., Иващенко С.О.
Тульский Государственный педагогический
университет им. Л.Н.Толстого, г.Тула

В Тульской области имеется несколько подземных объектов, которые можно рассматривать как туристские спелеоресурсы. Это - искусственные подземные выработки. Наиболее известные разработки известняка в Веневском районе – Гурьевские каменоломни. Также в районе села Гремячее есть культовые искусственные подземные полости, но они являются историческими объектами и доступ в них ограничен. Поэтому основное направление освоения спелеоресурсов Тульской области необходимо связывать с Гурьевскими каменоломнями, тем более, что объем их разведанной части достаточно велик и позволяет проводить самые различные мероприятия.

История возникновения Гурьевских каменоломен по разным оценкам восходит к 12-16 векам. Каменоломни имеют и другое название - Бяковские, или просто «Бяжи», по названию деревни Бяково, находящейся недалеко от входа в пещеру. Этот подземный объект представляет собой беспорядочный лабиринт штреков и залов с высотой прохода от 2 метров до 30 сантиметров. Данные катакомбы давно привлекают внимание неорганизованных туристов-спелеологов. В связи с возрастающей популярностью экстремальных видов туризма и хорошей проработанностью маршрутов становится возможным использовать Гурьевские каменоломни в качестве полноценного спелеообъекта туристских ресурсов Тульской области.

Здесь можно проводить однодневные экскурсии по наиболее интересным и живописным местам каменоломен с показом образцов добычи камня и археологических находок. Возможна демонстрация способов добычи и транспортировки камня под землей. Более реалистичными и впечатляющими эти мероприятия сделают факельное освещение и другие старинные атрибуты работы каменотесов (костюмы, элементы быта и т.д.). Для экскурсий под землей наиболее целесообразно формировать группы по 7 - 10 человек и проводить показ в сопровождении двух проводников. Маршруты для групп желательно делать разнообразными, а путь следования очистить от камней и сделать не ниже 1,5 метров. Проводники и экскурсоводы могут быть подобраны из числа наиболее подготовленных туристов-спелеологов. Расчеты показывают, что такие экскурсии будут рентабельными.

Другим направлением использования Гурьевских каменоломен могут быть походы выходного дня с ночевкой в базовом лагере. Это мероприятие, значительно более крупное по масштабу и затратам, требует более серьезной подготовки. К стандартной экскурсионной программе добавится посещение наиболее удаленных районов каменоломен, самостоятельные прогулки по территории ограниченных полигонов, ориентирование по карте. Наличие обводненной части катакомб делает возможным организацию работ в гидрокостюмах и прохождение затопленных «экзотических закоулков» лабиринта.

Безусловно, проведение походов выходного дня требует применения специального бивачного снаряжения. Это - спальники, коврики, газовые горелки и т.д. Эту проблему, на первых порах, можно решить за счет спелеосекций, туристских клубов и общественных организаций, а при регулярных мероприятиях - за счет отчислений от прибыли.

Инструкторский состав для таких мероприятий должен быть увеличен для обеспечения бытовых условий, заброски и выброски снаряжения, обеспечения безопасности и т.д.

Третьим и самым серьезным направлением использования Гурьевских каменоломен могут быть спортивные походы. Сейчас ведутся работы по категорированию спелеомаршрутов. Заканчивается окончательная топографическая съемка объекта, которую проводят туристские клубы «Недра» г. Новомосковск и «Одиссей» г. Тула. Спортивные маршруты будут наиболее сложными мероприятиями, проводимыми в Гурьевских каменоломнях и потребуют специальной серьезной подготовки участников и руководителя. Формирование, контроль подготовленности и выпуск группы на маршрут должны проходить под эгидой соответствующих маршрутно-квалификационных комиссий. Оснащение туристских групп специальным снаряжением ляжет на плечи участников и руководителя, а также может быть организовано за счет действующих спелеосекций и клубов. Особые требования предъявляются к руководителям таких групп, подготовка которых может осуществляться в рамках общественной подготовки при проведении школ начальной и средней туристской подготовки и в рамках высшей школы. Обеспечение безопасности таких мероприятий должно обеспечиваться привлечением общественных или профессиональных аварийно-спасательных формирований.

В заключение можно сказать, что правильное, рациональное использование Гурьевских каменоломен может принести ощутимую пользу для всех, поскольку поднимет популярность спелеологии, позволит провести экологические мероприятия внутри пещеры и, наконец, приносить доход.

Регионализация, как одно из основных направлений совершенствования образования

Аксенов В. П., Рьжков А. П.
Тульский государственный педагогический
университет им. Л. Н Толстого, г. Тула.

Согласно закону «Об образовании» (1992) ведущими принципами, на основе которых возможно совершенствование российской системы образования, являются его гуманизация и регионализация, взаимно дополняющие друг друга. Действительно, максимально эффективно развивать личность каждого ребёнка в ходе педагогического процесса невозможно без учета условий его жизнедеятельности. Масштабы территории нашей страны, существенные различия в экологии и климате в совокупности с социально-экономическими условиями и национально-этническими особенностями местного населения приводят к осознанию необходимости разработки региональных моделей физического воспитания.

Такие модели уже созданы для ряда регионов: Москва, Санкт-Петербург, Ростов-на-Дону и др. Для педагогов-практиков такие модели наиболее удобны, когда они представлены в виде образовательных программ физического воспитания различных контингентов населения конкретного региона.

Тульская область - типичный регион, где сходятся большинство условий, влияющих на состояние здоровья человека, а Тула является одним из самых индустриальных городов центрального региона России. Интенсивное антропогенное воздействие на внешнюю среду привело к значительным изменениям экологического баланса на территории города, что дает основание охарактеризовать Тулу зоной экологического бедствия.

Радиоактивному загрязнению подверглись: 3 области России, 5 областей Украины и 5 областей Республики Беларусь. В черный список пострадавших попала и Тульская область. По данным комитета по ликвидации последствий аварии на ЧАЭС при Администрации Тульской области, от радиационного загрязнения пострадало 80 % территории

области с населением около 1 миллиона человек, где только в неблагоприятных зонах с плотностью загрязнения от 5 до 15 Ки / км² проживает 140 тыс. человек.

У детей, проживающих в Туле, наблюдается довольно высокий уровень заболеваемости и более низкие показатели физической подготовленности, чем в среднем по России (Е. А. Машинцов 2000 г.). Состояние здоровья подрастающего поколения в городе характеризуется следующими данными: более половины новорожденных имеют отклонения в состоянии здоровья, все чаще отмечаются задержки в физическом и психическом развитии детей. Хронические заболевания регистрируются у 15 – 20 % дошкольников, более чем у 60% детей младшего школьного возраста и более 80% подросткового возраста. Особенно быстрыми темпами растет число врожденных пороков у детей (С. Ницуашев 1993 г.) Это положение усугубляется последствиями катастрофы на ЧАЭС.

По мнению многих авторов, радиация по своей природе вредна для жизни (В. Н. Нестеров 1993г) и приводит к снижению сопротивляемости организма к вирусам, инфекциям и воздействию других неблагоприятных факторов внешней среды (И. И. Никберг 1989г). Даже относительно небольшие дозы облучения могут стать причиной заболевания крови, сердечно-сосудистой системы, органов дыхания и психических расстройств (Банникова Ю. А. 1988г.)

Все вышесказанное в полной мере относится и к г. Щёкино Тульской области, в котором проводились наши исследования (2005-2006 гг.). В городе особенно сильно сконцентрировано химическое производство, а также высокий уровень радиоактивного загрязнения.

Основное противоречие, которое мы пытались разрешить в своей работе, состоит в насущной необходимости создания программы физического воспитания выпускников основной школы для г. Щёкино, с одной стороны, и отсутствием такой программы, с другой.

В констатирующем эксперименте определялись показатели физического развития и физической подготовленности школьников девятого классов г. Щёкино, которые затем сравнивались с аналогичными показателями детей, проживающих в экологически благоприятном регионе (Московская обл., Красногорский район, п. Нахабино)

В результате исследования было выявлено, что по таким показателям, как длина тела, масса тела и ЖЕЛ достоверных различий у мальчиков не обнаружено. Девочки г. Щёкино (n=22) достоверно уступают в росте сверстницам из п. Нахабино (n=24). При сравнении показателей физической подготовленности были зафиксированы следующие данные. У мальчиков г. Щёкино (n=18) достоверно ниже результаты тестов, чем у сверстников из п. Нахабино (n=43): прыжок в длину с места, подтягивание на высокой перекладине, дифференциация временных и силовых параметров движения. По тестам, характеризующим уровень развития быстроты, гибкости, меткости преимущество нахабинских школьников недостоверно. Школьницы г. Щёкино уступают по всем основным двигательным качествам, из них достоверно - по показателям скоростно-силовых качеств, гибкости, силы мышц брюшного пресса, силы кисти, дифференциации силовых и временных параметров движения.

Таким образом, у школьников г. Щёкино высокий уровень физической подготовленности зафиксирован только у 7% мальчиков, средний уровень имеют 65% мальчиков и 55% девочек, низкий уровень - 28% мальчиков и 41% девочек. В п. Нахабино высокий уровень физической подготовленности имеют 30% мальчиков и 33% девочек; средний уровень – 65% мальчиков, 55% девочек; низкий уровень – 5% мальчиков, 12% девочек.

Основной целью экспериментальной программы, разрабатываемой нами в настоящее время, является такая организация педагогического процесса по физическому воспитанию, которая позволила бы максимально снизить влияние отрицательных антропогенных воздействий на организм школьников, а также подготовить их к освоению требований государственного стандарта образования по дисциплине «Физическая культура».

Общие проблемы физической культуры и мониторинга в образовательных учреждениях

Александров В.И., канд. биол. наук, профессор, г.Новосибирск,
Чижова Е.С., г.Москва

Социально-экономические изменения в России в равной степени затронули как Москву, так и Новосибирскую область, что не могло не отразиться на процессе и результате физического воспитания подрастающего поколения. На фоне затянувшихся социально-экономического и демографического кризисов особую значимость приобретают результаты работы специалистов в сфере физической культуры и спорта.

Физическая культура – совершенно особая уникальная учебная дисциплина, которая затрагивает биологическую, психологическую и социальную сущность учащихся, т.е. ни один из предметов во всей программе общеобразовательной школы не дает столько разнообразных знаний, умений и навыков, необходимых в бытовой, трудовой и оборонной деятельности.

Несмотря на кризисные явления учителя физической культуры и тренеры по видам спорта в ходе своей педагогической деятельности продолжают работу по сохранению и укреплению физического здоровья, создают основы для поддержания и повышения физической работоспособности столь необходимой на фоне все повышающихся объемов учебных нагрузок, формируют социально-прикладные основы повышения безопасности жизнедеятельности населения, готовят подрастающее поколение к защите Отечества.

Основными негативными и, при этом прогрессирующими, тенденциями являются: снижение числа практически здоровых учащихся за время обучения и достигшее по окончании школы критического уровня; сокращения числа детей, занимающихся физической культурой и спортом; ухудшение качества работы спортивных школ и спортивно-оздоровительных лагерей для летнего отдыха детей; низкая оснащенность материально-технической базы общеобразовательных школ, детско-юношеских спортивных школ и клубов по физической подготовке; отток квалифицированных кадров с последующей заменой их педагогами более низкой квалификации; рост малолетней преступности, наркомании, увеличение числа беспризорных детей, подверженных влиянию уличных криминальных законов.

Проще всего большинство негативных тенденций списать на действительно имеющиеся трудности в финансовом и правовом обеспечении. Но суть всего сегодняшнего переходного периода, как раз заключается в том, что бы жить не по инерции ожидания, а в преодолении объективных и субъективных трудностей, поиске путей решения узловых проблем, для чего потребуются не один день и не один год.

Среди многочисленных проблем в физическом воспитании подрастающего поколения выделяются главные:

- методология и педагогика не успевают за темпами изменения общественного сознания социальной перестройки общества, а дистанция между управлением образования и его обеспечением растет;
- уровень физического здоровья, развития и подготовленности выпускников средних и высших школ не соответствует в полной мере восполнению трудового и оборонного потенциала страны;
- детско-юношеские клубы физической подготовки дублируют работу детско-юношеских спортивных школ, подчас не выполняя своих прямых функций – массового общефизической подготовки детей;
- тренерско-преподавательский корпус, сформировавшийся в доперестроечный период, в последние годы заметно «феминизировался», а вследствие оттока кадров - искусственно «постарел»;

- вызывает большую тревогу отсутствие в регионе надлежащих научно-методических разработок в области физического воспитания.

- в осознании учащимися жизненной необходимости постоянного повышения уровней физического развития и подготовленности;

- центральной, нерешенной проблемой являются методологические противоречия между массовостью образования, базирующегося на школьном уроке (классе) как основной формы организации учебного процесса, и необходимости индивидуализации процесса обучения. Любые системы жестко спроектированного физического воспитания могут принести только временный хороший результат, но никогда не выдерживают проверки временем из-за несоответствия их изменяющимся ориентирам общества.

Для решения этих проблем необходимо:

- с целью адаптации федеральных учебных программ по «Физической культуре» к региональным условиям, управлениям образования субъектов Российской Федерации разработать дополнения к федеральным учебникам, пособиям, программам и рекомендациям по «Региональному компоненту по физической культуре и школьному спорту»;

- при аттестации образовательных учреждений любой формы и принадлежности считать одним из основных критериев укомплектованность квалифицированными кадрами и наличие соответствующей нормативам материально-технической базы для обеспечения учебного процесса;

- признать недопустимым участие в образовательном процессе любых уровней и форм юридических и физических лиц, не имеющих специального профессионального образования и лицензии на право ведения педагогической деятельности в сфере физической культуры и спорта и не прошедших аттестацию;

- в целях активизации и повышения мотивации к познавательной и учебной деятельности ввести, начиная с 8-го класса, ежегодный обязательный экзамен по предмету «Физическая культура», состоящий из двух частей: практической и теоретической, учитывающей историю и традиции развития физической культуры региона и России.

- в целях повышения качества и обеспечения периодичности выпуска информационных материалов Министерству науки и образования Российской Федерации целесообразно организовать издание специализированной серии научно-практического сборника «Физическая культура, школьный и детско-юношеский спорт»;

- Министерству здравоохранения и социального развития Российской Федерации обратить особое внимание на участвовавшие случаи необоснованного освобождения медработниками учащихся от практических занятий физической культурой;

- развивать и совершенствовать систему социально-экономического стимулирования учреждений образования и специалистов в сфере физической культуры и спорта;

- обеспечить плановое целевое финансирование мероприятий по сохранению, укреплению и развитию материально-технической базы образовательных учреждений, что будет способствовать развитию решения задач в укреплении здоровья, повышению уровня физической подготовленности учащихся;

- поиска целевых, бюджетных и внебюджетных источников финансирования для сохранения и развития материально-технической базы физической культуры и спорта, расширения спортивно-оздоровительной работы с детьми в учреждениях образования,

- средства, полученные от сдачи в аренду спортивных сооружений, находящихся в ведомственном подчинении органов образования целевым образом направлять на развитие физической культуры и спорта в школах;

- рекомендовать проведение в учебных заведениях в рамках программы «Здоровье» в ноябре, феврале и апреле внутришкольных физкультурно-массовых и оздоровительных мероприятий (Дней здоровья) длительностью до 3-х дней (с освобождением учащихся от занятий);

- в целях выработки единой политики материального стимулирования и оплаты

труда работников в сфере физической культуры и спорта Министерству науки и образования Российской Федерации по согласованию с Федеральным агентством по физической культуре и спорту Российской Федерации решить вопрос о создании единых аттестационных требований для педагогических работников общеобразовательных школ и учреждений дополнительного образования, независимо от ведомственной принадлежности.

- с целью совершенствования и унифицирования нормативов для оценки физического развития и физической подготовленности школьников ввести в планы внутришкольных физкультурных мероприятий проведение «Президентских тестов», и готовящегося Государственного физкультурно-спортивного комплекса «Физическое совершенство».

Для рационального планирования, организации и проведения физкультурной, спортивной и оздоровительной работы:

- разработать концепции и программы развития детско-юношеского спорта и школьного спорта в образовательных учреждениях Российской Федерации;

- разграничить и конкретизировать понятия, разделы работы, основные функции, цели и задачи:

- базовой физической культуры, где основой является урок физической культуры;
- школьного спорта, основой которого является двигательная активность оздоровительной, корригирующей и спортивно-оздоровительной направленности;

- детско-юношеского спорта, как специализированной деятельности, направленной на достижение спортивных результатов в выбранных видах спорта и специализациях.

Постановлением Правительства Российской Федерации от 29 декабря 2001г. №916 утверждено Положение об общероссийской системе мониторинга состояния физического здоровья населения, физического развития детей, подростков и молодежи. Опыт проведения мониторинга в Москве, Санкт-Петербурге, Татарстане, Ингушетии, Липецке, Ульяновске, Екатеринбурге и в других городах показал, что для успешной работы в этом направлении необходимо создание региональных государственных или межведомственных центров мониторинга, основными задачами которого должны являться:

- сбор, первичный анализ и обработка информации, хранение и передачу ее в федеральный центр мониторинга;

- создание банка данных об уровне физического развития и физической подготовленности подрастающего поколения и взрослого населения;

- разработка региональных нормативов физического развития и физической подготовленности подрастающего поколения и взрослого населения;

- подготовка научно-обоснованных практических предложений и рекомендаций при разработке региональных и учебных программ, учебников и учебно-методических пособий по физической культуре и школьному спорту;

- диагностика и содействие развитию спортивных способностей, коррекция физического развития и подготовленности подрастающего поколения.

Системность мониторинга обеспечивает человеку возможность:

- овладеть элементарными приемами тестирования и самоконтроля;
- узнать эталонные нормативы физического (телесного) здоровья для своего возраста и оценить близость (удаленность) от идеала;

- сформировать на этой основе и реализовать персональную целевую оздоровительно-тренирующую программу.

Создание мониторинга позволит выявить уровень физической подготовленности и физического развития учащихся в регионах, разрабатывать механизмы стимулирования постоянного повышения этих показателей.

Минобразованием России, Минздравом России, Госкомспортом России и Российской академией образования принято совместное решение « О совершенствовании процесса физического образования в образовательных учреждениях Российской Федерации от 23.05.2002 г. за №11/9/615.

И в этом хорошем, добротном документе хочется выделить два пункта:

1. Отсутствие государственной системы мониторинга признано фактором, осложняющий процесс физического воспитания подрастающего поколения;
2. Решение о включении в действующие учебные планы общеобразовательных учреждений в установленном порядке проведение уроков по образовательной области «Физическая культура» в объеме не менее 3-х часов в неделю на всех ступенях общего образования и не менее 4-х часов в неделю в учреждениях начального профессионального образования.

Со времени бесславной кончины комплекса ГТО, спровоцированной кабинетным усердием, исчезла программно-нормативная основа физического воспитания населения. Сегодня выстраивается основа отечественной системы физического воспитания населения, включающая готовящейся комплекс «Президентские тесты», общероссийский мониторинг, государственные образовательные стандарты, программу «Президентские состязания», физкультурно-спортивного комплекса «Физическое совершенство».

Предопределённое единение этих мероприятий предполагает кроме общности целей и задач, взаимодополняющих друг друга, так и общность проблем. Цели и задачи мониторинга и физического воспитания общеизвестны, а вот общие их проблемы требуют отдельного разговора.

Среди множества проблем можно выделить несколько, ключевых.

Материально-техническая база. Слабая материально-техническая база школ влияет как на качество учебно-воспитательного процесса, так и на возможность проведения регулярных мониторинговых наблюдений. Далеко не во всех в школах есть ростомеры и весы, большой редкостью являются динамометры, спирометры. Ограниченность технического оснащения мест занятий оказывает значительное влияние на физическое образование и валидность результатов мониторингового обследования. Но все же, именно от методического мастерства педагога зависит полнота реализации этих задач. Конечно, надо надеяться, что в будущем школы все же будут оснащены в надлежащей степени, но это не означает, что сегодня пассивность учителя должна оправдываться скудностью имеющегося инвентаря и оборудования. История знает немало примеров, когда в хорошо оснащенных учреждениях общего и дополнительного образования отдача была далека от должной.

Методическая (госстандарты, программы). С начала 90-х годов резко возросло количество учебников и образовательных программ. Качество этой продукции далеко не однозначно, и недаром взят курс на их ограничение. Особое внимание привлекают авторские программы. Нет сомнения, когда автор действительно является творцом, он имеет право так называться. Но когда «авторство» сводится к элементарному изложению «солянки» из различных учебников, то оно имеет уже другое определение. И порой встречаются такие перлы, что приходится жалеть о том, что отменено обязательное разрешение на публикации в ЛИТО. Можно предполагать, что имеется определенная взаимосвязь двух явлений с начала 90-х годов: разнородное обилие программ и начавшееся ухудшение состояния здоровья школьников.

Нечто подобное сегодня наблюдается и в методике по проведению мониторинга. До конца не определено: какие именно использовать тесты, специализированные или в рамках упражнений, имеющихся в образовательных программах, какие показатели физического развития должны учитываться с учетом климато-географических особенностей различных регионов, не решена проблема индивидуализации оценок. Основой этих проблем является то, что функциональные проявления организма базируются на методе статистического анализа выборочной совокупности по средним ее показателям. Функциональный подход дал возможность накопить богатый эмпирический материал на начальном этапе изучения человека. Но в то же время он навязал социально-биологические «оковы» - среднюю норму, резко сужающую проявление индивидуальных способностей современного человека в сфере обучения, труда и активного отдыха. Сегодня эта методо-

логия выполняет роль тормоза на пути познания истинных (резервных) возможностей человека, но тем не менее необходима стандартизация программных действий во всех случаях, ибо она обеспечит равную «стартовую площадку», течение процесса и достоверность полученных результатов.

Идеологическая (направленность воздействия). Идеологическая составляющая мониторинга и физического воспитания представляет собой наименее разработанную часть.

Много лет говорится об индивидуальном подходе к занимающимся физической культурой. Но сегодня преподаватель может индивидуально уделить ученику во время урока максимум 1 минуту. Естественно, что основная работа учащегося приходится на групповые и самостоятельные формы занятий.

Произошли изменения и в идеологии занимающихся. Если раньше занимались для постижения образовательных программ, с целью подготовки к будущей профессиональной деятельности (хорошо работать на производстве), то сегодня акцент мотивации сменился на стремление иметь хорошую фигуру, друзей по увлечениям, заниматься физкультурой и спортом ради хорошего отдыха. Этому способствует введение 2-х задач – тренирующе-развивающей и физическое совершенствование. Таким образом, индивидуализация занятий предусматривает не нормативный, а индивидуальный контроль и оценку результатов работы. Это представляется и мощным рычагом стимуляции занятиями физическими упражнениями, а для психологов – огромным неисследованным пластом мотивационно-поведенческих реакций.

Воспитательная (подготовка к социуму). Общей связующей мониторинга и физического воспитания является задача по сохранению и укреплению здоровья учащихся. Сегодня, по различным данным, только от 5 до 10% выпускников средней школы являются практически здоровыми. И если в процессе физического воспитания эта задача решается методами физического и морального воздействия, то мониторинг, в данном случае, призван не только регистрировать то или иное состояние, но и искать причинно-следственные связи, прогнозировать проявление факторов неблагоприятного воздействия с последующей коррекцией.

Вторым, не менее важным, аспектом является приобщение учащихся к здоровому образу жизни. И это не лозунг. Сегодня общество нуждается в здоровых, конкурентоспособных людях, и поэтому обществу не безразлична общественная ориентация деятельности педагогов, медиков и т. д.

Нельзя забывать, что физическая культура является составной частью культуры человека. Сегодня, в условиях расплывания социальных норм и институтов, отсутствия принятых обществом идеологий, отсутствия стратегии развития страны, предлагаемая через СМИ подрастающему поколению культура носит преимущественно «отражательный» характер, пропагандирует деструктивные ценности. И воспитание привычки к здоровому образу жизни должно являться существенным противовесом, навязываемым элементом инородной культуры.

Необходима такая постановка работы, в результате которой стремление к физическим упражнениям, наряду с контролем их воздействия, стало бы не периодическим, а постоянным составляющим элементом того, что мы называется здоровым образом жизни.

Кадровая (исполнители). Пожалуй, наиболее острыми являются вопросы – кто будет осуществлять мониторинговые наблюдения? Кто заполнит кадровый просвет в рядах преподавателей физического воспитания?

На 01.09.02 г. в 1234 образовательных учреждений Новосибирской области обучалось 336 313 учащихся. Преподавателей физической культуры насчитывалось 1497 плюс 11 вакансий. Следовательно, с введением 3-его обязательного урока физической культуры на сегодняшний день необходимо дополнительно около 300 преподавателей. Если учесть данные статистики, что только каждый 6 выпускник Вуза идет работать по специальности, то для восполнения этого пробела ФФК НГПУ потребуется более 30 лет. И это без

учета естественного уменьшения числа преподавателей за это время, что прямо указывает на грядущий кадровый провал.

Поскольку в государственных органах образования в системе подготовки специалистов сложилась парадоксальная ситуация - они, не отвечая за трудоустройство своих выпускников, оставили за собой право осуществления содержания образования, то, в первом приближении, возможны 2 варианта решения этой проблемы:

1. Расширение существующей учебной базы и форм подготовки и профессиональной переподготовки специалистов.

2. Открытие нового Вуза, самостоятельного или филиала существующего.

Естественным образом напрашивается ответ, что мониторинговыми наблюдениями будут заниматься преподаватели физической культуры и медработник, если он имеется в школе. Тем более что преподаватели, в сущности, занимаются мониторингом в рамках образовательных программ, т.е. проводят контрольные испытания в начале и в конце учебного года в рамках учебного процесса. Но главная задача педагога - учить, обучать. И его физически может не хватить и на мониторинг.

Современность требует повсеместного введения в школах должности организатора физкультуры и спорта, специалиста, который мог бы взять на себя эту работу, как в первую половину учебного дня, так и во вторую. Остается тот выход, который уже практикуют многие школы - привлечение в процессы обучения и мониторинга непосредственных его участников, сделав их проведение и результаты прозрачными и открытыми. Научение школьника заполнению личной карточки с реальными результатами, наряду с фиксацией намеченных и выполненных самостоятельных заданий не составляет особых затруднений. Вопрос только в построении и упорядочении этого процесса, где учащиеся одновременно станут его участниками и исполнителями. А взаимоконтроль обеспечивает достоверность полученных результатов.

И если этот ответ, на первом этапе является вынужденным, то в самом ближайшем будущем должна быть организована сеть районных кабинетов мониторинга, кабинетов в ведущих образовательных учреждениях, возглавляемых региональным центром мониторинговых исследований.

И последняя, но, пожалуй, главная проблем – **управленческая**, точнее сказать чиновничья. Можно считать естественным, когда в процессе утверждения чего-то нового, или больших изменений возникают затруднения. Но когда они перерастают в мало объяснимые трудности, поневоле задумываешься об эффективности управления этими процессами.

Много лет физкультурно-педагогическая общественность билась над ведением 3-его урока физической культуры в школах. Ввели, и вынуждены констатировать, что многие школы к этому не готовы. Точнее, игнорируют целевую направленность приказа Минобразования России о введении третьего урока. В приказе говорится «о введении третьего дополнительного обязательного часа физической культуры». Но если определение «дополнительный» было справедливо на момент введения, то императивность «обязательный» многие управленцы стараются не замечать. И не важно за счет какого компонента плана, федерального или регионального, но 3-й урок является обязательным и должен иметь свое законное место в сетке расписания. Вольности с расписанием приводят к порочному сдвиганию уроков, или проведение их подряд, скажем: понедельник, вторник, среда. В некоторых школах проведение 3-его урока планируется в группах продленного дня и т.д. Подобные «экспромты» сводят на нет полезное воздействие физических упражнений на организм, теряется главное – тренирующе-развивающий эффект. Более того, они отрицательно сказываются на функционировании кратковременной и долговременной памяти учащихся, подвергают их организм неоправданным психофизиологическим стрессовым нагрузкам.

Неверное использование спектра возможностей воздействия физических упражнений, на организм занимающихся предопределяет негативные результаты его физического развития и минимизирует значение мониторинга.

Попытки учителей определить правильное место и назначение уроков физической культуры в школе, отстаивание специалистами методической и нормативной правоты, зачастую не только не воспринимаются должным образом представителями администрации, но и оборачиваются бумерангом против них же, вплоть до служебного воздействия. Все же, воспитание понятия системы ценностей физической культуры, как неотъемлемой части общей культуры, следует начинать, прежде всего, с администраторов, с чиновников.

Уже ясно, что введение мониторинга не вызывает бурной радости со стороны чиновников. Ведь зачастую вопросы управления физической культурой в образовательных структурах занимают не специалисты, которые в силу непрофессионализма не могут принимать самостоятельных, порой опережающих решений. А прорыв в любой сфере деятельности обязательно сопряжен с отходом от чего-то общепринятого, с ответственностью за принимаемые решения.

Перестройка в осознании подрастающего поколения жизненной необходимости постоянного повышения уровней телесного здоровья, физического развития и подготовленности должна начинаться, прежде всего, с осознания работниками управления образования, здравоохранения, физической культуры и спорта сегодняшних, насущных проблем, целей и задач всей системы физической культуры не только подрастающего поколения, но и населения в целом.

Вероятно, настал момент, когда предстоит выполнять в буквальном смысле слова руководителя Федерального агентства по физической культуре, спорту и туризму России В.А. Фетисова, обращенные к руководителям субъектов Российской Федерации в области физической культуры и спорта: «Взять под контроль выполнение решения о введении третьего урока физкультуры в школах. Это вытекает из того, что на органах управления физической культурой и спортом лежит ответственность за реализацию государственной политики в области физической культуры и спорта».

Некоторые аспекты деятельности Липецкого регионального отделения ВДО «Спортивная Россия»

Воронов Н.Н. ВДО «Спортивная Россия», г. Липецк

Липецкое региональное отделение ВДО «Спортивная Россия» зарегистрировано 28 января 2003 года. Целями Организации являются:

Содействие реализации государственной политики в области физической культуры и спорта, активное участие в формировании здорового образа жизни, воспитание гражданской ответственности и активности всех групп и слоев населения, в том числе детей и молодежи на территории Липецкой области.

Формирование общественного мнения, разъяснения гражданам Липецкой области позиции Липецкого регионального отделения ВДО «Спортивная Россия», предоставление интересов членов организации в органах государственной власти и органах местного самоуправления.

Основными направлениями в работе Липецкого регионального отделения ВДО «Спортивная Россия» на данный момент является подготовка организации и проведения массовых спортивных и культурных мероприятий, Чемпионатов и первенств Липецкой области по многим видам спорта, подготовка организации и проведения физкультурно-спортивных фестивалей, турниров и других мероприятий для всех возрастных групп спортсменов и населения Липецкой области независимо от их социального положения.

Организация и проведение соревнований среди ветеранов спорта и инвалидов. В 2005 году впервые в области были проведены следующие спортивные мероприятия с непосредственным участием Липецкого регионального отделения ВДО «Спортивная Россия».

- 1.1 Областная спартакиада среди инвалидов.
- 2.1 Областной фестиваль «Футбола».

- 3.1 Мемориал памяти бывших игроков ФК «Металлург».
4. Соревнования по конному спорту.
5. Парапланерный спорт.
6. Кинологический спорт.
7. Соревнования по мотокроссу, посвященных 60-летию Победы в ВОВ.
8. Областной турнир по мини-футболу среди мальчиков и девочек до 12 лет.
9. Парашютный спорт и другим видам спорта.

Большинство федераций по видам спорта активно сотрудничают с Липецким региональным отделением ВДО «Спортивная Россия».

Футбольная детская команда девочек из г. Усмани во всероссийских соревнованиях на призы «Спортивная Россия» 2003-2004-2005 годах стала победителем всероссийского первенства и заняла в 2004 году 5-ое место в международном турнире во Франции в г. Париже и 2-ое место в 2005 году в международном турнире г. Гетеборге, Швеция.

Число членов добровольного спортивного общества Липецкого регионального отделения «Спортивная Россия» в настоящее время составляет 2800 человек.

В 2004 году силами отделения совместно с Управлением физической культуры, спорта и туризма администрации / Области проведено 156 спортивных мероприятий.

проведения спортивных мероприятия на сегодняшний день составляет 174 мероприятия, и до конца года планируется подготовка организации и проведения еще около 25 спортивных мероприятий и турниров. Липецкое Региональное отделение ВДО «Спортивная Россия» активно принимала участие при подготовке и проведении таких крупных всероссийских соревнованиях в 2005 году как:

1. Кубок России по плаванию среди ветеранов.
2. Кубок России по плаванию среди взрослых.
3. Кубок России по баскетболу среди команд Высший Лиги.
4. Первенство ЦФО по дзюдо среди молодежи до 23 лет.
5. Первенство ЦФО по баскетболу среди женщин.
6. Кубок славянских стран по пляжному волейболу.
7. Лыжня России.
8. Кросс наций.

При осуществлении подготовки и проведении спортивных мероприятий Липецкого регионального отделения ВДО «Спортивная Россия» обеспечивает рекламу спортивных мероприятий в СМИ, изготовление и размещение афиш в местах проведения соревнований и рекламных тумбах, организывает фото-видео съемку соревнований, организацией церемоний открытий и закрытий соревнований с привлечением артистов и показательных выступлений спортсменов, организация медицинского обеспечения и обеспечение безопасности спортивного мероприятия, красочное оформление мест проведения соревнований. На более значительные спортивные мероприятия приглашаются телевидение и спортивные журналисты. Липецкое Региональное отделение ВДО «Спортивная Россия» проводит огромную бухгалтерскую работу при проведении соревнований, по оплате судейского аппарата, обслуживающего персонала, размещению судей и участников в гостиницах, питания спортсменов, обеспечение канцтоварами, так например в 2005 заработную плату за проведение спортивных мероприятий в бухгалтерии Липецкого регионально отделения ВДО «Спортивной России» получили более 2000 человек.

Вместе с тем хочу отметить, что Центральный совет «ВДО Спортивная Россия» не выполнил свои обещания по финансированию отделения и, поэтому у нас возникают определенные финансовые проблемы, а именно отсутствие денежных средств на внутри хозяйственные нужды, приобретение компьютерной технике, мебели и прочего.

Несмотря на трудности возникающие при работе, коллектив Липецкого Регионального отделения ВДО «Спортивная Россия» считаю вносит свою посильную лепту в развитии физической культуры и спорта в Липецкой области и популяризации здорового образа жизни населения Липецкой области независимо от возраста и их социального по-

ложения.

Актуальность массового обучения плаванию старшеклассников в контексте региона социально значимых задач современного этапа развития региона

Дементьев В.В., начальник управления ФКСиТ администрации Липецкой области, (г. Липецк)

Решение задач, стоящих перед массовым обучением плаванию [1] находит отражение в содержании программ по обучению плаванию [2], состоящих из теоретических сведений, подготовительных упражнений на суше и собственно обучению плаванию в воде [3].

Теоретические сведения включают в себя ознакомление с оздоровительным, прикладным [4; 5] и спортивным значением плавания [38], с мероприятиями по предупреждению травматизма и несчастных случаев на воде.

Особую важность имеет правильный подбор начальных упражнений на суше и в воде [6]. Специальные упражнения должны иметь структуру, близкую к изучаемому движению [7].

В тесной связи с выбором начальных упражнений имеет проблема выбора первоначального способа плавания [8]. В настоящее время большинство специалистов в области плавания являются сторонниками параллельно-последовательного способа обучения технике спортивных способов плавания [9;10;11]. Наиболее распространенным и общепринятым является первоначальное параллельное обучение кролю на груди и кролю на спине (12), создающее надежную основу технической подготовленности и позволяющая в дальнейшем быстро и эффективно осваивать другие способы плавания [13].

При обучении плаванию детей старшего школьного возраста необходимо учитывать их анатомо-физиологические показатели [14]. Прежде всего, в этом возрасте замедляется темп роста тела в длину, а к 17-18 годам рост тела в длину практически прекращается. У юношей старшего школьного возраста наблюдаются высокие темпы увеличения мышечной массы [15], прогрессивно нарастают поперечные размеры тела, ширина плеч, окружность грудной клетки [16]. Это делает необходимым учет индивидуальных характеристик обучающихся, что, по некоторым данным, позволяет существенно снижать время обучения новым двигательным действиям [17].

Важным аспектом, существенно влияющим на эффективность обучения плавательным навыкам, являются особенности возрастного развития и, ориентированная на эти показатели, направленность плавательной тренировки. Исследование специальной литературы [18;19;20;21] позволило объединить указанные характеристики.

Особенности возрастного развития и направленность тренировки юношей старшего школьного возраста группируются по следующим показателям.

Аэробные возможности имеют следующие характеристики. В 14-15 лет максимальные темпы прироста МПК и скорости плавания на уровне ПАНО. Высокие темпы прироста МПК сохраняются до 16 лет, индивидуальный максимум МПК достигается к 17-18 годам. Относительный показатель МПК стабилизируется и даже может снижаться из-за интенсивного увеличения мышечной массы. Тренировочная работа в этой связи имеет тенденцию к повышению объема работы на уровне МПК и общего объема плавания (до 80-85% от максимального). Широко применяется «гипоксическая» тренировка для развития аэробных возможностей (повышение ПАНО и МПК). Нагрузки такого режима способствуют развитию липидного обмена и капилляризации мышц [22].

Анаэробные возможности изменяются следующим образом. В результате естественного биологического развития имеет место быстрое увеличение мощности и емкости гликолиза. Гликогенное депо быстро увеличивается в 14-15 и 16-17 лет. Повышается сек-

реция адреналина и норадреналина (регуляторный фактор адаптации к работе субмаксимальной мощности). Это диктует необходимость повышения скорости плавания и объема работы. Используются методы: интервальный высокоскоростной, повторный, повторно-интервальный, соревновательный. По мере увеличения мышечной массы повышается роль силовой тренировки для повышения локальной работоспособности [23;24].

Креатинфосфатный механизм. К 15 годам складываются благоприятные предпосылки для развития данного механизма параллельно с развитием максимальной силы и скоростно-силовых способностей. Основное средство - работа, направленная на увеличение мышечной массы и ее проработку, совершенствование техники плавания на максимальной скорости.

Силовые способности

Максимальная сила. Максимальная сила быстро увеличивается на фоне интенсивного прироста мышечной массы. Благоприятный период для целенаправленного развития начинается с 15-16 лет. Включение в тренировки упражнений с максимальными отягощениями. Методы: повторного максимума, уступающий, изокинетический, низкоскоростной. К концу этапа используется метод максимальных усилий.

Общая силовая выносливость. Максимальный прирост наблюдается в период с 13 до 16 лет (по мере увеличения функциональной производительности и «запаса силы»), увеличивается мощность ПАНО при силовой работе. К концу этапа объем работы данной направленности достигает максимальных для многолетней подготовки величин. Основной методический принцип развития - повышение частоты движений при фиксированном отягощении с последующим увеличением отягощения.

Скоростно-силовые способности. Наблюдаются высокие темпы прироста в 14-16 лет с пиком прироста в 15-16 лет (наиболее эффективное развитие - параллельно с развитием гликолитической и алактаной мощности). До 15-16 лет увеличение идет за счет преимущественно функционального компонента, а далее - за счет силового компонента. Поэтому до 15-16 лет целесообразно выполнять упражнения со средними нагрузками при максимальном темпе движений, а с 16 лет работать в максимальном темпе с субмаксимальными нагрузками

Специальная сила гребковых движений. Реализация силовых потенциалов в гребковых движениях зависит от формирования пропорций (относительной массы тела) и увеличения силовых способностей [25]. Оптимальный период для развития специальной силы 14-17 лет. Необходимо выполнять тренировочные упражнения с контролем темпа и «шага» [26], а так же применять плавание на привязи с растягиванием эластичного амортизатора.

Важным требованием в процессе подготовки пловцов является адекватно сформулированные цели и задачи, а также структура подготовки юных пловцов [27]. Авторами дается периодизация биологического развития детей и подростков, раскрываются закономерности и механизмы развития детского организма, рассматривается возрастная динамика физического развития юных пловцов и влияние особенностей биологического развития на динамику физических качеств и спортивных достижений [28;29]. Рядом авторов [30;31;32] разработаны методические основы построения годичного цикла с учетом количественных соотношений роста результатов пловцов, выполняемых тренировочных упражнений, общих и парциальных объемов тренировочных нагрузок.

В специальной литературе накопилось значительное количество эффективных средств и методов обучения плаванию [33;34;35]. Основными положениями методик обучения не умеющих плавать являются следующие. В начальный период обучения рекомендуется использовать упражнения, использование которых предупреждает возникновение негативных ощущений, связанных с воздействием водной среды, чувства страха, водобоязни [36]. При этом необходимо по возможности плавно переходить от твердой опоры (на суше) к водной среде и последующему скольжению в воде. Рекомендуется использовать параллельный метод обучения плавательным движениям и дыханию [37].

Возникновение отрицательных эмоций существенно затрудняет процесс обучения плаванию, в то время как соревновательный метод содействует успешному формированию навыков плавания [38]. В этой связи эффективные методики обучения плавательным навыкам широко используют доступные игры и развлечения на воде [39], проводимые в соревновательной форме [40], что особенно важно для учащихся старшего школьного возраста [41].

Большое значение специалисты придают выразительным жестам, которые используются для исправления возникающих ошибок [42]. Это обусловлено, прежде всего, тем, что подача звуковых сигналов в условиях бассейна существенно затруднена. Обычно при обучении плаванию используется следующая схема [43]. На первом этапе знакомят обучающихся со свойствами воды – плотностью, вязкостью, прозрачностью. На втором этапе учат погружаться в воду, всплывать, лежать на воде, осуществлять скольжение, выдох в воду. Третий этап посвящается обучению технике плавания определенным способом, преимущественно на мелком месте. Наконец, совершенствование плавательных навыков осуществляется на четвертом этапе, с использованием глубокой воды [44].

Время, необходимое на обучение плаванию в разных программах существенно различается и зависит от используемой методики [45;46;47], возраста обучающихся и их подготовленности [48]. Обычно на весь процесс обучения отводится в условиях общеобразовательной школы от 26 до 12 часов [49]. Несколько меньше отводится времени на обучение плаванию так называемыми «облегченными» способами, позволяющими держаться на воде. Обычно этого можно достичь за 10-12 часов обучения [50]. При этом рекомендуется использовать различные вспомогательные средства – плотники, доски, надувные пояса.

При обучении плаванию детей старшего школьного возраста рекомендуется [51] воздерживаться от использования вспомогательных средств, а также от обучения упрощенным способам плавания. Некоторые специалисты [52] предлагают для обучения плаванию использовать ласты, при изучении кроля на спине.

При обучении плаванию рекомендуется использовать вначале вертикальное положение тела, а затем горизонтальное [53]. Это связано с необходимостью избегать проявления боязни воды у части обучаемых, а также с использованием принципа начального обучения работы рук и только последующего подключения движений ногами [54]. Ряд специалистов [55] рекомендует использование одновременного метода обучения плаванию: изучение движений руками кролем на груди в сочетании с дыханием, движений ногами брассом [56], волнообразного движения туловищем.

Изучение только одного способа плавания, как правило, тормозит освоение разносторонней плавательной подготовленности [57]. Считается, что более прогрессивным подходом к обучению является одновременный и параллельно-последовательный способы. При обучении плаванию взрослых специалисты выделяют некоторые специфические особенности. Так, считается [4], что, помимо обучения спортивным способом плавания, взрослых необходимо обучать также и прикладным навыкам плавания [58].

Важным аспектом обучения плаванию является предрасположенность спортсменов различных специализаций к овладению навыками плавания. Это связано, в первую очередь, с особенностями телосложения и гидродинамических качеств [59]. Это выдвигает перед исследователями требования по разработке, наряду с обобщенными моделями, модельных характеристик пловцов, специализирующихся в отдельных способах плавания и на разных дистанциях (модельные характеристики пловца-брассиста, пловца-дельфиниста, пловца-«спиниста», кролиста-спринтера, кролиста-стайера и т.п.). Каждая такая модель является как бы «сборной» поскольку включает не только средние, но и наибольшие индивидуальные значения показателей у спортсменов высокого класса (значения, принадлежащие разным спортсменам). Эти данные непосредственно указывают на необходимость построения процесса обучения плаванию в соответствии с индивидуальными морфофункциональными показателями [60].

Таким образом, проведенное исследование литературных источников по проблеме обучения плаванию показало следующее. В методике обучения плаванию обучающихся различного возраста и подготовленности разработано большое количество эффективных подходов [61]. Рациональное использование наработанных методических приемов, средств обучения и методик позволяет успешно решать задачи обучения плаванию учащихся школьного возраста и взрослых [62].

Вместе с тем, анализ показал, что специальных разработанных программ обучению плаванию на основе плавания брассом учащихся старшего школьного возраста в настоящее время в опубликованной литературе не имеется.

Анализ представленной литературы показывает, что проблема оптимизации учебной деятельности с использованием плавательной подготовки сопряжена с сохранением здоровья учащихся и предстает сегодня не менее актуальной проблемой, чем разработка основ содержания учебного предмета физической культуры [63]. Становится ясным, что для разработки проблемы оптимизации учебной деятельности школьников не могут быть использованы только ранее существовавшие подходы, основывающиеся по преимуществу на «запретительных» мерах по ограничению объема учебного материала, жесткой регламентации и «стандартизации» учебно-воспитательного процесса. В таком случае, эти подходы вступают в противоречие с целевыми установками развития школы, лишают педагогические коллективы возможности выдвижения творческих инициатив, разработки новых учебных технологий и внедрения современных программ обучения. Проведенный анализ позволил сформулировать цель настоящего исследования - разработка программы комплексного обучения навыкам плавания на основе техники брасса юношей 15-17 лет, имеющих разный соматотип, в процессе проведения уроков физической культуры.

Список использованной литературы

1. Массовое обучение населения плаванию в общеобразовательных школах и летних пионерских лагерях. – М.: ЦООНТИ. Физкультура и спорт, 1985. – 28 с.
2. Программы педагогических институтов. - Сборник № 15. Плавание с методикой преподавания. – М.: Просвещение, 1983. – 24 с.
3. Зенов Б.Д., Кошкин И.М., Вайцеховский С.М. Специальная физическая подготовка пловца на суше в воде. - М.: Физкультура и спорт, 1986. - 80с.
4. Козлов А.И. Основы техники спортивного и прикладного плавания: Пособие для студентов заочного отделения фак. физвоспитания. – Белгород, 1971. – 40 с.
5. Лопухин В.Я. Прикладное плавание: Лекции для слушателей фак. усоверш. – М., 1978. – 41 с.
6. Булгакова Н.Ж., Ванькова Ж.С., Ваньков А.А. Организация и методика подготовки спортивного резерва в плавании: Учебн. пособие для студентов ин-тов физ. культуры, слушателей фак. усоверш., тренеров и преподавателей. – М., 1982. – 70 с.
7. Виктор Ф.В. Повышение скорости пловца-бассиста на основе совершенствования структуры его движений: Автореф. дисс. ... канд. пед. наук. – Л., 1982. – 24 с.
8. Логунова О.И. О выборе способа плавания для начального обучения: Автореф. дисс. ... канд. пед. наук. – М., 1951. – 16 с.
9. Осокина Т.И. Проблема формирования навыка плавания у детей дошкольного возраста и пути ее решения в детском саду: Автореф. ... дисс. канд. пед. наук. – М., 1961. – 19 с.
10. Погребной А.И. Биомеханические и психолого-педагогические основы обучения школьников плаванию //Теор. и практ. физ. культ. – 1997. - № 5. - С. 45 - 46.
11. Полевой Г.Ф. Методика одновременного обучения спортивным способам плавания //Теория и практика физич. культуры. – 1958. - № 6. – С. 412-415.
12. Фомиченко Б.М. Исследование критериев технического мастерства и факторов, определяющих спортивную подготовленность пловцов-кролистов: Автореф. дисс. ... канд. пед. наук. – Киев, 1977. – 24 с.
13. Хальянд Р., Тамп Т., Каал Р. Модели техники спортивных способов плавания с методикой совершенствования и контроля: Учебный материал. – Таллинн, 1984. – 98 с.
14. Павлов С.Е. Некоторые физиологические аспекты спортивной тренировки в плавании: Методич. разработки. – М.: РГАФК, 1998. – 112 с.
15. Курилов В.Л. Возрастные особенности развития мышечной силы у юных пловцов и экспе-

риментальное обоснование ее воспитания: Автореф. дисс. ... канд. пед. наук. – М., 1970. – 19 с.

16. Логунова О.И., Ваньков А.А. Основы спортивного плавания. – М.: Физкультура и спорт, 1971. – 176 с.
17. Мерзляков В.В. Пути повышения эффективности формирования двигательных навыков в процессе обучения технике плавания способом брасс: Автореф. дисс. ... канд. пед. наук. – Малаховка, 1983. – 24 с.
18. Абрамова Т.Ф., Озолин Н.Н. Оценка текущей неспецифической адаптационной реакции в циклических видах спорта // Научно-спортивный вестник. – М., 1990. - № 3. – С. 3-6.
19. Булгакова Н.Ж., Воронцов А.Р. Зависимость спортивного результата в возрастных группах от показателей физического развития юных пловцов // Теория и практика физич. культуры. – 1977. - № 2. – С. 28-32.
20. Воронцов А.Р. Методика развития выносливости у юных пловцов. М., 1995. – 222 с.
21. Воронцов А.Р., Соломатин В.Р., Сидоров Н.Н. Научно-методические основы построения многолетней подготовки юных пловцов на основе учета возрастной динамики физического развития // Учебное пособие для студентов специализации, слушателей ВШТ ГЦОЛИФКа. — М., ГЦОЛИФК, 1987. — 66 с.
22. Габрысь Т. Анаэробная работоспособность спортсменов: лимитирующие факторы, тесты и критерии, средства и методы тренировок: Автореф. докт. дисс. – М., 2000. – 47 с.
23. Аверкович Н. В., Зацюрский В. М. Факторный анализ тестов силовой подготовленности // Теор. и практ. физ. культ. – 1967. – № 10. – С. 47-49.
24. Гордон С.М., Придучкий П.М., Попов О.И. Построение годичного цикла тренировки квалифицированных пловцов // Методическая разработка для слушателей факультета усовершенствования и повышения квалификации ГЦОЛИФКа. — М.: ГЦОЛИФК, 1986. — 58 с.
25. Иванченко Е.И. Зависимость силы сгибателей и разгибателей коленного сустава от его подвижности, объема бедра и скорости движений у пловцов-брассистов // Теория и практика физич. культуры. – 1968. - № 10. – С. 35-36.
26. Кашкин А.А., Морозов С.Н., Попов О.И. Оценка силовых способностей юных пловцов: Учебное пособие для студентов специализации плавания тренерского и заочного факультетов, слушателей ФПК академии. – М., РГАФК, 1995. – 73 с.
27. Барани И. Обучение детей плаванию. – М.: Физкультура и спорт, 1960. – 158 с.
28. Вржесневский И.В. Плавание: Учебник для средних физкультурных учебных заведений. – М.: Физкультура и спорт, 1969. – 301 с.
29. Тимакова Т.С. Многолетняя подготовка пловца и ее индивидуализация (биологические аспекты). – М.: Физкультура и спорт, 1985. – 144 с.
30. Голубев Г.Ю. Нормирование тренировочных нагрузок в годовой подготовке высококвалифицированных пловцов: Автореф. канд. дисс. М., 2000. – 23 с.
31. Гордон С.М. Исследование основных скоростных упражнений в тренировке пловцов: Автореф. дисс. ... канд. пед. наук. – М., 1963. – 23 с.
32. Бальсевич В.К., Запорожанов В.А. Физическая активность человека. - Киев: Здоровье, 1987. – 217 с. .
33. Гринев В.Т., Погребной А.И., Костюк Ю.И., Звягинцева Т.М. Биомеханические основы обучения плаванию. - Краснодар, 1990. – 307 с.
34. Гут А.П. К вопросу о методике ускоренного обучения плаванию способом брасс // Теория и практика физич. культуры. 1959. - № 6. – С. 43.
35. Дмитриев А.К. Ускоренное обучение начальному плаванию: Пособие для инструкторов плавания и занимающихся самостоятельно. – Минск: Польша, 1964. – 27 с.
36. Дорошенко И.В., Дорошенко Ю.П. Методика обучения прикладным плавательным навыкам юношей 16-18 лет // Материалы Всесоюзн. Научн. Конф. «Научные основы физкультурно-оздоровительной работы среди населения». – Таллин, 1986. – С. 77.
37. Егоров Г.И. Оптимизация методики обучения плаванию по программе физического воспитания вузов: Автореф. канд. дисс. - М., 1980. - 18 с.
38. Ерофеев Л.М. Учитесь плавать. – Л.: Лениздат, 1978. – 85 с.
39. Булгакова Н.Ж. Игры у воды, на воде, под водой. – М.: Физкультура и спорт, 2000. – 77 с.
40. Булгакова Н.Ж. Методика обучения технике плавания: Метод. разраб. для слушателей факультетов усовершенствования. – М.: ГЦОЛИФК, 1980. – 40 с.
41. Булгакова Н.Ж. Обучение плаванию в школе. – М.: Просвещение, 1974. – 192 с.
42. Булгакова Н.Ж. Плавание: Пособие для инструктора-общественника. – М.: Физкультура и спорт, 1984. – 160 с.

43. Булгакова Н.Ж., Афанасьев В.В. Методические рекомендации по обучению школьников плаванию. – Министерство просвещения СССР /Разраб. Булгаковой Н.Ж. и Афанасьева В.В. – М., 1981. – 79 с.
44. Булгакова Н.Ж., Афанасьев В.В. Методические рекомендации по обучению населения плаванию /Комитет по физич. культуре и спорту при СМ СССР. – М., 1983. – 46 с.
45. Булгакова Н.Ж., Афанасьев В.В. Обучение плаванию учащихся средних профессионально-технических училищ: Методические рекомендации. – М., 1986. – 101 с.
46. Бутович Н.А. Плавание. – Л.: Лениздат, 1936. – 64 с.
47. Бутович Н.А., Логунова О.И. Плавание: Учебн. Пособие для секции коллектива физической культуры /для занятий с начинающими/. – М.: Физкультура и спорт, 1959. – 191 с.
48. Васильев В.С., Никитский Б.Н. Обучение детей плаванию. – М.: Физкультура и спорт, 1973. – 240 с.
49. Булгакова Н.Ж. Познакомьтесь – плавание. – АСТ: Астрель, 2002. – 159 с.
50. Гусаров К.В. Учитесь плавать и спасать тонущего. – Фрунзе: Кыргызстан, 1975. – 30 с.
51. Спорт на воде /Сост. З.П. Фирсов, В.В. Федотов, Б.М. Фомиченко и др. – Минск: Полымя, 1987. – 192 с.
52. Сафарян И.Г. Исследование зависимости скорости плавания кролем от некоторых гидродинамических, скоростно-силовых и антропометрических показателей: Автореф. дисс. ... канд. пед. наук. – М., 1969. – 20 с.
53. Булгакова Н.Ж. Плавание. – М.: Физкультура и спорт, 1999. – 184 с., ил. – (Азбука спорта).
54. Булгакова Н.Ж. Учитесь плавать. – М.: Молодая Гвардия, 1955. – 62 с.
55. Гилев В. П. Специальная физическая тренировка военнослужащих ВДВ в сокращенный период подготовки к боевым действиям. - Дисс. ... канд. пед. наук. – Л., ВИФК, 1982. – 202 с.
56. Иванченко Е.И. Прогрессивная техника движений ног пловцов-бассистов // Теория и практика физич. культуры. – 1973. - № 2. – С. 23-25.
57. Ильин С.В. О методике обучения не умеющих плавать //Теория и практика физич. культуры. – 1954. – т. XVII. – вып. 4. - С. 264-271.
58. Ваньков А.А., Плеханов Н.И. Подготовка военнослужащих по плаванию: Учебное пособие. – М.: Военное изд-во Минобороны СССР, 1960. – 118 с.
59. Оноприенко Б.И. Биомеханика плавания. – Киев: Здоровья, 1981. – 191 с.
60. Попов О.И., Партыка Л.И. Эволюция технологии подготовки, морфологического профиля сильнейших пловцов и мировых рекордов в спортивном плавании на протяжении XX века //Наука в олимпийском спорте. 2001, № 1, с. 43-53.
61. Пыжов В.В. Методика преподавания при массовом обучении плаванию /на материале пионерских лагерей УССР/: Автореф. ... дисс. канд. пед. наук. – М., 1971. – 21 с.
62. Савельев Ю.М. Преподавание курса плавания в ИФК для студентов, специализирующихся в разных видах спорта: Автореф. канд. дис. М., 1987. - 16 с.
63. Corbin C. A., Fox K., Whitehead J. Lifetime fitness //British J. Phys. Educat. – 1985. – v. 4. – P. 44-46.

РЕЗУЛЬТАТЫ МОНИТОРИНГА ФИЗИЧЕСКОГО ЗДОРОВЬЯ ДЕТЕЙ, ПОДРОСТКОВ И МОЛОДЕЖИ НА ПРИМЕРЕ ЛИПЕЦКОЙ ОБЛАСТИ

Дементьев В.В., начальник управления ФКСиГ
администрации Липецкой области;
Польнская Е.А., к.п.н., доцент, член-корр. МАНПО, (г.Липецк)

Общероссийская система мониторинга состояния физического здоровья населения, физического развития детей, подростков и молодежи (далее – мониторинг) введена Постановлением Правительства России в 2002 г. и является межведомственным проектом, в котором предусматривается участие Министерства здравоохранения и социального развития РФ, Министерства образования и науки РФ и является составной частью социально-гигиенического мониторинга.

Федеральное агентство по ФК и Министерство образования и науки РФ осуществляют формирование федерального информационного фонда в части информации о состоянии физического здоровья населения, физического развития детей, подростков и мо-

лодѣжи.

Учреждения системы образования, физической культуры и спорта осуществляют сбор, первичную обработку, оценку информации, полученной в ходе мониторинга, хранение и передачу её в центры государственного санэпиднадзора в субъектах РФ, а также подготовку предложений для органов местного самоуправления по вопросам укрепления здоровья населения в городах и других населённых пунктах.

Для оптимизации работы преподавателям рекомендуется интегрировать тесты учебных нормативов, президентские тесты и тесты общероссийской системы мониторинга в учебные программы образовательных учреждений. Это позволит создавать необходимые формы отчётов из системы текущего педагогического контроля и избежать дублирования.

Данные, получаемые в результате мероприятий мониторинга, ложатся в основу аналитического доклада, помогают формировать стратегию принятия управленческих решений на различных уровнях в социальной сфере, а также в физической культуре, спорте, образовании.

Население России уменьшилось за 5 последних лет на 3 млн. человек. Рождаемость в стране осталась низкой (как в Европе), а смертность стала аналогичной смертности, наблюдаемой в странах «третьего мира». В значительной степени, по мнению специалистов, этому способствовало снижение показателей физического здоровья населения России. Однако объективной доказательной базы, основанной на длительных (мониторинговых) наблюдениях за физическим развитием и физической подготовленностью детского и взрослого населения ни у специалистов, ни у правительственных чиновников не оказалось. Именно это обстоятельство вызвало появление ряда постановлений и решений федерального и регионального уровня и заложило формирование системы мониторинга показателей физического здоровья жителей Российской Федерации.

В целях создания благоприятных условий для проведения массовых обследований было подписано соглашение от 26.04.2002г. об информационном взаимодействии между Министерством здравоохранения РФ, Государственным Комитетом по физической культуре и спорту РФ и Министерством образования РФ в области социально-гигиенического мониторинга. В соответствии с ним был установлен перечень показателей, подлежащих взаимному обмену.

В этой связи Администрацией Липецкой области был рассмотрен вопрос о создании структуры-учреждения, которая могла бы интегрировать выполнение тех задач, которые определены реализацией «Всероссийской системы мониторинга состояния физического здоровья населения, физического развития детей, подростков и молодежи». Создание государственного учреждения «Информационно-аналитический центр развития физической культуры и спорта Липецкой области», осуществлено в 2004 году (март) и разворачивает деятельность в разнообразных направлениях, соответствующих содержанию развития сферы ФКиС. Одним из направлений является социально-педагогический и социально-психологический мониторинг. В этой связи было сформулировано направление деятельности – «Разработка технологии и внедрения системы мониторинга физического развития и физической подготовленности детей, подростков, учащейся молодежи в контексте развития ФКиС как условие их непрерывного физкультурного образования на территории Липецкой области». Реализация указанной деятельности должна обеспечить решение следующих задач в регионе:

1. Формирование регионального информационного фонда данных в общероссийской системе мониторинга состояния физического здоровья населения, физического развития детей, подростков, молодежи.

2. Составление и внедрение региональной программы на основе определения системообразующих параметров реализующихся в государственных проектах: «Старшее поколение», «Молодежь России», «Комплексные меры противодействия злоупот-

реблению наркотиками и их незаконному обороту», «Разработка общероссийской системы мониторинга физического здоровья населения, физического развития детей, подростков, молодежи», «О совершенствовании процесса физического воспитания в образовательных учреждениях РФ (резервы здоровья и работоспособности)», «Дрозд» направленной на создание условий улучшения результатов мониторинга населения Липецкой области.

3. Создать технологию и отдельные элементы приема и передачи данных, обеспечивающие поддержку регионального и Федерального фондов данных мониторинга в разнообразных образовательных учреждениях (ОУ) районов и городов Липецкой области (2006 г.).

4. Разработать и создать систему кадрового и информационного обеспечения мониторинга состояния физического здоровья населения Липецкой области (2005-2008г.г.).

5. Разработать программно-методическое сопровождение организации и проведение мониторинга с различными слоями населения Липецкой области (издание материалов в объеме 1-2 п.л. – 2005г.).

6. Создать информационные программы обработки данных мониторинга для индивидуально-группового использования его результатов с детьми, подростками, учащейся молодежью (2004-2008г.г.).

7. Разработать регионально-вариативные программы и методическое сопровождение при использовании средств ФК, спорта и в ФО ОУ различного вида (дошкольное, общеобразовательное, дополнительное, начальное, среднее, высшее, профессиональное) и различными слоями населения на основе результатов мониторинга (2005-06-07-08-09 гг.); разработка системы медицинского и педагогического контроля за уровнем физической подготовленности и развития детей, подростков, молодежи, в том числе использование тестов «Президентские состязания».

8. Разработать и внедрить программу мероприятий по ФК и спорту в городах и районах области в соответствии с результатами мониторинга (текущая и долгосрочная) (2004-2009гг), в том числе формирование регионального информационного фонда данных результатов тестирования школьников в соответствии с требованиями спортивно-оздоровительной программы «Президентские состязания».

9. Разработать программу и организационно-методическое сопровождение подготовки, переподготовки кадров: непрерывного физкультурно-спортивного образования специалистов-педагогов сферы ФК и спорта (2004-2009г.г.).

10. Создать в информационно-аналитическом Центре ФКиС необходимые условия для осуществления физкультурно-педагогической и спортивной деятельности по направлениям: оздоровительного, рекреативного, корректирующего характера с различными слоями населения Липецкой области на основе данных мониторинга (2004-2006г.г.).

11. Создать филиалы отделов (Центра) мониторинга в двух городах и восемнадцати субъектах (районных центрах) Липецкой области и создать региональный банк данных в соответствии с общероссийской системой социально-гигиенического мониторинга (2006-2008г.г.).

12. Разработать и издать методические рекомендации информационно-аналитических материалов и образовательных программ на основе осуществления технологий общероссийского мониторинга состояния физического здоровья населения в городах, районных центрах и Липецкой области в целом (2005-2008г.г.).

13. Создать организационную систему (технологические цепочки), центров (отделов) в двух городах и 18 районных центрах Липецкой области по всей области (до конца 2008г.).

Результаты исследования планируется использовать в управленческой деятельности сферы ФКиС городов, районов и Липецкой области в целом при формировании

годовых и долгосрочных планов мероприятий развития указанной сферы на основе анализа и прогнозирования состояния физического здоровья детей, подростков, молодежи в регионе; в физкультурно-образовательных процессах учреждений дошкольного, школьного, дополнительного физкультурного, начального-среднего-высшего и профессионального видов; для разработки индивидуальных и групповых программ использования средств ФКиС с детьми, подростками, учащейся молодежью и населением Липецкой области с учетом их уровня двигательной подготовленности, физического развития и среды проживания; в программах последипломного образования педагогов-специалистов сферы ФКиС (повышение квалификации, подготовка и переподготовка кадров).

Все вышеуказанное позволит адресно использовать средства ФКиС, формировать физическую культуру личности у населения Липецкой области, особенно детей, подростков, учащейся молодежи, что, в свою очередь, окажет содействие развитию ФК, спорта в регионе, обеспечит устойчивую среду для полноценного физического, психического, ментального здоровья, чем будет содействовать повышению качества жизни населения Липецкой области в целом.

Реализацию представленной деятельности включая исследовательскую, планируется осуществлять в три этапа на протяжении 5-6 лет.

На первом этапе (1-2 года) создается материально-техническая, информационная базы данных и начата разработка на этой основе элементов технологии мониторинга (планируется завершение к 2008 году).

На втором этапе (1-2 года) апробируются отдельные элементы системы технологии мониторинга в районах и городах Липецкой области. Полученные результаты уже используются для составления вариативных программ по использованию средств ФК, спорта с целью изменения состояния физического развития, двигательной подготовленности и здоровья (физического, психического, ментального) в целом, а также в ФО детей, подростков и учащейся молодежи через учреждения и организации, а также в индивидуальных консультациях с последующей методической и физкультурно-спортивной работой.

На третьем этапе (не менее двух лет) планируется завершение апробации всей системы технологии мониторинга в Липецкой области. На основе полученных результатов разрабатываются и внедряются региональные программы использования средств ФК и спорта и ФО с населением Липецкой области. Параллельно начато осуществление непрерывного профессионального последипломного образования педагогов-специалистов сферы ФКиС (до 2009г.).

Для проведения мониторинга различными учреждениями были разработаны протоколы и процедура обследования.

Государственным учреждением «Информационно-аналитический Центр развития физической культуры и спорта Липецкой области» при Управлении физической культуры, спорта и туризма администрации Липецкой области разработаны практические рекомендации к проведению мониторинга здоровья и физического развития детей, подростков и молодежи.

Программа мониторинга физического здоровья и физической подготовленности детей, подростков и молодежи начинается с антропометрического обследования, призванного показать реальную картину здоровья и физического развития участников мониторинга.

В ходе антропометрического обследования выявляются следующие функционально-физиологические параметры: рост; вес; окружность грудной клетки; сила левой и правой кисти; жизненная ёмкость лёгких; артериальное давление, систолическое (АДС); артериальное давление, диастолическое (АДД); частота сердечных сокращений (ЧСС, пульс); индекс функциональных изменений; функциональные возможности системы кровообращения; телосложение; весо-ростовое соотношение (индекс Кетле); индекс Эрисма-

на; гармоничность сложения; жизненный индекс; силовой индекс; рекомендуемы (расчетный) вес; ЖЭЛ; весо-ростовой индекс (bmi); ситуативная тревожность; субъективная оценка здоровья.

Для вышеперечисленного обследования используются хорошо проветриваемые помещения общей площадью 20-25 м². Процедура обследования осуществляется при помощи следующего инвентаря: ростометр, весы медицинские, лента измерительная, динамометр, спирометр, тонометр, анкеты, компьютер.

Организация и проведение программы антропометрического обследования невозможны без проведения ряда согласований, в том числе с руководителем образовательного учреждения. Целью данного взаимодействия является составление расписания обследования дошкольников, школьников и студентов, согласование помещения, распределение временных обязанностей педколлектива для проведения обследования (сопровождение детей, их регистрация и уточнение списков).

Для проведения измерений необходимо (из расчёта на 100 обследуемых) присутствие шести медработников, трёх педагогов (пяти – для дошкольных образовательных учреждений), 2 учащихся (дежурство). Количество персонала обусловлено тем, что медработники проводят измерения на всех станциях, один педагог находится на регистрации обследуемых, один – сопровождает обследуемых, один – находится на компьютерной обработке данных (одновременно происходит создание или пополнение базы данных).

Определены следующие затраты времени на обследование антропометрических параметров (из расчёта на 100 обследуемых): ДООУ – от 3 часов 30 минут; МОУСОШ – от 1 часа 15 минут; профессиональные училища, ССУЗы, ВУЗы – от 1 часа.

Для обеспечения объективности результатов обследования необходимо знать понятия антропометрических параметров и методику их определения. Для этого создан пакет методических материалов и технология их внедрения для организаторов мониторинга.

Проведение антропометрических исследований является только начальной стадией мониторинга здоровья и физического развития детей, подростков и молодёжи. Следующий этап предусматривает проведение двигательных тестов, которые составлены на основе программы общероссийской системы мониторинга: оценка функционального состояния сердечно-сосудистой системы; уровень мышечной выносливости; уровень быстроты; уровень физической подготовленности; МПК; возраст по морфофункциональным показателям и двигательной подготовленности; оценка физического здоровья.

На основе результатов, полученных при обследовании по указанным параметрам, разрабатываются и составляются рекомендации интенсивности нагрузки по ЧСС, продолжительности одного занятия, число занятий; упражнений на гибкость, упражнений на выносливость, упражнений на быстроту и скоростную выносливость, упражнений на координацию.

Тестирование можно проводить как в рамках урока физкультуры, так и в рамках спортивно-соревновательных мероприятий.

Нами апробированы несколько организационных форм для проведения мониторинга.

В целях получения более достоверной информации о состоянии физического здоровья детей, подростков и молодёжи необходимо:

- проводить тестирование в часы наибольшей биологической активности - с 11 до 15 часов;
- для тестирования использовать стандартное, отрегулированное, апробированное оборудование для получения точных данных;
- выполнение двигательных тестов допускается в соответствующей спортивной форме, подобранной по сезону и удобной для выполнения физических упражнений;
- во время выполнения тестовых заданий недопустимы комментарии и разбор ошибок учащихся со стороны специалистов и педагогов (поскольку они должны осуществляться в процессе обучения двигательным действиям на уроках по физической культуре).

туре);

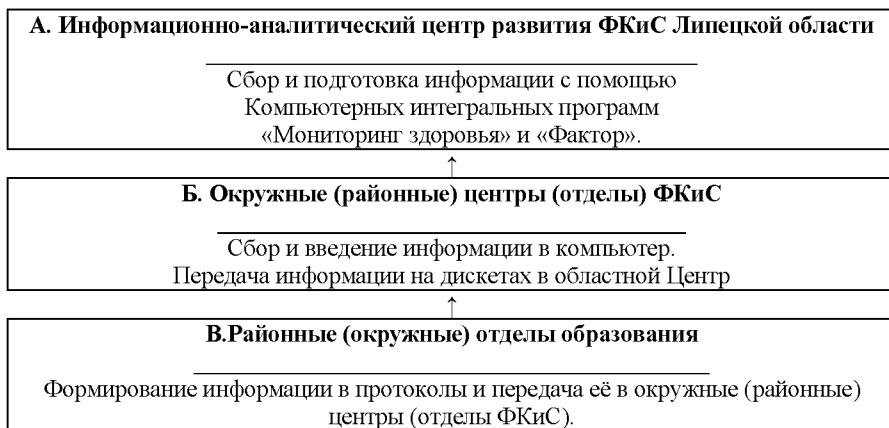
- недопустимо проведение тестирования после занятий физическими упражнениями;

Перед тестированием желателен сбор дополнительного анамнеза: время проживания в данной местности; при переезде из других климатических условий указывается климатическая зона и время проживания в ней до переезда; описание семейных отношений и национально- культурного стиля жизни; параметры сна и пробуждения (особенно сон и утро перед тестированием); настроение; время после последнего заболевания в днях и его характер; режим двигательной активности (количество и продолжительность занятий в неделю в спортивных и спортивно-оздоровительных секциях с указанием в каких, имеющийся спортивный разряд).

Примечание: описание семейных отношений подразумевает определение полная или неполная семья, каков психологический климат в семье (доброжелательный или напряженный); национально-культурный стиль жизни подразумевает выявление характера питания (стандартно-европейское или иное), соблюдение национально-культурных традиций и т.п.; параметры сна и пробуждения (сон: продолжительность в часах, прерывистый или непрерывный, спокойный или тревожный; состояние после сна: хорошее, бодрое, вялое, сонливое); настроение: бодрое, подавленное, раздражительное, усталое, нормальное; характер заболевания предусматривает диагноз, продолжительность в днях, наличие выраженных осложнений. Разработаны и апробированы несколько анкет на выявление потребностно-мотивационной сферы учащихся к занятиям физическими упражнениями.

Необходимо в вышеуказанной работе остановиться и на обеспечении медицинской безопасности. Тестирование проходят все учащиеся, допущенные врачом по состоянию здоровья. Учащиеся 2-й медицинской группы освобождаются врачом от тестов, которые им противопоказаны. При нарушенной функции зрения или при выраженной форме плоскостопия они могут быть освобождены, например, от бега на 30 и 1000 м. Тест прыжок в длину для них допускается только на мягком покрытии (ковер, гимнастический мат). При пупочной грыже и грыже белой линии живота дети освобождаются от теста «подъем в сед» и т.п. Учащиеся 3-й и 4-й медицинских групп от тестирования по данной программе освобождаются полностью, фиксируя в протоколе только их медицинскую группу и символ «ЛФК», если они занимаются по программе ЛФК.

Система организации мониторинга физического здоровья и физической подготовленности и обеспечения ее функционирования на территории Липецкой области представлена в схеме:



В результате внедрения представленного материала в публикации за период с июля 2004 года по сентябрь 2005 года обследовано более пяти тысяч детей, школьников, студенческой молодежи из девятнадцати ОУ, находящихся на территории Липецкой области и в четырех оздоровительных лагерях летнего отдыха школьников.

Данной публикацией достигалась цель в предоставлении информации о действиях администрации Липецкой области и, в частности, Управлением физической культуры, спорта и туризма администрации Липецкой области, а также инновационной по характеру и содержанию деятельности, структурой ГУ «ИАЦРФКиС ЛО», направленных на выполнение решений Правительства РФ в сфере ФКиС по созданию условий использования богатого потенциала названной сферы в формировании здорового стиля и образа жизни.

Занятия экспортивной деятельностью как один из способов самореализации представителей подрастающего поколения в современных социально-экономических условиях

Калинкин Л.А., Николенко Ю.И., Чекирда И.Ф.
ВНИИФК, г.Москва, Россия, Реабилитационный центр, Кипр, Греция

Комплексное освоение учебной программы по физической культуре подразумевает помимо набора традиционных методов и средств физического воспитания использование нетрадиционных – оригинальных по задачам и исполнению способов воздействия психофизических нагрузок на растущий организм.

Одним из таких способов воздействия является новый вид спорта – экспорт. Преодоление пространства в трех средах на воде, земле и в воздухе с использованием технических средств не загрязняющих или минимально загрязняющих для данного класса устройств окружающую среду – решает несколько воспитательных задач. Во-первых, акцентируется внимание на необходимости использования аэробных принципов физической нагрузки на организм. Во-вторых, выделяется такая составляющая физиологии физического воспитания, как психофизическое сопряжение – особое качество, развитию которого придается в настоящее время недостаточное внимание. В третьих – в процессе воспитания привносится элемент нового технического мышления – использование в технике для перемещения человека возобновляемых источников энергии. Завершает комплекс воспитательных задач особо выделяемый экологический компонент, цементирующий основы экспортивных тренировок и соревнований движения.

Спортивные навыки, реализуемые в трехмерной естественной природной среде в значительной степени обогащают представителей подрастающего поколения не только физически, но и эмоционально, дают возможность реализовать себя как деятельную часть сложного по структуре окружающего мира, включая социальную обстановку. Важным элементом занятий экспортом является его относительная вседоступность как для простых школьников – физкультурников, так и для спортсменов высокой квалификации, специализирующихся в разных видах спорта.

Согласно единой Всероссийской спортивной классификации экспорт закладывает базис психофизической подготовки для лиц экстремальных профессий – летчиков, космонавтов, акванавтов и др. Для организации постепенного вхождения новичков в тренировочный экспортивный процесс авторами настоящего сообщения разработана квазиприродная тренажерно-тестирующая система, обеспечивающая достаточно адекватную физическую и психическую нагрузку на организм детей и подростков, начинающих заниматься экспортом.

Оценка качества образования в контексте развития сферы физической культуры (теоретико-практический аспект)

Ланда Б.Х. Казанский ГТУ им.Туполева, г.Казань

Приоритетным направлением государственной политики в области образования признано построение общероссийской системы оценки качества образования (заседание Правительства РФ в декабре 2004 года). Сегодня ее основа-контроль и надзор за уровнем знаний обучающихся с помощью завершающего в регионах РФ эксперимента по ЕГЭ. Однако оценка качества образования не должна замыкаться только на учебных достижениях в усвоении предметов общеобразовательного цикла. Не менее важным на современном этапе является решение вопросов охраны здоровья учащейся молодежи. Предмет физическая культура единственная учебная дисциплина, которая традиционно входит в базовое содержание образования дошкольников, школьников, студентов, всех учащихся. Эффективное использование возможностей физической культуры для самореализации личности в новых социально-экономических условиях способствует физическому развитию человека, совершенствованию двигательных качеств, укреплению его здоровья. Наша методическая работа направлена на создание технологии комплексного измерения качества образования, ее методического и информационно-диагностического обеспечения. Предлагается методика измерения качества образования по результатам широко-масштабного комплексного тестирования, наряду с уровнем знаний, показателей здоровья обучающихся по параметрам физического развития, физической и функциональной подготовленности*.

В соответствии с республиканской программой «Образование и здоровье школьников РТ» разработаны учебно-методические пособия внедренные в практику работы муниципальных образовательных учреждений города Казани и признанные перспективными на федеральном уровне (участие в конкурсах, решениях научных форумов и т.п.). Казанский опыт позволяет организовать методическое сопровождение любых (дошкольных, школьных, вузовских, профильных) образовательных учреждений, помочь им в оценке и экспертизе внедряемых в учебный процесс инновационных образовательных и оздоровительных программ, программ по развитию физической культуры спорта и туризма.

Организовано сетевое информационно-коммуникационное обслуживание для передачи образовательными учреждениями в городскую методическую службу результатов тестирования. Разработано программное компьютерное обеспечение сбора, хранения, обработки, анализа и оценки полученных результатов.

Проведение учебных семинаров по повышению квалификации работников образования всех уровней (от начальников отделов образования до учителей предметников), как в г. Казани и Республике Татарстан, так и за ее пределами, способствует внедрению комплексного подхода к оценке качества образования в контексте развития физической культуры и спорта.

Развитие спорта высших достижений в липецкой области

Литвинов А.В. ШВСМ, г. Липецк

Позитивный рост экономики Липецкой области за последние годы позволил уделить существенное внимание развитию физической культуры и спорта нашего региона.

Наряду с реализацией ряда программ, направленных на улучшение состояния массовой физической культуры, таких например , как уникальная программа строительства

* Ланда Б.Х. Методика комплексной оценки физического развития и физической подготовленности. (учебное пособие).- М.: Изд. Советский спорт, 2005., стр.200.

плавательных бассейнов во всех районах области, особое внимание уделяется и развитию спорта высших достижений.

Основная роль в реализации региональной политики в области спорта высших достижений возложена на Областную школу высшего спортивного мастерства.

Основными направлениями в работе ШВСМ являются:

- организация эффективной системы централизованной специализированной подготовки спортсменов для сборных команд Липецкой области и России; завоевания спортсменами региона передовых позиций на чемпионатах и первенствах России, Европы, мира и Олимпийских играх за счёт оперативного решения ряда организационно-управленческих, учебно-тренировочных и других проблем подготовки спортсменов высокого класса и их ближайшего резерва;

- обеспечение высокой результативности спортсменов региона на российских и международных соревнованиях за счёт применения современных технологий опережающего развития основных факторов спортивной подготовки;

- реализация комплексных целевых программ подготовки спортсменов высокого класса к крупнейшим официальным российским и международным соревнованиям, включая Олимпийские игры;

- повышение квалификации тренеров и специалистов региона;

- укрепление и развитие материально-технической базы подготовки спортсменов высокой квалификации и их ближайшего резерва;

- научно-методическое и медико-биологическое обеспечение учебно-тренировочного процесса;

- пропаганда здорового образа жизни и спорта высших достижений.

С момента создания ШВСМ более 220 воспитанников стали мастерами спорта, 48 учащихся стали мастерами спорта международного класса, 8-м присвоено почетное звание заслуженных мастеров спорта: Хохлова Валентина, Лигачева Альбина, Почитаева Вера (академическая гребля), Котельникова Елена (самбо), Дятчин Владимир, Панкина Наталья, Кошкарлов Евгений (плавание), Усов Александр (легкая атлетика).

Десять спортсменов Липецкой областной школы высшего спортивного мастерства в составе сборных команд России принимали участие в летних Олимпийских играх 2004 года.

В ШВСМ культивируется 17 видов спорта: академическая гребля, легкая атлетика, дзюдо, велоспорт, плавание, стендовая стрельба, тхэквондо, гребля на байдарках, бокс, пулевая стрельба, тяжелая атлетика, гиревой спорт, танцевальный спорт, самбо, вольная борьба, кик-боксинг, лыжероллерный спорт.

Учебно-тренировочные занятия организуют и проводят 20 тренеров - преподавателей, из них 16 имеют высшую квалификационную категорию, 11 - звание заслуженных тренеров России.

Непрерывной тенденцией развития спорта высших достижений является научная разработка актуальных вопросов методики спортивной тренировки. Существенную помощь в решении этого вопроса нам оказывает информационно-аналитический центр УФКСиТ. В совместной работе опробуется ряд интересных методик, которые как мы считаем должны принести позитивные результаты. При непосредственном участии центра реализуется и программа переподготовки и повышения профессионального уровня тренерских кадров, и здесь мы имеем значительный резерв в дальнейшем повышении уровня спортивных результатов.

Не менее актуальной задачей является открытие круглогодичной базы, где мы смогли бы не только организовать эффективный учебно-тренировочный процесс, но и проводить просмотр ближайшего резерва с целью пополнения ШВСМ более качественными кадрами, а так же подготовкой сборных команд Липецкой области по различным видам спорта.

Важной задачей является поддержка и развитие спорта для лиц с ограниченными

возможностями. В этом году мы открыли специальное отделение для инвалидов, в которое зачисляем ведущих спортсменов области в этой категории. И надеемся, что это позволит реально рассчитывать на попадание представителей нашей области на Параолимпийские игры.

Анализируя пути и тенденции развития современной физической культуры и спорта можно отметить все возрастающую роль регионов в подготовке спортсменов высокого класса. За последние годы и на территории Липецкой области в этой сфере сделано не мало. Но дальнейшее развитие системы подготовки спортсменов высшей квалификации требует комплексного подхода и в этой связи необходимо комплексно решить следующие задачи:

Сформировать эффективную систему подготовки спортивного резерва, включающую в себя спортивные классы общеобразовательных школ, ДЮСШ, УОР, спортивные клубы.

Создание современной учебно-спортивной базы, включая стадионы, бассейны, специализированные залы и манежи по различным видам спорта.

Организовать с участием информационно-аналитического центра научно-методическое обеспечение системы спортивной подготовки, включая подготовку и повышение квалификации тренерских кадров.

Таким образом, только комплексное решение поставленных задач позволит в полной мере решить проблемы развития спорта и в значительной мере решить проблемы оздоровления жителей, ведь спорт высших достижений и массовый спорт (здоровье нации) тесно взаимосвязаны и является двумя сторонами одной медали. Пример многих стран показывает, что спорт может и должен стать национальной идеей, которая поможет решить многие проблемы современного общества.

Оценка эффективности управления сферой физической культуры и спорта в субъекте российской федерации

Новокрещенов В.В. Ижевский государственный технический университет, г.Ижевск

Изучению проблем управления сферой физической культуры и спорта в последние годы уделяют внимание все больше специалистов, в том числе и управлению на уровне субъектов РФ (В. И. Михалев,1998; В. М. Краснов,2000; А. М. Банников,2002; А. К. Крупский, И. И. Переверзин, А. А. Сахиулин,2003; В. В. Мальшкин, Е. Л. Редькин,2003; В. К. Пельменев,2003;

Г.Р.Гостев, А. В.Лотоненко, П. П. Струк, 2004). Однако, проведенное нами социологическое исследование, направленное на выявление эффективности управления сферой физической культуры и спорта на уровне государственной власти и местного самоуправления в Удмуртской Республике, показало, что даже среди самих руководителей, работающих в сфере физической культуры и спорта (опрошено 65 человек: директора ДЮСШ, председатели комитетов по физической культуре и спорту городов и районов Удмуртской Республики и т.д.), большинство (54,2%) оценивают качество управления как неэффективное. (см. таблицу 1). На тот же вопрос об оценке эффективности управления сферой физической культуры и спорта на уровне местного самоуправления также значительное число респондентов (41,7%) отметили, что оно не эффективно, а 10,4% из них оценили, что оно абсолютно не эффективно. Мы попытались выявить факторы, препятствующие более эффективному управлению сферой и получили в результате опроса следующие результаты (см. таблицу 2).

Из приведенных материалов видно единодушие респондентов нескольких групп в оценке причин, мешающих эффективному управлению сферой физической культуры и спорта. В первую очередь, в совершенстве нуждается система взаимодействия в управле-

нии физической культурой и спортом между органами управления в системе государственной власти и органами местного самоуправления.

Таблица 1

Распределение ответов респондентов об эффективности управления сферой физической культуры и спорта в системе государственной власти Удмуртской Республики, %

№	Варианты ответов	Члены коллегии	Директора ДЮСШ	Председатели городских, районных (в городе) комитетов	Председатели сельских комитетов	В целом, по всем группам
1	Скорее эффективна, чем нет	33,3	10,0	16,7	17,4	18,8
2	Не эффективна	33,3	60,0	83,3	52,2	54,2
3	Эффективна	11,1	10,0	0,0	8,7	8,3
4	Абсолютно не эффективна	11,1	10,0	0,0	8,7	8,3
5	Затрудняюсь ответить	11,1	0,0	0,0	0,0	2,1
6	Вполне эффективна	0,0	10,0	0,0	13,0	8,3

Особенно, актуальной эта проблема является для председателей городских (21,6%) и сельских комитетов по физической культуре и спорту (28,7%). Три из четырех групп респондентов отметили в числе факторов в наибольшей степени препятствующих эффективному управлению, недостаточное внимание к развитию физической культуры и спорта со стороны руководства города или района. Директора ДЮСШ в числе наиболее важных причин называют низкую квалификацию управленцев и отсутствие или недостаточное взаимодействие, а также недостаточное внимание руководства. Члены коллегии обращают внимание на недостаточное нормативное правовое обеспечение и низкий статус комитетов по физической культуре и спорту. К сожалению, практически все группы респондентов присвоили низкий рейтинг такому фактору как, недостаточный учет интересов населения. На самом деле, оценивая реальное положение дел, интересы населения учитываются недостаточно, особенно в сельской местности. И городские и сельские руководители отмечают в качестве причины неэффективного управления отсутствие программ развития физической культуры и спорта на уровне муниципального образования.

Мнение респондентов о факторах, мешающих более эффективному управлению сферой физической культуры и спорта в Удмуртской Республике

№	Факторы неэффективного управления	Члены коллегии	Директора ДЮСШ	Председатели городских, районных (в городе) комитетов	Председатели сельских комитетов
1.	Недостаточный статус комитета в структуре администрации города (района)	13,8	11,6	12,1	14,7
2.	Недостаточный штат сотрудников комитета	5,8	11,0	17,8	24,9
3.	Недостаточная оплата труда сотрудников комитета	10,8	7,8	18,5	14,4
4.	Отсутствие программы развития физической культуры и спорта в городе (районе)	8,1	10,9	19,7	25,9
5.	Недостаточное внимание к сфере физической культуры у руководства города (района)	6,7	14,6	18,4	26,5
6.	Недостаточный учет интересов населения	4,7	8,6	5,6	3,5
7.	Низкая квалификация управленцев в сфере физической культуры и спорта	8,7	18,8	12,8	14,9
8.	Недостаточность нормативно-правовой базы управления	17,6	8,4	17,3	5,7
9.	Отсутствие или недостаточное взаимодействие между различными уровнями власти в управлении сферой физической культуры и спорта	8,6	14,6	21,6	28,7

Дополнительное изучение этого вопроса выявило, что такие программы есть только в 5-и сельских районах Удмуртской республики из 25-и. Многие из опрошенных указали на недостаточный штат работников комитетов и низкую оплату их труда.

Проведенное исследование позволило сделать следующий вывод: система эффективного управления сферой физической культуры и спорта должна обеспечивать, во-первых, взаимодействие всех ее звеньев; во-вторых, иметь более высокий уровень квалификации руководителей отрасли и, в-третьих, решить проблему нормативного правового обеспечения управленческой деятельности сферы физической культуры и спорта.

О совершенствовании преподавания физического воспитания в сфере общего и профессионального образования

Пискулин А.А. Елецкий государственный
университет им. И.А. Бунина, г. Елец

В России кардинально поменялись социально – экономические условия. Резко изменился рынок труда в сфере физической культуры, а , следовательно, и социальный заказ относительно услуг, оказываемых специалистами по физической культуре. К сожалению, многие специалисты «старой формации» оказались не готовыми к подобным социально – экономическим преобразованиям в стране. Специалисты предпенсионного возраста заявляют о собственной профессиональной несостоятельности в связи с необходимостью смены привычного места работы такое положение характерно, в первую очередь, для специалистов узкого профиля – тренеров. В современных условиях резко сократилась потребность в тренерских кадрах и возросла потребность в специалистах в области рекреационной и реабилитационной физической культуры.

До сих пор при отборе в вуз основное влияние уделяется испытаниям ОФП (общая физическая подготовка), биологии и русскому языку и литературе (сочинение), но не учитываются мотивации абитуриентов к профессиональной деятельности.

Мотивация при выборе профессии имеет существенное значение (Рубин Б., Колесников Ю., 1968; Лисовский В.Т. 1998 и др.). В мировой практике существует положительный опыт, когда абитуриенты в письменной форме объясняют мотивы выбора физкультурного вуза, например кандидаты в студенты Виндсдорского университета (Канада) заполняют мотивационные листы, либо имеют поручительства – рекомендации специалистов (Франция), в РГПУ им. А.И. Герцена (Россия) абитуриенты сдают теоретический экзамен по физической культуре; и во многих вузах различных стран абитуриенты по мимо конкурсных экзаменов проходят собеседование. Поскольку эффективность профессиональной деятельности во многом обусловлена мотивацией и профессиональной ориентацией специалиста, формированию данных качеств следует уделять самое серьезное внимание как на этапе отбора абитуриентов, так и на протяжении обучения в вузе.

Специалист современной формации должен владеть не только технологией обучения и тренировки, но и, что не менее, если не более важно, технологией формирования менталитета различных слоев населения в поле осознания пользы от формирования потребности в регулярных занятиях физической культурой. «Величайшие революции обходились без баррикад и боев и захватывали исключительно сферу духа; дух насильственно изменял и время, и пространство.» (Дали С., 1993)

Если в период обучения в вузе сформированы навыки к самосовершенствованию, то специалист непрерывно корректирует свою профессиональную готовность в соответствии с реалиями производственной деятельности. Однако связывать эффективность послевузовского самообразования и всех форм повышения квалификации лишь с личностными качествами специалистов и качеством институтов (в широком смысле) образование было бы упрощением и попыткой найти одновариантное решение такой сложной проблемы, как профессиональное совершенствование специалистов в соответствии с современными требованиями и учетом перспективы. Данную проблему следует решать в купе с совершенствованием законов и директивных документов, регулирующих трудовые отношения специалистов и работодателей.

О чем речь? Потребность в повышении квалификации должна стимулировать и реальным повышением профессионального статуса и, наконец, заработной платы. Очевидно, что дальнейшее совершенствование профессионального образования следует связывать с улучшением обучающих технологий, с расширением международных контактов и коммуникативных возможностей с целью оперативного обмена информацией, совершенствования управления и финансирования образования. Овладение совершенными

информационными технологиями становятся приоритетным направлением в профессиональном образовании специалистов высшей квалификации.

В настоящее время необходимо расширенное фундаментального, университетского образования, ориентированного на творческую деятельность студентов. Университетская модель профессионального образования в наибольшей мере соответствует расширению мировоззрения обучаемых в рамках неформального общения, позволяет повысить уровень фундаментальной подготовленности студентов и более оперативно решать организационные проблемы по открытию новых направлений в образовании.

Концептуальные положения физкультурно-спортивной деятельности в контексте непрерывного физкультурно-спортивного образования населения Липецкой области (теоретико-методологические положения)

Польнская Е.А., к.п.н., доцент, член-корр. МАНПО,
Дементьев В.В., начальник управления ФКСиТ
администрации Липецкой области (г. Липецк)

Система наук о человеке - антропология изучает изменение природы человека под влиянием общественно-исторических условий в соответствии с целостным научным познанием человека в единстве его физического, умственного и нравственного развития, его природы и общественных свойств (К.А. Ушинский, П.Ф. Лесгафт и др.).

Антропологический принцип целостности к изучению природы и развития человека, положенный в основу разработки концепции физической культуры (ФК), спорта и физкультурного образования (ФО) для Липецкой области в теории познания о многообразии его феноменов, как вида и индивида, человечества и личности, субъекта и индивидуальности, и позволяет на основе философского обобщения разнообразных научных знаний о взаимосвязях общественного и индивидуального развития человека, составляющих общую теорию человекознания, использовать их для решения проблем общественного и личностного развития в предметной физкультурно-спортивной и педагогической деятельности человека.

Философско-педагогические знания в контексте общей теории развития позволяют решать проблемы человека как предмета воспитания и способствуют педагогическому приложению в целях воспитания ресурсов человеческого развития, включая ценности физической культуры.

Известно, что реализация ценностей культуры, в том числе физической, происходят в процессе образования, которое осуществляется в обществе как социальными институтами (ОУ) для разнообразных возрастных периодов, так и под воздействием многих других факторов. В этой связи необходимо еще в большей степени расширять пространство по использованию интеграционных знаний о человеке в физкультурно-спортивной практике. Это наиболее полно реализуется в народном образовании, где характерно использование синтеза наук, составляющих педагогическую антропологию, т.к. человеческая деятельность в указанной области требует разрешения таких проблем, как:

- постижение природы научения, его структуры, механизмов и факторов для управления в выборе оптимальных режимов научения различным действиям и формирование индивида, выявление закономерностей онтогенеза человека;
- объединение природы и истории под совокупным влиянием наследственности и обстоятельств жизни, воспитания и человеческой деятельности.

Ценности ФК в формировании, развитии, поддержании, сохранении человеком своего здоровья неизмеримы для разнообразных видов его жизнедеятельности от рожде-

ния до старости. Вместе с тем подавляющее большинство учебных заведений общего образования осуществляют физическое воспитание и развитие, двигательную и спортивную подготовку. Цели процессуальной стороны названных понятий по смыслу раскрываются как достижения разного уровня двигательной подготовленности, сформированность двигательных умений и навыков на основе естественных видов движений обязательного программного содержания и технических приемов спортивных игр, легкой атлетики, борьбы, гимнастики; достижения спортивной квалификации от третьего юношеского разряда до мастера спорта международного класса. Перечисленные целевые установки согласуются с характеристикой общих целей традиционного образования в предметной области ФК и указывают на отсутствие целостности образовательного процесса. Опора на естественно-научные знания о человеке как методологическую основу отражала заказ социума прошедшего тысячелетия. Вместе с тем, "очеловечивание социума", гуманизация и гуманитаризация общества и образования, как целевые установки нового тысячелетия предъявляют к человеку иные требования в формировании образов на себя как части вселенной и природы, на свое здоровье и отношение к нему, миру, используя в этой связи ценности ФК.

Изменения в системе образования характеризуются и определяются тенденциями к культуросозидающей функции образования; открытости и инновациям; к тесной связи с динамично меняющимся социумом и планетарной экологической ситуацией. Образование становится центральным феноменом культуры, ориентируясь на утверждение сущностно-личностного начала в человеке. Роль личности в таком образовательном процессе - рефлексия, смыслотворчество, избирательность, ответственность, автономность, самореализация. Это самоцель образования, достижению которой подчинены его содержательные и процессуальные компоненты; эффективность усвоения содержания возрастает в соответствии с обретением качественно нового личностного смысла и выступает содержанием и средой становления личностного опыта индивида. В условиях личностной методологии образование выступает как гуманитарная система знаний с особыми закономерностями формирования и развития личностного начала, оно утверждается во всех образовательных процессах при пробуждении и незаметном "выращивании" субъективности в другом человеке, приобщении его к смыслу, а не только к знаниям и нормативам.

Личностная ориентация в физкультурно-спортивной деятельности и в ФО в полной мере обеспечивает полноценное творческое проживание детства и юности как самостоятельных и социально значимых периодов жизненного утверждения человека с опорой на гуманитарные научные знания, составляющие основу методологии концепции физкультурно-спортивной деятельности и ФО. Такой подход обеспечивает целевые, содержательные, процессуальные характеристики указанных видов деятельности не только в соответствии с их целостностью, но и в соответствии с целостным и концептуальным представлением о сущностных чертах личностно-ориентированной физкультурно-спортивной практикой человека и его ФО, а также снимает при усвоении субъектом их содержание объективного знания материала и выявляет субъективный смысл личностно-утверждающих ценностей. Понятийно-гностическая ориентировка в изучаемом материале при этом органически включается в структуру более целостной личностной ориентировки, а предметно-когнитивный опыт становится составной частью более целостного опыта. Такое представление о сущностном механизме личностно-ориентированных физкультурно-спортивной практики и ФО требует значительной корректировки сложившихся представлений о целях, содержании и технологии собственно физкультурно-спортивной практики и ФО процессов.

В этой связи, изложенные основные концептуальные положения соответствуют содержанию: модернизации всех областей деятельности человека в XXI веке: нормативно-правовых законов - Конституции РФ, Законов о ФК РФ и Липецкой области. Закону об образовании РФ, Постановлений Правительства РФ и Президента РФ в области ФК и спорта; поставленным целям в программно-нормативных документах Комитета физической культуры и спорта РФ, Министерства образования РФ.

Разработка технологий ФКиС, а также ФО на основе концептуальных положений позволит в большей степени создать условия для формирования физической культуры личности, что, в свою очередь, будет обеспечивать изменение качества жизни населения всех возрастных категорий, проживающих на территории Липецкой области.

Непрерывность образования в контексте современного социо-культурного бытия человека - единственное условие успешности и самодостаточности личности любого возраста во всех этапах ее жизнедеятельности.

Процессы самоорганизации, самореализации, самообразования становятся целью адаптации человека в условиях изменяющегося социума для ребенка-школьника-студента-профессионала. Наличие образовательных процессов определяется субъектно-субъектным характером отношений и осуществляется непрерывно по горизонтали внутри одного направления физкультурной деятельности: базовое (начальное-основное-полное) - дополнительное: по вертикали: общее-профессиональное (начальное-среднее-высшее) и послевузовское.

Указанные положения для организации непрерывности построения образовательных процессов в обществе могут осуществлять различные его институты: образовательные учреждения разнообразных типов; организационно-управленческие структуры законодательно-исполнительной власти региона, области, города, района и др.

Официальные документы Министерства образования РФ, Комитета ФК, спорту и туризму РФ указывают на разработку и реализацию организационных форм, технологий, методов ФК и ФО, видов физкультурно-спортивной деятельности для формирования у каждого россиянина личной ФК. Изложенные теоретико-методологические положения составили основу концепции непрерывной физкультурно-спортивной деятельности населения Липецкой области, которая реализуется в технологиях, методиках физкультурной практики с использованием разнообразных видов

ФКиС как по горизонтали (детский сад - общеобразовательная школа - профессиональные ОУ), так и по вертикали (общее - дополнительное - профессиональное - последипломное), включая часть населения области неохваченные образовательными учреждениями.

Непрерывное физкультурное образование в контексте концепции устойчивого развития личности

Польнская Е.А., к.п.н., доцент, член-корр. МАНПО, директор ГУ «ИАЦ РФКиС ЛО», г. Липецк

В конце XX столетия современная цивилизация оказалась в ситуации определения динамики и направления своего развития на длительную перспективу. Сохранение традиционных стереотипов и ориентации не обеспечивает конструктивного функционирования цивилизации. Это ставит в ближайшем будущем под угрозу равновесие и стабильность исторически сложившихся социоприродных структур. Противоречия между ростом разрушения среды обитания как исторически сложившейся социокультурной среды и возможностями человека обрести путь удовлетворения его материально-духовных потребностей, с одной стороны, и сравнительно ограниченными возможностями естественной природы, с другой, приобретают антагонистический характер.

Общенаучные основания исследований различных аспектов физической культуры и ее всестороннего влияния на человека восходят к временам древности, обуславливая потребности в движениях и направленное использование их для существования разнообразных социокультурных сообществ. Как область научных знаний теория физической культуры сложилась в конце XVIII - начале XIX веков, а дискуссии о ее предмете и способах использования не прекращаются и в конце XX века.

Физкультурное образование, традиционно рассматривая проблемы профессио-

нальной подготовки, с выраженным, естественно биологическим (материальным) подходом, приобретает все более отчетливую социокультурную направленность. Перед физкультурным знанием ставится задача изучения различных аспектов влияния двигательной деятельности на нравственно-духовное и физическое состояние человека на протяжении всей его жизнедеятельности, обеспечивая гармонизацию взаимоотношений человека, общества и биосферы.

Преодоление возникающих противоречий связывается с отказом от сложившегося восприятия.

Человека как материальной субстанции, изменяющейся в процессе физкультурного образования, на уровень научно обоснованной стратегии системы - целостный человек - общество - образование - биосфера. Особые надежды в этом отношении возлагаются на непрерывное физкультурное образование. Таким образом, взаимоотношение элементов названной системы выходит на уровень, соответствующий общесоциологической теории устойчивого развития.

По определению Международного союза охраны природы и природных ресурсов (1980), устойчивое развитие (УР) определяется как модификация биосферы и использование людских, финансовых, возобновляемых и не возобновляемых природных ресурсов для удовлетворения потребностей людей и улучшения «качества жизни». Устойчивость развития обеспечивается сочетанием многих факторов, включающих социологические, экономические.

Термин УР широко используется в мировой научной и популярной литературе, не имея общепринятого определения, отражает интегративную суть и междисциплинарный характер знаний, что позволяет различным ученым и специалистам, государственным и политическим деятелям акцентировать внимание на каком-либо его определенном аспекте, предлагая ту или иную его трактовку. Нас интересует определение, в котором акцент ставится на изменении качества жизни, осознавая, что дефиниции феномена УР носят взаимодополняющий характер и акцентируют внимание на различных тенденциях развития, сохраняя целевую установку данного феномена, принимая во внимание весь спектр волнующих цивилизацию проблем.

В широком смысле УР трактуется как процесс, обозначающий новый тип функционирования цивилизации, основанной на радикальных изменениях ее исторически сложившихся параметре (культурологических, социальных, экологических и др.). Выявлена система показателей, связывающая совокупность факторов, и выделяются те из них, которые фиксируют определенный аспект объективной реальности: социальный, культурологический, прогностический. Культурологический связан с необходимостью изменения традиционных стереотипов бытия, ориентации, производства и потребления на новые ценности, адекватно отвечающие современным представлениям о статусе человека и общества в динамике мировых процессов.

Результаты анализа феномена УР обозначают на горизонтальном и вертикальном уровнях, последний исходит из дифференциации нескольких. Индивидуальный – характеризует деградиционные изменения среды, являясь функцией деятельности индивида. Задача – изменить индивидуальное сознание и характер деятельности конкретного человека, с учетом интересов личности, индивидуальных особенностей этноса (специфика ментальная, особенности социокультурных условий, динамика природно-климатических факторов и т.д.). В этом контексте рассматривается феномен формирования индивидуального сознания устойчивого типа, в рамках которого проблемы взаимоотношений человека, общества и биосферы трактуются в широком социоприродном значении. В практическом плане решение соответствующей проблемы связывается не только с повышением статуса физкультурного образования и просвещения на всех ступенях (от дошкольного и школьного к вузовскому и поствузовскому) и формах проявления («формального» и «неформального»), но и с подключением к активному изучению взаимосвязи физкультурной проблематики и феномена УР. По существу, речь идет о необходимости осуществления

системы теоретико-практических действий, обеспечивающих повышение степени устойчивости индивидуального сознания в процессе физкультурного образования на всех возрастных этапах человека, т.к. цивилизованное общество подготавливало как материальные, так и духовные предпосылки для возможного изменения стиля жизни, направленности и ориентации стремлений и потребностей индивида средствами физической культуры.

Другой уровень – локальный – предлагает интеграцию индивидуумов осуществлять в рамках конкретной социокультурной и производственно-хозяйственной деятельности в широком понимании, где интенсифицируются деградационные изменения естественной среды обитания человека, С другой стороны - целенаправленная трансформация связывает процессы стабилизации исторически еле сложившихся природных связей и отношений в ходе физкультурного движения.

Национальный и глобальный уровень предполагает необходимость адекватного разрешения противоречий в рамках отношений «физическая культура - природа человека – развитие», выход на такой уровень управления который сочетал бы локальные, национальные и общечеловеческие подходы с использованием разнообразных форм физической культуры в процессе физкультурного движения.

Результаты анализа феномена УР позволяют выделить некоторые фундаментальные положения о радикальных изменениях во всех сферах бытия, связаны с ассимиляцией соответствующих воззрений, основанных на системе принципов устойчивого развития: биоцентризма, стабильности экосистем, рациональной деятельности, оптимизации потребностей, управляемости социоприродными системами, преемственности развития.

Принцип биоцентризма диктует сбалансированность решений социальных, экономических, экологических задач, создание иной системы духовно нравственных ценностей общества с ориентацией личностных установок не на потребительство, а на созидание в духовной и материальной сфере. Реализация названного принципа позволит эпицентру развития создать духовно-мировоззренческие основания для «человеческих приоритетов», учитывая, что человек - естественная часть биосферы.

Реализация принципа стабильности экосистем, где целевая установка УР обеспечивает доминирование на сохранение современной цивилизации, исторически сложившегося природного равновесия в социокультурной деятельности и производственно-хозяйственном процессе, приближение к такому состоянию системы «человек - общество – биосфера», при котором общество выходит на уровень развития, обеспечивая основные человеческие потребности, сохраняя адаптационные возможности естественных экосистем.

Принцип оптимизации потребностей призван обеспечить реальную возможность преодоления противоречия между сравнительной ограниченностью природно-ресурсного потенциала биосферы и раскрытием возможностей человека и его потребностей.

Реализация принципа управляемости социоприродными системами предполагает превращение человека в силу планетарного масштаба, где уровень устойчивого развития налагает определенные ограничения на рост безудержных потребностей личности, ориентиры которой координируются, исходя из реалий отношения «биосфера – развитие».

Принцип преемственности развития разрешает задачу обеспечения всего спектра интересов и потребностей современного поколения, где социокультурная, производственно-хозяйственная деятельность человека приобретает ориентиры на возможность будущему поколению получать высокое духовно-эстетическое наслаждение от общения с естественной средой обитания.

Указанные принципы устойчивого развития не равнозначны: имеют как теоретико-мировоззренческий, так и рекомендательно-прогностический, действующие в той или иной степени. В целом, они взаимосвязаны и взаимозависимы, формируют системное представление биосфероцентристского стиля цивилизованного мышления; радикальную трансформацию деятельностного уровня бытия, связанного с рационализацией трудовой функции человека реализацию этих установок, обеспечивающую преемственность взаимосвязи настоящих и будущих поколений, позитивные перспективы развития цивилиза-

ции. В этом контексте феномен устойчивого развития коррелирует с феноменом ноосферы, которая рассматривается в качестве идеала «устойчивого общества» будущего, где приоритетным является «гуманный разум», создающий предпосылки для гармонии человека, общества, биосферы.

Образование – стратегический ресурс общества, при условии осознания, что в ноосферном обществе не материя, энергия, информация сама по себе, а на их основе культура и целостное мышление являются объектами внимания, способными создать новые технологии образования на пороге XXI века. Все вышесказанное в полной мере имеет отношение к непрерывному физкультурному образованию, которое формирует на основе духовно-нравственных ценностей физической культуры целостную природу человека, опираясь на целостное мышление, а непрерывность обеспечит устойчивый характер развития системы «целостный человек - общество - образование – биосфера».

Направления и содержание непрерывного физкультурного образования в контексте актуальных теорий развития личности

Польнская Е.А., к.п.н., доцент, член-корр. МАНПО,
директор ГУ «ИАЦ РФКиС ЛО», г. Липецк

Абсолютно все проблемы человеческого бытия порождены устройством человеческого сознания, и фундаментальное их решение может быть найдено только в одном направлении - целенаправленном изменении сознания людей и народов. Путь межличностных конфликтов и войн, без экологических и экономических кризисов, путь навстречу здоровью тела и души без лекарств - перспектива развития человека и народа, познающего ограниченность собственного сознания и обретение решимости довести до логического завершения те озарения, которые предлагает материалистический путь познания.

Все звенья современной системы образования построены на воспроизводстве в каждом новом поколении стереотипов уходящей эпохи. Эта ситуация должна быть изменена в связи с появлением, и увеличивающимся год от года, людей (детей), обладающих способностями чувствования, прекогнозиса (предвидения будущего), ясновидения, созданием условий для формирования мировоззрения людей с новым генетическим кодом.

Становление личности человека - многоэтапный путь: из биологического субъекта через его психическое развитие; интеллектуальное сознание его внутренних душевных проблем, духовных запросов. Они выражаются в вопросах -Кто я есть на Земле?-, «Для чего я существую?-, -Что есть Мир вокруг меня и внутри меня?-. Решение поставленных вопросов выражается в когнитивной деятельности человека, направленной на осознание законов взаимодействия системы социум -материя - микрокосмос на внешнем уровне и законов, которые определяют развитие его эго -микрокосмоса внутри себя.

Человек является частью космоса, и в нем, в его генетическом коде, его подсознании хранится вся информация со дня рождения Вселенной, в виде «эволюционной памяти».

Способы развешивания эволюционной памяти как пути познания мира обусловлены культурой народа и традиционно определяют западный путь познания, идущий по направлению познания мира через разум, интеллект, мира во вне и восточный - через познание внутреннего мира - микрокосмоса (как проекцию макрокосмоса). Все эти пути определяются материально-техническими и духовно-медитативными мировоззренческими позициями. В первом случае знание о мире и человеке приходит из вне посредством приборов, аналитических методов и т. д.; во втором - как бы через озарение, открытие в себе того, что присуще всему миру (макрокосмосу).

Психологи указанные пути познания определяют как экстравертный - западный и интровертный - восточный.

На рубеже XX-XXI веков стала проявляться, в противовес исторически сложив-

шему дуализму, третья сторона когнитивного процесса, которая открыла новое направление познания человека и мира, выражающегося в идее "ноосферы". Такое рассмотрение интересующего нас вопроса ставит совершенно новые задачи перед образованием. Ноосферное образование включает в себя все стороны деятельности человека как биологического, так и духовного продукта природы. Методология ноосферного образования прежде всего, учение о педагогическом методе, оно признает единство и системность Вселенной, включенность в это единство любого объекта и субъекта, материального или идеального. Биологически адекватная методология преподавания ик учения о структуре, внутренней организации, методах и средствах деятельности в педагогике, строящейся на принципе системного видения образования.

Образование в области физической культуры осуществляется в течение всей жизни человека и является неотъемлемой частью процесса общего образования; оно должно сосредотачиваться на практических проблемах и носить междисциплинарный, интегративный характер, способствуя осознанию духовно-нравственных ценностей, содействовать коллективному благосостоянию и уделять основное внимание проблеме целостного мышления через активную двигательную деятельность, способствующую выживанию.

Оно не должно ограничиваться системой формального образования. Неотложной потребностью является объединение-интеграция физкультурного образования с другими формами образования; основы знаний по физической культуре должны касаться всех разделов дошкольной, школьной и внешкольной программ и образовывать единый и неделимый органический непрерывный процесс, в рамках которого нельзя упускать из виду ни одной фазы, необходимой для объединения.

В рамках формального образования на всех уровнях следует учитывать различные элементы учебного процесса (планы, программы, литературно-просветительские произведения и учебники, пособия и средства обучения, методы, спортивные сооружения и т.д.) и достигать интегративности. В связи с этим представляется возможным и необходимым включение в большую часть изучаемых предметов аспектов, связанных с двигательными образами, и постижения целостности личности через двигательную деятельность; разработка программ (дошкольных, школьных и внешкольных, профессиональных) междисциплинарными группами; изучение конкретных проблем действительности.

Физкультурное образование не должно осуществляться вне урока физической культуры, физкультурных занятий, внеурочных форм, учебно-тренировочных занятий, подлежащих включению в существующие программы дополнительных форм организации, а должно стать катализатором или общим знаменателем в процессе обновления физкультурного образования во всех учреждениях.

Успех образования в области физической культуры состоит не только в том, чтобы добиться некоторых изменений в системе и методах образования. Эта задача требует применения новых концепций и новых методов обучения.

Формальное и неформальное физкультурное образование должно получить развитие через воспитание членов общества, хорошо понимающих взаимосвязь человека и природы, осознающих необходимость раскрытия своей целостности, сохраняя экологическое равновесие, заинтересованных в решении проблем окружающей среды и устранения возможности возникновения тех же проблем в будущем.

Массовая физическая культура на пути структурных реформ

Столлов И.И. Федеральное агентство по физической культуре и спорту, г.Москва

Роль физической культуры и спорта в современном обществе становится не только все более заметным социальным, но и политическим фактором.

Вовлеченность широких масс населения в физическую культуру, а также успехи на международных соревнованиях являются бесспорным доказательством жизнеспособности и духовной силы любой нации.

Актуальность. В последнее время на всех уровнях государственного управления растет осознание необходимости решения проблем как доступности и пропаганды массовой физической культуры, так и развития спорта высших достижений, связанных со структурной реформой.

Важным средством создания системы обеспечения развитием физической культуры и спорта должна стать деятельность субъектов Российской Федерации в рамках разграничения полномочий между федеральными органами власти и органами государственной власти субъекта Российской Федерации. * [1], *[2].

Низкие показатели здоровья и физической подготовки населения, детей, молодежи, призывников, рост алкоголизма и наркомании говорят о важности развития физической культуры в Российской Федерации.

Целью настоящего исследования является разработка комплекса определенных мер, направленных на решение вопросов физической культуры на всех уровнях государственной власти и местного самоуправления в свете реализации действующего законодательства* [1], *[2], *[3] во взаимосвязи с федеральной целевой программой «Развитие физической культуры и спорта в Российской Федерации на 2006-2015 годы» *[4], (далее Программа).

Программой *[4] предусматривается создание условий для укрепления здоровья населения путем развития инфраструктуры спорта, популяризации массового и профессионального спорта (включая спорт высших достижений) и приобщения различных слоев общества к регулярным занятиям физической культурой и спортом.

Программой *[4] определены приоритеты развития массовой физической культуры и спорта - в образовательных учреждениях и по месту жительства граждан.

Исходя из направленности задач, финансовые ресурсы будут инвестированы в развитие и модернизацию:

- спортивной инфраструктуры и пропаганду здорового образа жизни;
- спорта высших достижений и систему антидопингового контроля (через финансирование научно-исследовательских работ);
- специализированной инфраструктуры.

Одна из основных особенностей Программы *[4] - непрерывная адаптация к потребностям россиян и, в случае необходимости, ее оперативная корректировка. Эту задачу будет решать постоянный мониторинг удовлетворенности населения действиями государства в области физической культуры, а также показатель степени вовлеченности граждан в физическую активность.

Важным средством создания системы обеспечения развитием физической культуры и спорта *[4], *[5] должна стать деятельность субъектов Российской Федерации по исполнению своих полномочий в области физической культуры и спорта в рамках разграничения полномочий между федеральными органами власти и органами государственной власти субъекта Российской Федерации:

- разработка нормативно-правовой базы субъекта Российской Федерации в сфере физической культуры и спорта;

- принятие и реализация региональных и межмуниципальных программ и проектов в области физической культуры и спорта;

- деятельность муниципальных органов самоуправления по развитию массовой физической культуры и спорта.

Развитие физической культуры и спорта в муниципальных образованиях в первый период начала реализации федерального закона * [2], будет затруднено по следующим причинам:

- неготовность большинства городских и сельских поселений взять на себя финансирование инфраструктуры физкультурно-спортивной сферы в необходимых объемах, что отрицательно скажется на проведении массовых физкультурно-спортивных мероприятий и показателях вовлеченности граждан к занятиям физической культурой и спортом;

- недостаточная проработка механизма договорных отношений между муниципальными образованиями различного уровня, что в сфере физической культуры и спорта может привести к нарушению функционирования единой системы отбора и подготовки спортивного резерва;

- отсутствие механизма решения вопросов: обеспечения спортивной подготовки, выходящей за рамки массовой физической культуры; деятельности учреждений спортивной направленности системы дополнительного образования отнесенных к компетенции муниципальных образований, поселений и округов.

В соответствии с федеральным законом «О физической культуре и спорте в Российской Федерации» * [3] к полномочиям органов местного самоуправления, в том числе и муниципального района, относятся:

- создание и финансирование муниципальных спортивных школ, центров, клубов;

- разработка и реализация программ развития физической культуры и спорта;

- развитие материально-технической базы физической культуры;

- организация и проведение соревнований.

Решения указанных проблем лежит в реализации всеми уровнями исполнительной власти определенных мер:

на федеральном уровне:

- реализация принятых поправок в федеральный закон * [2];

- начало действия Программы * [4];

- разработка методических рекомендаций;

- проведение семинаров-совещаний в регионах;

на региональном уровне:

- принятие необходимых изменений и дополнений в законодательство субъекта Российской Федерации;

- решение вопроса финансового обеспечения физической культуры и спорта, в т.ч. в органам местного самоуправления;- принятие и реализация региональных программ развития физической культуры и спорта;

- анализ ситуации и разработка конкретных предложений развития физической культуры и спорта в муниципальных образованиях и в органах местного самоуправления;

- принятие необходимых мер по сохранению единой системы отбора и подготовки спортивного резерва и спортсменов высокого класса;

- осуществление кадровой политики, направленной на повышение квалификации специалистов в сфере физической культуры и спорта;

на муниципальном уровне:

- определение наиболее эффективной системы управления физической культурой и спортом в муниципальном образовании с учетом сложившейся практики, развития традиционных видов спорта, имеющейся материально-технической базы и необходимости обеспечения наиболее полного удовлетворения потребностей жителей муниципального образования в занятиях физической культурой и спортом;

- проработка вопросов договорных отношений в сфере физической культуры и спорта между муниципальными образованиями различного уровня, создание межмуниципальных связей;

- разработка и реализация целевой муниципальной (межмуниципальной) программы развития физической культуры и спорта;

- принятие мер к повышению квалификации работников сферы физической культуры и спорта.

Вывод. Разработанный комплекс мер позволит наиболее оптимально обеспечить условия для развития на территории муниципальных образований массовой физической культуры и спорта и с наименьшими издержками преодолеть проблемы структурных реформ.

Список используемых материалов:

*[1]Федеральный закон от 04.07.2003 N 95-ФЗ (ред. от 29.12.2004) "О внесении изменений и дополнений в федеральный закон "Об общих принципах организации законодательных (представительных) и исполнительных органов государственной власти» (принят ГД ФС РФ 20.06.2003); "Собрание законодательства РФ" 07.07.2003. - N 27 (ч. 2), ст. 2709;

*[2]Федеральный закон от 06.10.2003 N 131-ФЗ (ред. от 15.02.2006) "Об общих принципах организации местного самоуправления в Российской Федерации":(принят ГД ФС РФ 16.09.2003): "Собрание законодательства РФ" 06.10.2003,- N 40, ст. 3822;

*[3]Федеральный закон от 29.04.1999 N 80-ФЗ (ред. от 20.12.2004) "О физической культуре и спорте в Российской Федерации» (принят ГД ФС РФ 13.01.1999); "Собрание законодательства РФ" 03.05.1999. - N 18, ст. 2206;

*[4]Постановление Правительства РФ от 11.01.2006 N 7 "О Федеральной целевой программе "Развитие физической культуры и спорта в Российской Федерации на 2006 – 2015 годы": "Собрание законодательства РФ", 16.01.2006- N 3, ст. 304;

*[5]Постановление Правительства РФ от 31.12.2004 N 904 (ред. от 14.03.2005) "О Федеральном агентстве по физической культуре и спорту": "Собрание законодательства РФ", 10.01.2005.- N 2, ст. 162.

Правовое обоснование и методические принципы создания концепции подготовки спортивного резерва

Столлов И.И., Черноног Д.Н. Федеральное агентство по физической культуре и спорту, г.Москва

В соответствии с Постановлением Правительства Российской Федерации от 31.12.2004 № 904 Федеральное агентство по физической культуре и спорту (Росспорт) осуществляет координацию деятельности спортивных школ (ДЮСШ, СДЮШОР, ШВСМ), училищ олимпийского резерва (УОР) и обеспечивает функционирование единой системы отбора и подготовки спортивного резерва *[1].

Актуальность. На современном этапе развития системы подготовки спортивного резерва просматриваются отчетливые тенденции:

- снижение качественного уровня работы системы подготовки спортивного резерва, сложившейся еще во времена СССР и обеспечивавшей длительное время высокую степень результативности спорта высших достижений;

- отсутствие механизмов взаимодействия в работе учреждений спортивной направленности между ведомствами и, органами исполнительной власти территориальных образований в субъектах Российской Федерации, в свете реализации законодательства о разграничении полномочий *[2];

- отсутствие у большинства спортивных федераций по олимпийским видам спорта стратегии подготовки спортивного резерва, осуществление ими деятельности без учета реальных потребностей, необходимых для своевременного пополнения сборной команды России.

- недостаточность уровня реализации потенциала средних специальных учебных заведений – училищ олимпийского резерва (УОР), колледжей и техникумов физической культуры в том числе, находящихся в ведении Росспорта.

Целью настоящего исследования является разработка методических принципов Концепции подготовки спортивного резерва (Концепция) в соответствии с решением коллегии Росспорта «О повышении эффективности системы подготовки спортивного резерва в Российской Федерации» *[3].

В процессе реализации поставленной цели предполагается решение основной задачи:

- разработка системы мер, позволяющей в короткие сроки выработать новый механизм подготовки спортивного резерва в Российской Федерации.

При таком подходе содержание Концепции должно основываться на научно-разработанных принципах функционирования единой системы отбора и подготовки спортивного резерва, и включать в себя наличие компонентов: а) - научно-методической и б) - организационно-управленческой направленности.

а) научно-методическая направленность должна предусматривать разработку:

- нормативно-правовой базы деятельности учреждений спортивной направленности;

- основных положений структуры спортивной подготовки по совершенствованию эффективности её функционирования;

- единой системы подготовки спортивного резерва в Российской Федерации;

- предложений по совершенствованию деятельности системы средних специальных учебных заведений физической культуры в целях повышения эффективности подготовки спортивного резерва;

- положения о элитарном нетиповом образовательном учреждении для работы с детьми и молодежью, проявляющих выдающиеся спортивные способности; создание подобного типа учреждений провести на основе географического распределение, с учетом наличия крупных экономических центров, научного потенциала, первичной материально-технической базы;

- системы соревнований для СДЮШОР в рамках селекционной работы федеральных училищ олимпийского резерва;

- федерального государственного заказа, в рамках которого зачисление воспитанника спортивной школы в УОР являлось бы фактом выполнения госзаказа. (Финансовую компенсацию спортивной школе за подготовку юного спортсмена в размере годовой стоимости расходов затрачиваемых на его содержание в УОР, что можно было бы рассматривать как реализацию государственной поддержки наиболее эффективно и плодотворно работающих спортивных школ);

- новых образовательных технологий и авторских программ для УОР в целях обеспечения более высокого качества обучения одарённых спортсменов;

- научного и информационного обеспечения системы подготовки спортивного резерва в Российской Федерации;

- системы подготовки кадров и повышения квалификации специалистов для работы со спортивным резервом;

- условий эффективного взаимодействия всероссийских федераций (союзов и ассоциаций по видам спорта) со спортивными школами, ШВСМ и УОР в вопросах подготовки спортивного резерва;

б) организационно-управленческая направленность содержать предложения по созданию:

- на базе федеральных УОР и реорганизуемых федеральных колледжей и техникумов физической культуры системы федеральных нетиповых образовательных учреждений высшей категории для детей, подростков и молодежи, показывающих выдающиеся способности в спорте *[4]);

- системы центров олимпийской подготовки сборных команд России с современной материально-технической базой;

- межведомственной комиссии по развитию детско-юношеского спорта, физического воспитания детей, в задачи, которой могло бы входить обсуждение и принятие кон-

кретных решений по функционированию системы СДЮШОР, УОР и ШВСМ.

Вывод. Разработка методических принципов позволит обосновать закономерности функционирования единой системы подготовки спортивного резерва, определить направленность вопросов и пути их решения в структуре Концепции.

Список используемых документов.

- *[1] Постановление Правительства РФ от 31.12.2004 N 904 (ред. от 14.03.2005) "О Федеральном агентстве по физической культуре и спорту" Сборник законодательства РФ", 10.01.2005, N 2, ст. 162.
- *[2] федеральный закон от 04.07.2003 N 95-ФЗ (ред. от 29.12.2004) "О внесении изменений и дополнений в федеральный закон "Об общих принципах организации законодательных (представительных) и исполнительных органов государственной власти» (принят ГД ФС РФ 20.06.2003): "Сборник законодательства РФ" 07.07.2003. - N 27 (ч. 2), ст. 2709;
- *[3] решение коллегии № 5/1 от 06. 09. 2005 года Федерального агентства по физической культуре и спорту «О повышении эффективности системы подготовки спортивного резерва в Российской Федерации», сборник официальных документов и материалов Федерального агентства по физической культуре и спорту М.: Советский спорт, 2005/9.- 3-6 с.
- *[4] закон Российской Федерации от 10.07.1992 N 3266-1(ред. от 31.12.2005) "Об образовании": «Сборник законодательства РФ», 15.01.1996, - N 3, ст. 150.

Потенциал физической культуры в формировании здоровьесбережения школьников

Фомичева Н.В. Институт физической культуры,
Тюменского государственного университета, г. Тюмень

Процесс коренных преобразований, происходящих в нашей стране, породил глубокий кризис многих сторон жизни нашего общества, в том числе и в сфере здоровья нации. Здоровье является социально значимым феноменом, по уровню и состоянию которого судят о степени развитости и благополучия общества.

В связи с этим одной из приоритетных задач модернизации образования должно стать сохранение и укрепление здоровья участников образовательного процесса, формирование у них ценностей здоровья и здорового образа жизни средствами физической культуры. Ценностный потенциал физической культуры, в свою очередь, особенно ярко проявляется в знаниях и опыте, накопленных человечеством для физического совершенствования и самооздоровления.

Говоря о своеобразии ценностного потенциала физической культуры, нельзя не отметить уже накопленный в физической культуре опыт практического и теоретического изучения человеческих способностей и возможностей. Новые решения, нетрадиционные подходы, использование современных образовательных технологий в физкультурном образовании оказываются главными механизмами превращения физической культуры в действенную меру охраны и укрепления здоровья.

Выдвижение проблемы здоровья в число важнейших задач физкультурного образования обуславливает актуальность теоретической и практической разработки организационных подходов к сохранению индивидуального здоровья, формированию культуры здоровья, воспитанию потребности в здоровом образе жизни.

По мнению многих авторов (В.К.Бальсевич, Л.И.Лубышева, В.С.Быков и др.) формирование потребности в регулярном и сознательном использовании средств физической культуры является одной из основных составляющих здоровьесбережения школьников. Декларативные призывы к школьникам о целесообразности вести здоровый образ жизни вряд ли могут быть результативными. Необходимы конкретные рекомендации и пути решения данной проблемы.

Поэтому не случайно обращение специалистов по физической культуре и спорту к здоровому образу жизни, к разработке программ с оздоровительной направленностью, построенных на принципах развивающего обучения. Разные авторы по – своему дополняют информацию о здоровом образе жизни, реализуя ее в применении педагогических

здоровьесберегающих технологий.

Наш взгляд на решение проблемы согласуется с концепцией «Физкультурного воспитания», разработанной Л.И. Лубышевой (1996), в которой предусматривается необходимость создания блока здоровьесберегающих технологий на базе интеллектуализации процесса физического воспитания. Технологии, по мнению автора, должны строиться на основе следующих подходов:

- деятельности подхода к освоению физической культуры, который ориентирует не только на усвоение знаний, но и на способы этого усвоения, на развитие познавательных и мыслительных потенций человека; особенность этого подхода состоит в его направленности на сознательное использование способов двигательной деятельности и умений применять их в самоорганизации здорового стиля жизни;
- подхода к освоению физической культуры на основе физического самовоспитания, саморазвития, сообразно к определенному виду деятельности;
- подхода к особенностям развития физической активности, которая строится на основе критериев, учитывающих функциональные резервы организма ребенка, его двигательную активность и умения организации самостоятельной физкультурно-спортивной деятельности;
- подхода к освоению физической культуры на основе индивидуализации и дифференциации физического воспитания, выбора учащимися форм и средств собственной физической активности, которая должна быть организована в соответствии с их потребностям в сфере физической культуры.

Данные подходы легли в основу разработки программы развития и оздоровления с элементами развивающего обучения (Н.В. Фомичева, 2004), создающую принципиально новые возможности для повышения эффективности учебной деятельности и приобщения детей к ценностям здорового образа жизни через осознанное использование средств физической культуры.

Одним из главных компонентов нашей программы является оздоровительный, который основывается на принципе: тело \Rightarrow психика \Rightarrow нравственность.

Основными задачами являются:

1. Разработка комплекса мер по охране и укреплению здоровья школьников, реализуемых системой образования. На первое место можно поставить создание системы динамического наблюдения за состоянием здоровья на основе комплексных медицинских и психофизиологических обследований различных контингентов детей, изучение санитарно - гигиенических условий и т.п.
2. Создание адаптивной образовательной среды для детей, имеющих ограниченные возможности здоровья и особенности развития. Для решения этой задачи предполагается наличие трех типов режимов двигательной активности (в какой-то мере аналогичных по распределению на группы здоровья).
3. Разработка критериев готовности детей к обучению в начальной школе и адаптации их к обучению в среднем звене.
4. Формирование устойчивого интереса к самопознанию через познание собственных физических (телесных) возможностей.
5. Создание новых форм организации физического воспитания, на основе современных образовательных и здоровьесберегающих технологий.
6. Поиск эффективных способов организации учебно-воспитательного процесса на основе индивидуализации и включения механизмов личностного саморазвития учащихся.

От главных задач перейдем к более конкретным, стоящим перед каждым педагогом в процессе обучения физическим упражнениям:

1. Общее укрепление и оздоровление организма (профилактика функциональных

расстройств, закаливание, формирование осанки, телосложения).

2. Повышение физической работоспособности организма и устойчивости к внешним неблагоприятным воздействиям окружающей среды.

3. Приобретение необходимых знаний в области гигиены, медицины, физкультуры и спорта.

4. Формирование понятий о том, что забота о своем здоровье является общественным долгом.

5. Повышение двигательной активности, культуры движений, культуры питания и психической саморегуляции.

6. Соблюдение основополагающих принципов оздоровления

В здоровьеориентированном процессе физического воспитания ведущая роль отводится уроку физической культуры, при проведении которого предполагается соблюдение следующих требований:

- обязательное использование воспитательных, оздоровительно-развивающих задач на каждом уроке всеохватывающего характера;
- использование различных методов оздоровления;
- разрешение в процессе обучения проблемных ситуаций, развивающих эрудицию в области физической культуры и спорта;
- использование элементов развивающего обучения с целью оптимизации познавательной деятельности;
- использование приемов опережающего обучения;

Таким образом, занятия по физической культуре должны проходить в оптимальном для школьников режиме развития с опорой на их двигательный опыт, индивидуальные особенности и возможности, способствовать формированию их творческого проявления, убеждая в ценностях использования полученных знаний для укрепления и сохранения здоровья.

Деятельность педагога в системе личноно-ориентированного обучения студентов

Черных Е.В., к.п.н., доцент, ГУ «ИАЦ РФКиС ЛО», г.Липецк

Практическая деятельность педагога есть искусство обучения, воспитания и развития. В настоящее время центральным звеном учебно-воспитательного процесса выступают не знания, а личность. Осуществляется переход к личноно-ориентированной образовательной системе, что делает проблему педагогического мастерства особенно актуальным для современной педагогики.

Познавательная деятельность всегда была и будет производной деятельности педагога и деятельности студента. Проникнуть студенту в систему научных знаний, в логику научного познания без излишней, часто бесполезной затраты времени возможно только при помощи организующей, регулирующей, направляющей деятельности преподавателя.

Качество преподавания определяется методологической вооруженностью педагога, его специальной и психолого-педагогической подготовкой, наличием технических средств обучения, наглядных и других дидактических материалов.

Основная задача педагогического процесса - развитие самого студента в процессе его собственной активной деятельности. Для этого необходимо построить такую педагогическую деятельность, в процессе и в результате которой происходило бы развитие системы знаний студентов, их познавательных способностей, практических умений и навыков. Эта задача определяет содержание всех тех многообразных практических функций,

которые призван осуществлять преподаватель в ходе обучения, воспитания и развития студентов.

Одно из проявлений личностно-ориентированного подхода - проблемное обучение, когда представляется возможность самому обучающемуся, открыть суть в предмете обучения, формируется умение искать и строить последовательные доказательства решений, что позволяет студенту формировать профессиональные знания, умения и навыки (Вербицкий А.А., Лернер И.Я).

Для создания проблемной ситуации, преподаватель использует противоречия между ранее усвоенными знаниями и новыми задачами, которые вызывают у студента определенные затруднения и побуждают к активной деятельности. Противоречия могут быть между: имеющимися системами знаний и новыми требованиями, которые возникают в ходе решения задач; практически достигнутым результатом выполнения задания и отсутствием теоретического обоснования у обучаемых; имеющимися знаниями и неумением ими воспользоваться при анализе явлений; учебными знаниями и знаниями, необходимыми в измененных условиях их использования. При такой методике работы преподаватель должен быть личностью, ученым, то есть обладать большим уровнем знаний, быть эрудированным методистом.

Наряду с проблемным обучением в высшей школе большое распространение получают активные формы использования лекционного метода (36, 131, 133, 144.). Все чаще практикуются лекции-беседы, лекции-дискуссии, проходящие при активном участии студентов. Хорошая вузовская лекция - это творческое общение лектора с аудиторией. Эффект такого общения, как правило, в познавательном и эмоциональном отношении выше, чем чтение студентами соответствующего текста. Сообщаемый учебный материал хорошо усваивается студентами, если он активизирует мыслительную деятельность. Поэтому главное в лекции - вызвать активное внимание слушателей, движение их мысли вслед за мыслью лектора. «Лекция окажется на деле бесполезной, если при ее чтении не будет обеспечено эффективное восприятие студентами излагаемого материала, если в методическом построении не будут учтены психолого-педагогические закономерности познавательной деятельности обучаемых» (69, С.242).

В учебном процессе, с целью реализации личностного потенциала студентов, необходимо создать многообразие форм методической реализации задач *формирования учебной деятельности на протяжении всего обучения* в вузе. Особый вид организации познавательной деятельности представляют собой деловые учебные игры (Вербицкий А.А., Горюнова Т.А. 110, 121, 151). Имея предметным содержанием имитацию в обучении конкретных условий и динамики производства, а также действий и отношений специалистов, деловая игра служит средством развития творческого мышления, актуализации, применения и закрепления имеющихся знаний. Игры создают своеобразную дополнительную мотивацию познавательной деятельности.

Важным направлением обучения является создание дидактических и психологических условий осмысленности учения, включение в него обучающихся на уровне не только интеллектуальной, но и личностной активности. Для этого необходимо отказаться от такой организации учения, при которой учебная деятельность редуцируется к процессу усвоения дисциплинарных знаний. На практике, когда обучение ведется в рамках конкретных дисциплин, обобщение знаний об учебных действиях осуществляется студентами стихийно, плохо управляемым образом и поэтому менее эффективно. В этой связи В.Я. Ляудис отмечает, что наиболее действенным обучением является сочетание обучения учебной деятельности в специальном курсе и в рамках преподавания учебной дисциплины. Но в этом случае решающим моментом, формирующим учебную деятельность, являются согласованность и единообразие сведений о действиях. Это является неотъемлемой частью структурирования учебного материала. Установление межпредметных и внутрипредметных связей в преподавании учебных дисциплин способствует формированию целостной системы общепедагогических знаний, умений и навыков.

Ориентация педагога на лично-ориентированную систему преподавания позволяет предопределить характер их работы и рассчитывать ее переход от репродуктивной к продуктивной деятельности студентов, а затем к творческому процессу. Такой подход усиливается личностный и профессиональный аспекты деятельности преподавателей. Отмечаются сдвиги и в деятельности студентов: повышение самостоятельности, углубление теоретических знаний, повышение интереса к будущей профессии, ответственность за собственную работу, активность, дисциплинированность (Леонтьев А.Н., Пискунов М.У.).

В контексте вышесказанного преподаватель не только осуществляет систематическое и целеустремленное руководство познавательной деятельностью студентов, но и специально готовит студентов к творческому способу усвоения научной информации. Основным смыслом педагогического руководства состоит в побуждении студентов к самостоятельному поиску решения учебных задач. Преподаватель не просто оценивает, но и формирует у них способность к самооценке.

В высших учебных заведениях целесообразно организовать обучение таким образом, чтобы в ходе обучения студенты получали не только собственно предметные знания, но и некоторые компоненты знаний логико-методологического характера (Ляудис В.Я.). Это позволит существенно повысить качество усвоения конкретного учебного предмета, обеспечить его большую осознанность и самостоятельность, целостность и системность знаний студентов по данному предмету.

Переход на лично-ориентированную систему обучения требует изменений системы работы педагога. Здесь важно, чтобы применяемые средства были бы соответствующими уровням развития у студентов умений учиться во взаимосвязи с мотивацией учебной деятельности. Преподаватель накапливает информацию для оценки студента как личности, как участника определенного вида деятельности, как субъекта, осуществляющего текущие процессы решения конкретных задач.

Контроль усвоения учебных умений может быть осуществлен обычным методом проверки обученности, состоящим в предъявлении студентам заданий на осуществление различных учебных действий и фиксации успешности выполнения данных действий (Давыдова Г.А., Корпунов А.М., Смирнов С.Д.). Преподаватели конкретных дисциплин должны не просто фиксировать недостатки в овладении конкретным материалом, но и помогать студентам, выделять те недоработки в учебных умениях, которые стоят за неуспешным овладением материалом по предмету. Существенный пробел заключается в том, что больше преобладает, память или мышление, рассудочность или эмоции, анализ или синтез, имеет ли место в учебной работе студентов творческое воображение, самостоятельная постановка познавательных задач или всего этого нет в его деятельности по овладению знаниями. Такой характер познавательной деятельности обычно является результатом того, что преподаватели стремятся больше рассказывать сами, мало ставят вопросов, побуждающих студентов к размышлению, выводы и обобщения тоже в основном даются в готовом виде.

Организация целенаправленного усвоения знаний о конкретных способах выполнения основных учебных действий, формирование целостного представления о структуре учебной деятельности, дифференциация главного и второстепенного в учебном материале являются важным направлением в работе по формированию учебной деятельности студентов. Существенным условием является изучение исходного уровня сформированности данной деятельности у студентов, одним из показателей которой является уровень ее осознанности.

Еще одной задачей по формированию учебной деятельности является умение студентов систематизировать учебный материал. Сформированность данного действия определяется эффективностью понимания учебного материала и качеством его усвоения в целом. Студенты могут осуществлять систематизацию учебного материала, но проблема в том, что они не ставят перед собой такой задачи непосредственно в процессе его усвое-

ния. В этом случае преподавателю необходимо сформировать потребность и умения студентов в процессе его уяснения.

Центральной проблемой личностно-ориентированной системы обучения становится подготовка преподавателей к такой работе. Важно преодолеть узкодисциплинарное мышление и выделить особую цель в ходе реализации учебных курсов - цель научить студентов на материале своего курса умению решать широкий спектр собственно учебных задач. Эти задачи связаны с осознанием и достижением метапознавательных целей: умения видеть проблему, обосновывать подходы к ее решению, осуществлять самоконтроль, организовывать временные режимы учебной деятельности вне аудиторных занятий и т.д. Использование преподавателем системы методических указаний по структуре учебной деятельности, по организации самостоятельной работы, совместная творческая деятельность преподавателя и студента позволит повысить учебную активность субъектов. Проявление познавательной активности и самостоятельности многообразны. Они выражены в целенаправленности и целесообразности познавательной деятельности, в характере знаний, умений, способов деятельности, в мобильности их использования, в содержательности вопросов.

Вопрос совершенствования педагогического мастерства - один из противоречивых, сложнейших вопросов педагогики высшей школы. Педагогическое творчество должно начинаться с понимания накопленного общественного опыта, с одновременной трансформацией его к личности преподавателя. Накопление преподавателем практического опыта является необходимым, но недостаточным условием профессионального роста; лишь постоянное осмысление, анализ и перестройка собственного опыта позволяют педагогу развивать свое мастерство.

Эффективность учебного процесса во многом зависит от такой особенности стиля работы педагога, как деловитость, энергичность, оптимальность в требованиях, педагогический оптимизм, эмоциональная отзывчивость. Творческий педагог делает все для того, чтобы его студенты не останавливались в познании, испытывали бы дефицит в знаниях, делились бы своими интеллектуальными идеями и с однокурсниками, и с преподавателем.

Таким образом, система преподавания в вузе должна создавать оптимальные условия для личностного развития студентов, которая может быть обеспечена лишь целой системой разнообразных методических форм, последовательно подводящих студентов к уровню саморегулирующейся учебной деятельности и к возможности эффективной самостоятельной работы.

РАЗДЕЛ II

ПОТЕНЦИАЛЬНЫЕ ВОЗМОЖНОСТИ ФИЗИЧЕСКОЙ КУЛЬТУРЫ И СПОРТА В КОНТЕКСТЕ САМОРЕАЛИЗАЦИИ ЧЕЛОВЕКА НА СОВРЕМЕННОМ ЭТАПЕ РАЗВИТИЯ РЕГИОНА И ОБЩЕСТВА В ЦЕЛОМ

Спортивно-оздоровительный туризм в комплексе здоровьесберегающих технологий в тульском филиале Российской Международной Академии туризма

Аксенов В.П., Макаров В.М.
Тульский Государственный педагогический
Университет им. Л.Н.Толстого, г. Тула

В настоящее время наблюдается устойчивая тенденция снижения уровня здоровья и физической подготовленности различных контингентов населения, в том числе учащейся молодежи. Это предполагает интенсивное использование в образовательных учреждениях здоровьесберегающих технологий. Эффективность внедрения таких технологий зависит от многих факторов. Одним из таких факторов является контингент, социальная группа, адекватно реагирующая на воздействие таких технологий. В нашей работе выявлялось отношение студентов Тульского филиала Российской Международной академии туризма к занятиям по спортивно-оздоровительному туризму, как к одной из таких технологий. Критерием оценки эффективности применения комплекса педагогических воздействий, безусловно, является улучшение (не ухудшение) здоровья студентов. Однако кроме этого основного параметра, существует личная, субъективная оценка каждого студента. И от этого индивидуального отношения зависит восприимчивость к здоровьесберегающим технологиям каждого отдельно взятого индивида, из которых потом и сложится реакция данной социальной группы.

В ходе нашего исследования было проведено анкетирование студентов вторых и третьих курсов с целью определения целесообразности использования спортивно-оздоровительного туризма в системе здоровьесберегающих технологий, применяемых в ТФ РМАТ. Первый вопрос анкеты звучал так: «Занимались ли Вы (или занимаетесь сейчас) физической культурой?» На втором курсе ответили «Да» - 41% студентов, на третьем – 34%. «Совсем немного и нет» ответили 59% второго курса и 66% студентов третьего курса. Даже по собственным, обычно завышенным оценкам, студентов, которые занимались или занимаются физической культурой в среднем около 37,5%.

Второй вопрос был сформулирован так: «Каково состояние Вашего здоровья?» На втором курсе «Отличное» ответили 38% студентов, на третьем – 31%. «Бывают сбои и плохое» ответили 62% студентов второго курса и 69% третьего. Ответы показывают, что здоровыми себя считают в среднем только 34,5% студентов, причем этот показатель тоже, как правило, завышен.

На вопрос: «Помогает ли туризм укреплению Вашего здоровья?» ответили «Да» 57% студентов второго курса и 31% студентов третьего. «Не помогает, но и не ухудшает» - 38% студентов второго курса и 65% студентов третьего, и что туризм «Вредит Вашему здоровью» - 5% студентов второго курса и 4% третьего.

На вопрос: «Хотели бы Вы заниматься спортивным туризмом, каким видом?» ответы распределились следующим образом (см. табл.).

**Предпочтения студентов ТФ РМАТ занятиями
различными видами туризма**

	2 курс	3 курс
Нет	20%	13%
Горный туризм	23%	17%
Пешеходный туризм	25%	17%
Водный туризм	32%	41%
Другой вид туризма	-	12%

Из ответов видно, что в среднем 16,5% студентов не хотели бы заниматься спортивным туризмом. Но 83,5% хотят заниматься этим видом спорта и здесь на первом месте - водный туризм, на втором – пешеходный, на третьем – горный туризм.

Интересные ответы были получены на вопрос: «Какие бы средства физического воспитания Вы предпочли для использования в качестве здоровьесберегающих технологий?» Занятия по дисциплине «Физическая культура» предпочли бы 20% студентов на втором курсе и 41% - на третьем.

«Спортивный туризм» предпочли - 80% второкурсников и 59% студентов третьего курса.

На вопрос: «Пригодятся ли Вам в дальнейшем результаты занятий спортивно-оздоровительным туризмом?» ответили «Да» 70% студентов второго курса и 52% студентов третьего,

В заключение необходимо сказать, что результаты проведенного исследования показывают, что по оценке студентов Тульского филиала Российской Международной академии туризма, спортивно-оздоровительный туризм целесообразно использовать в качестве эффективной здоровьесберегающей технологии.

**Совершенствование и контроль уровня развития профессионально важных
координационных способностей у будущих военных инженеров**

Аксенов В.П., Стулов В.В.

Тульский государственный педагогический университет им. Л.Н. Толстого
Тульский артиллерийский инженерный институт, г. Тула

Труд военного инженера по составу моторных действий редко бывает стереотипен, ему приходится действовать в постоянно меняющейся обстановке. Это требует от него способности быстро перестраивать двигательные действия и быстро овладевать новыми движениями, поэтому двигательный компонент готовности к овладению профессиональными умениями и навыками был и остаётся наиболее важным.

Основными элементами двигательного компонента готовности являются двигательные способности и навыки военнослужащих. Среди двигательных способностей одно из центральных мест занимают координационные способности (КС). Р. Hirtz, В.И. Лях, Л.П. Матвеев отмечают их как интегральные способности всей двигательной сферы. В то же время уровень их развития, по сравнению с другими основными физическими качествами, у абитуриентов и курсантов военных учебных заведений является одним из наиболее низких (В. Сабина, 1999; В. Романов, 2000; В. Веселов, 2002; В. Стулов, 2004; И. Дерий, 2005).

Целью нашего исследования было выявление наиболее важных для военного инженера координационных способностей, а также повышение их уровня у курсантов на

основе целенаправленного совершенствования.

Двигательные способности человека проявляются в различного рода деятельности. На основании изучения литературных источников, мнения экспертов и курсантов мы выделили пять основных видов проявлений координационных способностей значимых в профессионально-прикладной физической подготовке будущих военных инженеров. Наиболее значимыми являются координационные способности, проявляющиеся в циклических, в ациклических, в баллистических, в спортивно-игровых и в военно-прикладных двигательных действиях. Они составляют «поля проявления КС». Эти «поля» отражены в темах программного материала обучения курсантов и соответствуют разделам физической подготовки в НПФ-2001: гимнастика и атлетическая подготовка, ускоренное передвижение и легкая атлетика, лыжная подготовка, рукопашный бой, преодоление препятствий, спортивные и подвижные игры и т.д. В «поле» военно-прикладных двигательных действий входят такие темы физической подготовки как «Преодоление препятствий» и «Рукопашный бой».

Исследование уровня развития координационных способностей у курсантов Тульского артиллерийского инженерного института проводилось с помощью блока тестов в каждом из пяти «полей проявления КС». Блок тестов был составлен на основе физических упражнений, так как применение сложных технических средств и аппаратных методов в условиях педагогического процесса практически нереально. При выборе тестов мы исходили из следующего:

- тесты не должны применяться точно в такой же форме, как средства тренировки;
- тесты должны быть относительно простыми по условиям организации и проведения;
- тесты должны показывать динамику уровня развития, прежде всего тех координационных способностей, развитие которых предусмотрено в учебной программе физической подготовки курсантов;
- задания, входящие в тесты, должны выполняться «ведущими» и «не ведущими» верхними и нижними конечностями.

Для измерения координационных способностей использовались следующие тесты:

- в циклических двигательных действиях - челночный бег 3x10 м;
- в ациклических двигательных действиях - прыжок в длину с места спиной вперед;
- в баллистических двигательных действиях - метание гранаты Ф-1 на дальность из и.п. лёжа «неведущей» рукой;
- в спортивно-игровых двигательных действиях - комплексное упражнение с баскетбольным мячом (упражнение № 60 – НПФ-2001);
- в военно-прикладных двигательных действиях - общее контрольное упражнение (ОКУ) на единой полосе препятствий (упражнение № 34 – НПФ-2001).

Педагогический эксперимент проводился в естественных условиях учебного процесса. Для сравнения полученных результатов из курсантов первого курса были образованы две группы: экспериментальная (Э) и контрольная (К) в количестве 26 человек в каждой группе. Группы были сформированы методом случайной выборки. Тестирование координационных способностей проводилось до эксперимента в начале учебного года первого курса обучения и после эксперимента – в конце учебного года второго курса обучения. До эксперимента достоверных различий в показателях по всем тестам в экспериментальной и контрольной группах обнаружено не было.

В контрольной группе основная часть занятия проводилась по общепринятой методике, как правило, на трех учебных местах с последующей их сменой. Содержание основной части занятий составляли физические упражнения, приемы и действия, предусмотренные программой по физической подготовке.

В экспериментальной группе на каждом практическом занятии в течение 25 минут методом круговой тренировки на «станциях» проходило по разработанной нами методике целенаправленное совершенствование необходимых военному инженеру координацион-

ных способностей. Для работы на «станциях» из каждого раздела физической подготовки использовали те физические упражнения, которые требуют от исполнителя правильности, быстроты, рациональности и находчивости, являются необычными и новыми для исполнителя или наоборот, привычными, но выполняются с изменением либо самих движений, либо условий выполнения. Набор упражнений менялся на каждом занятии. Упражнениями не нужно было овладевать в совершенстве, поскольку они давались лишь для того, чтобы, во-первых, создать условия для воспитания каждой конкретной профессионально важной координационной способности, во-вторых, чтобы занимающиеся каждый раз испытывали какие-то новые двигательные ощущения.

Уровень развития основных профессионально важных координационных способностей (по уровневой шкале, предложенной авторами для курсантов военных институтов инженерного профиля) у курсантов до эксперимента был:

- в циклических двигательных действиях в контрольной и экспериментальной группах – средний;
- в ациклических двигательных действиях в контрольной и экспериментальной группах – ниже среднего;
- в баллистических двигательных действиях в контрольной и экспериментальной группах – ниже среднего;
- в спортивно-игровых двигательных действиях в контрольной и экспериментальной группах – средний;
- в военно-прикладных двигательных действиях в контрольной и экспериментальной группах – ниже среднего.

После обработки данных педагогического эксперимента были получены следующие результаты:

- время выполнения упражнения в челночном беге 3x10 м в экспериментальной группе сократилось на 4,2% ($P < 0,01$). В контрольной группе статистически достоверных изменений результатов не выявлено;

- в прыжках в длину с места спиной вперед в экспериментальной группе прирост результатов составил 16,1% ($P < 0,001$). В контрольной группе роста результатов не произошло;

- в экспериментальной и контрольной группах достоверно улучшились показатели координационных способностей в метании гранаты Ф-1 из положения лежа «неведущей» рукой. Разница лишь в уровнях достоверности: в контрольной группе прирост составил 23,9% при $P < 0,01$; в экспериментальной – 46,6% при $P < 0,001$;

- в комплексном упражнении с баскетбольным мячом достоверные ($P < 0,001$) изменения результатов произошли в обеих группах. В контрольной группе время выполнения упражнения сократилось на 7,1%, в экспериментальной – на 9,6%;

- в общем контрольном упражнении на единой полосе препятствий (ОКУ) достоверные изменения результатов произошли как в контрольной, так и в экспериментальной группах. Разница лишь в уровнях достоверности: в контрольной группе время выполнения упражнения сократилось на 4,9% при $P < 0,01$, в экспериментальной – на 12,1% при $P < 0,001$;

- уровень развития основных профессионально важных координационных способностей: в циклических двигательных действиях в контрольной группе средний, в экспериментальной – высокий; в ациклических двигательных действиях в контрольной группе - ниже среднего, в экспериментальной – высокий; в баллистических двигательных действиях в обеих группах - высокий; в спортивно-игровых двигательных действиях в обеих группах - высокий; в военно-прикладных двигательных действиях в контрольной группе - средний, в экспериментальной – высокий;

- распределение координационных способностей по «полям проявлений» подтверждается корреляционным анализом. Коэффициенты корреляции, характеризующие взаи-

мосвязи внутри «поля проявлений КС», имеют положительную средневысокую степень и варьируют от $r = 0,58$ до $0,89$ при $P < 0,05$. Отрицательные взаимосвязи между «полями проявлений КС» варьируют от $r = -0,48$ до $-0,52$ при $P < 0,05$. Это подтверждает специфичность координационных способностей, которая возрастает с ростом уровня их развития.

Согласно полученным данным можно утверждать, что:

1. Уровень развития координационных способностей оказывает существенное влияние на эффективность профессиональной деятельности военных инженеров. Отсутствие должного педагогического внимания к вопросу координационного совершенствования приводит к тому, что курсанты, прошедшие в военном институте, главным образом, «кондиционную тренировку», весьма нецелесообразно и неэффективно управляют своими движениями.
2. С возрастом способность к развитию координационных способностей убывает, вот почему именно на этапе начальной профессиональной подготовки (1-2 курс) значимым становится приобретение курсантами обширной базы двигательных умений и навыков, развитие способностей соразмерять движения по пространственным, временным и силовым параметрам, развитие координации движений неведущей конечности.
3. Разработанная нами модель процесса целенаправленного совершенствования координационных способностей в ходе плановых занятий по физической подготовке доказала свою адекватность. Специально организованный цикл занятий по предложенной нами схеме оказал более существенное тренирующее воздействие на профессионально значимые координационные способности в сравнении с традиционной организацией учебного процесса.

Деятельность спортивных федераций на территории Липецкой области

Афанасьев Б.И. ГУ ИАЦРФКиС ЛО, г. Липецк

В последние годы физкультурное движение, как и все общество, переживало сложные процессы, обусловленные значительными социальными трансформациями.

Однако именно в сфере физической культуры и спорта в настоящее время наблюдаются наиболее масштабные и интенсивные изменения.

Это обусловлено несколькими факторами:

- Во-первых, сфера физической культуры и спорта как составная часть социально-экономической системы на протяжении многих лет находилась в наиболее сложном положении, что определялось остаточным принципом кадрового, программного, материально-технического и финансового обеспечения.

- Во-вторых, в настоящее время растёт осознание того, что без физического воспитания как важнейшей составляющей комплексного подхода к решению проблем отсутствуют реальные перспективы развития общества.

Действующий Федеральный закон о физической культуре и спорте принимался в тот период, когда государство переживало трудную экономическую ситуацию, поэтому не смогло взять на себя в полном объеме расходы на содержание физической культуры и спорта, поддержку детского и инвалидного спорта, профилактику заболеваний населения путем популяризации массового спорта

По этой причине формулировки закона значительно расширяли права общественных организаций и передавали им ряд функций государства.

В настоящее время экономическая обстановка меняется, государство укрепляет позиции и налаживает управление, в том числе и в сфере физкультуры и спорта.

В Липецкой области в последнее время принят целый ряд программных документов по развитию физической культуры и спорта, в которых на спортивные федерации

возлагается ответственность за результаты деятельности по развитию и координации спорта, а также определяется степень сотрудничества государственных органов с общественными спортивными организациями.

В настоящее время в области культивируется более 50-ти видов спорта. По 35-ти видам созданы спортивные федерации, 22 из которых - с правом юридического лица.

Уставные документы спортивных федераций определяют следующие основные направления деятельности:

- развитие и пропаганда данного вида спорта;
- проведение различных соревнований (чемпионатов, кубков, первенств, турниров и др.)

- формирование сборных команд для участия в вышестоящих соревнованиях;
- представление областной федерации на Российских официальных форумах.

Федерации футбола, волейбола, баскетбола, хоккея, плавания, легкой и тяжелой атлетики, гиревого и лыжного спорта, тенниса, шахмат, бокса, различных видов единоборств нашей области имеют давние традиции и наработали большой положительный опыт.

Возглавляют названные федерации руководители спортивных организаций, различных предприятий и учреждений, бывшие известные спортсмены,

Федерацию футбола в разные годы возглавляли директора заводов: цементного - Н.А. Ефремов и Б.А. Чумарин, сокольского металлургического - А.П. Усачев, многое сделавшие для детского и любительского футбола.

Но, как показывает анализ, деятельность абсолютного большинства федераций замыкается на проведении соревнований, притом, что максимальную долю расходов осуществлял и осуществляет бюджет.

При обсуждении в марте 2005 года вопросов развития физической культуры и спорта в профильном комитете Государственной Думы руководитель Федерального агентства по ФКиС В.А. Фетисов подтвердил данный факт финансирования, отметив, что даже футбол больше половины средств получает из бюджетов всех уровней. Одновременно он подчеркнул, что федерации по видам спорта являются ключевыми в системе физической культуры и спорта, так как именно от эффективности их деятельности зависят как развитие того или иного вида спорта, так и результаты выступлений наших спортсменов на спортивных соревнованиях.

Учитывая опыт работы спортивных федераций, мнение компетентных специалистов, участвовавших в названном совещании в Государственной Думе, предложена современная структура деятельности федераций в следующем виде:

- на первой стадии развитие физической культуры и спорта осуществляют спортсмены-волонтеры во дворах, школах, районах;

- на второй они объединяются в коллективы физической культуры и клубы;

- на третьей коллективы физкультуры и клубы объединяются в региональные федерации, а региональные федерации образуют национальные общероссийские федерации по видам спорта.

Принимая во внимание сложившееся положение, в целях более эффективной деятельности спортивных федераций по развитию физической культуры и спорта, повышению ответственности в их работе, учитывая, что более чем на 90 % их деятельность финансирует государство, назрела необходимость преобразования общественных спортивных федераций в общественно-государственные.

Подобное преобразование позволит федерациям более активно участвовать в процессе широкого привлечения к физической культуре и спорту всех слоев населения, расширит возможности привлечения внебюджетных средств к развитию инфраструктуры физкультуры и спорта, позволит теснее взаимодействовать с государственными органами управления и эффективнее реализовывать стратегию развития сферы ФКиС в Липецкой области и стране.

Новые эффекты направленных физических нагрузок

Апирова С.В., Медведков В.Д., Медведкова Н.И.
Государственный институт физической культуры, г. Чайковский

Выявлено, что у большинства детей с экологически неблагоприятных территорий уровень гемоглобина был ниже возрастного оптимума. В контрольных группах, не использующих физические нагрузки, количество гемоглобина в месячном санаторном цикле нормализующе повышалось ($P < 0,05$) в крови девочек на 2,3%, мальчиков на 1,9%. В экспериментальных группах, применяющих физические нагрузки, уровень гемоглобина в крови девочек при 15 занятиях в месяц нормализующе повышался на 19,1% ($P < 0,05$); у мальчиков на 11,8% ($P < 0,001$). Это свидетельствует о том, что физические нагрузки стимулируют гемоглобинообразование.

При этом количество гемоглобина в одном эритроците в контрольных группах повышалось на 2,0% у девочек и 2,9% у мальчиков. В экспериментальных группах этот показатель увеличивался у девочек и мальчиков соответственно на 23,3% и 9,4%. Эффекты гемоглобинообразования и повышения качества эритроцитов при 10 и 5 занятиях в месяц были меньше. Следовательно, с ростом объема физических нагрузок увеличивается уровень гемоглобина в крови и одном эритроците, улучшается качество эритроцитов, ее транспортная функция.

Известно о повышенном содержании тяжелых металлов в биосредах детей из экологически загрязненных районов. При использовании физических нагрузок, сауны и энтеросорбента содержание свинца в волосах 18 мальчиков в конце 28-35-дневной реабилитации уменьшалось на 98,1% ($P < 0,001$), в моче на 36,5% ($P > 0,05$); у 22 девочек соответственно на 84,1% ($P < 0,01$) и 34,3% ($P > 0,05$). Концентрация хрома снижалась при этом на 51,1% ($P < 0,05$) в волосах мальчиков и 65,3% ($P < 0,001$) соответственно у девочек. Уровень никеля в твердых и жидких биосредах мальчиков уменьшался соответственно на 78,5% ($P < 0,001$) и 13,4% ($P > 0,05$), девочек – на 58,3% ($P < 0,05$) и 22,2% ($P > 0,05$).

С увеличением количества физических тренировок на суше от 0 до 15 за 28-35 дней у девочек повышалась эффективность свинцовой разгрузки твердых биосред организма. Если в контрольной группе (вместо тренировки использовался естественный активный отдых) снижение концентрации свинца в волосах составило 27,9% ($P < 0,001$), то при 10 тренировках - 33,8% ($P > 0,05$) и при 15 – 92,5% ($P < 0,01$). Коэффициент корреляции между снижением содержания свинца в волосах и объемом физических нагрузок равен 0,88. Аналогичная картина отмечалась и у мальчиков: в контрольной группе снижение концентрации свинца составило 31,0% ($P < 0,001$), при 5 тренировках – 76,2% ($P > 0,05$), при 15 – 96,4% ($P < 0,05$). Установлена также корреляционная взаимосвязь между объемом сухопутных мышечных нагрузок и снижением содержания никеля в волосах девочек ($r = 0,91$) и мальчиков ($r = 0,69$). В отношении хрома аналогичные коэффициенты корреляции были равны соответственно 0,76 и 0,79.

Результаты многолетних исследований свидетельствуют о том, что физические нагрузки являются стимулятором гемоглобинообразования и свинцово-хромо-никелевой разгрузки детей экологически неблагополучных территорий.

Современные аспекты реализации дисциплины «педагогическое физкультурно-спортивное совершенствование» в педагогическом вузе

Борисова В. В., Артамонова Л. Л., Гребенщикова З. В.
Тульский государственный педагогический
университет им. Л. Н. Толстого, г. Тула

Курс «Педагогическое физкультурно-спортивное совершенствование» (ПФСС) в сочетании с другими дисциплинами предметного цикла направлен на решение важнейшей задачи – обеспечение формирования у студентов целостного представления о профессиональной деятельности специалиста в сфере физической культуры.

В цикл дисциплин ПФСС включаются те виды спорта, которые отражены в учебном плане факультета физической культуры (ФФК) и в школьных (вузовских) программах физического воспитания. В процессе изучения курса ПФСС студенты овладевают более глубоко знаниями, умениями и навыками проведения внеклассной и внешкольной работы. Курс ПФСС органически связан с педагогической практикой студентов в школе, в летних оздоровительных лагерях и т. д.

Работа по данной дисциплине строится на основе обучения студентов тому, что должен делать педагог по физической культуре на разных этапах обучения программному материалу, при проведении массовых физкультурно-оздоровительных мероприятий. Упор делается на то, чтобы раскрыть студентам содержание работы педагога по физической культуре как профессионала высокого уровня, организатора, руководителя деятельностью ученического, студенческого коллектива. Затем на этой основе необходимо показать, что должен делать обучаемый для того, чтобы успешно овладеть двигательным действием, приблизиться к самостоятельным занятиям (Ю. Д. Железняк, 1996).

Курс ПФСС на кафедре медико-педагогических основ физического воспитания (МПОФВ) реализуется с 1999 года и направлен на усиление профессиональной подготовки студентов ФФК по учебной дисциплине «Гимнастика». В рамках данного направления выделяются следующие блоки, являющиеся составляющей частью содержания школьной программы по физической культуре в разделе «гимнастика»: «Спортивно-музыкальная подготовка» (СМП), «Гимнастика без снарядов», «Координационно-развивающая гимнастика». На кафедре имеется учебно-методический комплекс, составленный на общее количество часов, включающий все вышеперечисленные направления и соответствующий требованиям ГОС ВПО II поколения.

Дисциплина ПФСС осуществляется с использованием активных методов обучения в форме проведения конкурсов-зачётов, массово-зрелищных и физкультурно-оздоровительных мероприятий, тренинговых форм занятий и т.д., что вылилось в традицию проведения торжественных и праздничных мероприятий, а также соревнований на факультете (конкурс-зачёт по СМП «Сила, грация, пластика» и др.). Такие формы проведения занятий, зачётов, массовых физкультурно-оздоровительных мероприятий, на наш взгляд, являются перспективными для внедрения в условия общеобразовательной школы с её слабой материально-технической базой и могут послужить основой для открытия новой дополнительной специальности на факультете - «Культурно - досуговая деятельность».

Основываясь на научно-методических концепциях, отраженных в разработках доктора педагогических наук, профессора Ю. Д. Железняка (1996 г., 2000 г.) и творчески преобразовав их с учётом условий на ФФК, нам представляется дальнейшая реализация предметного блока ПФСС на кафедре МПОФВ следующим образом.

В связи с тем, что контингент студентов по уровню спортивной подготовленности на ФФК не достаточно высокий, мы считаем целесообразным при проведении занятий по ПФСС за основу взять учебные группы и базовые виды, и в течение года проводить занятия по одному виду спорта.

Учитывая, что блок СМП, реализуемый в рамках дисциплины «гимнастика», оптимизирует адаптацию студентов первого курса к образовательному процессу в условиях ВУЗа и факультета, укрепляет сплоченность, повышает сознательное и заинтересованное отношение студентов к учебным занятиям, расширяет их двигательную базу, закладывает основы культуры движения, мы предлагаем данное направление осуществлять на протяжении первого и второго учебных семестров. А, начиная с третьего по девятый семестры постепенно включать другие блоки ПФСС, по выбору студентов. На кафедре МПОФВ они могут быть представлены следующими направлениями: «акробатический рок-н-ролл», «аэробика», «каратэ», «гимнастика», «шейпинг».

При такой организации учебного процесса всё, что связано с «обучением профессии» идёт по восходящей – по программе от курса к курсу, практические занятия посвящаются повышению уровня практической подготовленности по базовым учебным дисциплинам. Таким образом, все виды занятий проводятся в рамках учебной группы, что значительно упрощает организацию работы.

Развитие координационных способностей у школьников – фундамент эффективного освоения игровых действий

Голенко А.С. УО «БрГУ им. А.С. Пушкина», г.Брест, Беларусь

Двигательная координация – один из наиболее существенных составных элементов подготовки школьников и юных спортсменов. Высокий уровень ее развития является фундаментом успехов особенно в игровых видах спорта, способствуя мастерскому овладению техникой движений. Игровая деятельность со своей эмоциональной насыщенностью в литературе рассматривается как одно из привлекательных средств, проведения досуга и оздоровления школьников и учащейся молодежи. Предполагается, что полученные в школе умения и навыки, в том числе и в игровой деятельности, будут в дальнейшем использоваться школьниками в целях своего физического совершенствования и оздоровления. Применительно к юношам это предположение подтверждается. Однако девушки используют игровую деятельность для своего физического совершенствования крайне редко.

Причин, на наш взгляд, несколько и лежат они в двух сферах психологической (мотивационной) и физической.

Использовать игровую деятельность для своего физического совершенствования в свободное время школьники будут в том случае, если она будет интересна, будет вызывать чувство удовлетворенности, если у них будет сформирована потребность в занятиях этой деятельностью. Процесс формирования потребности в физическом совершенствовании должен осуществляться с учетом возрастных изменений, происходящих в мотивационной сфере школьников.

С этой целью нами было опрошено более 500 учащихся средних школ г. Бреста и Брестской области. Анализировались отдельно ответы мальчиков и девочек по возрастным группам: 10-11 лет, 12-13 лет, 14-15 лет и 16-17 лет. Результаты опроса показали, что ведущими мотивами занятий физической культурой у мальчиков и девочек 10-11 лет является удовлетворенность и интерес. Однако, к 16-17 годам особенно у девочек эти мотивы значительно ослабевают, уступая место обязательности и мотивам укрепления здоровья (читай фигуры).

Такая динамика, по нашему мнению, связана с тем, что у девушек более значимых побуждений к занятиям не проявляется. По этой причине мотив обязательности начинает доминировать и занимает одну из ведущих позиций в мотивационной сфере девушек 16-17 лет. Падение интереса и удовлетворенности занятиями физической культурой к 16-17 годам, по сути, приводит к срыву процесс формирования потребности в своем физическом совершенствовании.

Предполагается, что формирование потребности в физическом совершенствовании должно осуществляться на основе овладения элементами нескольких так называемых базовых видов школьной программы (легкая атлетика, плавание, спортивные игры, гимнастика, туризм и др.). Безусловно, ведущее место среди этих видов занимают спортивные игры. Овладение основами техники базовых видов, элементарными теоретическими и методико-практическими умениями позволит в дальнейшем школьникам легко менять физкультурные увлечения в зависимости от возраста, целей, задач и доступа к различным видам деятельности, будет являться предпосылкой мотивированной самостоятельной двигательной активности в свободное время. Падение интереса к базовому содержанию программы по физической культуре школьников у девочек и предполагает дальнейшее ее (программы) совершенствование. В частности в практику школьного физического воспитания все больше входят привлекательные для девушек уроки «аэробики».

Однако этого на наш взгляд не достаточно. На практике мешает процессу формирования устойчивого интереса, а затем и потребности в своем физическом совершенствовании не только отсутствие сформированных мотивов, но и слабое освоение техники так называемых базовых видов. А раз человек не умеет это ему не интересно. Причины здесь на наш взгляд кроются в недостаточном развитии координационных способностей, особенно у девочек. Вероятно, по тому, что координационной подготовке девушек в школе уделяется мало внимания.

В литературе нет однозначного толкования места координационной подготовки в спорте [1] и тем более в физическом воспитании школьников. Считается, что развитие координационных способностей (КС) является важнейшей составной частью их физической подготовки. Существует точка зрения о возможности интегрального развития КС в процессе обучения.

В школьной практике работа по развитию координационных способностей, как правило, ограничивается обновлением запаса двигательных умений и навыков.

На наш взгляд, по аналогии с координационной подготовкой в спорте [1], координационная подготовка в физическом воспитании должна рассматриваться несколько шире. В поле ее зрения должен быть не только процесс обучения. Она должна способствовать развитию общих и специфически проявляемых КС, развитию основных психофизиологических функций, развитию КС в сочетании с развитием основных физических качеств.

Комплексное решение всех выше перечисленных задач, использование для их решения эффективных средств и физических нагрузок позволило бы сделать процесс координационной подготовки школьников значительно более рациональным и эффективным.

В поиске эффективных средств и адекватных по величине и координационной сложности нагрузок для развития КС на наш взгляд следует исходить из современных представлений о строении системы движений [2,3]. Как известно структура системы движений делится на двигательную и информационную часть.

В результате проведенных ранее нами исследований [4] было установлено, что утомление в информационной части структуры системы движений у школьников наступает значительно раньше, чем изменения, происходящие в двигательной части. В качестве контрольного испытания в этом исследовании мы использовали многократные прыжки толчком двумя ногами с поворотом (вращением) в правую или левую сторону, которые испытуемые выполняли на координациометре [5]. Сторона поворота указывалась на световом табло перед каждым прыжком в одинаковой последовательности для всех испытуемых. Замерялись: величина поворота в градусах, время принятия решения при выборе стороны поворота, время, затраченное на прыжок, контролировался правильный выбор стороны поворота. Результат прыжка с вращением в градусах и время, затраченное на прыжок, рассматривались нами как показатели, характеризующие состояние двигательной части. Время принятия решения и ошибки при выборе стороны поворота – информационной части.

Анализ результатов исследования, характеризующих функционирование двига-

тельной части структуры системы движений, показал некоторую динамику, однако в целом четкой тенденции к ухудшению показателей не наблюдалось. Что, касается информационной части, здесь прослеживалась очевидная тенденция в наступлении утомления, что выражалось в сбоях в выборе стороны поворота.

В этой связи, мы предположили, что если для развития КС у школьников использовать сложно-координационные упражнения с усиленным влиянием на информационную часть структуры системы движений, то процесс развития КС будет протекать более эффективно.

В следующей части нашего исследования приняли участие девочки в возрасте 13-14 лет. Все они по состоянию здоровья относились к основной медицинской группе.

Уровень развития КС у школьников 13-14 лет до и после эксперимента мы определяли при помощи координациометра [4]. Сравнительный анализ исходного уровня развития КС у девочек экспериментальной и контрольной группы до эксперимента показал отсутствие статистически значимых различий ($P > 0,05$) в результатах основных контрольных испытаний.

На протяжении 6 недель эксперимента девочкам экспериментальной группы предлагалось на уроках физической культуры выполнять специальные упражнения для развития КС (в виде игровых заданий) с акцентированным влиянием на информационный компонент структуры системы движений. Дозировка этих упражнений увеличивалась через каждые 2 недели. Развитие КС у девочек контрольной группы осуществлялось по общепринятой методике.

Сравнительный анализ данных полученных до и после эксперимента у девочек экспериментальной и контрольной группы показал, значительно ($P < 0,01$) большие, приросты результатов в тестовых заданиях у девочек экспериментальной группы в сравнении с девочками контрольной (прыжок в правую (левую) сторону толчком двумя ногами). Анализ показателей уровня развития КС у девочек контрольной группы до и после эксперимента выявил отсутствие значительных изменений ($P > 0,05$) по тестовым заданиям. В информационной части структуры системы движений нами также были отмечены значительно более существенные изменения в сравнении со школьницами контрольной. После эксперимента почти 95% школьников экспериментальной группы выполнили 9 попыток контрольного задания без сбоев и только 44,7% испытуемых контрольной группы. Всею испытуемые экспериментальной группы смогли сделать 19 повторений задания, школьницы контрольной только 12 повторений.

Выводы. Таким образом, результаты проведенного исследования позволили нам установить, что применение в уроках физической культуры сложно-координационных упражнений с усиленным влиянием на информационную часть структуры системы движений приводит к значительно более высоким приростам показателей, характеризующих уровень развития КС, в сравнении с общепринятой методикой. Это дает нам основание утверждать об эффективности рекомендуемого нами подхода к развитию КС школьников.

Список литературы

1. Агашин Ф.К. Биомеханика ударных движений. – М.: ФиС, 1977.
2. Голенко А.С. Исследование возрастных особенностей психомоторики школьников // Научное обоснование физического воспитания, спортивной тренировки кадров по физической культуре и спорту: Мат. IV Междунар. научной сессии БГАФК. – Мн.: БГАФК, 2002. – С. 183.
3. Донской Д.Д. Развитие идей П.Ф. Лесгафта о физическом упражнении как двигательном действии // Теория и практика физической культуры. – 1997. – № 3. – С. 2-4.
4. Лях В.И., Садовский Е. О концепциях, задачах, месте и основных положениях координационной подготовки в спорте // Теория и практика физической культуры. – 1999. № 5. – с.40–47
5. Староста В. Новый способ измерения и оценки двигательной координации // Теория и практика физической культуры. – 1998, № 6. – С.8-12.

Гипотеза о необходимости увеличения видов легкой атлетики, изучаемых на уроках физической культуры в школе

Губанова Н.Ф.

Елецкий государственный университет им. И.А. Бунина, г. Елец

Анализ школьных программ по физическому воспитанию последних десятилетий показал, что легкая атлетика является одним из основных видов спортивной деятельности в системе физического воспитания школьников. Положительное влияние таких легкоатлетических упражнений, как бег, прыжки, метания, предопределило широкое внедрение их в программы физического воспитания школьников и молодежи.

Изучение легкой атлетики как отдельного вида спорта проводится с 6 по 11 класс. Причем в начальной школе элементы легкой атлетики применяются как общеукрепляющие упражнения, так и для развития основных двигательных качеств. У старших школьников в изучении видов легкой атлетики преобладает прикладной характер. Последовательность изучения легкой атлетики, как вида спорта такова: бег на короткие дистанции; бег на длинные дистанции; прыжки в высоту; прыжки в длину; метание малого мяча; и метание гранаты.

Такая последовательность соблюдается в каждом годичном цикле обучения при постепенном повышении требований к выполнению элементов техники различных видов легкой атлетики.

Замечено, что уровень физического развития современных школьников нельзя охарактеризовать как достаточно хороший.

В связи с этим при проведении уроков физической культуры сложно говорить о применении занятий тренировочной направленности. Но не взирая на снижения уровня физической подготовленности школьников, нормативные требования остаются прежними, а в некоторых вариантах школьных программ – и повышаются. Этот факт, как правило, ведет к возникновению неприязни у школьников к физической культуре. Особенно это касается детей старшего школьного возраста. Данный возраст является наиболее чувствительным для формирования координации за счет высокого уровня морфологического и функционального развития. В 14 – 17 лет можно также достичь высокого развития выносливости детей и быстроты их движений.

Замечено, что отрицательное отношение к занятиям физической культурой и, особенно, спортом закладывается, по мнению многих исследователей, в школе у девочек старших классов. Особенно это касается соревновательного принципа, заложенного в программе школьного физического воспитания во многих странах мира. (Г.Н. Лаврухина 2001)

Учитывая морфофункциональные особенности девочек 15 – 17 лет, следует отметить, что это – «период двигательного дефицита» (И. Янкаускас, Э. Логвинов 1974), а естественный прирост в этом возрасте отмечается только в силовых способностях девочек. Однако развитие нервной системы с возрастом претерпевает яркие изменения (А. Ц. Пуни 1984), что, безусловно, может быть положительным образом использовано на уроках физической культуры при изучении техники новых двигательных действий. Следует отметить, что наиболее благоприятные периоды для изучения техники легкоатлетических видов относятся к более раннему возрасту. Поэтому при всей заинтересованности и старании учащихся в старшем возрасте сложно добиться хорошего исполнения техники вида, если он не был изучен раньше.

Педагогический опыт работы в школе показывает не только положительные стороны воздействия легкой атлетики на организм школьников, но и наличие резервных возможностей в совершенствовании применения средств и методов при обучении видам легкой атлетики. Общеизвестно, что такие виды легкой атлетики, как барьерный бег, трой-

ной прыжок, метание копья, толкание ядра является эффективными средствами развития силовых и координационных способностей занимающихся физической культурой, однако в школьной программе представлено лишь изучение метания малого мяча и за редким исключением гранаты.

Ознакомление с новыми двигательными действиями до формирования навыка проходит по рефлекторной дуге через центры в коре головного мозга. Таким образом введение в программу по физической культуре новых двигательных действий предполагает активизацию центров головного мозга, включая в работу память, воображение, ощущение пространства, ритма, амплитуды, мышления.

Учитывая выше сказанное возникает необходимость расширения применения видов легкой атлетики, обладающих повышенной координационной сложностью и наиболее эффективно влияющих на развитие основных двигательных качеств и координацию детей старшего школьного возраста особенно девушек. Наблюдая преимущественно слабую физическую подготовленность девушек старших классов, предлагается проведение для них комплексных уроков по круговому методу, в котором предпочтение будет отдаваться обучению техники видов легкой атлетики по частям, с использованием подводящих упражнений, выполняемых с различной амплитудой. Программа урока должна предполагать частую смену разнообразных заданий по обучению легкоатлетическим упражнениям не значительной продолжительности с различной интенсивностью.

Таким образом, акцентируя на освоении техники видов вносится явное разнообразие в уроки и значительно увеличивается их двигательная плотность, что приведет к улучшению уровня физической подготовленности учащихся.

Нет необходимости вызывать у учащихся стремление к достижению высоких результатов, а лишь расширить их представление о видах легкой атлетики, сделать уроки интересными, разнообразными, развивающими, вызвать положительные эмоции.

Для оценки уровня усвоения видов легкой атлетики, при их прохождения школьных уроков можно использовать тестирование по специально – физической и технической подготовленности. Тесты обеспечивающие информативность, должны быть разделены по видам легкой атлетики (бег, прыжки, метания).

Результаты мониторингирования уровня физического развития детей, подростков и молодёжи, проживающих на территории Липецкой области

Гулевская Е.С. ГУ «ИАЦРФКИС ЛЮ», г. Липецк

Организация и внедрение мониторинга состояния психофизического развития и двигательной подготовленности населения начато в 2004 году на базе образовательных учреждений различных видов Липецкой области.

Программа мониторинга состояния физического здоровья и физической подготовленности основана на Всероссийской программе и расширена рядом показателей в соответствии с целями мониторингирования на территории Липецкой области.

Для оценки показателей физического развития использовались научно обоснованные методики и технологии, которые используются в медицинской и педагогической практике. Для обработки результатов мониторинга применялась информационная программа оценки и коррекции физического состояния школьников «Health monitor».

Программа «Health monitor» позволяет определить уровень физического развития, уровень физической подготовленности, уровень морфофункционального развития, результаты рейтинга. Всего было обследовано 4256 человек.

Применение названной программы по уровню физического развития позволила выявить, что наибольшая часть обследованных 43,4% (1897 чел.) имеют уровень физиче-

ского развития ниже среднего, 34,55% (1510 чел.) – средний уровень, 13,98% (611 чел.) – низкий уровень и лишь 5,44% (238 чел.) имеют высокий уровень физического развития.

В обследовании приняли участие дети, подростки и молодежь 7-19 лет. При сравнении уровня физического развития по возрастному признаку наблюдается следующая картина. Во всех возрастных группах доминируют дети с уровнем развития ниже среднего. Преобладание среднего уровня физического развития наблюдается у детей 7 лет (44,44%) и у подростков 14 (42,22%), 15 (46,21%), и 16 (46,34%) лет. При этом необходимо отметить, что важнейшими показателем физического развития является весо-ростовой. Следовательно, наблюдающуюся тенденцию роста показателей физического развития можно объяснить с точки зрения периодического цикла развития. В 7 лет наступает «полуростовой скачок» – начало II ростовой фазы (I фаза – наблюдается в 1 год жизни). В возрасте 13-16 лет в разгар пубертатных перестроек регистрируется «пубертатный скачок» роста – III ростовая фаза.

При сравнении уровня физического развития у мальчиков и девочек необходимо отметить, что уровень физического развития у девочек немного выше.

При отдельном анализе группы обследованных с высоким уровнем физического развития обращает на себя внимание тот факт, что этот показатель появляется у детей 7 лет, постепенно возрастает у групп детей 8-14 лет, затем у групп детей старших классов снижается. В возрасте 18-19 лет среди обследованных нет, тех, кто имеет высокий уровень физического развития.

Полученные результаты обследования состояния физического развития детей, подростков и молодежи, проживающих на территории Липецкой области позволяют разрабатывать различные управленческие решения, как на уровне руководителей отдельных образовательных учреждений, которые могут осуществлять долгосрочное воздействие на различные показатели физического развития (длину и массу тела, окружность грудной клетки и жизненную емкость легких и т.д.), так и на уровне руководителей муниципальных, районных, городских и областных территорий, отвечающих за качество здоровья указанной категории населения.

Полученные сотрудниками Центра результаты исследования на первом этапе внедрения мониторинга физического здоровья и физической подготовленности требуют следующего более детального анализа, а регулярность обследования по разработанной программе позволит более адресно и качественно использовать отрасль ФКиС для увеличения потенциала жизнеспособности подрастающего поколения.

Организационно-методические основы обучения плаванию юношей старшего школьного возраста

Дементьев В.В., начальник управления ФКиС администрации Липецкой области, (г. Липецк)

Спортивная направленность развития физической культуры [1] предопределила разработку методик обучения плаванию юношей старшего школьного возраста. В настоящее время появилась возможность обучать плаванию юношей не только в специальных бассейнах, но и в бассейнах типа «лягушатник», крытых и открытых спортивных плавательных бассейнах.

Разработана и экспериментально обоснована технология обучения юношей-старшеклассников технике спортивного плавания.

Центральной проблемой организации начального обучения плаванию юношей является освоение с водной средой. Оно отражает дидактические взгляды передачи опыта двигательной, умственной, физической, соматической, духовной и волевой деятельности, путем планирования, организации и проведения занятий в условиях водной среды для

юношей, не умеющих плавать.

Проблема безопасности занятий

Ее решение является жизненно необходимым и происходит всегда в условиях стрессовых ситуаций при обучении плаванию. Отмечается особенно высокий уровень испытываемого волнения у не умеющих плавать на первых занятиях начального обучения. Настоящая проблема - комплексная и проявляется как внутренняя, связанная со здоровьем ученика [2], так и как внешняя - организационная, методическая, юридическая.

Проблема особенностей поведения юношей, не умеющих плавать, в условиях водной среды

Знания характерных особенностей проявления двигательных действий, умственных и психических возможностей, их учет в различной ситуационной обстановке позволяют выбирать и разрабатывать новые необходимые эффективные дидактические средства, методы и приемы [3]. В этой связи перспективным является подход использования таких плавательных техник, которые в наибольшей степени адаптируют обучающегося к водной среде. Одной из таких техник является техника плавания брассом, которая с успехом может служить основной для освоения с водной средой, базой для овладения спортивными и прикладными способами плавания, на что указывает ряд исследователей [4;5;6;7].

Проблема дидактических основ обучения плаванию старших юношей

Данная проблема включает отражение двигательных действий, умственных и психических возможностей не умеющего плавать в средствах накопления, сохранения и передачи накопленного опыта, а также дидактические основы становления, развития и сохранения умений и навыков в условиях водной среды. Проблема требует разработки новых средств и методов индивидуального и группового обучения с учетом особенностей взаимодействия внутренних сил организма и внешней окружающей среды.

Проблема организации учебного процесса

Проблема затрагивает особенности организации занятий по обучению плаванию в условиях глубокого и мелкого бассейнов, крытого и открытого, искусственного или естественного; учет особенностей соматотипа; времени проведения, продолжительности одного и последующих занятий.

Проблема боязни воды

Проблема вскрывает дидактическое определение боязни воды, причины ее возникновения и развития. Средства и методы преодоления этого страха.

Проблема дидактического отражения гидродинамических, физиологических, биомеханических, интеллектуальных, психических и иных особенностей взаимодействия тренера и ребенка в условиях водной среды

Проблема заключается в дидактическом осмыслении, анализе, обобщении и развитии существующих в научной и специальной литературе знаний об особенностях взаимодействия людей в условиях окружающей водной среды.

Результаты научных исследований, поисковых педагогических и специальных экспериментов, доказали принципиальную возможность обучения плаванию юношей старшего возраста с любой начальной плавательной подготовкой. При этом происходит положительное качественно новое повышение уровня физического, интеллектуального и психического развития.

Проблема оборудования и инвентаря

Проблема состоит не только в финансовых затруднениях по приобретению необходимого оборудования и инвентаря, но и в принципиальном отсутствии индивидуальных средств, выполненных с учетом особенностей проявления в условиях водной среды двигательных, умственных и психических возможностей юношей старшего возраста.

Выявленные в процессе естественного педагогического эксперимента проблемы организации начального обучения плаванию юношей старшего школьного возраста представляют лишь малую, хотя и ведущую, часть разнообразных общих и частных проблем.

Вместе с тем их постановка в настоящее время позволит определиться в направлении развития углубленных научных и методических исследований и разработок, привлечь к ним внимание специалистов.

На основе результатов исследований нами сформулирован первый принцип обучения плаванию – первоочередности изучения опорного гребка. Поскольку основным биомеханическим условием передвижения в воде является умение создавать опору, или силу тяги, то есть продвигать кисть, стопу под определенным углом атаки во фронтальной плоскости, то методика обучения плаванию должна основываться на изучении, прежде всего этих движений.

В основе первого этапа обучения лежит овладение навыком создания опоры о воду. Для формирования этого навыка нами разработаны и предложены основные и базовые упражнения, изучаемые в определенной последовательности и позволяющие решать конкретные дидактические задачи. Характер упражнений инициирует у занимающихся активизацию сознания, самоконтроль и коррекцию движений. По мере освоения упражнений первого этапа их соединяют в «связки» и переходят к различного рода перемещениям.

Наличие общего механизма создания движущих сил в различных способах плавания свидетельствует о не принципиальности вопроса выбора первоначального способа передвижения в воде для юношей. Реализация принципа первоочередности изучения опорного гребка предполагает поддержание в воде вертикального положения тела (теменем вверх), что является физиологически естественным [8]. На данном этапе обучения мы используем освоение движений ногами, выполняемых в горизонтальном положении. В кролевидных способах плавания движения стопы вверх-вниз естественны и просты, поэтому осваиваются легко. При обучении опорному гребку руками решаются следующие задачи:

- 1) научить создавать опору о воду в средней фазе гребка и ощущать его величину;
- 2) сформировать навык создания силы тяги в одном гребке;
- 3) выработать умение передвигаться посредством совместно выполняемых опорных гребков и движений ногами.

Разработана система обучения плаванию юношей 15-17 лет.

Система обучения элементам техники плавания имеет следующие основные разделы (Рис.1).

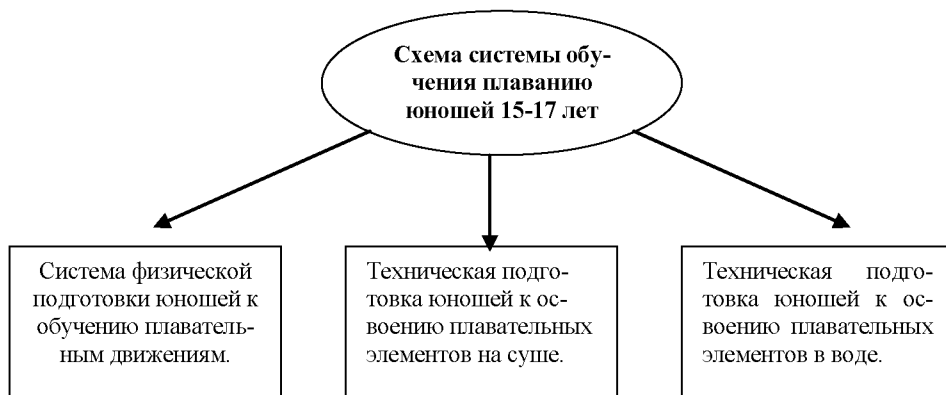


Рисунок 1. Схема обучения элементам техники плавания
Физическая подготовка к освоению плавательных движений (Рис. 2).

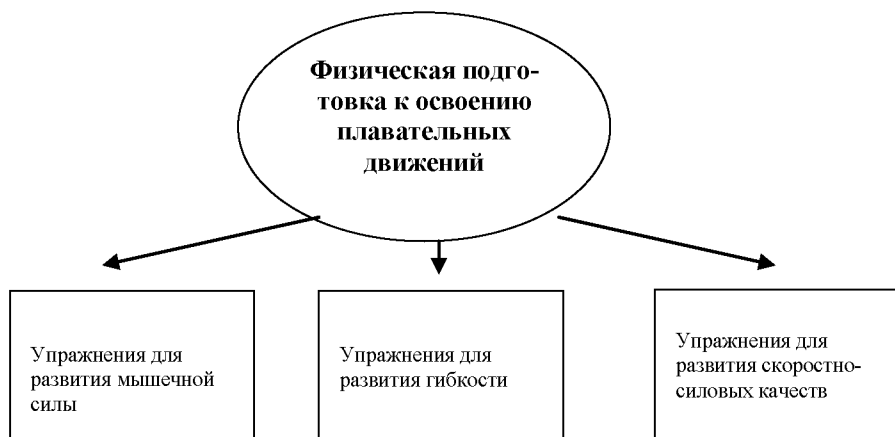


Рисунок 2. Физическая подготовка к освоению плавательных движений

Использовался принцип «опоры на отстающие двигательные (физические) качества».

Техническая подготовка юношей к освоению плавательных элементов на суше представлена на рис.3.

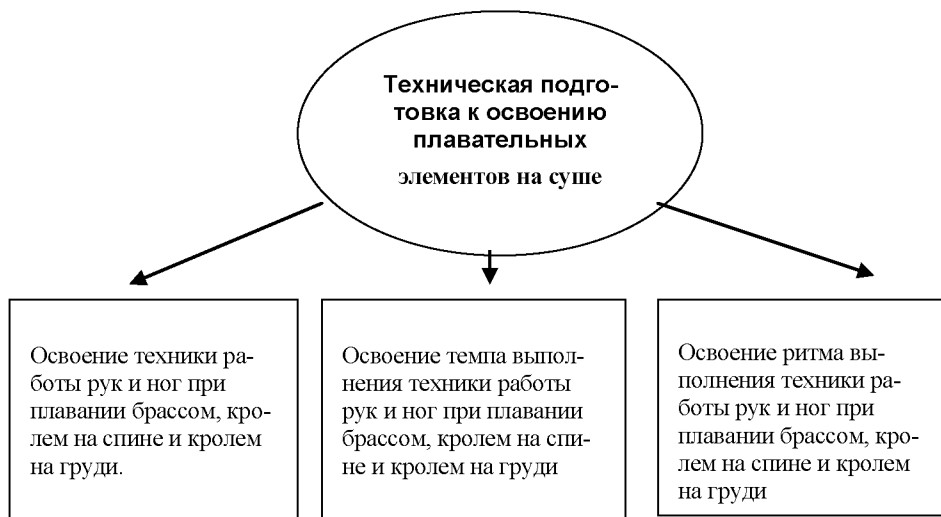


Рисунок 3. Система технической подготовки юношей экспериментальной группы к освоению плавательных элементов на суше

Техническая подготовка юношей к освоению плавательных элементов в воде (Рис. 4) строилась без учета соматического типа юношей экспериментальной группы. В систему технической подготовки юношей экспериментальной группы вошли плаватель-

ные элементы, последовательно подводящие к освоению техники плавания спортивными способами брасс, кроль на груди и кроль на спине.

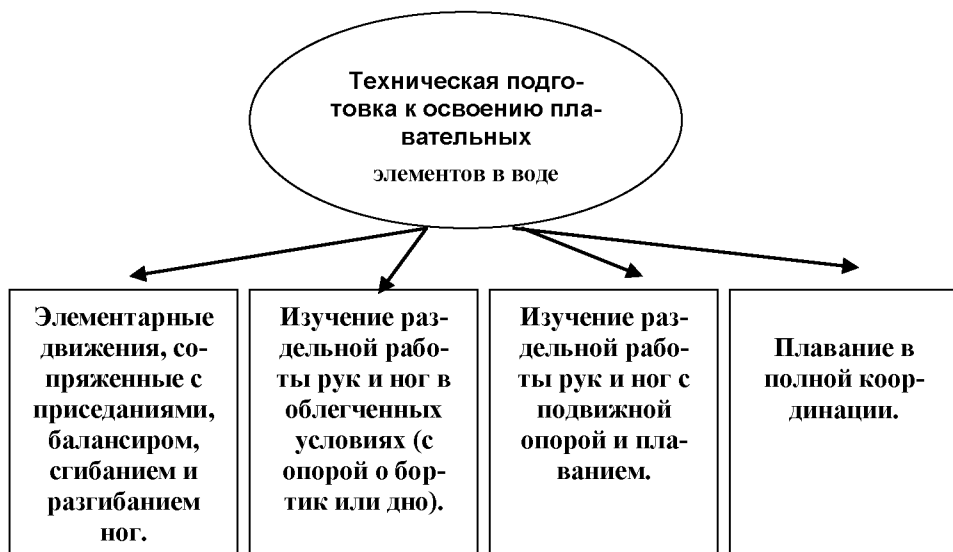


Рисунок 4. Система технической подготовки юношей экспериментальной группы к освоению плавательных элементов в воде

Разработанная последовательность использования разных педагогических умений логически выстроена с учетом возрастных особенностей юношей 15-17 лет.

Основной задачей занятий плаванием учащихся общеобразовательной школы на уроках физической культуры является достижение оздоровительного эффекта, улучшение деятельности сердечно-сосудистой и дыхательной систем занимающихся [9;10], повышение уровня развития физических качеств: выносливости, гибкости, силы и координации. Плаванием часто приходят заниматься старшие школьники, не умеющие плавать по самым разным причинам: это боязнь воды, заниженная самооценка, и др.

Низкие показатели гибкости, силы мышц и скоростно-силовых качеств – наиболее актуальных для успешной подготовки пловцов, могут существенно затруднить процесс обучения плавательным навыкам и потребуют дополнительной тренировки.

Перед началом цикла обучения плаванию юноши в течение восьми недель прошли курс предварительной физической подготовки [11;12;13;14]. Были разработаны специальные комплексы физических упражнений, формирующих необходимые двигательные качества юношей, способствующие более полному освоению плавательных движений.

Использовали два комплекса, которые чередовались на каждом уроке физической культуры.

На втором этапе обучения (после этапа физической подготовки) переходят к имитации техники плавания на суше параллельно с дыханием. В ходе обучения плаванию использовали упражнения на усвоение рационального ритма во время плавания. Для этой цели на суше закрепляли этот ритм во время имитации плавательных движений с использованием метронома.

Оптимальный темп выполнения плавательных движений и их рациональный ритм позволяет существенно увеличивать эффективность процесса обучения плаванию. Отметим, что в условиях водной среды отработать данные навыки существенно сложнее, а у части старших юношей – чрезвычайно трудно.

Длительность второго (подводящего) этапа составляла четыре недели (всего восемь занятий). Выполняются движения руками и ногами, имитирующие технику брасса, кроля на спине и кроля на груди, с соответствующим дыханием. При этом учащиеся осваивают темп и ритм плавательных движений, на что обращается основное внимание.

Планирование данного раздела представлено в табл. 1. В процессе обучения темпу и ритму плавательных движений каждый обучаемый подбирает эти показатели самостоятельно, в соответствии со своими индивидуальными особенностями.

На этом этапе следили за тем, чтобы темп и ритм на всем протяжении выполнения имитационных плавательных движений поддерживался каждым испытуемым на неизменном уровне.

Таблица 1

**Планирование обучения юношей экспериментальной группы
навыкам имитации техники спортивным способом плавания на суше, мин**

	Номера занятий							
	1	2	3	4	5	6	7	8
Движения руками брассом.	25	25	20	15	10	5	5	2
Движения руками кролем на спине.	15	15	10	10	5	5	2	2
Движения руками кролем на груди.	5	5	10	10	5	5	3	3
Движения ногами брассом.			5	5	15	15	20	20
Движения ногами кролем на спине.				5	5	10	10	15
Движения ногами кролем на груди.					5	5	5	3

При освоении элементов техники на суше движения руками выполнялись в положении стоя, согнувшись вперед. Во время отработки движений ног использовали следующие основные положения: движения «брассом» - положение лежа на животе; движения ногами «кролем на спине» - положение лежа на спине; движения ногами «кролем на груди» - положение лежа на животе.

После выполнения курса физической подготовки проводили обучение навыкам плавания. Курс обучения проходили в течение 15 занятий следующим образом: контрольная группа обучалась плавать по стандартной методике [15], экспериментальная занималась плаванием по разработанной нами программе. Для удержания на поверхности воды или передвигания в ней человеку необходим совершенно особый, характерный только для плавания навык создания опоры о воду, используя при этом внешнюю гидродинамическую силу. Для ее создания необходимо, чтобы кисть двигалась под определенным углом атаки во фронтальной плоскости.

Процесс начального обучения плаванию условно разделен на два этапа: I - обучение навыку удержания на поверхности воды; II - обучение передвиганию в воде. Первоначальное освоение опорного гребка юношами экспериментальной группы обеспечивало возможность более длительного, чем в контрольной группе, удержания на воде.

На первых трех занятиях (1-3-е) в комплекс включали упражнения с опорой о стенки или дно бассейна. Занимающиеся их легко выполняли, так как для этого не требовалось опускать лицо в воду.

На следующих трех занятиях (4-6-е) выполнялись упражнения у бортика, с различной работой рук и ног. При разучивании упражнения выполнялись с произвольным дыханием, а затем в согласовании с дыханием. Начиная с 7-го занятия нами предлагались упражнения с плавательной доской, упражнения в парах. На 9-10-м занятии все испытуемые проплывали 15 м, при помощи движений ног кролем, а рук - брассом.

На 11-м занятии юноши выполняли плавание в облегченных условиях - с под-

держкой партнера. С 12-го занятия предлагалось проплыть 15 м спортивными способами.

Согласно нашему подходу, в «плавательных» уроках физической культуры доминирующим являлся процесс обучения школьников специальным действиям, поскольку совершенствование физических качеств проводилось на предварительной подготовке.

На основании представленных данных можно сделать следующие предварительные заключения:

1. Начальным элементом обучения юношей старшего школьного возраста, не умеющих плавать, являются опорные гребковые движения рук при плавании различными способами.

2. Отобранные и систематизированные нами упражнения на основе 3-х спортивных способов плавания способствуют формированию опорных реакций, необходимых для обучения плаванию. На этот факт указывает уверенное освоение рабочей позы пловца - правильного положения тела в воде и свободная, согласованная работа рук и ног.

3. Техника плавания способом брасс является базовой для овладения другими спортивными способами плавания. Как показали результаты педагогического эксперимента, после освоения движений руками и ногами брассом техника других спортивных способов плавания осваивается в кратчайшие сроки.

4. Использование методики комплексного обучения на основе плавания способом брасс предусматривает последовательное возрастание специальных нагрузок на уроке; применение специальных обперазвивающих подготовительных упражнений с имитацией техники плавания для сопряженного воздействия на совершенствование техники и физических качеств.

5. В процессе проведенных пятнадцати занятий по предложенной методике обучения плаванию на основе техники плавания брассом возможно эффективное обучение юношей 15-17 лет, не умеющих плавать.

Список использованной литературы

1. Васин В.А. Международные спортивные организации и спортивная политика на современном этапе // Теор. и практ. физ. культ. – 1999. - № 10. - С. 28-30.
2. Carre F.A., Corbin C.A., Lindsey R. Fitness for life //Cage publ. Ltd., 1980. – 217 p.
3. Фарфель В.С. Управление движениями в спорте. – М.: Физкультура и спорт, 1975. – 208 с. 1975.
4. Ваньков А.А. Техника плавания способом брасс //Программированное обучение: лекции для слушателей факультета совершенствования. – М., 1974. – 34 с.
5. Васильев В.С. Ещё раз о плавании брассом //Физич. культура в школе. – 1986. - № 4. – С. 11-15.
6. Макаренко Л.П. Брасс. Учебное пособие. – М.: РИО РГАФК, 2000. – 31 с.
7. Васильев В.С. Ещё раз о плавании брассом //Физич. культура в школе. – 1986. - № 4. – С. 11-15.
8. Гринев В.Т. Экспериментальное исследование эффективности гребка, методики оценки и совершенствования техники спортивного плавания: Автореф. дисс. ... канд. пед. наук. – М., 1977. – 22с.
9. Осокина Т.И. Проблема формирования навыка плавания у детей дошкольного возраста и пути ее решения в детском саду: Автореф. ... дисс. канд. пед. наук. – М., 1961. – 19 с.
10. Пыжов В.В. Упражнения, способствующие обучению брассу //Физич. культура в школе. – 1963. - № 7. – С. 36.
11. Верхошанский Ю.В. Основы специальной силовой подготовки в спорте. – Изд. 2-е, доп. – М.: Физкультура и спорт, 1977. – 215 с.
12. Меньшуткина Т.Г., Черепова Д.В., эффективность занятий оздоровительным плаванием в семейных группа // Физическая культура: воспитание, образование, тренировка.- 2004.- №4.- С.48-50.
13. Никитский Б.Н. Плавание: Учебник для студентов фак. физ. воспитания пед. институтов по специальности № 2114 «Физическое воспитание». – М.: Просвещение, 1981. – 303 с.
14. Петров В.К. Сила нужна всем. – М.: Физкультура и спорт, 1984. – 160 с.
15. Губа В.П. Возрастные основы формирования спортивных умений у детей в связи с начальной ориентацией в различных видах спорта: Докт. дисс. М., 1997.- 270 с.

Физкультурно-массовая работа в условиях общеобразовательного учреждения

Жарова О.В. ГУ ИАЦРФКиС ЛО, г. Липецк

Современное состояние здоровья учащихся по многочисленным данным медицинских, экологических, биологических, психологических, физических и социальных исследований свидетельствует о тенденции к снижению по разнообразным показателям. Это обстоятельство явилось определяющим в выборе Методическим Объединением учителей физической культуры МОУ СОШ №68 таких крупных организационных форм для работы с детьми и подростками, как физкультурно-спортивные праздники, олимпиады и фестивали. Последний, на наш взгляд, в большей степени отвечает жизненно важным состояниям школьников и деятельности учреждений, осуществляющих образовательную, оздоровительную, рекреативно-образовательную и спортивно-массовую работу с детьми и молодежью. Так, отсутствие строго регламентированной спортивной деятельности в физкультурном фестивале позволяет участникам адекватно их состоянию психического и физического здоровья состязаться в разнообразных заданиях, которые по своему содержанию основаны на интегрированности разнообразной деятельности. Они включают в двигательную деятельность, характеризующуюся как естественными видами движений, так и ритмичностью, координацией, музыкальностью, познавательностью, эстетикой движений и многими другими характеристиками в соответствии с выбранной целью для проведения физкультурного фестиваля.

Крупные внеучебные формы физкультурно-оздоровительной работы являются совместной деятельностью педагогов, родителей, администрации и самих занимающихся. Проведению таких мероприятий обязательно предшествует реализация системы разнообразных организационных форм, используемых в физкультурно-спортивной практике.

При многообразии используемых средств и методов, форм организации занятий внеклассная работа способствует более полному и качественному решению основных задач физкультурного образования школьников, осуществляемого в системе обязательных уроков по предмету «Физическая культура», содействует проведению полезного и здорового досуга, удовлетворению индивидуальных интересов, в занятиях избранным видом упражнений, развивает социальную активность занимающихся.

На базе МОУ СОШ №68 создан клуб активного досуга детей «Легион», объединяющий секции баскетбола, волейбола, ОФП, аэробики, настольного тенниса, борьбы. Работа клуба предусматривает проведение массовых физкультурных мероприятий: соревнований по баскетболу, подвижным играм «Снайперы», «Пионербол». Традиционные спортивные праздники «Олимпийские игры», «Мама, папа, я - спортивная семья», «Веселые старты в стране сказок», «Богатырские потешки», «Рыцари спорта», конкурс по ритмической гимнастике, праздники посвящения в юные спортсмены, дни здоровья. В этом же году была разработана новая форма физкультурно-оздоровительного мероприятия-фестиваль «Двигательная культура мира».

Такая многоаспектная и плодотворная работа педагогов и школьников содействует сотрудничеству, сотворчеству, совместному поиску решений, реализации личностного потенциала ученика и учителя.

Нетрадиционные формы занятий создают ситуацию успеха, как для учителя, так и для ученика. Ребенок, добившийся успехов, пусть даже и незначительных, развивается физически и психически быстрее, чем неудачник. «У победителей раны заживают быстрее», – гласит древняя мудрость.

Педагогическому коллективу удалось сформировать высокий уровень интереса к предмету и этот результат позволяет в работе педагога осуществлять бесконечный путь совершенствования физкультурного воспитания детей, где два субъекта, учитель и ученик, единое целое, а результатом является реализация творческого потенциала обоих.

Можно формировать не только мотивацию к активным занятиям физическими упражнениями различного характера, но и уважительное, культуросообразное отношение к двигательной и спортивной деятельности народов мира. Включение в фестиваль различных двигательных действий, знаний об Олимпиаде, истории физической культуры, гигиенических сведений и правил занятий физическими упражнениями позволяет расширить образованность участников в этой области, приобщаться к олимпийскому, спартианскому движениям.

Активизация физкультурно-оздоровительной деятельности реализуется при проведении фестиваля еще и в том, что организацию судейства осуществляют старшие участники, уже успевшие приобрести элементарные умения и навыки судей-инструкторов, что может соответствовать требованиям, предъявляемым к начальному профессиональному образованию.

Разработка содержания программы фестиваля осуществляется в соответствии с целью его проведения, основана на сформированных знаниях, умениях, навыках, которые занимающиеся приобрели в системе урочно-внеурочных форм: секциях, кружках, подвижных переменах, часах здоровья, клубной работе специализированных ДЮСШ. Необходимо заметить, что характер знаний и движений согласуется, прежде всего, с программными требованиями образовательного учреждения, психо-функциональными возможностями участников, национально-региональными традициями и материально-техническими возможностями.

Сценарий-программа физкультурного фестиваля «Двигательная культура мира» апробировался на базе МОУ СОШ № 68 г. Липецка. В дальнейшем эта программа проводилась с детьми в различных учебных заведениях, где получила много положительных откликов со стороны учащихся и специалистов в сфере физической культуры и спорта.

Цель фестиваля – активизация физкультурно-спортивной, познавательной деятельности детей и взрослых, решается при помощи реализации разнообразных знаний о видах спорта, об олимпийском, спартианском движении Фэрплэй, об умении использовать физические упражнения самостоятельно и др.; демонстрация умений и навыков в отдельных технических приемах видов спорта и проявления двигательных кондиций; умение сочетать умственную и двигательную деятельность в условиях регламентированного времени.

Благодаря энергии, фантазии и огромной работоспособности педагогического коллектива школы сформирована система урочных и внеурочных форм занятий, которая позволяет поддерживать интерес учащихся к здоровому образу жизни.

Жизнь в спортивных залах школы не замирает ни на минуту в течение всего дня. Досуговая деятельность учащихся насыщена разнообразными формами физической культуры и физическими упражнениями. Завершается калейдоскоп физкультурно-оздоровительных и культурно-массовых мероприятий общешкольным днем здоровья, праздником гармонии, знаний, движений и устремлений к здоровому образу жизни.

Таким образом, интегрированный подход в системе физического воспитания детей и подростков позволяет учителям находить формы, средства, и методы, которые принято называть инновационными технологиями в работе с учащимися. При всем при этом очень важны организаторские способности педагога, которые позволяли бы реализовать разнообразные методики и технологии.

Особенности обучения школьников младшего и среднего возраста двигательным действиям в метаниях

Зданевич А.А. Брестский государственный университет,
г. Брест, Республика Беларусь

Проблема обучения двигательным действиям школьников всегда была и остается

в настоящее время актуальной для физического воспитания. Она имеет особое значение при формировании двигательного навыка в сложнокоординированных двигательных действиях, к которым относятся метательные движения. Эти движения составляют основу некоторых видов спорта, являются важным и полезным средством физического воспитания школьников различного возраста. Метательные движения в настоящее время несколько утратили свою прикладную направленность. Однако они являются прекрасным средством развития у школьников младшего и среднего возраста различных психофизиологических функций и психоomotorных (двигательных) способностей.

Благодаря им, у занимающихся развиваются основные кондиционные и координационные двигательные способности, что способствует более быстрому формированию двигательных умений и навыков в различных видах двигательной деятельности как бытового так и физкультурно-спортивного характера.

В физическом воспитании школьников метательные движения включены в программный материал во всех классах общеобразовательных учреждений. Основная задача школьного физического воспитания быстро и качественно научить школьников правильному выполнению метаний. Однако исследования, проведённые нами и другими авторами (А.П. Бондарчук, 1984; Г.А. Васильков, 1986; А.А.Зданевич, 1987, 1989, 2001, 2005) за последние двадцать лет, свидетельствуют, что с каждым годом наблюдается тенденция к ухудшению как количественных так и качественных показателей школьников в овладении метательными движениями.

Не отвергая другие причины создавшегося положения (недостаток времени на обучение, недостаток инвентаря и специального оборудования, тренажёрных устройств и приспособлений, недостаточное развитие необходимых для метаний координационных и кондиционных двигательных способностей и т.д.), с большой долей вероятности можно предположить, что главной из них является несовершенство применяемых методов, принципов и средств специального педагогического воздействия на процесс овладения метательными движениями детьми и подростками (М.М. Боген, 1985; А.А. Зданевич, 2001-2005; Н.Д. Иванов, 1984; Ф.Т. Фокин, 1984).

Существующая традиционная методика обучения метаниям в общеобразовательных учреждениях, предполагающая преимущественно расчленённое обучение метательным движениям школьников на протяжении нескольких лет обучения, по нашему мнению и мнению многих исследователей и практиков школьного физического воспитания, недостаточно эффективна.

Это обстоятельство потребовало поиска и разработки новых теоретико-методических основ обучения метаниям детей младшего и среднего школьного возраста, и апробации их в процессе физического воспитания школьников.

Как отмечает М.П.Шестаков (2003), всякое двигательное действие, которому можно обучить человека, будет рассматриваться с двух сторон – смысловой и физиологической. С точки зрения первой подразумевается решение определенной двигательной задачи, а с точки зрения второй – работа нервно-мышечного и опорно-двигательного аппарата, реализующие поставленную двигательную задачу.

При обучении метаниям детей школьного возраста эти две стороны единого процесса формирования двигательного навыка до настоящего времени изучены и разработаны недостаточно, что приводит к низкой результативности уроков физической культуры, на которых происходит такое обучение.

Для совершенствования процесса формирования двигательного навыка в метательных движениях у школьников требуется проведение разноплановых научных исследований и разработка на их основе усовершенствованной методики обучения метаниям детей и подростков школьного возраста. Нами проведено ряд исследований, направленных на разработку и совершенствование теоретико-методических и организационных основ системы формирования двигательного навыка в метаниях у школьников, что, по нашему мнению, позволит модернизировать и оптимизировать этот процесс. Проведен-

ные на протяжении почти двадцати лет исследования различных сторон вышеназванной проблемы позволили разработать теоретические и методические основы обучения детей младшего и среднего школьного возраста метательным движениям и проверить их в школьной практике.

Доказана высокая эффективность этой работы, что дает основание рекомендовать ее применение в процессе физического воспитания школьников.

Пути привлечения детей к тренировкам и сохранения их в спортивных секциях

Литвинов А.В. ШВСМ, г. Липецк

Мне кажется, что нет ничего сложнее и важнее, чем подготовка юных спортсменов. Как-то у одного из самых известных писателей спросили: «Как писать книги для детей?». Ответ был таков: «Так же как и для взрослых, только намного лучше». Это в полной мере относится и к работе детского тренера, тем более что спортивная литература и методы тренировки, как правило, не придают существенного значения особенностям подготовки юных атлетов с учетом различий процесса развития детского организма.

Известен такой факт: детским тренерам предложили написать тренировочные программы для юных спортсменов 10-13, 14-16 и 17-19 лет. В итоге были представлены программы аналогичные друг другу, которые различались лишь по общему объему тренировочных нагрузок, т.е. начинающие и вполне зрелые атлеты работали примерно одинаково с разницей лишь в количестве повторений тренировочных заданий. Все это побудило обсудить проблемы юношеского спорта.

Вопросы сохранения юных спортсменов в спорте интересуют многих теоретиков и практиков спорта. Так, директор ассоциации тренеров Олимпийского комитета США Сузи Т. Ривальд (S.T.Riewald 2002) отмечает, что каждый год в США 35% юных спортсменов, принимавших участие в соревнованиях, уходят из спортивных секций. Некоторые переходят в другие виды, некоторые заканчивают спортивные выступления. Эта ситуация беспокоит спортивные федерации, а также поднимает вопрос о здоровье и здоровом образе жизни, особенно тех, кто покидает спорт навсегда.

Определено, что один из главных факторов, привлекающих детей в спорт - прежде всего общественное мнение, складывающееся благодаря воздействию средств массовой информации, а также, что очень важно, влиянию родителей. Сами юные спортсмены отмечают следующие факторы, привлекающие их в тренировочные секции: получать удовольствие, развивать свои физические способности, приобретать друзей, быть в спортивной форме.

Радость и удовольствие - одни из наиболее значимых факторов привлечения в спорт и продолжения занятий. Понятие «получать удовольствие» требует более внимательного рассмотрения, для того чтобы выяснить, что спортсмены подразумевают под ним, когда говорят, что в спорт они пришли, чтобы получить удовольствие и прекращают занятия, когда удовольствия нет.

Ривальд С.Т. проводила исследование юных спортсменов, определяя, что, по их мнению, доставляет им удовольствие в спортивных тренировках. Ответы были ранжированы следующим образом:

- тренер хвалит и поощряет меня,
- быть среди друзей,
- чувство победы,
- быть членом команды в играх и эстафетах,
- разнообразная тренировочная работа.

В этой связи мы должны уделять этим факторам определенное внимание, когда стараемся привлекать спортсменов в свой вид спорта и проводить свою тренировку, удовлетворяя желания юных атлетов.

Важно отметить, что понятие «получать удовольствие» для различных возрастных групп отличается одно от другого. Кроме этого спортсмены предлагали свои определения этого понятия: «зарабатывать медали и призы», «соревноваться в эстафетах», «тренер хорошо знает меня», «получать спортивные майки». Более зрелые спортсмены предлагали ответы: «жесткая работа», «командные соревнования», «тренировка в силовом зале».

Таким образом, основываясь на результатах, полученных при опросах юных спортсменов, могут быть сделаны некоторые выводы.

1. Взрослые и дети по-разному определяют понятие «получать удовольствие» и мы должны, прежде всего, опираться на определение детей.

2. Организованный спорт – это действительно удовольствие для детей и он должен охватывать многие аспекты тренировочной деятельности.

3. Удовольствие, определенное детьми должно быть внедрено в тренировочный процесс.

4. При взрослении спортсменов их отношение к удовольствиям меняется, таким образом, удовольствие для 10-11 летних отличается от требований более взрослых атлетов.

В последнее время замечен факт ухода из спортивных секций в связи с переключением на другие более привлекательные сферы активности, такие как музыка, телевидение, компьютеры, фильмы, экстремальный спорт, автомобили и т.д. (Baur 1994; Frohlich 2002). Если такое направление будет продолжать развиваться, то логично заключить, что со временем роль спорта в нашем обществе сможет значительно уменьшиться. Мы сможем стать перед проблемой потери в будущем многих талантливых спортсменов.

Серьезный спорт в настоящее время состоит из множества факторов и, нет сомнения, что уход из спорта также происходит в результате воздействия разнообразных причин. Прошло то время, когда спорт был как бы вторичным, не самым главным в жизни атлета. Сейчас такое положение в корне изменилось даже для молодых спортсменов. В настоящее время спортивная карьера сопровождается длительным и хорошо разработанным процессом физического развития, характеризующимся высокими физическими нагрузками и жестким спортивным режимом, включающим календарь соревнований, тренировочные циклы, тренировочные лагеря, восстановительные процедуры и многое другое. Конфликты между серьезными требованиями современной системы спортивной подготовки и многими другими факторами являются причинами ухода из спорта юных атлетов.

На основании изучения информационных источников можно выделить следующие факторы, влияющие на уход из спорта или продолжение карьеры (Bussmann 1995):

- Стресс (конфликт между образованием или работой)
- Травма
- Влияние родителей
- Влияние тренера
- Мотивация
- Конфликт интересов (между серьезными занятиями спортом и свободным временем)
- Социальная активность
- Критика профессионального спорта.

Стресс (конфликт между образованием или работой).

Известно, что учеба или подготовка к профессиональной карьере может проходить в то же самое время, как и серьезные занятия спортом. Это большая проблема выдерживать двойную нагрузку учебы и тренировку в спорте. Наиболее часто встречающейся причиной окончания спортивной карьеры является проблема времени, т.е. координации времени для учебы и тренировок. Параллельное занятие в школе или университете и серьезная тренировка в настоящее время представляет более значительную трудность, чем некоторое время в прошлом (Richartz/Brett-Schneider 1996). Напряжение для спортсменов высокого класса постоянно возрастает, что, прежде всего, связано с расширением

международного и внутреннего календаря соревнований, в том числе и для юных спортсменов. В связи с этим создание определенных условий для каждого спортсмена в отдельности позволит позитивно решить вопрос совмещения учебы или работы со спортивной карьерой. Представление индивидуальных учебных планов, заочное обучение и следование примеру юных зарубежных атлетов, которые используют возможности Интернета для обучения в колледжах и университетах, наиболее реальный путь сохранения талантливых атлетов в спорте.

Одним из факторов ухода из спорта является травматизм. Действительно, травматизм в современном юношеском спорте является реально угрожающей проблемой. Так во время второго юношеского чемпионата мира по легкой атлетике в Будапеште из 1032 спортсменов 118 были травмированы и, 71 атлет жаловался на здоровье, т.е. каждый пятый участник выбывал из соревнований.

По мнению К.Рико (2002) члена медицинского комитета ИААФ, необходимо учитывать влияние возрастного развития во все моменты подготовки юного атлета, а также различия между девочками и мальчиками. По-видимому, многие спортсмены, принявшие участие в Чемпионате мира, пострадали именно из-за фактора несоответствия биологического возраста и тренировочных нагрузок, особенно юнoshi (это показал анализ распределения травм среди юнoshi и девушек). Поэтому особенно важно в тренировочном процессе и соревнованиях учитывать возрастные изменения – в противном случае травматизм неизбежен. В соответствии с закономерностями развития костной структуры растущего организма обычно травмы случаются в большинстве случаев в разном возрасте в определенных местах нижней части тела В. Vackenzie (2003). В первые десять лет развития детей образуются изменения трубчатых костей, в то время как в последующее десятилетие больше страдают вторичные структуры (пяточная кость, коленная чашечка, тазовые кости и т.д.). Поэтому наиболее часто встречающиеся травмы в возрасте 10-13 лет это травмы стопы, 12-16 лет - колена, в юношеском возрасте - спины и тазовой области.

В соответствии с этими наблюдениями целесообразно регулировать направленность тренировочных нагрузок индивидуально в соответствии с биологическим возрастом, основанном на анализе структуры костной ткани.

Конечно, если риск возможности завершения карьеры возрастает вследствие получения травмы, этот фактор должен приниматься во внимание. Больше того, необходима серьезная поддержка спортсмена в период длительного восстановления от травмы.

Благодаря поддержке (эмоциональной, материальной и информационной) родители являются своеобразным двигателем в развитии спортивной карьеры юных атлетов. Необходимо возможно чаще вовлекать родителей в практику тренировочного процесса, хороший пример в этом плане демонстрирует специальная программа, разработанная в Австралии, где юные спортсмены от 6 до 14 лет принимают участие в соревнованиях вместе с родителями. Как сообщает сайт этой программы, 99788 юных спортсменов приняли участие в таких соревнованиях в 2001 году. Многие члены национальной команды Австралии подтверждают тот факт, что участие в соревнованиях по этой программе являлось существенным фактором их дальнейшей карьеры.

Завершение спортивной карьеры часто связано со слабой поддержкой со стороны родителей - «юные спортсмены часто покидают спорт не по чисто спортивным причинам, а в результате ослабления поддержки окружающих людей» (Frohlich 2002).

Однако достаточно часто случается, что поддержка, помимо своей позитивной роли, иногда выражается в непомерном давлении на юного атлета, что может вызывать у него определенное отвращение к спорту (Alfermann 2002). Такой факт чаще встречается в видах спорта, где требуются высокие финансовые затраты для тренировочных занятий.

Тем не менее, тренеры играют решающую роль, как в улучшении спортивного результата, так и в вопросе завершения карьеры. Их позитивное и негативное влияние, повышающееся по мере возрастания спортивного мастерства, является чрезвычайно существенным.

Личные мотивационные характеристики важная причина достижения высоких результатов и нахождения в спорте длительное время. Такими характеристиками являются высокая и специфично ориентированная мотивация на высокий результат, использование специальных дыхательных процедур и проговаривание собственной ответственности за определенные действия. Реальная оценка своих возможностей стимулирует успешность выступлений, а также учит преодолевать неудачи, что помогает долго оставаться в спорте.

Спортсмены, покинувшие спорт (по контрасту с активно продолжающими), отмечали, что соревновательная ситуация оказывалась для них слишком трудной, чем ожидалось. Они сообщали, что испытывали психологическое давление накануне соревнований и что частичный успех не компенсировал многие неудачи. Дополнительно эти спортсмены говорили о постоянном беспокойстве, которое сопровождало их в начале занятий спортом и потере самообладания при определенных соревновательных ситуациях. Frohlich (2002) сообщает, что «желание овладеть новыми спортивными элементами и стремиться добиваться хорошего результата на соревнованиях было отмечено значительно сильнее у активно занимающихся атлетов, нежели покинувших спорт». Таким образом, мотивация является важным фактором, как для достижения хорошего результата, так и для дальнейшего продолжения спортивной карьеры. Тренеры должны овладеть специальными знаниями и методами мотивирования своих атлетов, с тем, чтобы сделать свою работу более продуктивной.

Создание позитивного психологического климата и постоянное личное совершенствование в теории и практике спорта – залог успешной работы в будущем.

Развитие футбола в Липецкой области

Лопатин Н.В. УФСКиТ администрации Липецкой области, г. Липецк

Специалисты по организации физкультурно-спортивной работы в Липецкой области давно пришли к выводу, что поступательному развитию местного футбола может содействовать только особое внимание к детско-юношеским командам, содействие увеличению их количества в регионе и проведение максимально возможного числа турниров с целью получения юными футболистами хорошей соревновательной практики. Ведь основная задача в детском футболе - вовсе не обучение ребят только жонглированию мячом и техническим приемам, а и приобщение их, прежде всего, к коллективным действиям, к духу командной борьбы, которые и приносят в итоге бесценный игровой опыт на будущее.

В этом случае облспортуправление и тесно сотрудничающей с ним областной Федерации футбола есть, что привести в качестве примера. Ежегодно у нас проводятся юношеские первенства области среди футболистов двух возрастных групп, городские и районные соревнования школьных команд, областные турниры «Кожаный мяч» и «Колосок», две елечские и сразу шесть липецких детских команд участвуют в различных футбольных турнирах под эгидой МОА «Черноземье».

На еще более высоком организационном уровне работают несколько специализированных детско-юношеских футбольных школ в тех же Ельце и Липецке, а также отделения футбола при некоторых районных ДЮСШ и подростковых клубах физической подготовки.

Несколько малочисленной и проблематичней в областном футболе молодежная возрастная категория. Но тут есть несколько причин, в том числе и субъективных. Во-первых, студентам, например, или рабочей молодежи уже как бы и не до футбола: приходится преодолевать сложности учебного процесса в вузах, осваивать новую профессию и свободного времени остается в этом возрасте меньше. А ведь забывать о том, что моло-

дые люди склонны не только к здоровому досугу, каковым является спорт, и футбол в частности, а еще и к досугу культурному. К тому же футболистам в возрасте от 18 до 20-22 лет, тем более окончившим футбольные школы, требуются поля с качественным покрытием, а иначе ведь невозможно совершенствовать игровое мастерство. К сожалению, именно добротных полей, благоустроенных стадионов у нас катастрофически не хватает. Стыдно признаваться, но сейчас, когда до начала областного чемпионата осталось 10 дней, по сведениям Федерации футбола, готовыми к проведению календарных матчей являются всего 3-4 стадиона во всей области.

Правда существует уже областная программа по совершенствованию материальной базы регионального футбола и осуществляются первые мероприятия по ее реализации, в том числе и укладка искусственных покрытий на пришкольных футбольных площадках и даже на одном из сельских стадионов в Липецком районе. Но работу эту следует вести, конечно же, еще энергичней, ибо многолетний опыт бразильского и западноевропейского футбола показывает, что фундаментом больших достижений в популярнейшем игровом виде спорта являются именно массовый детско-юношеский футбол и достаточное количество качественных футбольных полей.

В какой-то мере отдельные недостатки в молодежном футболе компенсируются в нашей области подлинным всплеском футбола ветеранского. Те из поклонников этой всенародно любимой игры, кому за тридцать, и даже за сорок и за пятьдесят, с удовольствием принимают участие в своих возрастных турнирах и летом, и зимой, подавая этим хороший пример футболистам более младших поколений.

Кстати говоря, липецкие футболисты-ветераны являются и самыми именными среди футболистов-земляков всех возрастов. Неоднократно чемпионы России среди сверстников становилась сборная области во главе с мастером спорта СССР Юрием Васильевичем Кусуровым, призером всероссийских турниров. Была также известная футбольная команда «Липчанин», а не менее известная команда «Ветеран» в позапрошлом году завоевала серебряные медали на традиционном Международном турнире сборных администраций Российских регионов и парламентов стран СНГ.

Успешно развивается в нашей области и женский футбол, пока, правда, еще только на уровне девичьего, ярким представителем которого является знаменитая теперь усманская команда «Чайка» - чемпион страны уже этого года. И можно надеяться, что когда девчата-чемпионки из Усмани подрастают, еще больше наберутся игрового опыта, то станут и достойными конкурентками женкой футбольной команде из соседнего Воронежа -многолетней участницы чемпионатов Советского Союза и России.

И, наконец, год от года все большую популярность в нашей области приобретает мини-футбол. Эта общедоступная, не требующая особых условий, а главное - всесезонная игра культивируется и в школах, и в высших учебных заведениях, и во многих коллективах физической культуры муниципальных организаций и предприятий. Президент РФС Виталий Мутко справедливо называет развитие мини-футбола в нашей стране промежуточным этапом и сопутствующим средством коренного совершенствования всей структуры Российского футбола, который после реализации всех намеченных преобразований еще добьется новых побед, и вернет себе прежний европейский авторитет. Этим же надежным путем к новым успехам будет, несомненно, идти и футбол Липецкой области.

Этапы многолетней подготовки спортсменов-подводников в учебно-тренировочных группах

Моисеева А.Ю., Шувалов Ю.Н.
Тульский государственный педагогический
университет им. Л.Н. Толстого, г. Тула

Ценность личности определяется результатами той деятельности, которой он занимается. В спортивной деятельности, как и в любой другой, человек создает сам себя: о нем судят по его действиям, по его достижениям в спорте. Подводный спорт получил в нашей стране широкое развитие с 1959 года. Он включает в себя следующие дисциплины: плавание в ластах (скоростные виды, марафонские заплывы), подводное ориентирование, спортивная подводная стрельба, подводная охота, фридайвинг, акватлон (подводная борьба), подводное регби, подводный хоккей, подводная фотография.

Плавание в ластах – одна из немногих спортивных дисциплин, которой может гордиться спортивная общественность нашей страны. Это спортивная дисциплина, цель которой – преодоление в ластах различных дистанций за наименьшее время.

В результате обобщения передового опыта работы и теоретического анализа данных общей и спортивной педагогики разработана периодизация многолетней подготовки юных пловцов, включающая 4 или 5 этапов (первый этап предварительной спортивной подготовки; второй - начальной спортивной специализации или базовая подготовка; третий - этап углубленной специализации; четвертый, а в ряде случаев и пятый - этап спортивного совершенствования и этап высшего спортивного мастерства). Каждый этап имеет свои возрастные границы, цели и задачи, обуславливающие его содержание.

Оптимальный рост физических качеств и спортивных достижений во многом определяется рациональным построением многолетней подготовки. Целевой установкой процесса многолетней спортивной подготовки является накопление высокого физического и психического потенциала и его максимальная реализация к «оптимальному возрасту» высших достижений.

Учебно-тренировочная группа формируется на втором этапе в процессе многолетней подготовки пловцов-подводников. В свою очередь, в работе учебно-тренировочной группы есть два периода.

Первый - период начальной спортивной специализации, который имеет следующие характеристики: продолжительность 1–2 года; возраст спортсменов 9–10 лет; количество спортсменов в группе 14–16 человек; количество занятий и их продолжительность в неделю 4–6 раз по 1 часу; типы занятий: учебные, тренировочные, учебно-тренировочные. Задачами этого периода выступают: разностороннее развитие физических качеств; создание двигательного потенциала и функциональной базы; формирование правильной мотивации к занятиям; начальное тактическое и техническое обучение; увеличение уровня функциональных и адаптационных возможностей; формирование морально – волевых качеств.

Второй этап - период углубленной специализации, который имеет следующие характеристики: продолжительность 2 года; возраст спортсменов 11–13 лет; количество спортсменов в группе -10 человек; количество занятий и их продолжительность в неделю 6 раз по 2–3 часа; типы занятий: учебные, тренировочные, учебно-тренировочные, контрольные. Задачами этого периода выступают: специализированное развитие физических качеств; расширение двигательного потенциала и подготовка организма к максимальным нагрузкам; углубление интереса к занятиям; тактическое и техническое совершенствование; подготовка и участие в соревнованиях, выполнение спортивных разрядов; развитие специальных качеств пловца, как основы спортивного мастерства; психологическая подготовка к длительному тренировочному процессу; совершенствование морально – воле-

вых качеств.

В СДЮШОР «Дельфин» г. Тулы продолжительность обучения в учебно-тренировочных группах – три года.

Спецификой спортивной подготовки в учебно-тренировочной группе на первом году обучения является первоначальный отбор; накопление двигательного опыта; ознакомление со спецификой техники подводного плавания.

Особенностью спортивной подготовки в учебно-тренировочной группе второго года обучения является вторичный отбор; совершенствование техники на различных дистанциях и ее индивидуализация.

Спецификой работы в учебно-тренировочной группе третьего года обучения является подготовка спортсменов к выходу на «открытую воду» для тренировки к участию в марафонских заплывах в ластах.

В учебно-тренировочной группе на протяжении трех лет работы необходимо осуществлять психологическую подготовку спортсменов. Она заключается в формировании у спортсменов правильного и благоприятного отношения к длительному тренировочному процессу и продуктивности спортивной деятельности. Психологическая подготовка включает коррекцию психических состояний во время занятий подводным плаванием детей 10-13 лет с использованием методов психической регуляции. В работе со спортсменами используются: рациональная и разъяснительная психорегуляция в виде бесед, снижающих напряжение перед соревнованиями, логическое рассуждение и анализ спортивной деятельности, настрой на работу; гипносуггестивный метод психической регуляции и аутогенная тренировка, формирующие настрой на результативность и эффективность спортивной деятельности; внушение в естественном состоянии в виде получения распоряжений и инструкций, передаче настроений и чувств; идеомоторная тренировка; выполнение перед стартом дыхательной и мимической гимнастики, ритуальных движений.

Правильность системы многолетней спортивной тренировки доказывается высокой результативностью тульских пловцов-подводников СДЮШОР на Чемпионатах Европы и Мира 2004, 2005 и 2006 годах.

Реализация метода проектов в практике физического воспитания

Молодкин А.Г. Тюменский государственный университет, г.Тюмень

В связи с нестабильностью социально-экономических условий, всевозрастающей конкуренцией в современном обществе существует острая необходимость в воспитании активных, деятельностных молодых людей, которые могли бы в кратчайшие сроки приспособиться к меняющимся условиям труда, выполнять работу с оптимальными энергозатратами, способных к самообразованию, самовоспитанию и саморазвитию.

Для выполнения данного социального заказа педагоги всё чаще обращаются к различным методам обучения, которые сочетают интересы общества и личности. В этой связи всё большее внимание привлекает метод проектов.

Под методом проектов в нормативных документах Министерства образования РФ понимается способ организации познавательного-трудовой деятельности учащихся для проектирования, создания и изготовления реального объекта (2000).

Немецкие педагоги Й.Шнайдер и И.Бём (1999) считают, что сущность данного метода состоит в том, чтобы стимулировать интерес учащихся к обучению через организацию их самостоятельной деятельности, постановки перед ними целей и проблем, решение которых ведёт к появлению новых знаний и умений.

По мнению Е.С.Полат (2000) основу проектного метода составляют развитие познавательных, творческих навыков учащихся, умений самостоятельно конструировать свои знания и ориентироваться в информационном пространстве, развитие критического

мышления.

В нашем понимании метод проектов представляет собой совместную деятельность педагога и студентов по созданию прообраза (прототипа) предполагаемого объекта и его реализации.

Метод проектов всегда предполагает наличие социально и лично значимой для студента проблемы, исследование и поиск путей её решения, а также практическое воплощение полученных результатов в том или ином продукте деятельности. Студент должен осознать, где и как он может применить полученные знания и умения в своей жизни. Соотношение проблемы и практической реализации результатов ее решения делает метод проектов особенно привлекательным для физического воспитания.

Проблема, как правило, содержит в себе противоречие, и применительно к физическому воспитанию оно может выражаться в несоответствии между реальным и желаемым состоянием здоровья, физических кондиций, телосложением молодых людей.

Проект может выполняться индивидуально, но чаще, и это наиболее эффективно, в группе. При использовании метода проектов проблема не предлагается в готовом виде, а с помощью различных приемов и средств, студенты подводятся к самостоятельной формулировке проблемы, самоопределению, выдвижении гипотез ее решения, составлению идеальной модели и проекта ее реализации на практике. Метод проектов предполагает способность работать с различными источниками информации и взаимодействовать в группе. Если говорить о методе проектов как о педагогической технологии, то он представляет собой совокупность исследовательских, поисковых и проблемных методов (Манжелей И.В., 2005; Полат Е.С., 2001).

Реализация проектного метода на практике ведет и к изменению позиции преподавателя. Из носителя готовых знаний, авторитетного источника информации, он становится соучастником исследовательского, творческого процесса, наставником, консультантом, организатором самостоятельной деятельности учащихся (Полат Е.С., 2001).

С целью совершенствования педагогического процесса по дисциплине «Физическая культура» в период с 2002 по 2005 г.г. на базе Тюменского государственного колледжа связи, информатики и управления было проведено исследование по внедрению проектного метода в учебно-воспитательный процесс, в частности при организации самостоятельной работы студентов.

Цель исследования - способствовать формированию личностных качеств молодых людей в процессе физического воспитания через организацию самостоятельного творческого поиска.

Содержание самостоятельной работы соответствовало:

а) содержанию базового программного материала примерной программы по дисциплине «Физическая культура», реализация которого осуществлялась в рамках аудиторных занятий;

б) содержанию вариативной части, составленной на основе дифференциации физкультурно-спортивных интересов студентов и реализованной посредством практико-ориентированной проектно-исследовательской деятельности студентов во внеучебное время.

С учетом физкультурно-спортивных интересов студентов, специфики их будущей профессиональной деятельности, а также ресурсного обеспечения образовательного учреждения студентам была предоставлена возможность альтернативного выбора таких проектных линий, как:

- «Здоровье» («Профессия и здоровье», «Самомассаж», «Мое здоровье», «Зоркий глаз» и др.);

- «Телосложение» («Физическая культура в семье», «Физическая культура будущей мамы», «Лишние килограммы», «Грация», «Атлет» и др.);

- «Физические кондиции» («Выносливость», «Сила», «Быстрота», «Гибкость», «Ловкость» и др.);

• «Техника в избранном виде спорта» («Волейбол», «Баскетбол», «Атлетизм», «Аэробика» и др.).

Реализация совместной (педагог-студент) проектно-исследовательской деятельности осуществлялась через конструирование и проживание следующих ситуаций (Манжелей И.В., 2005):

- 1) – постановка проблемы и изучение её состояния в аспекте «сущего» и «желаемого» применительно к конкретному субъекту;
- 2) – целеполагание на основе смыслополагания через поиск субъективных смыслов и актуализацию значимого мотива деятельности;
- 3) – создание идеальной модели и проектирование процесса достижения цели с допустимыми вариантами отклонений;
- 4) – реализация проекта в процессе совместной деятельности;
- 5) – текущий контроль и коррекция;
- 6) – оценка достижения результата и обмен опытом.

Для достижения поставленной цели была проведена работа по совершенствованию программно-методического обеспечения, в частности нами были разработаны «Методические рекомендации для самостоятельной работы студентов» по волейболу, спортивной, ритмической и атлетической гимнастике, которые содержали общие правила организации самостоятельных занятий, задания для самостоятельной работы, примерные комплексы физических упражнений, тесты-задания для самоконтроля, рекомендуемый спортивный инвентарь и литературные источники. Кроме того, при колледже была организована работа секций по атлетической и ритмической гимнастике, баскетболу, волейболу, футболу и армрестлингу, в общежитии оборудован тренажерный зал.

Оценка качества реализации проекта осуществлялась на различных физкультурно-оздоровительных и спортивно-массовых мероприятиях (соревнования по видам спорта, дни здоровья, конкурс «Уни-баскет-шоу», фестиваль по аэробике, викторины, студенческая научная конференция и др.) проводимых в колледже в течение всего учебного года, по заранее установленным критериям.

В результате внедрения проектного метода в практику физического воспитания у студентов Тюменского государственного колледжа связи, информатики и управления была выявлена положительная динамика в ряде изучаемых показателей, в частности достоверно ($p < 0,001$) повысилась мотивация занятий физической культурой, активность студентов во внеурочной физкультурно-спортивной деятельности ($p < 0,05$), а также их физическая подготовленность ($p < 0,05$) и уровень соматического здоровья ($p < 0,05$), что, в свою очередь, говорит о повышении эффективности его использования при организации самостоятельной работы студентов по дисциплине «Физическая культура».

Таким образом:

1) суть метода проектов заключается, во-первых, в том, что он способствует активизации как познавательной, так и практической деятельности студентов по решению жизненно важных для них проблем физического воспитания; во-вторых - педагог из транслятора готовых знаний превращается в организатора практико-ориентированной совместной проектной деятельности;

2) для реализации метода проектов в практике физического воспитания необходимо провести с педагогами методические семинары по применению данного метода, а у студентов выявить физкультурно-спортивные интересы и формировать группы для выполнения проектов с учетом их пожеланий.

Формирование личностно-ориентированной системы последипломного образования как условие развития физкультурно-спортивной сферы

Польнская Е.А., к.п.н., доцент, член-корр. МАНПО,
директор ГУ «ИАЦ РФКиС ЛО»,

Черных Е.В., к.п.н., доцент,
зам.директор ГУ «ИАЦ РФКиС ЛО»,
г. Липецк

Способность к постоянному наращиванию квалификации и уровня профессиональной компетентности в рамках некогда приобретенной профессии - необходимое качество современного специалиста.

В контексте современных требований содержания системы непрерывного последипломного физкультурно-спортивного образования должна быть персонализированной, практически значимой и комплексной, позволяющей освоить поле профессиональной активности во всем его многообразии. Такой подход рассматривается как необходимость в изменении отношения специалиста к построению своей профессиональной деятельности.

Возможность реализации указанного подхода осуществлена в Липецкой области при содействии ГУ информационно-аналитическим центром развития физической культуры и спорта, а полученные результаты подтверждают его эффективность и позволяют наполнять разработанную систему непрерывного образования содержанием и разрабатываемыми формами на каждом ее этапе.

Выбор образовательной стратегии определялся, прежде всего, в зависимости от цели и содержания, которое предстояло освоить слушателям. В этой связи, основными задачами образовательного процесса становятся:

- осуществление диагностики личностно-ориентированных способностей, возможностей, устремлений субъекта образовательного процесса (степень мотивированности на продолжение образования, информационный запрос, актуальный уровень профессиональной компетентности и притязаний, готовность обучаться в предлагаемой форме, психофизиологические и социально-психологические особенности, предпосылочный образовательный и профессиональный опыт и др.);

- создание условий для позитивного настроения и понимания перспектив их профессионального и личностного роста участников образовательного процесса;

- формирование в образовательном процессе ситуации межсубъектного взаимодействия на протяжении всего периода реализации профессиональной программы;

- предоставление каждому участнику образовательного процесса возможности самовыражения и самоутверждения в среде коллег посредством презентации своего позитивного профессионального опыта;

- обеспечение социально-психологических условий для реального развивающего продвижения участников образовательного процесса в освоении содержания программы непрерывного профессионально-личностного образования;

- разработка модели конечного продукта образовательного процесса на данном этапе и создание условий его получения для каждого из участников посредством прохождения личностно-ориентированной траектории;

- разработка в процессе реализации личностно-ориентированного содержания непрерывного образования для каждого участника технологии перспективы в его направлении дальнейшего продвижения в профессиональном поле.

В данном контексте на первое место выходит уровень мотивации к приобретению новых знаний специалистов, так как непрерывность последипломного профессионального образования обеспечивает способность к сохранению и развитию субъектив-

ной позиции специалиста на основе самонализа, самооценки, самоорганизации в дальнейшем освоении поля профессиональной активности.

Результатом реализации predeterminedенного программы содержания образования и выявленной уникальности опыта работы приводит к так называемому интеграционному согласованию, предполагающему обнаружение сходства и различий между старым и новым знанием. Это позволяет старое, уже известное осмыслить по-новому. При этом, интеграционное согласование обеспечивает более спокойное вхождение специалиста в образовательный процесс, способствует преодолению жестких рамок содержания последипломного образования.

Обладая определенным опытом и субъектной позицией в образовании, современный специалист способен сам оценить и выбрать способ и формы образования, предполагаем, что включение специалиста в систему непрерывного последипломного образования представляется в виде условий, в которых он самореализуется в названном процессе. Для достижения цели самореализации в профессиональной деятельности необходимо решать несколько психолого-педагогических задач, направленных на построение образовательного процесса таким образом, где другими людьми будет востребован и его опыт и его отношения. Создание выше обозначенных условий специалисту не в меньшей степени, чем учебная информация, бывают, интересны преподаватели и соученики в личностном и индивидуальном плане. Поэтому образование взрослых предполагает создание атмосферы партнерства, взаимопомощи и поддержки, что в полной мере соответствует триединству процессов воспитания, развития и обучения, что в целом и рассматривается как образование взрослых.

Полученный опыт внедрения условий самореализации личности в процессе профессиональном повышении квалификации свидетельствует о том, что необходимость создания таких условий в профессиональном физкультурно-спортивном поле деятельности - один из эффективных путей достижения максимальных результатов в спортивной и физкультурной деятельности области, региона и РФ.

Развитие фитнес-аэробики в Липецкой области

Пономарева Е.Ю., тренер-преподаватель, г.Елец,
Лопатин Н.В. УФССиТ, г. Липецк

Мировая эпоха аэробики началась с доктора Кеннета Купера, известного американского специалиста по оздоровительной физической культуре. Именно он является создателем этого понятия. Так была названа его книга, которую К.Купер выпустил в конце 60-х годов, когда занимался исследовательской работой для военно-воздушных сил США. Исследования касались аэробной тренировки как формы общей физической подготовки, то есть, занятий спортом на любительском уровне. Система доктора К.Купера мгновенно завоевала популярность во всем мире. Кроме аэробных физических тренировок она базировалась еще на двух столпах: рациональном питании и психической гармонии.

Одной из последователей системы К.Купера стала Джейн Фонда, с именем которой связывают появление и распространение танцевальной аэробики в России в начале 80-х годов. Вряд ли можно считать эту популярную американскую кинозвезду пионером российской аэробики, но так получилось, что именно с появлением видеокассет с ее уроками этот вид двигательной активности появился в нашей стране. Но, в первое время были допущены методические ошибки из-за того, что занятия вели зачастую не только не профессионалы, но и люди, не имеющие никакого отношения к преподаванию физической культуры, да и к самой физической культуре и спорту как таковым. За первой волной, так называемой ритмической гимнастикой, пришла вторая, менялись содержание и

форма уроков, ученые провели необходимые исследования и разработали методику занятий для различных по возрасту и уровню физического развития людей. В 1982 году образовалась ИДЕА (IDEA), Международная Ассоциация Танцевальных упражнений (International Dance Exercise Association). Позже из нее выделился фонд ИДЕА, который занимался распространением своих печатных изданий, а также организацией ежегодных конвенций, которые собирали тысячи участников для совместных тренировок. Также в программу конвенций входил курс лекций по бесчисленному количеству различных дисциплин, после которых выдавались сертификаты (дипломы) инструкторам аэробики. Это были своеобразные курсы повышения квалификации профессионалов и начинающих тренеров фитнеса. В июне 1983 года образовалась АФАА (AFAA - Aerobic and Fitness Association of America) -еще одна организация, главной целью работы которой являлась сертификация инструкторов.

Революция в аэробике конца 80-х, начала 90-х годов была, несомненно, результатом проникновения в фитнес индустрию новых идей и высоких технологий, научно обоснованного подхода к разработке тренировочных программ. Большой частью произошло это благодаря активному продвижению на рынок уникальных продуктов компании Reebok International и тренировочных программ Университета Рибок, основанного в 1993 году.

В 1990 году помимо общей развивающей деятельности аэробика стала видом спорта. В этом году был проведен первый неофициальный чемпионат мира в Сан-Диего. В нем приняло участие спортсмены 16 стран. По инициативе Говарда и Карен Шварца было избрано международное правление для того, чтобы создать союз ИКАФ (ICAF - International Competitive Aerobic Federation) -Международной федерации спортивной аэробики. Также в 1990 году был создан Европейский союз аэробики - EAF. Государствами-организаторами были Швеция, Нидерланды, Советский Союз, Франция и Швейцария. Деятельность Союза включает организацию соревнований и тренировочного процесса, в вопросе соревнований Союз привязан к ИКАФ. Первый чемпионат Европы по аэробике был проведен в Римини (Италия), второй в Эссене (Германия), третий в Париже (Франция) и четвертый в Бирмингеме (Великобритания). В 1993 году шведка Ивонне Лин представила Международной Федерации Гимнастики (ФИЖ) технические правила и систему судейства в спортивной аэробике. Далее в 1994 году на своей ежегодной встрече правление ФИЖ выдвинуло предложение о принятии спортивной аэробики в качестве нового направления этой международной организации. Спортивная аэробика - молодой вид спорта, в соревновательной программе которого сочетаются различные движения под музыку, акробатические упражнения и упражнения на гибкость и силу.

Первые обучающие семинары инструкторов аэробики в России конец 80-х, начало 90-х годов проводила Ассоциация спортивной аэробики России (Президент Ивлев М.) и Федерация Аэробики России (Президент Иванова О.). В этот же период организуются первые Всероссийские фестивали, соревнования по оздоровительной и спортивной аэробике.

С 1995 года Президентом Федерации Аэробики России (ФАР) становится Сиднева Л. А с 2000 года ФАР является представителем FISAF в России -Международной федерации спорта, аэробики и фитнеса. Федерация Аэробики России давно и по праву считается общенациональной организацией, осуществляющей свою деятельность на территории всей страны. С 1996 года проводятся ежегодные всероссийские соревнования по фитнес-аэробике. С 1999 года Россия участник международных турниров по фитнес-аэробике, проводимых FISAF.

В конце 90-х годов произошло разделение на спортивную и фитнес аэробику. С 2001 года фитнес-аэробика была дисциплиной спортивной аэробики.

А в 2006г. в соответствии с Положением о признании новых видов спорта и спортивных дисциплин в Российской Федерации, на основании заявления Общероссий-

ской общественной организации «Федерация Аэробики России» и решения комиссии Росспорта по признанию новых видов спорта и спортивных дисциплин Федеральное агентство по физической культуре и спорту утвердило приказ от 12 января 2006 года о признании нового вида спорта - фитнес-аэробика.

История развития аэробики в Липецкой области имеет прямо пропорциональное отношение к формированию этого вида спорта в России. В нашей области аэробика в конце 80-х г также начиналась с групп оздоровительной ритмической гимнастики всего лишь в 3 городах Липецкой области. Географию занимающихся данным видом оздоровительной деятельности составляли студенты и рабочая молодежь области. В начале 90-х годов наиболее активное развитие получила в г.Ельце, где впервые тренеры выехали в г. Москву на обучающие семинары и получили квалификацию инструкторов фитнес-аэробики. Также в г. Ельце проходили первые фестивали по аэробике и собирали полные залы любителей этого вида двигательной деятельности. В этот же период начали формироваться детские группы оздоровительной аэробики, а в 1995 году первая школьная студия аэробики на базе МОУ Гимназии №11 г. Ельца («А-степ-студия», рук. Пономарева Е.).

До 1999 года развитие аэробики в Липецкой области носило хаотичный характер. И лишь с осени 1999 года по инициативе УФКСиТ был разработан план стратегического развития данного вида спорта в Липецкой области. Именно с этого периода организуются ежегодные фестивали самодеятельных коллективов по аэробике, обучающие семинары с приглашением лучших Российских специалистов по фитнесу для повышения квалификации тренерского состава области. При этом командировочные расходы (проживание, питание и обучение) для 2-х представителей от каждого района области производилось за счет УФКСиТ администрации Липецкой области. Результатом данных мероприятий стало создание в городах и районах области команд по фитнес-аэробике, проведение областных и всероссийских соревнований по различным видам фитнес-аэробики, организация федерации аэробики Липецкой области. УФКСиТ администрации Липецкой области в мае 2005 года совместно с компанией INTERSPORT Россия была организована и проведена Международная фитнес конвенция в г.Липецке, где представители нашей области смогли посетить мастер-классы именитых специалистов фитнеса России и Швеции: международного презентора, режиссера-хореографа телевизионных и видеопроектов по фитнесу, фитнес-менеджера компании INTERSPORT Россия Владимира Снежика; международного презентора фитнес-конвенций в Европе, США и Азии Ричмонда Баchia из Швеции; мастера-тренера групповых программ сети клубов REEBOK, презентора всероссийских и международных конвенций Веры Гребеньковой и др. Это стало незабываемым праздником для более 700 любителей и профессионалов фитнеса Липецкой области.

Благодаря тесному сотрудничеству с Департаментом образования и науки администрации Липецкой области в частности с Детским оздоровительно-образовательным Центром спорта и туризма в соревнованиях по фитнес-аэробике принимают участие не только учащиеся высших, средних и специальных учебных заведений, но и школьники. С 2002г. данный вид спорта включен в состав круглогодичной областной спартакиады среди студентов учреждений среднего профессионального образования, а с 2004г. среди учащихся общеобразовательных учреждений.

В течение длительного времени в условиях Липецкой области была апробирована программа занятий по фитнес-аэробике в летнее каникулярное время с детьми различного возраста. Данная программа получила свое название «Фитнес-смена».

Проект летней оздоровительной программы для детских загородных летних лагерей «Фитнес-смена» возник осенью 2000г. на одном из областных семинаров по оздоровительным видам аэробики, проводимых управлением ФКСиТ Липецкой области, и получил свое развитие уже будущим летом в ДОЛ «Радуга» (2001г.), ДОЛ «Звездный» (2002г.), ДОЛ «Орленок» (2003г.). Весь комплекс фитнес-мероприятий проводила лидер этого движения в Липецкой области Елена Пономарева (г. Елец) и прошли эти смены с

огромным успехом. Это позволило накопить положительный опыт для построения и внедрения в каникулярное время занятий для детей по различным видам фитнес-аэробики.

Данная программа осенью 2003 г. была доработана и представлена УФКСиТ в комитет по науке, образованию, культуре, спорту, делам семьи и молодежи областного Совета депутатов. В результате областной Совет депутатов постановил: утвердить областную программу «Фитнес-смена» в летних оздоровительных лагерях Липецкой области» на 2004-2006 годы. Теперь источником финансирования Программы являются средства областного бюджета, что позволило не только создать условия, отвечающие современным требованиям для оздоровительных занятий и отдыха детей и подростков, улучшить материально-техническое обеспечение спортивной и культурной работы в летних оздоровительных лагерях, но и обучить и привлечь к реализации данного проекта коллектив квалифицированных специалистов. Ежегодно УФКСиТ организует и проводит профессиональную специализацию следующих кадров:

- координатора программы, который осуществляет контроль за механизмом реализации программы профильной смены;
- инструкторов по аэробике, которые проводят все фитнес занятия. Ими являются студенты факультета дополнительных профессий отделения «Аэробика» ЕГУ им. Бунина (г. Елец), а в прошлом году к ним присоединились студенты УПК (г. Усмань) и инструктора групповых программ фитнес клуба «Анна» (г. Липецк);
- в реализации программы принимают участие вожатые Липецкой области, прошедшие подготовку на инструктивно- методических сборах по специальной программе;
- особенностью смены является то, что в рамках реализации программы необходимо участие различных специалистов - звукорежиссера, музыкального работника и физрука, которые одновременно организуют работу творческих профильных лабораторий.

Для реализации содержания программы было приобретено (в каждый лагерь): аудиотехника, степ платформы, фитбол мячи, резиновые амортизаторы, гантели, гимнастические коврики и др. спортивный инвентарь. Благодаря изменениям, внесенным в финансирование программы, в этом сезоне было приобретено новейшее спортивное оборудование (баланс платформы), которое позволило расширить круг спортивных занятий и мероприятий.

Наша цель – помочь детям освоить навыки здорового образа жизни через обучение основам аэробики и фитнеса. В основу программы положена идея оздоровления, полноценного отдыха, досуга и занятости детей в летний период.

Команда профессиональных инструкторов ежедневно, согласно расписанию, в каждом отряде проводила занятия по различным видам фитнес-аэробики. Характер упражнений и нагрузка были предусмотрены с учетом возрастных особенностей детей и под контролем врачей.

Но главной задачей программы являлось не только привлечение детей к занятиям фитнес-аэробикой, но и пропаганда здорового образа жизни, воспитание у детей ценностного отношения к своему здоровью, развитие творческих способностей детей. Поэтому финалом явился фестиваль «Фитнес-стиль», где лучшие из лучших смогли проявить себя не только в качественном исполнении различных видов аэробики, но и в роли начинающих инструкторов фитнеса. Каждый участник данного мероприятия получил памятный сувенир - бандану (головную косынку). Участники фестиваля, которые прошли весь курс программы, успешно сдали контрольные тесты и получили сертификаты, позволяющие им проведение фитнес-занятий в школе под присмотром педагога на уроках физической культуры.

В 2005 г программа «Фитнес-смена» была осуществлена на протяжении 3-х смен в ДОЛ «Спартак» (Задонский район) и «Елочка» (Грязинский район). Охват за шесть летних фитнес смен - более 1500 тыс. детей. В этом сезоне реализации программы преду-

смотрено и осуществлено приглашение наиболее перспективных активистов фитнес-движения из числа учащихся области («А-степ-студия» г.Елец — финалисты чемпионата Европы) с предоставлением им бесплатных путевок в ДОЛ «Спартак». Также в июле т.г. был организован выезд журналистов в оздоровительный лагерь «Спартак» в день проведения танцевального конкурса-марафона с участием международного презентера В.Снежика (г. Москва) и фестиваля «Фитнес-стиль». В ходе реализации программы удалось реализовать следующие задачи:

создать условия, отвечающие современным требованиям для оздоровительных занятий и отдыха детей и подростков;

- приобщить детей и подростков к новым формам спортивной деятельности в летних лагерях:

2003 г. - 270 человек

2004 г. - 760 человек

2005 г.- 1500 человек;

- компенсировать дефицит двигательной активности у юных спортсменов в летний период;

- подготовить инструкторов по фитнесу и аэробике

2003 г. - 15 человек

2004 г. - 36 человек

2005 г. - 72 человека;

- увеличить количество детей и подростков, регулярно занимающихся спортом;

- улучшить материально-техническое обеспечение спортивной и культурной работы в летних оздоровительных лагерях.

Успешность опыта дает основание говорить о «Фитнес-смене» как об особой развивающей образовательной программе для детей с различной физической подготовкой.

Благодаря активной пропаганде здорового образа жизни и видов аэробики, путем проведения областных семинаров, фестивалей, соревнований данный вид спорта существует во всех районах Липецкой области.

Это подтверждает следующий факт - в последнем 5-том Областном Открытом семинаре-фестивале фитнес-шоу-программ-2005 приняли участие представители всех районов области. Мастер классы посетили более 300 человек, в конкурсной программе фестиваля за победу боролись 15 команд.

Сравним, первый Чемпионат области по оздоровительной аэробике сезона 1999-2000г.г. насчитывал всего 7 команд спортсменов г. Липецка, Ельца и Усмани (62 участника), а в апреле 2006 г. стартовый протокол Открытого Чемпионата области по фитнес-аэробике включал уже 29 команд детей и молодежи из 15 районов и городов области (более 250 участников).

Так же в рамках этого турнира проходил заключительный этап спортивно-оздоровительного эксперимента «Фитнес детям», который реализовался в г. Ельце (февраль-март 2006г.). Эксперимент проводился в рамках областной программы «Фитнес-смена» по инициативе УФССиТ адм.Липецкой области, ЕГУ им .И.А.Бунина и федерации аэробики Липецкой области с целью дальнейшей пропаганды в общеобразовательных школах оздоровительных направлений фитнеса, знакомства детей и молодежи с новыми видами спорта не только в летний период, но и в течение учебного года. Данный эксперимент - это спортивно-оздоровительное мероприятие, направленное на массовое привлечение школьников и молодежи к занятиям спортом. Проект включает в себя подготовку и формирование школьных команд по фитнес аэробике, проведение фестиваля между ними, а также мастер-классы по различным танцевальным фитнес направлениям.

Он состоял из двух этапов и реализовался среди учащихся общеобразовательных школ г. Ельца по программам - классическая аэробика и танцевальные виды фитнеса (фанк, хип-хоп, латина и др.). Занятия проводили опытные инструктора - студенты и выпускники ЕГУ им. И.А.Бунина (воспитанники «А-степ-студии» г. Елец, рук .Пономарева

Е.), прошедшие курс обучения на ФДПП (отделение «Аэробика»). Все они участники программы «Фитнес-смена» 2001-2005г.г.

1 этап - формирование и подготовка спортивных школьных команд (февраль-март 2006г., г. Елец);

2 этап - участие этих команд в фитнес-фестивале, который пройдет в рамках Открытого Чемпионата области по фитнес аэробике (апрель 2006г., г. Елец).

Победителями соревнований стали школы г. Ельца, которые подготовили лучшие детские фитнес-команды, согласно заявленным номинациям:

- лучшая фитнес - команда - МОУ Лицей №10;
- самая техничная команда - МОУ Лицей №5;
- самая оригинальная команда - МОУ СОШ №22;
- самая артистичная команда - МОУ СОШ №8;
- за лучшую хореографию - МОУ СОШ пос. Елецкий.

Также был выявлен лучший детский фитнес-инструктор данного проекта:

- Белоусова Любовь - студентка 3 курса ЕГУ им. И.А.Бунина, которая за время существования программы «Фитнес-смена» с 2001г. по 2005г. прошла путь от участника детской команды летнего лагеря до фитнес-инструктора «Фитнес-смены», которая уже 2 года реализует эту программу в ДОЛ «Спартак» (Задонский район).

Команды-представители всех районов области регулярно принимают участие в областных, региональных и всероссийских спортивных мероприятиях по данному виду спорта (данные за последние 3 года): 1. Количество команд, участвовавших в учебных семинарах инструкторов:

2004г. - 12 районов

2005г. - 18 районов

2006г. - 20 районов

2. Количество команд, участвовавших в Чемпионатах области:

2004г. - 11 команд

2005г. - 16 команд

2006г. - 29 команд

3. Результаты участия команд Липецкой области во Всероссийских и Международных соревнованиях :

Призеры Чемпионатов ЦФО, России (2004-2006г. г.)

-«Ветер будущего» (ОК ДЮСШ, Волово) 3 место (фанк) тренер Абрамова Наталья категория – юниоры - «Мисс» (танц клуб «Мисс» г. Липецк) 3 место (фанк) Тренер Иванникова Ольга категория – юниоры.

Финалисты Чемпионата Европы, Мира (2004-2005г. г.)

- «А-степ-студия» (МОУ Гимназия № 11, г. Елец) 6 место (степ), тренер Пономарева Елена, категория - ст. юниоры.

План перспективного развития фитнес-аэробики в Липецкой области на 2006-2008 г.г. включает следующие мероприятия:

- подготовка и проведение Всероссийской Универсиады студентов по фитнес-аэробике;
- создание экспериментальных площадок, для реализации оздоровительных и учебных программ для школ, сузов и вузов области;
- подготовка и выпуск методической литературы в помощь инструкторам, учителям и тренерам команд по фитнес аэробике;
- готовится экспериментальная программа для учреждений дошкольного образования;
- создание сборной области по всем видам фитнес-аэробики для участия во Всероссийских и Международных турнирах.

Содержание и технология организации Проекта областной программы летнего оздоровительного отдыха детей в контексте новых физкультурно-оздоровительных технологий

Походаева Е.И. ГУ «ИАЦ РФКиС ЛЮ», г. Липецк

Здоровье населения, и прежде всего подрастающего поколения, вызывает сегодня общенациональную озабоченность. Администрация Липецкой области стремится максимально использовать любую возможность для оздоровления детей. Лето предоставляет для этого особо благоприятные условия.

Организация летнего отдыха и оздоровления детей и молодежи всегда была и остается одним из приоритетных направлений. В Липецкой области отрабатываются инновационные подходы в этой важнейшей сфере.

Одним из направлений деятельности ГУ «Информационно-аналитический центр развития физической культуры и спорта Липецкой области» является поиск новых стратегий, обеспечивающих снижение заболеваемости, сохранение и укрепление здоровья школьников, воспитанников детских учреждений. В рамках данной сферы деятельности сотрудниками Центра по заказу Управления физической культуры, спорта и туризма администрации Липецкой области был разработан Проект областной программы "Развитие физкультурно-спортивного движения в летних оздоровительных лагерях Липецкой области".

Для обеспечения нормального роста и развития каждому ребенку требуется ежедневная двигательная активность. Однако, в современном обществе дети и подростки все больше сталкиваются с ограниченными двигательными возможностями.

Данный Проект призван помочь детям освоить навыки здорового образа жизни через различные формы двигательной активности. В основу Проекта положена идея оздоровления, полноценного отдыха, досуга и занятости детей в летний период.

Его вариативность позволит обеспечить ребенку двигательную активность по собственному выбору, являющуюся наиболее эффективным средством оздоровления.

Являясь активными участниками Проекта, дети и подростки на практике познают, что такое здоровый образ жизни и усвоят абсолютную истину: основу здорового образа жизни составляет движение.

Целью Проекта является укрепление здоровья детей и подростков посредством формирования устойчивой потребности в здоровом образе жизни, раскрытие двигательных способностей детей и повышение уровня развития их двигательных кондиций.

В основе реализации Проекта заложены принципы взаимосвязи здоровья телесного (физического), здоровья духовного (мыслительного), здоровья душевного (психического). Реализация принципов основана на создании и использовании здоровьесберегающих и здоровьесформирующих технологий в каждом дне и в течение всей смены в целом, с целью формирования культуры здоровья личности школьника через двигательную (физическую) культуру, как ведущую биологическую потребность. Реализация мероприятий Проекта позволит отработать организационную модель проведения смены в условиях загородного оздоровительного лагеря на основе данных мониторинга здоровья детей; реабилитировать детей после напряженного учебного года, повысить сопротивляемость организма; восстановить физические и психические силы школьников в период летних каникул.

Мониторинг психофизического здоровья и физической подготовленности детей и подростков, отдыхающих в лагере, позволит педагогическому коллективу лагеря увидеть реальную картину здоровья и физического развития детей, что позволит обеспечить каждому ребенку двигательную активность с учетом их индивидуальных способностей.

Реализация Проекта условно подразделяется на три этапа.

1 этап – НАЧАЛЬНЫЙ «Познай себя» включает в себя обязательные тесты Всероссийского мониторинга психофизического здоровья и физической подготовленности детей; обработка и анализ данных мониторинга; выработка рекомендаций по итогам обработки и анализа данных мониторинга; социально-психологическое исследование.

2 этап смены – ОСНОВНОЙ «Измени себя» предполагает проведение коррекционной работы по двум направлениям: физкультурно-оздоровительная работа, коррекционно-развивающая работа. Этот этап смены включает в себя двигательное тестирование; состязания на основе разнообразных движений; занятия различными видами двигательной деятельности, массовые спортивные праздники, игры, индивидуальные и групповые консультации-тренинги с психологами

3 этап смены – ЗАКЛЮЧИТЕЛЬНЫЙ «Совершенствуй себя» включает в себя итоговое тестирование для отслеживания эффективности и результативности проведенной работы, индивидуальные занятия на закрепление полученных результатов и формирование дальнейших планов на поддержание здоровья в различных видах жизнедеятельности.

Завершающая крупная физкультурно-спортивная форма – «Фестиваль двигательной культуры» составлена на основе содержания, наиболее успешно освоенного детьми за время участия в Проекте и проводится на закрытии смены.

На протяжении всей смены и во всех этапах программы отдыха детей используется содержание для психологической и психотерапевтической работы, которая направлена на гармонизацию психосоматического состояния детей. Организационными формами в этой части являются тренинги целенаправленной работы со своим телом, диагностика психосоматики, консультативная работа (по запросам детей и родителей).

Успешная реализация данного проекта делает пребывание детей в лагере качественно результативным, разнообразным, интересным и увлекательным по содержанию, позволит сформировать систему физкультурно-спортивной деятельности, которая максимально отвечает требованиям сегодняшнего дня. Систему, которая не только обеспечит оптимальный уровень двигательной активности, но и будет способствовать формированию сознательного отношения к физической культуре, как необходимому фактору, способствующему сохранению и укреплению собственного здоровья.

Предпочтение лицам женского пола занятий определенными видами физических упражнений

Прокофьев А.И. Елецкий государственный университет им. И.А. Бунина

Одним из самых значимых факторов, определяющим здоровье человека, является его образ жизни, ведущая роль в котором, наряду с другими, отводится оптимальной двигательной активности.

В настоящее время разработаны и активно используются как во многих фитнес-центрах, так и в процессе самостоятельных занятий разнообразные программы и системы физических упражнений оздоровительной направленности. При этом самыми популярными и широко рекламируемыми являются такие, как «Аэробика» и ее многочисленные разновидности, «Калланетик», «Пилатес», «Боди-флекс», «Фитбол», «Йога», «Танец живота», занятия на тренажерах, плавание и др.

Занятия, какими из перечисленных видов физических упражнений нравятся девушкам и женщинам больше всего?

С целью получения ответа на этот вопрос проводился опрос девушек и женщин в возрасте от 25 до 45 лет /п = 28, занимающихся в фитнес - группе спортивного комплекса «Локомотив» г. Ельца. Дополнительно осуществлялось наблюдение за занимающимися в процессе самих занятий физическими упражнениями.

Было установлено, что такие программы, как «Калланетика», «Пилатес», «Боди-флекс», каждая из которых выполнялась почти целиком в одном занятии, не очень

нравятся занимающимся, и прежде всего из - за некой статичности самих упражнений. Хотя отдельные упражнения из этих программ являются весьма эффективными и выполняются с большим интересом.

Программа «Танец живота» привлекает занимающихся в большей степени своей экзотичностью, способствуя прежде всего снятию эмоциональной напряженности, нежели получению оптимальной физической нагрузки. И, тем не менее, включение в занятие подобного танца продолжительностью 12 - 15 минут значительно разнообразит его, повышает эмоциональность и очень нравится женщинам.

Физиологическая йога или «Хатха - Йога» используется, как правило, в заключительной части занятия. Отдельные ее асаны /позы/ и дыхательные упражнения выполняются занимающихся с большим воодушевлением. В тоже время занятие, целиком состоящее из элементов йоги, представляется для женщин несколько утомительным и не вызывает особого интереса.

Упражнения на фитнес - мячах нравятся далеко ни всем занимающимся и прежде всего потому, что они, по их собственному мнению, не получают той физической нагрузки, которая необходима для их организма. И это притом, что программа занятий состояла из самых разнообразных упражнений, выполняемых из различных исходных положений, в различном темпе и с изменяющимся числом повторений. В тоже время, упражнения, направленные на растягивание позвоночника и расслабление мышц, выполняемые в положении лежа на мяче, очень нравятся девушкам и женщинам.

Всем, без исключения занимающимся нравится выполнять танцевальные упражнения на степ - платформе, скольжение на слайде - скользкой доске, упражнения с гантелями небольшого веса /два - три кг/ и резиновыми амортизаторами, «Кик-боксинг», «Релаксация», занятия в тренажерном зале и плавательном бассейне. Включение в занятия ходьбы или бега умеренной интенсивности продолжительностью шесть - восемь минут также нравится многим занимающимся.

Таким образом, с целью достижения наибольшей эффективности от занятий физическими упражнениями, сохранения числа занимающихся в группах и привлечения новых членов, обязательным условием является включение в занятия тех видов физических упражнений, которые в наибольшей степени нравятся девушкам и женщинам. При этом очень важным является нахождение оптимального соотношения между наиболее популярными видами физических упражнений и наиболее эффективными.

Развитие скоростно-силовых способностей у школьников 14-15 лет средствами футбола

Растворов А.Г., Якушина Н.А.
Тульский государственный педагогический
университет им. Л.Н. Толстого, г. Тула

Качественное решение задач физического воспитания школьников невозможно без постоянного поиска эффективных средств и методов педагогического воздействия, а также новых форм организации этого процесса и двигательной активности школьников.

Решение данной проблемы во многом обусловлено возможностью использования популярных видов спорта. Одним из таких видов является футбол.

Футболу посвящено большое количество работ. Однако в ряде исследований недостаточно полно освещены теоретико-методические основы использования его на уроках физической культуры в общеобразовательной школе, а также дается мало сведений по практическому применению средств футбола. В целом проблема использования средств футбола в педагогическом процессе остается недостаточно исследованной, а в практике

работы школ этому не всегда уделяется должное внимание.

В связи с этим вопросы влияния занятий футболом на уровень развития двигательных способностей школьников среднего возраста представляются актуальными и, тем более, что данный возраст является сенситивным периодом для развития скоростно-силовых способностей, что и определило направление нашего исследования.

Формирующий эксперимент проводился в течение года на базе Выше-Ольпанской средней школы Орловской области, в котором приняло 20 учащихся 9 классов в возрасте 14-15-ти лет (10 человек входило в экспериментальную группу и 10 в контрольную). По уровню физического развития и физической подготовленности в начале эксперимента учащиеся двух групп были идентичны.

Учебные занятия в двух группах соответствовали требованиям типовой программы по физической культуре для средних классов (2001 г.). Отличие в методике проведения уроков в экспериментальной группе состояло в том, что в основном использовались упражнения из футбола, направленные на развитие скоростно-силовых способностей. Контрольное тестирование проводилось в начале и в конце эксперимента (бег 100м, челночный бег 3х10м, тройной прыжок с места, прыжки на двух ногах на дальность (5 прыжков), ведение мяча с обводкой стоек, два варианта комплексных теста).

Методические особенности проведения уроков с использованием средств футбола для направленного развития скоростно-силовых способностей заключались в следующем:

- Предпочтение отдается упражнениям, выполняемым с наибольшей скоростью, при которой сохраняется правильная техника движений (так называемая контролируемая скорость).

- Величины внешнего отягощения, используемого для повышения скоростно-силовых качеств, не должны превышать 30-40% от максимально возможных отягощений.

- Количество повторений скоростно-силовых упражнений в одной серии в зависимости от подготовленности ученика и мощности усилий в уроке должно колебаться в пределах 6-12 раз.

- Число серий в рамках отдельного занятия – 2-6. Отдых между сериями составляет 2-5 мин.

- Применение скоростно-силовых упражнений (с учетом ограниченного числа уроков – 2 раза в неделю) было регулярным на протяжении всего учебного года.

- Величина отягощений используемых в упражнении снарядов (например, набивные мячи) должна составлять 2-4 кг.

- Если же отягощением служит масса собственного тела (например, различные виды прыжков, отжимание, подтягивание), то величина отягощения в таких упражнениях должна дозироваться изменением исходного положения тела (например, отжимание в упоре от опоры различной высоты и т.п.).

- Для повышения моторной плотности урока следует шире использовать фронтальные и групповые методы организации учебного процесса, а также рекомендуется использовать метод круговой тренировки.

- Упражнения с отягощениями собственной массой тела рекомендуется использовать в качестве домашнего задания.

- Упражнения скоростно-силовой направленности, взятые из футбола, вводятся в урок физической культуры после упражнений по обучению двигательным действиям и развитию координационных способностей.

В результате проведенного эксперимента были выявлены положительные изменения в результатах тестовых испытаний, как в контрольной, так и в экспериментальной группах. Однако в экспериментальной группе, по сравнению с контрольной, произошли более значительные и достоверные изменения по следующим тестам: бег 100м, 5 прыжков на двух ногах на дальность, ведение мяча с обводкой стоек, челночный бег и комплексные тесты.

Таким образом, можно утверждать, что предложенная методика развития скорост-

но-силовых способностей у школьников 14-15 лет является достаточно эффективной. При положительном воздействии данной методики на развитие скоростно-силовых способностей школьников экспериментальной группы отрицательного влияния на развитие других двигательных качеств отмечено не было.

Подготовка специалистов к использованию спартианской педагогической технологии организации физкультурно-спортивной работы

Чижова Е.С. г.Москва

Образование как подсистема глобальной общественной системы отражает все происходящие процессы в обществе и прогнозирует тенденции его развития, обеспечивая готовность человека к жизни в изменяющемся социуме. Показателями реагирования системы образования на меняющуюся социальную ситуацию являются педагогические инновации. Педагогические инновации профессиональной деятельности как процесс и явление проявляются в разных аспектах системы образования: в новых концептуальных подходах, новом содержании образования; в методиках, технологиях, формах, методах, приемах, в различных организациях учебно – воспитательного процесса.

Осознанную потребность в физическом совершенствовании человека необходимо формировать с раннего возраста и закреплять в семье, школе, профессиональных учебных заведениях и в дальнейшей жизни.

Для этого необходимо:

- физкультурное и валеологическое образование, получаемое в образовательных учреждениях;
- осознанная необходимость и престижность культуры здоровья;
- физическая подготовка с целью повышения уровня физической подготовленности, овладения разнообразными средствами физической культуры;
- система диагностики и коррекции уровня культуры здоровья, состояния физического развития и подготовленности (персонализированный мониторинг);
- условия обеспечения педагогического процесса:
 - МТБ: разнообразие мест занятий, удобное время, современный спортивный инвентарь и оборудование,
 - квалифицированные педагогические кадры,
 - автоматизированное программное обеспечение (АПО).

При соблюдении этих условий изменится и отношение индивида к двигательной деятельности и своему здоровью, как состоянию полного комфорта: физического, психического и социального (современное понятие ВОЗ).

Новая социально-педагогическая функция специалистов физической культуры и спорта заключается в выполнении рекреационно-досуговой, оздоровительно-реабилитационной деятельности, в организации и проведении спортивно-массовой оздоровительной работы с различными группами населения.

Современная система подготовки физкультурно-спортивных кадров не способствуют их подготовке к социально-педагогической деятельности с учащимися образовательных учреждений и взрослыми в контексте мировоззренческой ценности здоровья человека и его соответствующего стиля жизни, достижения высокого качества и культуры жизни.

Существующая система подготовки недостаточно отвечает этим требованиям. Не случайно в связи с этим в нашей стране получили распространения общественные инициативы и движения, ставящие своими целями формирование и развитие культуры личности и общества и специфически проявившие себя в сфере физической культуры и спорта.

Так, заметное место среди этих общественных инициатив занимает движение под

названием «СПАРТ» (Спартианское движение), которое зародилось уже 15 лет и развивается в России на основе проекта «СпАрт» (автор - профессор В.И. Столяров).

Цель спартианского движения - формирование и развитие спартианской культуры личности и общества, которая предусматривает:

а) *гармоничное развитие* в человеке телесности, психических способностей, воли, интеллекта, нравственных и других духовных качеств;

б) *преодоление частичности, односторонности, узкой специализации* в развитии личности и достижения *в разнообразных формах* творческой социально-полезной деятельности, включая спорт и искусство;

в) проявление *человечности, духовности в отношениях людей друг с другом и с природой*, в соответствии с такими фундаментальными общечеловеческими ценностями как мир, дружба, взаимопонимание, взаимное уважение представителей различных культур, идеологий и верований, толерантность, отказ от насилия, сотрудничество и поведение по законам красоты и благородства во всех ситуациях соперничества, соревнования, борьбы, даже если оно не позволяет одержать победу;

г) *постоянную ориентацию личности на самоопределение, саморазвитие, самосовершенствование.*

Для достижения этих целей спартианское движение использует комплекс социально-педагогических и культурных акций. Их успешное проведение зависит от эффективной подготовки специалистов в системе образования и воспитания, умелой организации ими досуга детей, подростков и молодежи.

Отсутствие программного и технологического обеспечения подготовки таких специалистов требует обоснования, в частности его, социально-педагогических функций, определения круга деятельности и решения других вопросов специализированного профессионального образования.

Реализация актуальной социально-педагогической функции, заключающейся в выполнении рекреационно-досуговой, оздоровительно-реабилитационной деятельности, организации массовой физкультурно-оздоровительной работы с различными группами населения, прежде всего, возлагается на *преподавателя физической культуры*, педагога дополнительного образования, психолога, социального педагога, организатора внеклассной воспитательной работы в различных образовательных учреждениях и центрах досуга.

Целостное и системное рассмотрение содержательных и технологических вопросов по подготовке специалистов по использованию спартианских форм и методов в системе воспитания и организации досуга школьников и молодежи не было предметом специального изучения.

Актуальность нашего исследования усиливается ее направленностью на разрешение противоречия, заключающегося в том, что общество диктует социальный заказ на подготовку специалиста, решающего задачи гармонии духовного и физического развития в досуговой деятельности, а современная система подготовки специалистов не подошла еще к изучению его содержательной и технологической сторон, а также не использовала уже разработанные, успешно реализуемые в течение более 15 лет, инновационные формы и методы спартианской культуры.

Недостаточное раскрытие в науке особенностей этой подготовки и определило цель нашего исследования: научное обоснование и разработка теоретико-методических основ (дидактической модели) подготовки и переподготовки физкультурных кадров к использованию спартианских форм и методов организации физкультурно-спортивной работы.

Осуществив анализ психолого-педагогических и научно-методических исследований по проблеме профессиональной подготовки и переподготовки физкультурных кадров к использованию спартианских форм и методов организации физкультурно-спортивной работы; изучив готовность педагогических работников к использованию спартианской педагогической технологии в организации досуга детей и молодежи; спроектировав мо-

дель подготовки и переподготовки специалистов по использованию спартианских форм и методов в системе воспитания и организации досуга подрастающего поколения; разработав и апробировав учебные планы и программы подготовки таких специалистов на базовых опытно-экспериментальных площадках (Центр развития Спартианской культуры города Москвы, Академия повышения квалификации и переподготовки работников образования Министерства образования и науки Российской Федерации, Центр «Олимп» г. Сызрани), мы убедились в необходимости широкого внедрения подготовки специалистов к использованию спартианской педагогической технологии организации физкультурно-спортивной работы. Особенно актуальна эта проблема для физкультурных работников окружных детско-юношеских клубов Департамента образования города Москвы.

Педагогический процесс подготовки и переподготовки специалистов к использованию спартианской педагогической технологии организации физкультурно-спортивной работы будет эффективным если:

- в качестве цели подготовки и переподготовки таких специалистов выступает формирование и развитие спартианской культуры личности и общества;
- содержание подготовки включает оправданные практикой спартианские формы и методы организации физкультурно-спортивной работы;
- специалисты в процессе подготовки и переподготовки включаются в активную спартианскую деятельность;
- используются инновационные педагогические технологии, направленные на процесс самосовершенствования.

С целью оргуправленческого обеспечения подготовки таких специалистов и создан Центр развития Спартианской культуры (Президент - профессор В.И.Столяров), который совместно с Академией повышения квалификации и переподготовки работников образования Министерства образования и науки Российской Федерации, МЦПК РГУФК занимается вопросами организации и проведения курсов повышения квалификации по инновационным педагогическим технологиям в области физической культуры, спорта и здоровьесбережения (справки по тел. 89262271190).

Теоретическая подготовка (специальный тактический раздел) начинающих дзюдоистов

Шахов А.А. Елецкий государственный университет им. И.А. Бунина, г.Елец

На сегодняшний день в многолетней подготовке дзюдоистов существует множество пробелов, имеются они и на начальном этапе. Так в частности на начальном этапе подготовки дзюдоистов практически не уделяется внимания на тактическую подготовку. Хотя победа в соревнованиях дзюдоистов в первую очередь определена зрелостью тактического мастерства спортсмена, еще хуже обстоит дело с теоретической подготовкой начинающих дзюдоистов. В то же время, по словам академика Туманяна Г.С. [2], приобретение теоретических знаний в сочетании с активным анализом проблемных ситуаций может повысить срочный и отсроченный тренировочные эффекты.

Как отмечает Матвеев Л.П. [1], в процессе тактической подготовки спортсменов должны решаться три основные задачи: передача тактических знаний, формирование тактических умений и навыков, развитие тактического мышления. Наиболее проблемной в тактической подготовке начинающих дзюдоистов остается задача, связанная с передачей им тактических знаний. Акцент в основном делается на развитии двигательных (тактических) умений и навыков, в меньшей степени на развитии тактического мышления, хотя повышение уровня тактических знаний начинающих дзюдоистов является первоочередной задачей всей тактической подготовки.

Процесс передачи тактических знаний можно рассматривать не только как состав-

ную часть тактической подготовки спортсмена, но и как специальный раздел в его теоретической подготовке, так как методы обучения, используемые в этом случае, характерны именно для теоретической подготовки.

Желая устранить данные пробелы в подготовке начинающих дзюдоистов, мы занялись исследованием этих недостатков.

К начинающим дзюдоистам можно отнести несколько различных групп занимающихся или учащихся (рис. 1).



Рис. 1. Начинающие дзюдоисты различных групп

Начинающими дзюдоистами могут быть студенты, обучающиеся по спортивным не борцовским специальностям, как физкультурных, так и не физкультурных вузов, изучающие дзюдо как учебную дисциплину, так как большинство из них до начала обучения имеют смутные представления о спортивной борьбе.

Также к группе начинающих можно отнести людей, занимающихся дзюдо без спортивных целей, а преимущественно для повышения своего здоровья, проведения досуга, активного отдыха, общения и т.д. Данным направлением занятий дзюдо могут начинать заниматься люди практически в любом возрасте.

Наиболее многочисленную армию начинающих дзюдоистов составляют дети 10-12 лет, занимающиеся в ДЮСШ, ДЮСШОР и желающие посвятить себя спорту.

К начинающим можно отнести и людей (как правило, подростки до 15-16 лет), пришедших в секции дзюдо в более старшем возрасте, чем 10-12 лет и ставящих перед собой спортивные цели.

Произведя анализ научно-методической литературы тренерского опыта по вопросам тактической подготовки начинающих дзюдоистов, а также изучив тактическую составляющую соревновательной деятельности дзюдоистов 10-12 лет [3, 4, 5], мы разработали модели теоретической подготовки начинающих дзюдоистов различных групп.

Для примера приведем модель тактической подготовки начинающих дзюдоистов старше 10-12 лет (первые два года обучения) (рис. 2). Данная модель будет отличаться от моделей тактической подготовки начинающих дзюдоистов других групп преимущественно объемом учебного материала. Для дзюдоистов старше 10-12 лет он будет самым объемным, так как обычно они имеют более высокий уровень физического и психического развития, чем дзюдоисты 10-12 лет.

Для спортсменов 10-12 групп начальной подготовки учебный материал будет менее содержательным, а для студентов, изучающих дзюдо как учебную дисциплину (не получающих тренерских специальностей по спортивной борьбе) и людей, занимающихся дзюдо преимущественно без спортивных целей, он будет минимальным.

Так модель тактической подготовки начинающих дзюдоистов 10-12 лет групп на-

чальной подготовки ДЮСШ и ДЮСШОР вобрала в себя все то, что представлено в приведенной модели (см. рис. 2), кроме следующего учебного материала. По тактике проведения технических действий: тактические действия вызов, повторная атака; базовые активные защиты; тактика передвижений; тактика работы с основными захватами; тактика проведения приемов на разных типах соперников (высокий, низкий, более тяжелый и т.д.). По тактике ведения схватки: сбор и анализ информации на вероятного противника; тактическое использование основных положений и правил дзюдо; решение основных задач, возникающих в схватке (атака, защита, восстановление сил, удержание преимущества и др.); тактика проведения схваток с различными типами соперников (высокий, низкий, более тяжелый и др.). По тактике участия в соревнованиях: сбор основной информации о предстоящем соревновании; восстановление сил в ходе соревнований; отвлечение от соревнований. Данный учебный материал можно будет изучить на более поздних этапах.

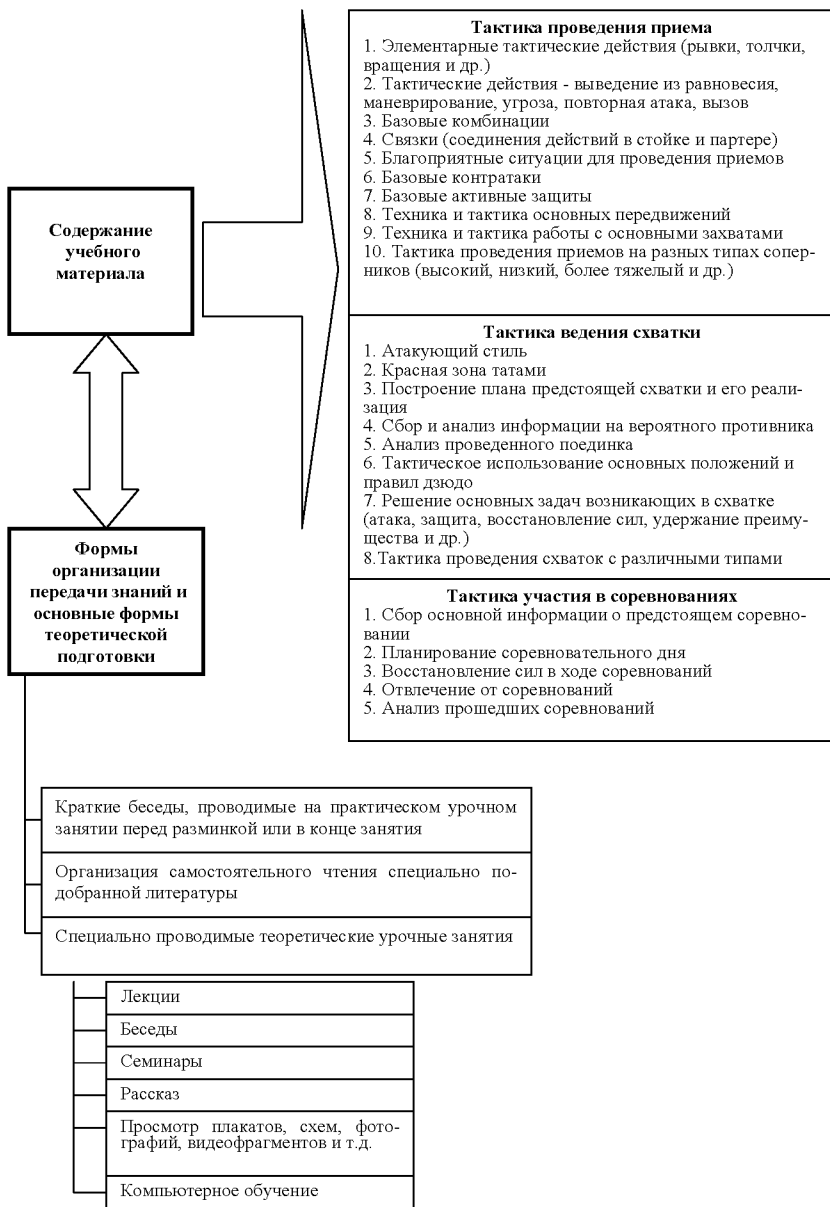


Рис. 2. Модель теоретической подготовки дзюдоистов старше 10-12 лет (специальный тактический раздел) первых двух лет обучения

В модели тактической подготовки начинающих дзюдоистов, таких как студентов, изучающих дзюдо как учебную дисциплину (не получающих тренерских специальностей по спортивной борьбе) и людей, занимающихся дзюдо преимущественно без спортивных целей, учебный материал должен быть еще меньше. Из него вообще рационально исключить раздел, связанный с тактикой участия в соревнованиях. А по другим разделам оставить следующее: по тактике проведения технических действий: элементарные тактические действия (рывки, толчки, вращения и др.); тактические действия: выведение из равновесия, маневрирование, угроза; базовые комбинации, связки, благоприятные ситуации для проведения приемов; по тактике ведения схватки: атакующий стиль ведения схватки, построение плана предстоящей схватки и его реализация.

На основании этих моделей мы разработали пособие для тренеров и преподавателей по теоретической подготовке (специальный тактический раздел) начинающих дзюдоистов, а также мультимедиа пособие для начинающих дзюдоистов. Эффективность последнего была показана при работе с дзюдоистами 10-12 лет и студентами [5]. При работе с дзюдоистами 10-12 лет за непродолжительный период обучения (менее 6 часов) в проведенном последовательном педагогическом эксперименте с использованием мультимедиа программы произошли достоверные сдвиги в уровне их тактических знаний ($t = 7,377$, при $p < 0,001$). В работе со студентами в сравнительном педагогическом эксперименте были показаны преимущества использования мультимедиа программы перед традиционными формами самостоятельной работы студентов. Достоверные отличия наблюдались не только в уровне тактических знаний студентов ($T = 146$ при $p < 0,05$), но и в уровне их технико-тактических умений ($T = 170,5$ при $p < 0,05$).

Список литературы

1. Матвеев Л.П. Основы спортивной тренировки. – М.: Физкультура и спорт, 1977. – 271 с., ил.
2. Туманян Г.С. Спортивная борьба: теория, методика, организация тренировки: Учебное пособие. В 4-х кн. Кн. II. Кинезиология и психология. – М.: Советский спорт, 1998. – 280 с., ил.
3. Шахов А.А. Тактическая подготовка дзюдоистов на начальном этапе // ФИЗИЧЕСКАЯ КУЛЬТУРА, СПОРТ, ЗДОРОВЬЕ: Сборник научных статей / Под ред. М.М. Полевщикова. – Йошкар – Ола: МГПИ, 2005. – С. 98-101.
4. Шахов А.А. Тактическая подготовленность дзюдоистов мужчин и юношей 10-12 лет // ИССЛЕДОВАНИЯ МОЛОДЫХ УЧЕНЫХ В ПРАКТИКУ ЕДИНОБОРСТВ Материалы VI международной научно-практической конференции, посвященной памяти профессора ЧУМАКОВА Евгения Михайловича. – М., 2006. – С. 59-65.
5. Шахов А.А. Использование в тактической подготовке дзюдоистов 10-12 лет мультимедиа программы как эффективного средства повышения их тактических знаний // ИССЛЕДОВАНИЯ МОЛОДЫХ УЧЕНЫХ В ПРАКТИКУ ЕДИНОБОРСТВ Материалы VI международной научно-практической конференции, посвященной памяти профессора ЧУМАКОВА Евгения Михайловича. – М., 2006. – С. 66-72.

Особенности мотивационной сферы студентов 1 курса в процессе профессионального становления педагога по физической культуре

Шувалов Ю.Н., Лунчев А.В.
Тульский государственный педагогический
университет им. Л.Н. Толстого, Г. Тула

В последнее время пристальное внимание исследователей привлекают вопросы профессиональной компетентности учителя (А.К. Маркова), его профессиональной успешности, создаются модели профессионального труда учителя (Л.М. Митина), изучаются особенности профессионального становления педагогов (Э.Ф. Зеер, Э.Э. Сьманюк, Н.С. Глуханюк). Изучен широкий круг проблем, касающихся психологической структуры педагогической деятельности, формирования педагогического мастерства, педагогического такта, индивидуального стиля деятельности и руководства, формирования личности

педагога и педагогических способностей (Ф.Н. Гоноболин, И.В. Страхов, Н.В. Кузьмина, Е.П. Ильин).

Исследование деятельности студентов начальных курсов в настоящее время в основном ведется по пути определения необходимых им знаний, умений, навыков и установлению требований к их психолого-педагогической подготовке.

Окончательный выбор профессии является одним из основных компонентов процесса социализации человека в ходе обучения в высшем учебном заведении. Лишь немногие исследователи рассматривают в своих исследованиях процесс профессионального становления первокурсников как элемент процесса развития личности.

Теоретический анализ работ зарубежных и отечественных ученых позволяет определить профессиональное становление личности как процесс развития, который заключается в последовательной смене определенных стадий. (Э.Э. Сьманюк).

Исследования показали, что у студентов 1 курса факультета физической культуры преобладают мотивы направленности на себя и на установление взаимоотношений в группе. В их представлении, учебная группа является местом, в котором можно удовлетворить свои социальные потребности, показать свои личные трудности, сформировать собственное достоинство, вызвать к себе уважение или поднять свой общественные статус.

Изучение профессиональной направленности личности студентов показало, что у юношей преобладает склонность к организаторской деятельности, а у девушек ведущим является мотив одобрения и потребность в общении. Направленность на предмет «физическая культура» как у юношей, так и у девушек находится в диапазоне средне - низкой степени выраженности.

Рабочая направленность личности находится на более низком уровне, чем жизненная направленность личности. Ведущим мотивом у девушек является стремление к соперничеству, и у них сильнее выражены мотив достижения успеха и стремление к достижению цели, в то время как юноши практически не задумываются над этим.

Можно сделать вывод о том, что, несмотря на более высокую мотивацию рабочей направленности, юноши еще не прилагают достаточных усилий к достижению поставленной цели. Видимо, этим объясняется и тот факт, что показатели успеваемости по дисциплинам учебной программы у юношей оказываются ниже, чем у девушек, да и посещаемость занятий у них хуже.

Общим показателем для всех студентов является слабое выражение у них такого мотива, как стремление к социальному престижу. По всей видимости, студенты пока не задумываются о том, какое место они будут занимать в обществе. Об этом же свидетельствует и низкий уровень мотива социального статуса.

Таким образом, можно отметить, что студенты, поступившие на факультет физической культуры, пока не имеют высокой направленности на предмет «физическая культура», не видят возможности получения социального престижа, занимаясь педагогической деятельностью.

Это связано с тем, что на стадии профессионального образования человек осознает особенности выбранной профессиональной деятельности, соотносит изучаемые предметы со своими интересами и склонностями. Можно предположить, что у студентов еще не произошло смены учебно-познавательной мотивации на социально-профессиональную. Мотивы профессионализации расходятся с мотивами «Я - концепции», сформированными ранее. Происходящая на этой стадии перестройка ведущей деятельности и обуславливает отмеченные выше особенности мотивационной сферы студентов.

Целенаправленная программа развития морально-волевой сферы студенток на занятиях по физическому воспитанию

Щербакowa А.Ю. Шувалов Ю.Н.
Тульский государственный университет, г. Тула

Многочисленные исследования социологов, психологов, педагогов констатируют, что в последние годы резко изменились показатели моральной нормативности подрастающего поколения. Наши исследования, проведенные на студентках ТулГУ, показали, что личностные особенности студенток за начальный период обучения претерпевают ряд негативных изменений

Одним из основных периодов развития личности является время обучения студентов в вузе. Именно здесь закладываются многие профессионально важные качества личности, как физические, так и психические. К последним относятся, в том числе, и качества, характеризующие моральную нормативность человека, показатели его волевых проявлений. Морально-волевые качества вырабатываются в процессе воспитания и самовоспитания в течение всей жизни, и особенно в годы интенсивного формирования личности. Таким периодом жизни человека является его обучение в вузе.

Одним из основных разделов учебного курса по физическому воспитанию является гимнастика, которая реализуется на протяжении всего учебного процесса. В период обучения на цикле гимнастики в высшем учебном заведении у студентов происходит активное развитие всех основных важных двигательных качеств. Однако воздействие занятий гимнастикой на личность студентов этим не ограничивается. Многими исследователями доказано, что в результате занятий физическими упражнениями успешно развиваются нравственные, эстетические и морально-волевые качества.

В нашем исследовании было предположено использовать программу физического воспитания на цикле спортивной гимнастики с преимущественной направленностью ее на развитие морально-волевых качеств студенток.

Модифицированная рабочая программа физического воспитания студенток с направленным развитием морально-волевой сферы, была разработана на базе существующей рабочей программы по дисциплине «Физическая культура» отделения спортивной гимнастики кафедры физического воспитания и спорта ТулГУ, утвержденной в 2001 году, и реализована в педагогическом эксперименте в 2002-2005 годах.

Цель программы – развить волевые и моральные качества будущих специалистов средствами физической культуры, дать им определенный объем специальных знаний о морально-волевой сфере личности человека, научить приемам саморегуляции поведения и деятельности.

Программа состоит из теоретической и практической частей. В ходе реализации теоретической части студентам даются знания о психофизиологических закономерностях формирования не только двигательных, но и личностных (моральных и волевых) качеств. В процессе практических занятий развиваются такие морально-волевые качества личности, как самоконтроль, смелость и решительность, мужество и упорство, настойчивость и целеустремленность. На практических занятиях студентки осваивают также приемы психической саморегуляции.

В деятельности преподавателя, реализующего эту программу, можно выделить три основных направления работы. Первым направлением выступает организация взаимодействия преподавателя со студентами и между студентами, суть которой заключалась в том, что создается атмосфера дружеского взаимоотношения. Взаимодействия между студентами осуществляются в результате широкого использования групповых и парных приемов организации учебного процесса.

Вторым направлением деятельности преподавателя является широкое использова-

ние на занятиях игрового и соревновательного методов. Эмоциональные состояния, возникающие в ходе их применения, способствуют большему проявлению волевых качеств.

Третьим направлением деятельности педагога выступает включение всех студентов в творческую деятельность. Причем в этой деятельности выделяется два уровня: эмпирический и креативный. Организуя учебную деятельность студентов на креативном уровне, преподаватель, во-первых, дает студентам более широкие знания по развитию личности; во-вторых, студенты осуществляют собственные наблюдения за своим поведением и тестируют свои двигательные и психические качества.

Достижение цели программы осуществлялось за счет:

- формирования знаний студентов о психофизиологических механизмах развития морально-волевой сферы человека (специальный теоретический курс);
- формирования навыков самовоспитания;
- создания ситуации творческого сотрудничества и взаимодействия, опираясь на концепцию С.А. Смирнова;
- подбора системы подводящих упражнения по спортивной гимнастике, повышающих уровень смелости;
- использования в учебном процессе упражнений, связанных с проявлением терпеливости - общего компонента проявления выносливости;
- повышения интенсивности нагрузок при выполнении гимнастических упражнений – основы проявления настойчивости;
- применения игровых и соревновательных упражнений формирующих находчивость и инициативность;
- использования на занятиях и самостоятельно, во внеучебное время, психорегулирующей тренировки (типно-суггестивный метод воздействия, рациональная психорегуляция, аутогенная тренировка);
- некоторого сокращения времени на строевые и общеразвивающие упражнения.

Эффективность модифицированной программы была проверена в формирующем эксперименте. Использование различных методов исследования, выявило, что у студенток экспериментальной группы повысились показатели по волевым качествам (методика М.Б. Стамбуловой); улучшились показатели адаптивности (методика А. Г. Маклакова и В.С. Чермянина). У студенток изменилась мотивационная структура личности (методика В.Э. Мильмана) в сторону повышения мотивов рабочей направленности личности. Использование формализованной социально-психологической анкеты Р. Г. Гуровой определило, что в экспериментальной группе, по сравнению с контрольной, к концу второго курса стало больше студенток, которые в качестве своих ценностных ориентаций назвали такие личностные качества как доброта, честность, справедливость, ответственность и сильная воля. Оказалось больше лиц, которые считают недопустимым для себя пропускать учебные занятия и употреблять спиртные напитки. Почти в два раза возросло количество лиц, которые испытывают чувство уверенности в будущем.

В целом к концу второго курса девушки экспериментальной группы становятся более ответственными, добросовестными, с более стойкими моральными принципами. Большинство из них в своих поступках руководствуются чувством долга, соблюдают этические принципы и стремятся к выполнению социальных требований. Таким образом, модифицированная программа по физическому воспитанию студенток позволяет достаточно эффективно развивать социально-значимые качества будущих специалистов и готовить их как активных граждан современного общества.

Комплексное использование двигательных и психорегулирующих средств в занятиях с девушками 16-18 лет

Якубовская А.Р., Васильева Т.В. ВНИИФК, МГППУ, г. Москва

Известно, что физическая культура является лучшим средством укрепления здоровья, активной жизнедеятельности (К.В.Судаков,1993; В.Г.Баур,2001; М.М.Ляпшов,2001 и др.)

Физическая нагрузка оказывает генерализированное влияние на организм, воздействуя на все его физиологические механизмы, повышая сопротивляемость человека стрессам, оказывая тонизирующее влияние на процессы координации и регуляции двигательных функций, обеспечивающих адаптацию организма к внешним и внутренним воздействиям (Ф.А.Иорданская,1995).

Правильная организация физического воспитания среди молодежи, предусматривающая индивидуальный подход с учетом возрастных анатомо-физиологических особенностей организма и личности человека способствует физическому развитию и является надежным средством предупреждения различных отклонений в состоянии здоровья (В.К.Бальсевич,1996; Г.В.Зайцев, 1995; И.В.Шаркович с соавторами, 2000 и др.).

Однако научно обоснована и доказана высокая эффективность целого ряда средств, положительно влияющих на психоэмоциональную сферу человека. Это - пластическая гимнастика А.В. Попкова, методы психорегулирующей тренировки, методы антистрессовой психорегуляции и т.д., способные снизить эмоциональную напряженность в стрессовых ситуациях у молодых людей.

В связи с этим возникает необходимость в разработке и внедрении среди молодежи комплекса двигательных и психорегулирующих средств, сочетающих в себе привлекательность шейпинга и аэробики, элементы восточных единоборств и йоги, методы антистрессовой психорегуляции.

Анализ литературных данных за последние несколько лет позволил сделать вывод о необходимости единства научного подхода к физическому и психическому здоровью молодежи.

Учитывая большую популярность среди молодежи оздоровительной аэробики, можно предположить, что она является одним из эффективных средств положительно влияющих на психофизиологические функции организма занимающихся.

Регулярные занятия физическими упражнениями ведут к совершенствованию нервной системы. Систематическая мышечная деятельность ведет к благоприятным сдвигам кровообращения в головном мозге; физические упражнения способствуют увеличению объема мышечной массы, занятия психорегулирующей тренировкой способствуют формированию психологического статуса, снижению эмоциональной напряженности (Г.И.Варварина, 1973; М.М.Безруких, М.Ф.Киселев, 2000; З.Б.Белоцерковский,2000 и др.).

Нами было обследовано 60 девушек, занимающихся оздоровительной аэробикой, включающей несколько ее направлений: танцевальную аэробику, элементы восточных единоборств, йогу и методы психорегулирующей тренировки.

Подготовительная часть включала в себя пластическую гимнастику, снимающую фоновое напряжение и настраивающую на занятие, разминку, необходимую для увеличения притока крови к мышцам и улучшения подвижности в суставах.

Вторая – основная часть базировалась на аэробных упражнениях, тренирующих сердечно-сосудистую и дыхательную системы.

В третьем периоде шло постепенное снижение нагрузки за счет использования упражнений меньшей интенсивности и амплитуды.

Далее предусматривались упражнения на силу и гибкость (элементы йоги), выполняемые стоя, сидя и лежа на полу.

В заключительную часть вошли упражнения статического характера на растяжение и упражнения психорегулирующего воздействия.

Занятия проходили 2 раза в неделю по 60 минут в условиях спортивного зала.

Нагрузка регулировалась за счет изменения количества звеньев тела, одновременно участвующих в упражнениях; амплитуды движения, темпа, эмоциональности музыки.

Результаты тестирования двигательной подготовленности, функционального и психоэмоционального состояния показали следующее.

К завершению экспериментального периода (по тесту Купера) улучшилась общая выносливость на 11,1%; улучшилась сила мышц брюшного пресса на 10,6%, увеличилась гибкость в наклоне вперед на 33,3%. Жизненная емкость легких достоверно улучшилась на 26,0% и может быть оценена как «выше средней». Основной обмен после нагрузки достоверно улучшился и снизился на 13,8%. Частота сердечных сокращений после нагрузки к концу эксперимента достоверно улучшилась, снизившись на 12 уд./мин.

Изучение психоэмоционального состояния девушек проводилось с помощью психологических тестов: шкалы Спилбергера, определяющей уровень ситуативной тревожности и теста САН (самочувствие, активность, настроение).

К завершению эксперимента у занимающихся достоверно улучшились показатели самочувствия и настроения в среднем на 18,9%, уровень тревожности снизился на 5,1%.

Таким образом, разработанная комплексная методика оздоровительных занятий с девушками 16-18 лет, построенная с учетом формирования гармоничного телосложения, повышения функциональных возможностей организма, уровня развития физических и психических качеств, показала положительный оздоравливающий и тренирующий эффект.

Организация тренировочного процесса, построенного на чередовании различных видов аэробики и элементов йоги с использованием методов совершенствования выносливости, гибкости, двигательных качеств и методов психорегуляции, является наиболее эффективным способом совершенствования уровня двигательной подготовленности, функционального и психоэмоционального состояния занимающихся.

Исследования подтвердили, что комплексные занятия с использованием двигательных и психорегулирующих средств улучшают эмоциональное состояние девушек, повышает самооценку, физическую и умственную работоспособность. Проведение физкультурно-оздоровительных занятий по комплексной программе в 1,5-2 раза снижает заболеваемость, на 20-30% повышает работоспособность и выносливость, в 90-100% случаев улучшает настроение и самочувствие, снижает уровень ситуативной тревожности.

РАЗДЕЛ. III.

ИНФОРМАЦИОННОЕ И МАТЕРИАЛЬНО-ТЕХНИЧЕСКОЕ СОПРОВОЖДЕНИЕ ФИЗКУЛЬТУРНО-СПОРТИВНОЙ ДЕЯТЕЛЬНОСТИ РАЗНООБРАЗНЫХ СТРУКТУР, УЧРЕЖДЕНИЙ, ОРГАНИЗАЦИЙ КАК УСЛОВИЕ САМОРЕАЛИЗАЦИИ СОЦИАЛЬНО- ЗНАЧИМЫХ И БИОЛОГИЧЕСКИХ ПОТРЕБНОСТЕЙ ЧЕЛОВЕКА

Из опыта работы сектора «Информационно-технического сопровождения и издательской деятельности» ГУ ИАЦРФКИС Липецкой области

С.П. Герасимова, ГУ «ИАЦРФКИС ЛО», г. Липецк

Создание сектора «Информационно-технического сопровождения и издательской деятельности» обусловлено необходимостью иметь реальную оперативную информацию о психофизиологическом состоянии здоровья населения Липецкой области и его потребностях в информации о возможностях физического совершенствования и, учитывая полученные данные, обеспечить работников сферу дополнительного физкультурно-спортивного образования и физкультурно-спортивную отрасль в целом необходимыми материалами теоретической и практической направленности.

Сбор разнообразных по своим целям и задачам данных на современном этапе осуществляется через огромное количество информационных каналов, и именно этим определяется главная задача сектора - освоить многообразие информационных технологий и, в первую очередь, те из них, которые дают возможность получать достоверные знания о состоянии здоровья человека, об эффективности использования средств физической культуры и спорта, о качестве принятых управленческих решений. Решение этой задачи создаёт возможность перехода к достижению новой, более высокой цели: созданию собственных добывающих и аналитических информационных технологий с учётом специфики исследования физического здоровья и физической подготовленности и совершенствования физкультурно-массовой работы. Кроме того, ещё одним из направлений деятельности сектора является обеспечение новейшими техническими средствами как физкультурно-спортивного процесса, так и всех сопровождающих его видов деятельности. При этом Центр не отказывается от использования традиционных информационных технологий - издания научно-методических материалов, разрабатываемых на основе результатов разнообразных мониторингов и направленных на самореализацию социально-биологических потребностей личности, в том числе профессиональных, в сфере физической культуры и спорта.

Для наиболее эффективной организации работы сектора в нём образованы два отдела: отдел информационных технологий и редакционно-издательский, каждый из которых работает по своим направлениям и, в то же время, стремится к достижению общей поставленной цели.

Отдел «Редакционно-издательская деятельность» появился одним из первых в структуре ГУ «ИАЦРФКИС ЛО». Он укомплектован высококвалифицированными специалистами, имеющими большой опыт работы как в редакторско-издательской, так и в других областях деятельности.

С июля 2004 года, когда был сформирован штат, издан ряд методических пособий, содержание которых разработано сотрудниками Центра. Кроме того, осуществляется издание материалов совместно с авторами, которые заинтересованы в публикации своего опыта работы в физкультурно-спортивной и иных сферах деятельности, связанных с целями и задачами работы Центра.

Издательская деятельность представлена следующими сериями:

- «Для тех, кто хочет быть здоровым».
- «Личностный рост средствами физической культуры».
- «Нормативно-правовые акты сферы физической культуры, спорта, физкультурно-педагогического образования».
- «Физкультурное образование школьников» (Из опыта работы учителя).
- «Непрерывное профессиональное физкультурно-спортивное педагогическое об-

разование)».

В серии «Для тех, кто хочет быть здоровым» опубликована методическая разработка, состоящая из двух частей: «Фитнес для Тебя: как выбрать свою программу?» (Часть I) и «Технология и содержание занятий в фитнес-системе» (Часть II). В основу второй части был положен опыт работы инструктора-методиста по фитнес-аэробике Е.Пономаревой из г. Ельца. Эта разработка стала лауреатом в номинации организационно-методических работ, опубликованных в Липецкой области за 2004 год. Издание включает в себя популярную информацию о содержании занятий для детей, подростков и женщин фитнес-аэробикой.

Следующая разработка в этой же серии также состоит из двух частей под общим названием «Физкультурно-оздоровительная работа с учащимися в условиях общеобразовательных учреждений / «Организация и содержание физкультурминутки и физкультпауз как одна из форм поддержания здоровья учащихся» (Часть I) и является обобщением опыта, накопленного педагогами г. Липецка, Липецкой области, преподавателями ЛГПУ (в том числе факультета физической культуры) в проведении различных организационных форм оздоровительной и коррекционной работы с использованием учащимися средств физической культуры. Некоторые комплексы упражнений, представленные в настоящем издании, прошли апробацию с учителями МОУСОШ №55 и №77 г. Липецка (2004г.) и получили положительную оценку не только педагогов, но и всех тех, кто заинтересован в улучшении самочувствия школьников в процессе учебного дня и формировании у них культуры здоровья.

Вторая часть, включающая содержание подвижных перемен и физкультурно-спортивных праздников находится в разработке и ее актуальность безусловна.

Для практического внедрения указанных рекомендаций в соответствии с потребностями педагогов-практиков сотрудниками Центра разработаны проект-программы, которые включают не только издание организационно-методических материалов оздоровительного, рекреативного (для отдыха), коррекционного характера, но и учебные планы для программ семинаров, практикумов, мастер-классов, участники которых смогут изменить профессионально-личностный взгляд на известные знания и приобрести современное представление об использовании средств физической культуры в жизнедеятельности детей.

Серия материалов под названием «Личностный рост средствами физической культуры» направлена на развитие личности. В данной серии издана методическая разработка «Интеграция: Дух - Душа - Тело». Она является частью проекта-программы летнего отдыха детей «Ярмарка движений» и прошла апробацию в детско-оздоровительном комплексе «Прометей» с детьми от 8 до 15 лет.

Обобщение опыта учителей физической культуры подсказало издание следующей разработки, которую подготовили в соавторстве С.А. Костонин и А.А. Зубченко под общим названием «Все начинается с урока».

Осуществление Центром последипломной образовательной деятельности потребовало публикации пакета материалов для подготовки тренеров-преподавателей по плаванию: учебных планов-программ, содержания семинарских занятий, которые были апробированы и практически внедрены со слушателями курсов повышения квалификации по обучению плаванию детей 6-15 лет. Эта серия получила название «Непрерывное профессиональное физкультурно-спортивное, педагогическое образование».

В ней представлены методические разработки по организации работы тренеров-инструкторов по плаванию, по организации и проведению эстафет и подвижных игр, по методике организации и проведения мониторинга физического здоровья и физической подготовленности детей, подростков и молодежи.

Редакционно-издательский отдел совершенствует свою работу по информационно-техническому обеспечению массового физкультурно-спортивного движения на территории Липецкой области.

В методической разработке «Энциклопедия двигательных заданий-тестов для спортивно-оздоровительных соревнований-соревнований по программе «Демениада» (Часть I), представлены двигательные задания-тесты, использование которых в физкультурно-спортивной практике позволяет участвовать людям широкого возрастного диапазона не занимающимся целенаправленно каким-либо видом спорта, но ведущим активный двигательный стиль жизни. Методическая разработка содержит двигательные задания-тесты, которые классифицируются не только по направленности на проявление двигательных

(физических) качеств человека (ловкость, выносливость, быстрота и т.д.), но и по способу выполнения заданий: индивидуальные и единоборства. Такое структурирование содержания разработки расширяет возможности выбора при составлении программ соревнований-соревнований, что в целом создает возможность использования ее содержания в разнообразных целях по формированию здорового стиля жизни.

Такая возможность обеспечивается изданием второй части к указанному выше «Технология организации и проведения массовых физкультурно-спортивных мероприятий.- Часть II / Организационно-методические материалы для проведения мастер-класса». Содержание этой разработки включает организацию разнообразных по форме и содержанию мероприятий с населением разного возраста, пола, социальной принадлежности в условиях, которые могут характеризоваться как спортивными дворцами-стадионами, так и лесными полянами.

Данная разработка составлена на основе результатов разнообразных физкультурно-спортивных мероприятий, проведенных на территории Липецкой области с различными по возрасту и социальной принадлежности группами населения.

Яркая, увлекательная игровая состязательная форма программы, требующая относительно небольших финансовых и организационных затрат делает её востребованной на разных уровнях проведения мероприятий – от дворовой (школьной) до празднично-массовой.

Данная разработка может служить организационно-методическими и рекомендациями, указаниями частично пособием при подготовке штата для организации массовых праздников.

В связи с тем, что на территории Липецкой области внедряется система мониторинга физического здоровья и двигательной подготовленности населения, что является одним из направлений деятельности Центра, редакционно-издательский отдел подготовил и издал материалы под названием «Мониторинг физического здоровья детей, подростков и молодежи российской федерации» / Организационно-методическая разработка.

В рекомендациях представлены материалы по методике организации мониторинга физического здоровья. Подробно излагаются вопросы проведения тестовых испытаний на уроках (занятиях) физической культуры. Представлена методика составления и заполнения документов по утвержденным формам отчетности.

Вся перечисленная выше и изложенная в данном издании информация призвана обеспечить качество организации мониторинга. Несмотря на то, что указанная разработка была издана в 2005 году, уже сейчас имеется достаточное количество информации для ее переиздания, полученной в результате апробации построения системы мониторинга.

Издание материалов, заключенных в шести отдельных публикациях и имеющих прямое отношение к одному виду спортивной деятельности – плаванию - способствовало повышению качества непрерывного профессионального физкультурно-спортивного образования тренеров-педагогов по плаванию и мастерства организаторов данного процесса. Своевременное начало курсовой переподготовки названной категории специалистов сферы ФКиС содействовало качественному освоению программ повышения их квалификации, что зафиксировано результатами проведенного анкетирования и опроса. Наиболее ценна для нас была оценка качества методической грамотности, востребованности изложенной во всем пакете публикаций информации.

В пакет вошли:

1. «Необходимые условия организации работы плавательного бассейна». Часть I-II / Организационно-методические материалы.

2. «Технология организации и начального обучения плаванию» / Организационно-методические материалы

3. «Нормативно-правовое регулирование физкультурно-спортивной деятельности на примере работы водноспортивного комбината». Часть I-II. / Организационно-методические материалы.

4. Авторская программа В.В.Дементьева. «Личностный подход в структуре начального обучения плаванию».

5. «В помощь директору ДЮСШ» / Организационно-методические материалы.

6. «Начальная спортивная подготовка в плавании» / Организационно-методические материалы.

Все перечисленное издано тиражом, достаточным для обеспечения информацией нескольких потоков тренеров-преподавателей, участвующих в повышении квалификации.

Одним из важнейших направлений работы отдела стала подготовка пресс-релизов к наиболее значимым мероприятиям Управления ФКСиТ области и Центра и аналитических материалов по их итогам. Это предполагает активное сотрудничество со СМИ за истекший период в региональной спортивной печати в «Липецкой спортивной газете» и бюллетене «Спорт для всех», в которых публиковались информационные и аналитические материалы, освещающие как деятельность Центра, так и наиболее значимые события физкультурно-спортивной жизни нашего региона.

Только в этом году сотрудниками отдела подготовлено свыше десяти публикаций для региональных средств массовой информации, из них шесть - крупные аналитические материалы.

Новой областью деятельности отдела стала подготовка к изданию сценариев крупных физкультурных мероприятий, содержание технологий проведения этих мероприятий и их информационное сопровождение, организация, а также проведение пресс-конференций. Перечисленное указывает не только на широкий диапазон деятельности Центра, но, прежде всего, на своевременное информационное обеспечение этой деятельности посредством издания материалов методического, организационного, программного, пропагандистского характера.

В перспективе отдел стремится выйти на создание собственной издательской базы и периодического издания, освещающего многогранную деятельность в физкультурно-спортивной отрасли на территории Липецкой области, в том числе в сопоставлении с другими регионами страны и зарубежным опытом.

Свои информационно-аналитические функции редакционно-издательский отдел реализует в тесной взаимосвязи с другими подразделениями Центра и, в первую очередь, с отделом информационных технологий.

В связи с тем, что у Центра имеется электронный адрес и в 2006 году планируется создание своего сайта поступление информации, обмен информацией, информирование о своей деятельности и приглашение всех заинтересованных к взаимодействию поможет адресному внедрению средств физической культуры и спорта в самые разные сферы жизнедеятельности человека, от занимающегося спортом до обеспечивающего функционирование данной отрасли. А наличие должной, нужной и своевременной информации, как известно, обеспечивает эффективность, продуктивность, повышение качества жизни людей.

Использование компьютерных технологий при исследовании различных компонентов физического состояния детей, подростков и молодежи

С.П. Лёвушкин, Л.Н. Гондарева.

Ульяновский государственный университет, г. Ульяновск

Повышение функциональных возможностей организма детей, подростков и молодежи, сохранение и укрепление их здоровья является важнейшей задачей общества. Однако в последние годы наметилась устойчивая тенденция снижения уровня состояния здоровья подрастающего поколения [2, 5, 10, 12 и др.]. По нашим данным, детей и подростков, имеющих отклонения только в состоянии опорно-двигательного аппарата, в г. Ульяновске и области насчитывается 61,6 % [6]. В связи с этим возникает необходимость своевременной диагностики отдельных компонентов здоровья и проведения различного рода профилактических мероприятий. Современный уровень развития вычислительной техники создает благоприятные условия для решения данной проблемы.

Нами разработаны и внедрены следующие компьютерные программы, обеспечивающие оценку и коррекцию отдельных компонентов физического состояния детей, подростков и молодежи:

- 1) программа по оценке и коррекции морфофункционального развития школьников;
- 2) программа по оценке физической работоспособности;
- 3) программа по оценке и коррекции физического здоровья школьников;
- 4) программа по оздоровительной женской гимнастике;
- 5) программа по оценке и коррекции физической подготовленности школьников;
- 6) программа по оценке и коррекции физического состояния школьников и студентов.

Первая программа позволяет выполнять центильную оценку отдельных показателей физического развития (длины, массы тела, окружности грудной клетки, кистевой динамометрии, жизненной емкости легких) и сердечно-сосудистой системы (частоты сердечных сокращений, артериального давления) школьников. Кроме того, разработанная программа позволяет рассчитывать и давать качественную оценку двойного произведения, весоростового и жизненного индексов. На основе введенных данных программа выполняет интегральную оценку физического развития, оценивает степень его гармоничности, определяет состояние физиометрических функций и гемодинамических показателей. Для каждого обследуемого школьника компьютерная программа предлагает индивидуальные рекомендации по организации самостоятельных занятий физическими упражнениями с учетом возраста, пола, уровня физического развития. В программе двигательной активности, рассчитанной на восемь недель, учитываются следующие условия: количество физкультурных занятий в неделю; продолжительность одного занятия; оптимальный пульсовый режим; метод выполнения упражнений; средства физического воспитания. Кроме этого, программа позволяет сохранять полученные результаты в специальной компьютерной базе данных; проводить их статистическую обработку (с определением средней арифметической, среднего квадратического отклонения и других статистических параметров); выводить на монитор список всех школьников, участвовавших в исследованиях; осуществлять оперативный поиск обследуемого по его фамилии; систематизировать исследуемых школьников в зависимости от возраста, пола, уровня физического развития, наличия отклонений в состоянии сердечно-сосудистой системы, опорно-двигательного аппарата, степени развития гемодинамических, физиометрических функций и многих других признаков; осуществлять отчеты по всем имеющимся в базе данных показателям в виде количественных и процентных величин; выполнять печать промежуточных и конечных результатов исследования.

Вторая компьютерная программа предназначена для исследования такого важного компонента «динамического здоровья», как физическая работоспособность. В основу данной программы положена общепринятая функциональная проба PWC170 [4], действующая по принципу Съестранда [13]. Для реализации предложенной программы необходимы показатели велоэргометрии или степэргометрии и реакции ЧСС на две нагрузки в зонах умеренной и большой мощности. Программа позволяет определить относительную и абсолютную величины PWC170; прогнозировать величину максимального потребления кислорода, объем сердца, максимальный ударный объем крови; сохранять в памяти компьютера результаты проведенных исследований; систематизировать полученные данные по возрастным, половым, спортивным признакам; распечатывать результаты проведенных исследований.

В основу компьютерной программы по оценке и коррекции физического здоровья школьников была положена методика Г.Л. Апанасенко и соавт. [1], суть которой заключается в создании формализованной (в баллах) экспресс-оценки уровня здоровья индивида по простейшим антропометрическим и функциональным показателям: весоростовому, силовому, жизненному индексу, двойному произведению, времени восстановления ЧСС после 20 приседаний за 30 секунд, имеющим выраженные корреляционные связи с уровнем энергопотенциала индивида.

В результате применения этой компьютерной программы школьники получают качественную оценку своего уровня физического здоровья и два блока рекомендаций по оптимальной организации своей двигательной деятельности. Первый блок состоит из индивидуальных (в зависимости от возраста, пола, уровня здоровья и сенситивных периодов в развитии двигательных качеств) рекомендаций, рассчитанных на самостоятельные занятия. Второй блок рекомендаций включает в общей сложности 176 комплексов физических упражнений, расписанных в соответствии с общепринятой формой учительского конспекта урока, рассчитанного на 45 минут и предусматривающего использование круговой тренировки. Программа включает в себя несколько подпрограмм, позволяющих наряду с интегральной оценкой уровня здоровья и выдачи блока рекомендаций осуществлять хранение, систематизацию (в зависимости от различных признаков), статистическую обработку получаемых данных, мониторинг индивидуальных и групповых показателей на протяжении практически неограниченного времени, представлять изучаемые параметры в форме таблиц и диаграмм; выводить результаты исследований на печать.

Использование программ по оценке и коррекции физического здоровья позволило создать компьютерную базу данных, состоящую из результатов обследования 1177

учащихся 1-11 классов школы-гимназии № 1 г. Ульяновска и Ишеевской средней общеобразовательной школы. В ходе проведенного исследования школьники получили индивидуальную оценку уровня физического здоровья по пятибалльной системе: 1 – низкий уровень; 2 – ниже среднего; 3 – средний; 4 – выше среднего; 5 – высокий. Анализ полученных данных позволил распределить всех обследуемых следующим образом: низкий уровень физического здоровья – 43 человека (3,7 %), ниже среднего – 206 (17,5 %), средний – 447 (38 %), выше среднего – 351 (29,8 %), высокий 130 (11 %). Кроме того, результаты проведенных исследований, полученные с использованием данной программы экспресс-оценки, позволили предварительно распределить всех обследуемых на три массива: здоровые – 481 школьника (40,8 %) (уровень физического здоровья – высокий и выше среднего), группа «риска» - 447 учащихся (38 %) (уровень здоровья - средний) и потенциально больные – 249 школьников (21,2 %) (уровень здоровья – ниже среднего и низкий). Представители второго и третьего массивов были рекомендованы для углубленного медицинского обследования в отделениях профилактики.

Компьютерная программа по оздоровительной женской гимнастике рассчитана на девушек и молодых женщин. Данная программа включает в себя два основных блока: медико-биологический и педагогический.

Медико-биологический блок позволяет выполнять количественную и качественную оценку различных компонентов физического развития и соматического здоровья занимающихся. Программа определяет оптимальную массу тела с учетом возраста, пола и типа телосложения, выполняет расчет жирового компонента, выявляет отклонения от нормы отдельных участков тела (талия, грудная клетка, таз, голень). На основе предварительного определения отдельных показателей сердечно-сосудистой системы (частоты сердечных сокращений, артериального давления, времени восстановления пульса после стандартной физической нагрузки) и ряда данных физического развития программа позволяет дать интегральную оценку уровня физического здоровья по 5-балльной системе.

Педагогический блок позволяет оценивать уровень развития отдельных двигательных качеств (силы, гибкости, равновесия, силовой выносливости различных мышечных групп) и физической подготовленность в целом, а также выдавать рекомендации по организации двигательной активности и режиму питания. Рекомендательная часть программы включает индивидуальные комплексы физических упражнений, учитывающие возраст, уровень физического здоровья, подготовленность, особенности телосложения занимающихся.

Во многих работах, посвященных созданию и использованию компьютерной техники в педагогической сфере, особо отмечается, что одним из основных в технологической цепочке совершенствования образования на основе применения персональных компьютеров является педагогический контроль, позволяющий в большей степени реализовать творческий потенциал педагогов и обучаемых, индивидуализировать процесс обучения, совершенствовать традиционные и внедрять новые формы и методы воспитания. И если вышеперечисленные программы рассчитаны на использование их как в медицинской, так и в педагогической сфере, то программа по оценке и коррекции физической подготовленности школьников находит свое применение, главным образом, в деятельности учителя физической культуры, где может быть использована как средство педагогического контроля.

Компьютерная программа по оценке и коррекции физической подготовленности школьников позволяет оценивать уровень развития таких двигательных качеств, как скоростные, координационные, скоростно-силовые, силовые, гибкость, выносливость. Кроме того, программа позволяет получать интегральную оценку уровня физической подготовленности; сохранять данные исследования в памяти компьютера; проводить их статистическую обработку; выводить на монитор список всех школьников, участвовавших в тестировании; осуществлять оперативный поиск школьника по фамилии; систематизировать учащихся по различным критериям; проследить изменение результатов контрольных упражнений на протяжении одного учебного года и всех лет обучения в школе. На основе использования данной программы каждый школьник получает рекомендации по двигательной активности, в которых учитываются индивидуальные особенности (возраст, пол, структуру моторики, уровень физической подготовленности) и предусматриваются физиологические режимы при выполнении физических упражнений.

Использование программы позволило создать компьютерную базу данных, включающую в себя результаты обследования 1621 учащихся 83 средней общеобразователь-

ной школы г. Ульяновска.

В результате исследования все школьники были распределены на 3 группы: учащиеся с «низким» уровнем ФП (263 чел.), со «средним» уровнем ФП (29 чел.) и школьники с «высоким» уровнем ФП (882 чел.). Проведенное тестирование показало, что наиболее отстающими двигательными качествами у школьников являются силовые. Так, процент учащихся, имеющих уровень развития «ниже среднего» и «низкий» по таким показателям, как силы мышц разгибателей спины, правой и левой кисти соответственно составил - 60,9 %, 62,6 % и 63,6 %. К разряду наиболее развитых физических качеств относятся координационные способности и аэробная выносливость. В данном случае процент школьников, имеющих уровень развития «выше среднего» и «высокий», соответственно, составил 55,1 % и 40 %.

Использование компьютерной программы по оценке и коррекции физической подготовленности позволяет оперативно ставить оценки по предмету «физическая культура», выявлять группу наиболее подготовленных школьников, формировать сборную команду школы для участия в спортивных соревнованиях, следить за индивидуальной и групповой динамикой в развитии двигательных качеств, вносить коррективы в учебный процесс по физическому воспитанию.

Последней компьютерной программой, созданной нами в последние годы, явилась программа «Мониторинг здоровья», предназначенная для исследования различных компонентов физического состояния школьников и студентов. Созданный программный продукт представляет собой многопользовательскую систему, работающую по технологии «клиент-сервер». Это позволяет выполнять работу с ней одновременно на большом числе персональных компьютеров и хранить практически неограниченное количество данных. За хранение информации отвечает внешний SQL-сервер (Firebird). Программой используются показатели, указанные в постановлении правительства Российской Федерации от 29.12.2001 № 916 «Об общероссийской системе мониторинга состояния физического здоровья населения, физического развития детей, подростков и молодежи» и приказе министерства здравоохранения и министерства образования Российской Федерации от 30.06.1992 № 186/272 «О совершенствовании системы медицинского обеспечения детей в образовательных учреждениях».

Компьютерная программа состоит из 7 основных разделов, краткое содержание которых представлено ниже.

I. *Раздел ввода информации* предусматривает ввод «паспортных» данных студентов и результатов обследований. К «паспортным» данным относятся дата обследования; фамилия, имя, отчество, пол, дата и место рождения обследуемого; класс, группа, образовательное учреждение, где он обучается. Раздел ввода результатов обследований предусматривает ввод информации о физическом развитии, физической подготовленности, работоспособности, состоянии кардиореспираторной системы, опорно-двигательного аппарата и заболеваемости.

II. *Раздел вычисления индексов и интегральных показателей* позволяет рассчитать уровень физического здоровья (по Г.Л. Апанасенко); адаптационный потенциал (по Р.М. Баевскому); индекс физического состояния (по С.П. Лёвшину); расчет антропометрических индексов; величину интенсивности накопления пульсового долга, PWC170, максимального потребления кислорода и др.

III. *Раздел индивидуального и группового рейтинга* позволяет представить отдельных обследуемых и группы школьников или студентов в определенной последовательности в зависимости от средней величины качественной оценки данных физического развития, двигательной подготовленности и состояния сердечно-сосудистой системы.

IV. *Раздел статистической обработки* предусматривает выполнение статистической обработки данных с определением отдельных статистических параметров, необходимых для научных выкладок. При вводе результатов исследований формируется база данных, позволяющая подвергать многомерной статистической обработке введенные показатели крупными статистическими системами статистическими пакетами типа «Statistica» и т.п.

V. *Раздел корректировки нормативов* позволяет корректировать нормативы изучаемых показателей в соответствии с региональными стандартами.

VI. *Раздел отчетов* позволяет систематизировать исследуемых школьников и студентов в зависимости от образовательного учреждения, где они обучаются, от возраста, пола, наличия отклонений в состоянии сердечно-сосудистой системы, опорно-

двигательного аппарата, степени развития гемодинамических и физиометрических функций и многих других показателей и осуществлять отчеты о результатах мониторинга по вышеуказанным критериям по всем имеющимся в базе данных показателям.

VII. *Раздел заключений и рекомендаций* позволяет выполнять оценку уровня физического развития, его гармоничности, общей физической подготовленности, мышечной работоспособности, определяет состояние физиометрических и гемодинамических показателей. Для каждого обследуемого студента компьютерная программа предлагает индивидуальные рекомендации по организации самостоятельных занятий физическими упражнениями с учетом возраста, пола, уровня физической подготовленности.

С использованием представленной выше компьютерной программы нами проведено изучение физического развития детей и подростков г. Ульяновска за период с 1993 по 2003. В эти годы в обследованиях принимали участие свыше 20000 учащихся общеобразовательных школ города (в 1997-1998 годах – 15150 школьников, в 2003 году 5776 учащихся обоего пола). Показатели физического развития, полученные в эти годы, сравнивались с данными 1993 года [11].

При изучении физического развития применялась методика В.В. Бунак (1941). Использование программы «Мониторинг здоровья» позволило создать большие по объему компьютерные базы данных, произвести мгновенную статистическую обработку полученных показателей, выполнить анализ динамических исследований физического развития.

Анализ физического развития за период с 1993 по 1998 год показал, что наиболее значительные изменения претерпевают физиометрические параметры. Так, величина жизненной емкости легких (ЖЕЛ), характеризующая функцию внешнего дыхания, по сравнению с аналогичным показателем 1993 года значительно снизилась: у школьников мужского пола минимальное снижение данного показателя наблюдалось в 8 лет (11,4 %), максимальное – в 17 лет (20,9 %); у школьниц минимальное снижение – в 7 лет (7,3 %), максимальное снижение - в 17 лет (19,4 %). Причем у школьниц наблюдается нарастающее снижение данного показателя с возрастом. При изучении данных кистевой динамометрии, характеризующих силу мышц сгибателей правой кисти, было выявлено еще более резкое (по сравнению с ЖЕЛ) их снижение. По каждому возрасту оно составило в среднем у школьников - 22,3 %, у школьниц - 19,5 %. Аналогичные данные были получены и при анализе силы мышц левой кисти: у школьников снижение в среднем по всем возрастам составило 21,7 %, у школьниц – 20,1 %.

Изучение динамики физического развития за второе пятилетие (с 1998 по 2003 год) показало, что основные антропометрические данные школьников Ульяновска, как и в первом пятилетии, изменились незначительно. Резкое снижение темпов развития ЖЕЛ, выявленное в период с 1993 года по 1997-1998 годы, как у мальчиков, так и у девочек, сменилось повышением. Очень заметное снижение показателей кистевой динамометрии, свойственное первым пяти годам анализируемого периода времени, приостановилось.

Результаты изучения физического развития школьников г. Ульяновска с использованием компьютерной программы «Мониторинг здоровья» показали, что процесс акселерации, хорошо заметный в середине прошлого столетия, на рубеже веков прекратился. Основные показатели физического развития (длина и масса тела, окружность грудной клетки) имеют тенденцию к незначительному снижению и стабилизации. Особую тревогу вызывает резкое снижение жизненной емкости легких и силы кистей рук, которое, на наш взгляд, во многом связано со снижением двигательной активности школьников, ухудшением качества школьного физического воспитания, с интенсификацией учебного процесса и низким уровнем благосостояния населения г. Ульяновска.

Описанные нами компьютерные программы получили широкое распространение в деятельности областного врачебно-физкультурного диспансера, ряда школ г. Ульяновска и области, Чайковского государственного института физической культуры, Информационно-аналитического центра развития физической культуры и спорта Липецкой области. Использование программ позволяет осуществлять оперативный и объективный контроль различных компонентов физического состояния детей подростков и молодежи; корректировать образовательный и оздоровительный процесс; индивидуализировать процесс физической подготовки, автоматизировать операции анализа и оценки полученных результатов. Внедрение данных программ в практику позволило создать компьютерные базы данных, включающие результаты обследований более 30000 школьников и студентов. На основе этих данных нами были разработаны стандарты физического развития и физиче-

ской подготовленности школьников г. Ульяновска [7, 8]. В ближайшее время планируется разработка стандартов физического развития и физической подготовленности студентов г. Ульяновска.

Список литературы

1. Апанасенко Г.Л., Науменко Р.Г., Морозов Н.В., Соколовская Г.Н., Ширияев В.Н.: Методические рекомендации. - Киев: мед. институт им. академ. А.Богомольца, 1988. – 12с.
2. Баранов А.А., Цибульская И.С., Альбицкий В.Ю. Здоровье детей России. – М.: СПР, 1999. – 272 с.
3. Бунак В. В. Антропометрия. – М.: Учпедгиз, 1941. – 368 с.
4. Карпман В.Л., Белоцерковский З.Б., Любина В.Г. PWC170 - проба для определения физической работоспособности // Теория и практика физической культуры. - 1969. - №10. - С. 37-40.
5. Кучма В. Р. Дети в мегаполисе: некоторые гигиенические проблемы. – М.: Научный центр здоровья детей РАМН, 2002. – 280 с.
6. Лёвушкин С. П. Стандарты морфофункционального развития школьников г. Ульяновска разных типов телосложения. – Ульяновск: УлГУ, 2004. – 60 с.
7. Лёвушкин С.П., Балибин В.К., Смыковская Р.М., Савельев А.Ю. Стандарты морфофункционального развития школьников г. Ульяновска. – Ульяновск: ИПК ПРО, 2000. – 28 с.
8. Лёвушкин С.П., Жукон О.Ф. Стандарты физической подготовленности школьников г. Ульяновска. – Ульяновск: УИПК ПРО, 2004. – 32 с.
9. Лях В.И., Мейсон Г.Б. Программа физического воспитания учащихся 1-11 классов с направленным развитием двигательных способностей. - М., 1993. - 64 с.
10. Максимова Т. М. Современное состояние, тенденции и перспективы оценки здоровья населения. – М.: ПЕР СЭ, 2002. – 192 с.
11. Сауров Н.А., В.К.Балибин, А.Д.Тиселько Стандарты физического развития школьников г. Ульяновска: Пособие для медицинских работников, преподавателей физической культуры, тренеров. – Ульяновск, 1994. – 73 с.
12. Сухарев А. Г. Концепция укрепления здоровья детского населения Севера // Ребенок и Север. Проблемы формирования здоровья и адаптации детей и молодежи в среде обитания: тезисы докладов XXXIX международной научно-практической конференции. – Мурманск, 2001. – С. 147–149.
13. Sjostrand T. Changes in the Respiratory organs of workmen at one oresmelting work // Acta Med. Scand. - 1947. - Suppl. 196. - P. 687-699.

Математическая модель интегральной оценки физического состояния школьников разных типов телосложения

С.П. Лёвушкин, Д.А. Корнилов.
Ульяновский государственный университет, г. Ульяновск

В последние десятилетия рядом известных ученых ведется работа над созданием методов исследования, которые на основании данных, полученных в состоянии мышечно-го покоя, позволили бы судить о реакциях организма при выполнении динамической работы. Наибольший интерес представляют исследования, результаты которых позволяют получить способы прогнозирования общей и анаэробной работоспособности по показателям, полученным либо в состоянии относительного покоя, либо после использования незначительных по объему и интенсивности физических нагрузок.

По литературным данным известно, что одним из наиболее информативных показателей, дающих общую оценку адаптационным способностям организма, является определение общей физической работоспособности, характеризующей аэробную производительность организма по тесту PWC170 [1, 2, 3, 4, 6, 7, 10, 11].

Прямое определение величины PWC170 не может быть широко использовано в спортивной, физкультурной и спортивной практике, поскольку требует относительно длительного времени ее получения, специального оборудования и квалифицированного персонала. Кроме того, данная функциональная проба не совсем безопасна для самого обследуемого. В связи с этим рядом авторов предлагаются косвенные способы определения данной величины [1, 6]. Наряду с методами, основанными на выполнении испытываемыми велоэргометрических и стэпэргометрических нагрузок, многие специалисты применяют косвенные безнагрузочные методы. В этих целях используются в основном некоторые антропометрические, физиометрические и гемодинамические показатели. Среди таких способов оценки физического состояния наиболее известными в науке, и в опреде-

ленной степени оправдавшими себя на практике, являются методы, предложенные Г.Л. Апанасенко [3], Р.М. Баевским [5] и Е.А. Пироговой [10]. Считается, что эти методы основаны на наличии значимой корреляционной связи между аэробной производительностью, адаптационными возможностями организма и предлагаемыми ими расчетными показателями.

Несмотря на широкую распространенность данных методов можно высказать в их адрес некоторые комментарии и замечания: метод Е.А.Пироговой предназначен только для взрослых людей (и лишь частично для лиц юношеского возраста), а методы Г.Л. Апанасенко и Р.М. Баевского хотя и предназначены для лиц всех возрастов, однако они не учитывают индивидуально-типологические особенности людей.

Учитывая замечания, высказанные в адрес отдельных широко распространенных методов оценки физического состояния, мы провели собственное исследование, в котором в качестве объекта выступили школьники основной медицинской группы мужского пола в возрасте от 7 до 17 лет, имеющие разные типы телосложения.

В исследовании использовались прямой способ определения PWC-170 [7], экспресс-методы по оценке физического состояния [10], физического здоровья [3] и определения адаптационного потенциала [5]. Тип телосложения определяли согласно схеме В.Г. Штефко, А.Д. Островского [12] в ее современной модификации [9]. При математико-статистической обработке полученного материала использовался статистический пакет Statistica 5.0, реализованный на базе персонального компьютера Pentium IV.

В ходе исследования решались две задачи:

1) выполнить анализ корреляционной зависимости между величиной PWC170, и другими параметрами, косвенно отражающими физическое состояние, которые предлагаются разными авторами;

2) на основе использования методов многомерной статистики разработать математическую модель, характеризующую зависимость PWC170 от группы определенных показателей физического состояния.

Для решения первой задачи применялся метод парной корреляции, который позволил найти возможную взаимосвязь с такими параметрами, как адаптационный потенциал (АП) (по Р.М. Баевскому), индекс физического состояния (ИФС) (по Е.А. Пироговой), уровень физического здоровья (УФЗ) (по Г.Л. Апанасенко), а также различные регрессионные методы, которые позволили бы установить возможную функциональную зависимость между указанными параметрами и PWC170.

Результаты корреляционного анализа представлены в таблицах 1- 4. Из данных таблиц видно, что показатели ИФС, АП, УФЗ имеют слабую корреляционную зависимость как с абсолютной, так и с относительной величинами PWC170. Это означает, что PWC170 можно использовать как независимый интегральный параметр для описания физического состояния.

Таблица 1

Результаты корреляционного анализа абсолютного и относительного значений PWC170 с различными показателями для мальчиков 7-10 лет

Возраст	7-8 лет (n = 52)		9 лет (n = 58)		10 лет (n = 64)	
	Абсол.	Относ.	Абсол.	Относ.	Абсол.	Относ.
PWC170						
Показатели						
PWC170 абсолютное	1,00	0,77	1,00	0,85	1,00	0,88
PWC170 относительное	0,77	1,00	0,85	1,00	0,88	1,00
ИФС по Е.А. Пироговой	0,09	0,07	0,08	0,16	0,17	0,24
АП по Р.М.Баевскому	0,1	0,06	0,18	-0,08	0,05	-0,14

УФЗ по Г.Л. Апанасенко	-0,17	0,09	-0,21	-0,07	0,15	0,28
------------------------	-------	------	-------	-------	------	------

Таблица 2

Результаты корреляционного анализа абсолютного и относительного значений PWC170 с различными показателями для мальчиков 11-14 лет

Возраст	11 лет (n = 67)		12 лет (n = 79)		13 лет (n = 81)		14 лет (n = 66)	
	Абсол.	Отн.	Абсол.	Отн.	Абсол.	Отн.	Абсол.	Отн.
PWC170	1,00	0,83	1,00	1,00	0,74	0,81	1,00	0,76
Показатели								
PWC170 абсолютное	1,00	0,83	1,00	1,00	0,74	0,81	1,00	0,76
PWC170 относительное	0,83	1,00	0,81	0,74	1,00	1,00	0,76	1,00
ИФС по Е.А. Пироговой	0,1	0,21	0,16	-0,05	-0,07	0,22	0,13	0,22
АП по Р.М.Баевскому	-0,05	-0,2	0,09	0,25	0,04	-0,14	0,17	-0,11
УФЗ по Г.Л. Апанасенко	-0,18	0,12	-0,12	-0,12	0,06	0,11	0,07	0,21

Таблица 3

Результаты корреляционного анализа абсолютного и относительного значений PWC170 с различными показателями для мальчиков 14-17 лет

Возраст	14 лет (n = 66)		15 лет (n = 54)		16-17 лет (n = 87)	
	Абсол.	Относ.	Абсол.	Относ.	Абсол.	Относ.
PWC170	1,00	0,74	1,00	0,86	1,00	0,67
Показателями						
PWC170 абсолютное	1,00	0,74	1,00	0,86	1,00	0,67
PWC170 относительное	0,74	1,00	0,86	1,00	0,67	1,00
ИФС по Е.А. Пироговой	-0,05	-0,07	0,31	0,23	0,31	0,32
АП по Р.М.Баевскому	0,24	0,04	0,07	-0,14	0,11	-0,17
УФЗ по Г.Л. Апанасенко	-0,12	0,06	0,17	0,23	0,22	0,25

Таблица 4

Результаты корреляционного анализа абсолютного и относительного значений PWC170 с различными показателями для мальчиков 7-17 лет

Возраст	7-10 лет (n = 174)		11-14 лет (n = 293)		15-17 лет (n = 141)	
	Абсол.	Относ.	Абсол.	Относ.	Абсол.	Относ.
PWC170	1,00	0,83	1,00	0,67	1,00	0,89
Показателями						
PWC170 абсолютное	1,00	0,83	1,00	0,67	1,00	0,89
PWC170 относительное	0,83	1,00	0,67	1,00	0,89	1,00
ИФС по Е.А. Пироговой	0,14	0,18	-0,05	0,17	0,30	0,31
АП по Р.М.Баевскому	0,1	-0,09	0,25	-0,12	0,1	-0,15
УФЗ по Г.Л. Апанасенко	0,17	0,22	0,04	0,12	0,25	0,26

В качестве дополнительной иллюстрации к данному утверждению можно привести рисунки 1 - 3, на которых представлены результаты поиска линейной зависимости (по

методу наименьших квадратов) для параметра PWC170 от показателей ИФС, АП, УФЗ. Данные, приведенные на этих рисунках, свидетельствуют о том, что линейная корреляционная зависимость отсутствует, поскольку при наличии такой зависимости точки на плоскости были бы сконцентрированы вдоль некоторой кривой. Однако, как видно из рисунков 1 – 3 точки хаотично расположены почти по всей плоскости.

При решении второй задачи исследование проводилось в три этапа.

На первом этапе на основе использования метода парной корреляции нами был осуществлен поиск отдельных показателей физического состояния, имеющих наибольшую взаимосвязь с величиной PWC170.

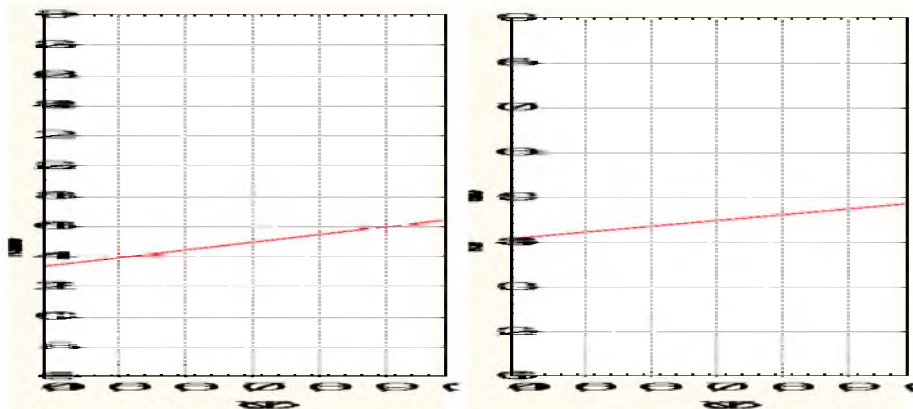
На втором этапе использовался многофакторный анализ экспериментальных данных. Цель этого этапа – разделение большого числа параметров на несколько групп (факторов) и определение для каждой группы определяющих параметров. В дальнейшем выявленные параметры были использованы для получения наиболее значимых уравнений регрессии.

Как показали результаты многофакторного анализа, множество всех параметров, определяемых для каждого школьника, можно условно разделить на три группы: группа морфо-функциональных показателей, группа вегетативных параметров и группа показателей физической подготовленности.

Среди морфо-функциональных показателей, имеющих высокую корреляционную зависимость с величиной PWC170, наблюдаются самые различные варианты их сочетаний в зависимости от типа телосложения и принимавших участие в создании уравнений регрессии, была разработана таблица 5, из которой видно, что во всех уравнениях регрессии принимает участие такой важный антропометрический показатель, как масса тела. В 91,7 % и 83,4 % случаев в формулах используются соответственно такие параметры, как ЧСС и средняя величина динамометрии в квадрате.

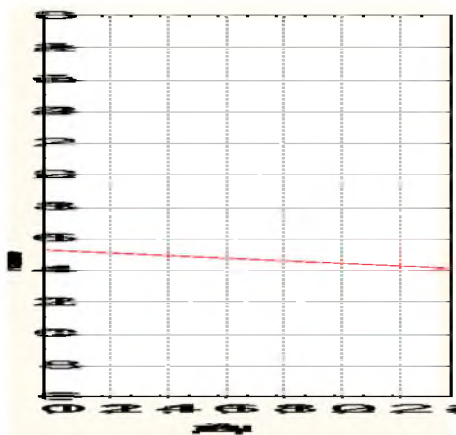
Из показателей физической подготовленности обращают на себя внимание результаты бега на 30 м для мальчиков 7-10 лет и увеличение значения подтягивания на перекладине в старшем школьном возрасте. Остальные показатели носят временный и нестабильный характер. Например, окружность грудной клетки - только у подростков 11-14 лет астено-торакального типа телосложения, челночный бег - только у дигестивников-подростков 11-14 лет, весоростовой индекс - у подростков данного возраста без учета типа телосложения, двойное произведение - для школьников младших классов без учета их типа телосложения. Такие параметры, как ЖЕЛ и систолическое артериальное давление, в уравнениях регрессии принимают участие лишь дважды.

На третьем этапе решалась задача получения с помощью использования методов многомерной регрессии наиболее общей зависимости интегрального показателя PWC170 от ряда простых для измерения в обычных условиях показателей.

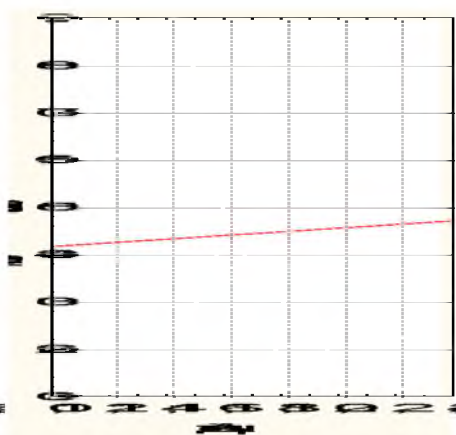


а)

б)

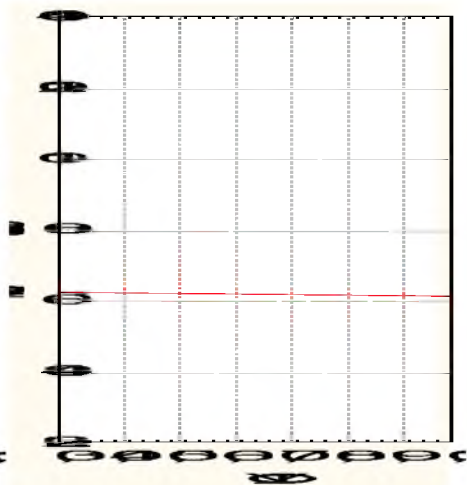
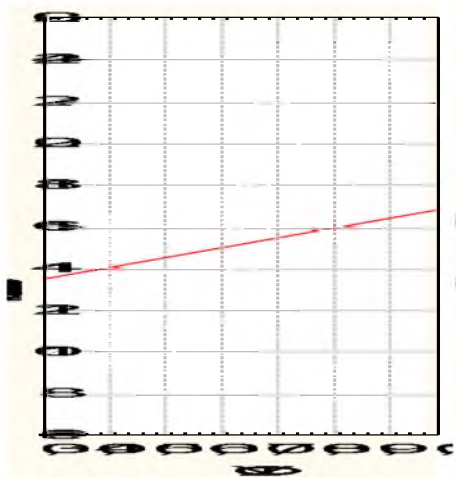


в)



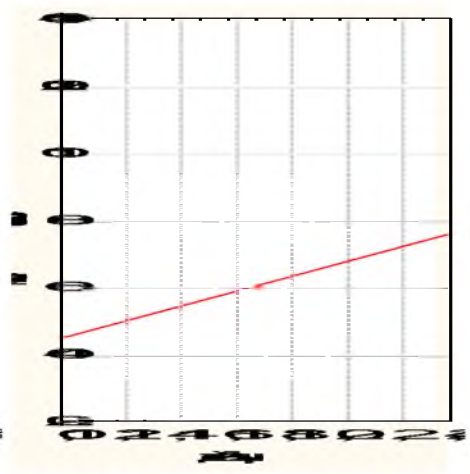
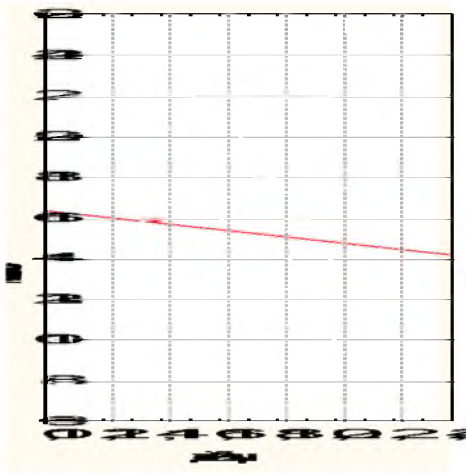
г)

Рис. 1. Зависимость относительной и абсолютной величин PWC170 от показателя уровня физического состояния (а и б) и адаптационного потенциала (в и г) для мальчиков 7-10 лет.



а)

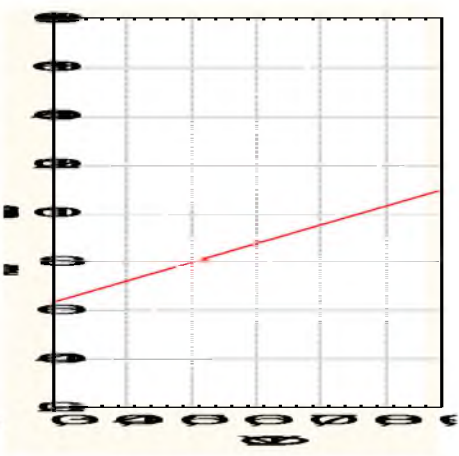
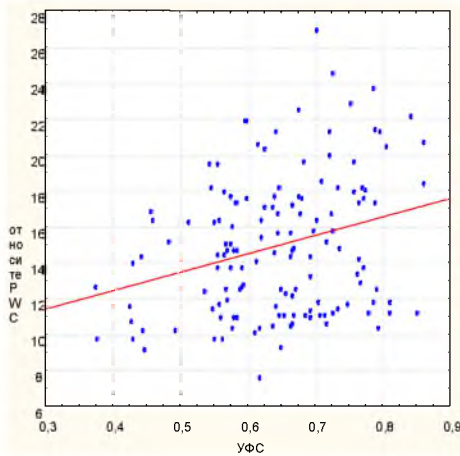
б)



в)

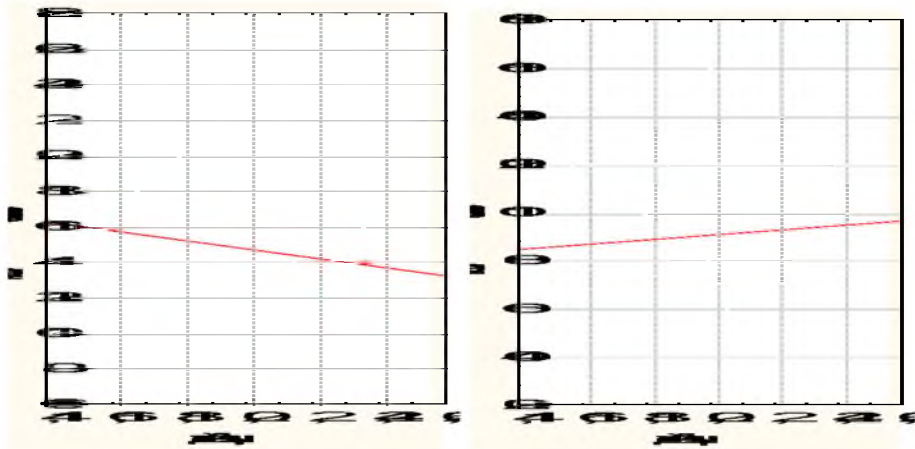
г)

Рис. 2. Зависимость относительной и абсолютной величин PWC170 от показателя уровня физического состояния (а и б) и адаптационного потенциала (в и г) для мальчиков 11-14 лет.



а)

б)



в)

г)

Рис. 3. Зависимость относительной и абсолютной величин PWC170 от показателя уровня физического состояния (а и б) и адаптационного потенциала (в и г) для мальчиков 14-17 лет.

Таблица 5

Показатели физического состояния, имеющие наибольший факторный вес и участвующих в уравнении регрессии у школьников 7-17 лет разных типов телосложения

Возраст	Типы телосложения	Масса тела	2 ДК	ОГК	ЖЕЛ	ВРИ	ЧСС	АДС	ДП	Подтягивание	Бег 30 м	Челночный бег 3x10 м
7-10 лет	Все типы телосложения	■					■		■		■	
	Астеноторак.	■			■		■				■	
	Мышечный	■	■				■	■			■	
	Дигестивный	■					■				■	
11-14 лет	Все типы телосложения	■	■			■	■			■		
	Астеноторак.	■	■	■			■	■				
	Мышечный	■	■				■	■				

	Дигестивный									
15-17 лет	Все типы телосложения									
	Астенотирак.									
	Мышечный									
	Дигестивный									

2

Примечание: ДК – средняя величина динамометрии правой и левой кисти, возведенная в квадрат (кг);
 ОГК – окружность грудной клетки (см);
 ЖЕЛ – жизненная емкость легких (мл);
 ВРИ – весоростовой индекс, рассчитанный как масса тела, поделенная на длину тела (кг/м);
 ЧСС – частота сердечных сокращений (уд/мин);
 АДС – артериальное давление систолическое (мм рт. ст.);
 ДП – двойное произведение (усл. ед.).

При этом для построения регрессионной модели использовались два различных метода:

- 1) многомерный регрессионный анализ с пошаговым исключением незначимых параметров;
- 2) многомерный регрессионный анализ с использованием определяющих параметров, полученных в ходе факторного анализа.

При использовании регрессионного анализа школьники были разделены на три возрастных группы: 7-10 лет; 11-14 лет и 15-17 лет. Подобного рода группировка была выполнена на основе наличия похожих взаимосвязей внутри отдельных возрастов в данных возрастных коридорах. Учет возраста школьников позволил лишь несколько повысить данную взаимосвязь. Регрессионный анализ внутри вышеуказанных возрастных групп показал наличие относительно невысокой линейной зависимости между PWC170 и рядом других изучаемых показателей (уровень значимости от 0,60 до 0,80). Однако при более мелкой группировке, в основе которой положено формирование групп по типам телосложения, было выявлено усиление линейной зависимости, что проявилось в увеличении уровня значимости в отдельных случаях до 0,95 (рис. 4-7). В связи с этим нами были разработаны уравнения линейной регрессии для учащихся каждого из рассматриваемых нами типов телосложения.

В результате использования методов многомерной статистики нами были получены уравнения регрессии, позволяющие косвенно получить представление об общей физической работоспособности школьников различных возрастных категорий и представителей различных типов телосложения. Данные уравнения представлены в таблице 6.

Следует отметить, что полученные нами уравнения регрессии имеют один недостаток, который проявляется в том, что для разных возрастов и типов телосложения данные зависимости различны и зависят от различных параметров (где-то ЧСС, где-то АДС, ЖЕЛ и т.п.) и полученные регрессионные коэффициенты никогда не повторяются.

Таблица 6

Математические модели зависимости общей физической работоспособности от отдельных показателей физического состояния школьников, имеющих разные типы телосложения

Возраст	Типы телосложения	Уравнения регрессии	Коэффци. множеств. регрессии
7-10	Все типы телосложения	$4,69 \times \text{Масса тела} - 6,545 \times \text{ЧСС} + 3,459 \times \text{ДП} - 83,760 \times \text{Бег } 30 \text{ м} + 1096,74$	0,83

лет	Астено-торакальный	8,847 x Масса тела – 114,975 x Бег 30 м - 0,112 x ЖЕЛ – 1,373 x ЧСС + 1237,598	0,96
	Мышечный	0,932 x Масса тела + 0,838 x (ДК x ДК) + 7,642 x АДС – 4,027 x ЧСС – 63,685 x Бег 30м + 357,807	0,92
	Дигестивный	12,689 x Масса тела + 0,321 x (ДК x ДК) – 3,146 x ЧСС – 4,027 x ЧСС + 14,64 x Бег 30м + 172,671	0,89
11-14 лет	Все типы телосложения	34,817 x Масса тела – 0,192 x (ДК x ДК) – 34,382 x ВРИ – 2,583 x ЧСС + 4,853 x Подтягивание + 381,125	0,84
	Астено-торакальный	10,809 x Масса тела – 0,183 x (ДК x ДК) + 7,926 x ОГК – 0,-142 x ЧСС – 316,855	0,91
	Мышечный	20,389 x Масса тела – 0,237 x (ДК x ДК) + 6,193 x АДС – 2,757 x ЧСС – 543,644.	0,93
	Дигестивный	13,996 x Масса тела – 0,187 x ЖЕЛ – 120,702 x челн. бег 3x10 м – 0,168 x (ДК x ДК) + 643,25.	0,94
15-17 лет	Все типы телосложения	19,45 x Масса тела – 6,66 x ЧСС - 0,159 x (ДК x ДК) + 18,677 x Подтягивание + 265,952.	0,84
	Астено-торакальный	24,815 x Масса тела – 4,977 x ЧСС - 0,207 x (ДК x ДК) + 13,425 x Подтягивание - 101,552.	0,89
	Мышечный	19,514 x Масса тела – 10,036 x ЧСС - 0,153 x (ДК x ДК) + 34,245 x Подтягивание + 402,804.	0,91
	Дигестивный	16,014 x Масса тела – 0,787 x ЧСС - 0,168 x (ДК x ДК) + 1,626 x Подтягивание + 106,521.	0,92

Поэтому использование предлагаемых нами формул на практике может вызвать определенные затруднения. Этот недостаток может быть эффективно преодолен при использовании возможностей современной компьютерной техники.

Для того чтобы качественно оценить результаты полученных многомерных линейных регрессионных уравнений, была построена серия графиков, на которых по оси абсцисс откладывались значения, предсказанные регрессионной моделью, а по оси ординат – наблюдаемые на практике. В случае, когда модель дает 100 % совпадения между предсказываемыми и наблюдаемыми значениями, все точки должны лежать вдоль одной прямой. Соответственно, чем сильнее точки разбросаны вокруг регрессионной прямой, тем менее точной будет построенная модель. Данные графики приведены на рисунках 4 - 7.

Таким образом, для разработки интегрального метода объективной оценки физического состояния школьников необходимо учитывать индивидуально-типологические особенности их морфо-функционального развития, применять методы многомерной статистики и использовать возможности современных компьютерных технологий. Такого рода метод разработан нами и используется в компьютерной программе «Мониторинг здоровья» [8].

Список литературы.

1. Абросимова Л.И., Карасик В.Е. Определение физической работоспособности детей и подростков // Медицинские проблемы физической культуры. - 1978. - Вып. 6. - С. 38-41.
2. Апанасенко Г.Л., Науменко Р.Г. Соматическое здоровье и максимальная аэробная способность индивида // Теор. и практ. физ. культ.- 1986.- № 4.- С. 29-31.
3. Апанасенко Г.Л., Науменко Р.Г., Морозов Н.В., Соколовская Г.Н., Ширяев В.Н. Скрининг уровня физического (соматического) здоровья населения: Методические рекомендации. - Киев: мед. институт им. академ. А.Богомольца, 1988. – 12 с.
4. Апанасенко Г.Л., Попова Л.А. Медицинская валеология / Серия «Гиппократ», Ростов н/Д.: Феникс, 2000. – 248 с.
5. Баевский Р.М., Берсенева А.П., Палеев Н.П. Оценка адаптационного потенциала системы кровообращения при массовых профилактических обследованиях населения / Экспресс-информация. - М.: ВНИИ-1, 1987.- № 10. - С.1-19.
6. Карпман В. Л., Белоцерковский З. Б., Любина Б. Г. PWC-170 - проба для определения фи-

7. Карпман В. Л., Белоцерковский З. Б., Гудков И. А. Тестирование в спортивной медицине. - М.: Физкультура и спорт, 1988. - 208 с.
8. Лёвушкин С.П. О проекте создания компьютерной программы мониторинга и коррекции морфо-функционального развития и здоровья школьников // Здоровье, обучение, воспитание детей и молодежи в XXI веке: Материалы международного конгресса. - Ч. II - М.: Издатель НИЗД РАМН, 2004. - С. 188-190.
9. Никитюк Б.А., Дарская С.С. Современное состояние учения о конституции детей и подростков: Оценка типов конституции детей и подростков. - М., 1975. - С. 13-29.
10. Пирогова Е.А., Иващенко Л.Я., Страпко Н.П. Влияние физических упражнений на работоспособность и здоровье человека. - Киев: Здоровья, 1986. - 152 с.
11. Хрушев С.В., Велитченко В.К., Соболев А.М., Иванова И. Л. Критерии оценки физического здоровья детей и подростков, занимающихся физической культурой и спортом: Методические рекомендации. - М., 2002. - 64 с.
12. Штефко В.Г., Островский В.Г. Схемы клинической диагностики конституциональных типов. - М.-Л.: Гос. мед. издат., 1929. - 79 с.

Региональные целевые и комплексные программы как основа нормативного регулирования физкультурно-спортивной деятельности в условиях реформирования федерального законодательства (на примере Липецкой области)

Шемелов В.Ю. ГУ «ИАЦ РФКиС ЛЮ», г.Липецк

Развитию физической культуры и спорта в нашей стране уделяется все более серьёзное внимание. Участники прошедшего в начале июня этого года при поддержке администрации президента, правительства, Государственной Думы и Совета Федерации Всероссийского форума «Здоровье нации - основа процветания России» подчеркнули, что физическая культура должна стать не просто средством оздоровления нации, а национальной идеей, способствующей развитию сильного государства и здорового общества.

Однако решение этой важнейшей государственной задачи сталкивается с серьёзным препятствием - неподготовленностью нормативно-правовой базы развития физической культуры и спорта.

В справке к заседанию коллегии Госкомспорта России от 28 мая 2003 г. по вопросу "Совершенствование нормативного правового регулирования в сфере физической культуры и спорта" отмечено, что нормативная правовая база, регулирующая различные аспекты деятельности в области физической культуры и спорта, в настоящее время состоит из Конституции Российской Федерации, Федерального закона "О физической культуре и спорте в Российской Федерации" от 29 апреля 1999 г. N 80-ФЗ, других федеральных законов, более 400 указов и распоряжений Президента Российской Федерации, постановлений и распоряжений Правительства Российской Федерации, а также нормативных правовых актов субъектов федерации и муниципальных образований.

При этом нормативная правовая база отрасли, с одной стороны, избыточна, с другой - неполна. Многие правовые акты дублируют друг друга, но в целом ряде случаев так и не решают поставленных задач, поскольку зачастую не обеспечены организационно и материально. Основной причиной этого является отсутствие надежных механизмов реализации принятых законов.

С учетом изложенного, одной из актуальных задач в настоящее время является разработка и совершенствование юридической доктрины отечественного отраслевого законодательства, регулирующего развитие физической культуры и спорта в стране в условиях становления рыночных отношений.

Законом Липецкой области № 150-ОЗ от 14 июня 2001 года Закон Липецкой области № 51-ОЗ от 07.10.1996 г. "О физической культуре и спорте в Липецкой области" был признан недействительным. Таким образом, федеральная правовая база оказалась несостоятельна, а региональная нормативная база - отменена законодателем.

В этих условиях особую роль в нормативно-правовом регулировании физкультурно-спортивной деятельности стали играть федеральные и региональные целевые и комплексные программы. Анализу роли региональных программ в развитии физкультуры и спорта в Липецкой области посвящен этот доклад.

Практически вслед за отменой закона «О физической культуре и спорте в Липецкой области» 16 августа 2001 года постановлением № 656-пс Липецкого областного Совета депутатов была принята областная целевая программа «Молодёжь Липецкой области 2001-2005 гг.», одним из главных направлений которой стали «развитие массовых видов детского и молодежного спорта и туризма» и «пропаганда здорового образа жизни». В соответствии с намеченными направлениями были определены конкретные мероприятия по развитию детского и молодежного оздоровительного отдыха и массового спорта, под которые выделены соответствующие средства из областного и муниципальных бюджетов. Таким образом, была обеспечена не только нормативная, но и финансовая база физкультурно-спортивного развития подрастающего поколения.

Усилия руководства области по формированию здорового поколения на основе развития физической культуры и спорта, внедрения здорового образа и спортивного стиля жизни получили развитие в реализации пакета областных комплексных программ по улучшению положения детей в Липецкой области в 2002-2005 гг., принятых постановлением областного Совета депутатов № 815-пс от 28 марта 2002 года. В состав пакета вошло десять комплексных программ, касающихся разных категорий населения и предусматривающих специально ориентированные на эти группы детей меры, в том числе и в области физической культуры и спорта, обеспеченные соответствующим бюджетным финансированием.

Областная комплексная программа «Дети-инвалиды» предусматривала создание территориальной организации «Специальная олимпиада России» и проведение специальных спартакиад для детей-инвалидов.

Областная комплексная программа «Одарённые дети» установила выплату областных стипендий одарённым юным спортсменам, оказание помощи одарённым детям, в том числе спортсменам, в обучении в специальных учебных заведениях и участия в российских и международных конкурсах.

Областная комплексная программа «Профилактика безнадзорности, правонарушений несовершеннолетних и защита их прав» наметила проведение областного смотр-конкурса детских и подростковых спортивных клубов на базе образовательных учреждений и по месту жительства, а программа «Большая семья» - бесплатное обучение детей из многодетных семей в спортивных школах.

Анализ только вышеперечисленных мероприятий позволяет сделать вывод, что областные программы заполнили возникший в нормативном пространстве физкультурно-спортивной деятельности вакуум и обеспечили нормальное функционирование сферы ФКСИТ в условиях перестройки правового базиса. Однако указанные ранее программы стали лишь первым шагом в деятельности руководства региона по обеспечению нормативно-правовой основы и финансовой базы развития физической культуры и спорта.

Принятая постановлением Липецкого областного Совета депутатов № 358-пс от 30 октября 2003 года областная программа «Фитнес-смены в летних оздоровительных лагерях Липецкой области в 2004-2006 гг.» открыла серию программ, направленных как на развитие физкультуры и спорта в области в целом, так и отдельных видов спорта в частности. Детально разработанная, кадрово и финансово обеспеченная программа позволила достичь липецким спортсменам высоких успехов в фитнесе как на общероссийском, так и на международном уровне, роста популярности фитнеса среди населения области.

Областная программа «Оказание государственной поддержки городам и районам Липецкой области на благоустройство территорий на 2004-2006 годы», принятая постановлением Липецкого областного Совета депутатов № 428-пс от 23 декабря 2003 года, предусмотрела проведение мероприятий, направленных на оборудование спортивных и детских игровых площадок, находящихся в муниципальной собственности.

9 декабря 2004 года постановлением № 685-пс Липецкого областного Совета депутатов была принята областная целевая программа «Развитие физической культуры, спорта и туризма в Липецкой области на 2005-2008 годы», ставшая главным нормативным документом, определившим развитие физкультуры и спорта в регионе в ближайшие годы. Наметив высокие цели и масштабные задачи как в области спорта высоких достижений, так и в развитии массовой физкультуры и внедрения здорового образа и спортивного стиля жизни, программа, достаточно конкретно расписав систему мер, предусмотрела возможность корректировки финансирования программы для обеспечения их реализации.

Программа социально-экономического развития Липецкой области на 2005 год и на период до 2008 года, принятая Законом Липецкой области № 147-ОЗ от 22 декабря 2004

года, укрепила правовую базу сферы ФКиС в нашем регионе. В ней констатировалось, что в рамках реализации областной программы «Одаренные дети» 30 юных спортсменов получают стипендию 300 руб. в месяц. Реализуя программу «Здоровый ребенок», проводятся спартакиады для всех возрастов и направлений деятельности, в регламенте спартакиады трудящихся предусмотрено обязательное участие семейных команд с ребенком до 14 лет. С целью приобщения детей школьного возраста к регулярным занятиям физической культурой и спортом, укрепления их здоровья, повышения спортивной и оздоровительной составляющих в деятельности летних лагерей, пропаганды и внедрения фитнес-движения в повседневную жизнь начата реализация Программы «Фитнес-смены в летних оздоровительных лагерях Липецкой области на 2004-2006 годы». Тем самым законодатель подчеркнул высокую роль областных программ в развитии физкультуры и спорта в регионе.

В свою очередь, Программа социально-экономического развития Липецкой области на 2005 год и на период до 2008 года определяла цели и намечала задачи развития физкультуры и спорта в регионе. Основной задачей в области физической культуры, спорта и туризма, согласно программе, является формирование здорового образа жизни населения, гармоничное воспитание здорового, физически крепкого поколения, наращивание спортивного потенциала области, дальнейшее улучшение ее спортивного имиджа на межрегиональной, российской и международной аренах. Для достижения поставленных задач программа наметила целый ряд конкретных мероприятий, указав источники их финансирования и сроки исполнения.

Таким образом, программа социально-экономического развития Липецкой области на 2005 год и на период до 2008 года на деле определила основные направления развития физической культуры, спорта и туризма в регионе и подготовила для этого разработанную нормативно-правовую и финансовую базу.

Упомянутая выше областная целевая программа "Развитие физической культуры, спорта и туризма в Липецкой области на 2005-2008 годы" фактически детализировала и конкретизировала положения Программы социально-экономического развития Липецкой области на 2005 год и на период до 2008 года, касающиеся сферы ФКиС.

Однако законотворческая деятельность законодательной и исполнительной властей Липецкой области по нормативному и финансовому обеспечению развития физической культуры и спорта в регионе на этом не остановилась. В соответствии с принятым нормативно-правовым блоком 23 декабря 2004 года Липецким областным Советом депутатов были внесены изменения в областную комплексную программу «Здоровый ребёнок», в том числе расширено финансирование раздела, касающегося проведения круглогодичных спартакиад по видам спорта среди воспитанников учреждений государственной поддержки детства и оснащения спортзалов образовательных учреждений и в областные комплексные программы по улучшению положения детей в Липецкой области.

Следующим шагом стало принятие постановлением Липецкого областного Совета депутатов № 832-пс от 26 мая 2005 года областной целевой программы «Развитие игровых командных видов спорта в Липецкой области на 2005-2008 годы».

Программа включает в себя систему мероприятий по месту жительства, повышению квалификации тренерских и судейских кадров, информационно-пропагандистского обеспечения, улучшения материально-технической базы игровых видов спорта, дальнейшему развитию ветеранского движения и ориентирована на развитие игровых командных видов спорта, начиная с подросткового возраста, по месту жительства и в детско-юношеских спортивных школах.

Внедрение указанных программ позволило создать единое нормативно-правовое и финансовое поле для благоприятного развития физической культуры и спорта в Липецкой области. Результаты такой политики не замедлили сказаться. Постановление Липецкого областного Совета депутатов № 908-пс от 25 августа 2005 года «О ходе реализации Программы социально-экономического развития Липецкой области на 2005 год и на период до 2008 года в I полугодии 2005 года» констатировало:

«В целях укрепления здоровья, формирования у населения здорового образа жизни проведено 139 спортивно-массовых мероприятий, в т.ч. чемпионат ЦФО по борьбе дзюдо, финал Чемпионата России по баскетболу среди команд Высшей лиги, всероссийский турнир по вольной борьбе на призы Героя СССР С.Г.Литаврина, чемпионаты области по дзюдо, пейнтболу, театрализованый праздник "Встреча футбольных поколений", фестиваль настольного тенниса, всероссийская фитнес-конвенция с участием зарубежных инструкторов, межрегиональный турнир по спортивным танцам. В области работает 16

детско-юношеских спортивных школ, 11 специализированных детско-юношеских школ олимпийского резерва и 14 детско-юношеских клубов физической подготовки, в которых занимается более 23,5 тыс. детей, что на 8% больше, чем в прошлом году. Принят в эксплуатацию бассейн в с. Становое, в завершающей стадии находится строительство бассейнов в Задонском, Добринском, Воловском районах и г. Ельце. Продолжается реконструкция бассейнов в Лев-Толстовском и Данковском районах».

Успех в реализации областных программ во многом обусловлен их тщательной проработкой и научной обоснованностью. Активную роль в их формировании принимают специалисты Информационно-аналитического Центра развития физической культуры и спорта Липецкой области. Среди последних их разработок проекты областных программ «Развитие физкультурно-оздоровительного движения в летних оздоровительных лагерях Липецкой области на 2006-2008 годы» и «Психологическое обеспечение деятельности ДЮСШ».

Таким образом, немалая роль в успешном развитии физической культуры и спорта в Липецкой области принадлежит реализации принятых областными властями программ, которые помогли заполнить правовой вакуум и обеспечить необходимую поддержку развитию сферы физической культуры и спорта региона..