



МИНИСТЕРСТВО СПОРТА, ТУРИЗМА И МОЛОДЕЖНОЙ ПОЛИТИКИ
РОССИЙСКОЙ ФЕДЕРАЦИИ

АДМИНИСТРАЦИЯ ЛИПЕЦКОЙ ОБЛАСТИ

УПРАВЛЕНИЕ ФИЗИЧЕСКОЙ КУЛЬТУРЫ, СПОРТА И ТУРИЗМА
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 VI ВСЕРОССИЙСКОЙ
НАУЧНО-ПРАКТИЧЕСКОЙ КОНФЕРЕНЦИИ

Липецк, 14-15 апреля 2011 года



ГУ ИАЦ РФКиС ЛО
Липецк • 2011

Материалы VI Всероссийской научно-практической конференции **«Развитие физической культуры и спорта в контексте самореализации человека в современных социально-экономических условиях»**. – ГУ ИАЦР ФКиС ЛО, Липецк, 2011. – 169 с.

В сборнике рассмотрены теоретико-практические аспекты развития физической культуры и спорта в контексте современных социально-экономических преобразований общества начала XXI века. Представлены научно-методические труды по проблемам развития сферы физической культуры и спорта с целью выработки предложений для самореализации человека и улучшения качества его жизни в современном социуме с использованием технологий физкультурно-оздоровительной и спортивной деятельности.

Участники конференции поделились опытом функционирования отрасли ФКиС на основе результатов мониторинга показателей физического развития и двигательной подготовленности, различных возрастно-половых слоев населения; инновационными наработками в туристической и молодёжной направленности физкультурно-спортивной отрасли, её нормативно-правовым сопровождением и обсудили проблемы профессиональной компетенции современного специалиста.

Редакционная группа: *Полынская Е.А.*, к.п.н., доцент, член-корр. МАНПО;
директор ГУ ИАЦРФКиС ЛО;
Черных Е.В., к.п.н., доцент ГОУ ВПО «ЛГПУ»; зам.директора
ГУ ИАЦРФКиС ЛО.

Материалы сборника публикуются в авторской редакции.

ОГЛАВЛЕНИЕ

АСТАФЬЕВ Н.В. Многоуровневое высшее профессиональное физкультурно-прикладное образование специалистов по физической и огневой подготовке для подразделений правоохранительных органов (г. Омск)	7
БЛИНКОВ С.Н. Формирование физической работоспособности подростков (г. Ульяновск)	11
БУРОВ И. В. Ключ к достижению высоких результатов в баскетболе скрыт в адекватной системе оценки степени полезности игрока (г. Нижний Тагил)	15
ВАПНЯРСКАЯ О.И. Зарубежный опыт управления массовым спортом (Москва)	16
ГОГОЛЕВ М. Ю., СИРАЕВА А.Р. Использование информационных технологий в нормативно-правовом обеспечении сферы физической культуры и спорта (г. Ижевск)	23
ГОЛОМОЛЗИНА В.П. Влияние различных двигательных режимов на физическую работоспособность студенток спецмедгруппы (г. Ульяновск)	26
ГОЛУБЕВА Г.Н. Формирование активного двигательного режима детей, как фактора реализации демографической политики (г. Набережные Челны)	30
ГУЛЕВСКАЯ Е.С. Разработка инновационной технологии функционально-педагогического формирования спортивного резерва в целях оптимизации управления тренировочной и соревновательной деятельностью спортсменов (на примере Липецкой области) (г. Липецк)	32
ДЕМЕНТЬЕВ В.В. Региональная система физкультурно-спортивного воспитания населения липецкой области (г. Липецк)	35
ДРОБИНИН Г.В. Применение информационных технологий в системе управления сферой «физическая культура и спорт» (г. Томск)	39
ДУДКИН В. Ю. Олимпийское образование в системе подготовки кадров сферы физического воспитания и спорта (г. Киев, Украина)	42
ЕРЁМИНА Т.А. Состояние показателей физической подготовленности, физического и морфофункционального развития учащихся Липецкой области мальчиков возрастной группы 15-18 лет (г. Липецк)	45
ЖАРОВА О.В. Декада спорта как форма привлечения населения к спортивному стилю жизни (г. Липецк)	48
ИЗОВ А.В. Критерии подготовленности тренера в лыжном спорте для работы с группами начальной подготовки (г. Мончегорск, Мурманская обл.)	49
ИСАЕВА Е.Б., ШАХОВ А.А. Современное состояние многолетней теоретической подготовки легкоатлетов, возможные пути её оптимизации (г. Елец)	53
ЛОБАШЕВ В.Д. Некоторые аспекты педагогики профессионального образования (г. Петрозаводск)	56
ЛЮБИМОВ С.В., ЛЮБИМОВА Г.И. Экономическая эффективность	

занятий оздоровительной физической культурой (<i>г. Хабаровск</i>)	61
МОЗОЛЕВСКАЯ Н.В. Некоторые результаты социологического мониторинга педагогов физической культуры Липецкой области (<i>г. Липецк</i>)	63
МОЛОДКИН А.Г. Реализация метода проектов в практике физического воспитания (<i>г. Тюмень</i>)	67
НОРДОВ С.А. Аспекты управления психическим состоянием спортсмена (<i>г. Кемерово</i>)	69
ОЛЬХОВА Т.Г., ОЛЬХОВ С.С. Специальная физическая подготовка баскетболистов высокой квалификации (<i>г. Сургут</i>)	75
ПЕГУСОВА Л.А. Социально-педагогические аспекты и оздоровительные программы по физическому воспитанию и спорту (<i>г. Харьков, Украина</i>)	78
ПОЛЫНСКАЯ Е.А. Использование PR-технологий как условие привлечения населения к занятиям физической культуры и спорта (<i>г. Липецк</i>)	80
ПОЛЫНСКАЯ Е.А., ЧЕРНЫХ Е.В. Подготовка кадров в системе постдипломного образования (<i>г. Липецк</i>)	83
ПОЛЫНСКИЙ Р.А. Применение информационной системы «Monitoring online» и аппаратно-программной технологии в физкультурно-спортивной отрасли Липецкой области (<i>г. Липецк</i>)	89
РАДЧЕНКО Л.А. Гуманизм в современном спорте: проблемы и пути решения (<i>г. Ярославль</i>)	92
РОЖЕНЦОВ В.В. Показатели физического здоровья человека (<i>г. Таганрог</i>)	96
СЕМЁНОВ С.К. Некоторые аспекты использования корректирующих физических упражнений в современном спорте (<i>г. Ейск, Краснодарский край</i>)	100
СЕРГЕЕВ О.М. Психологический настрой и агрессия в спортивном бою (<i>г. Брянск</i>)	104
СЕРДЮКОВ А.Ю. Развитие морально-волевой сферы студентов на занятиях по физическому воспитанию (<i>г. Тула</i>)	106
СЫПАЧЕВСКИЙ А.Н. Индивидуальный стиль и подготовка спортсменов в настольном теннисе (<i>г. Харьков, Украина</i>)	108
ТЕРЯЕВА М.А. Анализ современного состояния психологической подготовки в детско- юношеском спорте (<i>Екатеринбург</i>)	112
ТУЕВ С.Ф. Рассуждения о функции спортивных соревнований (<i>г. Чебоксары</i>)	116
ФЕДЯКИНА С.А. Формирование профессиональной компетентности учителя физической культуры в процессе последипломного образования (<i>г. Новочебоксарск</i>)	121
ФОМИЧЕВА Н.В. Потенциал физической культуры в формировании здоровьесбережений школьников (<i>г. Тюмень</i>)	124
ЧАЛЫХ К.Н. Особенности построения занятий физическими упражнениями	

с детьми дошкольного возраста (<i>г. Великие Луки, Псковская обл.</i>)	126
ЧЕРНЫХ Е.В. Мотивация учения, особенности влияния её компонентов на учебно-познавательную активность субъекта (<i>г. Липецк</i>)	132
ЧЕРНЫХ Е.В. Профессионализм педагога в системе непрерывного педагогического образования (<i>г. Липецк</i>)	137
ШАЛОВ В.С. Средства оптимизации состояния спортсмена (<i>г. Северодвинск, Архангельская обл.</i>)	141
ШЕЛКОВ О.М., КОРОТКОВА А.К. Применение инновационных технологий в подготовке спортивного резерва (<i>Санкт-Петербург</i>)	145
ШМАТОВ С.С. Источники и система олимпийского права (<i>г. Липецк</i>)	149
ШМАТОВ С.С. Правовые особенности заключения трудовых договоров со спортсменами и тренерами и их трудовых правоотношений (<i>г. Липецк</i>)	154
ЮРЬЕВ А.Ф. Теоретические аспекты утомления в спорте (<i>г. Дмитровград, Ульяновская область</i>)	159
ЭЛЬМУРЗАЕВ М.А. Социальная типология субъектов физкультурной деятельности (<i>г. Казань</i>)	161
ЯМАЛЕТДИНОВА Г.А. Система самоуправления учебно-познавательной деятельностью студентов в сфере физической культуры (<i>г. Екатеринбург</i>)	164

Материалы VI Всероссийской
научно-практической конференции

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

14-15 апреля 2011 года

**МНОГОУРОВНЕВОЕ ВЫСШЕЕ ПРОФЕССИОНАЛЬНОЕ
ФИЗКУЛЬТУРНОПРИКЛАДНОЕ ОБРАЗОВАНИЕ СПЕЦИАЛИСТОВ ПО
ФИЗИЧЕСКОЙ И ОГНЕВОЙ ПОДГОТОВКЕ ДЛЯ ПОДРАЗДЕЛЕНИЙ
ПРАВООХРАНИТЕЛЬНЫХ ОРГАНОВ**

АСТАФЬЕВ Н.В.
ГОУ ВПО «ОА МВД», г. Омск

На протяжении многих лет инспекторские проверки подразделений органов внутренних дел показывают низкий уровень физической и огневой подготовки сотрудников (В.Н. Лавров, 1991; В.Ф. Бойко, В.А. Фоя и др., 1991; А.С. Князьков, 1998, И.Ф. Амельчаков, 2007 [1, с. 23-28; 2, с. 39-41]). Основным фактором, снижающим боевую готовность сотрудников органов внутренних дел, на наш взгляд, является дефицит квалифицированных преподавателей и инструкторов, способных методически грамотно проводить занятия по физической и огневой подготовке.

Имеющиеся частные случаи подготовки внештатных инструкторов по физической и огневой подготовке из числа курсантов вузов МВД России, обучающихся по специальностям высшего профессионального образования (ВПО) 030505.65 - Правоохранительная деятельность и 030501.65 -Юриспруденция, на наш взгляд, не решают имеющейся проблемы, так как профессиональные компетенции выпускников формируются в недостаточной мере [3;4].

Кроме того, обучение внештатных инструкторов по физической подготовке из числа курсантов вузов МВД России, как правило, организуется в факультативной форме, что не позволяет учитывать учебную нагрузку преподавателей, обучающихся этих курсантов. Вуз не имеет права планировать факультативную учебную нагрузку, так как эта нагрузка находится за пределами объема учебного времени, определенного государственными образовательными стандартами (ГОС) высшего профессионального образования (ВПО) для специальностей, по которым обучаются курсанты.

Организация системы многоуровневого профессионального физкультурно-прикладного образования сотрудников правоохранительных органов для замещения должностей специалистов по физической и огневой подготовке является актуальной задачей.

На необходимость обучения в вузах специалистов по служебно-боевой подготовке правоохранительных органов впервые указал А.В. Агеев (1996) [5, с. 66-68]. Для достижения должного уровня профессиональных компетенций специалистов по физической и огневой (служебно-боевой) подготовке правоохранительных органов ранее нами был сделан вывод о том, что максимально высокий качественный уровень профессиональных компетенций может быть достигнут только при организации обучения в специализированном *высшем учебном заведении физической культуры и спорта правоохранительных органов* [6, с. 28-32].

Приказом МВД России от 6 ноября 2003 г. № 829 «Об объявлении решения коллегии МВД России от 22 октября 2003 г. № 5 км/2» в п. 6.5 указано на необходимость организации обучения инструкторов по огневой и физической подготовке из числа курсантов и слушателей образовательных учреждений МВД России. На наш взгляд, обучение курсантов методике физической и огневой подготовки в рамках дисциплин специализации ведомственной специальности юридического профиля не позволит обеспечить достаточный уровень профессиональной компетентности выпускников. Очевидно, что именно поэтому этот пункт Концепции подготовки кадров в МВД России не реализован до настоящего времени. Считаем, что обучение специалистов по физической и огневой подготовке для правоохранительных органов должно осуществляться в рамках соответствующей специальности высшего профессионального образования. К числу таких специальностей могут быть отнесены те педагогические специальности высшего профессионального образования, в которых цикл общепрофессиональных дисциплин учебного плана обеспечивает формирование профессиональных компетенций специалиста по физической и огневой подготовке: 032100.62 -Физическая культура, 032100.68 - Физическая культура, 032101.65 - Физическая культура и спорт.

О современном состоянии системы высшего профессионального образования в Российской Федерации. 24 октября 2007 г. принят Федеральный закон № 252-ФЗ «О внесении изменений в отдельные законодательные акты Российской Федерации (в части установления уровней высшего профессионального образования)». На сегодняшний день 50% российских вузов выпускают бакалавров, 17% - магистров [7, с. 46-47].

В настоящее время подготовка дипломированных специалистов по непрерывной схеме останется только в порядке исключения, а двухуровневая система стала обязательной.

До принятия этого Закона все программы высшего образования можно было реализовывать непрерывно, например, отучившись 4 года в бакалавриате, зачисляться без экзаменов в магистратуру и продолжать обучение в ней, или в течение года доучиться на специалиста.

Принятым Законом устанавливаются самостоятельные уровни образования, каждый из которых имеет свои стандарты, свои вступительные испытания и итоговую аттестацию. Соответственно разделены процедуры лицензирования и аккредитации каждого уровня обучения.

Выпускники средних специальных учебных заведений (колледжей) имеют право обучаться по сокращенным и ускоренным программам бакалавриата, если они поступили в вуз соответствующего профиля. Бакалаврам закрыт доступ к послевузовскому образованию: адъюнктуре, аспирантуре, ординатуре, интернатуре.

Студенты, успешно завершившие обучение в бакалавриате, если они выдержат конкурсный отбор, имеют возможность бесплатно продолжить образование в магистратуре. Число бюджетных мест на втором уровне образования - магистратуре ограничено 10-30% по отношению к бакалавриату

Преимуществом системы многоуровневого обучения является ее вариативность: вуз может осуществить глубокую целевую подготовку «под заказ» работодателя. В этой связи появляется возможность реализации новых профилей обучения, в отличие от традиционных программ с регламентированными специальностями.

В контексте последних изменений в системе высшего образования целью **нашего исследования** являлось обоснование системы многоуровневого высшего профессионального физкультурно-прикладного образования и профилей подготовки для обучения сотрудников органов внутренних дел на замещение должностей специалистов по физической и огневой подготовке.

Задачи исследования

1. Определить перечень специальностей высшего профессионального образования, по которым возможно обучение специалистов по физической и огневой подготовке правоохранительных органов.

2. Обосновать перечень специализаций специальностей, по которым возможно обучение специалистов по физической и огневой подготовке правоохранительных органов.

3. Обосновать перечень дисциплин специализации «служебно-боевая подготовка органов внутренних дел».

4. Определить перечень подразделений органов внутренних дел и штатные должности для замещения выпускниками, прошедшими обучение по различным специальностям высшего профессионально-прикладного физкультурного образования и по специальности научно-педагогических работников.

Результаты исследования. *Специальности высшего профессионального образования.* Перечень специальностей ВПО, по которым возможно обучение специалистов по физической и огневой подготовке для правоохранительных органов, определен нами посредством сопоставления содержания функциональных обязанностей этой категории специалистов с действующим Классификатором специальностей по образованию и с содержанием государственных образовательных стандартов специальностей высшего профессионального образования [8].

Профессиональные компетенции выпускника, прошедшего обучение по специальностям высшего профессионально-прикладного физкультурного образования, должны быть адекватны требованиям, предъявляемым к профессиональной подготовленности сотрудников служебно-боевых подразделений правоохранительных органов. Целью профессиональной деятельности инспектора-методиста является поддержание должного уровня служебно-боевой подготовленности сотрудников органов внутренних дел.

Объектом профессиональной деятельности инспектора-методиста является обучение сотрудников в процессе оперативно-служебной деятельности (служебно-боевая подготовка). Содержание служебно-боевой подготовки определено приказом МВД России от 28 октября

2006 г. № 860 «Об утверждении Наставления по организации профессиональной подготовки сотрудников органов внутренних дел Российской Федерации».

Предметом профессиональной деятельности инспектора-методиста является педагогический процесс, направленный на:

- организацию и проведение занятий по физической подготовке - развитие физических качеств и совершенствование профессионально-прикладных двигательных навыков;

- организацию и проведение занятий по огневой подготовке - совершенствование в стрельбе из табельного и иных видов оружия, находящегося на вооружении органов внутренних дел;

- организацию и проведение соревнований по служебно-прикладным видам спорта;

- организацию и проведение занятий по тактико-специальной подготовке;

- планирование и организацию других видов подготовки сотрудников органов внутренних дел в процессе оперативно-служебной деятельности (общественно-государственной, специальной, профессиональной психологической, технико-криминалистической, медицинской).

Выполнение функциональных обязанностей инспектора-методиста специальной, боевой, физической подготовки и спорта обуславливают необходимость формирования у них таких профессиональных компетенций, как умение обучать двигательным действиям (в первую очередь - боевым приемам борьбы и стрельбе) и умение воспитывать физические качества (в первую очередь - скоростно-силовые).

Прямым подтверждением правильности нашего выбора специальностей высшего профессионального образования является многолетний опыт подготовки специалистов по физической культуре и спорту для вооруженных сил России в Военном институте физической культуры (г. Санкт-Петербург).

Косвенно подтверждается то, что подготовить кадры с необходимым уровнем профессиональных компетенций для сотрудников органов внутренних дел можно только в том случае, если обучение будет организовано по большему количеству специальностей высшего профессионального образования, чем имеется в настоящее время. Так, например, около шестидесяти вузов Министерства обороны Российской Федерации готовят кадры для армии, авиации и флота по большому спектру специальностей (данные получены с сайта <http://www.vuz-priziv.tver.ru/vuz.htm>), обучают специалистов для служб экономики и финансов, тыла, обучают военных юристов, военных переводчиков, журналистов, социологов, психологов и педагогов, менеджеров, врачей, инженеров, а также специалистов по физической культуре и спорту.

В.И. Байденко (2005) следующим образом изложил требования к профессиональной компетентности выпускников - бакалавра, магистра, специалиста, доктора. Так, квалификация первого цикла - **бакалавр** должна присуждаться выпускникам, которые [9]:

- продемонстрировали знание и понимание изучаемой области на уровне, поддерживаемом учебниками повышенного уровня сложности;

- могут применять свои знания и понимание, демонстрируя профессиональный подход в работе или на занятиях;

- обладают способностью собирать и интерпретировать соответствующие данные;

- способны донести информацию, идеи, проблемы и решения до специалистов и неспециалистов;

- обладают навыками обучения, позволяющими продолжить учебу с большой степенью самостоятельности.

Квалификация второго цикла - **магистр** должна присуждаться выпускникам, которые:

- продемонстрировали знание/понимание, обеспечивающее основу для оригинальности в развитии и применении идей, а также при проведении научных исследований;

- могут применять знания и способность решения проблем в новой среде в более широких контекстах, относящихся к их области обучения;

- способны интегрировать знания, преодолевая возникающие при этом трудности;

- могут ясно излагать свои выводы специалистам и неспециалистам;
- обладают навыками обучения, позволяющими самостоятельно продолжить учебу.

Дисциплины специализации «служебно-боевая подготовка органов внутренних дел». Дисциплинами специализации должны быть теория и методика физической, огневой и тактико-специальной подготовки. В связи с тем, что физическая, огневая и тактико-специальная подготовка для каждого вида правоохранительных органов определяется собственными приказами, то содержание дисциплин специализации будет различаться.

Считаем, что в перечень дисциплин специализации должна входить дисциплина, целью изучения которой должно быть обучение организации и проведению других видов профессиональной подготовки сотрудников правоохранительных органов в процессе оперативно-служебной деятельности (например, для специализации «служебно-боевая подготовка ОВД» - общественно-государственной, специальной, профессиональной психологической, технико-криминалистической, медицинской).

Обеспечение юридической подготовки выпускника как сотрудника правоохранительных органов. В связи с тем, что выпускник вуза (института, академии, университета) физической культуры правоохранительных органов, обучающийся специальности высшего профессионального физкультурно-прикладного образования, является сотрудником правоохранительных органов, то имеется необходимость в обеспечении обучаемых юридической подготовкой. Реализовать это можно двумя способами.

Первый способ - ввести в содержание рабочего учебного плана специальности высшего физкультурного образования 032101.65 - Физическая культура и спорт «Общепрофессиональные дисциплины» из государственного образовательного стандарта специальности высшего юридического образования 030501.65 - Юриспруденция.

Второй способ - обеспечить выпускникам физкультурного вуза правоохранительных органов одновременно с высшим физкультурным образованием (например, специальность 032101.65 - Физическая культура и спорт) среднее юридическое образование (например, специальность 0203 - Правоохранительная деятельность). Подобный опыт имеется, так, например, выпускники Военного института физической культуры получают среднее военное образование (Командное) и высшее специальное образование (032101.65 - Физическая культура и спорт).

Принадлежность преподавателей дисциплин специализации и курсантов, обучающихся тем или иным специализациям к виду правоохранительных органов. Преподаватели дисциплин специализации должны являться сотрудниками соответствующих правоохранительных органов. Так, например, дисциплины специализации «служебно-боевая подготовка органов внутренних дел» должны преподавать сотрудники органов внутренних дел.

О необходимости организации факультета повышения квалификации. В связи с острой необходимостью в правоохранительных органах в специалистах по физической и огневой подготовке, а также с тем, что первый выпуск специалистов состоится не ранее чем через пять лет после организации высшего профессионального физкультурно-прикладного образования, то первоочередной задачей вуза физической культуры правоохранительных органов должна стать организация работы факультета повышения квалификации для сотрудников правоохранительных органов, замещающих должности специалистов по физической и огневой подготовке.

Заключение. В настоящее время в МВД России проведена определенная работа в повышении уровня физической и огневой подготовки сотрудников органов внутренних дел: введены должности, разработаны квалификационные характеристики специалистов по физической и огневой подготовке [11], имеются методические рекомендации по строительству и оснащению материальной базы для проведения занятий по служебно-боевой подготовке [12].

Несмотря на перечисленные выше меры, мы считаем, что пока не будет организовано многоуровневое высшее профессиональное физкультурно-прикладное образование специалистов по служебно-боевой подготовке правоохранительных органов, уровень боевой подготовленности сотрудников не будет обеспечивать их преимущество над преступниками при физическом и огневом противостоянии.

Литература:

1. Лавров В. Совершенствование стрелковой подготовленности сотрудников органов внутренних дел. // Профессионал. 1999. № 4.
2. Амельчаков И.Ф. Совершенствование системы профессиональной подготовки, переподготовки и повышения квалификации // Профессионал. 2007. № 6.
3. Глубокий В.А. Методика обучения в вузах МВД России инструкторов по физической подготовке и спорту: Монография. Красноярск: Сибирский юридический институт МВД России, 2008.
4. Бюллетень зарегистрированных тем диссертационных исследований. Вып. 7. М.: МВД России, 2008 (специальность 130008: Горбенков С.С. Совершенствование методики обучения инструкторов профессиональной подготовки органов внутренних дел; Тутынина Н.Б. Формы и методы повышения квалификации сотрудников, осуществляющих служебно-боевую подготовку в органах внутренних дел; Садеков Р.Р. Методика обучения курсантов вузов МВД России организации служебно-боевой подготовки).
5. Агеевец А.В. К вопросу о специалистах по физической подготовке для органов внутренних дел // Тез. межвуз. науч.-практич. конф. «Совершенствование боевой подготовки в учебных заведениях МВД».

ФОРМИРОВАНИЕ ФИЗИЧЕСКОЙ РАБОТОСПОСОБНОСТИ ПОДРОСТКОВ

БЛИНКОВ С.Н.
ГОУ ВПО «УГУ», г. Ульяновск

Физическая работоспособность является интегральным показателем функционального состояния организма, одним из объективных критериев здоровья человека, важным показателем эффективности спортивной тренировки [6]. Работоспособность, ее изменение и физиологические основы были и остаются ведущими проблемами в физиологии труда и спорта, в спортивной медицине. Высокая физическая работоспособность служит показателем стабильного здоровья, а низкое ее значение рассматривается как фактор риска для здоровья. Как правило, высокая работоспособность связана с более высокой двигательной активностью и низкой заболеваемостью. Работоспособность является одним из наиболее важных и объективных показателей «динамического здоровья» для определения которого необходимо исследовать не только состояние отдельных органов и систем организма, но и последить за изменением его функционирования под воздействием определенных физических нагрузок.

Нами проведено исследование, целью которого явилось изучение влияния физических нагрузок различной направленности на физическую работоспособность в разных зонах мощности у школьников 10-17 лет.

В исследовании приняла участие 356 школьников, имеющих разные типы телосложения. Исследование проводилось в течение одного учебного года дважды: в начале и в конце года. Обследуемые были поделены на три группы в зависимости от типа телосложения: первую группу составили девочки и девушки астено-торакального типа телосложения, вторую – мышечного, а третью - дигестивного соматотипа. На школьников, принимавших участие в эксперименте, осуществлялось воздействие двигательных режимов, предусматривающее как равномерно-пропорциональное развитие двигательных способностей, так и преимущественное воздействие на «ведущие» и «отстающие» физические качества. В исследовании использовались два вида тестирования: определение физической работоспособности по тесту PWC₁₇₀ [1] и оценки реакции организма на физическую нагрузку методом интенсивности накопления пульсового долга (ИНПД) [9].

Известно, что если абсолютные значения работоспособности у школьников имеют тенденцию к непрерывному увеличению вследствие ее большей зависимости от массы тела, то относительная величина физической работоспособности с возрастом повышается в

меньшей степени и в определенные возрастные периоды может даже остаться на одном уровне [3].

Результаты функциональной пробы PWC_{170} в соответствии с литературными данными характеризует общую физическую работоспособность, основанную на аэробной производительности организма. Тем самым данный тест отражает способность организма выполнять нагрузку высокой аэробной мощности. При определении показателя ИНПД в нашем случае использовались физические нагрузки субмаксимальной мощности, при которых пульс превышает 170 ударов в минуту, следовательно, он характеризовал способность организма выполнять работу более высокой мощности, связанной с включением анаэробных механизмов энергообеспечения, т.е. он характеризует смешанную аэробно-анаэробную производительность организма.

Результаты исследования влияния различных режимов двигательной активности на общую физическую работоспособность представлены в таблице 1. Как видно из таблицы, в различных возрастных группах различные двигательные режимы оказывают неодинаковое влияние на аэробную производительность организма. Имеются определенные особенности этого влияния и в зависимости от типа телосложения. Так, у школьников с астено-торакальным типом телосложения в возрастной группе 11-12 лет на аэробную производительность организма наиболее позитивное влияние оказывает двигательный режим, направленный на преимущественное развитие выносливости, а для 13-14 летних школьников для повышения аэробной производительности организма наиболее эффективное влияние оказывает двигательный режим, направленный на доминирующее развитие скоростно-силовых качеств, в то же время для старшеклассниц наибольшее влияние оказывает - режим комплексного развития двигательных качеств. В целом по всему изучаемому возрастному контингенту школьников астено-торакального соматотипа от 10 до 17 лет для развития общей физической работоспособности, аэробной производительности организма наиболее эффективен режим с наименьшей суммой ранговых мест 24 (первое место) занимает двигательный режим с преимущественным развитием выносливости (табл. 1). На втором месте режим, развивающий физические качества равномерно-пропорциональным методом (сумма рангов 28), и на третьем, режим преимущественно развивающий скоростно-силовые физические качества (сумма рангов 32).

Таблица 1. Сводная таблица влияния различных режимов двигательной активности на показатели физической работоспособности школьников 10-17 лет

Тип телосложения	Возраст, лет	$PWC_{170 \text{ абс.}}$			$PWC_{170 \text{ отн.}}$			Сумма мест	ИНПД		
		В	СС	РП	В	СС	РП		В	СС	РП
Астено-торакальный		Направление воздействия									
		В	СС	РП	В	СС	РП	$PWC_{170 \text{ абс.}} + PWC_{170 \text{ отн.}}$	В	СС	РП
	10-11	1	3	2	1	3	2	В-2; СС-6; РП-4	3	2	1
	11-12	1	2	3	1	2	3	В-2; СС-4; РП-6	3	2	1
	12-13	3	2	1	3	2	1	В-6; СС-4; РП-2	1	3	2
	13-14	3	1	2	3	1	2	В-6; СС-; РП-4	1	2	3
	10-14	1	3	2	1	3	2	В-2; СС-6; РП-4	3	2	1
	14-15	1	2	3	1	2	3	В-2; СС-4; РП-6	1	2	3
15-17	2	3	1	2	3	1	В-4; СС-6; РП-2	1	2	3	
10-17	12	16	14	12	16	14	В-24; СС-32; РП-28	13	15	14	
Мышечный	10-11	2	1	3	2	1	3	В-4; СС-2; РП-6	3	1	2
	11-12	3	1	2	3	1	2	В-6; СС-2; РП-4	3	2	1
	12-13	1	2	3	1	2	3	В-2; СС-4; РП-6	2	3	1
	13-14	2	1	3	2	1	3	В-4; СС-2; РП-6	1	3	2
	10-14	2	1	3	2	1	3	В-4; СС-2; РП-6	2	3	1
	14-15	3	1	2	3	1	2	В-6; СС-2; РП-4	1	3	2

	15-17	3	1	2	3	2	1	В-6; СС-3; РП-3	3	1	2
	10-17	16	9	17	16	9	17	В-32; СС-17; РП-35	14	16	11
Дигестивный	10-11	2	1	3	1	2	3	В-3; СС-3; РП-6	3	1	2
	11-12	1	2	3	1	3	2	В-2; СС-5; РП-5	3	1	2
	12-13	1	2	3	2	1	3	В-3; СС-3; РП-6	1	3	2
	13-14	1	3	2	3	1	2	В-4; СС-4; РП-4	1	3	2
	10-14	1	3	2	1	2	3	В-2; СС-5; РП-5	3	1	2
	14-15	2	3	1	3	2	1	В-5; СС-5; РП-2	3	2	1
	15-17	2	3	1	2	3	1	В-4; СС-6; РП-2	1	3	2
	10-17	10	17	15	13	14	15	В-23; СС-31; РП-30	15	14	13

Примечание: В – двигательный режим с преимущественным развитием выносливости;
 СС – двигательный режим с преимущественным развитием скоростно-силовых качеств;
 РП – равномерно-пропорциональный двигательный режим.

В целом по всему изучаемому возрастному контингенту школьниц мышечного соматотипа от 10 до 17 лет для развития аэробной производительности наибольшее влияние оказывает режим развития скоростно-силовых двигательных качеств (сумма рангов 17). На втором месте, двигательный режим, развивающий выносливость (сумма рангов 32) и последнее место занимает двигательный режим, при котором физические качества развиваются равномерно-пропорциональным методом (сумма рангов 35).

Как видно из таблицы 1, в различных возрастных группах школьниц с дигестивным типом телосложения различные двигательные режимы оказывают неодинаковое влияние на аэробную производительность организма. Так, в возрастной группе 10-14 лет на аэробную производительность организма наиболее позитивное влияние оказывает двигательный режим, направленный на преимущественное развитие выносливости, а в возрасте 15-17 лет, тренировочный режим, при котором физические качества развиваются равномерно-пропорциональным методом.

В целом по всему изучаемому возрастному контингенту школьниц дигестивного типа телосложения от 10 до 17 лет для развития аэробной производительности наибольшее влияние оказывает двигательный режим, при котором развивается выносливость (сумма рангов 23). На втором месте, двигательный режим, при котором физические качества развиваются комплексно (сумма рангов 30) и последнее место занимает двигательный режим, при котором развиваются скоростно-силовые двигательные качества (сумма рангов 31).

При изучении влияния двигательных режимов различной направленности на физическую работоспособность в зоне субмаксимальной мощности. Имеются определенные особенности этого влияния и в зависимости от типа телосложения. Так, у школьниц с астено-торакальным типом телосложения в возрастной группе 10-12 лет для развития анаэробной мощности при занятиях физическими упражнениями следует придерживаться нагрузок, имеющих комплексный характер. Начиная с возраста 13-14 лет и до окончания школы у девочек астено-торакального соматотипа необходимо, прежде всего, развивать ведущее для этого типа телосложения физическое качество - выносливость.

В целом по всему изучаемому возрастному контингенту школьниц астено-торакального типа телосложения от 10 до 17 лет для развития анаэробной мощности наибольшее влияние оказывает двигательный режим, при котором развивается выносливость (сумма рангов 13).

Наиболее сложная картина выглядит со школьницами, имеющими мышечный тип телосложения. Так в возрасте 11-13 лет для лучшего развития работоспособности в зоне субмаксимальной мощности им следует придерживаться нагрузок комплексного характера, в возрасте 13-14 лет наиболее эффективны физические нагрузки, развивающие отстающее для этого соматотипа физическое качество – выносливость, а в возрасте 15-17 лет на занятиях

физическими упражнениями следует развивать ведущие для них – скоростно-силовые физические качества.

В целом по всему изучаемому возрастному контингенту школьников мышечного типа телосложения от 10 до 17 лет для развития физической работоспособности в субмаксимальной зоне мощности наибольшее влияние оказывает двигательный режим, при котором физические качества развиваются равномерно-пропорциональным методом (сумма рангов 11).

Школьницам дигестивного соматотипа наоборот, в возрасте 11-12 лет, для лучшего развития работоспособности в зоне субмаксимальной мощности при занятиях физическими упражнениями следует придерживаться нагрузок, развивающих скоростно-силовые качества. В дальнейшем, с возрасте от 13 лет до 17 лет, для повышения анаэробной производительности школьников подобного соматотипа следует заниматься развитием выносливости, то есть схема повышения анаэробной производительности абсолютна идентична схеме школьников с астено-торакальным соматотипом, с той лишь разницей, что для школьников астено-торакального соматотипа - выносливость является ведущим двигательным качеством, а для дигестивного типа - отстающим.

В целом по всему изучаемому возрастному контингенту школьников дигестивного типа телосложения от 10 до 17 лет для развития анаэробной мощности наибольшее влияние оказывает двигательный режим, при котором, как и у школьников мышечного соматотипа, физические качества развиваются равномерно-пропорциональным методом (сумма рангов 13).

В результате наших исследований выявлены школьницы с высокой физической работоспособностью. Некоторые из них имеют показатели относительной работоспособности 20,0 кГм/мин/кг и более. Аналогичные показатели физической работоспособности были получены и рядом других авторов [2, 7, 8], изучавших работоспособность школьников 7-16 лет.

Полученные в ходе исследования данные о влиянии физических нагрузок различной направленности на физическую работоспособность согласуются с результатами исследований, проведенных С.П. Левушкиным и С.Н. Блинковым, выполненными на школьниках мужского пола [4, 5].

Литература

1. Абросимова Л.И., Карасик В.Е. Определение физической работоспособности детей и подростков // Медицинские проблемы физической культуры. - 1978. - Вып. 6. - С. 38-41.
2. Баранцев С.А. Исследование работоспособности юных гимнастов и методы ее повышения. Автореф. дис. ... канд. пед. наук. - М., 1980. – 21 с.
3. Кирилов А.А. Влияние занятий футболом на физическую работоспособность детей и подростков. – Материалы конференции ГЦОЛИФКа «Актуальные проблемы физического воспитания и спорта». - М., 1975. - С. 25-27.
4. Левушкин С.П. Физическая подготовка школьников 7-17 лет имеющих разные морфофункциональные типы: монография. – Ульяновск: УИПКПРО, 2006. – 232 с.
5. Левушкин С.П., С.Н. Блинков. Оптимизация физического состояния школьников 12-14 лет на основе влияния мышечных нагрузок различной направленности. – Ульяновск: ИПК ПРО, 2000. – 124 с.
6. Левушкин С.П. Комплексная оценка физической работоспособности юношей // Физиология человека. – Т.27. - № 5. – 2001. – С. 68-75.
7. Пальнау Н.А. Исследование индивидуальных особенностей физической работоспособности детей. - В кн.: Развитие двигательных способностей у детей. М., 1976. – С. 143-144.
8. Сироткина Б.А., Лиошенко В.П., Лисицкая Т.С. Исследование физической работоспособности подростков-спортсменов и их сверстников не занимающихся спортом // Материалы 13-й Всесоюз. конф. по спорт. медицине. М., 1973. - С. 146.
9. Сонькин В.Д. Энергетическое обеспечение мышечной деятельности школьников: Автореф. дис. ... докт. биол. наук. - М., 1990. - 50 с.

КЛЮЧ К ДОСТИЖЕНИЮ ВЫСОКИХ РЕЗУЛЬТАТОВ В БАСКЕТБОЛЕ СКРЫТ В АДЕКВАТНОЙ СИСТЕМЕ ОЦЕНКИ СТЕПЕНИ ПОЛЕЗНОСТИ ИГРОКА

БУРОВ И. В.,
УРФУ им. Б.Н. Ельцина, г. Нижний Тагил

Подготовка современных спортсменов в настоящее время порой достигает предела его возможностей, поэтому для успешного выступления необходимо искать альтернативные пути для получения искомого преимущества. Конечно, существует множество физиологических и психологических возможностей мобилизовать скрытые резервы, но самое интересное, что получить адекватные и достоверные данные о прошедшем поединке, оказывается не так уж и просто, но крайне важно для внесения необходимых изменений. Соответственно, полученная ошибочная информация неминуемо приведет и к ошибке в подготовке к дальнейшим выступлениям, возможно заставив истратить последние резервы, но в итоге, не получить высоких результатов.

Баскетбол не является исключением. Команды высочайшего уровня, как правило, проходят через длительные тренировочные лагеря, готовясь к будущим чемпионатам получая необходимую разностороннюю подготовку. Не стоит забывать, что баскетбол – командный вид спорта, где многое зависит от взаимодействия игроков между собой, прибавляя дополнительную сложность в анализе одного конкретно взятого матча или чемпионата в целом. Подобно одному спортсмену, команда, тем более прошедшая тренировочный лагерь, составляет одну отдельно взятую единицу и при равных возможностях команд добиться такой степени сыгранности, необходимо найти какие – либо дополнительные подходы, позволяющие достигнуть определенного превосходства над другими, следовательно, более высокого места в турнирной таблице.

Повысить эффективность игры команды, можно только получив оперативную информацию о ходе матча. Существующие в баскетболе системы оценки (КПИ, Евро КПИ и т.д.) не отражают в полной мере происходящее на игровой площадке. Рассмотрим типичную атаку в баскетболе, выделив компоненты, которые будут учтены, согласно КПИ. Атака обычно начинается со спорного мяча (в начале игры), либо с подбора мяча в защите, либо после забитого мяча из – за лицевой линии. Выберем более удачный вариант, подбор мяча. Затем следует перевод мяча в зону защищающейся команды, строится нападение. Затем следует ряд передач мяча, перемещения игроков. При этом, из всего этого множества элементов, будет отмечена активная передача, при ее наличии, фол соперника, опять же, если он произойдет, и разумеется выполненный бросок, успешен он или нет (здесь может иметь место быть и блокшот, сбивание мяча выпущенного по корзине). После неудачного броска или блокшота, последует подбор нападавшей команды, что приведет к началу нового нападения по той же схеме, или подбор защиты, автоматически превращающейся в нападение. В редких случаях, может состояться перехват мяча, также учитывающийся КПИ, что приведет к переходу защищающейся команды в нападение. Подведем итог: среднее число компонентов результативной атаки три (подбор мяча в защите, активная передача, реализация). При нерезультативной атаке добавиться еще компонент, подбор в нападении, а затем снова последовательность результативной атаки. Рассмотрим более тщательно одну атаку.

Допустим, первый компонент будет подбор в защите. Затем, игрок, обычно разыгрывающий, должен обыграть соперника опекающего его за счет техники или скорости, это второй. Также освободиться от опеки разыгрывающему игроку помогает заслон, поставленный товарищем по команде, третий компонент. Исходя из тех соображений, что забросить мяч в корзину намного проще находясь ближе к нему, предположим, что будет отдан пас под кольцо на высокого игрока (центрального), но он будет отдан через своего опекуна и игрока защищающегося с центровой, а это две различные по сути передачи, уже получилось четвертый и пятый компонент. Получив мяч, центральной должен либо обыграть своего защитника, либо не дать накрыть себя, а затем уже последует бросок мяча.

Получилось уже семь компонентов, которые, разумеется, не идут ни в какое сравнение с двумя- тремя, учитываемыми на сегодняшний день.

Все это позволяет сделать вывод, существующая система оценки содержит слишком мало компонентов учета и не позволит тщательно проанализировать происходящее на площадке и получить информацию, необходимую для «тонкой настройки» командной игры и индивидуальной подготовки каждого игрока. Чем шире система и больше в ней составляющих, чем больше в ней мелких деталей, образующих один большой элемент, тем больше вероятность того, что, если взять за отправную точку примерно одинаковую степень подготовки команд, возможно именно эти не принятые во внимание детали, о которых уже шла речь выше, могут и являться ключом достижения более высокого результата. Стоит задуматься над этим и взглянуть еще с одной стороны на методы оценки степени полезности игрока и команды в баскетболе.

ЗАРУБЕЖНЫЙ ОПЫТ УПРАВЛЕНИЯ МАССОВЫМ СПОРТОМ

ВАПНЯРСКАЯ О.И., к.э.н., доцент
МГУ, Москва

Общепризнанным является тот факт, что сфера *физической культуры и спорта* (ФКС), особенно *массовый спорт* или *спорт* для всех, призвана решать многие социально-экономические проблемы, такие, как объединение общества, отвлечение молодежи от пагубных привычек, профилактика заболеваний, увеличение средней продолжительности жизни и ее качественного уровня. Поэтому, обладая неоспоримой социальной значимостью, *спортивные услуги* являются объектами международного регулирования и сотрудничества.

Основными международными документами в сфере *массового спорта* следует считать Международную хартию физического воспитания и *спорта* 1978 г. с последующими дополнениями, Спортивную хартию Европы 1992 г. Данные документы устанавливают основные принципы регулирования развития *массового спорта*, которых обязаны придерживаться все страны, ратифицировавшие соглашения. Основными принципами, из которых страны обязаны исходить, выступают, во-первых, доступность занятий *массовым спортом* без дискриминации по каким-либо признакам, во-вторых, государственное регулирование развития сети *спортивных* сооружений и доступности занятий физической активностью.

Основываясь на положениях вышеуказанных документов, различные страны в зависимости от специфики социально-экономического и политического устройства формируют условия для развития массового спорта, для создания, восстановления и пополнения его ресурсной базы как основы функционирования.

Развитие спорта основывается на базовом законе о спорте. Так, во Франции это Закон Французской Республики об организации и повышении роли в обществе физической и спортивной активности (1984 г.), в Финляндии - Закон о спорте (21.12.1979 г.) и Устав о спорте (28.12.1979 г.) и пр. Следует отметить, что разработка данных законов, а также всех других законодательных актов, касающихся вопросов развития спорта, должна соответствовать положениям международных соглашений.

Государственными органами исполнительной власти выступают различные министерства и ведомства. Так, в Испании - это Высший совет спорта, являющийся автономным органом Министерства образования и науки, в Аргентине - Министерство по социальным вопросам. В их компетенции находятся принципиальные вопросы развития ФКС:

- участие в управлении спортом высших достижений;
- выделение и распределение средств государственного бюджета, составление сметы расходов;

- выделение, аннулирование и условия получения субсидий, пособий и займов для спортивных организаций;
- контроль использования финансовых средств;
- формирование предложений по подготовке специалистов;
- участие в разработке и реализации планов по строительству и модернизации спортивных сооружений, включая их оборудование, и т.д.

Зарубежный опыт развития массового спорта свидетельствует, что территориальный принцип разделения управленческих функций позволяет четко разграничить компетенцию и ответственность государственных и территориальных органов управления. Так, если на государственном уровне выполняются основные функции управления, то региональные и местные органы управления спортом ориентированы в большей степени на развитие массового спорта и спорта для всех, которые за рубежом являются неразделимыми понятиями. Приведем несколько примеров.

В Германии реализуется система территориального управления массовым спортом, где управление им в соответствии с Конституцией (ст. 30) и федеративной структурой Германии является задачей земель. Следует подчеркнуть, что в Германии нет единой структуры управления спортом на земельном уровне. Она, да и механизм регулирования спортом значительно отличаются в разных землях. В ряде земель (Баден-Вюртенберг, Мекленбург — Передняя Померания, Нижняя Саксония, Северный Рейн-Вестфалия, Саксония, Саксония - Анхальт) за развитие спорта отвечают министерства по делам культуры, в других (Бавария, Бранденбург, Гессен, Шлезвиг-Гольштейн) - министерства по делам образования, науки и искусства, по вопросам образования и спорта, по делам женщин, труда и социального порядка и т.д., в Тюрингии — Министерство по социальным вопросам и здравоохранению, в Рейнланд-Пфальце — Министерство внутренних дел, а в землях Бремен и Гамбург — сенаторы по внутренним делам и т.д.[1] Общее управление ФКС, а также вопросами массового спорта осуществляется правительствами земель совместно с федеральным правительством, национальными спортивными организациями, городами, общинами и коммунами. В зависимости от региональной специфики, спроса населения на услуги массового спорта организация массового спорта в землях различна, но вне зависимости от этого существуют единые приоритеты: спорт в школах и подготовка преподавателей физвоспитания; студенческий спорт; спорт для всех, прежде всего среди молодежи, женщин, пожилых и инвалидов; строительство, модернизация и содержание спортсооружений; содействие спорту высших достижений; помощь спортивным клубам и командам.

По словам П. Гласса [2], представителя Министерства внутренних дел Германии, «земли отвечают за спорт на местном уровне... а также за поддержание спортивных учреждений и инфраструктуры. Кроме того, на наш взгляд, одна из основных задач земель — обеспечение равных условий для занятий спортом в разных населенных пунктах». Большую роль в формировании финансовых ресурсов массового спорта играет сложившаяся система налогообложения. Основным принцип в отношении спортивных клубов гласит, что приобретение статуса общественно полезной организации (§1-68 налогового законодательства) позволяет претендовать на определенные налоговые льготы. При этом более 5,5 млн. немцам, добровольно работающим в области спорта, ежегодно снижаются суммы выплачиваемых налогов в размере DM 2400 на каждого.

В Министерстве по делам молодежи и спорта Франции работают два управления по спорту, в том числе 6 бюро — финансовое, международное, спорта высших достижений, политики развития видов спорта, управления учреждениями централизованной подготовки спортсменов, науки, спортивного инвентаря и оборудования. Свои полномочия Министерство спорта реализует через 25 своих отделений и 100 муниципальных департаментов спорта. Руководство спортом на местах осуществляется в 22 регионах, 90 департаментах и 36 тысячах коммун [1]. При большинстве из них имеются Дома спорта или муниципальные спортивно-оздоровительные центры. Деятельность этих ассоциаций координируют муниципальные отделы спорта. Известный французский ученый-экономист

В. Андрефф подчеркивает, что роль местных органов власти и их действия в области развития спорта сводятся к трем направлениям:

- строительство и модернизация спортивных сооружений с учетом потребностей населения;
- организация различных видов физической активности и спорта для всех групп населения;
- финансирование.

Таким образом, массовое спортивное движение как Германии, так и Франции построено при соблюдении принципов вертикального и горизонтального подчинения, приоритетом местных органов управления является развитие массового спорта. Государственные органы распоряжаются средствами государственного бюджета и решают принципиальные вопросы развития спорта высших достижений и массового спорта. Однако при этом массовый спорт является приоритетом государственной спортивной политики.

Особого внимания заслуживает вопрос построения управления спортом для всех на местном или региональном уровне. Спортивные услуги населению, оказываемые в рамках спорта для всех, обладают рядом особенностей, среди которых основными можно назвать их высокие капиталоемкость и информоемкость. Строительство, оборудование и содержание физкультурно-спортивного сооружения (ФСС) требует значительных капиталовложений, а тенденция расширения ассортимента оказываемых услуг, включение дополнительных и сопутствующих услуг в комплекс обслуживания населения образуют устойчивую предпосылку увеличения данных затрат. Аналогичная тенденция касается трудовых ресурсов: постоянно не только повышается непосредственно квалификация тренерского и управленческого персонала (что само по себе вызывает необходимость повышения оплаты труда), но и растут требования к их работе — увеличивается информационная нагрузка, появляются новые методики, средства и методы тренировки и т.д. Поскольку от работы специалистов зависит зачастую здоровье потребителя, то невозможно экономить и на этой статье затрат.

Поэтому основные проблемы развития организаций спорта для всех заключаются в ресурсной обеспеченности, основными категориями которой выступают финансовые, трудовые, материальные и научно-информационные ресурсы. В связи с этим управление спортом для всех строится в целях достижения максимальной ресурсной обеспеченности спортивных организаций.

Финансовые ресурсы. Международное законодательство призывает для решения задач развития массового спорта использовать ресурсы государственных бюджетов — национальных, региональных и местных. Однако, как было показано выше, существующие объективные предпосылки роста затрат на содержание сферы массового спорта не позволяют решать все финансовые проблемы за счет средств из одного источника. В связи с этим финансирование массового спорта приобретает многоканальный характер. Так, например, в Аргентине средства Национального фонда спорта складываются из следующих источников:

- 50% чистой прибыли от деятельности залов развлечений, управление которыми осуществляется Национальной благотворительной лотереей, казино;
- фонды, поступающие со специального счета от проведения Спортпрогнозов;
- средства, ежегодно выделяемые государственным бюджетом;
- компенсации и проценты с займов, предоставленных спортивным организациям;
- поступления от штрафов;
- имущество ликвидированных спортивных организаций;
- поступления из иных источников.

В Испании средства Высшего совета спорта складываются из: ежегодных ассигнований из государственного бюджета; доходов от сборов и установленных государством цен; субсидий, предоставляемых административными органами и государственными объединениями; даров, наследств, завещаний, премий; экономических льгот, предоставляемых государственными нормативными актами; прибыли от собственного имущества; займов и кредитов. Необходимым условием получения государственных дотаций

выступает признание спортивной организации общественно полезной, в результате организация имеет приоритет в получении средств для дальнейшего развития от государственной и местных администраций; а также преимущества при получении официального государственного кредита; налоговые льготы.

Вместе с тем следует подчеркнуть — несмотря на то, что расходы на спорт составляют 0,2-2% ВВП (или около \$2 млрд.) развитых стран Европы [3], значительно большая доля приходится на финансирование из других источников. Так, доля средств государственного спортивного бюджета в Германии, Великобритании, Финляндии, Швеции, Дании составляет менее 20% суммы местных спортивных бюджетов, во Франции, Италии разница составляет 30%, в Испании, Португалии - 40% [3]. Доля вложений региональных, муниципальных и местных органов управления в совокупный спортивный бюджет составляет в Великобритании - 95%, в Германии - 98%, Испании - 76%, Финляндии - 85%, Франции - 77%, Швеции - 90% и Италии - 57% [4, с. 195]. В Финляндии законодательно регламентируется необходимость осуществления прямой финансовой помощи, а также льготного кредитования со стороны государства, с тем чтобы создать нормальные условия для развития массового спорта и обеспечить равные возможности для участия в спортивной деятельности всех граждан страны. Государственное финансирование, поддержка и кредитование выделяются в первую очередь из тех средств, которые поступают в национальный бюджет от проведения лотерей.

Муниципалитетам, а также спортивным организациям оказывается прямая финансовая помощь и предоставляются льготные кредиты для покрытия расходов на строительство, приобретение спортивных сооружений, предназначенных для удовлетворения потребностей в области спорта широких групп населения. Прямая финансовая помощь и предоставление кредитов на развитие материально-технической базы могут осуществляться как автономно, так и в сочетании. Максимальный объем помощи составляет 75% от суммы расходов, а в ряде случаев может достигать 90%.

Государственный бюджет ежегодно выделяет определенную сумму для оказания финансовой помощи национальным спортивным организациям в соответствии со списком, утвержденным Государственным Советом Финляндии. В числе организаций, имеющих право на государственное финансирование — зарегистрированные ассоциации, ориентированные на развитие общеразвивающих физических упражнений, физического воспитания и спортивной науки. Государственные дотации выделяются также на формирование трудовых ресурсов, а также науку и научное обслуживание спорта. Например, муниципальный округ Финляндии с населением не менее 10 тыс. чел. или несколько муниципальных округов общей численностью не менее 10 тыс. чел. имеют право на государственное финансирование заработной платы одного инструктора по спорту для специальных групп населения.

Закон Французской Республики об организации и повышении роли в обществе физической и спортивной активности (1984 г., с последующими изменениями и дополнениями) устанавливает условия, при которых спортивные организации получают помощь от государства. В качестве одного из основных условий оказания такой помощи выступает наличие у спортивного объединения делегированных полномочий. Школьные и университетские спортивные ассоциации получают помощь и от государства, и от органов местного самоуправления. Последние оказывают содействие деятельности названных ассоциаций тем, что обеспечивают возможность использовать принадлежащие им спортивные сооружения и оборудование. Во Франции из государственного бюджета на спорт выделяется 0,2% средств. Если учитывать, что заработную плату преподавателям физического воспитания выплачивает Министерство образования, то совокупные государственные расходы достигнут 0,8% национального бюджета. Регионы Франции тратят на спорт около 1% бюджета, департаменты - также 1%, коммуны - 4,5% бюджета. Занятия физической культурой и спортом по месту работы или службы в армии рассматриваются законом как важнейшее условие развития спорта для всех, а также в качестве средства предупреждения профессиональных производственных рисков. В этих целях рабочие комитеты предприятий призваны способствовать развитию физической активности и спорта

на производстве и участвовать в их финансировании, в частности в различных формах поощрять сотрудников, которые систематически участвуют в занятиях физическими упражнениями и видами спорта.

Предпринимательство составляет значительный финансовый ресурс спорта для всех. Однако здесь следует подчеркнуть следующий аспект. В силу высокой капиталоемкости спортивных услуг организация коммерческой организации в данной отрасли требует высокого первоначального капитала. Поэтому без поддержки государственных и местных органов управления ресурсы предпринимательства будут ориентированы на обеспечение потребностей в занятиях спортом высокодоходных слоев населения, тогда как такие секторы, как дети, средний класс, пенсионеры и т.д., не будут иметь возможности заниматься физической активностью. За счет прямого или косвенного государственного участия в деятельности спортивных коммерческих организаций за рубежом данная проблема нивелирована, однако в России не сделаны попытки ее решения.

Материальные ресурсы - сеть ФСС. Международное законодательство гласит, что для достижения целей развития массового спорта правительствам, государственным органам и компетентным негосударственным организациям на всех уровнях следует объединять свои усилия по планированию создания и оптимального использования спортивных сооружений, оборудования и инвентаря. Подчеркивается, что физическое воспитание и спорт должны быть обеспечены соответствующим оборудованием и инвентарем, особенно в целях организации активного участия молодежи в занятиях спортом. При этом вопросы планирования сети спортивных сооружений должны считаться делом государственных органов.

В Аргентине законом предусмотрено, что средства Национального фонда спорта направляются на строительство, модернизацию и эксплуатацию спортивных сооружений, на помощь спорту вообще, на подготовку научных кадров, технических специалистов и спортсменов, на проведение спортивных соревнований национального и международного масштаба. Фиксированная часть средств предназначается национальным университетам на проведение пропаганды физической культуры и спорта. Получателями средств могут быть как государственные, так и частные организации.

Высший совет спорта в Испании разрабатывает и реализует в сотрудничестве с общинами автономий планы по строительству и модернизации спортивных сооружений, включая их оборудование. При этом планирование и строительство спортивных сооружений общественного назначения, финансируемое из фондов государственной администрации, осуществляются таким образом, чтобы содействовать их многостороннему использованию, максимальной загрузке в течение суток, доступности для граждан с различным уровнем физической подготовленности, лиц с физическими недостатками и пожилых граждан.

Французское законодательство особенно жестко регулирует вопросы спортивного оборудования. Например, существует законодательная норма о том, что владелец спортивного оборудования обязан сделать об этом заявление в администрацию для составления описи оборудования. Кроме того, изменение характера использования частного оборудования, а также частичная или полная его ликвидация могут быть совершены только при наличии разрешения мэра населенного пункта. Эта статья содержит также важную норму, касающуюся льготного налогообложения; любое изменение использования спортивного оборудования без разрешения влечет за собой право изменения системы взимания совокупных налогов с владельца.

В Германии предусмотрено, что финансовая помощь спортивным организациям оказывается, когда не хватает собственных средств для решения задач по оплате административных расходов, приобретения спортивного инвентаря и оборудования, проведения учебно-тренировочной работы. Кроме того, как на строительство спортивных сооружений, так и на трудовые ресурсы могут выделяться целевые субсидии: «Строительство и реконструкция спортсооружений - одна из значительных статей расходов Земель и муниципалитетов. На эти цели расходуются миллиарды марок» [1]. Известно, что строительство и оборудование, приобретение инвентаря для спортивного сооружения требуют значительных инвестиций, поэтому обычной практикой в Германии и во Франции

становится бесплатное предоставление муниципальных спортсооружений в ведение клубов, несмотря на значительные расходы по их содержанию и аренде.

Во Франции большинство коммун выделяет следующие приоритеты в развитии спорта для всех: содержание спортивных сооружений, формирование политики спорта для молодых, участие в оздоровительной профилактике. Такую же практику осуществляют муниципалитеты Дании, где бесплатно обеспечивают спортивные организации необходимым оборудованием либо предоставляют субсидии для аренды оборудования.

Характерной особенностью развития сети физкультурно-спортивных организаций за рубежом является превалирование доли предприятий общественной собственности и некоммерческих организаций. Так, доля сооружений, находящихся в собственности префектур, муниципалитетов и т.д., деятельность которых не направлена на получение прибыли, составляет: по залам - 87% в Японии и 73% - в Италии; по бассейнам - 87% в Японии и 41% - в Италии; по плоскостным сооружениям - 69% в Японии и 53% в Италии [5].

Трудовые ресурсы. Международное законодательство указывает, что обучение, обеспечение кадрами и управление в области ФКС должны обеспечиваться квалифицированным персоналом. При этом весь персонал должен иметь соответствующую квалификацию и подготовку, а также повышать свою квалификацию в целях обеспечения соответствующих уровней специализации. Кроме того, должен быть использован также добровольный персонал, надлежащим образом обученный и подобранный.

Высший совет спорта в Испании формирует предложения по подготовке специалистов для отрасли. Законодательство о спорте Финляндии регулирует все вопросы кадровых ресурсов отрасли, в том числе оплаты труда различных категорий персонала. При этом квалификацию (образование, опыт работы) муниципальных спортивных работников - директора по делам спорта, секретаря по делам спорта, инструктора по спорту, инструктора по спорту для специальных групп населения, заработная плата которым выплачивается из государственного бюджета, определяет муниципальный спортивный комитет.

Во Франции также жестко регулируются стандарты образования тренерского персонала. В частности, устанавливается, что документом, разрешающим преподавать, организовывать физкультурную и спортивную активность, а также руководить ею за вознаграждение, т.е. выполнять функции преподавателя, тренера, инструктора, воспитателя и им подобное, является специальный диплом.

В Финляндии подготовка специалистов и преподавателей в области ФКС ведется в 11 физкультурно-спортивных центрах и учебных заведениях. Например, крупнейший Институт спорта и физвоспитания Виерумяки имеет хороший спортивный центр, в основе его деятельности заложена бизнес-идея: «развивать, производить, продавать». Центр располагает хорошо развитой инфраструктурой, причем штатных сотрудников в центре 11 человек и порядка 800 внештатных, привлекаемых по мере необходимости в течение года. Система подготовки и обучения спортивных специалистов предусматривает 3-4 года. Часть своих затрат центр покрывает за счет бюджета Министерства образования, причем дотации государства составляют всего 10%. На зарплату персонала расходуется порядка 38% от дохода [3].

Научно-информационные ресурсы. За последние десятилетия научно-информационные ресурсы в области ФКС стали занимать ведущее место по значимости. С точки зрения авторов, данные ресурсы правомочно разделить на две категории - пропаганда здорового образа жизни и информационно-научное сопровождение работы тренера и другого спортивного персонала. Такое подразделение отражается на деятельности ведущих зарубежных спортивных научно-информационных организаций.

В Финляндии организации, занимающиеся спортивной наукой, имеют законодательно признанное право на прямое государственное финансирование. При этом не менее 20% учебного времени подготовки специалистов в сфере ФКС отводится научным изысканиям. Кроме того, государство поддерживает организацию любой формы собственности, где ведутся научные исследования в области спорта и физических упражнений. Общий спортивный бюджет пяти ведущих французских телеканалов составляет 1,3 млрд. франков.

В Германии особое место занимает пропаганда спорта для всех, осуществляемая посредством различных кампаний и программ, так Министерство по вопросам семьи, пожилых людей, женщин и юношества выступило с проектом под девизом «движение, игра

и спорт на службе у пожилых», совместно со многими организациями и Немецким спортивным союзом. Целью проекта, разработанного на соревновательном принципе, является выбор и награждение ряда специальных инициатив, различных видов деятельности, проектов, направленных на стимулирование дальнейшего развития спорта для всех и использования всех его возможностей людьми пожилого возраста и другими возрастными группами людей, занимающихся спортом. Предполагается, что инициативы внесут вклад в повышение качества жизни и здоровья пожилых людей. Следует особо подчеркнуть, что все проекты сопровождаются значительной финансовой поддержкой. Так, в данном случае Министерство выделяет DM 40 тыс. для поддержки лучших проектов. Государственный институт Sportwissenschaft выпустил две брошюры в поддержку кампании, начатой Министерством. Первая часть касается нынешней ситуации с пожилыми людьми в Германии, их нужд и требований. Вторая — освещает конструктивные детали возможностей спорта для пожилых людей. На развитие массового спорта и спорта в свободное время направлены также проводимые Союзом германских спортивных обществ мероприятия «Тренируйся», «Спорт для всех», «Лучше всего заниматься спортом в союзе», массовые состязания в беге, плавании, велосипедных и лыжных гонках и походах. В результате за двадцать лет количество клубов выросло с 40 до 80 тыс., количество занимающихся с 10 млн. до 21 млн. граждан, число людей, регулярно занимающихся физическими упражнениями, выросло с 21 млн. до 36 млн., т.е. охват массовым спортом населения превысил 60%.

Проведенный анализ позволяет сделать следующие выводы. Развитие ФКС строится при соблюдении приоритета массового спорта. В большинстве стран реализуются единые подходы к ресурсному обеспечению массового спорта, основанные на его приоритетности и признании высокой социальной значимости.

За рубежом массовый спорт в первую очередь является механизмом оздоровления населения, достижения самореализации, самовыражения и развития, а также средством борьбы против асоциальных явлений. Поэтому государства придают вопросам развития массового спорта особую значимость, ставя основной целью вовлечение населения в занятия массовым спортом. Основными характеристиками процессов развития массового спорта являются: повышение роли государства в поддержке массового спорта, а также всех форм организации деятельности в данной сфере, использование массового спорта в профилактических и лечебных мероприятиях, профилактике негативных социальных явлений, использование спорта в нравственном, эстетическом и интеллектуальном развитии молодежи.

Влияние данных процессов привело к росту доходов от: спортивных зрелищ и сектора спортивных услуг; увеличения объемов спортивного телерадиовещания; развития физкультурно-оздоровительной инфраструктуры с учетом потребностей населения; многообразия форм обслуживания, методов и средств предложения услуг массового спорта.

Доказано, что ФКС способна выполнять все возложенные на нее функции при охвате населения спортивными услугами в 30%. В настоящее время по различным оценкам, в России данный показатель составляет 7-8% населения. Разница между отечественными и зарубежными показателями составляет более 50%. Очевидной актуальностью отличаются вопросы развития массового спорта, которым в последнее время уделяется гораздо больше внимания. Вместе с тем необходимо переосмысление и адаптация позитивного зарубежного опыта, который на практике доказал свою эффективность.

Литература:

1. Соколов А.С. Роль и участие местных органов власти Германии и Франции в развитии физического воспитания и спорта. // Теория и практика физической культуры. - 1999. - №4. - С. 45-49.
2. Стенограмма парламентских слушаний в Государственной Думе Российской Федерации 19 ноября 1996 г.
3. Деньги счет любят // Спорт для всех. - 1997. - №1. - С. 53—56.
4. Государственный совет РФ (материалы заседания Государственного совета РФ и официальные документы). - М., январь 2002, с. 195.
5. Кузьмичева Е.В. Зарубежный опыт формирования сооружений для физкультурно-оздоровительных и массовых спортивных занятий населения // Теория и практика физической культуры. - 1997. - №3.

ИСПОЛЬЗОВАНИЕ ИНФОРМАЦИОННЫХ ТЕХНОЛОГИЙ В НОРМАТИВНО-ПРАВОВОМ ОБЕСПЕЧЕНИИ СФЕРЫ ФИЗИЧЕСКОЙ КУЛЬТУРЫ И СПОРТА

ГОГОЛЕВ М. Ю., СИРАЕВА А.Р.
ГОУ ВПО «ИжГТУ», г. Ижевск

В настоящее время нормативно-правовая база, регулирующая правоотношения в области физической культуры и спорта представляет собой относительно небольшой, по сравнению с другими отраслями права, по объему массив законодательных и подзаконных актов. Центральное место в этом массиве занимают Конституция Российской Федерации и Федеральный закон «О физической культуре и спорте в Российской Федерации» от 04 декабря 2007 года № 329-ФЗ. Надо отметить сложность нормативного комплекса, регламентирующего общественные отношения в спортивном движении. Отслеживание вновь принятых и вступивших в действие нормативных правовых актов в сфере физической культуры и спорта требует постоянного и мобильного обновления нормативно-правового обеспечения, обеспечения доступности нормативной правовой информации для как можно большего числа заинтересованных лиц в связи с тем, что проведение спортивных мероприятий отличается цикличностью, а также в связи с тем, что каждый из видов спорта культивирующихся на территории Российской Федерации отличается своими специфическими правовыми институтами, которые регламентируют развитие того или иного вида спорта. Отметим также, что организация эффективного управления в сфере физической культуры и спорта невозможна без комплексного применения действующей нормативной базы в России, а также использования опыта организации физической культуры и спорта различных регионов Российской Федерации.

Мы считаем, что в настоящее время информационные технологии открывают новые возможности для формирования высокого уровня правосознания специалистов и правовой культуры граждан в сфере физической культуры и спорта. Поэтому необходимо проводить последовательную политику более полного применения возможностей новейших информационных технологий в процессе образования и правового воспитания.

В повышении правовой культуры граждан первостепенную роль призваны играть средства массовой информации (СМИ). Большинство населения получает информацию в традиционном виде - печатные издания, радио, телевидение. Но, к сожалению, приходится констатировать, что они с этой ролью не справляются: средства массовой информации не освещают в полной мере нормативно-правовые проблемы развития физической культуры и спорта. Официальное опубликование полного текста законов проводится в информационном бюллетене «Собрание законодательства Российской Федерации» или в общефедеральной «Российской газете». Но не все граждане читают эти издания. Добавим к этому сложность в отслеживании связей между юридическими документами, в систематизации информации, содержащейся в различных официальных СМИ. А новейшие информационные технологии предоставляют населению и должностным лицам страны в кратчайшие сроки ознакомиться и изучить новые законы и другие акты нормативного характера, так как соблюдение и исполнение их во многом зависит от того, насколько своевременно и правильно они понимаются теми, кому адресованы.

На основании изложенного, целью нашего исследования явилась оптимизация правового обеспечения отрасли «Физическая культура и спорт» для повышения правовой культуры специалистов и граждан в сфере физической культуры и спорта.

Для достижения цели использовались теоретические методы исследования: анализ юридической литературы, нормативных правовых документов по государственному и муниципальному управлению, отраслевому управлению в сфере физической культуры и

спорта, а также электронных Интернет-ресурсов по проблеме, систематизация опыта по управлению сферой физической культуры и спорта; методы эмпирического исследования: анкетирование специалистов в сфере физической культуры и спорта. Информационной базой исследования послужили нормативно-правовые акты Российской Федерации, материалы инструктивного и рекомендательного характера, специальная литература и материалы периодической печати по изучаемой проблеме, ресурсы Интернет.

Организация исследования. Нами проведен анкетный опрос специалистов Управления по физической культуре и спорту Администрации г. Ижевска и специалистов спортивных отделов пяти районов города Ижевска по вопросам обеспечения нормативно-правовыми документами в сфере физической культуры и спорта для комплексного изучения действующей нормативной базы в России, а также для формирования высокого уровня правосознания специалистов и правовой культуры граждан в сфере физической культуры и спорта. Всего в опросе приняло участие 26 экспертов со стажем работы в отрасли более 10 лет. В анкете были заданы вопросы о знании и частоте обращения к тем или иным нормативным документам в сфере физической культуры и спорта, а также о наличии указанных нормативных документов на рабочем столе специалиста. Также был задан вопрос о необходимости доведения до граждан и потенциальных спонсоров нормативно-правовых документов в сфере физической культуры и спорта для повышения правовой культуры граждан и способах предоставления информации. Для обзора использования современных информационных технологий в нормативно-правовом обеспечении в сфере физической культуры и спорта был проведен анализ наличия нормативно-правовой информации в сфере физической культуры и спорта на официальных сайтах некоторых регионов России. Также был проведен анализ официального сайта Удмуртской Республики (www.udmurt.ru) и официальный сайта муниципального образования "Город Ижевск" (www.izh.ru) на наличие нормативно-правовой информации в сфере физической культуры и спорта для изучения действующей нормативной базы.

Результаты исследования. Рассмотрев информационную активность некоторых регионов России по освещению спортивной жизни региона и использованию современных информационных технологий в нормативно-правовом обеспечении сферы физической культуры и спорта, мы пришли к выводу, что в крупных городах, в которых наиболее часто проводятся международные соревнования по различным видам спорта (т.е. такие города, как г. Москва, г. Санкт-Петербург и др.), органы власти этих городов проводят политику более полного использования возможностей новейших информационных технологий в процессе образования и правового воспитания граждан в сфере физической культуры и спорта. Используя накопленный опыт главных городов России в части применения информационных технологий в процессе образования и правового воспитания граждан в сфере физической культуры и спорта, мы полагаем, что решение вопросов распространения официальных правовых документов в сфере физической культуры и спорта через органы местного самоуправления города Ижевска будет способствовать пропаганде физической культуры и спорта и позволит существенно улучшить положение дел в области ознакомления населения Ижевска с официальными текстами правовых актов органов государственной власти и местного самоуправления.

В целях обеспечения реализации законных прав граждан и организаций на доступ к нормативным документам в сфере физической культуры мы предлагаем ввести блок «Нормативно-правовые документы в сфере физической культуры и спорта» на официальном Интернет-сайте Администрации г. Ижевска в ссылке «Физическая культура и спорт», который будет находиться под контролем Управления по физической культуре и спорту Администрации города Ижевска и будет пополняться по мере издания новых законов, указов и постановлений. Блок должен представлять собой государственный тематический информационный ресурс в области правовой информатизации в сфере физической культуры

и спорта, сочетающий в себе принципы официальности, компетентности и актуальности при формировании информационного массива с принципами общедоступности, своевременности и привлекательности способов представления информации. Обобщая вышеизложенную информацию о создании блока «Нормативно-правовые документы в сфере физической культуры и спорта» отметим, что создание правового сайта можно признать своевременным и логически обоснованным направлением в развитии правовой информатизации г. Ижевска в сфере физической культуры и спорта.

ВЛИЯНИЕ РАЗЛИЧНЫХ ДВИГАТЕЛЬНЫХ РЕЖИМОВ НА ФИЗИЧЕСКУЮ РАБОТОСПОСОБНОСТЬ СТУДЕНТОК СПЕЦМЕДГРУППЫ

ГОЛОМОЛЗИНА В.П.
ГОУ ВПО «УГСА», г. Ульяновск

Проблема сохранения и укрепления здоровья учащейся молодежи является актуальнейшей для общества и государства в целом [10, 12]. Негативная динамика физического развития школьников [11] и тенденция увеличения количества студентов, имеющих различные отклонения и нарушения в состоянии здоровья, не может не вызывать тревогу [15]. Отмечаемый среди студенческой молодежи рост количества заболеваний свидетельствует о снижении регуляторных функций организма, недостаточности адаптационных резервов для противостояния физическим и психическим нагрузкам [8].

В различных вузах страны от 23 % до 50 % студентов имеют заболевания и отклонения в состоянии здоровья [1, 3 и др.]. В Ульяновской государственной сельскохозяйственной академии (УГСХА) в 2006 году по результатам медицинского осмотра студентов первого курса в специальное отделение зачислено 32,8 % студентов из них 26,25 % отнесено к специальной медицинской группе (СМГ) и 6,56 % составила молодежь, освобожденная от занятий по физическому воспитанию [13].

При анализе заболеваний, которыми чаще всего болеют студенты УГСХА, выяснилось, что за последние годы отмечается увеличение числа студентов с заболеваниями щитовидной железы. Из 312 студенток СМГ 19,55 % имеют различные нарушения функций щитовидной железы. Из них 47,54 % студенток явились представителями астено-торакального типа телосложения, 24,59 % - мышечного и 24,87 % – дигестивного соматотипов.

Небольшая по размерам щитовидная железа играет очень большую роль в организме человека. Простейшая статистика показывает, что восемь человек из каждых десяти нуждаются в лечении или корректировке функционирования щитовидной железы [5].

Увеличение щитовидной железы может быть признаком недостатка йода в рационе, недостатка йода в пище и воде (эндемичный зоб). В последние десятилетия большое количество нарушений функций щитовидной железы выявлены в связи с ухудшением экологической, в том числе радиационной обстановки, в зонах подвергшихся воздействию чернобыльского следа, а также в некоторых районах Урала и Поволжья большое число детей, особенно в период полового созревания, страдает от гипофункции щитовидной железы радиогенной природы [4].

Наиболее распространенным заболеванием щитовидной железы является эндемический зоб. Эндемическими заболеваниями (в переводе с греческого – местными) называют заболевания, свойственные данной местности. Эндемическим зобом страдает население больших территорий в ряде стран, а иногда и население целых стран.

Эндемический зоб – увеличение щитовидной железы, которое развивается в следствие йодной недостаточности у лиц, проживающих в эндемичной по зобу местности. Эндемичной по зобу считается местность в том случае, если распространенность увеличения щитовидной железы даже первой степени достигает 5 % и более среди детей и подростков или 30 % и более среди взрослых, проживающих в данной географической зоне.

Основная роль в этиологии эндемического зоба отводится йодной недостаточности, однако перmissive значение имеют и другие факторы (условия жизни населения,

культурный и социальный уровень, количество микроэлементов, принимаемых с пищей, и др.).

В результате широких государственных противозобных мероприятий эндемический зоб в Советском Союзе был ликвидирован как массовое заболевание.

Однако снижение внимания к вопросам профилактики эндемического зоба (отсутствие достаточного количества йодированной соли, нормальных условий ее хранения и др.) привело в последние годы к росту частоты случаев эндемического зоба, что диктует необходимость координации научных исследований и организационных мероприятий, направленных на профилактику этого заболевания [2].

Одним из направлений, способных, совместно с другими профилактическими мероприятиями помочь в решении данной проблемы является дифференцированный подход к физическому воспитанию студентов с ослабленным здоровьем, подразумевающий тщательное изучение индивидуальных особенностей каждого, с последующим распределением студентов по сходным типологическим признакам на определенные группы с учетом решения оздоровительных и образовательных задач учебного процесса.

В связи с этим нами было проведено исследование, целью которого явилась оценка эффективности режимов различной двигательной направленности на физическую подготовленность студенток СМГ, имеющих нарушениям функций щитовидной железы. В исследовании приняли участие 102 студентки УГСХА.

Все его участники были разделены на три группы в соответствии с особенностями телосложения: 36 студенток астено-торакального типа телосложения (АТТ), 34 девушки мышечного соматотипа (МТТ) и 32 студентки дигестивного типа телосложения (ДТТ). С учетом трех основных направлений воздействий мышечных нагрузок (преимущественное развитие выносливости, скоростно-силовое направление и комплексное) все участницы исследования были разделены на 9 подгрупп: 1) астено-торакальные – выносливость, 2) астено-торакальные – скоростно-силовые, 3) астено-торакальные – равномерно-пропорциональное, 4) мышечный – выносливость, 5) мышечный – скоростно-силовые, 6) мышечный – равномерно-пропорциональное, 7) дигестивный – выносливость, 8) дигестивный – скоростно-силовые, 9) дигестивный – равномерно-пропорциональное.

В данной работе будут представлены результаты оценки эффективности воздействия различных двигательных режимов на физическую работоспособность, которая является одним из наиболее важных и объективных показателей «динамического здоровья», для определения которого необходимо не только состояние отдельных органов и систем организма, но и проследить за изменением его функционирования под воздействием мышечных нагрузок [9]. Исследование влияния различных двигательных режимов на мышечную работоспособность осуществлялось с использованием двух видов тестирования: определения физической работоспособности велоэргометрический вариант функциональной пробы PWC170 [7] и оценки реакции организма на физическую нагрузку методом интенсивности накопления пульсового долга (ИНПД) [14]. При определении величины PWC170 использовались две велоэргометрические нагрузки мощностью 1 Вт/кг и 1,5 Вт/кг, продолжительностью 5 минут.

Результаты динамики приростов физической работоспособности представлены в таблице 1 и на рисунках 1-3.

В таблице 1 и на рисунках 1-3 представлена динамика приростов физической работоспособности в экспериментальных подгруппах студенток СМГ разных типов телосложения.

Как видно из таблицы 1, двигательным режимом, в наибольшей степени способствующим увеличению физической работоспособности студенток СМГ с астено-торакальным типом телосложения, является режим, направленный на развитие выносливости. Об этом свидетельствует значительный прирост абсолютного и относительного показателя PWC170, и высокий позитивный сдвиг в величине интенсивности накопления пульсового долга. На втором месте по эффективности влияния режим, направленный на комплексное развитие физических качеств.

Двигательный режим, используемый в подгруппе «астено-торакальные - скоростно-силовые» и предполагающий скоростно-силовую направленность, по результатам наших исследований можно считать самым неудачным для развития физической работоспособности данных студенток.

Таблица 1. «Динамика показателей физической работоспособности в экспериментальных группах студенток с ослабленным здоровьем, разных типов телосложения»

Показатели физической работоспособности	Типы телосложения	Выносливость		Скоростно-силовое		Равномерно-пропорциональное	
		Сдвиг	Ранг	Сдвиг	Ранг	Сдвиг	Ранг
<i>PWC170 абс.</i>	АТТ	10,3 *	1	4,9	3	10,2 *	2
	МТТ	10,9*	1	9,3 *	2	8,81 *	3
	ДТТ	3,11	2	11,7 *	1	2,54	3
<i>PWC170 отн.</i>	АТТ	10,9 *	1	9,8	3	10,16 *	2
	МТТ	10,8 *	1	10 *	2	8,8 *	3
	ДТТ	1	3	11,9 *	1	4,8	2
<i>ИНДП</i>	АТТ	-26,8 *	1	-21,7	3	-25,7	2
	МТТ	-19,5	2	-28 *	1	-11,5	3
	ДТТ	-15,9 *	3	-36,7 *	1	-20,4	2
Сумма ранговых мест	АТТ		3		9		6
	МТТ		4		5		8
	ДТТ		8		3		7

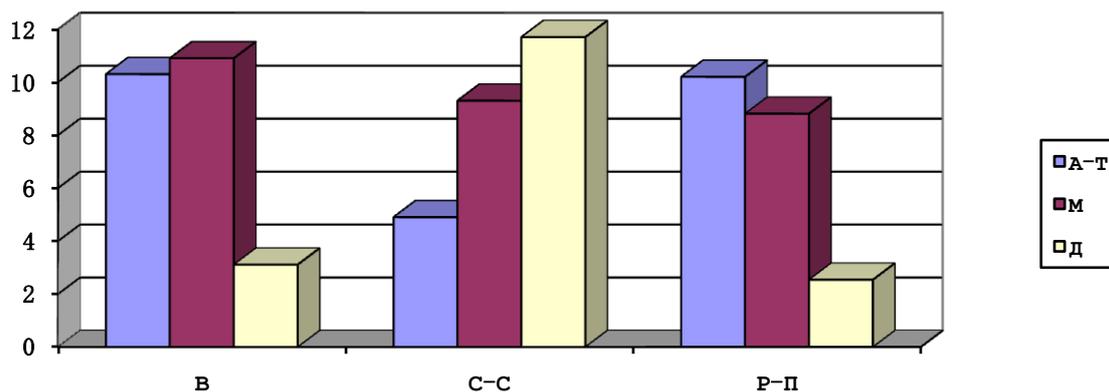


Рис. 1. Динамика абсолютной величины PWC170 у студенток СМГ под влиянием нагрузок различной направленности.

Условные обозначения: А-Т – астено-торакальный тип телосложения, М – мышечный, Д – дигестивный.

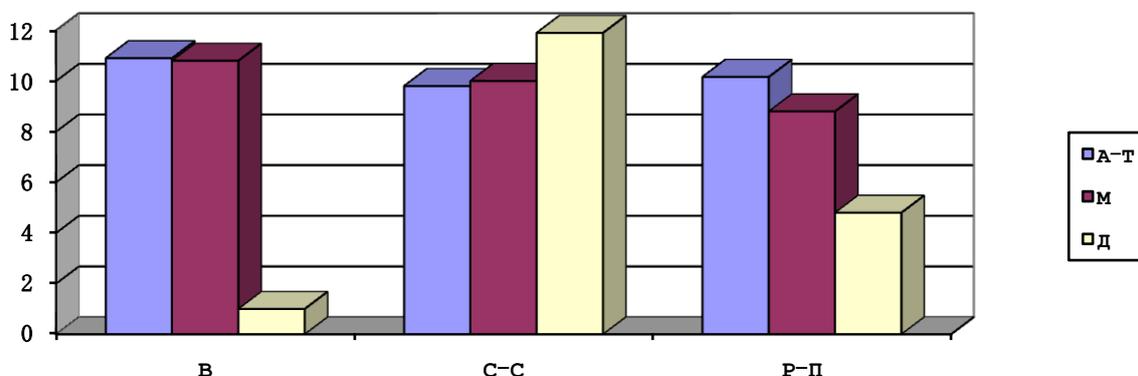


Рис. 2. Динамика относительной величины PWC170 у студенток СМГ под влиянием нагрузок различной направленности.

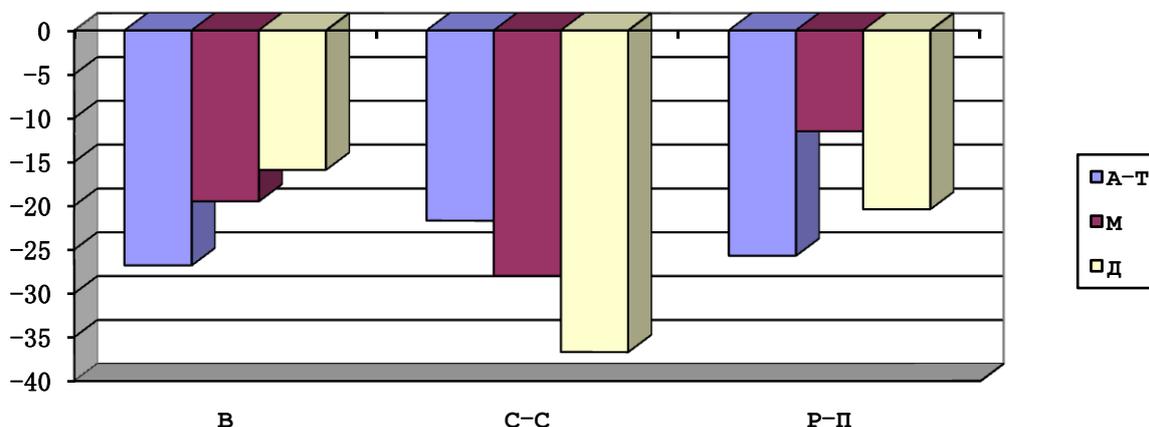


Рис. 3. Динамика величины ИНПД у студенток СМГ под влиянием нагрузок различной направленности.

Самым продуктивным в развитии аэробных возможностей студенток СМГ мышечного типа телосложения является двигательный режим, направленный на развитие выносливости, а самый высокий позитивный сдвиг показателя ИНПД происходит при преимущественном развитии скоростно-силовых качеств. На втором месте по эффективности изменения показателей теста PWC170 двигательный режим, направленный на преимущественное использование средств развития скоростно-силовых качеств, а позитивный сдвиг величины ИНПД в группе «мышечные-выносливость».

Программа двигательной активности, в основе которой лежало равномерно-пропорциональное развитие физических качеств, оказалась наименее эффективной для повышения физической работоспособности данной категории студенток по всем исследуемым показателям.

Анализ приростов показателей физической работоспособности студенток дигестивного типа телосложения показал, что наибольший прирост по всем исследуемым показателям произошел в группе «дигестивные – скоростно-силовое». Наименьший прирост относительной величины PWC170 и показателя ИНПД в группе «дигестивные – выносливость», а абсолютной величины PWC170 в группе «дигестивные – равномерно-пропорциональное».

Изучение динамики приростов физической работоспособности в экспериментальных подгруппах позволило сделать вывод, что для студенток СМГ астено-торакального типа телосложения наиболее эффективным для развития аэробных возможностей является режим, направленный на преимущественное развитие выносливости. Для повышения работоспособности у представительниц мышечного типа телосложения примерно в равной степени эффективны режимы, направленные на развитие выносливости и скоростно-силовых качеств. Группе студенток дигестивного типа телосложения для развития аэробных возможностей предпочтителен режим с преимущественным развитием скоростно-силовых качеств.

Литература

1. Андриющенко Л.Б. Педагогические аспекты управления интеграцией спортивных и оздоровительных технологий в учебный процесс физкультурного образования студентов / Л.Б. Андриющенко, И.В. Лосева, И.В. Орлан // Материалы международной науч.-практ. конф. «Актуальные проблемы и перспективы физкультурного образования в вузах». – Волгоград, 2004. – С.15.
2. Балаболкин М.И. Эндокринология. Учебное пособие/ М.И. Балаболкин. – М.: Медицина, 1989. – 416 с.
3. Бондарь С.Б. Методика занятий у студентов с вегетососудистой дистонией: Учебно-методическое пособие / С.Б. Бондарь, А.Ю. Малофеев. – Ульяновск: УлГУ, 2004. – 88 с.
4. Безруких М.М. Возрастная физиология (физиология ребенка) / М.М. Безруких, В.Д. Сонькин, Д.А. Фарбер / - М. – АCADEMIA, 2002. - 416 с.
5. Жолондз М.Я. Щитовидная железа... Выход из тупика. Частное расследование /М.Я. Жолондз. – «Лань» Санкт-Петербург. – 1997. – 208 с.

6. Изаак С.И. О ходе проведения общероссийского мониторинга состояния физического здоровья населения, физического развития и физической подготовленности детей, подростков и молодежи в субъектах Российской Федерации / С.И. Изаак // Тезисы докладов Всероссийской научно-практической конференции «Проблемы и перспективы физического воспитания и студенческого спорта в условиях модернизации высшей школы». - Казань, 2007. - С. 170-171.

7. Карпман В.Л. РWC170 - проба для определения физической работоспособности /В.Л. Карпман, З.Б. Белоцерковский, В.Г. Любина // Теория и практика физической культуры. - 1969. - № 10. - С. 37-40.

8. Ким В.В. Изменение показателей здоровья и физической подготовленности студенток специальной медицинской группы с диагнозом нейроциркуляторная дистония под влиянием статодинамических упражнений / В.В. Ким., И.Э. Юденко // Теория и практика физической культуры. – 2003. - № 4. – С.45.

9. Левушкин С.П. Комплексная оценка физической работоспособности юношей // Физиология человека. – Т.27. - № 5. – 2001. – С. 68-75.

10. Левушкин С.П. Физиологическое обоснование физической подготовки школьников 7-17 лет с разными типами телосложения. – автореф. дис. ... д-ра биологических наук /С.П. Левушкин. – М., 2005. – 48 с.

11. Левушкин С. П. Динамика физического развития школьников Ульяновска /С.П. Левушкин // Физическая культура: воспитание, образование, тренировка. – № 1. – 2005. – С. 56–57.

12. Левушкин С.П., Малых А.Л., Жуков О.Ф. Использование компьютерной программы «Мониторинг здоровья» при проведении исследований физического развития детей и подростков г. Ульяновска//Экология человека. – Приложение 2. – 2006. – С. 27-28.

13. Померанцев А.А. Физическая культура студентов, имеющих отклонения в состоянии здоровья: Учебное пособие / А.А. Померанцев. – Ульяновск. – 2006. – 100 с.

14. Сонькин В.Д. Энергетическое обеспечение мышечной деятельности школьников: Автореф. дис. ... докт. биол. наук. - М., 1990. - 50 с.

15. Рожков П.А. Развитие физической культуры и спорта – приоритетное направление социальной политики государства /П.А. Рожков //Теория и практика физической культуры.- 2002. - № 1. – С.2 -5.

ФОРМИРОВАНИЕ АКТИВНОГО ДВИГАТЕЛЬНОГО РЕЖИМА ДЕТЕЙ, КАК ФАКТОРА РЕАЛИЗАЦИИ ДЕМОГРАФИЧЕСКОЙ ПОЛИТИКИ

ГОЛУБЕВА Г.Н., к.п.н., доцент
КамГАФКСиТ, г. Набережные Челны

Известно, что здоровье формируется под воздействием целого комплекса факторов (особенности внутриутробного развития, наследственная предрасположенность, социальные условия и др.). К наиболее значимым внешним факторам, определяющим развитие ребенка, относится семейное воспитание. Родители несут ответственность за его физическое, нравственное, умственное, социальное воспитание и развитие.

Одной из главных задач нашего экспериментального исследования было обоснование влияния физкультурно-оздоровительных технологий (ФОТ) на эффективность формирования двигательных режимов детей до 6 лет. Формирование потребности в движениях наиболее эффективно в антенатальный период. Эффективность снижается при переходе от одного периода адаптации к другому по мере роста ребенка. С каждым новым периодом возрастает роль физкультурно-оздоровительных технологий, к которым можно отнести: физкультурно-оздоровительные методики; развивающую обстановку; стимулирование двигательной активности; параметры организованной двигательной активности; параметры самостоятельной двигательной активности. Ключевым моментом является стимулирование двигательной активности с помощью всех перечисленных выше технологий.

В первом периоде адаптации (антенатальном) мы использовали разные физкультурно-оздоровительные технологии, обобщенно названные «гимнастика до рождения», их главной целью было: стимулирование двигательной активности в антенатальном периоде. Полученные нами результаты показали, что активный двигательный режим беременной

влияет на формирование двигательного режима в антенатальном периоде и постнатальном периоде. Результаты эффективности ФОР в антенатальном периоде оценивали по тесту Пирсона. Статистическая обработка показателей в конце эксперимента между экспериментальной и контрольной группами - достоверна ($t_p=3,2$; $p<0,05$).

Во втором периоде адаптации (первый год жизни) мы использовали 2 основные физкультурно-оздоровительные методики: экспрессивная динамическая гимнастика и программа Г. Домана. Обе перечисленные методики способствуют формированию активного двигательного режима, так как имеют необычный подход к частоте использования (количеству раз в течение дня, недели). Так, методика Г. Домана предполагает ее применение до 10 раз в день, ежедневно, на первом этапе с помощью взрослого, к концу периода возрастает роль самостоятельной двигательной активности. Экспрессивная динамическая гимнастика используется ежедневно, основана на полном контакте взрослого и ребенка.

Таким образом, ежедневные занятия, либо несколько раз в день, стимулируют двигательную активность и приучают ребенка к регулярным воздействиям, создают кумулятивный эффект тренировки.

Результаты экспериментальной проверки ФОР в первый год жизни показали положительное эффективное влияние экспрессивной динамической гимнастики на психофизическое развитие и снижение продолжительности заболеваний детей.

Эффективность методики Г. Домана подтверждается результатами оценки статических и динамических функций детей первого года жизни, так, к концу эксперимента достоверные различия ($p<0,05$) между группами обнаружены по показателям: «начал ползать» $t_p=2,56$ и «вис на перекладине» $t_p=7,07$.

В третьем периоде адаптации к новым условиям (к ДОУ) мы использовали комплексную методику, главной целью которой было снятие психоэмоционального напряжения за счет активного двигательного режима, используя активную и пассивную среду'. Мы учитывали, что существует тесная связь между основными показателями двигательной активности и поведением детей в течение дня, характером их двигательной деятельности. Результаты, полученные нами, подтвердили эффективность предложенной методики и улучшили показатели адаптации детей экспериментальной группы:

- двигательная активность и ее характеристики (объем и интенсивность) достоверно увеличились ($t_p=7,95$ и $t_p=5,33$ соответственно), по сравнению с детьми контрольной группы, у которых данные параметры несколько ухудшились;

- период адаптации детей сократился;

- адаптация (по качественным показателям: степени) проходила легче.

В последнем периоде адаптации, выделенном нами (в процессе обучения в ДОУ) среди физкультурно-оздоровительных технологий, стимулирующих самостоятельную двигательную активность, были выбраны две (программа Г. Домана и методика динамических поз).

Эффективность двигательного режима, основанного на методике Г. Домана в ДОУ подтверждается достоверными результатами ($p<0,05$) по следующим тестам «вис на перекладине» ($t_p=9,24$), «координация кисти» ($t_p=26,4$), «проба Ромберга» ($t_p=10,9$), «гибкость» ($t_p=8,43$), динамометрия кисти ($t_p=3,5$).

Основным обобщенным критерием адаптации ребенка в процессе обучения является речевая плотность занятия (увеличилась на 16,6%), и двигательная плотность (увеличилась на 23,4%).

Практическое воплощение разработанной концепции в процесс физического воспитания детей до 6 лет предполагает:

- деятельностный подход, предусматривающий непосредственное участие родителей детей, как необходимое условие формирования активного двигательного режима в периоды антенатальный и до начала посещения дошкольного образовательного учреждения;

- индивидуально-дифференцированный подход, учитывающий особенности уровня двигательной активности и типа подвижности;

- создание развивающей физкультурно-спортивной среды, как основы стимулирования активного двигательного режима;

- координацию деятельности органов здравоохранения (в антенатальный период), дошкольных образовательных учреждений и родителей детей.

РАЗРАБОТКА ИННОВАЦИОННОЙ ТЕХНОЛОГИИ ФУНКЦИОНАЛЬНО-ПЕДАГОГИЧЕСКОГО ФОРМИРОВАНИЯ СПОРТИВНОГО РЕЗЕРВА В ЦЕЛЯХ ОПТИМИЗАЦИИ УПРАВЛЕНИЯ ТРЕНИРОВОЧНОЙ И СОРЕВНОВАТЕЛЬНОЙ ДЕЯТЕЛЬНОСТЬЮ СПОРТСМЕНОВ (НА ПРИМЕРЕ ЛИПЕЦКОЙ ОБЛАСТИ)

ГУЛЕВСКАЯ Е.С.
ГУ ИАЦР ФКиС ЛО, г. Липецк

Одной из основополагающих задач государственной политики в области физической культуры и спорта является «совершенствование подготовки спортсменов высокого класса и спортивного резерва для повышения конкурентоспособности российского спорта на международной спортивной арене» (Стратегия развития физической культуры и спорта в Российской Федерации на период до 2020 года).

Реализуя государственную политику развития физической культуры и спорта, органы исполнительной власти в области физической культуры и спорта субъектов РФ за последние годы стали уделять большое внимание детско-юношескому спорту, как основной ступени в системе подготовки спортивного резерва.

Однако в настоящее время уровень подготовки спортивного резерва в субъектах РФ не отвечает современным требованиям и поставленным задачам, что не позволяет в сложившейся системе реализовывать имеющийся потенциал спортивного резерва в полном объеме.

Основные проблемы в сфере физической культуры и спорта (Стратегия развития физической культуры и спорта в Российской Федерации на период до 2020 года):

1. Отсутствие эффективной системы детско-юношеского спорта, отбора и подготовки спортивного резерва для спортивных команд страны.
2. Усиление глобальной конкуренции в спорте высших достижений.
3. Значительное отставание от ведущих спортивных держав в развитии и внедрении инновационных спортивных технологий.

Все выше перечисленное существенно затрудняет развитие физической культуры и массового спорта, подготовку спортивного резерва и спортсменов высокого класса.

Конкуренция в спорте в перспективе будет постоянно усиливаться, что ставит задачи по разработке высокотехнологических подходов при формировании спортивного резерва.

В настоящий момент одной из наиболее серьезных проблем профессионального спорта является проблема точного и оперативного контроля функционального состояния организма спортсменов в ходе интенсивной тренировочной и соревновательной деятельности.

В современных социально-экономических условиях тренер-преподаватель при работе со спортсменами вынужден аккумулировать знания по медицине, психологии, педагогике и т.д. однако, как показывает практика, в основном тренер опирается на опыт работы, интуицию и импирические знания.

В настоящее время, когда практически полностью исчерпан ресурс традиционных методов достижения спортивного результата, для совершенствования тренировочного педагогического процесса тренеру необходимо учитывать возможности современного высокотехнологического диагностического оборудования представленного на рынке.

В 2007 году сотрудниками ГУ ИАЦР ФКиС ЛО впервые начато использование современного инновационного высокотехнологического диагностического оборудования (АПК «ГРВ-компакт»(метод Газоразрядной Визуализации), АПК «ВАЛЕОСКАН») в практике работы для получения оперативной информации о психофизиологическом состоянии здоровья спортсменов и населения Липецкой области.

Основными требованиями при выборе инновационных спортивных технологий были:

- информативность, специфическая для спортивной деятельности;
- объективность, независимо от оператора и условий сбора данных;
- простота реализации;
- небольшие временные затраты для измерения и анализа;
- возможность использовать в широком диапазоне условий, вплоть до полевых, в ходе соревнований;
- надежность хранения больших массивов информации;
- наглядность и понятность характера предоставляемой информации.

Всем вышеперечисленным требованиям соответствуют АПК «ВАЛЕОСКАН», АПК «ГРВ-компакт» (метод Газоразрядной Визуализации).

Аппаратно-программный комплекс «ВАЛЕОСКАН» позволяет:

- осуществлять диагностику функционального состояния спортсмена в любой момент времени на различных этапах тренировочного процесса;
- вести динамичный контроль за тренировочным и соревновательным процессом;
- проводить сравнительный анализ показателей функционального состояния спортсмена на каждом этапе тренировочного и соревновательного процесса;
- определять стрессовую устойчивость и резервы адаптации организма спортсмена;
- получать расчет биологических ритмов организма спортсмена и учитывать их в тренировочных циклах;
- оценивать спектр variability сердечного ритма и вегетативный тонус сердца.

Аппаратно-программный комплекс «ГРВ-КОМПАКТ» дает возможность:

- оценить психофизиологическое состояние спортсменов и уровень их соревновательной готовности;
- сравнить психоэмоциональное и физическое состояние спортсмена;
- оценить уровень важных для соревновательной деятельности психологических характеристик;
- определить уровень стресса и тревожности у спортсменов;
- провести обследования больших групп спортсменов, сравнить полученные данные между собой и представить результаты в виде группового рейтинга испытуемых.

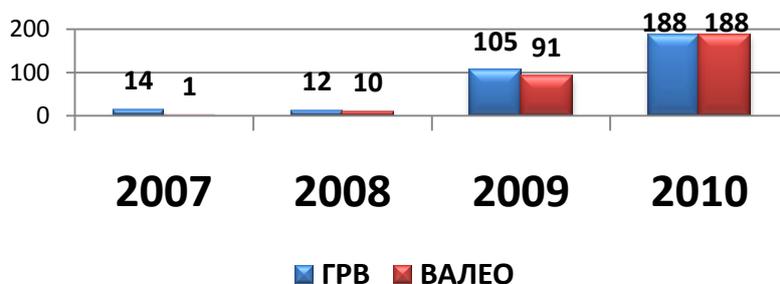


Рис. 1. Динамика количественного показателя спортсменов, обследованных на АПК «ВАЛЕО», «ГРВ Компакт» за 2007-2010 годы

В сентябре 2010 года с целью совершенствования тренировочного педагогического процесса и повышения эффективности оперативного контроля за функциональным состоянием организма спортсмена в ГУ ИАЦРФКиС ЛО был создан отдел функционально-педагогического формирования спортивного резерва.

Основными задачами отдела является:

- Отработка современной инновационной технологии диагностики с применением аппаратно-программных комплексов «ВАЛЕО-технологии», «ГРВ-компакт» в подготовительный, соревновательный и после соревновательный периоды.
- Разработка организационной модели спортивной подготовки в группах СС (спортивного совершенствования) и ВСМ (высшего спортивного мастерства) для ведущих

видов спорта в Липецкой области (академическая гребля, пулевая стрельба, плавание на открытой воде, дзюдо, самбо).

- Разработка целостной организационной системы взаимодействия «диагност – тренер – спортсмен», «диагност – педагог – тренер».
- Разработка рекомендаций по совершенствованию тренировочного педагогического процесса для тренеров, Совета тренеров, методистов СДЮШОР.
- Разработка рекомендаций в приоритете выбора спортсменов на основе группового рейтинга, отражающего психофизиологическое состояние спортсмена и его кондиции, уровень стрессоустойчивости, энергетический баланс и др.

Разработка региональной **технологии функционально-педагогического формирования спортивного резерва Липецкой области** на основе диагностики функционального состояния организма обусловлена необходимостью выявления параметров, учитывающих целостность психофизиологического состояния спортсменов с использованием аппаратно-программных комплексов, позволяющих проводить оперативную оценку в процессе тренировочной и соревновательной деятельности.

Направления, характер и проблемы системного внедрения региональной технологии функционально-педагогического формирования спортивного резерва Липецкой области:

- формирование целостной организационной региональной системы подготовки спортивного резерва с использованием аппаратно-программных комплексов «ВАЛЕО-технологии», «ГРВ-компакт» для «опорных» видов спорта, культивируемых в регионе на уровне групп высшего спортивного мастерства во взаимодействии: СПОРТСМЕН – ТРЕНЕР – ФЕДЕРАЦИЯ – ФИЗКУЛЬТДИСПАНСЕР – ЦЕНТР СПОРТИВНОЙ ПОДГОТОВКИ ГШВСМ - СПОРТУПРАВЛЕНИЕ;

- разработка содержания и организация форм направленных на формирование должной компетенции (грамотности) у всех участников процесса профессиональной подготовки спортсменов, минимум в триаде СПОРТСМЕН – ТРЕНЕР – ДИАГНОСТ; максимум во взаимодействии: СПОРТУПРАВЛЕНИЕ - ФЕДЕРАЦИЯ ПО ВИДУ СПОРТА - ТРЕНЕР-СПОРТСМЕН - ДИАГНОСТ;

- разработка региональной нормативно-правовой основы и методического сопровождения для широкого внедрения данной технологии со спортсменами входящие в сборные команды области (РФ) или являющихся кандидатами в них.

В перспективе разработки региональной технологии функционально-педагогического формирования спортивного резерва в рамках деятельности отдела предполагается:

1. Выстроить систему обязательного и систематического диагностического обследования функционального состояния здоровья для спортсменов групп СС и ВСМ по «опорным» видам спорта, культивируемым в Липецкой области, с целью анализа и динамики изменений в режиме мониторинга.

2. Разработать содержание и организовать оптимизацию тренировочной и соревновательной деятельности спортсменов с использованием технологии аппаратно-программных комплексов.

3. Разработать содержание организационной модели, обеспечивающее взаимодействие спортивных организаций (учреждений), федераций по видам спорта на каждом из этапов разработанной региональной технологии функционально-педагогического формирования спортивного резерва (группы спортивного совершенствования и высшего спортивного мастерства) по «опорным» видам спорта, культивируемых в Липецкой области.

4. Подготовить предложения для разработки необходимого нормативно-правового и методического сопровождения для внедрения региональной технологии функционально-педагогического формирования спортивного резерва Липецкой области.

РЕГИОНАЛЬНАЯ СИСТЕМА ФИЗКУЛЬТУРНО-СПОРТИВНОГО ВОСПИТАНИЯ НАСЕЛЕНИЯ ЛИПЕЦКОЙ ОБЛАСТИ

Физкультурно-спортивная практика в России накопила достаточный опыт в организации массовых мероприятий с различными возрастными и социальными группами населения. Инновационный характер их использования в современных социально-экономических условиях развития региона обусловлен процессом мониторинга психофизического развития и двигательной подготовленности населения ЛО различного возраста и социальных групп.

Научное обоснование управлением физкультурно-спортивной деятельностью в Липецкой области осуществляется с 2000 года и в соответствии с направлениями, целями и задачами, нормативно-правовым обеспечением отрасли ФКиС в Липецкой области.

В 2009 году принята федеральная Стратегия развития физической культуры и спорта в РФ до 2020 года. В документе определяются цели, задачи и основные направления реализации государственной политики в области развития физической культуры и спорта. Целевые показатели впечатляют, но от нас требуется не эмоциональность, а исполнительность в достижении цели. Основной показатель - доля граждан, систематически занимающихся физической культурой и спортом, в общей численности населения. До 2009 года темпы роста этого показателя составляли 0,3-0,7%, за прошлый год работа активизировалась и темпы роста составили 3,3% в год.

Отрадно, что работа на перспективу – на детей, ради приобщения детей к спорту – остаётся главной. Численность занимающихся в учреждениях дополнительного образования спортивной направленности - 29 038 человек, что в процентном соотношении составляет 28,6% от числа детей 6-15 лет. Во всех муниципальных образованиях в этом году показатель выше социальной нормы (20%), а у 11 из 20 муниципальных образований выше среднеобластного показателя. Целевые показатели «Стратегии 2020» устремляют к 2015 году плюс еще 6,5% или около 2000 спортсменов, а к 2020 году планируется увеличить число занимающихся на 15% или около 10000 спортсменов, т.е. в ближайшие годы для реализации поставленных задач потребуются открытие новых спортивных школ, отделений по видам спорта, групп, привлечение приблизительно 200 человек тренерско-преподавательского состава.

Новые цели потребовали новых дел. В принципе, о перспективах думали давно – это и введение ставок инструкторов ФК по месту жительства, и улучшение материальной базы, и т.д. Но сейчас начали с того, что можно сделать самим и сразу. Впервые провели спортивную декаду здоровья, которая охватила всю область и включила в себя немало новых дел. Впервые объединили Спартакиаду трудящихся и женский фестиваль, для которых придумали новые конкурсы, игры, что позволило не только поднять эмоциональность мероприятия, но и сэкономить значительные бюджетные средства, которые пошли опять, же на проведение новых мероприятий на областном уровне.

Итог – в первом же году реализации Стратегии на требуемый уровень «Доля граждан, систематически занимающихся физической культурой и спортом», вышли в Липецкой области – 18,5% занимающихся. Это главный показатель, характеризующий нашу деятельность.

О финансах. Стратегическая задача – «подключение» федерального бюджета. В 2011 году Липецкая область вошла в Федеральную целевую программу «Развитие физической культуры и спорта в РФ на 2006-2015 годы» со строительством спортивного зала с легкоатлетическим манежем.

По программе «Газпром-детям!» в 2011 году будут поставлены восемь многофункциональных спортивных площадок с синтетическим покрытием.

Вместе с тем по Федеральной целевой Программе «Развитие физической культуры и спорта в Российской Федерации на 2006-2015 годы» Липецкая область включена в перечень строек на 2013 год.

А вот, что уже сделано на сегодня:

- подписано соглашение о сотрудничестве между Министерством спорта, туризма и молодежной политики РФ и администрацией Липецкой области. В рамках этого Соглашения будет построен целый комплекс спортивных сооружений в г. Липецке: ледовая арена с трибунами на 5,5 тыс. чел., плавательный 50-метровый бассейн, многофункциональный спортивный комплекс с игровым залом.

С большой долей уверенности можно говорить о не столь далёких перспективах - о строительстве спортивных объектов (ФОКов, плавательных бассейнов, искусственных футбольных полей, плоскостных сооружений и т.д. – в зависимости от заявки и потребностей района) во всех муниципальных районах Липецкой области.

Немало решений принимается и на уровне нашего управления. Самое принципиальное – схема финансирования федераций. Управление физической культуры, спорта и туризма Липецкой области обозначило приоритеты в деятельности федераций, и при максимальной объективности и прозрачности финансирования лишь активно контролирует расходование бюджетных средств.

В настоящее время формируется перечень объектов, создание и модернизация которых, послужит повышению качества жизни жителей Липецкой области. Утвержден Правительством Российской Федерации перечень базовых видов спорта в Липецкой области для подготовки резерва спортивных сборных команд России. Это: легкая атлетика, плавание, стрельба пулевая и стендовая, академическая гребля, лыжный спорт и три вида спорта-инвалидов (легкая атлетика, голбол, велоспорт). Решение этих задач ставит необходимым строительство многофункциональных спортивных комплексов, легкоатлетического манежа, гребной базы (при этом весьма важно углубление русла реки Воронеж), велотрека. И мощный резерв не только в работе, но и в правильном понимании стратегии, приоритетов.

С сентября 2009 года по настоящее время консультации по процедуре государственной аккредитации получили 39 областных спортивных федераций. В числе аккредитованных – Липецкая областная общественная организация «Федерация физической культуры и спорта инвалидов с поражением опорно-двигательного аппарата». Этот факт очень значим, потому что использованию средств физической культуры и спорта в процессе адаптации инвалидов к полноценной жизни уделяется огромное значение.

Объём финансирования физической культуры и спорта инвалидов по областной целевой программе «Развитие физической культуры и спорта в Липецкой области на 2009 – 2013 годы» в 2010 году 900 000 рублей. На учебно-тренировочную работу в подведомственных управлению учреждениях ЦСП «ШВСМ» и ОКДЮСШ ежегодно выделяется около 500 000 руб.

В ГУ ЛСК «Спартак» созданы условия для бесплатных тренировочных занятий инвалидов, членов сборной команды Липецкой области, в плавательном бассейне. Для спортсменов с ограниченными физическими возможностями в учреждениях дополнительного образования спортивной направленности (СДЮСШОР, ДЮСШ, ДООЦ) Липецкой области проводятся занятия по 11 видам спорта.

В работе с инвалидами были проведены областные соревнования по лыжным гонкам, плаванию, спортивной рыбалке, лёгкой атлетике, настольному теннису, пулевой стрельбе, первая спартакиада среди детей-инвалидов.

На Всероссийских соревнованиях отличились представители спортивных танцев на колясках (2 место, чемпионат России), спортивного ориентирования на колясках, (победители и призёры первенства России), шахматам среди слепых, настольный теннис с поражением ОДА (призёры первенства России).

В настоящее время совместно с Управлениями образования и здравоохранения разрабатывается программа обязательного формирования навыка плавания у всех учащихся общеобразовательных школ уже к окончанию 5-го класса, что требует достаточно реальных действий руководителей органов муниципальных образований. Это и организация транспорта, и организация занятий и контроля за результатами. Все это улучшило качество жизни населения, как пример в начале века мы ежегодно теряли на водоемах области около 200 чел, начали появляться бассейны и уже в 2009 году этот показатель стал кратно ниже – 74 человека.

Особое место в областном календаре занимает молодежный спортивный фестиваль «Универсиада», включающая соревнования по девяти, наиболее популярным у студентов, видам спорта. Это мероприятие проводится в шестнадцатый раз, стало одним из престижных для учебных заведений области. Проведение соревнований среди студентов носит ступенчатый характер от соревнований внутри факультетов и вузов до финала областной Универсиады. Принимают участие студенческие команды в регулярных чемпионатах и первенствах области по различным видам спорта.

В основные и резервные составы сборных команд России различных возрастных групп по 14 видам спорта входило 98 чел. из них более 39 % по девяти видам (дзюдо, тяжёлая атлетика, академическая гребля, гребля на байдарках и каноэ, плавание на открытой воде, легкая атлетика, волейбол, пулевая стрельба, стендовая стрельба) являются студентами ВУЗов.

В прошедшем году туристами были совершены лыжные, пешеходные, велосипедные, водные походы различной категории сложности всего 28, в которых приняло участие 179 человек и проведено около 110 походов выходного дня с участием более 3000 человек. В чемпионате Липецкой области среди спортивных походов 1-4 категории сложности в категории «Маршруты» 2010 года зарегистрировано 19 категорийных походов.

Особым вниманием пользуются соревнования по скалолазанию на искусственном рельефе в г. Ельце, на естественном рельефе на Воргольских скалах, в них состязались более 100 спортсменов из Липецкой области и гости и соседних областей. Был оборудован и начал функционировать новый скалодром.

Второй год ведется совместная работа с общественной организацией «Мир без наркотиков» по реабилитации бывших наркоманов. Эти люди привлекаются к тренировкам на скалодроме и Воргольских скалах, работают волонтерами на соревнованиях. Наши представители ежегодно участвуют в сборах по альпинизму на Кавказе.

Несколько слов об областной комплексной детско-юношеской спортивной школе (ОК ДЮСШ) с филиалами. Областной детско-юношеской спортивной школе - 6 лет. С открытием школы был дан толчок для дальнейшего развития отрасли физической культуры и спорта среди детей и юношества Липецкой области. Она не стала дублером районных ДЮСШ и ДЮКФП, а заняла свое место в системе подготовки спортивного резерва не только для сборных команд по видам спорта Липецкой области, но и сборных команд ЦФО и России.

В школе 24 филиала (т.е. географических пункта) в 16 районах Липецкой области по 24 видам спорта, из них 17 - олимпийские. Количество занимающихся имеет положительную динамику: в 2010 году - 2914 человек, 2009г. – 2001 чел., 2008г.-1938 чел., 2007году – 1865 чел.).

Спортсмены ОК ДЮСШ в 2010 году становились победителями и призерами Чемпионатов и Первенств России среди юношей и juniоров по академической гребле, конному спорту, фитнес-аэробике, боксу, дзюдо, тхэквондо, каратэ, ушу и кик-боксингу. Представляли Липецкую область в составах сборных команд России на Первенствах Мира и Европы, а Анастасия Валуева из с.Доброе стала победителем Чемпионата России по тхэквондо во второй раз и завоевала золотую медаль на Первых юношеских летних Олимпийских играх в Сингапуре, тренирует спортсменку В.А. Сдвижков.

В 2010-2011 учебном году организация работы с детьми-инвалидами приобретает первостепенное значение для ОК ДЮСШ. На основе предыдущего опыта в школе будет открыт отдел (отделение) по работе с детьми-инвалидами (лица с отклонениями в состоянии здоровья).

Основными направлениями развития ОК ДЮСШ на 2011 год являются:

- тесное взаимодействие ОК ДЮСШ в подготовке квалифицированных спортсменов с ОГУ ЦСП ШВСМ и ГУ ИАЦ РФКиС Липецкой области;
- адаптивная физическая культура и адаптивный спорт;
- подготовка ближайшего спортивного резерва для сборных команд Липецкой области;

- укрепление и расширение материально-технической базы СОЛ «Лукоморье», в том числе через участие в ФЦП строительство спортивного комплекса (имеется проектно-сметная документация на этот объект).

Наши усилия по развитию физкультурно-спортивной отрасли региона отражены в спортивных достижениях. Изменился качественный состав ШВСМ: в 2001 году у нас было 2 ЗМС и 11 МСМК, то в 2010 году спортивные достижения спортсменов области стали значительно весомее: 8 ЗМС и 21 МСМК. Про достижения, медали, в т.ч. и олимпийские (пекинские, сингапурские) не говорю – разница колоссальная.

Одним из направлений стратегии развития физической культуры и спорта на период до 2020 года является разработка, и реализация комплекса мер по пропаганде физической культуры и спорта как важнейшей составляющей здорового образа жизни. В этой работе мы имеем хороший результат и признанный Министерством спорта, туризма и молодежной политики РФ успех.

В 2010 году ГУ ИАЦР ФКиС ЛО представил областные материалы во Всероссийском конкурсе, где стали лауреатами и получил **I место** в номинации «Лучшая организация мероприятий по повышению уровня информированности и знаний среди различных категорий населения по вопросам здорового образа жизни, физической культуры и спорта».

Этому предшествовала огромная работа, она будет продолжена и в 2011 и последующих годах.

В 2010 году информационно-аналитический Центр большое внимание уделил разработке системы формирования спортивного резерва ЛО. Она позволяет определить качество и сроки тренированности и достижения высоких спортивных результатов. И, что не маловажно, затратную стоимость подготовки спортсменов области.

В Послании Президента Российской Федерации Д.А. Медведева содержатся основные направления и ориентиры в 2011-2013 годах: *«Важной инвестицией в будущее развитие считаю работу, направленную на формирование здорового образа жизни, развитие массовой физической культуры и спорта».*

Цели, которые перед нами стоят – ясны, задачи – понятны, приоритеты – расставлены. Да и практика показала, что вектор движения задан правильно. Это и темпы роста показателей развития отрасли, и рост результатов высшего спортивного мастерства, и темпы строительства и модернизации спортивных объектов, и работа с инвалидами на новом уровне. При консолидации усилий всех уровней власти, всех общественных организаций, направленных на создание условий и улучшение качества жизни населения средствами физической культуры и спорта, достижение поставленных целей – весьма и весьма реально.

ПРИМЕНЕНИЕ ИНФОРМАЦИОННЫХ ТЕХНОЛОГИЙ В СИСТЕМЕ УПРАВЛЕНИЯ СФЕРОЙ «ФИЗИЧЕСКАЯ КУЛЬТУРА И СПОРТ»

ДРОБИНИН Г.В. к.п.н.
ГОУ ВПО «ТГУ», г. Томск

Актуальность. В настоящее время, в сложившихся социально-экономических условиях, спортивному движению России требуется совершенствование научных методов управления (В.И.Жолдак, В.Н.Зуев, 1998). Современная наука признает, что основой функционирования и развития любой системы, процесса, объекта является информация (Р. Л. Акофф, П. Райветт, 1966; Д.Д.Донской, 1968, 1975, 1979; М.Д. Месарович, 1966, 1970; А.И. Уемов 1978 и др.).

От того, как быстро, правильно, оперативно руководитель не только соберет, но и проанализирует ситуацию на основе поступившей информации, будет во многом зависеть успешность и качество принимаемых решений, успех деятельности. Именно поэтому ученые все чаще обращаются к вопросу о совершенствовании способов процесса управления в социальной сфере.

Основная проблема в управлении заключается в том, что в условиях «информационного бума» в современном, быстро меняющемся мире, руководителю

становится все труднее перерабатывать огромное количество информации и принимать верное решение. Выход из этого положения (проблемы) видится в применении информационных технологий - накапливание информации, ее хранение в виде баз данных, которые позволяют структурировать информацию и практически мгновенно ею пользоваться с применением компьютера. К этому дополняются возможности применения к информации, хранящейся в базе данных, методов математического моделирования, которые позволяют не только анализировать состояние ситуации, но и прогнозировать ее дальнейшее развитие.

Следовательно, проблема исследования определяется наличием противоречий, с одной стороны, между потребностью общества в качественных и своевременных решениях по управлению сферой физической культуры и спорта, и необходимостью совершенствования способов информационно-аналитической работы руководителя, а с другой стороны, недостаточной теоретической и методической разработанностью применения информационных технологий в управленческом процессе.

В связи с этим возникает необходимость использования информационных технологий в виде баз данных и применением методов моделирования в сфере физической культуры и спорта. Применение математических методов и компьютеров существенно изменяет проблему принятия решения, позволяет находить их более быстро, рационально, качественно, при заданных ограничениях.

Однако, вопросы касающиеся применения ЭВМ в управлении сферой физической культуры и спорта не только недостаточно освещены в специальной литературе, но и не нашли своего должного применения в практике работы. Это и обуславливает актуальность предпринятого исследования.

Исходя из этого, рабочая гипотеза исследования заключалась в предположении о том, что разработанные и внедренные в практику работы информационные базы данных с комплексом методов моделирования на ЭВМ могут явиться фактором эффективного управления физической культурой и спортом в Томской области.

Объектом исследования является система «Физическая культура и спорт» в Томской области.

Предметом исследования является процесс управления функционированием системы «Физическая культура и спорт» в Томской области.

Целью нашего исследования являлось совершенствование управления региональной системой «Физическая культура и спорт» на основе информационных технологий с применением методов моделирования.

Научная новизна результатов исследования заключается в следующем:

- в установлении региональных особенностей функционирования и развития системы «Физическая культура и спорт» в Томской области;
- в принятии рациональных управленческих решений, посредством выявления критических проблем с применением информационных технологий в сфере «Физическая культура и спорт»;
- в выявлении структуры информационной базы данных системы «Физическая культура и спорт»;
- в совершенствовании управления региональной системы «Физическая культура и спорт» на всех уровнях, определяемого комплексностью, соответствием современному техническому уровню, научной обоснованностью, многоаспектностью.

Теоретическая значимость исследования состоит в том, что, привлекая методы (системно-структурный подход к исследованию процессов и явлений, факторный анализ, моделирование на ЭВМ), удалось дать более полное объяснение механизмов управления системой «Физическая культура и спорт» на основе информационных технологий.

Результаты исследования существенно дополняют раздел теории и методики физического воспитания и спортивной подготовки в вопросах управления физической культурой и спортом на основе информационных технологий.

Практическая значимость работы заключается:

- в методике создания и применения информационной базы данных на ЭВМ в отрасли физической культуры и спорта;

- в совершенствовании процесса управления физической культурой и спортом найдены важные способы обоснования корректных моделей ее развития, исходя из показателей информационной базы данных.

Практическая ценность работы заключается и в том, что ее основные положения и результаты могут применяться руководителем на различных уровнях подсистем физической культуры и спорта. Успешно функционировать в условиях рыночной экономики способен только тот руководитель, который использует актуальную и полную информацию, принимает рациональные решения на научной основе.

В результате проведенной работы мы получили определённые результаты, по которым можно сделать следующие выводы:

1. Анализ современного состояния управления сферой физической культуры и спорта показал, что ее методологические аспекты разработаны достаточно полно, с применением принципов системного подхода. Однако, научному обоснованию вопросов управления системой «Физическая культура и спорт» с применением информационных технологий посвящено незначительное количество работ.

2. На базе ЭВМ «Pentium» создана информационная база данных «Физическая культура и спорт», в операционной среде Microsoft Windows и приложении Access 97. База данных характеризуется иерархической моделью с четырьмя уровнями и пятью модулями на каждом уровне. Ее применение совместно с пакетом прикладной программы Statistika 5.7 for Windows позволяет с помощью методов моделирования не только анализировать, но и прогнозировать развитие сферы физической культуры и спорта по заданным критериям.

3. В результате изучения тенденций развития физической культуры и спорта в Томской области, построена модель зависимости количества кандидатов в сборную России (Y) в зависимости от количества занимающихся в ШВСМ - (X₁), МСМК и МС - (X₂), и количества призеров международных соревнований - (ХД Чемпионатов России - (X₅), первенств России - (X₆): $Y = 1,954 - 0,010 \cdot X_1 + 0,135 \cdot X_2 - 0,091 \cdot X_4 + 0,878 \cdot X_5 + 0,796 \cdot X_6$.

Результаты регрессионного анализа показали, что для увеличения количества кандидатов в сборные команды России от Томской области характерным является:

- увеличение количества мастеров спорта международного класса и мастеров спорта;
- увеличение количества призеров Чемпионатов и первенств России.

Увеличение же количества занимающихся в ШВСМ и количества призеров международных соревнований положительного влияния на повышение количества кандидатов в сборные России не оказывает.

4. Тенденции развития системы «Физическая культура и спорт» в Томской области в период 1990 - 2000 г.г. показывают, что динамика изменения основных показателей (массовость занимающихся ФКиС, количество специалистов сферы ФКиС, количество спортсменов, количество подготовленных мастеров спорта России) характеризуется неравномерным развитием. В период 1990 - 1995 г.г. отмечается спад отмеченных показателей. В период 1995 - 2000 г.г. отмечается увеличение этих показателей, причем показатели в 2000 году превосходят аналогичные показатели дореформенного 1990 года на 30% - 40%.

5. Количество культивируемых видов спорта в Томской области в период 1990 - 1995 г.г. характеризуется так называемым «плато» и составляет 21 вид. Во второй период (1995 - 2000 г.г.) произошло увеличение культивируемых видов спорта в сельской местности с 21 до 43 - увеличение в 2 раза, а в городах области с 21 вида до 84 - увеличение в 4 раза.

Количество спортсменов с 57903 человек (1990 г.) сократилось до 41809 человек к 1995 году, а к 2000 году отмечается рост до 84000 тысяч. Увеличение по отношению к 1995 году в 2 раза, а к 1990 году в 1,45 раза.

6. Результаты факторного анализа показывают, что число занимающихся в ДЮСШ в учебно-тренировочных группах напрямую зависит от количества занимающихся в общеобразовательных школах и от числа педагогов. Количество же занимающихся в спортивно-оздоровительных группах ДЮСШ зависит от финансирования ДЮСШ, в том числе и зарплаты тренеров-преподавателей.

7. Ведущим фактором развития системы «Физическая культура и спорт» в Томской области, является рациональное использование внутренних ресурсов системы на основе управленческих решений, которые реализованы с применением информационных технологий. Применение информационных технологий в виде базы данных позволило достигнуть согласованности в процессе обмена информацией, выработать единые принципы документооборота, избежать случайных ошибок при обработке больших объемов информации, исключить дублирование сведений, сократить время и повысить эффективность обработки имеющихся данных для принятия соответствующих управленческих решений.

Результаты проведенного исследования позволяют предложить руководящим работникам сферы «Физическая культура и спорт» следующие рекомендации по совершенствованию управления этой сферой.

1. При построении информационной базы данных в операционной среде Microsoft Access 97 следует учитывать следующее:

- четко определить, какие характеристики интересуют пользователя на «выходе»;
- заложить в базу данных возможно больше информационных характеристик, но без значительного усложнения модели информационной базы данных.

2. В процессе управления системой «Физическая культура и спорт» следует прогнозировать тенденцию ее развития с применением информационных технологий в виде баз данных и математического моделирования на ЭВМ. Использование современных информационных технологий руководством Комитетов по физической культуре и спорту позволяет повысить эффективность собственной административной деятельности, а также всех структурных подразделений по следующим причинам:

- существующей возможностью в произвольный момент в режиме реального времени анализировать различные объемы имеющихся данных, а их статистическая обработка позволяет устанавливать фактическое состояние, закономерности в развитии, как отдельных сторон, так и работы всей сферы физической культуры и спорта;

- выявлять отстающие и перспективные в развитии стороны, и тем самым определять оперативное, тактическое и стратегическое планирование деятельности всей системы физической культуры и спорта.

3. Для улучшения функционирования системы «Физическая культура и спорт» необходимо принимать такие управленческие решения, которые бы оказывали комплексное воздействие на все ее подсистемы, так как воздействие на отдельные подсистемы не улучшает в целом функционирование всей системы.

4. При оздоровительной направленности функционирования системы ФКиС рекомендуется увеличивать количество плоскостных сооружений, с целью приобщения большего количества занимающихся физической культурой спортом.

5. Для повышения уровня развития спорта высших достижений следует ориентироваться на увеличение количества мастеров спорта и мастеров спорта международного класса и призовые места, занятые спортсменами в Чемпионатах и первенствах России.

6. Для повышения количества мастеров спорта характерным является повышение расходов на содержание ДЮСШ и увеличение количества стадионов.

ОЛИМПЕЙСКОЕ ОБРАЗОВАНИЕ В СИСТЕМЕ ПОДГОТОВКИ КАДРОВ СФЕРЫ ФИЗИЧЕСКОЕ ВОСПИТАНИЕ И СПОРТ

ДУДКИН В. Ю.
«Национальный университет ФВиС Украины», г. Киев, Украина

Введение. В Украине, благодаря плодотворному сотрудничеству НОК и Олимпийской академии, мощно развита и четко налажена система олимпийского образования. Ее основой являются высшие учебные заведения физической культуры и спорта, на базе которых созданы региональные центры олимпийского образования и исследований [2, 3].

Большое значение в системе олимпийского образования в Украине играет издательская деятельность и, в частности, существование таких фундаментальных работ, как „Энциклопедия олимпийского спорта” в пяти томах, „Энциклопедия олимпийского спорта Украины”, учебного пособия „Система подготовки спортсменов в олимпийском спорте” под общей редакцией В.Н. Платонова. Значительную роль во внедрении олимпийского образования имеет организация Всеукраинских олимпийских уроков, проведение игр и конкурсов среди школьной молодежи, издание учебного пособия «Твой первый олимпийский путеводитель» под общей редакцией президента ОАУ М.М. Булатовой, выпуск плакатов, дневников для школьников.

Однако, как отмечает профессор М.М. Булатова, сегодня украинское общество, несмотря на значительные достижения во внедрении идеалов и ценностей олимпизма, остро нуждается в расширении сферы применения системы олимпийского образования. Привлечение к идеалам олимпизма различных слоев населения является актуальной проблемой, решение которой требует совершенствования подготовки кадров способных к внедрению олимпийского образования среди украинской общественности.

С целью совершенствования системы подготовки специалистов отрасли „Физическое воспитание и спорт” в Украине в нами был осуществлен анализ особенностей внедрения олимпийского образования в подготовку кадров профильной сферы на постсоветском пространстве.

Цель работы – определить особенности внедрения олимпийского образования в систему подготовки кадров сферы „Физическое воспитание и спорт” в странах СНГ.

Методы исследования – анализ и обобщения литературных источников, информации сети Интернет; контент-анализ; опрос.

Результаты исследования. Анализ литературных источников, опрос свидетельствует, что квалифицированные кадры, способные внедрять идеологию олимпизма среди широких слоев населения являются основой системы олимпийского образования. Исследования относительно подготовки специалистов сферы „Физическое воспитание и спорт” на постсоветском пространстве позволили выделить страны и учебные заведения, где олимпийское образование является составляющей подготовки студентов.

Среди особенностей внедрения олимпийского образования в систему подготовки специалистов отрасли „Физическое воспитание и спорт” в России можно выделить: договор между Олимпийским комитетом России и Российской государственной академией физической культуры, относительно разработки теоретических, методических и организационных основ совершенствования системы образования по физической культуре и подготовки специалистов по олимпийскому образованию. В 2003 году по инициативе Олимпийского комитета России был выдан „Олимпийский учебник студента” □ издание, представляющее методическую основу формирования системы олимпийского образования в высших учебных заведениях страны [10]. Нужно отметить и разработку Сибирской государственной академией физической культуры спецкурса „Олимпийское движение и методика преподавания олимпийского образования” и открытие кафедры олимпийского образования.

Еще одной особенностью подготовки специалистов сферы „Физическое воспитание и спорт” в России является включение вопросов по олимпийскому образованию в программу педагогической практики студентов высших учебных заведений. Программа предусматривает проведение бесед по олимпийской тематике с учениками, организацию физкультурных и спортивных мероприятий под олимпийскими символами, а также викторин, конкурсов знатоков Олимпийских игр, оформление школьных олимпийских стендов. Работа проводится совместно студентами-практикантами и учениками общеобразовательных школ под руководством методиста педагогической практики [6].

Одним из подходов к подготовки кадров, способных внедрять олимпийское образование является разработанная Санкт-Петербургской академией физической культуры им. П.Ф. Лесгафта программа повышения квалификации педагогов-воспитателей, руководителей учебных заведений, рабочих органов народного образования.

Анализ системы подготовки специалистов сферы „Физическое воспитание и спорт” в России позволяет отметить, что специалистами Санкт-Петербургской академии физической культуры им. П.Ф. Лесгафта разработана и предложена технология подготовки кадров профильной отрасли, способных внедрять олимпийское образование в будущей профессиональной деятельности [9].

Анализ литературных источников, информации сети Интернет, опрос позволили определить, что в 2000 году в Белоруссии была утверждена Новая республиканская программа олимпийского образования. Согласно программе реализация олимпийского образования предусматривает несколько уровней, на каждом из которых решаются определенные задачи. Особенность внедрения олимпийского образования в систему подготовки кадров отрасли „Физическое воспитание и спорт” состоит в разработке и внедрении в профильных учебных заведениях Белоруссии спецкурса „Теория и практика олимпийского движения”, цель которого формирование оценки и методических основ воспитания студентов на принципах олимпизма. Следует отметить, что изучение вопросов олимпизма является обязательным для студентов всех высших учебных заведений страны [7].

Проведенные исследования позволяют отметить, что олимпийское образование внедряется в систему подготовки специалистов сферы „Физическое воспитание и спорт” в Казахстане. Так, в Казахском институте физической культуры в 1997-1998гг. впервые был прочитан курс „Олимпийское образование”. В 2001 году такая дисциплина была включена в учебный план и закреплена государственным стандартом образования. Все часы, разделены на аудиторные, лекционные, семинарские, а также на самостоятельные и индивидуальные. В зависимости от задач дисциплины, учебный материал был распределен между этими видами учебного процесса [4].

Подготовка кадров профильной отрасли по олимпийскому образованию осуществляется и в Киргизии, где разработан курс „Основы олимпийского образования”, включенный в систему подготовки специалистов сферы „Физическое воспитание и спорт” в Киргизской академии физической культуры и спорта. Цель курса – формирование у студентов системы олимпийских знаний, умений и навыков подготовки и проведения мероприятий по олимпийскому воспитанию в учебных заведениях [5].

Анализируя ситуацию относительно внедрения олимпийского образования в систему подготовки специалистов отрасли „Физическое воспитание и спорт” Армении, справедливо указать, что в образовательной программе Армянского государственного института физической культуры преподается специальный курс „Олимпизм”, действует кабинет и музей, посвященный олимпийскому движению [1].

Выводы:

1. Подготовка кадров, способных внедрять идеологию олимпизма среди широких слоев населения является основой системы олимпийского образования. Анализ литературных источников свидетельствует, что решение проблемы совершенствования внедрения олимпийского образования в систему подготовки специалистов отрасли „Физическое воспитание и спорт” является актуальной как в Украине, так и в других странах СНГ.

2. Проведенные исследования свидетельствуют, что среди особенностей подготовки кадров сферы „Физическое воспитание и спорт”, способных к внедрению олимпийского образования осуществляется в России. можно выделить сотрудничество высших учебных заведений с Олимпийским комитетом России, разработку курса и технологии подготовки и переподготовки кадров, работающих со школьной молодежью, включение вопросов по олимпийскому образованию в педагогическую практику студентов профильных учебных заведений, а также существование специальной литературы по разным аспектам олимпийского движения.

3. Основой внедрения олимпийского образования среди студенческой молодежи Белоруссии, Казахстана, Киргизии, Армении является разработка и преподавание специального курса по олимпийской тематике. Однако проведенные исследования свидетельствуют о чрезмерном увлечении в указанных странах просветительским подходом, предусматривающим получение преимущественно теоретических знаний при изучении олимпийского движения, теории и методики физического воспитания и спортивной специализации.

Литература:

1. Аракелян В.Б., Бабаян А.А., Рутунян А.А. Особенности и виды организации процесса олимпийского образования в Республике Армения // Олимпийский спорт и спорт для всех: Тезисы IX Международной научного конгресса. – К.: Олимпийская литература, 20-23 сентября 2005. – С. 4.

2. Ашанин В.С., Кудиненко В.Н., Олейник Н.А. Олимпийское образования: проблемы обобщения современного опыта в странах СНГ // Олимпийский спорт и спорт для всех: Тезисы IX Международной научного конгресса. – К.: Олимпийская литература, 20-23 сентября 2005. – С. 5.

3. Булатова М.М. Система олімпійської освіти та нові форми її впровадження // Олимпийский спорт и спорт для всех: Тезисы IX Международной научного конгресса. – К.: Олимпийская литература, 20-23 сентября 2005. – С. 7.

4. Каражанов Б.К. Олимпийское образование в вузах физической культуры и спорта Казахстана // Современный олимпийский спорт и спорт для всех: VIII Междунар. научный конгресс. – Т.1. – Алматы, 2004. – С.28-29.

5. Касмалиева А.С. Олимпийское образования студентов КГИФК // Олимпийский спорт и спорт для всех: Тезисы IX Международной научного конгресса. – К.: Олимпийская литература, 20-23 сентября 2005. – С. 16.

6. Кузин В.В., Столяров В.И. Проблемы подготовки специалистов нового профиля по олимпийскому образованию // Физическая культура: воспитание, образование, тренировка – 1999. № 1-2. – С. 2-6.

7. Кулинкович Э. Организация и содержание олимпийского образования в Республике Беларусь // Олимпийский спорт и спорт для всех: Тезисы V Международной научного конгресса. – Мн.: Белорусская государственная академия физической культуры, 2001. – С. 81.

8. Поликарпова Г. Подготовка кадров для системы олимпийского образования // Олимпийское движение и социальные процессы: Материалы IX Всероссийск. научно-пр. конф. – М.: Советский спорт, 1999. – С. 203-207.

9. Рогозина Г. Технология подготовки кадров для обеспечения олимпийского образования молодежи // Олимпийское движение и социальные процессы: Материалы IX Всероссийск. научно-пр. конф. – М.: Советский спорт, 1999. – С. 211-214.

10. Родиченко В. Олимпийское образование: российская модель // Олимпийский спорт и спорт для всех: Тезисы V Междунар.научн.конгр.–Мн. Белорусская государственная академия физической культуры, 2001.–С.81.

СОСТОЯНИЕ ПОКАЗАТЕЛЕЙ ФИЗИЧЕСКОЙ ПОДГОТОВЛЕННОСТИ, ФИЗИЧЕСКОГО И МОРФОФУНКЦИОНАЛЬНОГО РАЗВИТИЯ УЧАЩИХСЯ ЛИПЕЦКОЙ ОБЛАСТИ МАЛЬЧИКОВ ВОЗРАСТНОЙ ГРУППЫ 15-18 ЛЕТ

ЕРЁМИНА Т.А.
ГУ ИАЦР ФКиС ЛО, г. Липецк

Любое изменение ситуации в обществе обязательно сказывается на жизни школы, меняет ее задачи, приоритеты, требования к ученику, структуру и содержание образования. Менялось время, менялись задачи реформирования школы, но одна проблема оставалось неизменной – охрана и укрепление здоровья детей, создание нормальных условий для их роста и развития.

Наиболее значительный прирост всех нарушений состояния здоровья отмечен в период от 12-17 лет. При этом считается, что отрицательное влияние внутришкольной среды и, прежде всего, перегрузок в школьном возрасте составляет 21% [4]. Это определило

интерес к проблеме здоровья школьников, к организации школьной жизни. Следует заметить, что школа действительно имеет уникальную возможность решения задач сохранения здоровья детей, т.к. через нее проходят все дети, обучение продолжается в течение многих лет, в учебные занятия составляют большую часть времени ребенка [3].

Важнейшей характеристикой состояния здоровья подрастающего поколения служит его физическое развитие, понимаемое как совокупность морфологических и функциональных признаков в конечном итоге, определяющая запас его физических сил. [2]. В Липецкой области наличие информационной системы (<http://online.monitoring48.ru>) на сегодня позволяет иметь данные о ее пользователях. Мониторинг мы рассматриваем, прежде всего, не только как наблюдение, оценку и прогноз, но и как активное вмешательство (на основе получаемой информации) в процесс физического воспитания. На основе полученного материала создается банк данных каждого учащегося, который по мере повторных тестирований пополняется новыми данными, отражающими изменения психофизического состояния.

В 2008г в мониторинге психофизического развития учащихся приняло участие 1429 мальчиков данной возрастной группы. В 2010 году число данной возрастной группы в области составило 5281 человек. Приступая к оценке результатов психофизического состояния мальчиков данной возрастной группы, свой анализ мы начали с показателей морфофункционального развития (табл. 1., рис. 1).

Таблица 1. «Показатели морфофункционального развития мальчиков возрастной группы 15-18 лет по Липецкой области»

Уровень морфофункционального развития	2008	2010
Низкий	2,38	1,83
Ниже среднего	20,34	22,07
Средний	52,59	55,24
Выше среднего	23,84	20,28
Высокий	0,84	0,58

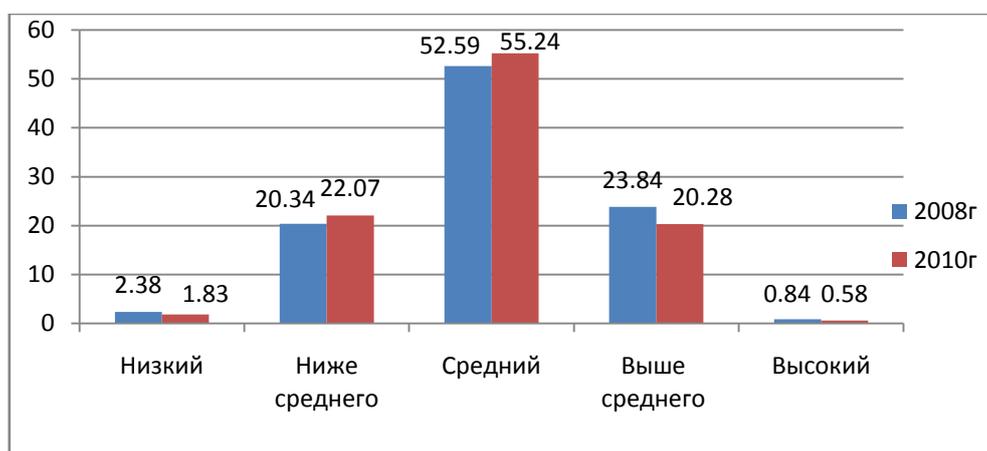


Рис. 1. «Динамика морфофункционального развития мальчиков возрастной группы 15-18 лет Липецкой области»

Полученные результаты, показывают, что наибольшее число обследуемых подростков имеют средний уровень морфофункционального развития. Процент подростков со средним уровнем практически постоянен и составляет более 50% выборки, что указывает на достаточно хорошую величину.

В 2008 году показатель среднего уровня составил 52.59% ,а в 2010 году показатель увеличился на 2%. Сравнивая показатели между собой, мы видим, что показатели

большинства подростков имеют достаточно хорошее физическое здоровье. Низкий уровень развития снижается в 2010 году. Уровень ниже среднего увеличивается с 20,34% до 22,07%. В уровнях выше среднего и высоком наблюдается спад с 23,84% до 20,28%. Можно предположить, что причинами таких изменений могут служить: условия среды обитания, образ жизни родителей, наследственность.

Проведя анализ результатов физического развития подростков, мы видим, что в 2008 и 2010 годах наибольшее количество обследуемых - имеют физическое развитие среднего уровня, который составляет 54,63% , в 2010 году 54,46%.(табл. 2., рис. 2).

Таблица 2. «Распределение уровней физического развития по Липецкой области мальчиков 15-18 лет»

Уровень физического развития	2008	2010
Низкий	4,87	3,96
Ниже среднего	18,78	16,91
Средний	54,63	54,46
Выше среднего	18,3	20,81
Высокий	3,43	3,86

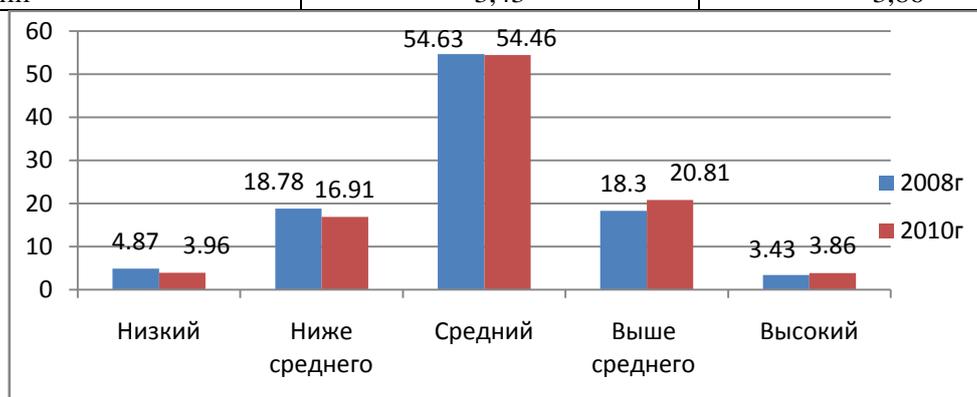


Рис. 2. «Динамика физического развития мальчиков возрастной группы 15-18 лет Липецкой области»

В 2010 году наблюдается незначительное уменьшение среднего уровня с 54,63% до 54,46%. В низком уровне и уровне выше среднего мы видим спад по сравнению с 2008 годом. Возрастают показатели в уровнях выше среднего и высоком, где мы наблюдаем увеличение показателей. В уровне выше среднего с 18,3 до 20,81 в 2010 г., в высоком уровне увеличение показателей составило в 2008г - 3,43, в 2010 г. - 3,86.

Чтобы до формировать образ мы сравнили полученные результаты с показателями физической подготовленности обследуемых в возрастной группы 15-18 лет. В 2008 г физическая подготовленность у мальчиков старшего школьного возраста показала три уровня развития, где нет низкого уровня, но и отсутствует высокий., в 2010г низкий уровень составлял – 0,02%; уровень ниже среднего составляет 4,31%, в 2010 г – 5,35%; в 2008 году средний уровень составил 78%, в 2010 г 80%; уровень выше среднего составил 17%, в 2010г – 15%; в 2010г добавляется еще один уровень – высокий, который составляет всего 0,02% что представлено ниже в таблице и гистограмме (табл. 3., рис. 3).

Таблица 3. «Распределение уровней физического развития по Липецкой области мальчиков 15-18 лет»

Уровень физической подготовленности	2008	2010
Низкий	0	0,02
Ниже среднего	4,31	5,35
Средний	78,86	79,63
Выше среднего	16,84	14,97
Высокий	0	0,02

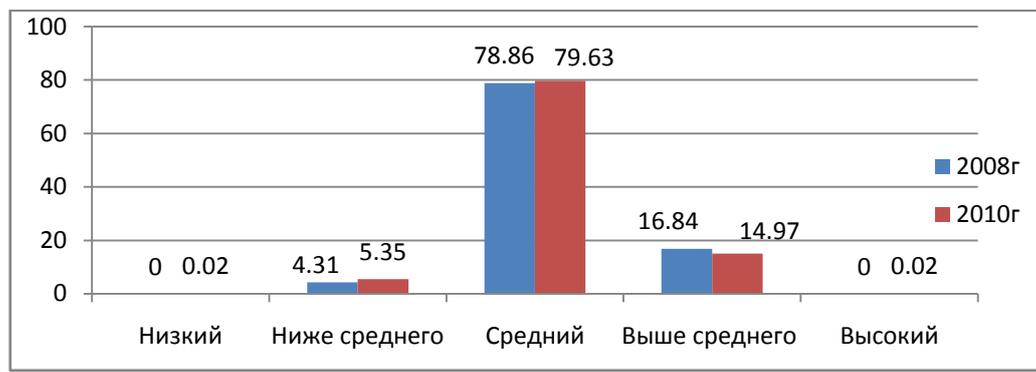


Рис. 3. «Динамика физической подготовленности мальчиков возрастной группы 15-18 лет Липецкой области»

Мониторинг мы рассматриваем, прежде всего, не только как наблюдение, оценку и прогноз, но и как активное вмешательство (на основе получаемой информации) в процесс физического воспитания. Технология мониторинга позволяет оптимизировать получение оперативной системной информации о результатах физического воспитания (учащимися, учителем физической культуры, руководителем учреждения, а так же родителями) [1].

Анализ показателей мониторинга по уровням морфофункционального развития, физического развития и уровню физической подготовленности в данной возрастной группе у мальчиков показывает преобладание среднего уровня над низким и высоким, который составляет от 54% до 82%, что говорит о довольно хорошем потенциале здоровья данного контингента.

Один из главных факторов в управлении физическим состоянием подростков на учебных занятиях оздоровительной направленности – определение у занимающихся уровня физической подготовленности с целью осуществления индивидуального подхода.

Основными негативными тенденциями снижения показателей физической подготовленности, физического развития и морфофункционального развития являются:

- сокращение числа детей занимающихся физической культурой и спортом;
- снижение числа практически здоровых учащихся за время обучения и достигшее по окончании школы критического уровня;
- отток квалифицированных кадров с последующей заменой их педагогами более низкой квалификации;

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.

Литература:

- 1.Изаак С.И., Панасюк Т.В., Тамбовцева Р.В. Физическое развитие и биоэнергетика мышечной деятельности школьников - М: ОРАГС, 2005.- 223 с.
- 2.Лях .В.И. Двигательные способности школьников.-М, «Терра-Спорт».2000г. С-192 с.
- 3.Семенов Л.А. Мониторинг кондиционной физической подготовленности в образовательных учреждениях - М: «Советский спорт», 2007. -167 с.
- 4.Безруких М.М., Сонькина В.Д. Здоровьесберегающие технологии в общеобразовательной школе: методология анализа, формы, методы, опыт применения.- М: «Триада-фарм», 2002. -117 с.

ДЕКАДА СПОРТА КАК ФОРМА ПРИВЛЕЧЕНИЯ НАСЕЛЕНИЯ К СПОРТИВНОМУ СТИЛЮ ЖИЗНИ

ЖАРОВА О.В.,
ГУ ИАЦР ФКиС ЛО, г. Липецк

Здоровье - это главная ценность жизни. Для достижения желаемого результата необходимо не только желание человека, но и грамотное руководство процессом физического воспитания специалиста ФКиС.

Развитие физической культуры и спорта является одним из приоритетных направлений социальной политики региона. В Липецкой области ведётся поиск эффективных организационных физкультурно-массовых форм по привлечению детей, подростков, молодёжи к активным занятиям ФК, массовыми видами спорта в соответствии с уровнем их физического развития и двигательной подготовленности.

На территории Липецкой области система декад спорта реализуются с 2010 г., которая разработана на основании результатов мониторинга психофизического развития, двигательной подготовленности населения и социологического мониторинга. Масштабная форма включила в себя четыре этапа:

I. декада спорта - «РОЖДЕСТВЕНСКИЕ КАНИКУЛЫ»;

II. декада спорта – «ДЕНЬ ЗДОРОВЬЯ»;

III. декада спорта – «ДЕНЬ ФИЗКУЛЬТУРНИКА»;

IV. декада спорта, посвященная Всероссийскому ДНЮ НАРОДНОГО ЕДИНСТВА.

Декады спорта состоят из комплекса физкультурно-спортивных и образовательно-просветительских мероприятий, которые разработаны для социально-возрастных групп населения от 5 до 60 лет и старше. Все мероприятия сопровождались агитационно-пропагандистской деятельностью.

I. ФИЗКУЛЬТУРНО-СПОРТИВНЫЙ БЛОК включает в себя следующие формы: «Час здоровья»; Всероссийская научно-практическая конференция «Развитие ФКиС в контексте самореализации человека в современных социально-экономических условиях»; Подведение итогов – награждение участников Конкурса фото и рисунков «Мгновения здорового стиля жизни глазами подрастающего поколения»; «Школьный фестиваль»; «Фестиваль семейного спорта»; «Фестиваль ОФП»; Районные финалы Фестиваля женского спорта; Районные финалы Спартакиады трудящихся; Финалы областной Спартакиады трудящихся и Фестиваля женского спорта.

II. ОБРАЗОВАТЕЛЬНО-ПРОСВЕТИТЕЛЬСКИЙ БЛОК по направлениям «Моё Олимпийское образование» и «От спорта к космосу – один шаг!» в следующих формах: конференция, урок здоровья, круглый стол, заседания секций, викторины, брейн-ринг, клуб знатоков.

III. PR-АКЦИЯ «ЗДЕСЬ ОБРЕТАЮТ ЖЕЛАНИЕ ЖИТЬ В ДВИЖЕНИИ!»: листовки; буклеты; книжные закладки; ленты; футболки; сувенирная продукция; эмблемы; логотипы и др.

Таким образом, на территории области создаются условия для построения целостной системы физкультурного воспитания населения области, которая включает в себя целый ряд мер и мероприятий, позволяющих привлечь население к систематическим занятиям физической культурой и спортом, а так же приобщить их к здоровому образу жизни. Целостная система данного процесса развивается по своей логической спирали вверх, набирая обороты и тем самым, привлекая к себе растущее количество любителей физической культуры, спорта и здорового образа жизни.

КРИТЕРИИ ПОДГОТОВЛЕННОСТИ ТРЕНЕРА В ЛЫЖНОМ СПОРТЕ ДЛЯ РАБОТЫ С ГРУППАМИ НАЧАЛЬНОЙ ПОДГОТОВКИ

В профессиональной деятельности тренера следует различать следующие аспекты: педагогический, медико-биологический, организаторский и материально-технический.

Главным аспектом деятельности тренера в группах начальной подготовки все же является педагогический. Он включает в себя, прежде всего, набор детей для занятий в секцию, для чего требуется большой педагогический талант чтобы увлечь детей занятиями лыжным спортом. С этой целью тренер должен представить аргументы, которые смогут убедить детей в целесообразности занятия лыжным спортом. К ним можно отнести: оздоровительное значение лыжного спорта, т.к. занятия проводятся в основном на открытом воздухе; воздействие передвижения на лыжах на большинство мышечных групп; воспитание волевых качеств, настойчивости, целеустремленности и др.

Весьма важным является подбор наиболее эффективных средств и методов обучения технике лыжных ходов. Проведенное нами анкетирование [2] тренеров работающих с лыжниками выявили следующее:

1. Большинство тренеров (75 %) рекомендуют начинать обучение передвижению на лыжах с классических лыжных ходов по давно разработанной и апробированной системе: попеременный двухшажный, одновременный бесшажный, одновременный одно- и двухшажный лыжные ходы.

2. Определенная часть тренеров предлагает начинать обучение коньковым ходам только после полного освоения классических вариантов передвижения (48 %).

3. Высказывается мнение (7 %) о том, что обучение биатлонистов следует начинать непосредственно с коньковых ходов, так как именно они являются основными в подготовке и участии в соревнованиях.

4. Отдельные тренеры (14 %) считают необходимым параллельно обучать технике классических и коньковых ходов, в то же время не указывают на определенную их систему.

Как мы видим, имеются различные подходы к решению одной задачи. Вопрос состоит лишь в том, при каком варианте будут образованы прочные навыки техники обоих стилей передвижения за счет меньшего количества затраченного на это времени. По нашему мнению, наиболее перспективными методиками обучения являются варианты 2 и 4.

Для сравнительного анализа этих двух направлений нами проведен прямой параллельный эксперимент с двумя группами новичков. Обе группы были сформированы из детей, пришедших заниматься биатлоном в возрасте 11-12 лет в ДЮСШ г. Мончегорска. Каждая группа состояла из 15 человек, не прошедших начального обучения технике лыжных ходов. Методика занятий первой группы состояла в последовательном обучении, указанном в пунктах 1 и 2. Построение занятий второй группы включало в себя параллельное обучение элементам техники классических и коньковых ходов, разработанное нами.

Данное положение дало нам основание провести педагогические исследования по разработке программы обучения, в которой мы учитывали основные дидактические принципы, используемые в системе подготовки спортсменов: доступности, системности и последовательности, сознательности и активности, наглядности и др.

Кроме этого, при определении последовательности изучения техники лыжных ходов нами было взято во внимание:

1. Изучение одноименных классических и коньковых ходов производилось параллельно, так как общая структура движений их, особенно в работе рук, весьма схожа.

2. Обучение начинали с освоения техники скользящего шага, в котором в обоих случаях присутствуют одни и те же фазы - отталкивание, маховое движение, одноопорное скольжение. Разница состоит лишь в структуре отталкивания и маховом движении, в то же время в ранее разработанной методике обучения классическим ходам именно коньковое движение рекомендовалось для освоения одноопорного положения при скольжении.

3. После скользящего шага включалась работа над структурой движения рук при отталкивании в лыжном ходе, используемом в обоих стилях передвижения - одновременном бесшажном.

4. Учет последовательности и взаимосвязи структуры техники требует объединения изученных элементов, а именно объединяющим их является одновременный двухшажный ход, который состоит из двух скользящих шагов и одновременного отталкивания палками.

5. Ввиду того, что попеременный двухшажный коньковый ход используется крайне редко, а классический вариант включает изученный уже скользящий шаг, обучение ему мы начинали после одновременного двухшажного.

6. Наиболее трудно выполняемым коньковым передвижением является одновременный одношажный ход, что связано со слабой силовой подготовкой детей, так как именно этот лыжный ход требует специальной скоростно-силовой подготовки, а сила одного отталкивания должна вывести лыжника из одной крайней точки, при одноопорном скольжении, во вторую, противоположную. Поэтому целесообразно именно этот ход осваивать последним.

Результаты проведенной экспертной оценки техники лыжных ходов юных лыжников приведены в табл. 1.

Как мы видим, за время эксперимента обе группы детей освоили одновременные двухшажные ходы, однако структура движений их еще не совершенна, т.е. образовалось лишь умение.

Таблица 1. Сравнительный анализ техники одновременного двухшажного классического и конькового хода, освоенной испытуемыми группами после эксперимента (n=15)

Показатели	Контрольная		Экспериментальная		Оценка достоверности	
	$\sigma 1$	X1±m1	$\sigma 2$	X2±m2	t	p
Одновременный двухшажный классический ход, <i>Количество баллов</i>	0,51	6,0±0,1	0,36	6,3±0,1	1,88	p>0,05
Одновременный двухшажный коньковый ход, <i>количество баллов</i>	0,55	5,2±0,1	0,50	5,7±0,1	2,78	p<0,05

Вместе с тем в контрольной группе, где использовалось последовательное изучение вначале классических, а затем коньковых ходов, несколько ниже оценка за технику (t = 1,88; p > 0,05) и выше квадратичное отклонение (σ). Большое отклонение от средней величины оценки техники классического хода получено из-за нескольких низких оценок (4,8; 5,4), что свидетельствует о слабом освоении техники этого хода данными детьми, т.к., по-видимому, это произошло из-за более раннего его изучения и последующего угасания структуры движений во время дальнейших занятий.

Оценки за технику выполнения одновременного конькового хода начинающими лыжниками имеют ту же тенденцию, что и в классическом варианте. Вместе с тем эксперты дали достоверно более высокие оценки детям экспериментальной группы (p < 0,05). Это свидетельствует о том, что параллельное освоение одноименных лыжных ходов позволило юным спортсменами лучше освоить технику лыжных ходов, особенно коньковое передвижение. Данному положению, вероятно, способствовало более длительное и акцентированное изучение отдельных элементов техники присущих для обоих стилей передвижения на лыжах.

Одним из значимых факторов педагогической деятельности тренера по лыжному спорту является отбор детей для занятий и дальнейшее спортивное совершенствование.

При отборе выделяют социологический, педагогический, медико-биологический и психологический аспекты [1, 4].

На начальном этапе отбора весьма важным является социологический аспект отбора, который дает возможность получить данные о интересах детей, раскрыть причинно следственные связи формирования мотиваций к длительным занятиям спортом и высоким спортивным достижениям.

Проведенный нами опрос по специально разработанной анкете позволил выявить, что дети, проживающие в более жестких условиях (слабая материальная обеспеченность и др.), как правило проявляют больше трудолюбия для достижения поставленной цели. Важным также является специальность родителей и их отношение к спорту. Наши наблюдения показывают, чем проще специальность (рабочий, шофер и др.), тем безразличнее для них занятия спортом их ребенка. В тоже время, чем интеллигентнее родители, тем более категоричное отношение к определенному виду спорта. Обычно это "да" или "нет". В занятиях детей лыжным спортом более заинтересованы родители, имеющие средний интеллектуальный уровень, привыкшие к физическому труду и обычно занимавшиеся сами лыжным спортом.

Педагогический аспект отбора на первом этапе многолетней тренировки позволяет оценить уровень физических качеств, координационных способностей и спортивно-технического мастерства спортсменов. Он применяется при педагогическом наблюдении с целью оценки их двигательной активности и некоторых важных данных с точки зрения предрасположенности к спортивной деятельности, а также при педагогическом тестировании, позволяющем определить уровень физической подготовленности [4].

При этом данный аспект отбора имеет свои недостатки, которые могут повредить слабо подготовленной психике ребенка, так как при оценке спортивной пригодности детей и подростков тренер дает однозначный ответ: "годен" - "не годен". Дети, отсеянные по разным причинам из спортивных школ, фактически "отлучаются" от спорта и передаются на воспитание улице. Особенно сложная ситуация возникает в тех случаях, когда отсев произошел не в первый год подготовки, а значительно позже. Эти и другие недостатки существенно влияют на предварительный отбор детей, особенно для занятий биатлоном.

При планировании контрольных испытаний рекомендуется следующий порядок их проявления: в первый день - испытания на скорость; во второй - на силу и выносливость. Контрольные испытания лучше всего проводить в торжественной соревновательной обстановке. В связи с этим следует отметить, что при проведении исходных контрольных испытаний необходимо:

а) проведение 5-7 занятий для начальной физической и технической подготовки, чтобы все упражнения дети в целом правильно выполняли;

б) программу соревнований построить таким образом, чтобы вначале проходили тесты скоростной и силовой направленности, а затем только тесты на выносливость, что дает возможность показать ребенку лучшие результаты в каждом из них;

в) обязательно провести общую разминку, т.к. дети еще не способны самостоятельно подготовиться к стартам;

г) обратить внимание на волевые проявления ребенка при достижении результатов, т.е. выявить его волевые возможности;

д) проанализировать способность ребенка к переключению с одной тестовой деятельности к другой, которые особенно важны в биатлоне во время перехода от лыжной гонки к стрельбе и наоборот;

е) выявить устойчивость психики в течение всего тестирования, что весьма важно для спорта высших достижений [3].

Медико-биологический аспект отбора основан на применении методов исследования по выявлению морфофункциональных особенностей, уровня физического развития, состояния здоровья и др.

При начальном отборе необходимо учитывать, что наиболее перспективными для лыжного спорта являются дети с несколько заторможенным развитием, т.е. реторданты.

Что касается морфофункциональных особенностей строения организма то в качестве модели лыжника-гонщика и биатлониста, ведущим являются генетические задатки обеспечивающие деятельность сердечно-сосудистой и дыхательной систем. Наряду с этим следует отметить, что в циклических видах лыжного спорта антропометрические данные решающего значения не имеют при условии отсутствия "лишнего" веса у спортсмена.

Психологический аспект в начале спортивной деятельности предусматривает выявление и формирование целевых признаков, состоящих из поиска надежных и психологически устойчивых спортсменов в определенном виде лыжного спорта.

Педагогический аспект деятельности тренера также включает воспитательные мероприятия проводимые с детьми. Именно в этом возрасте необходимо воспитывать качества: трудолюбие, чувство долга, добросовестность, отзывчивость, доброжелательность и др.

Таким образом, основными критериями педагогического аспекта деятельности тренера по лыжному спорту являются:

1. Умение увлечь детей занятиями лыжным спортом.
2. Воспитание моральных и гражданских качеств.
3. Владение современными методиками обучение техники лыжных ходов.
4. Отбор наиболее одаренных детей для занятий лыжным спортом.
5. Умение использовать наиболее эффективные средства и методы тренировки, и прежде всего занятий с игровой направленностью.

Литература:

1. Булгакова Н.Ж. Проблема отбора в процессе многолетней тренировки (на материале плавания). - Дис. ... д-ра пед. наук. - М., 1976. - 640 с.
2. Мулик В.В. Методика обучения биатлонистов передвижению на лыжах. Физическое воспитание студентов творческих специальностей: Сб. науч. Трудов под ред. Ермакова С.С. - Харьков: ХХПИ, 1998. - №2. - С. 16-17.
3. Платонов В.Н. Общая теория подготовки спортсменов в олимпийском спорте. - К.: АО КД "Олимпийская литература", 1997. - 583 с.
4. Сахновский К.П. Теоретико-методические основы системы многолетней спортивной подготовки: Дис. ... д-ра пед. наук. - К.: УГУФВС, 1997. - 412 с.

СОВРЕМЕННОЕ СОСТОЯНИЕ МНОГОЛЕТНЕЙ ТЕОРЕТИЧЕСКОЙ ПОДГОТОВКИ ЛЕГКОАТЛЕТОВ, ВОЗМОЖНЫЕ ПУТИ ЕЕ ОПТИМИЗАЦИИ

ИСАЕВА Е.Б., ШАХОВ А.А. к. п. н., доцент
ГОУ ВПО ЕГУ им. И.А. Бунина, г. Елец

Важность теоретической подготовки спортсменов отмечают многие ученые, среди которых Н. Г. Озолин, Г.С. Туманян, В.П. Лукьяненко, Ю.Ф. Курамшин и др. В тоже время анализ доступной нам научной и учебно-методической литературы показал слабую разработанность данного направления. Издано всего два учебных пособия, посвященных общей теоретической подготовки спортсменов [7, 9], причем годы их издания 1981 и 1964. Поэтому многие вопросы, освещенные в данных источниках, уже неактуальны и требуют обновления в свете современных научных знаний. А учебники с новыми данными на сегодняшний день отсутствуют. И как следствие практика теоретической подготовки во многих видах спорта, в том числе и легкой атлетике, оставляет желать лучшего.

В данной работе мы ставили цель изучить современное состояние теоретической подготовки в легкой атлетике, наметить пути ее оптимизации.

Проведенный анализ программ по различным видам легкой атлетике [1, 2, 3, 4, 5] показал следующее. Раздел «теоретическая подготовка» присутствует во всех рассмотренных нами учебных программах, что говорит о понимании авторами данных публикаций важности этой работы. В тоже время у разработчиков нет единого подхода в понимании объема и содержания теоретической подготовки. Рассматриваемый раздел в основном представлен темами из теории и методики физической культуры, лишь в некоторых программах были освещены вопросы из физиологии и психологии спорта.

На весь период обучения на теоретическую подготовку отводится в программах по видам многоборье, барьерный бег, метания достаточно серьезное количество времени 420–

436 часов. Лишь в программах [2, 5] общее количество времени меньше, так как в группах НП и ВСМ оно вообще не предусмотрено. В программе [2] на теоретическую подготовку планируется 168 часов, в программе [5] – 217 часов. В некоторых программах [2, 3] представлен примерный план теоретической подготовки с распределением тем по годам обучения, а в программе [3] – и времени, выделяемому на каждую тему.

До сегодняшнего дня не определены ведущие методы и средства теоретической подготовки легкоатлетов в соответствии с возрастными и другими характеристиками спортсменов. В метаниях, например, они вообще не указаны. В программах [1, 2, 5] ведущими методами являются беседа, лекции, семинары, а в некоторых [1, 5], помимо этого, выделяют еще просмотр спортивных фильмов, наглядных пособий (таблицы, рисунки, схемы, диаграммы, плакаты).

В многоборье авторы используют ведущие методы и средства подготовки на каждом из этапов спортивной деятельности:

- на этапе начальной подготовки основными являются: беседы, демонстрация простейших наглядных пособий (плакатов, стендов), просмотр учебных кинофильмов и видеофильмов;

- на этапе углубленной спортивной специализации используются: изучение методической литературы по вопросам обучения и тренировки, разбор и анализ техники видов легкой атлетики, методов обучения и тренировки, просмотр видеофильмов, лекции по вопросам тренировки и обучения;

- на этапе спортивного совершенствования в дополнение к указанным методам применяются: разбор и анализ отдельных методических статей, участие спортсменов в планировании и анализе тренировки, коллективные разборы киноколясок, видеозаписей, обсуждение книг и статей по вопросам тренировки, просмотр техники и тактики спортсменов на соревнованиях.

Недостаточно полно и обоснованно в теоретической подготовке легкоатлетов используются средства контроля за качеством полученных знаний. Только в двух программах [2, 5] указывается, что необходимо его осуществлять.

Для сравнения состояния теоретической подготовки в легкой атлетике с другими видами спорта, мы проанализировали программы по различным видам спортивной борьбы, плаванию, волейболу, футболу и др. Их анализ позволил выделить методические подходы, не использованные в легкой атлетике, но которые, безусловно, должны применяться. В программе по дзюдо (Свищев И.Д., 2005) рекомендует изучение в дополнительное время авторского спецкурса «История возникновения дзюдо и культурные традиции Японии». В программе по самбо [6] приводится перечень тем и краткое содержание материала по теории для различных этапов обучения, что значительно облегчает работу тренера при проведении теоретических занятий. В программе по дзюдо (Ерёгина С.В., 2006) приведены тематические планы сообщений, бесед, лекций.

Кроме всего прочего, нами был проведен опрос тренеров различных специализаций, анализ собственного спортивного опыта и другой учебно-методической литературы.

На основании вышеуказанных методов исследования нам видятся следующие пути оптимизации многолетней теоретической подготовки в легкой атлетике:

- использование графика распределения учебного материала, в котором указываются название тем и краткое содержание материала по теории для каждого из этапов обучения. Так как все знания должны быть получены вовремя, когда потребность в его усвоении является осознанной и очевидной, обусловленной характером и задачами практической деятельности и соответствовать уровню развития учеников. Еще К.Д. Ушинским, отмечал, что «голова, наполненная бессвязными знаниями, похожа на кладовую, где все в беспорядке и где сам хозяин ничего не отыщет»;

- в содержание материала, помимо знаний по теории и методике физической культуры и спорта, должны быть включены знания из других учебных предметов, прежде всего таких, как история, физиология, анатомия, биохимия, биомеханика, педагогика, психология и др.;

- теоретическую подготовку целесообразно осуществлять в «содружестве» со школьной и вузовской программой обучения (физическая культура, анатомия, химия, физика). Тренеру остается лишь контролировать уровень и качество знаний, получаемых спортсменами в учебном заведении, и конкретизировать их согласно специфике легкой атлетики. При этом больше времени можно отвести на изучение других вопросов;

- использование ведущих методов обучения и контроля в соответствии с индивидуальными особенностями занимающихся (возраст, этап обучения, предпочтения, уровень подготовленности, мотивационные установки и пр.), а также современных средств обучения и контроля, к которым, в первую очередь, следует относить Интернет-ресурсы и компьютерное обучение, а также современно-технические средства обучения;

- перспективным направлением в осуществлении теоретической подготовки является ее организация в период летних лагерных и других сборов. Многообразные тренировки в день позволяют выделять на теоретические занятия необходимое количество времени. Кроме того, чередование таких занятий с физическими нагрузками позволяет оптимально сочетать тренировочную нагрузку, что особенно важно для юных спортсменов. Материально-техническая база большинства спортивно-оздоровительных лагерей располагает приспособленными помещениями и современным оборудованием (DVD-плееры, видеомагнитофоны, кинопроекторы, экраны и пр.) для организации эффективной теоретической подготовки;

- разработка пособий для тренеров и спортсменов.

Теоретическая подготовка должна рассматриваться как одна из составляющих сторон подготовки спортсмена. При проведении теоретических занятий следует помнить, что расширение теоретических знаний юных спортсменов, направленных на осмысление сути спортивной деятельности, непосредственно связанных с ней явлений, является залогом их будущих успехов в избранном виде спорта. Наряду с этим, они также содействуют повышению уровня общей образованности и эрудиции учащихся. Поэтому к преподаванию теоретического материала не должно быть формального отношения ни со стороны тренера, ни со стороны спортсмена.

Литература:

1. Легкая атлетика. Барьерный бег [Текст]: Примерная программа спортивной подготовки для детско-юношеских спортивных школ, специализированных детско-юношеских школ олимпийского резерва / И.С. Ильин, В.П. Черкашин. – М.: Советский спорт, 2004. – 152с.: ил.

2. Легкая атлетика: бег на средние и длинные дистанции, спортивная ходьба [Текст]: Примерная программа спортивной подготовки для детско-юношеских спортивных школ, специализированных детско-юношеских школ олимпийского резерва / В.В. Ивочкин, Ю.Г. Травин, Г.Н. Королев, Г.Н. Семаева. – М.: Советский спорт, 2007. – 108 с.

3. Легкая атлетика (метания) [Текст]: Примерная программа спортивной подготовки для детско-юношеских спортивных школ, специализированных детско-юношеских школ олимпийского резерва, школ высшего спортивного мастерства / И.П. Буевская, В.Б. Зеличенко, В.Г. Никитушкин. – М.: Советский спорт, 2005. –104с.

4. Легкая атлетика. Многоборье [Текст]:. Примерная программа спортивной подготовки для детско-юношеских спортивных школ, специализированных детско-юношеских школ олимпийского резерва / под ред. И.И. Столова.- М.: Советский спорт, 2005. – 112с.

5. Легкая атлетика. Прыжки [Текст]: Примерная программа спортивной подготовки для детско-юношеских спортивных школ, специализированных детско-юношеских школ олимпийского резерва и школ высшего спортивного мастерства / И.Ю. Радчич, В.Б. Зеличенко, В.В. Ивочкин. – М.: Советский спорт, 2005. - 104с.

6. Самбо [Текст]: Примерная программа спортивной подготовки для детско-юношеских спортивных школ, специализированных детско-юношеских школ олимпийского резерва / С.Е. Табаков, С.В. Елисеев, А.В. Конаков. – М.: Советский спорт, 2008. – 236 с.

7. Теоретическая подготовка юных спортсменов [Текст]: пособие для тренеров ДЮСШ / под ред. Буйлина Ю.Ф., Курамшина Ю.Ф. – М.: Физкультура и спорт, 1981. – 192 с., ил.

8. Туманян, Г.С. Спортивная борьба: теория, методика, организация тренировки [Текст]: учебное пособие. В 4-х кн. Кн. III. Методика подготовки / Г.С. Туманян. – М.: Советский спорт, 1998. – 400 с., ил.
9. Учебник спортсмена [Текст] / А.О. Романов. – М.: ФиС, 1964. – 456 с.

НЕКОТОРЫЕ АСПЕКТЫ ПЕДАГОГИКИ ПРОФЕССИОНАЛЬНОГО ОБРАЗОВАНИЯ

ЛОБАШЕВ В.Д. к.п.н.
ГОУ ВПО «ПГПУ», г Петрозаводск

Система образования - социальный феномен, главными функциями которого являются: культуuroобразующая, гуманистическая, нравственная, воспитывающая. Суммируя многочисленные положения о профессиональном воспитании, раскрывающем сущностные составляющие процесса труда (равно как и положения о воспитании ценного для общества профессионала), можно сформулировать усилия педагогики в этом направлении в виде комплекса целей-задач по формированию личности, соответствующей сегодняшним реалиям культуры. Современная парадигма личностно ориентированного обучения рассматривает образование как способ трансляции культуры в ее образующей личность функции. Утверждая высокую динамику взаимодействия участников педагогического процесса, эта парадигма основывается на признании приоритета инициативы личности в ее стремлении к самосовершенствованию: самоизменение и саморазвитие происходит через постижение и обретение культуры изменений. Развивая точку зрения Е.В. Бондаревской [1], необходимо с позиций организации и анализа профессиональной деятельности ЧЕЛОВЕКА ТРУДА отметить следующее: свободная личность, способная к самоопределению в мире культуры производительного труда, должна обладать следующими взаимосвязанными качествами:

- высоким уровнем самосознания - способностью к объективной оценке совокупности всех качеств, определяющих характер взаимодействия личности и трудового коллектива, при сохранении активной личной позиции, способности оценивать соотношение внутренней самооценки с комплексом требований коллектива и вносить необходимые коррективы в свое поведение и позицию;

- собственным достоинством, определяемым через высокое качество выполняемой работы и ощущения ее высокой оценки со стороны;

- самоуважением - объективным оцениванием себя как личности, не подавляющей окружающих, но и не теряющей своей индивидуальности;

- самостоятельностью - отказом от излишней опеки, максимально быстрым переходом к индивидуально оцениваемой (выделяемой как самостоятельный элемент) трудовой деятельности;

- самодисциплиной, выражающейся в твердой, взвешенной оценке последствий своих действий и необходимой, преимущественно оперативно-тактической, коррекции поведения;

- независимостью суждений - проявлением некоторого подобия демократического централизма: это означает, что степень проявления независимости не должна быть доведена до абсолютизма, разрушающего в том числе и процессы реализаций педагогических технологий;

- уважением и терпимостью к мнению других - признанием права на существование и защиту различных точек зрения и убеждений;

- способностью к разнохарактерной динамичной ориентировке («тензорностью») в мире духовных ценностей и жизненных ситуаций - т.е. высокой лабильностью оценок текущих ситуаций при общем сохранении стабильности системы личностных ценностей;

- умением принимать решение - способностью материализовать собственную точку зрения, принимая на себя ответственность за возможные последствия от ее практического воплощения;

- способностью нести ответственность за принятые решения, за сделанный выбор в сочетании с возложением на себя делегированных полномочий;

- быть способным осуществлять свободный выбор: а) в назначении и наполнении содержания своей жизнедеятельности, предопределяя основные направления и деятельностные составляющие развития либо мотивируя позицию активного неприятия, либо предпочитая и обосновывая выбор состояния индифферентности; б) линии поведения в соответствии с ситуацией в социуме в целом и в референтной группе, при аргументации осуществляемой стратегии поведения; в) способов своего развития (в том числе видов и форм образования).

Воспитание духовности - это путь возрождения русской интеллигенции, в том числе интеллигенции труда [2]. Воспитание такой личности направляет и предусматривает:

а) развитие духовных потребностей:

- в познании и самопознании, что предполагает тщательный анализ и оценку многоуровневых запросов, желаний, отложенных и достаточно устойчиво проявляющихся устремлений;

- в рефлексии - раскрытие себя в самооценке и самопризнании, а равно и в оценке ближайших своих соратников как личности созидающей, творящей;

- в красоте - достижение духовной окрашенности процессов и продуктов труда;

- в общении - необходимость присутствия и со-переживания, а также и утверждения ценности общения людей, производящих, создающих, сохраняющих, передающих ценности;

- в творчестве - как выражение скрытых потребностей в отражении глубинных переживаний в реальном изделии, продукте, результате, действии;

б) рефлексивную автономию своего внутреннего мира;

в) поиск смысла жизни, счастья, идеала.

Образование, ориентированное на общечеловеческие ценности, мировую и национальную духовную культуру, включающее в себя изучение философии, этики, эстетики, человековедения, истории религии и других гуманитарных предметов - основа духовности [1]. Однако любая духовность зиждется на материальной основе. Современность отмечена достаточно жестким противоречием между ускоренным развитием технологической реальности, изменяющей трудовой характер деятельности человека, и весьма заметным отставанием формирования современной технологической культуры. В этих перманентно изменяющихся условиях обучаемый, как элемент и активный участник педагогической системы, непрерывно формирует и совершенствует культурологические составляющие собственной базы знаний. Только совершенный базис знаний и умений позволит ему участвовать в целенаправленной человеческой деятельности, выступающей опосредующим звеном между природой, технологией и культурой и одновременно - способом бытия для человека, культуры и технологии.

Современная педагогическая парадигма должна быть основана на признании за каждым обучающимся качеств творческой личности, что предполагает наличие следующих свойств и характеристик:

вариативного мышления (в том числе сочетание аналитического и интуитивного мышления); это позволяет профессионалу из исполнителя работ переходить в новое качество - создателя своего варианта решения задачи, защиты своего видения вопроса и др.;

рефлексивности - соотнесение с прошлыми, выполненными этапами процесса создания изделия, выполнения работ, заказа и непрерывное внесение изменений в оценку и последующую технологическую цепочку с целью оптимизации (достижения максимального значения) общей конечной итоговой оценки труда;

созидания, преобразования - ощущения целесообразности вносимых своим трудом изменений в окружающий мир;

большого объема приобретаемых и используемых знаний - умение учиться в течение всей жизни.

В обеспечение успешности процесса познания уже в начальном образовательном учреждении необходимо философское обобщение знаний, демонстрация их «всеединства», комплексности. Для решения этих проблем в учебное содержание необходимо ввести раздел «знания о знаниях». Единство, интегративность учебных знаний основано на жестких, объективных критериях практики. Воплощенные в технические решения, как в одни из

активнейших форм проявления деятельности человека, результаты овеществления (материализации) деятельностной сути существования личности укореняются в культуре, науке, сознании, основных критериях и ценностях человека. Техника перестает быть средством подавления и завоевания, но становится незаменима в областях вживания и сосуществования с истоками бытия. Одновременно постепенно уходит антропоморфное понимание природы. Реалистичный взгляд на технический прогресс, на ценностные измерения его итогов и возможные достижения в обозримом будущем позволяет предположить, что наивысший совокупный эффект развития цивилизации не лежит исключительно в односторонних практических результатах, но неразрывно связан с техническим ожиданием и в культурном контексте. Интегративная матрица практико-ориентированных факторов формирует культурологическое пространство, определяющее роль и место, а также процессы и механизмы становления личности в современных условиях.

Функциональное суммирование, совмещение и наложение положений и факторов, определяющих личностный статус, дает представление об основах идеального образа человека культуры. Именно технологическое содержание, созидательные составляющие культуры определяют цели практико-ориентированной подготовки обучаемых. Технологии, определяющие само существование социума, являясь практико-преобразовательной деятельностью, моделируют характер и способ протекания человеческого труда, его способности и возможности в формировании действительности. основополагающее свойство целостного человека, принявшего идеологию культуры труда, - это способность к культурной идентификации, т. е.:

- осознание своей принадлежности к определенной культуре в определенный краткий исторический период;

- развитие саморегулятивных способностей в совокупности со способностями общественного, по содержанию, существования;

 - интериоризации ее ценностей (принятию как своих ценностей общества);

- выбор и осуществление культуросообразного образа жизни как предпочтительного жизненного пути;

- самодетерминизация в горизонте «Большого и Малого времени» культуры.

Но, в настоящее время «произвелся» «человек массовый», которому присущи: авторитаризм, притом в резких, безапелляционных формах; настороженность вкупе с превентивной агрессивностью; комплекс неполноценности, при индифферентном отношении к ее оценке со стороны социума; страх перед будущим, с выраженным бездействием по воспитанию действенных мер по его преодолению [1].

В противовес этому феномену в современной педагогике рассматривается ученик Русской школы, для которого полем самоидентификации, самодетерминации служит русская национальная культура. Трансформация элементов и основные этапы развития личностной культуры предопределяются динамикой создания и модификации принимаемых и отвергаемых личностью ценностей. С течением времени под активным влиянием экономических и социальных факторов ценности неизбежно меняются - смещаются нормы, корректируются цели воспитания, перерождаются ориентиры и потребности. В некотором приближении вектор изменения отмеченных элементов во времени может быть представлен как характеристика переходных функций, объединяющих совокупность фаз трансформации объектов и объемов потребностей личности и возможностей их реализации. Указанные на рис.1 переходные межфазные периоды (t1...t6) достаточно стабильны, но подвержены рубежным революционным переменам. При этом сама реакция реформирования идет с естественным запаздыванием по отношению к моменту внешнего воздействия. Профессиональная школа должна своевременно и непрерывно разрабатывать педагогические технологии, учитывающие этот эффект и включающие в свой состав алгоритмы, позволяющие разрабатывать превентивные технологии, меры, действия.

«Энергия» и вектор воспитательного воздействия: РЕАЛИИ → ЦЕННОСТИ → НОРМА → МОТИВЫ → ЦЕЛЬ ВОСПИТАНИЯ → ЛИЧНОСТЬ

Лично-деятельностный подход в обучении не отвергает существования путей (вариантов, ветвей) интенсивного, а порой и революционного развития, имеющих место при коллективных формах обучения. Одной из быстро совершенствующихся, постоянно востребованных обществом является форма кооперативного обучения; основные положения этого подхода формулируются в следующем:

совмещение целей, задач, технологий, корпоративных характеристик современных форм кооперативного обучения (в первую очередь - экипажного обучения [3-5 чел.]) и преимуществ лично ориентированного обучения;

обучение в малых коллективах [идеологически в основе этого лежит постоянный возврат процесса обучения к первооснове общения и разделения родовой ответственности: психология подтверждает падение темпа обучения при увеличении численности группы обучаемых свыше 7 человек];

поэтапная комплектация учебных групп по мере выполнения учебного задания (например, при организации курсовой подготовки: I этап - 30 человек - общегрупповая подготовка; II этап - группы численностью не более 7 человек, решающие частные, но более конкретные задачи [4]);

иерархия целей и задач - наилучшая оптимизация учебного процесса производится в 3-х уровнях;

подключение соисполнителей на каждом этапе: процесс «разделения» задачи, соответствующей бригадной форме обучения при постоянном изменении (перекомплектации) состава исполнителей.

Насущные человеческие интересы мало коррелируют с научными истинами, достигаемыми в учебной деятельности, в то время как смысл и назначение профессионально-производственной деятельности - создавать культурные ценности, отвечающие жизненным интересам людей. Однако возникающая даже в процессе учебной деятельности вещная среда практически сразу создает причинную основу противоречиям между общечеловеческой культурой и потребительскими интересами самого производителя благ. Эффект различной оценки итогов собственного труда учеником-производителем изделия, с одной стороны, и совокупно-противоположные позиции преподавателя и членов учебной группы - с другой создают разительную правдивую прелюдию к последующему проявлению позиций творца и социума, потребности которого и будет удовлетворять каждый из обучающихся, непрерывно и неизменно занимая место продавца или покупателя на рынке труда и товаров. Антагонизм одновременной реализации в современной школе индивидуального и группового учебного процесса принципиально не преодолим. Современный вариант обучения субъекта предполагает две формы организации этого процесса: групповое и индивидуальное обучение. В обеих формах внутреннее содержание этого вида деятельности насыщено и во многом определяется и ограничивается личностными характеристиками его участников.

При этом надо особо подчеркнуть, что объект обучения - личность учащегося (приемника учебной информации) наполнена его интеллектом и погружена в непрерывно изменяющееся пространство эмоций. Личность не замкнута сама в себе, она взаимодействует с окружающей средой и с другими личностями и в каждый момент не тождественна сама себе. Общественные отношения, в реалиях которых проявляются доминанты технического творчества и гуманистические критерии духовной культуры, не проявляются в форме антагонистических категорий, они выраженно самостоятельны, и наиболее полно их противоречия разрешаются в образовательном процессе на базе этических и эстетических ценностей.

Выполнение обязательных условий четкой ориентации и направленности в многофакторном социальном поле, в котором осуществляется процесс обучения, требует выполнения следующих ведущих условий успешной учебной деятельности, обеспечивающих переход к более высоким интеллектуальным навыкам:

- осознанность, инкорпоративность, контролируемость, способность к ограничениям;

- произвольность - способность перешагнуть конкретику, опереться на многомерность мира;

- способность к саморефлексии своих умственных действий.

Педагогика профессионального обучения достаточно успешно преодолевает возникающие на этом направлении затруднения, применяя технологии экипажного (и в меньшей степени бригадного) обучения, которые характеризуются интенсификацией процесса передачи и, что крайне небезынтересно, значительно лучшей усваиваемостью усложненных профессиональных знаний-умений. В этой ситуации решающее значение имеет концентрация внимания каждого члена этой тесной группы, связанной действительно Единой, объединяющей целью - на подетально контролируемом производстве (выполнении) неразрывного и неделимого продукта совместной деятельности (в частном случае - услуги), произвести который невозможно без участия (отсутствия) хотя бы одного члена экипажа.

Вторая отличительная черта этого вида организации обучения - его экзотерический характер [3]. Цели-задачи обучения, общие и неразрывные для узкого круга близко знающих друг друга лиц (личностей) в этой педагогической ситуации приобретают особую доверительную притягательность в силу предназначенности для избранных, индивидов, выделенных из какого-то большого коллектива. (Одновременно могут готовиться несколько экипажей, и часто - на соревновательной основе.) Обстановка близкого общения в режиме реального времени резко разнообразит проявления и в то же время значительно ограничивает, утилизирует-направляет содержание и характер и самого общения, и контакта. Происходит концентрация во времени и одновременное повышение рубежности, резко контрастируются взаимооценки, выражаемые личностью и малым коллективом.

Атрибутивная характеристика личности приобретает в таком случае свойства многоярусности и в значительной мере отложенный, скрытый характер, проявляющийся спонтанно и преимущественно в виде защитной реакции. Кроме того, необходимо отметить, что в структуре эмоционально-ценностного отношения личности к другим и к себе (!) устойчиво присутствует и проявляется с различных сторон референтность, основанная на факторах симпатии и уважения.

Отдельной задачей подготовки специалиста-профессионала, способного реализовать себя в современных динамичных условиях, является воспитание культуры учебного труда. Ее квинтэссенция, выраженная в умениях учиться, развиваемых и оттачиваемых до уровня высших навыков, должна быть понятна и принята специалистом и в дальнейшем присуща ему как необходимая пожизненная профессиональная черта. Выбор форм организации учебного труда подчиняется задаче достижения наивысшей обученности и основывается на последовательном претворении в учебный процесс оптимальных для данной ситуации технологий, методов и приемов педагогической деятельности.

Культура учебного труда характеризуется качеством умственной деятельности обучаемого. Умение трудиться включает в себя правильное планирование учебного труда, четкую его организацию, соблюдение правил гигиены, рациональные приемы работы с источниками информации, самоконтроль, своевременную коррекцию своих действий и, наконец, самоанализ результатов умственного труда, а также выявление обнаруживаемых недостатков и их устранение в новом цикле учебной деятельности (следующем изучаемом модуле).

Воспитание культуры планирования умственного труда начинается с освоения обучаемыми рекомендуемого режима труда и отдыха. Планирование умственного труда включает в себя также умение составить логически выверенный план ответа по изученному учебному материалу, план-характеристику основных законов, понятий, описание последовательности технологических операций и т. д. Культура учебного труда в начальном практическом обучении формируется как дисциплинирующий и энергосберегающий комплекс - аккуратность в выполнении каждой операции, порядок на рабочем месте, экономное расходование материалов, умение ценить и рационально использовать рабочее время и т.д. Практически речь идет о необходимости формирования навыков и умений научной организации труда.

В настоящее время педагогика обучения профессиональной деятельности в значительной степени вынужденно сохраняет черты непреложного авторитаризма. Ярко выраженная специфика культуры педагогического профессионального образования состоит

в том, что, интенсивно трансформируясь под влиянием жестких требований транзитивной экономики, беря на вооружение инновации личностно ориентированного образования, воспитывая самоответственную личность и т. д., она не способна отойти от примата управления, твердого следования требованиям технологии производственного процесса, обязательно-принудительного воспитания дисциплины труда, жесткой организации детерминированного (поточного) процесса обучения.

Литература:

1. Бондаревская Е.В. Ценности оснований личностно ориентированного воспитания // Педагогика. 1995. № 4.
2. Ключевский В.О. Православие в России / Сост. Ю.В. Сокурова. М.: Мысль, 2000.
3. Никандров Н.Д. Ценности как основа целей воспитания // Педагогика. 1998. № 3.
4. Сенченко И.Т. Профессиональное воспитание и обучение молодых рабочих в трудовых коллективах (вопросы теории и практики непрерывного профессионального обучения рабочих на производстве). Ростов: Изд-во Ростовского университета, 1988.

ЭКОНОМИЧЕСКАЯ ЭФФЕКТИВНОСТЬ ЗАНЯТИЙ ОЗДОРОВИТЕЛЬНОЙ ФИЗИЧЕСКОЙ КУЛЬТУРОЙ

ЛЮБИМОВ С.В., ЛЮБИМОВА Г.И.
ХабГТУ, г. Хабаровск

Проблемы стимулирования и оценки экономической эффективности инвестиций в области социальной сферы, в частности в оздоровительной физической культуре, требуют применения специальных исследовательских средств. Системное рассмотрение этих вопросов предполагает решение их как минимум с двух сторон: оценки эффективности инвестиций на макроуровне - федеральном, региональном, муниципальном; а также на микроуровне - определение экономической эффективности групп, занимающихся оздоровительной физической культурой.

Нам представляется целесообразным применить теорию мультипликатора для решения поставленной задачи - создания методических принципов макроэкономической оценки эффективности инвестиций в оздоровительную физическую культуру.

Под мультипликатором понимают коэффициент, показывающий зависимость изменения дохода от изменения инвестиций. Суть концепции мультипликатора заключается в том, что между изменениями автономных инвестиций и валового национального продукта существует устойчивая зависимость. Эффект мультипликатора в рыночной экономике состоит в том, что увеличение инвестиций приводит к увеличению национального дохода, причем на величину большую, чем первоначальный рост инвестиций.

В настоящее время ввиду крайнего дефицита государственных капиталовложений в оздоровление нации особое внимание в этой сфере получают вследствие оживления деловой активности и увеличения занятости различных групп предпринимателей привлечение, а соответственно, и рост производных инвестиций.

В связи с этим изменения в психологии человека, пропаганда здорового образа жизни должны стимулировать как руководителей предприятий, так и граждан вкладывать денежные средства в оздоровительную физическую культуру. Производные инвестиции, будучи "наложенными" на автономные, усиливают экономический рост, ускоряют его, что и получило название эффекта акселератора. И очень важно в этот момент направить все усилия на создание законодательных механизмов в виде определенных налоговых льгот для увеличения производных инвестиций. В противном случае это колесо ускорения может повернуться и в другую сторону. Сокращение дохода вследствие эффектов мультипликации и акселерации будет сокращать и производные инвестиции. А это приведет к стагнации производства, что и наблюдается в настоящее время. Если только психологические склонности участников экономического процесса окажутся примерно такими, какими мы их

предполагаем, то можно считать, что существует закон, согласно которому расширение занятости, непосредственно связанное с инвестициями, неизбежно должно оказать стимулирующее влияние на те отрасли, которые производят потребительские блага, и, таким образом, повести к увеличению совокупной занятости. Причем такое увеличение превосходит прирост первичной занятости, непосредственно связанной с дополнительными инвестициями.

Из множества имеющихся и описанных в специальной литературе мультипликаторов (Дж. М. Кейнса, С. Фишера, Р. Кана и др.) для нашего исследования в большей степени подходит мультипликатор Р. Кана - мультипликатор занятости, поскольку с его помощью измеряется отношение между увеличением совокупной занятости и приращением первичной занятости в отраслях, непосредственно связанных с инвестициями. Привлечение инвестиций в область оздоровительной физической культуры обязательно вызовет, на наш взгляд, увеличение таких интегральных показателей на региональном уровне: 1) валового регионального продукта; 2) валового регионального дохода; 3) чистого дохода региона; 4) регионального объема платных и других услуг. Это произойдет прежде всего из-за увеличения количества отработанных дней в году одним работником вследствие более высокого потенциала здоровья занимающихся.

Решение этих макроэкономических проблем, на наш взгляд, возможно лишь при стабилизации рыночных отношений, при общем подъеме экономики и изменении психологии высших руководителей - для нас очевидно, что инвестиции в оздоровление нации - самые эффективные.

При оценке экономической эффективности занятий оздоровительной физической культурой на микроуровне (группы или одного занимающегося) необходимо иметь в виду следующие обстоятельства.

Во-первых, методологические подходы и методические принципы оценки экономической эффективности в этой области были принципиально решены в условиях директивной экономики. Без сомнений, можно выделить и то, что у большинства этих публикаций в качестве основного допущения принималось условие неограниченных ресурсов (финансовых, людских, материальных и т.д.). Многие из массовых мероприятий носили явно политический, декларативный характер (например, комплекс ГТО, профессиональная адаптация у различных категорий рабочих и служащих и т.п.), и соответственно экономическая оценка их эффективности явилась чисто иллюзорной (символической).

Во-вторых, нынешнее состояние экономики России характеризуется как крайне нестабильное, огромный объем как внешнего, так и внутреннего заимствования, огромный размер бюджетной сферы ставит под большое сомнение государственные инвестиции в оздоровление нации (их объем крайне мал) и переносит главный акцент в этой деятельности на хозяйственные субъекты (предприятия, организации, частные лица и т.п.), для которых важнейший критерий их деятельности - получение прибыли. Для них необходим соответствующий научный инструментарий, базирующийся на объективных закономерностях развития, позволяющий оценить соответствующий риск (хозяйственный, психологический, политический и т.п.) вложения финансовых средств в оздоровление коллектива или конкретного человека.

Безусловно, необходимо разделить методы расчета экономической эффективности занимающихся в группе и индивидуально. Напомним, что расчет экономической эффективности предполагает соотношение результата и затрат на достижение поставленной цели. Еще выделим и то обстоятельство, которое в предыдущих исследованиях игнорировалось, - это вероятность достижения поставленной цели, исходя из того, что все социально-экономические процессы в обществе, экономике носят вероятностный характер. Для индивидуума это скрупулезный подсчет затрат на достижение соответствующего результата: увеличение количественного значения потенциала здоровья, снижение количества заболеваний в году и соответственно увеличение числа дней работы в году и т.д.

Важнейшим методологическим вопросом в определении потенциала здоровья человека является количественная оценка функционального состояния для выявления

резерва систем организма и прогнозирования состояния здоровья. Потенциал здоровья может быть увеличен специальными тренировочными воздействиями или снижен, когда нерациональные и необоснованные воздействия ведут к невозможным тратам. Поэтому очень важным аспектом этой проблемы являются вопросы контроля адаптации занимающихся оздоровительной физической культурой к тренировочным воздействиям, что и должны учитывать методики проведения этих занятий. В качестве количественной меры оценки экономической эффективности занятий мы принимаем потенциал здоровья группы (человека).

В соответствии с принятым методическим подходом к определению потенциала здоровья группы занимающихся с использованием современных вычислительных средств мы имеем возможность наблюдать на стадиях выполнения экспериментальных исследований - тестирования, проведения проб, законы распределения его случайной величины.

Полученное распределение вероятностей потенциала здоровья дает возможность преподавателю управлять методикой проведения занятий с целью снижения риска получения неблагоприятного результата.

Современные вычислительные продукты способны контролировать значительный объем информации по интересующим нас параметрам.

Разработанная машинная программа по определению потенциала здоровья занимающихся позволяет определить его положительное смещение за период занятий, а также снижение количества дней, потерянных из-за болезни, как у индивидуума, так и у группы занимающихся.

Тщательный учет затрат на проведение занятий оздоровительной физической культурой позволит получить объективную оценку их экономической эффективности, тем самым выработать рациональную стратегию их поведения на будущее.

НЕКОТОРЫЕ РЕЗУЛЬТАТЫ СОЦИОЛОГИЧЕСКОГО МОНИТОРИНГА ПЕДАГОГОВ ФИЗИЧЕСКОЙ КУЛЬТУРЫ ЛИПЕЦКОЙ ОБЛАСТИ

МОЗОЛЕВСКАЯ Н.В.,
ГУ ИАЦР ФКиС ЛО, г. Липецк

Сложные социальные процессы, происходящие во всех сферах современного общества, предъявляют все более высокие требования к теоретико-методологической, мировоззренческой и профессиональной подготовке специалистов различных сфер социальной жизни. А в силу увеличения объективных и субъективных факторов, оказывающих негативное влияние на условия существования человека в обществе, в мире и в целом на планете, в последнее время все больше внимания уделяется здоровому образу жизни, здоровьесберегающим и здоровьесформирующим технологиям, и, конечно, занятиям спортом и физической культурой. Соответственно, для пропаганды здорового образа жизни, для привлечения большего числа занимающихся, для формирования у людей разного возраста интереса и мотивации к занятиям физической культурой и спортом, специалисты физкультурно-спортивной отрасли должны иметь высокую квалификацию, уметь находить и использовать информацию по тематике своей деятельности, владеть новыми знаниями и технологиями, уметь разрабатывать инновационные формы массовых физкультурно-спортивных мероприятий. Для этого в Липецкой области периодически проводятся курсы повышения квалификации учителей физической культуры, педагогов дополнительного образования. В рамках проведения курсов проводятся социологические опросы с целью изучения направлений профессионального роста специалистов физкультурно-спортивной отрасли. В ходе опросов ставятся следующие задачи: 1) определить самооценку качества профессиональной деятельности педагогов; 2) узнать, чем привлекательна педагогическая деятельность и что необходимо для более успешной ее реализации; 3) выяснить, где и в

какой форме предпочтительнее проведение курсов повышения квалификации. С целью определения изменений в профессиональной мотивации педагогов физической культуры и дополнительного образования детей проведем сравнительный анализ результатов социологических опросов участников курсов повышения квалификации за 2009 и 2010 года.

Каждый год слушателями курсов становятся педагоги от 22 до 65 лет, 80% которых имеют высшее образование, 20% - со средне-специальным или неоконченным высшим. Многие педагоги участвуют в курсах повышения квалификации неоднократно. Именно социологические опросы позволяют отследить изменения в отношении педагогов к своей профессиональной деятельности; определить, чего не хватает им для более успешной реализации своих навыков и умений; выяснить, в какой форме курсы повышения квалификации были бы наиболее предпочтительнее и способствовали бы наилучшему усвоению новой информации.

Одним из самых актуальных вопросов является определение факторов, привлекающих педагогов в их профессиональной деятельности (см.рис.1).

Рис.1. Факторы, привлекающие педагогов в их профессиональной деятельности.



Как видно, педагогов по-прежнему привлекают общение с детьми и интерес к своей профессии. При этом одно неотделимо от другого, поскольку только увлеченный профессионально педагог может воспитать человека с современным мышлением, способного успешно самореализоваться в жизни. При этом в понятие «профессионализм» включаются не только предметные, дидактические, методические, психолого-педагогические знания и умения, но и личностный потенциал педагога, в который входят система его профессиональных ценностей, его убеждения, установки. В ходе этой деятельности педагог становится активным субъектом процесса совершенствования.

Что необходимо педагогам для более успешной реализации своих профессиональных навыков и умений? Что позволяет им повышать свой профессиональный потенциал? Какие обстоятельства (внешние и внутренние) мешают педагогам в повседневной профессиональной деятельности? Ответы на эти вопросы позволят определить условия, которые оказывают влияние на качество педагогической деятельности, поскольку оно (качество) имеет важнейшее значение для развития всей системы образования. Сегодня чрезвычайно востребован педагог, личностные и профессиональные качества которого оказались бы на уровне сложности стоящих перед обществом задач.



Рис.2. Необходимые условия для успешной профессиональной деятельности педагога

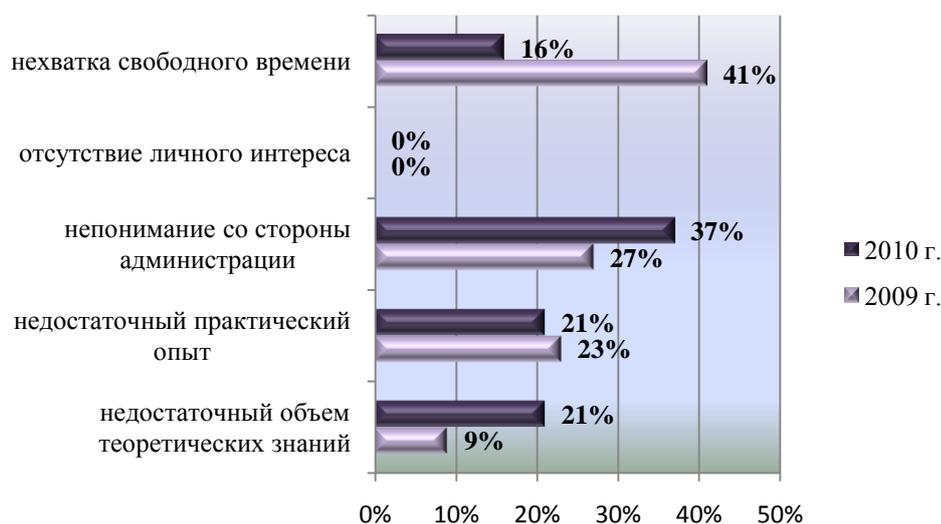


Рис.3. Факторы, мешающие реализации профессиональных навыков педагогов

Как видно на диаграмме (рис.2), для успешной профессиональной деятельности педагогам необходимы мастер-классы ведущих специалистов и разработки для практической деятельности, то есть предпочтения педагогов носят наглядно-практическую направленность. Интересно, что на 14% увеличилось число педагогов, осознающих, что для профессионального роста им необходимы курсы повышения квалификации, которые как раз включают в себя и мастер-классы, и методические разработки и советы, и курс теоретических знаний, и обмен опытом с коллегами. Среди факторов, мешающих реализации профессиональных навыков и умений педагогов (рис.3), особую роль играет непонимание со стороны администрации (причем с каждым годом оно, по мнению педагогов, увеличивается). Попадая в ситуацию необходимости профессионального роста и личностных изменений, педагог сталкивается с требованием администрации, с одной стороны, скорректировать наработанные методы и формы работы по отношению к ценностям и задачам школы и перенимать опыт других педагогов, а с другой – создавать новые содержания, методы и формы своей работы, адекватные задачам школы. Методическая работа становится средством повышения компетенции учителя и средством его профессионального роста. Однако, с другой стороны, администрация многих учебных заведений не проявляет должной

заинтересованности в профессиональном росте и участии педагогов в курсах повышения квалификации.

В связи с данной тематикой актуальным остается вопрос о том, в какой форме предпочтительнее проведение курсов повышения квалификации для педагогов физической культуры (рис.4).

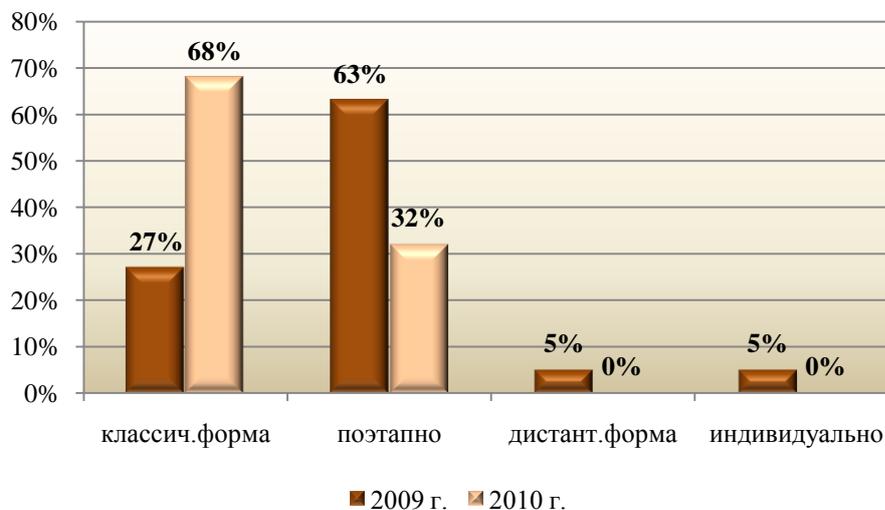


Рис.4. Предпочитаемые формы проведения курсов повышения квалификации

Как видно, в 2009 г. большинство педагогов (63%) хотели, чтобы курсы повышения квалификации проходили поэтапно, то есть курс теории – один этап, практические занятия и мастер-классы – второй этап и т.д. Однако, уже в 2010 г. картина кардинально изменилась и почти 70% слушателей курсов высказались за то, чтобы курсы проходили по классической форме (72-100 часов), непрерывно, включая в себя и теорию и практику одновременно.

И все-таки, для полноценной реализации своей профессиональной компетенции и роста своего профессионализма помимо курсов повышения квалификации каждый педагог должен применять в своей деятельности и другие формы повышения профессионального мастерства: самообразование; изучение документов и материалов, представляющих профессиональный интерес; накопление информации по педагогике, психологии, методике, предметному содержанию; постоянная работа над методической темой, представляющей профессиональный интерес для педагога; разработка диагностических процедур, заданий и тестов и проведение мониторинговых замеров в режиме самоконтроля за процессом и результатом обучения; посещение уроков и внеклассных мероприятий у коллег и т.д.

Совершенствование института образования приводит к изменению статуса физической культуры как гуманитарного учебного предмета. И учитель физической культуры сегодня должен стать носителем обновленного содержания образования, организатором педагогических условий, обеспечивающих результативность физкультурно-спортивной и оздоровительной деятельности.

РЕАЛИЗАЦИЯ МЕТОДА ПРОЕКТОВ В ПРАКТИКЕ ФИЗИЧЕСКОГО ВОСПИТАНИЯ

МОЛОДКИН А.Г.
ГОУ ВПО «ТГУ», 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

приспосабливаться 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 познавательной-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 личностно 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.

АСПЕКТЫ УПРАВЛЕНИЯ ПСИХИЧЕСКИМ СОСТОЯНИЕМ СПОРТСМЕНА

НОРДОВ С.А., к.псих.н.,
Филиал СибГАФК, г. Кемерово

Проблема управления психическим состоянием спортсмена связана прежде всего с поиском тех звеньев в структуре соревновательной деятельности, которые определяют возникновение стресса, но могут быть подвергнуты определенным воздействиям, обуславливающим повышение эффективности деятельности. Другой стороной данной проблемы является подбор и целесообразное использование необходимых средств и методов оптимизации состояния спортсмена.

Управление поведением происходит на основе психических процессов, среди которых большая роль принадлежит воле и эмоциям.

Воля представляет собой способность проявлять внутренние усилия при выборе вида деятельности и его осуществлении. Волевые усилия обуславливают возможность противостояния влиянию непосредственно испытываемых потребностей, импульсивных желаний. Для волевых действий характерно переживание не «я хочу», а «надо», «я должен». С волей связано осознание ценностной характеристики цели деятельности. Волевое поведение включает принятие решения и, как правило, сопровождается борьбой мотивов. В основе волевых проявлений лежит рефлексия, то есть самосознание и его основные составляющие: самоотражение, самоотношение, саморегуляция.

Эмоциями принято называть психические процессы, представляющие собой душевные переживания, отношения, чувства, например гнев, страх, радость. По мнению доктора психологических наук О.А. Черниковой, спортивные эмоции являются необходимым психическим условием активной борьбы за результат, Без эмоций соперничество осуществиться не может, так как активные действия возможны лишь при определенной степени нервного возбуждения. Эмоции могут играть роль непосредственного мотива, побуждающего к ведению соревновательной борьбы, но способны приводить и к уходу от трудностей, прекращению борьбы.

Эмоции выполняют функции уравнивания организма с внешней средой и рассматриваются как приспособительная реакция саморегуляции организм. Согласно концепции академика П.К.Анохина, возникновению эмоций предшествует формирование представления о критериях оценки результатов планируемой деятельности, соответствующих потребности, ради удовлетворения которой будут совершаться действия. Если в процессе деятельности результаты отдельных действий дают основание полагать, что конечный результат может соответствовать представлению о положительной оценке, удовлетворяющей потребности, обратная афферентация о результатах отдельных действий стимулирует возникновение положительных эмоций. Если же конечный результат может не удовлетворить потребность, будут стимулироваться отрицательные эмоции. И в том и в другом случае качество деятельности может как возрасти, так и снизиться.

Эмоции связаны с процессами возбуждения и торможения и поэтому способны как стимулировать, так и угнетать процессы жизнедеятельности организма, двигательную активность и другие функции. В частности, при эмоциях, связанных с чувством удовлетворения, увеличивается частота и амплитуда дыхания, В состоянии тревоги дыхание становится частым и поверхностным, а при страхе - резко замедляется. Эмоциональное возбуждение влияет и на частоту и силу сердечных сокращений, в результате чего изменяются характеристики кровотока в различных органах. Через вегетативную нервную систему эмоции

связаны с деятельностью органов внутренней секреции. В результате их влияния может усиливаться выделение адреналина, увеличиваться концентрация сахара в крови, происходит перераспределение крови, что во многом определяет эффективность деятельности.

Воля, включаясь в управление поведением, определяет динамику эмоций. Специфическая особенность воли заключается в том, что она всегда проявляется в действиях, направленных на достижение сознательно поставленной цели, на преодоление препятствий на пути к ней. Функция воли состоит в управлении энергетическими потоками, не допускающем хаотического всплеска, способного захлестнуть личность. В этом смысле воля и эмоции могут рассматриваться как антиподы. Эмоции определяют «ближнюю» мотивацию, а воля - «дальнюю». Для ближней мотивации характерен поиск удовольствия, игры. Дальняя же направлена на отказ от мелких радостей ради достижения большой цели.

Эмоции вскрывают энергетические ресурсы организма как бы автоматически, неосознанно отодвигая природные ограничители. В отличие от эмоций, воля - фактор сознательного напряжения физических и духовных сил. И эмоции, и воля, в конечном счете, приводят к одному результату - повышению активности. В процессе деятельности всегда наблюдается их сложное взаимодействие, проявляющееся как единство и борьба противоположностей. Часто эмоции успешно стимулируют спортсмена, сводя к минимуму необходимость включения воли. В то же время волевое усилие имеет эмоциональное начало.

Предсоревновательное эмоциональное напряжение может регулироваться целенаправленным волевым усилием. При этом энергетический поток, порожденный слепым механизмом эмоций, включившимся слишком рано, грозящий истощением нервной системы еще до начала соревнования, направляется на формирование состояния боевой готовности, связанного с воодушевлением, вдохновением, что способствует раскрытию резервов организма. Считают, что рекордные достижения являются результатом эмоций, управляемых волей.

Как и во всем, в управлении поведением необходима гармония. Спортсмен, часто поддающийся эмоциям, в итоге, как правило, испытывает глубокое разочарование по поводу отсутствия успехов. Волевой спортсмен на каком-то этапе вдруг обнаруживает, что спортивная жизнь заслонила радость мировосприятия.

Эмоциональное возбуждение имеет положительное значение не только при оптимальной степени интенсивности, но и при обязательной направленности эмоций на выполнение основных задач деятельности.

На фоне общего положительного эмоционального состояния спортсмена, его уверенности в себе, желания соревноваться возбуждение является исключительно важным фактором, обеспечивающим готовность к демонстрации высокого результата. Позитивное, оптимистическое отношение к соревнованию способствует снижению уровня тревоги, расслаблению мышц, улучшению контроля за процессами внимания.

Если же повышение нервно-психического возбуждения совпадает с отрицательными эмоциями, прежде всего высоким уровнем тревоги, беспокойства, оно является неблагоприятным фактором для эффективной реализации потенциальных возможностей спортсмена и зачастую не позволяет достичь результатов, к которым он готовился.

Такие эмоции, как спортивное увлечение, боевое воодушевление, спортивная злость по отношению к самому себе, направленные на преодоление трудностей соревновательной борьбы, а не на соперников, являются стеническими и оказывают стимулирующее действие, способствуют мобилизации сил и способностей для успешного решения поставленных задач. Если же к ним примешиваются посторонние элементы, например личная обида, зависть, азарт, агрессивность, чувство личного превосходства, то направленность эмоций нарушается, спортсмен часто в этом случае нарушает правила, допускает грубость, теряет контроль за своими действиями.

В связи с важностью вопроса о преимущественной направленности эмоций следует различать: спортивное соперничество и соревновательное поведение.

О.А. Черникова считает, что спортивное соперничество является наиболее эффективным эмоциональным состоянием в процессе борьбы за результат в соревновании с другими спортсменами. Элементом этого состояния является самооценка в сопоставлении с оценкой возможностей соперников. Однако именно в отношении к сопернику видится недостаток этого эмоционального состояния, поскольку оно может послужить фактором, стимулирующим агрессивное поведение спортсмена, выражающееся в превращении соперника в противника, во враждебном отношении к нему, стремлении добиться победы любыми средствами, вплоть до нарушения установленных правил и даже сознательного травмирования противника.

Соревновательное поведение направлено на достижение определенной цели, а конкретные соперники имеют второстепенное значение. Соревновательное поведение направлено более узко и за счет этого в большей мере способствует достижению высоких результатов, чем соперничество. Более того, формирование соревновательного поведения как индивидуального стиля спортсмена в большей мере, чем соперничество предполагает проявление товарищеского отношения к соперникам, объективной оценки и уважения их спортивного мастерства.

Объективные условия взаимодействия спортсменов в соревновании не должны быть стихийны, их необходимо организовывать в соответствии с задачами, решаемыми в конкретном спортивном мероприятии. Организация и условия проведения соревнования должны способствовать возникновению здоровых спортивных эмоций и положительных моральных чувств - справедливости, товарищества, коллективизма, интернационализма. Адекватные, правильно организованные отношения положительно сказываются на эффективности деятельности спортсменов, в то время как нарушение привычных взаимоотношений является дополнительным стрессогенным фактором и понижает качество деятельности.

Совершенно очевидно, что снизить эмоциональное возбуждение или смягчить состояние тревоги, а также контролировать их внешнее проявление хотя и нелегко, но все же несравненно проще, чем модифицировать базовые черты характера и темперамента, обуславливающие индивидуальные различия уровня и направленности этих состояний.

Если конкретный спортсмен отличается высоким уровнем тревожности, то вряд ли можно рассчитывать, что в ответственном соревновании он будет участвовать без излишнего напряжения. Но негативное влияние тревожности на его результат может быть существенно снижено благодаря целесообразному использованию в его подготовке комплекса воздействий, позволяющих понизить рефлекторно-мышечное напряжение и устранить скованность процессов внимания в стрессовых ситуациях.

Задачи оптимизации состояния спортсмена всегда должны решаться исключительно комплексно. Вера в какие-либо чудодейственные средства, подобные йоге или гипнозу, неоправдана. Существует множество средств, методов и условий, позволяющих в комплексе воздействовать на психическое состояние спортсмена и таким образом подготовить его к возможно негативному влиянию условий соревнования.

Методы регуляции уровня возбуждения спортсменов основаны на внешних периферических реакциях и помогают достичь различной степени мышечного расслабления или напряжения. При этом изменяется и внутреннее эмоциональное и физиологическое состояние спортсмена. Акцент, как правило, делается на изменении психического состояния - хода мыслей, настроения спортсмена или сочетании воздействий на периферические и центральные функции нервной системы.

Педагогу необходимо знать о возможности применения как минимум следующих средств и методов оптимизации состояния спортсмена:

Релаксационная тренировка. Основная мысль, принадлежащая американскому врачу Э.Якобсону которую он высказал еще в начале 30-х годов XX века, сводилась к тому, что между двигательным аппаратом и эмоциональным состоянием человека существует прямая зависимость. Поэтому способность сознательно контролировать степень напряженности периферических скелетных мышц дает возможность одновременно воздействовать и на собственное эмоциональное состояние. Следует отметить, что специальных исследований, результаты которых однозначно подтверждали бы или отрицали эффективность

применения этого метода в спорте, обнаружить не удалось. Но многие тренеры считают, что релаксационная тренировка приносит пользу, особенно тем спортсменам, для которых характерно сочетание возбуждения с чрезмерным мышечным напряжением, а также в тех видах спорта, где чрезмерное напряжение мышц препятствует тонкой координации движений.

Аутогенная тренировка. Метод, разработанный немецким психиатром Иоганном Шульцем, получил широкое распространение в конце 50-х годов XX века. Метод заключается в сосредоточении внимания на функциях мышечной и вегетативной системы и собственном психическом состоянии. Метод предусматривает саморегуляцию психического состояния через мысленное представление различных эмоциональных состояний или абстрактных предметов. В результате освоения этого метода человек в определенной степени способен регулировать частоту своего пульса и дыхания, вызывать ощущения тяжести и тепла в различных частях тела путем мысленного представления соответствующих зрительных

Этот метод широко используется в предсоревновательной подготовке спортсменов. Экспериментальные исследования установили действительное потепление соответствующих частей тела и даже изменение величины электрического потенциала головного мозга в результате применения этого метода. С помощью аутогенной тренировки перевозбужденного спортсмена можно привести в состояние расслабления, а затем соответствующим внушением вновь привести в состояние возбуждения, соответствующее ситуации. Метод может быть освоен лишь под руководством квалифицированного специалиста.

Социальная локализация и выбор контактов. Механизм социальной фасилитации, как было показано выше, приводит к изменению уровня возбуждения спортсмена в присутствии людей с различным уровнем возбуждения. Специально подготовленные социальные условия, в которых спортсмен будет находиться в предсоревновательный период, в частности соседи по комнате, место во время ожидания старта, организованные контакты с друзьями и соперниками, могут способствовать оптимизации состояния спортсмена. При этом следует учитывать некоторые закономерности:

- контакт двух перевозбужденных спортсменов скорее всего приведет к еще большему повышению уровня возбуждения обоих;

- контакт перевозбужденного спортсмена с недостаточно возбужденным может способствовать оптимальной адаптации обоих;

- контакт перевозбужденного спортсмена с находящимся в оптимальном состоянии может успокоить перевозбужденного спортсмена и повысить уровень возбуждения спортсмена, находящегося в оптимальном состоянии;

- контакт спортсмена, находящегося в оптимальном состоянии, с недостаточно возбужденным может привести к незначительному снижению возбуждения у первого и повышению уровня возбуждения у второго, то есть к взаимному выравниванию возбуждения таким образом, что у обоих оно будет несколько ниже оптимального;

- контакт двух спортсменов со сниженным уровнем мобилизации может привести к дальнейшему снижению уровня их возбуждения.

Тренировочные нагрузки и специальная разминка. Перевозбуждение может быть снижено с помощью легкого утомления, вызванного достаточно объемной разминкой или тренировочной нагрузкой умеренной сложности, проводимой за несколько дней до соревнования. Этот эффект обусловлен тем, что причина перевозбуждения может заключаться не в значении предстоящего соревнования, а в чрезмерном накоплении энергии в период снижения тренировочных нагрузок на этапе непосредственной подготовки к соревнованию.

Вместе с тем отмечено, что многие высшие достижения устанавливались спортсменами после бессонных ночей, в период восстановления после болезни, травмы. Очевидно, недомогание спортсмена в определенной мере снимало эффект перевозбуждения и приводило к оптимизации состояния спортсмена. Возможно также, вынужденный перерыв в тренировке благоприятно сказывался на протекании процессов адаптации, выводил работоспособность спортсмена на уровень суперкомпенсации.

В разминке перед соревнованием и тренировочным занятием существует различие. Перед тренировочным занятием разминка связана, кроме прочего, с повышением уровня возбуждения в центральной нервной системе, в то время как перед соревнованием она обычно направлена на снижение чрезмерного напряжения.

В связи с этим в разминке выделяется общая и специальная часть. Содержание общей части разминки рекомендуется стандартизировать. Выполнение привычных действий непосредственно перед соревнованием способствует формированию у спортсмена привычного тренировочного состояния.

Содержание специальной части обусловлено уровнем возбуждения спортсмена. Коррекция возбуждения возможна за счет высокодинамичных или, наоборот, успокаивающих, плавных, малоинтенсивных упражнений, включаемых в разминку в соответствии с состоянием спортсмена. Во время выполнения разминочных упражнений формируется установка на предстоящую деятельность. Например, спортсмен может выполнять простое действие с установкой на высокую точность движений, расслабление, внимание, плавность и тому подобное. Фиксированная установка стимулирует смещение баланса нервных процессов в сторону снижения возбуждения, приводя психофизиологические показатели возбуждения к привычному состоянию, что способствует сохранению психофизиологической энергии.

После общей и специальной разминки рекомендуется выполнение упражнений на расслабление в сочетании с дыхательными до появления субъективного чувства раскрепощенности, легкости.

Изменение субъективной оценки значимости соревнования. Чем выше значимость соревнования, тем раньше и с большей интенсивностью проявляются изменения в психическом состоянии спортсменов. Поэтому искусственное временное изменение субъективной значимости участия в соревновании является действенным способом оптимизации их состояния.

Анализ направленности бесед при секундировании спортсменов во время соревнований позволил выделить наиболее распространенные варианты вербальных воздействий и определить эффективность применения этих вариантов:

1. Воздействие направлено на повышение уровня психической напряженности. При этом подчеркивается важность предстоящего соревнования, ответственность перед коллективом, партнерами, страной. В беседах подобной направленности акцент может делаться на благоприятные или неблагоприятные последствия в зависимости от успеха или неудачи. Практика показала, что такой вариант воздействия в 70% случаев приводит к снижению результативности спортсмена.

Подчеркивание неблагоприятных последствий неудачного выступления обычно приводит к излишней скованности движений, а в случае проигрыша спортсмен часто неудовлетворительно выступает и в последующих стартах соревнования. Такие беседы могут приносить желаемые результаты, когда они проводятся со спортсменами высокого класса, с многолетним соревновательным опытом, находящимися в конце спортивной карьеры. Как правило, это спортсмены 28 - 30 лет и старше, значительная часть мотивов, побуждавших к активным занятиям спортом, уже удовлетворена - звания, признание, самоутверждение уже есть, а многолетняя практика притупила остроту психических переживаний соревновательных ситуаций, сделала их привычными. Часто это спортсмены с исключительно сильной нервной системой, что позволило им не только достичь спортивных высот, но и удержаться на них длительное время.

Такое воздействие категорически противопоказано молодым спортсменам, начинающим спортивный путь. Страх перед неудачей оказывает на них не мобилизующее, а тормозящее действие. Сверхсильные раздражители не увеличивают, а уменьшают ответную реакцию.

Беседы, направленные на повышение уровня психической напряженности, проводимые в положительном варианте, подчеркивающие благоприятные последствия удачного выступления, хорошо воспринимают не более чем 5% спортсменов, у которых отмечается явная вялость, низкая ЧСС, стартовая апатия. Они могут оказаться полезны, когда вялость спортсмена обусловлена физическим и психическим утомлением, в частности, в конце

соревнования. Полезны они также начинающим спортсменам, которым свойственно неумение «собраться» на соревнование, подчас не понимающим его значение. Беседы такой направленности в подобных ситуациях приводили к тому, что в 60% случаев результат превышал ожидаемый.

И, конечно, совершенно недопустимо проводить беседы такой направленности в случае предстартовой лихорадки и стартовой готовности.

2. Воздействие направлено на снижение субъективного значения соревнования. При этом подчеркивается, что соревнование мало значимо для самого спортсмена, его ответственность невысока и вообще спорт имеет игровой характер. Этот вариант, использовавшийся при наличии явных признаков предстартовой лихорадки и преимущественно с юными спортсменами, в 50% случаев приводил к результатам лучше ожидаемых.

Взрослым спортсменам такие беседы необходимы лишь в исключительных случаях предельного напряжения, граничащего с неврозом, так как спортсмены, которым по типу реакций на соревновательные условия необходимо «утешение», как правило, не выдерживают накала соревновательной борьбы и отсеиваются на более ранних этапах многолетней подготовки.

3. Воздействие направлено на формирование установки на соревновательное поведение. При этом подчеркивается необходимость не думать о соперниках и конечном результате, получить удовольствие от игры, продемонстрировать свои возможности и совершенство умений и навыков, а победа придет как следствие. В результате должно достигаться состояние, получившее название «контролируемый восторг», лучшим индикатором которого является легкость и раскрепощенность движений, пение спортсмена про себя, улыбка.

Подобные беседы в 66% случаев приводили к успеху. Однако формулировки таких бесед быстро становятся привычными и могут утрачивать свою эффективность. Поэтому содержание бесед такой направленности следует постоянно изменять.

При секундировании рекомендуется опираться на опыт участия в детских и юношеских соревнованиях. В то время сочетание внутренних и внешних факторов было благоприятным, не создавало экстремальных условий. Внутренние факторы - подростковая непосредственность отношений к окружающему миру и самому себе, отсутствие субъективного максимума значимости деятельности. Внешние факторы - отсутствие объективного максимума значимости соревнований. Это сочетание сохраняет игровой характер деятельности, далекий от профессионализированного подхода взрослых, помогает молодым спортсменам сохранять легкость, раскованность в соревновании. Но с возрастом это соотношение меняется, каждое более крупное соревнование требует новой адаптации к непрерывно меняющимся внешним и внутренним факторам. Успешное соревнование стимулирует адаптацию к новым условиям. Неудачи в нескольких соревнованиях подряд, особенно если они сопровождаются взысканиями, разрушают веру в себя, ставят под сомнение будущее, формируют негативное отношение к соревнованиям.

Как отмечалось выше, объективно хорошая подготовленность, дополненная высокой самооценкой, стимулирует завышение цели, как осознанное, так и неосознанное неукротимое желание победы, что закрепощает и отрицательно сказывается на динамике предстартового состояния.

Нередко отлично подготовленный спортсмен, искусно подведенный тренером к дню старта, на разминке показывает высокий результат в каком-либо упражнении. Это определяет резкий рост уровня притязаний и соответственно изменение состояния спортсмена, что в итоге может привести к неблагоприятному предстартовому состоянию и завершиться невысоким спортивным результатом. Поэтому в последние дни перед стартом не рекомендуется информировать спортсмена относительно результатов контрольных упражнений, особенно если они заметно ниже или выше ожидаемых.

Таким образом, оптимально построенная индивидуальная система соревнований и рациональная соревновательная практика способствует адаптации спортсмена к условиям соревнований и регулированию психической напряженности соревновательных нагрузок.

СПЕЦИАЛЬНАЯ ФИЗИЧЕСКАЯ ПОДГОТОВКА БАСКЕТБОЛИСТОВ ВЫСОКОЙ КВАЛИФИКАЦИИ

ОЛЬХОВА Т.Г. к.п.н., доцент; ОЛЬХОВ С.С.,
ГОУ ВПО «СурГУ», г. Сургут

Развитие современного баскетбола характеризуется атлетической манерой игры, которая проявляется в борьбе за мяч на щите, в мощном прыжке при бросках и спорных мячах, взрывными, максимально быстрыми действиями в защите и нападении, в виртуозном владении мячом и собственным телом.

Одной из серьезных задач теории и методики тренировки является оптимизация всех видов подготовки баскетболистов высокой квалификации: физической, технико-тактической и психологической.

Арсенал и специфика двигательных действий баскетболистов предполагает прыжки с ходу и серийные прыжки, ловлю, передачу и перехват мяча в прыжке, дистанционные броски в прыжке и т.д.

Опыт показал, что одним из резервов результативности соревновательной деятельности является совершенствование специальной физической подготовки баскетболистов, а именно: скоростно-силовых способностей, проявлением которых является прыгучесть.

Ю.В. Верхошанский под прыгучестью подразумевает возможность человека развить ту или иную степень мощности усилий при отталкивании.

Согласно Ю.М. Портнову, специфическими особенностями проявления прыгучести являются:

- быстрота и своевременность прыжка;
- выполнение прыжка с места или короткого разбега, преимущественно в вертикальном направлении;
- неоднократное повторение прыжков в условиях силовой борьбы (серийная прыгучесть);
- управление своим телом в безопорном положении;
- точность приземления и готовность к немедленным последующим действиям [1].

Как известно, сенситивный период развития прыгучести соответствует возрасту 11-14 лет и к 17-18 годам она достигает наивысших результатов [2]. Однако говорить о консервативности прыгучести к дальнейшему развитию или поддержанию на высоком уровне достигнутых результатов в более позднем возрасте нет оснований, особенно в спорте высших достижений.

Современные представления в теории и методике спортивной тренировки о развитии прыгучести сводятся к тому, что применение упражнений преимущественно прыжкового характера способствует улучшению лишь скорости отталкивания, а применение упражнений силового и скоростно-силового характера обеспечивает прирост и скорости, и силы отталкивания. Следует, по-видимому, считать доказанным положение о необходимости преимущественного развития силы мышц в сочетании с упражнениями на увеличение подвижности в суставах и расслаблением с целью воспитания прыгучести [1, 2, 5-7].

Остается открытым вопрос о качественных параметрах тренировочных воздействий силовой и скоростно-силовой направленности, обеспечивающих развитие и поддержание достигнутого уровня прыгучести.

На основе изучения научно-методической литературы и собственного опыта нами была разработана программа развития и поддержания уровня прыгучести у баскетболистов высокой квалификации.

Методологическими и теоретическими основами нашей программы явились основные положения натурцентристского подхода в педагогической деятельности (Я.А. Коменский, И.А. Якиманская, В.В. Гузеев и др.), основанного на принципе природосообразности воспитания и пристального внимания к биологической подструктуре человека; а также дифференциации и индивидуализации подготовки спортсменов (А.Г. Баталов, О.И. Камаев, Н.Г. Озолин и др.).

Отличительными особенностями программы развития прыгучести стали:

1. Изменение соотношения средств общей физической и специальной физической подготовки в годичном цикле тренировки в пользу СФП. Вместо традиционно принятого [3]: ОФП - 30-40%, СФП - 60-70% - соотношение составило: ОФП - 20% и СФП - 80%. Причем решение задач ОФП частично осуществлялось за счет СФП.

2. Соотношение средств СФП составило 35% скоростно-силовой (в основном прыжковой), 40% силовой, по 10% на быстроту и специальную выносливость и 5% на увеличение подвижности в суставах и расслабление.

3. Занятия по СФП носили интегральный характер и проводились в сочетании с технико-тактической подготовкой. Занятия с интегральной направленностью проводились 3 раза в неделю через день.

4. Микроцикл в подготовительном периоде составлял 3-1-2-1, в соревновательном -6-1.

В основу программы нами были положены взаимосвязанные и взаимообусловленные методические положения о тренировочном процессе.

Общий объем нагрузки характеризовался следующими компонентами: а) суммой прыжков в прыжковых упражнениях; б) количеством метров - в беге на скорость; в) суммарным весом отягощений, поднятых в серии, и количеством серий при развитии силовых способностей.

Интенсивность нагрузки определялась количеством прыжков за единицу времени, количеством пробегаемых отрезков за единицу времени, количеством повторений в серии. Контроль за воздействием нагрузки осуществляется по ЧСС: работа в диапазоне ЧСС от 140 до 190 уд/мин в зависимости от поддерживающего или развивающего характера задач, соответствующих индивидуальным особенностям спортсмена и периоду годичного цикла тренировки.

Количество повторений в серии зависело от состояния физических кондиций, игрового амплуа спортсмена и целей тренировки (10-12 или 12-15).

Количество серий: в начале и конце тренировки по 25-35 серий на три вида подготовки из пяти: быстрота, скоростно-силовые качества, силовые качества, выносливость, подвижность в суставах и расслабление (всего до 50-70 серий).

Очередность выполнения упражнений: в начале тренировки - на быстроту, затем скоростно-силовые (в основном прыжковые); в конце тренировки: силовые, затем скоростно-силовые упражнения (в основном прыжковые) и в завершение упражнения на подвижность в суставах и расслабление; либо в начале тренировки: скоростно-силовые (в основном прыжковые), затем силовые; в конце тренировки: силовые, затем специальная выносливость и в завершение упражнения на подвижность в суставах и расслабление.

Интервалы отдыха между упражнениями 15 - 30 с, между сериями - от 45 с до 1 мин. Периодичность занятий: три раза в неделю.

Основные методы выполнения упражнений - повторный, станционный, круговой, игровой, соревновательный. Основное условие гибкого и эффективного управления тренировочным процессом - постоянный мониторинг состояния всех его компонентов, а именно: учет и анализ всей проделанной спортсменом работы и контроль за его состоянием (реакцией на тренировочную работу).

Эффективность разработанной программы развития прыгучести подтверждается достоверными различиями ($p < 0,05$) в среднегрупповых результатах выполнения контрольных упражнений баскетболистами команды "Университет" г. Сургута по СФП (и в большей степени прыгучести).

Кроме того, в турнирной таблице 8-го Чемпионата суперлиги дивизиона "Б" (сезон 2001/02 года) команда "Университет" г. Сургута заняла достойное третье место, уступив командам "Динамо", Москва и "Евраз", Екатеринбург.

Анализ соревновательной деятельности показал, что по таким показателям, как "процент подборов на своем щите" сургутяне занимают 3-е место (67,8%), а "процент подборов на чужом щите" - 5-е место (37%) среди 13 команд дивизиона "Б".

Литература:

1. Баскетбол: Учебник для вузов физической культуры/Под ред. Ю.М. Портнова. М., 1997.
2. Верхошанский Ю.В. Основы специальной физической подготовки спортсменов. - М.: ФиС, 1988.
3. Куликов Л.М. Управление спортивной тренировкой: системность, адаптация, здоровье. - М: ФОН, 1995.
4. Озолин Н.Г. Настольная книга тренера. Наука побеждать. - М.: Астрель, 2002.
5. Пальшева В.Н. Исследование эффективности упражнений, направленных на воспитание способности проявлять максимальные усилия в кратчайшее время. - М.: ФиС, 1983.
6. Портнов В.П. Применение искусственных отягощений в тренировке прыгуна в высоту с разбега // Теория и практика физ. культуры. 1971.
7. Филин В.П. Воспитание физических качеств у юных спортсменов. - М.: ФиС, 1974.

СОЦИАЛЬНО-ПЕДАГОГИЧЕСКИЕ АСПЕКТЫ И ОЗДОРОВИТЕЛЬНЫЕ ПРОГРАММЫ ПО ФИЗИЧЕСКОМУ ВОСПИТАНИЮ И СПОРТУ

ПЕГУСОВА Л.А.

Харьковский институт межрегиональной академии управления персоналом,
г. Харьков, Украина

В данной работе рассматривается область физической культуры и спорта, которая в обществе выполняет социальную функцию первостепенной важности и объединяет все возрастные категории населения.

Забота о физической культуре и спорте является важной составляющей в социальной политике государства. Физическая культура и спорт с минимальными средствами и максимальным эффектом может в течение короткого срока способствовать гармоничному этическому и физическому развитию всех национальностей.

Настоящая концепция определяет цели, задачи, принципы и механизмы государственной политики в области физической культуры и спорта. Главной задачей разработки концепции является сенсбилизация факторов ответственности, политиков, местных и центральных публичных властей, специализированных институтов, гражданского общества др. на проблемы развития физической культуры и спорта. Делается ставка на факт, что разработанные документы составят организационную поддержку для продвижения в Украине эффективной и ясной политики в области развития физической культуры и спорта.

Самой неотложной задачей, которая требует решения, является пониженный уровень подготовки и физического развития детей, подростков и молодежи; существенно повысилось количество учеников и студентов, освобожденных от дисциплины «физическая культура».

Модель физической культуры и спорта, как существенная составляющая здорового образа жизни должна разрешить следующие задачи:

- постоянная профессиональная подготовка специалистов в области физической культуры и спорта;
- обеспечение профильных учреждений методически - дидактическими и научными материалами;

- качественный отбор одаренных спортсменов для школ, спортивных клубов и национальных составов команд;
- увеличение контингента спортсменов в спортивных школах и клубах;
- увеличение и оптимизация сети профильных спортивных учреждений (школы, лицеи, клубы);
- широкое проведение физических упражнений в профилактике заболеваний и восстановления здоровья населения различного возраста;
- организация деятельности развлечения и профилактики антисоциального поведения молодежи;
- использование физической культуры и спорта как важного компонента интеллектуального, морального и эстетичного развития возрастающего поколения;
- подготовка к воинской службе и трудовой деятельности;
- использование физической культуры и спорта для интегрирования инвалидов и детей сирот в социальную сферу;
- создание новых культурно – спортивных и развлекательных форм, как и рост прибыли от спектаклей и спортивной индустрии;
- оснащение амбулаторий (лечебниц) и спортивных медицинских кабинетов современным высококласным оборудованием.
- концепция, видения или сумма мнений, идей относительно философских, научных, технических, литературных проблем и др.

Физическая культура – составляющая культуры, которая представляет овладение жизни и воспитания, социальная реальность, благодаря которой наряду с другими областями культуры человек желает своего совершенства, охватывает сумму ценностей, реализованных человечеством посредством практикования физических упражнений в целях гармоничного развития и совершенствования движущей способности человеческой природы.

Спорт – двигательная деятельность соревнования, спонтанная или организованная, в которой интенсивно осваиваются естественные движения и формы практикования физических упражнений, традиционных динамичных игр, ввиду получения индивидуумом или коллективом (команда, экипаж), совершенствования морфофункционального, психического и технического (приобретенного) потенциала, конкретизирующего в рекорде, в собственном превышении или конкурсном потенциале (соревнования).

Спорт, как и физическое воспитание, и туризм является категорией области, которая создала собственную национальную и международную организаторскую структуру, характерную материальную базу, специализированные кадры (тренеры, арбитры, исследователи, менеджеры), системы, принципы и правила развертывания, что обеспечивает ей учреждение, обобщение, совершенствование и контроль.

Спортивная деятельность – основная составляющая человеческой деятельности, доступная всем возрастам и полам, которая способствуют более акцентированному развитию некоторых качеств, смекалки, приобретения более высокого разностороннего физического уровня, в укреплении и сохранении здоровья, гармонического роста индивидуума, в получении спортивных результатов.

Условия современной цивилизованной жизни сопровождаются резким снижением необходимой движущей деятельности, что непосредственно связано с отрицательными последствиями над нормальным ростом и развитием индивидуума, физическими и психическими способностями; ведет к резкому снижению функциональных возможностей; развитие предпатологических и патологических состояний; отрицательно влияет на демографические показатели и ведет к обострению проблемы генофонда.

В цивилизованных странах, указанные особенности жизни общества могут и должны быть скорректированы с необходимым уровнем развития в государстве физической культуры, рекреации (активного отдыха) и спорта для всех. важным также является факт, что в современном обществе не существуют альтернативных путей для решения таких задач.

Главные направления работы:

- создание соответствующих условий для практикования физической культуры и спорта на спортивных базах и в местах массового отдыха;

- открытие групп, секций, спортивных школ в системе образовательных учреждений для детей – инвалидов;
- разработка и производство специальных спортивных материалов для инвалидов;
- подготовка тренеров, преподавателей и специалистов адаптивной (приспосабливаемой) физической культуры;
- подготовка и участие спортсменов – инвалидов на национальных и международных соревнованиях.
- государственная политика в развитии спорта для детей, юниоров и молодежи предусматривает:
 - повышение ответственности родителей за здоровье детей;
 - возрастание и рациональное использование бюджетных ассигнований и льготы в спонсорских ассигнованиях в целях развития спорта для детей, юниоров и молодежи;
 - совершенствование методических и организационных спортивных программ во внешкольных учебных учреждениях;
 - внедрение новых форм эффективной организации процесса обучения.
- основные усилия должны быть предприняты для реализации следующих задач:
 - привлечение максимального количества в практиковании спорта;
 - опробование детьми элементов из различных видов спорта, в некоторых из которых будут подчеркнуты соответствующие склонности и способности;
 - освоение привычек, оптимальных знаний движущей деятельности для следующих этапов жизненного цикла;
 - выделение по этому пути индивидуальных способностей и склонностей;
 - на этих этапах спортивные результаты не служат основным критерием качества труда, а направляются на обоснование (оправдание) правильности педагогического обучающего процесса.

Физическое воспитание является универсальным механизмом укрепления населения, формой самореализации и развития, а также средством борьбы с антисоциальными феноменами.

ИСПОЛЬЗОВАНИЕ PR-ТЕХНОЛОГИЙ КАК УСЛОВИЕ ПРИВЛЕЧЕНИЯ НАСЕЛЕНИЯ К ЗАНЯТИЯМ ФИЗИЧЕСКОЙ КУЛЬТУРЫ И СПОРТА

ПОЛЫНСКАЯ Е.А., к.п.н., доцент
ГУ ИАЦР ФКиС ЛО, г. Липецк

Одно из направлений стратегии развития физической культуры и спорта на период до 2020 года принадлежит разработки, и реализации комплекса мер по пропаганде физической культуры и спорта как важнейшей составляющей здорового образа жизни.

В 2005 году была разработана внутрибюджетную программу «Развитие издательско-просветительского сопровождения здорового спортивного стиля жизни» на период до 2014 года.

Цель проекта – системная разработка содержания PR-акций направленных на устойчивое формирование мотивов и потребностей в спортивном и здоровом стиле жизни у разновозрастного населения Липецкой области.

Задачи проекта:

1. Разработать серии агитационно-пропагандистской продукции для различных возрастных и социальных категорий населения с использованием различных средств.
2. Обеспечить методическим материалом население ЛО для формирования спортивного здорового стиля жизни в организации самостоятельных занятий.
3. Увеличить численность занимающихся физической культурой и спортом на основе учёта различного уровня двигательной подготовленности школьников, молодёжи и

взрослого населения области посредством инновационных форм физкультурно-спортивной деятельности.

4. Создать целостную систему формирования здорового, спортивного стиля жизни у населения на основе триединства «вижу-слышу-делаю».

Целевая аудитория проекта - население Липецкой области: школьники, трудящиеся, специалисты ФКиС, руководители образовательных учреждений и муниципальных образований области.

Разработке всех направлений и содержания PR- акций предшествует сбор и анализ информации о «потребители». Изучение - мотивов-потребностей к здоровому спортивному стилю жизни (соцопросы); состояния психофизического развития и двигательной подготовленности в режиме мониторинга (1-2 раза в год); кадрового сопровождения привлекательной физкультурно-спортивной деятельности (внутри учреждения, муниципального образования, региона в целом). Систематизированные данные обеспечивают основу в позиционировании здорового спортивного стиля жизни на нескольких уровнях, для принятия стратегий управленческих решений относительно по внедрению стиля жизни в режиме устойчивого социального развития.

Разработанность содержания и форм пропаганды на основе целостного воздействия на социальные группы населения (человека): «увидел – услышал - участвовал» при одновременном решении системы физкультурно-спортивных задач:

- знаю о своих двигательных возможностях;
- участвую адекватно двигательной нагрузки;
- могу заниматься самостоятельно или с подготовленным организатором;
- заинтересован в своём результате;
- продолжаю заниматься.

Позиция здорового спортивного стиля и образа жизни населения в регионе обеспечена методологией триединства сущности человека (дух-душа-тело), где гармоничное развитие обеспечивает «проработанность тела» в *«здоровом теле здоровый дух (и мысли)»*. Обеспечивается указанная концептуальная позиция реализацией системообразующими проектами-программами, в каждой из которых имеется «своя PR-акция», которая имеет свой логотип, баннер и стратегию издания агитационно-пропагандистского материала, включая использование центральные, областные, муниципальные СМИ. Социально значимыми в разработанной системе занимают: ежегодный областной конкурс детского рисунка и фото «Мгновения здорового стиля жизни глазами подрастающего поколения» (с 2005 года), который сопровождается выставками, публикациями, готовится каталог.

Еще одна PR-форма - долгосрочная акция-программа «Если хочешь быть здоров», которая содержит задания двигательного и знаниевого характера, сопровождается сертификатами участников, имеет свой логотип и баннер.

Каждая из разработанной серии, представленной ниже, так же имеет свою PR-технологию внедрения в соответствии с отобранным к ней набором элементов (содержание, форма, способ) и комплектом носителей. На каждой следующей стадии данная структура креативного информационно-пропагандистского проекта уточняется на основании получаемых результатов обратной связи.

В целом, проект, состоящий из нескольких серий, динамичен за счёт инкубации идей на каждом из этапов, в соответствии с разработанными формами (сериями), где изменяется содержание и способы формирования устойчивых «мотивов-потребностей» в спортивном стиле, в имидже, в образованности, в двигательных достижениях, в состоянии психофизического развития и двигательной подготовленности каждого жителя Липецкой области.

Для населения области численностью 1, 163 мил. человек, за период 2004-2010 годы издано: 64 вида агитационно-пропагандистской продукции общим тиражом 120 370 экз. и методической продукции общим тиражом 45 650 экз. **(табл. 1).**

Таблица 1. Количественный показатель агитационно-пропагандистской продукции по формированию здорового спортивного стиля жизни

Год	Кол-во разработок		Тираж методической продукции		Печ. листы
	Методическое (видов)	Агитационно-пропагандистские (виды)	Методической (экз.)	Агитационно-пропагандистской (шт.)	
2004	3	–	450	–	9,9
2005	17	–	6 350	–	40,7
2006	21	6	8 550	11 100	76,64
2007	13	10	5 050	13 717	65,1
2008	24	6	15 450	19 753	131,62
2009	10	34	4 300	68 800	66,45
2010	9	10	2 500	507 000	55,6
Итого	97 видов	66 вида	45 650 экз.	620 370 шт.	446,01 печ.л.

Издательская деятельность структурирована следующими сериями:

Серия «Для тех, кто хочет быть здоровым» предлагает агитационно-пропагандистское содержание знаний интегративного характера, основанных на использовании средств физической культуры и спорта в повседневной жизнедеятельности человека. Знания отбираются в соответствии с формированием спортивного образа и стиля жизни личности различного возрастного-полового и социального слоя населения Липецкой области.

Серия «Личностный рост средствами физической культуры».

Данная серия разработана и состоит из содержания материалов, основанных на опыте физкультурно-спортивной практики специалистов ФКиС Липецкой области по использованию разнообразных физических упражнений и видов спорта для массового использования с целью воспитать волевые качества, активизировать мышление, повысить стрессоустойчивость и др.

Серия «Нормативно-правовые акты сферы физической культуры, спорта физкультурно-педагогического образования» федерального уровня включает самые разнообразные по содержанию нормативные документы Министерства образования и науки РФ, Министерства здравоохранения и социального развития РФ, Федерального агентства по физической культуре, спорта и туризма РФ, Санэпиднадзора РФ, регионального санэпиднадзора, разработанные для функционирования отрасли ФКиС в регионе.

Серия «Непрерывное профессиональное физкультурно-спортивное, педагогическое образование». Организационно-методический материал разработан в системе непрерывного физкультурного образования и ориентирован на специалистов сферы физической культуры, имеющих базовое профессиональное образование (средне-специальное и высшее), а также не имеющих образования и специализации непосредственно, профессиональной компетенции в том или ином виде спорта. Содержание разработок включает структуру построения занятий, примеры практических упражнений, ознакомление с техникой, организацию работы тренеров-инструкторов по различным видам спорта, организацию и проведение состязаний с эстафетами и подвижными играми, методику организации и проведения мониторинга психофизического развития и физической подготовленности населения.

Наряду с разработкой и изданием организационно-методической, агитационно-пропагандистской продукции областное управление физической культуры, спорта и туризма совместно с подведомственными учреждениями ведёт агитационно-пропагандистскую работу в СМИ, на радио и ТВ. Фактически речь идёт о создании массивной информационно-пропагандистской компании, использующей широкий спектр разнообразных средств и проводящейся с целью формирования престижного имиджа спортивного стиля жизни, ценности собственного здоровья и здоровья окружающих.

Проверка реальностью в системе поведения, направленного на формирование здорового спортивного стиля жизни у целевой аудитории населения Липецкой области различных возрастных социальных групп осуществлялась и продолжает осуществляться в более чем 50% охвата эксклюзивной информацией территорий, объектов, человек.

Система информированности населения о состоянии здоровья и необходимости заниматься ФКиС по результатам адресных рекомендаций позволила Липецкой области занять 1 место в номинации «Лучшая организация мероприятий по повышению уровня информированности и знаний среди различных категорий населения по вопросам здорового образа жизни, физической культуры и спорта» на I Всероссийском конкурсе на лучшую организацию работы по пропаганде здорового образа жизни и физической культуры среди субъектов РФ в 2010 году.

Действенная пропаганда здорового спортивного стиля жизни, эффективная просветительно-образовательная деятельность, оптимальная система управления отраслью при адекватной правовой и материально-технической базе будут способствовать увеличению числа людей занимающихся физической культурой и спортом, что положительно скажется на снижении заболеваемости, совершении правонарушений, окажет действенную помощь в воспитании подрастающего поколения, самосовершенствовании и самообразовании человека.

ПОДГОТОВКА КАДРОВ В СИСТЕМЕ ПОСТДИПЛОМНОГО ОБРАЗОВАНИЯ

ПОЛЫНСКАЯ Е.А. к.п.н., доцент, ЧЕРНЫХ Е.В. к.п.н., доцент
ГУ ИАЦР ФКиС ЛО, г. Липецк

За последние годы значительно возросла конкуренция на международной спортивной арене, где ведущие мировые державы стремятся использовать весь экономический и политический потенциал для успешного выступления спортсменов. Высокие спортивные результаты – это отражение социально-экономического развития страны.

Одно из основных направлений – это кадровое обеспечение физической культуры и спорта. Несмотря на высокие результаты советской системы профессионального физкультурно-спортивного образования, в современных социально-экономических условиях, она не может в полной мере решить проблему «кадрового голода», обусловленного новыми требованиями к уровню квалификации работников. Одновременно многие выпускники различных учреждений профессионального образования неспособны найти себе работу, определить собственное место в современной экономической жизни.

Подготовка специалистов ФКиС переживает глубокую внутреннюю трансформацию. Меняется не только его сложившаяся десятилетиями методическая база, смещаются акценты внутри образования, изменяется его роль в современном мире, отношение к нему людей.

К числу современных тенденций мирового развития, обуславливающих возникновение проблем, которые невозможно решить без существенных изменений в системе профессионального образования, относятся:

- ускорение темпов развития общества, следствием чего является необходимость подготовки людей к жизни в условиях быстро меняющегося общества;
- переход к постиндустриальному, информационному обществу, в условиях которого существенно расширяются масштабы межкультурного взаимодействия, а в связи с этим особую важность приобретает фактор коммуникативности и толерантности;
- рост конкуренции;
- потребность в повышении профессиональной квалификации и переподготовки специалистов, рост их профессиональной мобильности;
- демократизация общества, расширение возможностей выбора в сфере профессиональной деятельности;
- возникновение и рост глобальных проблем, которые могут быть решены лишь в результате сотрудничества в рамках международного сообщества, что требует формирование ценностного мировоззрения у специалистов. Идёт процесс смены международных образовательных стандартов, сближение квалификационных требований.

Россия не может оставаться в стороне от общемировых тенденций. Необходима комплексная модернизация российского профессионального образования. Её главные направления:

- создание системы непрерывного образования в течение всей профессиональной деятельности человека;
- повышение общественного и государственного статуса работника физкультурно-спортивной отрасли;
- повышение качества образовательного процесса на основе использования современных технологий.

Основным условием модернизации профессионального образования является изменение отношения государства и общества в целом к физкультурно-спортивной отрасли и работающим в нём. Во всех развитых странах реформы были успешны, только если они проводились сильной государственной властью. Интересы общества и государства в спортивной области далеко не всегда совпадают с интересами собственно системы физкультурно-спортивного образования, а потому проработка и обсуждение направлений реформирования не должны замыкаться в рамках спортивного сообщества, поскольку оно не сможет только собственными силами решить многие ресурсные и другие сложные проблемы.

Непосредственная цель модернизации состоит в создании механизма устойчивого развития системы профессионального физкультурно-спортивного образования, обеспечения её соответствия социальным требованиям, результативности и эффективности, повышения конкурентоспособности специалистов на внутреннем и внешнем рынках труда.

Для достижения указанной цели необходимо решение следующих задач:

1. Развитие образования как открытой общественно-государственной системы на основе распределения ответственности между субъектами образовательной политики и повышения роли всех участников данного процесса.
2. Создание условий для повышения качества профессионального образования.
3. Формирование экономичный механизма эффективного использования ресурсов системы физкультурно-спортивного образования, создание инвестиционной привлекательности его сферы.
4. Обеспечение системы образования высококвалифицированными кадрами и существенное повышение уровня его научно-методической поддержки.
5. Повышение социального статуса основных субъектов спортивного процесса – спортсмена, тренера-преподавателя и усиление государственной поддержки спортивных учреждений.

Для реализации поставленных задач, важнейшими принципами осуществления модернизации физкультурно-спортивной отрасли являются:

- сочетание интересов личности, общества и государства в физкультурно-спортивной сфере;
- сохранение и развитие фундаментальной основы российского спорта, обеспечение систематического использования научных достижений в спорте;
- обеспечение преемственности профессионального образования различных уровней, создание процесса непрерывного развития личности на протяжении всей профессиональной деятельности с учётом его опыта;
- сохранение в системе физкультурно-спортивного профессионального образования ведущей роли государственных и муниципальных учебных заведений наряду с поддержкой негосударственных форм образования;
- разработку и реализацию конкретных программ модернизации физкультурно-спортивного профессионального образования с учётом мнения спортивного сообщества и общества в целом;
- обеспечение связи между качественной модернизацией физкультурно-спортивного профессионального образования, финансированием этой модернизации и потребностями рынка труда.

Выработка самостоятельной политики в сфере профессиональной подготовки специалистов – первоочередная задача в улучшении кадрового обеспечения физкультурно-спортивной отрасли России. На основе данной политики решается главная стратегическая задача – существенная модернизация физкультурно-спортивной отрасли нашей страны с учётом его ценностных приоритетов, отражающих новые социальные требования к системе российского спорта.

Спорт призван поддержать международный престиж России как государства, отличающегося высоким уровнем культуры, науки и образования, и это должно найти своё выражение не только в общественном признании, но и в экспорте образовательных услуг.

Для реализации современных требований к системе физкультурно-спортивного профобразования, повышения её социальной роли необходима, с одной стороны, модернизация самой системы, а с другой – изменение отношений личности, государства и общества к физической культуре и спорту.

Ни одно учебное заведение не может обеспечить подготовку специалиста на длительный срок по причине стремительного развития науки и техники. Используется единица устаревания знаний специалиста – «период полураспада профессиональной компетентности [3]. Поэтому человек с необходимостью должен включаться в систему непрерывного образования, которая имеет разные формы – послевузовское и постдипломное профессиональное образование, повышение квалификации.

Задачи системы повышения квалификации: обновить знания слушателей, преодолевая разрыв между ранее полученной профессиональной подготовкой и новыми требованиями производства; перестроить устаревшие установки, профессиональные менталитеты, сложившиеся в опыте обучающегося стереотипы и штампы, помочь посмотреть на свой опыт с современной точки зрения; стимулировать мотивацию к дальнейшему профессиональному саморазвитию; помочь преодолеть ошибки накопленного практического опыта [4].

Эти задачи повышения профессиональной квалификации определяют и её механизмы, способы. Психологическим механизмом повышения квалификации является перестраивание уже сложившейся профессиональной деятельности: включение нового действия в состав сформированной деятельности, нового модуля профессии или новых профессиональных задач в структуру профессиональной деятельности; замена одного действия, приёма другими; изменение мотивационных установок или придания им нового смысла; изменение профессиональных самооценок.

Педагогическое исследование проблемы формирования и функционирования системы постдипломного образования, возрастающей потребности в создании эффективной модели профессионального становления специалиста ФКиС, обоснование технологии проектирования траектории обучения в условиях личностной ориентации образовательных систем, проектирование учебных планов и программ применительно к специфике переподготовки стали новой сферой педагогического знания [1,2,4].

Система постдипломного образования - открытая и динамическая система. Открытость системы обусловлена ее постоянным взаимодействием с внешней средой, элементами которой являются другие социальные системы общества. Образовательный процесс тесно связан с социальной структурой общества, влияет на развитие общественных отношений, трудовую, культурную, научную деятельность. В то же время направленность, цели и задачи зависят от профессиональных и социальных ориентаций членов общества, уровня развития производства, научных и культурных достижений.

Основные элементы системы постдипломного образования специалистов физкультурно-спортивной отрасли - это цель, содержание, формы, создание образовательной среды, образовательные технологии, результаты обучения и способы их диагностики. Подцели постдипломного образования - это получение слушателями дополнительных знаний, умений и навыков по образовательным программам, предусматривающим изучение отдельных дисциплин, разделов науки, технологии, необходимых для выполнения нового вида профессиональной деятельности.

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

В настоящее время постдипломное образование специалистов ФКиС претерпевает значительные изменения в соответствии с потребностями модернизации российского образования. Характер этих изменений обусловлен необходимостью реализации идеи непрерывного образования как основы личностного и профессионального образования специалиста. Возможности системы постдипломного образования в этом плане не ограничены.

В условиях экономических и социально-политических преобразований в России одним из важных направлений постдипломного профессионального образования становится его регионализация. В течение 7 лет в Липецкой области проводится работа по формированию системы непрерывного постдипломного образования специалистов физической культуры и спорта в соответствии с социальными требованиями городов и районов области и спортивными достижениями российского и международного уровней.

Конструирование направлений региональной системы повышения квалификации и переподготовки кадров физкультурно-спортивной отрасли учитывает условия экономической нестабильности; необходимость обеспечения и гарантированности социальной защиты специалистов ФКиС; изменения в программах общеобразовательного и профессионального характера, затрагивающего широкий спектр адаптации системы образования к экономическим, социальным, политическим преобразованиям в стране.

В силу вышеизложенного, перспективным явилась необходимость радикального изменения организации учебного процесса и в целом, перехода системы постдипломного образования к инновационному режиму функционирования. В ГУ «Информационно-аналитическом Центре развития физической культуры и спорта Липецкой области» ведётся работа по преобразованию системы повышения квалификации.

Цель исследования – разработать систему непрерывного постдипломного профессионального образования специалистов ФКиС Липецкой области в соответствии с социально-экономическими условиями региона.

Необходимость формирования региональной системы непрерывного образования обусловлена следующими причинами:

- развитием новых технологий в спортивной, физкультурно-оздоровительной и образовательной деятельности;
- необходимостью постоянно приводить в соответствие профессиональной подготовки к требованиям заказчика (человека, общества, государства);
- активным строительством плавательных бассейнов и плоскостных сооружений на территории области;
- увеличением информационного потока.

С целью формирования системы непрерывного постдипломного образования специалистов ФКиС проводится следующая работа:

- мониторинг спроса городов и районов на специалистов определенной квалификации;
- разрабатываются и реализуются программы повышения квалификации специалистов ФКиС, в соответствии с запросом из муниципальных образований;
- проводится работа по внедрению инновационных форм в систему постдипломного образования, в том числе в опытно-экспериментальном режиме.

Непрерывное постдипломное образование осуществляется в форме краткосрочных курсов повышения квалификации, методических семинаров, мастер-классов с использованием активных форм обучения для взрослых: организационно-деловые игры, конференции и др. Выбор форм организации непрерывного постдипломного образования осуществляется на основе личностно-деятельностного подхода и включает индивидуально-групповые занятия.

Программы разработаны в соответствии с государственными требованиями, предъявляемыми к постдипломному образованию. Для реализации программ были

использованы современные технологии обучения и формы контроля за усвоением содержания программы.

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 содержание непрерывного образования для каждого участника технологии перспективы в его направлении дальнейшего продвижения в профессиональном поле.

Реализация указанных задач и достижение поставленной цели при использовании разработанной модели программ непрерывного постдипломного образования в контексте измененных традиций ведущая роль в организации процесса на всех этапах принадлежит личности профессионала. Это обусловлено тем, что практикующий специалист поставлен в ситуацию и условия равноправного субъекта осуществляемого образовательного процесса, и это побуждает его к реализации потребности в самостоятельности, в самоуправлении, что является следствием в выборе ведущей, определяющей роли для процесса своего образования и определения его параметров.

Спроектированную методическую систему подготовки специалистов ФКиС характеризуют следующие педагогические признаки:

- структурность: она имеет цель, содержательную часть (диагностическую и проверяемую цель, технологически выстроенное содержание учебного плана и программ по учебным дисциплинам); профессионально-технологический процесс (организация учебного процесса, формы и методы учебной деятельности, функциональная и операциональная составляющая деятельности преподавателя);
- системность: она обладает признаками системы, логикой процесса, взаимосвязью всех частей, целостностью;
- управляемость, предполагает возможность дидактического целеполагания, планирования, проектирования процесса обучения, технологии обучения;
- эффективность, позволяет отбирать теоретический и практический материал; определяет обоснованные уровни его изложения; включает в содержание образования региональные спецкурсы, существенно значимые для подготовки специалиста ФКиС к профессиональной деятельности в новых социально-экономических условиях; помогает в создании системы самостоятельной работы слушателей, реализации методической линии отдельных учебных курсов; в подготовке учебно-методических материалов;
- воспроизводимость возможна для проверки и применения в других образовательных учреждениях другими субъектами.

За период 2005-2010 гг. разработаны и апробированы: краткосрочные курсы повышения квалификации по восьми направлениям, проблемные и другие формы семинарских занятий, мастер-классы, где приняли участие около трёх тысяч слушателей.

С 2008 года апробируется новая организационная модель постдипломного образования специалистов физической культуры и спорта Липецкой области в виде длительных курсов повышения квалификации. Она состоит из трёх блоков: I блок — краткосрочные курсы повышения квалификации по избранной специализации в объеме 72 часов; II блок — семинар-практикум в объеме 72 часов организуется через 6 месяцев, работа направлена на формирование умения организации и проведения практических занятий по выбранной специализации; III блок — организуется через 2-3 месяца в объеме 36-40 часов и организуется в форме мастер-классов с приглашением ведущих специалистов и публичного экзамена с демонстрацией своих профессиональных навыков по данному профилю.

Данная модель постдипломного образования позволяет повысить качество образования за счет этапности программы. На первом этапе слушатели получают теоретические знания по общепрофессиональному направлению и выбранной специализации. На втором этапе, после использования полученных знаний в практической деятельности и, на фоне этого возникших вопросов и трудностей, слушателям предлагается семинар-практикум с ведущим специалистом в данной области. Также слушатели разрабатывают программы для практической реализации с учетом собственной практике и на практике апробируют методические приемы и формы организации занятий с населением различных возрастных групп и спортивной квалификации. На третьем этапе проводится итоговый контроль слушателей. Контроль организуется при использовании различных форм и мастер-классов. Дополнительно, по запросу слушателей приглашается специалист по определенному направлению.

На основе изучения профессиональной деятельности слушателя преподаватель формирует комплект организационно-методических материалов, который выдается каждому слушателю. Информационные материалы чередуются с вопросами и заданиями, отвечая на которые слушатель анализирует свою практическую деятельность, ищет пути ее улучшения, формирует собственное видение проблемы и контролирует степень усвоения материала.

В рамках исследования была отработана экспериментальная технология проектирования учебного плана и программы учебной дисциплины, апробирована цепочка взаимосвязанных этапов. После этих последовательных операций был разработан учебный план, при построении которого мы исходили из принципов генерализации знания; интеграции; единства теоретического и практического материала; системности; преемственности; профессиональной направленности; индивидуализации и др. В учебный план подготовки специалиста ФКиС включены следующие виды деятельности: 1) теоретическое обучение; 2) самостоятельная деятельность по выполнению заданий преподавателя; 3) научно-исследовательская деятельность. В совокупности работа выполняет функцию интегральной оценки специалиста.

Преимущество такой организации учебного процесса в том, что соблюдается логичность и последовательность в изучении учебных дисциплин (базовые дисциплины, специальные дисциплины, дисциплины специализации, тренинги и спецкурсы по выбору слушателей).

Результатами успешного процесса повышения квалификации является усиление потребности в дальнейшем непрерывном образовании, преобразование профессиональной деятельности с реальным использованием в ней новых знаний и приёмов, а также длительность использования новых знаний. Важным результатом является также более точное представление о себе как о специалисте и профессионале, усиление авторства своей дальнейшей профессиональной жизни, рефлексия на сам процесс повышения квалификации, удовлетворённость его результатами, сохранение собственной индивидуальности при усвоении чужого опыта.

Полученный опыт внедрения в практику системы постдипломного образования свидетельствует о том, что необходимость создания таких условий в профессиональном поле деятельности - один из путей достижения максимальных результатов в области спортивной

и физкультурной деятельности, которые характеризуются должным качеством предоставления разнообразных услуг населению в физкультурно-спортивной отрасли. Следовательно, способность к постоянному наращиванию квалификации и уровня профессиональной компетентности в рамках некогда приобретенной профессии - необходимое качество современного специалиста. Такой подход рассматривается как необходимость в изменении отношения специалиста к построению своей профессиональной деятельности.

Перспективность найденных подходов к проектированию учебного процесса в современной системе постдипломного образования предопределяет пути дальнейших научных поисков.

Литература:

1. Бешенков С.А. Моделирование как стратегия и символ современного образования/Инновации в образовании № 6/2007 г. С.16-21
2. Ильин Г.Л. Философия образования (идея непрерывности) — М.: «Вузовская книга», 2002. - 224 с.
3. Маркова А.К. Психология профессионализма. Москва, Международный гуманитарный фонд «Знание», 1996. - 308 с.
4. Подобед В.И. Системное управление образованием взрослых. – СПб.: ИОВ РАО. 2004. – 232 с.

ПРИМЕНЕНИЕ ИНФОРМАЦИОННОЙ СИСТЕМЫ «MONITORING ONLINE» И АППАРАТНО-ПРОГРАММНОЙ ТЕХНОЛОГИИ В ФИЗКУЛЬТУРНО-СПОРТИВНОЙ ОТРАСЛИ ЛИПЕЦКОЙ ОБЛАСТИ

ПОЛЫНСКИЙ Р.А.
ГУ ИАЦР ФКиС ЛО, г. Липецк

Проблема улучшения состояния здоровья населения остаётся в центре внимания и является одной из актуальных задач, поставленных в начале XXI века правительством России, государственными и общественными организациями всех ветвей власти, обществом в целом.

В связи с социально-экономическими изменениями, произошедшими в РФ за последнее десятилетие, принципиально новыми целями, поставленными Министерством спорта, туризма и молодёжной политике РФ, анализ состояния требований к конкурентоспособности спортсмена на соревнованиях различного уровня и ранга указывает на то, что ценность оперативной информации о функциональном состоянии организма значительно повышается, если наблюдения проводятся через короткие промежутки времени и позволяют чётко отслеживать динамику и степень выраженности процесса адаптации спортсмена, возможности целенаправленно и адекватно применять к нему средства восстановления и варьировать объём и интенсивность тренировочных нагрузок в зависимости от текущего состояния спортсмена на основе ряда факторов.

Учёт отмеченных факторов, их взаимосвязи в практической деятельности традиционно являлось уделом интуиции тренера, необширными результатами диагностики спортивного врача и, как правило, отсутствием деятельности компетентного психолога, что во многом не согласуется с разработанностью и внедрённостью инновационных технологий диагностики состояния организма человека и созданием на этой основе информационных систем.

Актуальность приобрело выявление у спортсменов параметров, учитывающую их целостность психофизиологического функционального состояния с использованием приборных методов, позволяющих оперативно оценивать это состояние в тренировочной и соревновательной деятельности.

Основные требования к выбору методов:

- информативность, специфической для спортивной деятельности;
- объективность, независимо от оператора и условий сбора данных;
- простота реализации;

- малое время для измерения и анализа;
- возможность использовать в широком диапазоне условий, вплоть до полевых, в ходе соревнований;
- надежность хранения больших массивов информации;
- наглядность и понятность характера предоставляемой информации.

Все вместе аппаратно-приборные комплексы (методы), должны не только удовлетворять каждому из требований, но объединяться в целостную группу требований, соответствующую системному подходу к изучению личности спортсмена (тело-психика-мысли).

Отсутствие эффективной системы детско-юношеского спорта, отбора и подготовки спортивного резерва для сборных команд региона и страны подвигло УФССиТ ЛО совместно с ГУ ИАЦР ФКиС ЛО на разработку новой технологии спортивного отбора с использованием приборно-аппаратных и компьютерных систем контроля и диагностики за психофизическим состоянием спортсменов на различных этапах подготовки.

В настоящее время внедрены и апробированы 7 программ («Фактор», «Health», «Космос», «Monitoring online», «Валео», «ГРВ», «Скрин») и 1 программа («Валента») находится в стадии внедрения.

В направлении развития массового спорта с 2004 года началась работа по созданию региональной информационной системы мониторинга психофизического развития и двигательной подготовленности различных категорий населения области. С этой целью использована комплексная программа «Фактор» (с 2007 года «Космос»), разработанная в НИИФКиС г. Санкт-Петербурга. Был использован весь набор заданий-тестов, который позволил оценить уровни развития физической подготовленности и морфофункционального развития. Получен материал позволяющий выявить уровни самооценки в занятиях ФКиС, мотивацию, уровень тревожности у занимающихся. В настоящее время выборка составляет более 57 тыс. человек возрастной группы от 6 до 60 лет.

Комплекс использованных компьютерных программ позволил решить следующие задачи:

1. Осуществлять мониторинг изменений, происходящих в показателях морфофункционального, физического и психофизического развития, физической подготовленности и других показателях здоровья индивидуального и группового характера спортсменов в течение всего периода спортивной деятельности.
2. Предоставлять адресные рекомендации организационно-методического содержания для дальнейшего эффективного занятия спортом.
3. Получать целостное многостороннее представление о функциональном состоянии организма спортсменов и направлениях увеличения двигательной кондиции (достижение максимальных спортивных результатов).
4. Оперативно обрабатывать первичную информацию о различных компонентах здоровья и представлять количественную и качественную их оценку с целью принятия управленческих решений различного характера.
5. Предоставлять обоснованную и объективную информацию для разнообразных управленческих действий на основе статистической обработки полученных данных и в наглядном графическом изображении.
6. Повысить эффективность медицинских осмотров и тестирования двигательной подготовленности (ОФП, СФП) спортсменов области.

Указанная работа является результатом построенной на территории Липецкой области информационной системы, которая позволяет в режиме online с 2008 года получать, обрабатывать, передавать информацию о состоянии психофизического развития и двигательной подготовленности как спортсменов различных специализаций, так и населения в целом.

Функционирование физкультурно-спортивной отрасли в Липецкой области начало приобретать принципиально новое качество. Это связано с разработкой и внедрением в практику простых и доступных методов функциональной диагностики, основанных на современных технологиях: «ВАЛЕО-технология», «Иридодиагностика», «ГРВ»

(Газоразрядная визуализация), «ВАЛЕНТА». Данные приборы были приобретены и внедрены в практическую деятельность спортсменов Липецкой области с 2007 года, исключением на сегодня составляет использование информационной технологии «ВАЛЕНТЫ».

Полученные результаты апробировались в совместной работе с тренерами и используются при моделировании и планировании тренировочного процесса с целью достижения пика формы спортсменами нескольких спортивных специализаций в нужный момент времени согласно этапов спортивной тренировки.

Многоуровневый подход к исследованию функционального состояния позволил своевременно оценить и скорректировать адаптационные возможности организма к тренировочным нагрузкам большого объема или высокой интенсивности и, следовательно, оптимизировать тренировочный процесс в достижении наивысших спортивных результатов в конкретном виде соревновательной деятельности спортсмена.

Результаты апробации региональной технологии дают основание считать, что вышеуказанные методы диагностики могут быть использованы для оценки перспективности спортсменов и оптимизации управления учебно-тренировочным процессом на пути совершенствования этапа спортивного резерва.

Внедрение в регионе разработанной и указанной выше технологии информационного сопровождения спортсменов высокой квалификации выявило **направления, характер и проблемы**, которые потребовали поступательного и незамедлительного решения:

- формирование целостной организационной региональной системы подготовки спортсменов с использованием комплекса аппаратно-программных методик для всех видов спорта, культивируемых в регионе на уровне групп высшего спортивного мастерства во взаимодействии: СПОРТСМЕН – ТРЕНЕР – ФЕДЕРАЦИЯ – ФИЗКУЛЬТДИСПАНСЕР – ЦЕНТР СПОРТИВНОЙ ПОДГОТОВКИ ГШВСМ - СПОРТУПРАВЛЕНИЕ;

- разработка и определение содержания по взаимодействию спортивных и физкультурно-врачебных учреждений, для определения и корректировки психофизического развития спортсмена, его перспективности в достижении высоких спортивных результатов в избранном виде спорта;

- разработка содержания и организация форм направленных на формирование должной компетенции (грамотности) у всех участников процесса профессиональной подготовки спортсменов, минимум в **триаде** СПОРТСМЕН – ТРЕНЕР – ВРАЧ; максимум во взаимодействии: СПОРТУПРАВЛЕНИЕ-ФЕДЕРАЦИЯ ПО ВИДУ СПОРТА-ТРЕНЕР-СПОРТСМЕН-ВРАЧ-ВСПОМОГАТЕЛЬНЫЕ СЛУЖБЫ;

- разработка региональной нормативно-правовой основы и методического сопровождения для широкого внедрения данной технологии со спортсменами входящие в сборные команды области (РФ) или являющихся кандидатами в их;

- обосновать достаточное финансирование для дальнейшего внедрения представленной технологии, включая непрерывное формирование компетенции у специалистов, обеспечивающих работу с использованием разработанной технологии на основе приборно-аппаратных комплексов, информационной системы «Monitoring online» и комплексных программ («Фактор», «Космос», «Health»), (постдипломное образование специалистов);

- разработка концепции непрерывного профессионального спортивно-физкультурного образования в системе: ОБЩЕЕ НАЧАЛЬНОЕ – СРЕДНЕ – СПЕЦИАЛЬНОЕ – ВЫСШЕЕ – ПОСТДИПЛОМНОЕ.

Для решения обозначенных проблем необходимо:

1. Разработать содержание и организовать непрерывное постдипломное образование специалистов физкультурно-спортивной отрасли в рамках пользователей региональной информационной системой «Monitoring online» и технологией аппаратно-приборных комплексов, модернизацию физкультурно-спортивного образования, информатизацию отрасли, оптимизацию тренировочной и соревновательной деятельности спортсменов;

2. Разработать организационную схему и наполнить её содержанием, обеспечивающим взаимодействие спортивных организаций (учреждений), федераций по видам спорта на каждом из этапов разработанной региональной модели спортивного отбора (группы

спортивного совершенствования и высшего спортивного мастерства) по видам спорта, культивируемых в Липецкой области;

3. Подготовить предложения и инициировать разработку необходимого нормативно-правового и методического сопровождения для широкого внедрения представленной технологии как на региональном, так и на федеральном уровнях.

Реализация перечисленного в сообщении будет соответствовать достижению цели и решению задач совершенствования процесса подготовки спортсменов высокого класса и спортивного резерва и повышения конкурентоспособности регионального, российского спорта на различного ранга спортивных аренах при адекватном выборе методов диагностики физической и психической работоспособности, дающих интегральную оценку состояния систем организма, количественной информации параметров для эффективного динамического наблюдения.

ГУМАНИЗМ В СОВРЕМЕННОМ СПОРТЕ: ПРОБЛЕМЫ И ПУТИ РЕШЕНИЯ

РАДЧЕНКО Л.А., к.п.н., доцент
ЯрГПУ, г. Ярославль

Гуманизация современного спорта предусматривает реализацию этических принципов честной игры и проявляется не только в соблюдении общечеловеческих правил, а прежде всего в способе мышления, поведении спортсмена во время тренировочной, соревновательной деятельности, в повседневной жизни, которые несовместимы с насилием, грубостью, применением допинга и т.п. [6, 7, 10]. Сегодня спорт развивается в нескольких направлениях: олимпийском, профессиональном, массовом, для лиц с особыми потребностями и т.п. Каждое из них имеет свои особенности, решает специфические задачи, выполняет присущие ему функции.

Спортивная этика не совместима с обманом, однако, в процессе спортивной подготовки существуют секреты (технические, технологические и др.). Спортивная этика требует от участников спортивных отношений соблюдения корпоративной чести, т.е. достойного представления своего клуба, организации, публичного подтверждения их имиджа. Этическое поведение не позволяет использовать достижения спортивной деятельности (славу, имя, цвета и знаки клубов) для антигуманных, антиобщественных или преступных целей [9, 13].

Работа выполнена в соответствии со Сводным планом научно-исследовательской работы Министерства Украины по делам семьи, молодежи и спорта на 2006-2010 гг. в рамках тем 1.1. «История развития, формирования и современного состояния спорта и физической культуры. Система олимпийского образования» и 2.5.1. «Организационные, исторические, теоретико-методические направления развития спорта инвалидов».

Цель работы – определить основные проблемы реализации гуманистических принципов в современном спорте и раскрыть пути их решения.

Методы исследования: анализ и обобщение научно-методической литературы, документальных материалов, системный анализ, синтез.

Результаты исследования и их обсуждение. История зарождения спорта тесно связана с противоречивыми процессами его гуманизации, происходящими еще во времена Древней Греции. Одной из важнейших частей эллинской цивилизации были Олимпийские игры, участниками которых могли стать только наиболее достойные, благородные атлеты. В те времена существовал Кодекс чести спортсменов-олимпийцев. Однако победители Игр награждались не только символическим венком и установлением скульптуры в их честь. Существует множество доказательств того, что победители Олимпийских игр получали материальное вознаграждение. Можно выделить ряд негативных примеров в древнегреческом спорте: случаи подкупа, нечестного судейства и пр. Таким образом, можно

утверждать, что проблемы гуманизации в спорте берут начало еще с древних времен.

На современном этапе, проблемы реализации гуманистических ценностей в спорте не потеряли своей актуальности. Наиболее часто проблемы возникают в олимпийском, профессиональном, а в последнее время и спорте инвалидов. Поэтому, исследования будут проводиться именно в данных направлениях.

В олимпийском движении и спорте инвалидов заложен огромный гуманистический потенциал. Понимая проблематичность абсолютной морали во время соревновательной деятельности, основные акценты гуманизации спорта приходятся на развитие дружеских отношений участников соревнований; благородство их поведения во время соперничества; внедрение в спортивную практику общечеловеческих ценностей и этических норм общения. Спортивная победа и ее творец, довольно часто, воспринимаются обществом как национальные символы и воплощают моральные ценности патриотизма и чести.

Однако, учитывая все положительные аспекты, следует остановиться на ряде факторов, которые отрицательно влияют на соблюдение нравственности в спорте, среди которых можно выделить: коммерциализацию, профессионализацию, допинг-скандалы, случаи коррупции, агрессию, нечестную игру и т.п. Остановимся на основных из них.

Современная критика спорта во многом связана со случаями его губительного влияния на организм человека. Не редко ради рекордов спортсмен работает в изнурительном режиме. Но вопрос не только в том, какая цена победы, а еще и в том, с какой целью она достигается? Если медаль является главной целью самого спортсмена - он сознательно отказывается от удовольствий современной жизни и платит за победу собственным здоровьем. Это можно частично оправдать лишь в том случае, если атлет идет на это добровольно, т.е. по убеждению личностной или социальной значимости спортивных побед. Другое дело, когда "любую цену" готовы платить тренер, клуб, государственные учреждения, под руководством которых выступает спортсмен, и от которых во многом зависит успех его деятельности. В таком случае победа, рекорд могут стать фальсифицированными и аморальными, а спортсмен превращается в механизм получения медалей.

Одной из проблем нарушения этических принципов в олимпийском, и в несколько меньшей мере, спорте инвалидов является коммерциализация, которой олимпизм не смог избежать вследствие материальных затрат на поддержку и развитие спортивных структур. Неконтролируемая коммерциализация не редко подчиняет спорт интересам бизнеса. Таким образом, к сожалению, довольно часто, особенности проведения соревнований определяются не созданием благоприятных условий для рекордных достижений, и не личными интересами спортсменов, а корпоративной заинтересованностью представителей зрелищной индустрии.

Процессы коммерциализации и профессионализации являются объективными и неминуемыми, но одно дело их роль в профессиональном спорте, природе которого они органичны, и совсем другое - в олимпийском движении и спорте инвалидов, где деятельность регламентирована фундаментальными принципами.

Одним из факторов дегуманизации современного спорта можно считать его стремительное «омоложение». Сегодня рекордные результаты не редко демонстрируют подростки и дети. Особенно это характерно для спортивной и художественной гимнастики, фигурного катания, прыжков в воду и т.п. Так, например, на Чемпионате Европы по водным видам спорта в 2008 г. победителем в прыжках с 10-ти метрового трамплина стал 14-тилетний спортсмен из Англии, а на Паралимпийских играх в Афинах 19-тилетний украинский пловец завоевал 5 золотых и одну серебряную медаль.

С одной стороны, если юные спортсмены способны побеждать, то почему бы им этого не делать? Однако, проблема состоит не в феноменальных способностях, исключительном спортивном таланте и системе отбора, а в запредельной интенсификации спортивной подготовки, не всегда безопасных методах функционального и психологического стимулирования, в средствах и формах материального соблазна, что побуждает, вопреки здравому смыслу, преждевременно получать высокие результаты. Естественно, что при этом становится не просто фальшивой, но и циничной мировоззренческая и идеологическая основа спорта, которая декларирует ценности олимпийской морали.

С проблемой «омоложения» тесно связана интенсификация тренировочного процесса. Чрезмерные нагрузки заставляют организм работать на грани возможного, что разрушает здоровье спортсмена. Особенно это актуально для паралимпийского и дефлимпийского спорта. Сегодня спортивные достижения спортсменов-инвалидов по своему уровню приближаются к результатам здоровых атлетов. Однако, в погоне за рекордами, чрезмерные нагрузки, довольно часто, приводят не только к отрицательным моральным и физическим последствиям, но и к возникновению вторичной инвалидности.

Одним из негативных факторов развития современного олимпийского, и даже паралимпийского спорта, является то, что атлеты, которые были общенародными любимцами и национальными героями нередко превращаются в элиту, отдаленную от общества закрытыми тренировочными базами, сборами, хвалебными публикациями в средствах массовой информации, что приводит к формированию искусственного образа героя спортивных зрелищ. К сожалению, сегодня не только азарт, красота соревнований и спортивный дух привлекают в спорте талантливую молодежь, часто преобладают только прагматический интерес. Это приводит к росту отчуждения между обществом и сферой спорта.

Еще одним из отрицательных проявлений в современном как олимпийском, так и профессиональном спорте является нивелирование истинной состязательности. Это, прежде всего, "договорные" матчи и необъективное судейство, когда результат и победа определяются не уровнем мастерства на спортивной площадке, а в кабинетах комитетов и управлений, гостиничных номерах судей и букмекерских конторах, путем подсчета ставок и прибыли. Можно представить масштабы фальсификации в спорте, если еще в 80-х гг. 60% матчей Чемпионата СССР из футбола продавались заранее. Подобная практика имеет современное продолжение, это подтверждается рядом конфликтов, постигших итальянский футбол в сезоне 2006-2007 гг.

К проблемам гуманизации современного спорта можно отнести и коррупционные действия, которые, к сожалению, имеют место среди представителей высших руководящих эшелонов спортивных структур. Так, в 1999 г., после внеочередной сессии МОК, по причине коррупции 4 его члена ушли в отставку, 6 - были исключены из числа членов этой организации, а 9 – получили выговор. Однако, в 2002 г. один из ветеранов международного олимпийского движения швейцарец Марк Ходлер сделал заявление, что коррупция в МОК является делом обыденным, а незадолго до Афинской Олимпиады, Би-Би-Си провела исследование и опубликовала сообщение, что цена голоса отдельных членов МОК оказалась эквивалентной сумме в 3 млн. долларов США [1].

Можно с уверенностью утверждать, что чуть ли не главной опасностью современного спорта является допинг. Проблема допинга заключается, не только в разрушении здоровья атлета, а и в пренебрежении морально-этическими принципами спорта. Сегодня, довольно часто, результат спортивной деятельности становится не только достижением человека, который использует собственные возможности и способности, а и достижениями науки в области химии и фармакологии.

МОК прилагает значительные усилия в борьбе с допингом. На Олимпийских играх в 1968 г. был введен допинг-контроль, начиная с 90-х гг. некоторые МСФ согласились проводить допинг-пробы не только во время официальных соревнований, но и выборочно, без предупреждения, во время тренировочного процесса. В 1999 г., на 110-и сессии МОК было принято решение о том, что клятва олимпийцев должна включать положение о спорте без допинга. Чтобы получить допуск на Олимпийские игры, каждый атлет должен иметь "паспорт" с информацией, которая позволяет проводить эффективный допинг-контроль и следить за состоянием здоровья спортсмена.

Проблема допинга актуальна также и в спорте инвалидов. Так, на Паралимпийских играх имеют место неодинокые случаи дисквалификации спортсменов за употребление запрещенных препаратов.

Еще одним из направлений пренебрежения морально-этическими нормами в спорте, специфическим для паралимпийского спорта являются нарушения правил соревнований, а именно, системы классификации. Довольно часто спортсмены имитируют более высокий

уровень инвалидности ради достижения преимущества над соперниками в своей функциональной группе. В истории паралимпийского спорта существуют неодинокные случаи, когда атлеты, которые имеют частичные остатки зрения, утверждают о тотальной слепоте.

Реализация гуманистических принципов в профессиональном спорте является также актуальной проблемой, хотя механизм их внедрения отличается от того, который имеет место в олимпийском и спорте инвалидов. В профессиональном спорте существуют сугубо деловые отношения между спортсменами, спортсменом и клубом, тренером и спортсменом. Принцип "Fair play" теряет здесь свое основное значение. Несмотря на то, что в формальном отношении его придерживаются даже более строго, в содержательном плане он, безусловно, уступает принципу "победа". В профессиональном спорте реальная результативность не обязательно фальсифицируется; иногда хватает искусственно и искусно организованных спортивных соревнований-спектаклей.

Профессиональный спорт не редко включает в свой арсенал средства обеспечения победы далеко не спортивного характера. В частности, в боксе и некоторых других видах спорта почти нормой становится запугивание соперника, жесткое психологическое давление на него вне спортивной площадки, а также в процессе соревнований. Спортсмен зависит от лишнего сентиментов контракта, от большого количества людей, от которых зависит его успех, тренеров, менеджеров, судей и т.п.

Таким образом, развитие профессионального спорта - объективный процесс, который происходит в рамках современной мировой культуры. Как направление спортивной деятельности профессиональный спорт занимает особое и довольно заметное место в жизни общества. Несмотря на имеющийся потенциал, он, прежде всего, ориентирован не на гуманистические идеалы, а имеет целью сугубо практические, коммерческие, утилитарные ценности, которые направлены на обеспечения жизненного успеха.

Выводы:

1. Анализ литературных источников свидетельствует, что современный спорт во многом развивается по логике античного: от практики, которая базируется на гуманистических идеалах физического и духовного совершенства, к профессионализации и коммерциализации, где гуманистические аспекты спорта отходят на второй план.

2. Тенденции дегуманизации современного спорта, проявляются: в распространении практики применения допинга, который разрушает здоровье спортсменов; неконтролируемой коммерциализации, вносящей в спортивные соревнования дух наживы и обогащения; в необоснованном омоложении спорта и планировании чрезмерных нагрузок, которые могут привести не только к отрицательному влиянию на организм атлетов, но и к возникновению вторичной инвалидности у людей с особыми возможностями. Актуальными являются вопросы о чистоте спорта, так как победа на соревнованиях приносит не только популярность спортсмену, но и существенный доход. Поэтому, довольно часто, спортсмены и их окружение стремятся к достижению рекордов любой ценой, порой сознательно пренебрегая установленными соревновательными правилами и этическими нормами. Не редко атлет превращается в средство добывания медалей, а олимпизм теряет свое гуманистическое содержание.

3. Общечеловеческие, гуманистические приоритеты современного спорта находятся под угрозой снижения их ценности. В процессе физического воспитания и занятий спортом необходимо пропагандировать и внедрять в практику моральные, духовные и культурные общечеловеческие ценности. Главным инструментом гуманизации современного спорта является популяризация и внедрение олимпийского образования, основным назначением которого можно считать воспитание спортсмена, способного не только достигать высоких спортивных результатов, а прежде всего – формирование личности, имеющей ярко выраженную гуманистическую направленность.

Литература:

1. Вендл К. Успехи МОК в маркетинге Игр как фактор развития олимпийского движения. // Наука в олимпийском спорте. К.: "Олимпийская литература", 2004. - № 1, с. 95-98.
2. Платонов В.Н. Допинг и борьба с им в современном спорте: взгляд на проблему. Спорт. медицина, Киев, 2003, № 1, С. 41-67.

3. Платонов В.Н. (общ. ред.) Энциклопедия олимпийского спорта. Том 1. - К.: Олимпийская литература, 2002. С. 343-344; 349; 360-362.
4. Родиченко В.С. Книга олимпийских знаний. – М.: Советский спорт, 2004. – 158 с.
5. Родиченко В.С. Фэйр Плэй в спорте и повседневной жизни: императив или утопия. // VII Международный конгресс “Современный олимпийский спорт и спорт для всех”. 24-27 мая 2003 г., Т и ПФК, М., С. 2-6.
6. Столяров В.И. Гуманистическая культурная ценность современного спорта и олимпийского движения // Спорт, духовные ценности, культура. Вып. второй.: Сб. ст. - М.: Гуманитарный Центр "Спарт" РГАФК, 1998. - С. 141-314.
7. Столяров В. И. Место принципов «Фэйр плэй» в концепции олимпизма и системе олимпийского образования / под ред. Столярова В.И., Барина С.Ю. // Спорт, духовные ценности, культура. - М., 1997. - Вып. 6. - С. 254-278.

ПОКАЗАТЕЛИ ФИЗИЧЕСКОГО ЗДОРОВЬЯ ЧЕЛОВЕКА

РОЖЕНЦОВ В.В.,
ТарГУ, г. Таганрог

В последнее время все большее значение приобретает валеология - наука о здоровье человека, развивается валеотехнология, использующая компьютерные информационные технологии для оценки состояния и прогнозирования общественного и индивидуального здоровья. Валеологический подход не сводится к укреплению здоровья людей еще здоровых или к снижению выраженности факторов риска заболеваний. Не меньшее значение такой подход имеет для больных людей. Если учесть, что каждое заболевание представляет собой взаимодействие болезнетворного фактора (инфекции, физических или химических факторов) с защитными механизмами организма, то у больного человека сохраняется возможность стимулировать эти механизмы соответствующими воздействиями. Валеологический подход позволяет успешно восстанавливать нарушенное здоровье даже в тех ситуациях, которые с трудом поддаются лечебным воздействиям.

Данное положение было убедительно показано в докладах ведущих кардиологов - профессоров О. Коркушко, Ю. Ярошенко и В. Шатило из Института геронтологии АМН Украины, профессоров З. Религи, Р. Пиотровича и М. Билинской из Варшавского института кардиологии, доктора В. Резпера из Кельц, профессора Г. Кнапика с сотрудниками (Польша), профессора В. Дикусара с сотрудниками (Россия - Польша) на II Международной научной конференции «Здоровье: сущность, диагностика и оздоровительные стратегии», которая состоялась 13-15 ноября 2003 года в Кринице Гурской (Польша). Конференция была организована Международным валеологическим обществом при участии Польской академии наук, Академии медицинских наук Украины и Научного совета по здоровью Российской академии медицинских наук.

Существует значительное число различных определений понятия «здоровье». В большинстве случаев они имеют философский характер и исходят из того, что здоровье является конкретным качественно специфичным состоянием человеческого организма, которое путем адаптации (привыкания, приспособления) к меняющимся условиям обеспечивает организму возможность достижения функционального оптимума. Здоровье человека в социально-биологическом плане - это гармоническое единство биологических, психологических, социальных и трудовых функций. Так как биологические и социальные задачи одного и того же индивидуума не обязательно совпадают, К.А. Richman и А.Е. Budson предлагают разграничить понятия «здоровье организма» и «здоровье личности».

Положение об интеграции психофизиологической и социальной адаптации согласуется с современным пониманием определения «качество жизни», которое в современный период трактуется как интегральный показатель физического, психологического, эмоционального и социального функционирования человека, воспринимаемый им субъективно. Это определение вполне соответствует тому понятию «здоровье», которое в Уставе Всемирной организации здра-

воохранения определяется как «состояние полного физического, психического и социального благополучия», а не только как отсутствие болезней или физических дефектов.

Таким образом, в критерий здоровья в качестве неперемного условия входит возможность полноценно, активно, без всяких ограничений заниматься трудовой, общественно полезной и иной деятельностью при максимальной продолжительности активной жизни.

В соответствии с различными подходами к оценке здоровья и проведенными исследованиями в этой области в России можно считать здоровыми лишь от 5 до 20% населения. По последним данным ВОЗ ЮНЕСКО, коэффициент жизнеспособности населения в России составляет по 5-балльной шкале всего лишь 1,4 балла.

На протяжении последних десятилетий в России уменьшается уровень здоровья детей, наблюдается негативная тенденция снижения доли детей, родившихся здоровыми. По результатам анализа данных Всероссийской диспансеризации детей в 2002 г., установлено, что за прошедшее десятилетие доля здоровых детей снизилась с 45,5 до 33,9%, вдвое увеличилось количество детей, имеющих хроническую патологию и инвалидность. По данным Института возрастной физиологии РАО, 30-35% детей, поступающих в школу, уже имеют хронические заболевания. Заболеваемость детей в возрасте до 14 лет с впервые установленным диагнозом за период с 1992 по 2001 г. выросла в 1,4 раза, или на 42,5%.

Продолжается ухудшение состояния здоровья учащихся общеобразовательных школ. На этапе от начала 1990-х годов до 2000 г. динамика состояния здоровья школьников показывает уменьшение численности здоровых детей и подростков с 10,6 до 2,3% при существенном росте численности школьников с хроническими заболеваниями с 53,3 до 69,0%. По статистическим наблюдениям и выборочным обследованиям, выполненным в последние годы, за время обучения в общеобразовательных школах России уровень здоровья учащихся снизился в 4-5 раз, в 5 раз возросло число нарушений осанки и зрения у обучающихся, в 4 раза увеличилось количество нарушений психического здоровья, в 3 раза - число детей с заболеванием органов пищеварения. По данным Главного вычислительного центра Министерства здравоохранения РФ, 38% выпускников средних школ (подростки 15-17 лет) подвержены болезням органов дыхания, 20% - болезням нервной системы и органов чувств, 9,5% - страдают близорукостью, 4,5% - психическими расстройствами, около 4% - болезнями эндокринной системы, нарушениями обмена веществ и иммунитета. В Российской Федерации, по данным за 2002 г., 83% подростков 15-17 лет нуждаются в лечебных мероприятиях в условиях поликлиник, более 10% - в лечебно-коррекционных мероприятиях в стационарах, 15% - в санаторно-курортном лечении. По данным углубленных осмотров, число здоровых детей среди учащихся выпускных классов общеобразовательных школ составляет не более 5-6%, а имеющих хроническую патологию достигает 60-70%.

В Белоруссии проведен анализ оценки здоровья учащихся по прямым показателям: физическому развитию, состоянию физиологических систем (сердечно-сосудистой, дыхательной), биохимическому и иммунному статусу, а также по обратным показателям: заболеваемости, ее структуре, госпитализации, инвалидности и смертности.

Прямые показатели здоровья свидетельствуют:

- о дисгармоничном физическом развитии более чем у 1/3 учащихся;
- о недостаточном развитии сердечно-сосудистой системы (ССС) и низкой физической работоспособности более чем у половины учащихся;
- об отставании в развитии дыхательной системы у 35-50% обследованных учащихся.

Обратные показатели здоровья свидетельствуют, что инвалидность с детства за последнее пятилетие возросла более чем в 4 раза, 70-80% выпускников школ имеют хронические заболевания.

Общие тенденции ухудшения состояния здоровья детей проявляются в ухудшении здоровья подростков, обучающихся рабочим профессиям. За 10-летний период с 1990 г. патологическая пораженность выросла в 1,5-2 раза, до 30% учащихся имеют прямые

медицинские противопоказания к освоению выбранных профессий. Следствием этого может быть невозможность работы по полученной специальности.

В докладе о состоянии здоровья населения в 2002 г., подготовленном для Президента РФ, говорится, что только 20% от общего числа призываемых на военную службу имеют здоровье, позволяющее им служить в Вооруженных силах, каждый третий из числа явившихся в военкоматы освобождается или получает отсрочку от призыва на военную службу по состоянию здоровья.

Анализ литературы, посвященной проблеме здоровья студенческой молодежи, показывает, что за последние годы она стала еще более актуальной. Данные медицинского обследования свидетельствуют, что до 50% студентов из общего числа обследованных имеют отклонения в состоянии здоровья; увеличивается количество студентов, отнесенных по состоянию здоровья к специальной медицинской группе; растет количество студентов с заболеваниями, которые не позволяют им заниматься физической культурой.

По данным медицинского обследования в Таганрогском радиотехническом университете в 1974 г., группа практически здоровых молодых людей составляла 78,7% от общего числа студентов, в 1993 г. эта группа составила только 44,6%. С 1994 по 2008 г. количество здоровых студентов колеблется от 61 до 46%.

В последние годы появились данные, свидетельствующие о снижении уровня здоровья студентов в процессе обучения даже в специализированных физкультурных вузах. По данным исследований, проведенных Московской государственной академией физической культуры, лишь 65,9% студентов по состоянию здоровья могут быть отнесены к основной медицинской группе и выполнять нагрузки в полном объеме. Улучшение спортивного результата за время учебы в институте отмечается только у 10,9% студентов.

Наблюдается рост смертности среди всех категорий граждан. Особую тревогу составляет тенденция повышения смертности среди трудоспособной части взрослого мужского населения. Происходит падение одного из главных показателей состояния здоровья нации - продолжительности жизни, по среднему уровню которой Россия стоит ниже некоторых стран третьего мира.

Исследования, направленные на познание сущности здоровья и болезни, восходят к античным культурам стран африканского континента и древнего Китая. Классификацию состояний организма, в которой из шести классов только два относились к болезни, а четыре отражали разные уровни здоровья, предложил более тысячи лет назад известный врач и философ Среднего Востока Абу Али ибн Сина (Авиценна).

Переход от здоровья к болезни связан с уменьшением способности организма адекватно реагировать не только на социально-трудовые, но даже на обычные повседневные нагрузки. При этом на границе между здоровьем и болезнью возникает целый ряд переходных состояний, получивших название допозологических. Результаты массовых профилактических обследований показали, что от 50 до 80% населения находятся на разных стадиях допозологических состояний, т.е. большинство людей нуждается не в медицинской диагностике - диагностике заболеваний, а в допозологической диагностике, под которой понимается оценка состояния организма и его возможностей в период перехода от нормы к патологии при отсутствии явных признаков заболевания. Это требует количественной оценки индивидуального здоровья, что остается одной из актуальных задач современной науки и практики.

В практической медицине принято различать несколько «градаций здоровья»: абсолютно здоров; здоров; практически здоров.

Абсолютно здоров тот, у кого все органы и системы функционируют в равновесии с окружающей средой и в них нет никаких болезненных отклонений. Исследованиями состояния здоровья установлено, что абсолютно здоровых людей очень мало. Диагнозом «практически здоров» обозначается такое состояние организма, при котором имеющиеся в состоянии здоровья изменения не влияют на трудоспособность в конкретной профессии.

Однако А.А. Айдаралиев с соавт. считают, что при оценке здоровья необходимо выделение четырех групп людей, различающихся по функциональным возможностям организма и степени адаптации к условиям окружающей среды:

- с высокими или достаточными функциональными возможностями организма, с удовлетворительной адаптацией к условиям окружающей среды (каких-либо специальных рекомендаций по оздоровлению и профилактике им не требуется);

- с функциональными напряжениями, с повышенной активацией механизмов адаптации (они нуждаются в мероприятиях по снижению стрессорного воздействия условий окружающей среды, в оздоровлении, направленном на усиление саморегуляции организма);

- со сниженными функциональными возможностями организма, с неудовлетворительной адаптацией к условиям окружающей среды (они нуждаются в целенаправленных оздоровительных и профилактических мероприятиях по повышению защитных свойств организма, усилению его компенсаторных возможностей);

- с резко сниженными функциональными возможностями организма, с явлениями на грани срыва механизмов адаптации, часто у них имеются отдельные симптомы заболеваний (применительно к ним требуется проведение не только профилактических, но и лечебных мероприятий).

Для оценки «количества» здоровья предложен ряд методик, среди них приоритетным является «функциональный» подход, основанный на определении величины максимального потребления кислорода (МПК), которую ВОЗ рекомендует как один из наиболее надежных методов оценки дееспособности человека. В ряде публикаций предлагается рассчитывать «индексы физического состояния», «уровни здоровья», «функциональный уровень», «соматическое здоровье» и другие показатели, позволяющие оценивать состояние здоровья человека в целом. В работе О.Ю. Сергиенко показателем состояния здоровья принята величина артериального давления (АД). По мнению авторов, уровень физического состояния здоровья характеризуется взаимодействием двух основных систем организма: сердечно-сосудистой и дыхательной, обеспечивающих физическую активность человека.

Для его определения предлагается измерять 6 основных показателей, определяющих в совокупности уровень физического состояния здоровья человека:

- P_1 - показатель пульса (частота сердечных сокращений - ЧСС);

- P_2 , P_3 - показатели артериального давления (систолического и диастолического АД);

- P_4 - показатель частоты дыхания;

- P_5 - показатель устойчивости организма к кислородной задолженности;

- P_6 - показатель отношения имеющегося веса к норме.

По измеренным показателям здоровья $P_1 - P_6$ по номограммам получают коэффициенты $K_1 - K_6$ соответствующие каждому из измеренных показателей. Далее перемножают полученные коэффициенты и определяют итоговый коэффициент $K_{ум}$, затем по графику значения итогового коэффициента $K_{ум}$ определяют уровень физического состояния здоровья. Измерение уровня физического состояния здоровья рекомендуется проводить еженедельно, чтобы постоянно контролировать динамику его изменения. Для объективности измерений необходимо проводить их в один и тот же день недели в одно и то же время.

Предложены методики оценки состояния здоровья организма на основе определения индексов биологического и кардиопульмонального возраста, величине «индивидуальной» минуты. Последняя может служить критерием общего состояния здорового человека и в некоторой степени характеризовать направление адаптационных сдвигов в сердечно-сосудистой, вегетативной, нервной, иммунной и других системах. Установлено, что здоровые люди субъективно «ускоряют» течение времени. Предложена комплексная экспресс-оценка уровня здоровья по результатам измерения ЧСС в покое и после 20 приседаний за 30 с, длины прыжка с места, веса, жизненной емкости легких (ЖЕЛ) и АД.

Академик Н.М. Амосов предложил «количество здоровья» определять как сумму «резервных мощностей» основных функциональных систем. Резервные мощности он выражает через «коэффициент резерва» как максимальное количество функции,

соотнесенное к ее нормальному уровню покоя. Аналогичный подход рассматривается в работах Г.Л. Апанасенко и И.А. Аршавского.

Однако результаты исследования Л.Э. Безматерных и В.П. Куликова показали, что достоверные различия оценок здоровья, полученные интегративными методами, отмечаются только между здоровыми и больными с патологией ССС. Закономерной динамики оценок при патологии других органов и систем не получено. Следовательно, применяемые методы, преимущественно или почти исключительно, отражают снижение адаптивных возможностей организма, связанных только с патологией сердечнососудистой системы.

НЕКОТОРЫЕ АСПЕКТЫ ИСПОЛЬЗОВАНИЯ КОРРИГИРУЮЩИХ ФИЗИЧЕСКИХ УПРАЖНЕНИЙ В СОВРЕМЕННОМ СПОРТЕ

СЕМЁНОВ С.К.,

филиал КубГУФКСиТ, г. Ейск, Краснодарский край

Актуальность данной проблемы, заключается в том, что спортсмен, профессионально занимающийся спортом, обладающий высоким уровнем здоровья, все равно относится к «группе риска», т.к. он подвергает свой организм в течение рабочего дня высоким физическим нагрузкам. Его уровень здоровья может «колебаться» от более высокого до более низкого состояния, что в свою очередь может способствовать возникновению различных микротравм опорно-двигательного аппарата [2]. Значение разработки адаптивной методики укрепления и поддержания здоровья спортсмена заключается в оптимальном подборе корригирующих физических упражнений и соответствующей их дозировке, чем обеспечивается высокий результат спортивных достижений в период предлагаемых учебно-тренировочных нагрузок и соревнований.

Физические упражнения в адаптивной физической культуре – основное средство, с помощью которого решается большинство проблем с укреплением здоровья, повышением работоспособности и физического совершенствования лиц, имеющих врожденные или приобретенные нарушения физического развития, лиц, подверженных высоким физическим нагрузкам, являющихся фактически здоровыми и лиц, временно утративших свою трудоспособность. Грамотная подборка корригирующих физических упражнений и их применение в комплексе помогает более качественно реализовать цели и задачи адаптивной физической культуры, гарантированно изменяя в более лучшую сторону физическое состояние занимающегося. Специалиста всегда должны волновать следующие вопросы: «Действительно ли, подобранные им физические упражнения помогают занимающемуся?», «Грамотно ли он их подобрал?», «Не приносят ли они ему вред?», «Обоснованно ли их применение?», и т.д. Без постоянной проверки, научного эксперимента, правильности технологии подборки корригирующих физических упражнений и их обоснованности, – на вышеперечисленные вопросы очень трудно ответить, не только своему коллеге, но и самому себе.

Корригирующие физические упражнения, по сути, специфичны и индивидуальны. Подборка их должна осуществляться грамотно, где главный принцип – это учет функционального состояния мышц, подвергающихся высокой физической нагрузке, как в статике, так и в динамике (необходимо обратить внимание на мышцы, которые находятся в статике, динамическая работа их мала, а статическая, в виде сохранения однообразного положения, очень велика).

На основе вышеизложенного была разработана и применена на практике методика подборки корригирующих физических упражнений, суть которой – помочь спортсмену самореализовать свои способности в современных социально-экономических условиях за счет включения в свой индивидуальный режим дня корригирующих физических

упражнений, которые помогут укрепить функционально слабые мышцы и подготовить их к стрессовой нагрузке.

Задачами данной методики:

1. Провести диагностику функционального состояния мышечной системы на основании функционального мышечного тестирования.
2. Подобрать корригирующие физические упражнения функционально слабым мышцам.
3. На основе подобранных упражнений составить комплекс.

Функциональное мышечное тестирование является методом, позволяющим выявить изменение функции мышц (растяжимость, силу, выносливость), путем выполнения строго определенных движений [5, 6]. При проведении функционально-мышечного тестирования соблюдаются следующие правила: строго определенное, всегда одинаковое исходное положение для оценки данной мышечной группы, по возможности исключаящее выполнение уступающей работы при исследовании растяжимости мышц; при каждом исследовании применяется одинаковая скорость и направление движения, фиксация неподвижного сегмента, исключаящая неправильное выполнение теста. Таким образом, можно судить, нуждается ли данная мышца в укреплении и улучшении ее функционального состояния. У профессионального спортсмена в идеале не должно быть функционально слабых мышц, а проводимая их диагностика свидетельствует, что ими необходимо заниматься дополнительно, в виде специально подобранных упражнений, которые смогут подготовить их к стрессовой нагрузке.

Сложным вопросом является то, как правильно обучить корригирующему упражнению: в функциональном тесте все ясно, специалист следит за исходным положением, которое обычно нужно только зафиксировать, упражнение должно выполняться в динамике самим занимающимся [2, 3].

Большинство авторов очень часто публикуют в своих работах комплексы корригирующих упражнений, где только специалист может разобраться в чем тут дело, но нас интересует, чтобы спортсмен мог сам самостоятельно заниматься по составленному нами комплексу [1, 3, 6].

Например: и. п. Лежа на спине. «Выполняя упражнение, правую руку, согнутую в локте, заведите за голову – сделайте вдох; поднимите корпус, достав локтем разноименное колено, одновременно подтянув ногу к груди – сделайте выдох, свободная рука упирается в пол. Чем лучше вы овладеваете этим упражнением, тем меньше вы нуждаетесь в опоре на свободную руку. Темп выполнения упражнения – средний. Выполняйте по 6-8 раз на каждую сторону. При прорабатывании мышц брюшного пресса попеременно растягиваются то правая, то левая сторона мышц спины» (в подобном изложении конкретно указаны все действия, который должен выполнить занимающийся).

Добавление иллюстраций или видео к объяснению данного упражнения помогает нам на начальном этапе сформировать образ, его представление, мысленную прорисовку, что позволяет улучшить качественные и временные характеристики двигательного стереотипа (снижение времени обучения двигательным действиям, повышение качества их выполнения, за счет уменьшения ошибок при выполнении).

Например, вашему вниманию предлагается корригирующее физическое упражнение, без детальной разборки которого, тяжело понять, как его выполнить:

И. п.: лежа на животе. «Сместите корпус в правую, затем в левую стороны, при смещении корпуса в правую сторону, правая рука располагается вдоль туловища и смещается вниз, левая рука повторяет угол смещения туловища, ноги также отражают угол смещения туловища, голова поворачивается в одноименную сторону, взгляд фокусируется на носках стоп. Выполняется данное упражнение по 2-3 раза в каждую сторону. Темп средний».

Данная методика была использована при подборке корригирующих физических упражнений для повышения функционального состояния мышц спины у спортсменов 19-22

лет, профессионально занимающихся академической греблей. В ходе исследований было выявлено, что пояснично-крестцовый отдел позвоночника является функционально слабым звеном, подвергаясь высоким и однообразным физическим нагрузкам [4]. Чрезмерные физические нагрузки приводят к повреждению тканей опорно-двигательного аппарата. При этом в первую очередь развиваются дегенеративно-дистрофические процессы в наиболее нагружаемых мышцах, в результате которых возникает их заболевание, где первым звонком является появление физиологически защитных механизмов в виде ноющей, тупой, попеременно затихающей боли, при нагрузке снова появляющейся; в виде чувства онемения функционально слабого участка, который очень четко определяется спортсменом. Наиболее уязвимыми местами воздействия повреждающих факторов являются переход мышцы в сухожилие и область прикрепления сухожилия к костной ткани. При этих заболеваниях жалобы спортсмена и объективные данные связаны с изменением и ограничением функциональных возможностей нервно-мышечного аппарата. Причинами возникновения этих заболеваний являются хроническое перенапряжение и однообразные чрезмерные физические нагрузки. Подборка корректирующих физических упражнений была выполнена с учетом вышесказанного, а обработка полученных данных и статистический анализ полученных результатов до и после эксперимента помогли обосновать подобранный комплекс корректирующих физических упражнений, где различия у экспериментальной группы статистически значимы ($p < 0,05$).

Корректирующие физические упражнения были записаны, озвучены и прокомментированы в виде DVD-фильма, для использования которого необходимо: любой стандартный проигрыватель DVD-дисков (с поддержкой формата WMP) или персональный компьютер с DVD-проигрывателем с любой программой в которой возможен просмотр DVD-фильма, обычно такая программа устанавливается вместе с операционной системой, например: программа «Проигрыватель Windows Media» или «Media Player Classic», операционная система «Windows 2000/XP/VISTA».

Подобранные корректирующие упражнения выполняются в трех исходных положениях: лежа на спине, лежа на животе, упоре на коленях и кистях. В каждом исходном положении по десять, одиннадцать корректирующих упражнений, которые прорабатывают мышцы брюшного пресса, глубокий и средний слой мышц спины, растягивают мышцы брюшного пресса, снимают лишнее напряжение с мышц спины, возвращая их к исходному физиологическому состоянию. Предложенные корректирующие упражнения рекомендуется выполнять три раза в неделю после тяжелой физической нагрузки, что эффективно помогает: улучшить функциональное состояние слабых мышц, снять остаточное напряжение после нагрузки, снять функциональные блоки и болезненные ощущения с пояснично-крестцового отдела позвоночника. Выполнение данных корректирующих упражнений может быть полезно также юным спортсменам; людям подверженным высоким физическим нагрузкам; людям ведущим мало активный образ жизни; с целью повышения функциональных резервов позвоночного столба и профилактики появления болей в области позвоночника.

Выводы:

1. Использование корректирующих физических упражнений в современном спорте помогает подготовить и восстановить после нагрузки функционально-перегруженные мышцы.

2. Уровень здоровья и функциональная готовность мышц, к предложенной нагрузке, в целом является стержнем спортивного результата и спортивного совершенствования. Использование комплексов корректирующих физических упражнений помогает оптимизировать контроль над учебно-тренировочным процессом у профессиональных спортсменов, что выражается в готовности выполнить предлагаемую нагрузку и успешно восстановить функциональное состояние перегруженных мышц после нее.

3. Мультимедийное пособие, является узконаправленным отражением динамики действительности, с использованием информационно-коммуникативных технологий,

позволяет оценить итог проделанной работы в виде ее показа и демонстрации, как при обсуждении представленных корректирующих физических упражнений, так при обучении двигательным действиям и закреплении достигнутого результата на занятиях.

Литература:

1. Боголюбов В.М.: Медицинская реабилитация (руководство), под редакцией академика РАМН, профессора В.М. Боголюбова, в 3 томах. Т. 2 – Москва, 2007.
2. Епифанов В.А. ЛФК и спортивная медицина. – М., 2004.
3. Кашуба В.А.: Биомеханика позвоночника, Киев Олимпийская литература, 2003. – 280с.
4. Клешнев В.: Биомеханическая модель гребли. 2004.
5. Макарова И.Н., Епифанов В.А.: Аутомиокоррекция. – М.: Триада-х, 2002.
6. Мануальная медицина: Пер с немецкого. – М.: Медицина, 1993.

ПСИХОЛОГИЧЕСКИЙ НАСТРОЙ И АГРЕССИЯ В СПОРТИВНОМ БОЮ

СЕРГЕЕВ О.М.

Брянский фил. ГУФКСиЗ им. П.Ф. Лесгафта, г. Брянск

Психологический настрой – субъективно складывающийся на основе опыта способ физической и психической активизации организма перед предстоящей конкретной деятельностью. При этом понятие активности как в спортивной деятельности, в целом, так и в боксёрском поединке, в частности, авторы, прежде всего, связывают с понятием агрессии [1]. По нашему мнению, индивидуальная регуляция агрессивного содержания в психологическом настрое позволит создать достаточно качественную тактику контроля психического состояния и успешности боксёра в спортивном бою, что в дальнейшем может стать основой для методического сопровождения психологической подготовки спортсмена.

Прежде всего, мы провели серию исследований, касающихся специфики проявления агрессии и агрессивности спортсменом-боксёром.

В целом большинство исследователей связывает агрессию в спорте со спортивной спецификой, уровнем спортсмена, его индивидуально-психологическими особенностями [1, 2]. Более того, агрессия может быть определена как необходимый элемент спортивной деятельности, как активность: агрессия должна присутствовать в спортивной деятельности по определению, но она не должна нарушать способности субъекта к психической саморегуляции, рациональной оценке ситуаций спортивного противоборства.

Свойственна ли агрессия (и какова она) спортсменам разного уровня, как она, агрессия, меняется с повышением уровня мастерства, спортсмены с какими характеристиками достигают большего успеха? Вопросы не новы, но они были поставлены нами в отношении специфической выборки – современных спортсменов, занимающих боксом.

Мы сопоставили показатели агрессивности (свойство личности, выражающееся в готовности к агрессии; потенциальная готовность к подобным действиям, которая предопределяется восприятием и интерпретацией условий деятельности или жизнедеятельности соответствующим образом, включая ситуативную и личностную тревожность как одну из базовых характеристик восприятия) и агрессии (временное, ситуативное состояние, находясь в котором человек производит действия, причиняющие ущерб или направленные на нанесение ущерба себе, другому человеку, группе людей, животному или неодушевлённому предмету) по методике Спилбергера и Басса-Дарки (испытуемые – 18 человек перворазрядников и кандидатов в мастера спорта). Здесь оказалось, что по сравнению с дзюдоистами и легкоатлетами [1], боксёры показывают статистически достоверную выраженную агрессию в ситуации покоя (соответственно: $t = 2,17$, при $p < 0,05$ и $t = 4,67$, при $p < 0,001$), ситуации напряжённой тренировки ($t = 2,12$, при p

0,05; $t=2,14$, при $p 0,05$). В процессе статистической обработки данных в целях определения достоверности отличий был использован t -критерий Стьюдента. В ситуации фрустрации обнаруживается, что уровень агрессии становится менее выраженным, по сравнению с другими ситуациями. Он даже ниже, чем у легкоатлетов. Впрочем, достоверных различий, с точки зрения статистики, в этом конкретном случае не было обнаружено. Если говорить об агрессивности как свойстве личности, то она в целом у боксёров выражена всё же в большей степени ($t=2,12$, $p 0,05$; $t=2,14$, $p 0,05$).

Дальнейшие исследования показали, что наиболее значимой характеристикой у спортсменов, занимающихся боксом, является агрессивность физическая (опросник Басса-Дарки). Она выражена даже по сравнению с группой дзюдоистов ($t=3,01$, $p 0,01$). Значительно в меньшей степени представлена агрессия косвенная. Данные по враждебности, раздражительности практически не различаются у представителей разных видов спорта.

Следующий аспект – специфичность влияния вида спорта на проявления агрессивности. Аналогично исследованию В. К. Сафонова (2003) [1], мы провели исследование уровня агрессии и её структуры спортсменов-боксеров, не достигших уровня 1 разряда (1 группа), кандидатов в мастера спорта (2 группа), мастеров спорта (3 группа; общая выборка – 36 человек). При этом все испытуемые занимались спортом примерно равное количество времени (6-8 лет). В ситуации покоя спортсмены низкого и, в меньшей степени, среднего уровня квалификации проявляют значительно большую агрессию, по сравнению с высококвалифицированными спортсменами ($t=2,00$, при $p 0,05$; $t=2,37$, при $p 0,05$). Та же закономерность проявляется и в отношении ситуации спортивного поединка ($t=2,00$, $p 0,05$). У достаточно высококвалифицированных спортсменов установлена существенно большая агрессия в ситуации напряжённой тренировки, по сравнению с первой и второй группой (более высокий уровень агрессии на тренировке свидетельствует о большей мобилизации спортсмена, значимости настроя на победу уже на этом этапе) ($t=2,7$, $p 0,01$). В группе разрядников агрессия в ситуации покоя статистически значительно выше агрессивности ($t=1,99$, $p 0,05$). То же явление характерно и для ситуации тренировки ($t=2,02$, $p 0,05$).

В целом мы пришли к выводу о том, что чем выше уровень спортивной квалификации, тем более контролируемой (лично опосредованной) становится агрессия в состоянии покоя и спортивного поединка. Этот вывод, конечно, не претендует на открытие. Подобные результаты исследователи подтверждают при анализе различных видов спортивных состязаний, видов спортивной деятельности. Здесь важна структура агрессивного поведения как весомой составляющей спортивного поединка [1].

Весьма интересными нам показались также такие данные, что в зависимости от уровня квалификации спортсмена возрастают значения по шкалам соперничества (стиль конфликтного поведения) (между 1 и 3 группами – $t=1,94$, $p 0,05$), шизотимии (между 1 и 3 группами – $t=2,04$, $p 0,05$), эмоциональной устойчивости (между 1 и 3 группами – $t=2,33$, $p 0,05$), эмоционального контроля (между 1 и 2 группами – $t=2,2$, $p 0,05$), доминантности (между 2 и 3 группами – $t=1,9$, $p 0,05$), директивности (между 1 и 3 группами – $t=1,94$, $p 0,05$), смелости (между 1 и 2 группами – $t=2,89$, $p 0,01$), дисциплинированности (между 1 и 3 группами – $t=2,67$, $p 0,01$), практичности (между 1 и 2 группами – $t=1,88$), проницательности (между 1 и 3 группами – $t=2,42$, $p 0,05$), способности к высокому рабочему напряжению (между 1 и 3 группами – $t=3,19$, $p 0,01$), независимости (между 2 и 3 группами – $t=2,02$, $p 0,05$) (шкалы опросника Кеттелла) и т. д. Уровень спортивной квалификации проявляется в большей гибкости (управляемости) конструктивной агрессии и более выраженной импульсивной, неконструктивной агрессии. Данные, полученные по группе спортсменов, специализирующихся по циклическим видам (отсутствие агрессии), показывают влияние особенностей вида спорта, выражающееся в значительно меньших уровнях конструктивной агрессии (в ситуации покоя и на тренировке) [1].

Следующий наш шаг заключался в том, чтобы, используя полученные данные, разработать такую тактику психологического настроя в боксёрском поединке, которая бы,

учитывая типы агрессивного поведения спортсменов, позволяла через варьирование содержания добиться большей эффективности.

Мы предложили следующую эмпирическую типологию поведения спортсмена в ситуации поединка: активный агрессор, пассивный агрессор, аутоагрессор (таблица 1).

Для субъектов, принадлежащих к тому или иному типу, характерны определённые способы воздействия (и самовоздействия), ведущего к активизации и оптимизации физической кондиции в спортивном поединке.

Право на существование данной типологии подтвердилось наличием различий по выделенным нами типам, которые статистически достоверны (t-критерий Стьюдента) по всем упомянутым в таблице сравниваемым показателям.

Таблица 1. Типологию поведения спортсмена в ситуации поединка

Активный агрессор	Пассивный агрессор	Аутоагрессор
Высокий уровень агрессивности, агрессия в состоянии покоя, её выраженность в состоянии фрустрации, развитие навыки эмоциональной саморегуляции, физическая агрессия, низкий уровень ситуативной и личностной тревожности и т. д.	Низкий уровень агрессивности, отсутствие агрессии в состоянии покоя, выраженность в состоянии фрустрации, слабые навыки эмоциональной саморегуляции, подозрительность, высокий уровень ситуативной и личностной тревожности и т. д.	Высокий уровень агрессивности, скрытая агрессия в состоянии покоя, выраженность в состоянии фрустрации, развитие навыки эмоциональной саморегуляции, косвенная агрессия, чувство вины, высокий уровень личностной тревожности и т. д.
Любого уровня стимуляция агрессивного поведения эффективна, но при повторяющемся характере приводит к ослаблению самоконтроля, выраженному нервному перевозбуждению.	Жёсткая стимуляция агрессивного поведения приводит к эмоциональной перегрузке, снижая уровень физической активности. Тогда как мягкая стимуляция агрессии способствует оптимальному настрою на спортивный поединок.	Стимуляция агрессивного поведения сопровождается ростом агрессии, направленной на самого себя. Требуется дополнительная коррекция уверенности в себе и акцент на личностных мотиваторах поведения.

Схемы индивидуализированного вербального настроения предполагают воздействие на когнитивном, аффективном, поведенческом уровнях. При этом в целях психологической подстройки на начальном этапе нами были использованы и некоторые элементы методик воздействия, разработанных в рамках практики нейролингвистического программирования.

Использование представленных подходов к содержанию психологического настроения позволило нам на практике в экспериментальной группе спортсменов (группа подростков, 16 человек) избежать поражений в спортивных боях на протяжении года (5 командных встреч).

Литература:

1. Сафонов, В. К. Агрессия в спорте: монография/В. К. Сафонов; С.-Петербург. гос. ун-т. – СПб.: Изд-во СПб ГУ, 2003. – 157 с.: ил..

2. Смоленцева, В. Н. Формирование умений психорегуляции в процессе многолетней подготовки спортсменов: дис. ... д-ра психол. наук/Смоленцева В. Н. – Омск, 2006. – 314 с.

РАЗВИТИЕ МОРАЛЬНО-ВОЛЕВОЙ СФЕРЫ СТУДЕНТОВ НА ЗАНЯТИЯХ ПО ФИЗИЧЕСКОМУ ВОСПИТАНИЮ

СЕРДЮКОВ А.Ю.
ГОУ ВПО «ТГУ», г. Тула

Многочисленные исследования социологов, психологов, педагогов констатируют, что в последние годы резко изменились показатели моральной нормативности подрастающего поколения. Наши исследования, проведенные на студентах 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.

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 использование 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 студенток 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 (гипносуггестивный 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.

ИНДИВИДУАЛЬНЫЙ СТИЛЬ И ПОДГОТОВКА СПОРТСМЕНОВ В НАСТОЛЬНОМ ТЕННИСЕ

СЫПАЧЕВСКИЙ А.Н.
ХарГАФК, г. Харьков

К настоящему времени проведено уже немало исследований, посвященных стилям деятельности в различных видах единоборств. Исследователей, в основном, интересовал вопрос соответствия индивидуальных особенностей спортсменов тому или иному стилю.

Так, было установлено, что обладатели сильной нервной системы, во-первых, склонны к атакующему стилю, во-вторых, этот стиль для них оптимален с точки зрения эффективности. Обладатели слабой нервной системы, напротив, склонны к защитному стилю и именно в нем показывают наилучшие результаты.

Также было установлено, что при формировании у спортсмена стиля, не соответствующего его индивидуальным особенностям, рост спортивного мастерства существенно замедляется.

На основании полученных данных исследователи пришли к закономерному выводу: необходимо целенаправленно формировать у спортсменов стиль деятельности, соответствующий их индивидуальным особенностям.

Однако, как справедливо отмечает Е. П. Ильин [7], зачастую, говоря об "индивидуальном стиле деятельности" (ИСД), в действительности исследователи изучали стили, присущие не индивидуальности, а группе людей со сходными типологическими особенностями (стиль подвижных или инертных, слабых по силе нервной системы или сильных и т.д.). И формирование такого стиля у обучающихся отражает применение к ним не принципа индивидуализации, а дифференцированного группового подхода. Поэтому, по его мнению, правильнее говорить не об индивидуальном стиле (в тех случаях, когда изучаются типовые стили), а о типических стилях, присущих многим, а не одному человеку как индивидуальности. Индивидуальность же скорее реализуется через стили действий, отражающих своеобразную, а порой и неповторимую манеру выполнения той или иной деятельности.

Соглашаясь с Е. П. Ильиным по поводу типических стилей деятельности, обратим внимание на то, что понятие ИСД вовсе не теряет своего права на существование. Равно как и не исчезает проблема формирования ИСД. Подчеркнем, имеется в виду именно направленное формирование ИНДИВИДУАЛЬНОГО стиля деятельности.

В настольном теннисе исследование, посвященное стилям игры, было проведено Е. В. Ворониным [3]. Однако, хотя диссертация носит название "формирование индивидуального стиля игры в настольном теннисе", в действительности работа посвящена формированию адекватного индивидуальным особенностям спортсменов типического стиля.

Рассмотрим ситуацию со стилями в настольном теннисе подробнее.

В зависимости от того, какими формами и средствами пользуются игроки для достижения победы, их принято делить на игроков нападающего (атакующего) стиля, игроков защитного стиля и универсалов (игроков комбинированного, или смешанного стиля). Это общепринятая классификация, в подавляющем большинстве случаев приводимая в литературе, а также повсеместно используемая тренерами и спортсменами. Однако, как будет показано далее, показатель "защита-нападение" - только одно из многих возможных оснований для классификации стилей в настольном теннисе. Впрочем, этот критерий можно рассматривать в качестве основного.

Наиболее детальный анализ стилей в настольном теннисе произведен Г. С. Захаровым [4]. Им выделены два основания для классификации:

1. Активное и пассивное ведение поединка, а также смешанное;
2. Атака, защита и контратака.

Сочетания данных характеристик дают 9 групп игроков, различающихся по стилям:

- 1) активный нападающий;
- 2) пассивный нападающий;
- 3) смешанный нападающий;
- 4) активный защитник;
- 5) пассивный защитник;
- 6) смешанный защитник;
- 7) активный контрнападающий;
- 8) пассивный контрнападающий;
- 9) смешанный контрнападающий.

Кроме того, Г. С. Захаров говорит о необходимости учитывать, какой вариант хватки ракетки используется - европейский или азиатский, что удваивает количество стилей.

Интересные исследования были проведены Г. В. Барчуковой, изучавшей соревновательную деятельность и тактику игры в настольном теннисе в зависимости от количества технико-тактических действий, выполненных игроком в розыгрыше очка [1], [2]. По длительности игрового взаимодействия в зависимости от того, за сколько ходов теннисисты готовят и завершают атаку, было выделено три группы игроков:

- 1) с быстрым розыгрышем очка: стремятся разыграть очко за меньшее количество ходов (действий);

2) с постепенным розыгрышем очка: подготавливают атаку, создавая удобную ситуацию. При выборе этой тактики характерен частый розыгрыш очка за три и четыре хода;

3) с длительным розыгрышем очка: выбирают тактику удерживать мяч в игре, выжидая ошибки соперника. Для них характерно более частое, чем в других группах, завершение розыгрыша очка за 5-7 и 8-10 игровых ходов.

Г. В. Барчукова [2] предложила еще две характеристики тактики игры в настольном теннисе, которые, учитывая тесную взаимосвязь между тактикой и стилем, можно использовать в качестве характеристик последнего. Первый показатель - сторонность выполнения технических приемов (относительно стола):

1) справа - открытой стороной ракетки из правого угла или середины стола;

2) слева - закрытой стороной ракетки из левого угла или середины стола;

3) с захода - справа из левого угла или слева из правого угла;

Второй показатель - частота применения технических приемов слева и справа. Исходя из этого были выделены три группы игроков:

1) правосторонние - наиболее часто применяющие технические приемы справа;

2) равносторонние - в равной мере применяющие технические приемы как справа, так и слева;

3) левосторонние - наиболее часто применяющие технические приемы слева.

Естественно, эти два показателя тесно связаны между собой.

Исполнительские стили спортивной деятельности, пишет Е. П. Ильин [6], связаны с тактикой ведения борьбы на соревнованиях, поэтому их можно считать и тактическими стилями (хотя они и не охватывают всю тактику). Это высказывание, по отношению к настольному теннису, может быть признано верным лишь в определенной степени, поскольку в этом виде спорта нельзя сказать, что тактика - главное отличие одного стиля от другого. Точнее, если в некоторых других видах единоборств разделение спортсменов по стилям осуществляется на основании, главным образом, различий в тактике, то в настольном теннисе все несколько по-другому. Игроки разных стилей применяют различные технические приемы и даже играют принципиально разными ракетками.

Для начала обратимся к единственной, представленной в доступной нам литературе стилевой классификации технических приемов, приведенной Л. Ормаи [8]. Несмотря на некоторую устарелость, данная классификация заслуживает определенное внимание. Все технические элементы делятся автором на два класса: атакующие и защитные. К атакующим ударам относятся: топспины, накаты, плоские удары (плоский означает: без вращения), контртопсины, контрудары. К защитным ударам относятся: подрезки, контрудары, толчки, свечи. Присутствие контрудара в обоих классах, по-видимому, целесообразно, потому что этот прием часто применяется игроками всех стилей. По непонятным причинам в этой классификации отсутствует такой прием как подставка - один из основных приемов для отражения атак. Подставку также нельзя однозначно отнести к одному из классов, хотя чаще она, пожалуй, используется как защитный прием. Существуют и другие технические приемы, к сожалению, не вошедшие в вышеприведенную классификацию (часть из них, вероятно, по причине того, что еще не существовала на момент ее составления), однако составление полной классификации ударов в настольном теннисе - это задача отдельного исследования.

Следует отметить еще один важный момент касательно классификации технических приемов в настольном теннисе, не встретившийся нам нигде в литературе. Так как любой удар в настольном теннисе (кроме подачи) является отражением удара противника, следует различать не просто сами удары (топспины, подрезки и т. д.), но и указывать, по какому техническому элементу этот удар выполняется. Ведь игра подрезкой по подрезке на столе и отражение подрезкой топспина или завершающего удара - это совершенно разные вещи, топспин по подрезке и топспин по топспину имеют весьма существенные различия. Если об этом забыть, то можно сказать, что игроки разных стилей применяют одни и те же технические приемы; но если рассматривать технические приемы не только формально, с точки зрения общей их структуры, а с учетом того, против каких приемов они применяются, то получится, что ряд приемов, применяемых защитниками, не используется нападающими,

и наоборот. Так, нападающие игроки не только не отрабатывают игру в защите (отражение атак подрезками из средней и дальней зоны), но даже не обучаются специально игре подрезкой против нападения. Игроки-универсалы, как следует из их названия, применяют практически все технические приемы.

Кроме того, есть еще одно основание для классификации технических приемов в настольном теннисе, вытекающее из того, что любой удар является отражением какого-то удара. Это тактическая направленность данного конкретного удара. Например, подрезка, отражающая атакующий удар, будет защитной. Подрезка, выполненная для приема подачи или просто с целью хоть как-то вернуть мяч, когда по каким-то причинам не удалось подготовиться к выполнению атаки, должна быть отнесена к промежуточной игре, так как она, не имея защитной направленности, в то же время, не была направлена и на атаку. А некоторые подрезки (хотя такое бывает крайне редко), могут быть отнесены к атакующим. Такой технический элемент как подставка, применяемый для отражения любых ударов, кроме подрезок, не может быть однозначно отнесен ни к защитным, ни к нападающим ударам, если не учитывать тактической направленности данной конкретной подставки.

Таким образом, из вышеизложенного следует, что разные стили в настольном теннисе отличаются не только тактикой, но и другими, более существенными особенностями. А точнее, более устойчивыми, консервативными особенностями.

Одна из них - различия в техническом арсенале игроков разных стилей. Е. П. Ильин [5] указывает, что выдающиеся спортсмены часто обладают универсализмом, и рекомендует на поздних этапах подготовки спортсмена осваивать другие (кроме своего) стили, с целью расширения тактического арсенала. Однако, по отношению к настольному теннису эта рекомендация вряд ли применима. В этом виде спорта, кроме особенностей подготовки спортсменов, есть еще одно ограничение, не позволяющее игрокам выходить за пределы своего стиля. Конечно, не следует понимать это буквально, будто игрок вовсе не применяет технико-тактические действия не своего стиля. Современный защитник часто нападает с удобных мячей (в отличие от нападающего, который стремится атаковать с любых мячей). Между тем ограничение, не позволяющее играть в "чужом" стиле, связано с особенностями ракеток, которые в настольном теннисе имеют строгую специализацию.

К сожалению, в рамках данной статьи не представляется возможным подробно остановиться на зависимости стиля игры теннисиста от свойств ракетки (для этого пришлось бы детально описать, что такое ракетка для настольного тенниса). Однако вкратце можно сказать следующее.

Ракетка (состоящая из трех частей - деревянной основы и двух резиновых накладок), хорошо приспособлена лишь для выполнения некоторых технических приемов. Грубо говоря, "нападающей" ракеткой хорошо атаковать и практически невозможно играть в защите. И наоборот. Есть и энергетические ограничения - выполнение атакующих приемов "защитной" ракеткой требует намного больше энергии, чем "нападающей" ракеткой. Вышеназванные факторы не позволяют теннисисту эффективно выходить за рамки своего стиля игры.

В связи с вышесказанным предлагаем следующие определения: стиль игры в настольном теннисе - это устойчивая система способов ведения соревновательной борьбы, имеющая своими главными характеристиками общую тактическую направленность игры (нападающую, защитную, смешанную) и, соответственно, технический арсенал игрока (аналогично). Подстиль - конкретная форма существования стиля, проявляющаяся в хватке ракетки, степени активности, предпочитаемой стороне ракетки (открытая и закрытая), основных технических приемах, предпочитаемой длительности розыгрыша очка и т. д. Индивидуальный стиль игры в настольном теннисе - индивидуально-своеобразная система способов ведения соревновательной борьбы, присущая отдельному спортсмену как индивидуальности.

Общепринятое разделение стилей на нападающий, защитный и комбинированный - это лишь необходимый первый шаг в классификации стилей. Такое разделение отражает только самое общее направление тактики и приблизительный технический арсенал игрока. Однако, этого совершенно недостаточно для реализации принципа индивидуализации

учебно-тренировочного процесса; и поэтому необходим дальнейший анализ каждого из этих общих стилей и выделение в каждом из них ряда подстилей на основании как минимум нижеследующих характеристик:

- 1) вариант хватки (европейский и азиатский);
- 2) активность-пассивность в ведении поединка;
- 3) частота применения ударов справа и слева;
- 4) предпочитаемая длительность розыгрыша очка;
- 5) сторонность выполнения ударов (относительно стола).

Таким образом, на основании анализа немногих публикаций, затрагивающих проблему тактики и стиля в настольном теннисе, можно сделать следующие выводы.

Разработка классификации стилей игры в настольном теннисе (в отечественной теории спорта), к сожалению, находится в зачаточном состоянии. В связи с этим остаются не раскрытыми (и даже не поставлен вопрос) факторы (в том числе и психологические), обуславливающие формирование стиля игры теннисистов.

Целенаправленное формирование индивидуального стиля деятельности в спорте, судя по имеющейся литературе, не только не получает реализации в практике подготовки спортсменов, но и не имеет теоретического обоснования. А именно, имеет место следующая проблема: в тренировочном процессе реализуются задачи физической, технической, тактической, теоретической и психологической подготовки, по отдельности. Индивидуальный же стиль ведения соревновательной борьбы формируется у спортсменов стихийно, неуправляемо. Хотя теоретический анализ проблемы наталкивает на предположение, что интеграция разных сторон подготовки, имеющая целью направленное формирование индивидуального стиля, позволит повысить соревновательные достижения теннисистов.

Литература:

1. Барчукова Г.В. Анализ соревновательной деятельности в спорте //Теория и практика физической культуры. - 1982а. - №5 - с. 19-21
2. Барчукова Г.В. Пути совершенствования тактики в настольном теннисе. Автореф дис. ...канд наук. - М., 1982б, - 22 с.
3. Воронин Е.В. Формирование индивидуального стиля игры в настольном теннисе. Автореф. дис. ...канд наук. - М., 1984, - 16 с.
4. Захаров Г.С. Настольный теннис: теоретические основы. Ярославль: Верхне-волжское книжное изд-во, 1990. - 192 с.
5. Ильин Е.П., Киселев Ю.Я., Сафонов В.К. Психология спорта. Современные направления в психологии. - Л., 1989, - 96 с.
6. Ильин Е.П. Стиль деятельности: новые подходы и аспекты //Вопросы психологии. - 1988. - №6 - с. 85-93
7. Ильин Е.П. Дифференциальная психофизиология. - СПб., Питер, 2001, - 464 с.
8. Ормаи Л. Современный настольный теннис. - М.: ФиС, 1985, 175 с.

АНАЛИЗ СОВРЕМЕННОГО СОСТОЯНИЯ ПСИХОЛОГИЧЕСКОЙ ПОДГОТОВКИ В ДЕТСКО- ЮНОШЕСКОМ СПОРТЕ

ТЕРЯЕВА М.А.,
УрФУ им. Б.Н. Ельцина, Екатеринбург

Одной из составляющих тренировочного процесса в детско-юношеском спорте является психологическая подготовка. Как следствие, у тренера возникает потребность в овладении знаниями по психологии, психологическими технологиями для работы с юными спортсменами. В то же время, система психологической подготовки в детско-юношеском спорте практически отсутствует. Важно учитывать и то, что в детско-юношеском возрасте происходит формирование мотивации к занятиям спортом, психологических качеств, необходимых для успешной тренировочной и соревновательной деятельности на всех этапах

спортивной карьеры. Характерным является и то, что именно в данном периоде происходит становление личности юного спортсмена.

В настоящее время в детском спорте сложилось явное противоречие между современными требованиями к овладению юными спортсменами широким спектром ценностей спортивной деятельности и реальным воплощением ценностей в их личностном развитии, слабой результативностью процесса спортивной тренировки и большим отсеком занимающихся. Данное противоречие позволило акцентировать внимание на проблеме психологического развития и воспитания личности юных спортсменов средствами ценностно-ориентированной деятельности.

По результатам анкетирования выявлен ряд приоритетных целей тренера в иерархии выбора: создать победителя; разработать авторскую методику подготовки юных спортсменов; добиться профессионального признания и самоутвердиться и др. Приоритетные цели ребёнка: добиться успехов в спорте, пообщаться с друзьями, поиграть; освоить новые движения и элементы техники; самоутвердиться, завоевать авторитет.

Максим Соколов, вратарь сборной России по хоккею с шайбой, отметил негативный факт современной системы воспитания жизни спортсмена в России: « В традиционном спорте развитие интеллекта и самосовершенствование отсутствуют. Очень трудно восполнить эти пробелы и остаться самим собой».

В своих публикациях Алексеев Анатолий Васильевич не раз ссылался на выдающегося американского десятиборца Брюса Дженнера, победителя Монреальской олимпиады, неоднократно устанавливавшего мировые рекорды. Приведём его слова, так как они подтверждают необходимость применения аутогенной и идеомоторной тренировки. Особая ценность этих слов в том, что они принадлежат не теоретизирующему ученому, а практику современного спорта.

Так, на вопрос: "Какие данные, кроме физических, вы считаете важнейшими для классного десятиборца?" Брюс ответил так: "Самое главное - "включать голову" во всё, что делаешь и что собираешься сделать. Большинство совершаемых ошибок происходит от недостаточной включенности сознания в процесс движения. Как что-то может делать ваше тело, если в этом не участвует мозг? Да и по нагрузкам раскладка мне представляется следующей: 75 процентов - мозг и 25 процентов - тело". (Сов. спорт, 1976, 29 апр.) Рекомендация: "включать голову во всё, что делаешь и что собираешься сделать" должна стать обязательным составным компонентом любого тренировочного процесса и, конечно же, определять тактику поведения на соревнованиях.

Анализ программы ДСШ, а именно раздела по психологической подготовке, подтверждает данное положение. Так, например, в программах по футболу, легкой атлетике, дартсу и других видах спорта, психологическая подготовка рассматривается как воспитание морально-волевых качеств и интеллектуальная подготовка спортсмена. В период начальной подготовки на данную работу отводится 2 часа в год. На этапе спортивного совершенствования помимо всего рекомендуется воспитывать «устремлённость к победе, настойчивость, смелость, самообладание и другие качества и свойства спортивного характера». На это авторами программы запланировано 3 часа в год.

Более подробно раздел психологической подготовки дан в рабочей программе ДСШ по скалолазанию, в которой указывается, на что необходимо обращать внимание, какими методами лучше осуществлять психологическую подготовку (формирование мотивации, создание благоприятных отношений в коллективе). Предлагаются средства психологической подготовки: аутогенная и идеомоторная тренировка. Более того, в программе приводится система психологической подготовки американского психолога А. Гольдбергера, который предложил разбить средства психологической подготовки на поэтапные действия (цепь последовательных шагов), выполняя которые «спортсмен постепенно учится максимизировать свой психофизиологический потенциал, а тренер повышает эффективность своей деятельности».

Всё, что он предлагает давно известно в педагогической психологической литературе и психологической практике по спорту. И, если по поводу данных рекомендаций нет возражений (действительно, разве можно возражать по поводу поощрения спортсменов (

шаг 5) или шаг 9 – сопереживайте вместе со спортсменом, шага 3-его – осознайте вашего спортсмена, он – личность), то возникает вопрос, во первых, почему поощрение спортсмена, к примеру, стоит именно на 5-ом месте, а сопереживание на 9-ом. Главный недостаток данной программы – это отсутствие технологии реализации целей («шагов»), отсутствие принципов и средств, на которых должна основываться психологическая подготовка. А это возможно только при условии, когда тренер планирует результаты, которые должны быть получены в процессе проведения психологической работы с юными спортсменами. Без ответа на данный вопрос невозможно строить психологическую работу.

В итоге, тренер, осуществляя подготовку детей, вынужден ориентироваться на свой спортивный опыт, что, как показала практика научных исследований, не только не обеспечивает позитивных психологических результатов, но достаточно часто оказывает негативное влияние на психику юного спортсмена. Это создаёт или может создать значительные психологические проблемы и трудности у юных спортсменов в дальнейшем. Исследования показали, что значительное количество тренеров, работая с юными спортсменами, ориентируются, прежде всего, на спортивный результат. В итоге, такая важнейшая педагогическая задача как создание условий для личностного развития юных спортсменов уходит из их поля зрения. Одной из причин такого положения, как мы уже отмечали, является отсутствие системы психологического обеспечения, которая должна определить цели, задачи и средства, применяемые при подготовке на всех этапах спортивной карьеры. При этом необходимо отметить, что данные цели, задачи и средства психологической работы тренера должны соотноситься с возрастными психологическими особенностями.

В нашем исследовании работа проводилась со спортсменами начальной подготовки 10-12 лет (скалолазание). В этом возрасте закладываются те психологические установки, которые во многом определяют спортивную карьеру, и, прежде всего, происходит становление мотивов, побуждающих к занятиям спортом. Поэтому так важно организовать правильную психологическую работу тренера на данном возрастном этапе. Это требует в свою очередь рассмотрения тех психологических подходов, которые используются современной психологией и педагогикой для организации работы с юными спортсменами. Специалисты указывают на то, что в младшем школьном возрасте формируются общие и специальные способности, в том числе необходимые в будущей профессиональной (спортивной) деятельности. В данном возрасте происходит становление самосознания, повышение уровня активности и самостоятельности, отмечается повышенная эмоциональность и недостаточная устойчивость к стрессу.

Согласно Э. Деси, необходимо определять условия, помогающие или мешающие нормальному развитию. Важно осуществлять поиск тех ресурсов в ребёнке, которые могли бы помочь ему противостоять влиянию негативных факторов. Он же в своём выступлении на 12 мировом конгрессе спортивных психологов говорил о пользе использования в детском спорте результатов исследования, связанных с созданием таких условий для юных спортсменов, которые воспитывают личностные качества, способствуют адекватному развитию и эффективному функционированию индивидов в рамках спортивной деятельности.

Данные положения позволяют создать модель системы психологического обеспечения юных спортсменов 10-12 лет на начальном этапе обучения в спортивной школе.

Целенаправленная психологическая работа с юными спортсменами на начальном тренировочном этапе предполагает становление следующих психологических характеристик: устойчивая мотивация к занятиям спортом (Я хочу), адекватная самооценка своих физических качеств и личностных характеристик, ориентация на достижение успеха готовность к выполнению оптимальных тренировочных нагрузок и готовность к проявлению необходимых волевых усилий при выполнении физических упражнений, способность к управлению вниманием.

Исходя из предполагаемых результатов, планируются цели, а так же подбираются адекватные средства и методы психологической работы.

Цель 1 этапа – создание условий способствующих формированию устойчивого интереса к занятиям спортом и готовности к самостоятельному выполнению заданий.

Задача 1. Создание положительного отношения к занятиям спортом. Задача 2. Формирование ответственности за выполнение упражнений в ходе тренировочных занятий и регулярных домашних заданий.

Задача 3. Создание условий для развития самостоятельности на тренировках.

Психологическая направленность занятий должна заключаться в использовании приемов, которые способствуют созданию у юных спортсменов установок на выполнение задачи (а не достижение первенства среди сверстников), установок на обязательное завершение задания (понимание необходимости усилий и преодоления трудностей в ходе выполнения задания), создание ситуаций успеха при выполнении заданий.

В качестве основных психологических средств и методов могут стать:

1. Методы и средства создания оптимального мотивационного климата
2. Методы организации самостоятельной работы в процессе тренировки и дома.
3. Упражнения на развитие внимания и самоконтроля юных спортсменов.
4. Программа упражнений для мышечной релаксации (психо-гимнастика) и саморегуляции.

Первые результаты применения данной модели при работе с юными спортсменами 10-12 лет показали достаточную её эффективность. Исследовались следующие характеристики: 1) динамика уровня притязаний 2) мотивация на совершенствование (реальная оценка своих возможностей) 3) повышение уровня самостоятельности 4) концентрация внимания (кольца Ландольта) 5) оперативная память (запоминание трассы) 6) динамика спортивных результатов.

Тестирование данных показателей проводилось каждые 3-6 месяцев.

Оценки, полученные учениками, во время контрольных тестирований фиксировались в личных дневниках или вывешивались на стендах.

В процессе исследования были получены следующие результаты: уровень притязаний в экспериментальной группе увеличился с 2,57 до 2,89 ($p < 0,05$). В то же время в контрольной группе изменения были недостоверны с 2,73 до 2,90. Уровень притязания показывает направленность личности спортсмена на достижение результата. В нашем случае повышение уровня притязаний в экспериментальной группе произошло вследствие повышения уровня мотивации на самосовершенствование, своих физических показателей.

Для определения мотивации к совершенствованию нами был использован тест на самооценку. На первом этапе испытуемым было предложено оценить уровень развития физических качеств и личностных характеристик.

По результатам тестирования с учащимися был проведён анализ и обсуждение направленные на более адекватное восприятие этих качеств.

В течение полугода нами проводилась работа, направленная на повышение мотивации по улучшению этих показателей, были поставлены конкретные задачи по совершенствованию данных качеств.

Осуществлялся самоконтроль за их выполнением. Через 6 месяцев было проведено повторное тестирование.

Результаты исследования показали снижение самооценки уровня развития личностных характеристик с 3,93 до 3,80 и физических качеств с 3,81 до 3,49.

Такое снижение можно объяснить более адекватной оценкой со стороны юных спортсменов уровня развития указанных качеств. Это, как мы полагаем, должно было повысить мотивацию на последующую работу по их улучшению. Очередное тестирование действительно показало значительное улучшение ряда физических показателей (отжимания с 12 до 24, пресс с 24 до 39).

Учитывая, что работа по улучшению этих физических качеств в экспериментальной группе проводилась только как домашнее задание, то это позволяет говорить о повышении мотивации на самосовершенствование.

В контрольной группе так же было отмечено некоторое снижение самооценки уровня развития физических качеств, и не изменилась самооценка личностных характеристик. Это

позволяет считать, что в контрольной группе не сформировалась установка на улучшение физических качеств и личностных характеристик (удовлетворенность достигнутым). И хотя в контрольной группе был так же отмечен прирост этих физических показателей (отжимания с 15 до 25, пресс с 28 до 32). Однако этот прирост был получен под руководством тренера на занятиях, а не самостоятельно. Поэтому следует полагать, что увеличение результатов в экспериментальной группе является так же следствием более высокого уровня самостоятельности и ответственности.

Значимым фактором повышения эффективности соревновательной деятельности в скалолазании является высокий уровень концентрации внимания и оперативной памяти. Для улучшения этих показателей была организована специальная работа. Спортсмены запоминали трассы, мысленно представляли прохождение и письменно воспроизводили маршрут. Аналогичная работа задавалась на дом. Исследование показало, что юные спортсмены экспериментальной группы достоверно улучшили показатели концентрации внимания и оперативной памяти, уменьшилось количество ошибок с 12 до 2.

В контрольной группе улучшение оперативной памяти практически не отмечено (количество ошибок уменьшилось с 9 до 8). Показатели концентрации внимания остались на прежнем уровне.

Важным показателем эффективности системы психологического обеспечения является спортивный результат.

В экспериментальной группе отмечено улучшение результатов выступлений на соревнованиях. Учитывались занятые места до эксперимента и после его проведения. Был отмечен более высокий уровень результатов на втором этапе исследования в экспериментальной группе по сравнению с контрольной: трудность- в среднем на 5, 3 места, скорость- на 5, 4 места; в контрольной группе- трудность на 2,1 мест, скорость 4,5 мест.

Полученные данные позволяют считать, что использование системы психологического обеспечения направленное на создание условий для формирования необходимых личностных качеств положительно повлияло на спортивный результат.

РАССУЖДЕНИЯ О ФУНКЦИИ СПОРТИВНЫХ СОРЕВНОВАНИЙ

ТУЕВ С.Ф., к.п.н.,
Чувашский ГПИ, г. Чебоксары

Функции спортивных соревнований многогранны и оцениваются неоднозначно. Условия соревнований и особенности деятельности, лежащей в их основе, могут как способствовать, так и препятствовать реализации их функций.

Противоречивость условий соревнований и особенностей деятельности, лежащей в их основе, относительно реализации функций спорта была понята далеко не сразу. Одни специалисты обращали внимание лишь на негативное влияние, другие делали акцент лишь на позитивном. Но, очевидно, лишь тщательный анализ всей совокупности свойств соревнований, их объективная оценка может создать предпосылки для полноценного использования факторов соперничества, при котором бы создавались условия для проявления положительного влияния и нивелирования отрицательного.

В сфере спорта соревнования, благодаря своей специфической функции используются в качестве средства, обеспечивающего достижение общей цели всех компонентов данной сферы - сравнение человеческих возможностей и выявление их абсолютного максимума. Характерно, что понятия «спорт» и «соревнование» зачастую используются как синонимы, хотя очевидно, что спорт существенно шире и кроме соревнований включает и другие компоненты, в частности, систему специальной подготовки спортсменов, обеспечивающую достижение соответствующего уровня развития участников соревнований.

Конечно, участвовать в соревновании можно и без специальной подготовки. Да и совершенствование возможностей человека может осуществляться не только в форме соревнований. Поэтому подготовительная функция соревнований, проявляющаяся в повышении уровня развития спортсменов при систематическом участии в соревнованиях, по сути является неспецифической.

Логика соревнования, обусловленная желанием победить со всеми вытекающими из этого последствиями, стимулирует стремление к самосовершенствованию. Формально, без установки на победу, соревноваться невозможно. Это будет не соревновательная деятельность, а лишь выполнение действий, составляющих упражнение, на основе которого проводится соревнование.

Поэтому спортсменами могут считаться лишь те, в чьей деятельности присутствует весь комплекс признаков, характеризующих спортивную деятельность: регулярное участие в соревнованиях, систематическая подготовка к ним, безусловное следование соответствующим духу спорта нормам и правилам поведения.

Необходимо отметить, что функциональные особенности соревнований проявляются в их типичных разновидностях. Среди типичных разновидностей соревнований можно выделить соревнования, преимущественной целью участия в которых является:

- достижение победы или определенного рангового места;
- получение вознаграждения за победу, определенное ранговое место или участие в соревновании;
- участие в процессе соперничества безотносительно к победе или вознаграждению;
- выполнение действий, на основе которых организовано соревнование. По-видимому, каждое конкретное соревнование представляет собой комплекс этих типов. Комплексность может выражаться в том, что различные участники одного соревнования преследуют разные цели, или в том, что каждый участник в определенной мере ориентируется на достижение нескольких целей.

Тем не менее, на этом неформальном основании появляется возможность выделить в сфере спорта несколько его разновидностей, поддерживающих различные типы соревнований.

На современном этапе развития в сфере спорта можно различить несколько относительно самостоятельных областей, традиционно обозначаемых как *направления спортивного движения*. В их пределах создаются наиболее благоприятные условия для удовлетворения определенных индивидуальных потребностей, а в сочетании они ориентированы на реализацию функций, присущих сфере спорта в целом. Прежде всего, это два основных направления, часто обозначаемые как «массовый спорт» и «большой спорт», или «спорт высших достижений».

При решении вопроса о принадлежности спортсмена к профессиональному или любительскому спорту имел значение лишь факт получения спортсменом вознаграждения за спортивные успехи. Однако достаточно быстро стало понятно, что дальнейший рост спортивных достижений возможен лишь в том случае, если наиболее одаренные спортсмены возведут спортивную деятельность в ранг основной, то есть изберут ее в качестве профессии. Безусловно, это могут позволить себе лишь материально обеспеченные люди. Таким образом, контингент соперников будет резко ограничен, а это не может гарантировать прогресс спортивных достижений.

Уровень спортивных достижений конкретного спортсмена в значительной мере лимитирован его индивидуальной одаренностью и величиной затрат времени и усилий на ее реализацию. В связи с этим спорт высших достижений:

- во-первых, не может быть массовым. Контингент спортсменов, охваченных данным направлением, должен быть жестко ограничен отбором наиболее талантливых, способных подняться на уровень абсолютных достижений;
- во-вторых, должен быть профессионализирован. Установка на достижение максимально высоких результатов требует формирования такого образа жизни, при котором спортивная деятельность становится основной, доминирующей, то есть приобретает статус профессии. Ее режим ограничивает возможность других занятий, и она является материальным источником

существования.

В связи с этой закономерностью пришлось отказаться от распространенного ранее в спорте высших достижений разделения спортсменов на любителей и профессионалов. В частности, было пересмотрено Правило 26 Олимпийской хартии, обозначавшееся как «положение о любительстве» и запрещавшее претендентам на участие в играх Олимпиады получение какого-либо вознаграждения или материальной выгоды в связи с их спортивной деятельностью. Это положение резко ограничивало состав участников наиболее обеспеченной частью населения, что само по себе являлось дискриминацией, противоречащей основным принципам олимпийского движения, а, кроме того, неизбежно влекло за собой снижение уровня конкуренции и соответственно спортивных достижений. Признание этого факта привело к тому, что в 1978 году 26-е правило было переименовано и обозначено как «кодекс допуска», предусматривающий возмещение зарплаты за период подготовки и участия в соревнованиях, оплату питания, размещения, транспортных расходов, спортивного инвентаря, аренды спортсооружений, страхования, медицинской помощи, работы тренеров. Спортсменам разрешалось принимать завоеванные в соревнованиях призы и получать академические и технические стипендии. Однако, чтобы иметь право участвовать в играх, спортсмен не мог «быть в настоящем или прошлом профессионалом в каком бы то ни было виде спорта или заключать контракт о переходе в профессионалы до официального закрытия игр»¹. Спортсмен не мог также «выполнять функции профессионального тренера, по какому бы то ни было виду спорта». Тем не менее, следствием этих изменений стало то, что доходы «любителей» и «профессионалов» в спорте высших достижений фактически уравнились.

В последующих редакциях Олимпийской хартии условия допуска все больше упрощались и в результате для того, «чтобы быть допущенным к участию в Олимпийских играх, спортсмен должен выполнять правила Олимпийской хартии, а также правила соответствующей международной спортивной федерации, одобренные МОК, и быть заявленным своим НОК». В официальном разъяснении к Правилу 45 указывается, что «помимо случаев, когда на это имеется разрешение Исполкома МОК, ни один участник Олимпийских игр не может позволить использовать во время Олимпийских игр свою личность, фамилию, изображение или спортивный результат в целях рекламы». Но это ограничение имеет отношение только к двухнедельному периоду проведения игр.

В Олимпийской хартии появилось Правило 46 «Гражданство участников», заключающееся в том, что «любой участник Олимпийских игр должен быть гражданином страны, НОК которой подал на него заявку». Это требование стало необходимым, так как вследствие глобализации мировой экономики и культуры, разделения и объединения государств широкое распространение получила перемена гражданства и получение гражданских прав в нескольких государствах. Это правило ограничивает возможности участия в олимпийских командах разных стран трехлетним периодом после смены гражданства и не связано с какими-либо финансовыми проблемами.

Вместе с тем в спорте высших достижений по-прежнему достаточно отчетливо выделяются, по крайней мере, два течения. В них спортивная деятельность, по сути, является профессией. Но в каждом из них она осуществляется на основе принципиально разных закономерностей:

- течение, ориентированное на достижение рекордно высокого качества деятельности и потому действующее в соответствии с закономерностями подготовки спортсменов. Это течение до принятия лучшего термина можно обозначить как *профессионализированный «рекордный» спорт* высших достижений;

- течение, ориентированное на извлечение материальной выгоды и потому действующее в соответствии с закономерностями предпринимательства. Это течение часто обозначают как *профессиональный коммерческий спорт*.

Между этими течениями существуют сложные отношения. Их идеология неоднозначна и часто противоречиво влияет на отдельных спортсменов. Не вызывает сомнения, что многие ведущие спортсмены в разные годы своего спортивного пути принадлежали разным течениям, как бы переходили из одного в другое. Более того,

конкретный спортсмен в какой-то период может по своим целевым установкам одновременно принадлежать разным течениям.

Различия «рекордного» и коммерческого спорта обусловлены, прежде всего, закономерностями, на основе которых осуществляется деятельность спортсменов, составляющих эти течения спорта высших достижений.

Спортивная деятельность вне спорта высших достижений осуществляется исключительно в свободное время. Его наличие и количество лимитирует возможный контингент занимающихся и уровень результатов в спорте общедоступных достижений. В этом заключаются принципиальные различия направлений спортивного движения.

В спорте общедоступных достижений также выделяют несколько разновидностей, отличающихся особенностями деятельности участвующих в них спортсменов и находящихся в пограничной области сфер физической культуры и спорта. Это, прежде всего:

- *базовый спорт*, представляющий собой соревновательный раздел базовой физической культуры, призванной обеспечивать фундамент физической подготовленности подрастающего поколения. Ядро базового спорта составляют детско-юношеские соревнования. Они используются в системе общего и специального обучения и воспитания в качестве одного из методов. Поэтому подготовка к ним строится в решающей зависимости от особенностей цели и задач соответствующей педагогической системы. Отличительным признаком базового спорта является то, что занятия, преимущественно имеющие комплексный характер, в период непосредственной подготовки к конкретному соревнованию специализируются, приобретают признаки тренировки;

- *кондиционный спорт*, также представляющий собой соревновательный раздел базовой физической культуры, но ориентированной преимущественно на сохранение физической подготовленности взрослого населения. В зависимости от этапов возрастного развития, условий жизни, а также интересов отдельных людей содержание спортивной деятельности изменяется. Соревновательные установки перестают доминировать, а занятия, сохраняя признаки тренировки, в частности избирательную направленность воздействий и использование специфических для определенного вида спорта упражнений, в большей мере ориентированы на обеспечение поддерживающего эффекта. Участие в соревнованиях и подготовка к ним в кондиционном спорте строится преимущественно на самостоятельных началах и в решающей зависимости от индивидуальных возможностей и потребностей спортсменов. Результаты приобретающих в последние годы большую популярность соревнований ветеранов по различным видам спорта, проводимые в возрастных группах, в частности в плавании в 16 группах - от 25 до 104 лет, свидетельствуют о возможности длительного сохранения высокого уровня подготовленности спортсменов, вовлеченных в кондиционный спорт. По-видимому, так проявляется стимулирующее влияние мотивов соперничества;

- *профессионально-прикладной спорт*, представляющий собой соревновательный раздел профессионально-прикладной физической культуры, обеспечивающей специальную подготовку к конкретной деятельности, избранной в качестве основной. Отличительным признаком профессионально-прикладного спорта являются соревнования, организуемые на основе действий, характерных для определенной профессиональной сферы;

- *реабилитационно-рекреационный спорт*, отчасти являющийся составной частью оздоровительно-реабилитационной и так называемых фоновых видов физической культуры, использующих соревнования и их элементы в повседневной жизни при организации здорового досуга и в системе восстановительных мероприятий. Эта разновидность спортивного движения не характеризуется типичным для спорта высоким напряжением соревновательной деятельности и подготовки к ней. Участие в соревнованиях вовлеченного в это течение контингента может быть нерегулярным, эпизодическим, но положительный эффект от соревнований в виде благоприятного функционального и эмоционального фона способствует поддержанию здоровья и общей физической работоспособности.

В пограничной области основных направлений спортивного движения находятся переходные разновидности, имеющие признаки как спорта общедоступных, так и спорта высших достижений. Результаты спортсменов, привлеченных в эту область, могут быть пока относительно невысоки, но они обладают определенными потенциальными возможностями, для реализации которых создаются соответствующие условия. Эти спортсмены являются своего рода резервом, из которого пополняется контингент спорта высших достижений.

Переходные разновидности, часто обозначаемые как *резервный спорт*, обеспечивают взаимосвязь направлений спортивного движения.

С этой целью, прежде всего, проводится отбор наиболее одаренных спортсменов. Проблемой при этом является установление оптимального соотношения между субъективно-индивидуальными установками и объективными потребностями общества. При отсутствии достаточно жестких критериев отбора в спорт высших достижений вовлекается чрезмерно большая масса людей, что, с одной стороны, приводит к распылению средств и усилий, что противоречит интересам общества, а с другой стороны, к личным трагедиям людей, не обладающих необходимым талантом, но потративших время и силы, а возможно, и здоровье на достижение недостижимого. Таким образом, ядром профессионализированного рекордного спорта высших достижений являются соревнования, в которых целевой акцент делается на достижении победы или определенного рангового места в иерархии соперников. Это течение наиболее полно соответствует концепции спорта, а его соревнования преимущественно ориентированы на реализацию как специфических, так и общекультурных функций сферы спорта.

Рекордный спорт высших достижений и присущий ему тип соревнований ориентирован на поиск и отбор наиболее эффективных средств и методов реализации этой возможности.

Профессиональный коммерческий спорт, базируясь на соревнованиях, главным в которых является получение вознаграждения за победу, определенное ранговое место или участие в них, обуславливает проявление соответствующих особенностей соревнований, способствующих реализации функций не только, а порой и не столько сферы спорта, как бизнеса, сферы предпринимательства.

Мотивы участия в соревнованиях спортсменов в каждом направлении спортивного движения могут быть различны, но более ярко выражен, как правило, наиболее характерный тип.

Данная проблема имеет не только теоретический интерес, но и конкретную практическую актуальность. Целевые особенности соревнований и соответствующих направлений спортивного движения определяют требования, как к самой соревновательной деятельности, так и к процессу подготовки к ней.

Организаторы соревнований, победа или участие в которых поощряется определенным вознаграждением, заинтересованы, прежде всего, в зрелищной привлекательности деятельности, на основе которой проводится соревнование. Это обуславливает выбор видов спорта для профессионально-коммерческого течения в спорте высших достижений. Несмотря на то, что отношение зрителей к наблюдаемому в историческом процессе изменяется, наиболее зрелищными всегда считались виды деятельности, связанные с риском, и игровые виды. Кроме зрелищности или в связи с ней достаточно значимыми критериями, определяющими выбор видов для профессионально-коммерческого спорта, является престиж деятельности, популярность исполнителей и, возможно, в определенной мере некоторые другие факторы. В частности, в сферу профессионально-коммерческого спорта включаются виды деятельности, уникальность которых определяется принципом «сделать то, что никто еще не делал» или «добиться максимального результата в крайне причудливой, сенсационной деятельности». Подобные факторы, хотя, возможно, и не полностью, обуславливают проведение коммерческих соревнований, основанных на видах деятельности, не встречающихся в других направлениях спортивного движения, например по прыжкам на мотоциклах на дальность, подъему неудобных тяжелых предметов, преодолению больших водных пространств вплавь или с помощью специальных средств.

Следовательно, спорт общедоступных достижений сформировался вокруг соревнований, в которых целевой приоритет имеет само участие в процессе соперничества и выполнение действий, на основе которых организовано соревнование преимущественно несут функциональную нагрузку, характерную для сферы физической культуры.

ФОРМИРОВАНИЕ ПРОФЕССИОНАЛЬНОЙ КОМПЕТЕНТНОСТИ УЧИТЕЛЯ ФИЗИЧЕСКОЙ КУЛЬТУРЫ В ПРОЦЕССЕ ПОСЛЕДИПЛОМНОГО ОБРАЗОВАНИЯ

ФЕДЯКИНА С.А.,
Филиал РГУФКСиТ, г. Новочебоксарск

XXI век – век новых глобальных перемен, во многом пока неопределенных, но несущих нам огромное количество информации в виде указаний, рекомендаций и изменений [3]. Преобразования российского общества в целом и школы в частности напрямую ведут к изменению требований, как к ученику, так и к учителю. Множество педагогов сегодня находятся в поиске новых форм и методов обучения.

Общей целью образования в области физической культуры является формирование у учащихся устойчивых мотивов и потребностей в бережном отношении к своему здоровью, целостном развитии физических и психических качеств, творческом использовании средств физической культуры в организации здорового образа жизни. Важно, что регулярные занятия физическими упражнениями не только оказывают положительное влияние на организм человека, но и способствуют формированию стиля его жизни. Только собственной деятельностью можно «сделать» и свою личность, и здоровье, и дееспособность. Культурному и образованному в области физической культуры человеку проще и эффективнее показать и утвердить себя в любой сфере деятельности.

Все движения, которые осваивает ребенок сам или которым его учат взрослые, - это произвольные движения: учится ли он ходить, бегать, складывать кубики, завязывать шнурки или выводить на бумаге первые каракули. И именно учитель физической культуры шаг за шагом ведет своих учеников к прекрасному искусству владения своим телом [2]. Таким образом, учебное заведение является ключевым пунктом, в котором можно успешно проводить политику приобщения к регулярным занятиям физическими упражнениями, формировать установку на двигательно-активный стиль жизни.

Модернизация процесса физического воспитания вынуждает и молодых специалистов и учителей с большим опытом и стажем работы разнообразить методы обучения, решаться на эксперименты, идти к наиболее рациональному использованию времени на уроках физической культуры. Только проявив компетентность, всестороннюю информированность о современной школе, учитель может повысить качество образования учащихся [4]. Компетентный педагог должен быть знающим. Помимо собственного учебного предмета, он должен иметь знания по психологии, педагогике, возрастной физиологии и другим областям. Следовательно, профессиональная компетентность педагога это совокупность обобщенных знаний, умений и способностей, обеспечивающих результаты в обученности и воспитанности школьников в современных условиях [1].

Содержание стандарта образования, акцентируя внимание к личностным аспектам учебного предмета по физической культуре, предъявляет новые требования не только к подготовке учащихся, но и к обновлению профессионального «арсенала» учителя физической культуры. Существует необходимость постоянного обновления и расширения профессиональных знаний по наиболее актуальным направлениям, таким как совершенствование и развитие системы образования, формирование профессиональных педагогических умений, стимулирование творческого роста педагога [7].

Процесс подготовки специалиста ФКиС не завершается в высшем учебном заведении. Изменения в социальной, образовательной политике предъявляют новые требования к учителю физкультуры. Разработка и принятие новых образовательных стандартов,

ориентированных в первую очередь на обеспечение качества образования, развитие учащихся, создание условий эффективного образовательного процесса требуют постоянного научно-методического сопровождения специалиста.

Система повышения квалификации учителей физической культуры призвана обеспечить методические условия успешности создания здоровьесберегающего образовательного пространства, физического воспитания детей.

В целях достижения планируемых результатов повышения квалификации педагогов в области физической культуры и спорта Липецкий институт развития образования расширяет свое взаимодействие с различными структурами. Мы имеем позитивный опыт сотрудничества с преподавателями Липецкого государственного педагогического университета, информационно-аналитическим центром развития физической культуры и спорта Липецкой области, детским оздоровительно-образовательным центром спорта и туризма, городским центром детского и юношеского туризма, врачебно-физкультурным диспансером, МОУ СОШ №№ 47, 68 в области проведения курсов повышения квалификации, подготовки нормативной документации, программно-методических материалов.

Задачи программы курса повышения квалификации учителей физической культуры «Совершенствование процесса физического воспитания в образовательных учреждениях Липецкой области» это, прежде всего:

- повышение профессиональных знаний педагога;
- совершенствование уже имеющихся и изучение новых средств, методов, форм обучения, воспитания и развития учащихся;
- определение инновационного содержания образования по предмету «физическая культура».

Программа курса включает актуальные вопросы воспитания в процессе обучения, материалы, способствующие развитию самостоятельного творческого поиска педагога.

Слушателям предлагается ряд методик использования информационно-коммуникационных технологий, здоровьесберегающих подходов, методов и средств в образовательном процессе урока личностно-ориентированной физической культуры, ознакомление с перечнем травмоопасных и запрещенных упражнений, а также с комплексом упражнений, способствующих снятию психоэмоционального и физического перенапряжения. С педагогами области изучаются стандарты физического развития детей и подростков разных типов сложения, стандарты физической подготовленности, методики использования таблиц и компьютерных программ для оценки и коррекции морфофункционального развития детей.

Совместно с ГУ «Информационно-аналитический центр развития физической культуры и спорта Липецкой области» сделан серьезный шаг в подготовке учителей общеобразовательных учреждений к организации и проведению мониторинга психофизического здоровья и физической подготовленности детей области, данные которого, дают возможность провести комплекс конкретных мероприятий по предупреждению и устранению негативных воздействий на физическое здоровье ребенка.

В процессе повышения квалификации у педагогов есть возможность проанализировать свой опыт работы, раскрыть творческий потенциал, обменяться накопленными знаниями и профессиональными достижениями. Без таких умений невозможен профессиональный рост учителя в постоянно обновляющейся системе общего образования.

Наше сотрудничество не столь продолжительно, но его необходимость, эффективность оценена всеми сторонами: институтом, центром, учителями, управленческими кадрами.

Дальнейшее развитие планируется в двух направлениях.

Первое – это совершенствование научно-методического сопровождения образовательного процесса в школах по физическому воспитанию:

- развитие профессиональной компетенции учителя ФК (теоретической, методологической, методической составляющей);
- адаптация программно-методического обеспечения к новым стандартам;

- расширение форм и методов физкультурно-спортивной деятельности среди детей;
- технологизация урока физической культуры;
- разработка методических рекомендаций по вопросам физического воспитания и здоровьесбережения;
- технологии создания, поддержки, диагностики здоровьесберегающей среды.

Второе – это развитие новых форм инновационно-интегративной деятельности в первую очередь в области мониторинга психофизического здоровья участников образовательного процесса на основе научно-методического сотрудничества кафедры психологии развития и коррекции личности, лаборатории «Здоровьесберегающие технологии» ИРО и информационно-аналитического центра развития ФКиС.

Предполагается объединение деятельности ИРО, учреждений ФКиС, учреждений государственной поддержки детства, специалистов по организации летнего отдыха учащихся в научно-методическом сопровождении процесса оздоровления детей в каникулярное время.

Практика показала, что усилия отдельных учреждений, будь то школа, институт развития образования, учреждение ФКиС в одиночку не может решить проблему сохранения и развития физического здоровья населения. Видится только один путь – объединение усилий всех заинтересованных сторон, в центре внимания которых будет семья и ее самые юные члены – будущее нашей страны.

Литература:

1. Генике Е.А. Профессиональная компетентность педагога – М.: Сентябрь, 2008.
2. Ивашковский А.А. Как разнообразить уроки в начальной школе // Физическая культура в школе, 2008, №4.
3. Компанец Л.И. «Свобода» на уроках // Физическая культура в школе, 2008, №5.
4. Концепция модернизации общего образования до 2010 года, утвержденная распоряжением Правительства Российской Федерации от 29.12.2001 № 1756-р
5. Куцаев В.В. «Золушка» или «королева» // Физическая культура в школе, 2008, №5.
6. Машковцев А. Новости школьно-спортивной жизни // Спорт в школе №16 (442), август 2008.
7. Федеральный компонент государственного стандарта общего образования. Часть I. Начальное общее образование. Основное общее образование. / Министерство образования Российской Федерации. – М. 2004.

ПОТЕНЦИАЛ ФИЗИЧЕСКОЙ КУЛЬТУРЫ В ФОРМИРОВАНИИ ЗДОРОВЬЕСБЕРЕЖЕНИИ ШКОЛЬНИКОВ

ФОМИЧЕВА Н.В.
ИФК ТюмГУ, 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:

- деятельностного подхода к освоению физической культуры, который ориентирует не только на усвоение знаний, но и на способы этого усвоения, на развитие познавательных и мыслительных потенциалов 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 здоровьесориентированном 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.

ОСОБЕННОСТИ ПОСТРОЕНИЯ ЗАНЯТИЙ ФИЗИЧЕСКИМИ УПРАЖНЕНИЯМИ С ДЕТЬМИ ДОШКОЛЬНОГО ВОЗРАСТА

ЧАЛЫХ К.Н., к.п.н.,

ВелГАФКиС, г. Великие Луки, Псковская обл.

Учитывая незрелость, большую податливость скелета, слабость мышц, низкий уровень сопротивляемости организма, важно избегать таких влияний, которые выходят за пределы возможностей детей и поэтому вызывают различные перенапряжения, тормозят и нарушают

нормальный процесс развития. Будущие дороги жизни, по которым человеку предстоит пройти в разнообразных областях учебной, трудовой, воинской, научной, спортивной деятельности, потребуют, прежде всего, наличия хорошего здоровья, высокой работоспособности, запасов в сопротивляемости неблагоприятным влияниям внешней среды. Поэтому все возможности использования физической культуры должны быть направлены на закаливание, повышение жизнеспособности и сопротивляемости детского организма неблагоприятным факторам внешней среды, на укрепление костной и мышечной

систем, а также суставно-связочного аппарата, на совершенствование функций сердечно-сосудистой, дыхательной, нервной и других систем. В дошкольном возрасте должны быть созданы благоприятные предпосылки для формирования правильной осанки. В связи с этим центральное место занимает всестороннее и гармоничное укрепление всех групп мышц, особенно спины, живота, стопы. Опыт детских садов и отдельных семей убеждает в том, что при систематическом и правильном использовании всех средств физической культуры удается достичь значительных успехов в укреплении здоровья детей, формировании телосложения и развитии функций.

В дошкольном возрасте не осуществляется специально акцентируемое, изолированное развитие того или иного качества. По мере накопления двигательного опыта, совершенствования морфофункциональных свойств детского организма создаются благоприятные предпосылки для развития всех качеств.

Хорошо организованные групповые занятия физическими упражнениями под руководством квалифицированного воспитателя способствуют развитию ориентировки в пространстве и во времени, согласованности и координированности движений (собственных и коллективных), точности и ритмичности. Все это, а также сам процесс овладения новыми движениями, развитие двигательного анализатора обуславливают возможность совершенствования такого сложного и важного качества, как ловкость.

Игровые задания, связанные с необходимостью своевременно и даже быстро реагировать на разные сигналы, способствуют развитию своевременности и быстроты двигательной реакции. Постепенно, по мере овладения разнообразными способами ходьбы и бега, повышаются требования к скорости передвижения, развивается способность к ускорениям. Поскольку детей дошкольного возраста приучают к правильной осанке, т.е. к удерживанию рациональной позы во время всех видов деятельности, встает вопрос о необходимости развития мышечной силы. Время удерживания позы постепенно увеличивается, что способствует укреплению мышц живота, спины. Однако важно использовать и специальные упражнения развития силы соответствующих мышц, в том числе и мышц стопы, от которых зависит формирование полноценного свода и успешность овладения жизненно важными движениями. Для развития силы уместны кратковременные скоростно-силовые упражнения (прыжки, метания), а также некоторые упражнения в преодолении веса собственного тела (лазанье и т.п.).

Постепенное развитие силовых способностей у детей дошкольного возраста обеспечивается использованием относительно невысоких нагрузок, создаваемых главным образом за счет преодоления таких сопротивлений, как вес собственного тела и мелкого инвентаря (палочки, мячи, обручи и т.п.).

В дошкольном возрасте развивают только общую выносливость. Постепенное увеличение длительности выполняемых двигательных действий при сохранении достаточной интенсивности, чередуемое с паузами отдыха, способствует совершенствованию вегетативных функций, от которых зависит повышение работоспособности. Фактически все выполняемые двигательные действия вносят определенный вклад в развитие общей выносливости.

В процессе занятий физическими упражнениями создаются благоприятные возможности для комплексного воздействия с целью всестороннего формирования личности дошкольников. Однако возможности могут быть реализованы при условии своевременного решения задач умственного, нравственного, эстетического, трудового воспитания. Групповая двигательная деятельность, особенно игровая, стимулирует проявление тех или иных отношений к окружающему. В связи с этим важно формировать культуру поведения в двигательной деятельности, привычку и даже потребность в систематических занятиях физическими упражнениями, умение сдерживать свои желания, эмоции, подчиняться требованиям воспитателя, коллектива, воспитывать скромность, честность, вежливость, доброжелательность и предупредительность к товарищам, стремление помогать друг другу и многое другое.

Методика занятий физическими упражнениями зависит от направленности, задач и конкретного содержания занятий, условий их проведения, возрастных особенностей и двигательных возможностей детей.

Одной из первостепенных и важных целей использования физической культуры в дошкольном возрасте является развитие у детей движений. От этого в значительной степени зависит взаимодействие с окружающим миром и физическое развитие детей. В свою очередь, эффективность развития движений зависит от окружающих условий, главным образом от соответствующего обучения и воспитания. К благоприятным условиям можно отнести: наличие простора для движений и сверстников для игр, наличие пособий, предметов, игрушек, а главное - квалифицированного руководства со стороны взрослых.

Физическое воспитание детей первого года жизни не выделяется в самостоятельный раздел, а сливается со всем процессом воспитания. За первый год ребенок должен пройти большой путь в развитии, от первых попыток поднимать голову (первый месяц) до умения самостоятельно ходить (к 12-му месяцу). Особенностью методики, от которой зависит развитие движений, является своевременное создание благоприятных условий; кратковременное удерживание ребенка в вертикальном положении на руках, укладывание на живот, распеленание для свободного выполнения движений, развешивание и раскладывание игрушек, расстановка пособий для стимулирования самостоятельных движений.

Для развития движений детей второго и третьего годов жизни программой предусмотрены: ходьба, равновесие, лазанье, ползание, метание, общеразвивающие упражнения и подвижные игры.

Если в работе с детьми первого года жизни основное место в развитии движений занимали методы упражнения, то методика двигательной подготовки детей второго и третьего годов жизни опирается, кроме того, на методы словесных заданий и демонстрации упражнений. Это объясняется интенсивным развитием речи и способности подражать. Речь детей становится средством общения с окружающими и приобретает решающее значение для их развития. Развитие способности подражать имеет особое значение не только для совершенствования поведения и овладения речью, но и для развертывания на более высоком уровне двигательной деятельности.

Игровая деятельность детей третьего года жизни становится сложнее и разнообразнее. Большое место в их двигательной подготовке занимают сюжетные и ролевые игры. Поскольку уже на втором году жизни отмечаются значительные различия в темпе и характере развития отдельных детей, учет индивидуальных особенностей каждого ребенка приобретает большое значение.

Индивидуальная работа с детьми дошкольного возраста направлена на дополнительное обучение отстающих, активизацию малоподвижных и улучшение физической подготовленности ослабленных детей, своевременное выявление и исправление отклонений в телосложении. Индивидуальная работа осуществляется в течение всего дня в часы игр и прогулок, с одним ребенком или небольшой группой детей.

Большое место в обучении детей движениям занимают так называемые игровые приемы (имитация движений, их образность, сюжетность заданий и др.). Особенно это касается детей младшего дошкольного возраста, работа с которыми насыщена подвижными играми и игровыми упражнениями. Чем моложе возраст, тем меньше грани между «поиграть» и «поучиться».

Однако было бы ошибкой понимать обучение детей движениям как обучение только в игровой форме, только через игры. Особенно это относится к старшему дошкольному возрасту, к которому можно предъявить большие требования.

Подвижные игры с правилами имеют свои особенности в педагогическом процессе. Большая эмоциональность, повышенная возбудимость, своеобразие взаимоотношений детей во время игры отвлекают их от указаний и объяснений воспитателя, направленных на улучшение качества движений. Особенно это заметно в играх с элементами соревнования и с преодолением препятствий. Процесс игры затрудняет исправление ошибок детей. Обращение воспитателя с целью коррекции действий играющих детей может нарушить ход и

даже смысл игры (быстро уйти от опасности, своевременно преодолеть препятствие, проявить ловкость, смелость и многое другое).

В ряде случаев начальное обучение, особенно сложным движениям, осуществляется при помощи методов упражнения. Тем более что упражнения в беге, прыжках, метании, лазанье настолько эмоциональны сами по себе, вызывают такой интерес у детей, что игровое оформление становится излишним. Воспитание у детей положительного отношения к процессу упражнения с целью усвоения правильных способов выполнения движений является важным и совершенно необходимым не только для повышения эффективности обучения, но и для подготовки к более сложному учению в школе.

Детей дошкольного возраста, еще неустойчивых в своих настроениях, легко возбудимых, нельзя перегружать эмоциями. Насыщенность занятия громкой музыкой, яркими предметами, игрушками, смехом вызывает слишком большое возбуждение, отвлекает их внимание от указаний, требований воспитателя, затрудняет процесс активного торможения. Надо оберегать нервную систему ребенка от сверхсильных раздражений. Вместе с тем необходимо развивать активное торможение: выслушивать до конца указания воспитателя, тормозить свои действия по сигналу и т.п. Что касается количественных достижений, то они нецелесообразны без приобретения детьми простейших двигательных умений. По мере овладения основами техники будут создаваться благоприятные предпосылки для повышения количественных показателей детей.

Серьезное обучение технике движений важно начинать с четырехлетнего возраста, поскольку этот период характерен большой пластичностью коры головного мозга. Благодаря этому сравнительно легко образуются нервные связи, но они неустойчивы и требуют основательного закрепления. Чтобы дети научились правильно выполнять движения, требуется большая и довольно длительная работа в этом направлении. При этом немаловажным является использование показа вместе с пояснениями. При сочетании слова и показа дети получают возможность видеть движение, расширять представления о нем, приучаться осознавать, осмысливать свои действия.

При обучении детей дошкольного возраста движениям широко используются конкретные двигательные задания. Они, как правило, построены на действиях с предметами: мячами, обручами, гимнастическими палками и др. Ребенку предлагают пролезть в обруч, не задевая подвешенную погремушку, пройти по доске, удерживая на голове мешочек с песком, резиновое кольцо и т.п. Такой способ помогает детям осознать поставленную задачу и действовать более целенаправленно.

В детских садах получили распространение следующие достаточно разнообразные формы физкультурных занятий с детьми:

1. Занятия физическими упражнениями в форме урока.
2. Занятия физическими упражнениями в режиме дня детского сада (утренняя гимнастика, подвижные игры, спортивные развлечения, физкультминутки, прогулки, дни здоровья).
3. Физкультурные праздники.
4. Самостоятельные занятия детей.

Кроме того, на музыкальных занятиях широко применяются физические упражнения без предметов и с предметами, музыкальные подвижные игры, элементы танцев, пляски, которые также способствуют решению задач физического воспитания. В детском саду всем формам физкультурных занятий отведено определенное место в режиме дня. Они регламентируются требованиями, изложенными в программе, связаны между собой, дополняют друг друга и проводятся в обязательном порядке со всеми детьми. Очень важным и совершенно необходимым в работе с детьми дошкольного возраста является обеспечение преемственности в содержании всего многообразия занятий.

Занятия физическими упражнениями - основная форма работы по физическому воспитанию с детьми дошкольного возраста. Именно на специальных занятиях они своевременно овладевают необходимым объемом знаний и двигательных умений, которые не могут быть усвоены в процессе игр, повседневного общения со взрослыми,

самостоятельной деятельности. Освоенное детьми на занятиях является основой содержания всех других физкультурных занятий.

С детьми грудного возраста ежедневными занятиями предусматриваются индивидуальные сеансы рефлекторных и пассивных движений в сочетании с массажем. Во второй половине грудного возраста постепенно расширяется объем активных движений, общая продолжительность занятия доходит до 10 мин.

К третьему году создаются благоприятные предпосылки для ежедневного проведения утренней гимнастики перед завтраком. Систематическое и квалифицированное проведение этого важного гигиенического мероприятия играет существенную роль в системе физического воспитания детей дошкольного возраста, так как расширяет их двигательный режим, оказывает на них не только оздоровительное воздействие, но и частично воспитательное и образовательное. Создаются условия для совершенствования некоторых упражнений, изученных на занятии, а также формируется привычка систематически использовать их в оздоровительных целях. Дети впервые узнают о значении утренней гимнастики для здоровья. Она позволяет организованно начать день в детском саду, способствует выполнению предусмотренного режима.

Если для первой младшей группы комплекс включает 3-4 упражнения игрового и подражательного характера в сочетании с ходьбой, бегом, подскоками продолжительностью до 5 мин, то для подготовительной к школе группы он увеличивается до 6 упражнений продолжительностью до 12 мин. К детям седьмого года жизни увеличиваются требования - общеразвивающие упражнения повторяются 6-8 раз, продолжительность бега доводится до 3-4 кругов по залу, а прыжков в заключение утренней гимнастики - до 30 раз. Таким образом, в целом усиливается влияние на организм детей.

Подвижные игры организует воспитатель ежедневно, но чаще во время прогулок, в день по несколько раз. Игра является важной самостоятельной деятельностью детей и занимает значительное место в их жизни.

В воспитательной работе детского сада большое внимание уделяется играм творческого характера, одной из форм которых является игра с разнообразными предметами. Игровые действия определяются характером предметов: с обручами надо бегать, прыгать, мячи бросать, катать. Эти игры мало регламентированы, просты по структуре, допускают любое количество участников и относительно большую самостоятельность детей. Наличие широких возможностей действовать сообразно своим силам делает такие игры наиболее доступными и привлекательными для детей. Часто дети сами намечают содержание игры: перепрыгивать через скакалку до тех пор, пока не заденешь ногами, бросить и ловить мяч, пока не уронишь его и т.п.

Интересной и весьма эффективной для дошкольников формой подвижных игр являются игры-задания, содержание которых составляют доступные детям действия (добежать первому до условной черты, докатить обруч до конца дорожки, не уронив его и т.п.).

Не имея достаточного запаса двигательных представлений, дети в самостоятельных играх не сразу проявляют активность и инициативу. В результате этого основной замысел игры часто бывает ограниченным, движения однообразны. В играх же с заданием, благодаря контрастности содержания, действия детей приобретают целенаправленный, осмысленный характер. Многократное повторение движений в таких играх под контролем воспитателя способствует совершенствованию двигательных умений и развитию соответствующих качеств. Условно их можно назвать играми-упражнениями.

Более сложной формой подвижных игр, широко применяемой для решения задач физического воспитания дошкольников, являются сюжетные игры с правилами. Они требуют от детей умения действовать в коллективе, согласовывать свои движения с другими участниками игры, выполнять установленные правила.

Эффективность подвижных игр для решения задач физического воспитания во многом зависит от условий их проведения — эмоциональной насыщенности, разнообразия двигательного содержания, наличия просторного помещения, площадки и достаточного количества необходимых для каждого возраста предметов.

Подвижные игры как самостоятельная форма физкультурных занятий дошкольников существенно дополняют занятия урочного типа и по содержанию должны быть тесно связаны с ними. В процессе игр создаются благоприятные возможности для совершенствования двигательных действий, изученных на занятиях.

Прогулки занимают очень большое место в режиме дня дошкольников. На них отводится от 30 мин до 2-х часов времени в первой и второй половинах дня. Основное назначение прогулок - длительное пребывание на открытом воздухе, заполненное подвижными играми и физическими упражнениями. Содержание прогулок тесно связано с основными задачами физического воспитания дошкольников. Главная из них - обучение детей применению двигательных умений в естественных условиях, отличающихся от учебных. Организуют прогулки так, чтобы дети были все время в движении, но не слишком перегревались.

Дозировка прогулок зависит от особенностей детей и меняется в зависимости от времени года, погоды, содержания. Воспитатель должен специально готовиться к проведению прогулок, продумать маршрут за пределами участка детского сада, предусмотреть на пути места отдыха, игры, спортивные развлечения, подготовить необходимый инвентарь. Желательно, чтобы в проведении прогулок за пределами участка детского сада участвовали не менее двух взрослых (воспитатель, няня, воспитатель-методист, заведующая, кто-либо из родителей).

Физкультурная минутка как форма занятий применяется, начиная со старшего дошкольного возраста. Назначение ее - поднять или удержать умственную работоспособность на занятиях по счету, развитию речи и т.п., активизировать функции в связи с имеющими место однообразными статическими положениями тела. По существу, физкультурная минутка направлена на обеспечение срочного активного отдыха, от которого зависит восстановление процессов нервной системы. Активизируя в целом организм детей и общий обмен веществ, в частности содействуя выпрямлению и разгрузке позвоночника, физкультурминутки способствуют улучшению здоровья детей.

Спортивные развлечения. В практике направленного использования физической культуры в работе с детьми, начиная с четвертого года жизни, получили распространение такие виды, как катание на санках, коньках, велосипедах, передвижение на лыжах, купание, элементы бадминтона, настольного тенниса и т.п. Эти упражнения из различных видов спорта условно названы спортивными развлечениями в связи со своеобразием их применения без установки на спортивный результат. Главное в них - развлечение, удовольствие, относительная свобода действий, отсутствие строгой регламентации, наличие ярких игровых моментов и даже соревновательных элементов. Несмотря на это, спортивные развлечения могут считаться хотя и весьма элементарной, но действенной формой начальной спортивной подготовки детей.

Спортивные развлечения должны быть специально организованы и педагогически обеспечены воспитателем. Дело в том, что перечисленные виды движений не предусмотрены программой для занятий урочного типа, хотя и включены в программные требования. Поэтому встает вопрос о необходимости обучать этим видам двигательных действий непосредственно в процессе спортивных развлечений, во время прогулок.

Воспитатель должен решить важную задачу - обеспечить качественное овладение всеми детьми программным материалом по спортивным развлечениям, рекомендованным для конкретного возраста. Такой процесс имеет большое значение, так как именно эти виды упражнений чаще всего используются в домашнем быту и в коммунальных регионах.

Физкультурные праздники как форма направленного использования физической культуры в детском саду проводятся 2 раза в год в старшей и подготовительной к школе группах. Назначением таких праздников является демонстрация детьми результатов, достигнутых в овладении физическими упражнениями, играми за определенный промежуток времени. Кроме того, детям обеспечивается возможность посоревноваться в праздничной обстановке в силе, ловкости, сообразительности, ориентировке в неожиданных ситуациях. Праздники проводятся для одной группы, нескольких одновозрастных или для смежных по

возрасту. Местом проведения праздника может быть физкультурный зал, площадка, бассейн, каток, лыжня.

Программами воспитания в детском саду предусмотрены дни здоровья, а также 2 раза в год каникулы (без умственных занятий), которые должны быть заполнены разнообразными физкультурными мероприятиями, обеспечивающими активный отдых детей, укрепление их здоровья, повышение работоспособности.

Самостоятельная двигательная деятельность детей. Наряду с организованными формами физкультурных занятий поощряется самостоятельная двигательная деятельность детей, которая строится на самостоятельных началах по их желанию и инициативе. Значение этой деятельности сохраняется для всех дошкольных возрастов, содержание постепенно расширяется в связи с накоплением детьми двигательного опыта. Стимулирующее значение для проявления разнообразной самостоятельной двигательной активности имеет оснащение специальным оборудованием, физкультурными пособиями и инвентарем. Однако и самостоятельные физкультурные занятия должны быть обеспечены педагогическим руководством. При этом надо избегать чрезмерной регламентации деятельности детей, предоставлять им больше самостоятельности, поощрять инициативность, стремление к двигательному творчеству, развивать организаторские способности. Желательно соучастие воспитателя. Это повышает интерес к двигательной деятельности, позволяет тонко руководить направлять деятельность каждого ребенка. При квалифицированном руководстве самостоятельная двигательная деятельность существенно расширяет двигательный опыт детей, что, в свою очередь, создает предпосылки для успешного овладения умениями и навыками на занятиях.

МОТИВАЦИЯ УЧЕНИЯ, ОСОБЕННОСТИ ВЛИЯНИЯ ЕЁ КОМПОНЕНТОВ НА УЧЕБНО-ПОЗНАВАТЕЛЬНУЮ АКТИВНОСТЬ СУБЪЕКТА

ЧЕРНЫХ Е.В., к.п.н., доцент
ГУ ИАЦР ФКиС ЛО, г. Липецк

Решение стоящих перед обществом задач в значительной мере зависит от личности, ядром психологической структуры которой является ее мотивационная сфера. Знание мотивации, ее содержания и динамики, механизмов формирования позволяет повысить эффективность руководства учебной деятельностью субъекта. Сегодня с проблемой мотивации тесно связаны вопросы активизации учебно-познавательной деятельности.

Активность субъекта невозможно понять, не выяснив источники, побудительные силы этого явления. Активность личности достигает высшей эффективности, когда она оптимально организована и целенаправленна. Изучение активизации и мотивации связано с выяснением движущих сил, тенденций, потребностей и замыслов, стимулирующих деятельность индивида. Круг этих проблем является предметом теории мотивации.

Мотивационный компонент является совершенно необходимым для всякого целостного психического акта, всякого процесса: мотивация определяет содержательную избирательность процессов; динамическая характеристика побуждения (сила, значимость) определяет длительность и интенсивность учебного процесса, готовность к тому или иному предельному уровню его функциональной напряженности. В практическом плане решение вопросов строения мотивации позволит создать научную основу для выявления наиболее эффективных форм педагогически целесообразного воздействия на личность.

Сложность и многоаспектность проблемы мотивации обуславливает множественность подходов к пониманию ее сущности, природы, структуры. Продуктивным является представление о мотивации как о сложной системе, в которую включены определенные иерархизированные структуры [2,4]. В отечественной психологии мотивация рассматривается как сложный многоуровневый регулятор жизнедеятельности человека - его

поведения, деятельности. Высшим уровнем этой регуляции является сознательно-волевой.

Понятие мотивации у субъекта, по признанию большинства исследователей, включает в себя все виды побуждений: потребности, интересы, стремления, мотивы, цели, идеалы и т.д. Субъект стремится к творческой деятельности, ищет цели, активизирует потребности как средства психической организации поведения. Объединение собственно познавательных запросов и мотивации личностного плана лежит в основе того, что обычно называют творческой активностью познающего субъекта. Именно в этом случае сам процесс поиска некоторого познавательного результата приносит человеку эмоциональное удовлетворение как способ воплощения его творческих сил и способностей. На этой основе у субъекта возникает потребность в создании таких условий, которые бы позволили ему проявлять свои творческие силы. Специфика мотивации состоит в том, что она фиксирует такое состояние действительности, которое желательно, но которого еще нет в наличии. На основании анализа работ ряда психологов (С.Л. Рубинштейн, А.Н. Леонтьев, Л.И. Божович и других) можно сделать вывод, что нормальным состоянием человека является не состояние покоя, а состояние активного стремления и мотивационной напряженности. Согласно концепции гомеостаза, человек начинает действовать после того, как он почувствовал неудовлетворенность. Но достойной человека является не та неудовлетворенность, которая существовала до реализации цели, а та, которая возникает после ее реализации. Человеческой природе не чуждо состояние удовлетворенности, но такой удовлетворенности, которая открывает ему перспективу новой деятельности и, следовательно, нового движения вперед.

Отношение субъекта к учебе, его познавательная активность зависят, прежде всего, от содержания мотивации учебной деятельности, от взаимосвязи общественного и личностного смысла высшего образования, от структуры и динамики ценностных ориентаций личности.

Для раскрытия структурного строения мотивации важна проблема значимости состояний действительности и отражающих их побуждений. Не случайно Н.Ф. Добрынин специально выделяет проблему значимости, многократно подчеркивая важность ее разработки, в первую очередь, применительно к педагогической практике. Он считает, что если новое знание в процессе усвоения «не приобретает действительной личной значимости для учащихся, оно не будет усвоено или будет усвоено формально» [5]. С.Л. Рубинштейн в этой связи писал, что для действительно эффективного включения субъекта в работу нужно, чтобы стоящие перед ним в ходе учебной деятельности задачи «были не только понятны, но и внутренне приняты им, то есть они приобрели значимость для учащихся и нашли, таким образом, отклик и опорную точку в его переживании» [7].

Являясь стержнем психологии личности, мотивация задает и направленность, и характер, и способности личности, оказывая на них решающее влияние. В этой связи К.Г. Юнг писал: «...для того, чтобы пройти значительный путь развития, не требуется ни особого интеллекта, ни каких-либо других критериев, ибо в этом развитии моральные качества могут играть компенсирующую роль в тех случаях, когда интеллект оказывается недостаточным». К.Д. Ушинский считал, что «учение, все взятое принуждением и силой воли», едва ли будет способствовать созданию развитых умов. Другими словами, тот, кто хочет, добивается больше того, кто может.

Мотивационная сфера разных личностей отличается по содержанию побуждений, структуре, силе и устойчивости. Соответственно, при анализе мотивации учебной деятельности стоит сложнейшая задача определения не только доминирующего побудителя, но и учета мотивационной сферы индивида.

В основе побуждения системного психического образования лежит исходное диалектическое противоречие между тем, что объективно имеет субъективное значение для жизнедеятельности субъекта и наличной, реальной, действительностью [1,3]. Побуждение в содержательном плане становится не адекватным, когда оно приспособливает к себе действительность, не преобразуя ее. Отрицательную роль в этом играют не только мощные «предвзятые» мотивационные тенденции, но и низкие интеллектуально-познавательные возможности данного студента. Такого рода факты говорят о возможности неадекватной

оценки действительности под влиянием неадекватной мотивации. Неадекватность здесь состоит в том, что индивид, фиксируя внимание на желательном или нежелательном, оказывается целиком во власти этого переживания и становится неспособным к объективному познавательному рассмотрению действительности. Следовательно, адекватность и эффективность отдельного побуждения состоят, прежде всего, в широте сферы соотнесения этого побуждения с мотивационной системой в целом, а через нее - с реальным практическим взаимоотношением с действительностью.

Мотивация активности субъекта подчиняется принципам доминанты, иерархии структур и функций, взаимодействия студента с преподавателями в конкретной педагогической ситуации. Изменения и функции данной системы зависят от способности психики опосредовать, преобразовывать, интегрировать действие биологических и социальных детерминант жизнедеятельности субъекта. В процессе учения, общения и познания студента потенциальные мотивы его активности превращаются в актуальные, продуцируются новые. Потребность становится установкой, намерения - действиями.

Качественный состав и уровень возможностей субъекта (интеллектуальных, эмоциональных, коммуникативных и прочих) обуславливают обычно и формирование соответствующих потребностей, интересов к учебно-познавательной деятельности. Потребностями определяются мотивы и цели, которые взаимосвязаны и оказывают в процессе этого взаимодействия определенное влияние как на поведение обучаемых, так и на учебную деятельность в целом. Пока потребность не удовлетворена, она активизирует деятельность и влияет на нее.

Мотивация присуща психике. В роли побуждающих факторов выступают потребности, интересы, влечения, эмоции, привычки, установки, идеалы и т.п. Это самое широкое понимание мотивации. Так как никакая активность не бывает без причины, то наиболее общим термином, охватывающим все источники активности индивида, может быть использовано понятие «побудительная сила» [4, 7].

Мотивация есть результат производственной деятельности личности и вместе с тем она сама влияет на эту деятельность. Она возникает, развивается и формируется на основе потребностей. Вместе с тем они относительно самостоятельны, ибо потребность не определяет строго иерархию побуждений, их силу и устойчивость. При одной и той же потребности у разных студентов могут возникать неодинаковые побуждения.

Мотивация непосредственно связана и с направленностью личности, то есть, по существу, с совокупностью важнейших целей, которые ставит субъект в жизни. Способность к целеполаганию является одним из волевых компонентов мотивационной сферы личности. Но постановка этих целей зависит от возникших мотивов учебной деятельности. При этом цель не теряет своей самостоятельности, не превращается в мотив. Именно цели являются критерием действительности мотивов, их реального участия в регуляции деятельности. Если некоторые учебные цели не ставятся, значит, соответствующие мотивы, либо не сформированы, либо их не удалось актуализировать, вывести из латентного состояния.

Цели могут иметь разную степень связи с мотивацией, обусловленную их реалистичностью, способностями, опытом личности. Чем более конкретны, упорядочены, последовательны, спланированы ближайшие и перспективные цели субъекта, тем большую побудительную силу и эффективность они приобретают. Несовпадение между результатом деятельности и целью как идеальным образом будущего результата повышает активизацию. Достижение же результатов положительно мотивирует и одновременно подкрепляет реакцию. Формирование целостной структуры целей не только зависит от мотивации, но и оказывает обратное действие, определяя развитие последней.

Мотивация учебной деятельности возникает на высшем уровне отражения потребностей - их осознании. На пути возникновения мотивации происходит осознание потребностей, предметной ориентированности мотивов, поэтому мотивация всегда выполняет не только побудительную, но и регулятивную функцию.

Активность студента регулируется положительными и отрицательными побуждениями, их сочетаниями, взаимопереходами. В каждый конкретный момент у субъекта происходит борьба мотивов или начинает доминировать какой-то главный, подчиняющий себе остальные. Мотивы контрастируют, обостряются, обогащаются чувством риска, муками творчества, преодолением отрицательных эмоций усталости. Важно определить, какой мотив в системе всех побудительных сил мотивации доминирует в

каждой конкретной ситуации, мобилизует те или иные потенциалы личности, регулирует, ограничивает их.

Субъект непрерывно встречается с ситуациями, в которых его действие представляется ему несоразмерным его цели. Индивид, стремящийся к достижению цели, находится как бы в «активном поле», напряжение которого он на себе испытывает. Это вызывает стремление к преодолению препятствия и к ликвидации напряжения. Одновременно субъект анализирует ситуацию, изменяет свою деятельность так, чтобы цикл активности был завершен и снова выработалось нарушенное равновесие. В процессе этой борьбы привлекает для своей поддержки мыслительные операции индивида.

Учебная деятельность определенным образом отражается на подсознательном уровне психики. Однако для полноценной деятельности особенно важны побуждения интеллектуально-познавательного плана, отражаемые на социальном уровне. Мотивы интеллектуального плана осознаваемы, понимаемы, реально действующие. Они осознаются субъектом как жажда знаний, необходимость в их присвоении, стремление к расширению кругозора, углублению, систематизации знаний. Мотивы учебной деятельности специфичны и изменчивы. Их развитие происходит под влиянием как окружающей действительности, так и целенаправленных воспитательных воздействий педагогической среды.

Изложенное выше указывает, что мотивация теснейшим образом связана с эмоциями. С.Л. Рубинштейн считал, что эмоции выражают в своей субъективной, конкретной психической форме активную сторону потребностей и одновременно сами побуждают к деятельности. Одна из функций эмоций состоит в том, что они ориентируют субъекта, указывая на значимость окружающих его явлений, на степень их важности, на их модальность. Степень значимости указывает на допустимый уровень материальных и функционально-энергетических затрат, которые целесообразны при реализации соответствующих побуждений. Они говорят о том, что важнее, что является первоочередным, актуальным в данной ситуации и что лично значимо в широком плане жизнедеятельности вообще. Другая функция эмоций состоит в более общей, генерализованной и относительно устойчивой во времени установке на тот или иной функционально-энергетический уровень жизнедеятельности - активный или пассивный, спокойный или максимально мобильный.

Изложенное выше дает основание утверждать, что структура мотивационной сферы личности включает в себя две основных группы факторов.

1. *Когнитивные*, предполагающие ощущение собственной компетентности, адекватную самооценку, ожидание успеха.

2. *Аффективные*, включающие эмоциональную уравновешенность, ощущение оптимальности предъявляемых требований, достаточный контроль за собственными реакциями.

При этом следует заметить, что мотивационная регуляция действий носит избирательный характер, поскольку субъект не может реализовать сразу все свои побуждения. Здесь действует психологический закон: высокозначимое актуализируется, а мало значимое - блокируется. Такой подход делает правомерным использование для определения учебной активности обучающихся понятия «мотивационное состояние» [1, 3, 4].

Мотивационное состояние выступает как психическое отражение условий, необходимых для жизнедеятельности человека как организма, индивида и личности. При этом потребность - это необходимость выравнивания отклонений от параметров в жизнедеятельности, оптимальных для человека как биологического существа, индивида и личности. Установка - стереотипная готовность действовать в соответствующей ситуации определенным образом. Интерес - избирательное отношение к предметам и явлениям в результате понимания их значения и эмоционального переживания значимых ситуаций. Желание - потребность, соотнесенная с предметом удовлетворения. Влечение - состояние навязчивого тяготения к предметной группе объектов. Стремление - направленность сознания на создание желаемой ситуации.

Не случайно П.А. Флоренский подчеркивал, что цельные личности отсутствуют не потому, что стали хуже, а потому, что воля парализована внутренними противоречиями культурной среды, личность слаба потому, что нет сильных, не задерживающих друг друга мотивов деятельности.

Мотивация всегда конкретна. Она указывает на систему ценностей индивида и интенсивность, с которой он будет стремиться к достижению частных целей. При анализе мотивации учения необходимо учитывать состояние умения учиться. Интерес к учению, возникающий без опоры на прочные умения и навыки учебной работы, угасает. Наоборот, успешное выполнение учебной работы само по себе является сильным мотивационным фактором, выступает в качестве чувственного импульса.

Таким образом, мотивация - это интегральный способ организации активности человека. Важной характеристикой мотивационной структуры личности является ее динамический характер. Трансформация мотивации во многом зависит от изменения объективных условий, учет которых открывает возможность направленного изменения мотивационной среды личности.

Понятие мотивация «выступает тем сложным механизмом соотнесения личностно внешних и внутренних факторов поведения, которая определяет возникновение, направление, а также способы осуществления конкретных форм деятельности» [7]. Деятельность человека определяется одновременно несколькими побудителями, один из которых доминирует, другие выступают в качестве фона. Поэтому говорят о полимотивированности деятельности, о динамике мотивации. Сущность мотивации состоит в том, что потребности получают обоснование необходимости и возможности своего удовлетворения, модифицируясь при этом в некоторую цель будущей деятельности. Внешнее воздействие превращается во внутреннее побуждение к действию, если оно окажется сопряженным с процессом мотивации. Именно поэтому не существует прямого перехода внешнего воздействия в мотив. Таковым оно становится лишь тогда, когда связано с актуальной потребностью. Мотивация ненаблюдаема и тем самым недоступна непосредственному познанию. Она является гипотетическим конструктом.

Следует также заметить, что мотивация имеет побудительный и притягательный аспекты. Побудительный аспект включает влечения, желания, потребности, мечты, идеалы. А.Н. Леонтьев предполагал, что существуют такие мотивы, которые придают смысл действиям человека, и другие мотивы, которые лишь стимулируют, подталкивают его к выполнению действий. В общем плане этот феномен можно представить следующим образом: влечения толкают человека, а ценности притягивают его. Данная проблема требует отдельного изучения на стыке психологического, педагогического и философского знания. В своем исследовании мы считаем необходимым ограничиться ее обозначением как перспективы дальнейшего углубления изучения вопросов повышения учебной активности человека.

В контексте проводимого исследования представляется целесообразным отметить, что в 1908 году американские психологи Р.М. Йеркс и Дж. Додсон при исследовании научения от силы подкрепления установили, что качество (продуктивность) деятельности зависит от интенсивности (уровня) мотивации. Эти отношения назвали законом Йеркса-Додсона или законом оптимальной мотивации. Суть их заключается в том, что по мере увеличения силы мотивации качество деятельности сначала повышается, а затем, после перехода какого-то «пика» успешности деятельности, постепенно снижается. Уровень мотивации, при котором деятельность выполняется наиболее успешно, назвали оптимум мотивации. Умственные процессы также подчиняются этому закону: ни слишком легкое, ни слишком сложное задание не создает интеллектуального затруднения, которое создавала бы проблемную ситуацию. Следовательно, оптимальный уровень мотивации не постоянен, он возрастает с повышением сложности заданий (большие свершения требуют больших чувств), но до определенного уровня нейрофизиологическую основу мотивации составляет тот факт, что умственная работа связана с возбуждением органических участков коры головного мозга при одновременном торможении рядом расположенных участков. Этот феномен известен психологии как доминанта. Импульсы из под корки возбуждают кору головного мозга, но если они слишком частые, то приводят к излишнему возбуждению коры и умственная деятельность ухудшается.

Отсутствие психологической структуры побуждений от развития действительности, равно как и «опережение», - это в сущности явления одного порядка. И то и другое - результат неадекватного, одностороннего отражения новой действительности и одностороннего приспособления к ней. В связи с этим и другими тенденциями неадекватного приспособления мотивации к действительности одна из задач формирования личности

студента состоит в том, чтобы расширить его мотивационный диапазон, вывести его за пределы узкоактуальной сферы. Главное значение эмоций именно в том и состоит, что они могут выходить за пределы имеющихся чисто технических, исполнительских возможностей субъекта. Благодаря им субъект может переосмыслить прошлое, заглянуть в будущее, взглянуть на себя со стороны.

Именно благодаря эмоциям субъект адекватно формирует динамическую сферу данного отдельного побуждения и всей мотивационной системы, соотнося их с широчайшей областью потенциально значимого. Следовательно, эмоции побуждают, ориентируют, прогнозируют, предваряют адекватность студента.

Как движущая сила учебной деятельности субъекта, мотивация, безусловно, занимает ведущее место в структуре личности, пронизывая ее основные структурные образования. Наблюдающиеся огромные индивидуальные различия в содержании мотивации объясняются не только вариациями конкретных социально-психологических условий. Они зависят от действительности, которая находит отражение в сознании и эмоциях, интеллекте и мотивации данного субъекта, от глубины отражения действительности, которая складывается у студента на данной стадии его развития. Только личность с широкими жизненными интересами, с «богатыми» потребностями способна на вдохновенный, творческий учебный труд и высокую активность. Структура мотивационной сферы является не статическим, а динамическим, развивающимся в процессе учебной деятельности образованием.

Таким образом, влияние мотивации на учебно-познавательную активность субъекта очевидна. Вместе с тем, преподаватель должен стремиться на основе имеющихся уровней развивать конкретные подструктуры мотивации, необходимые для воспитания активной личности.

Литература:

1. Величковский Б.М. Современная когнитивная психология. - М.: МГУ, 1982. – 336 с., ил.
2. Волков Ю.Е. Общественная активность масс - сущность и некоторые проблемы развития // Вопросы философии. - 1981. - №4. - С.39-51.
3. Каган М.С. Человеческая деятельность (Опыт системного анализа). - М.: Политиздат, 1974. - 328 с.
4. Подольский А.И. Становление познавательного действия: Научная абстракция и реальность. - М.: МГУ, 1987. - 174 с.
5. Вопросы психологии познавательной деятельности учащихся. Сб. трудов / Под ред. Н.Ф. Добрынина - М.: МГПИ, 1974. – 191 с.
6. Ушинский К.Д. Избранные педагогические сочинения: В 2 Т. Т.1. / Под ред. А.И. Пискунова. - М.: Педагогика, 1974. - 584 с.
7. Якобсон Я.М. Психологические проблемы мотивации поведения человека. - М.: Просвещение, - 1969. - 316 с.

ПРОФЕССИОНАЛИЗМ ПЕДАГОГА В СИСТЕМЕ НЕПРЕРЫВНОГО ПЕДАГОГИЧЕСКОГО ОБРАЗОВАНИЯ

ЧЕРНЫХ Е.В., к.п.н., доцент
ГУ ИАЦР ФКиС ЛО, г. Липецк

Система непрерывного педагогического образования направлена на специалиста как субъекта в плане совершенствования, развития, формирования его личности в процессе осознанного, целенаправленного присвоения им общественного опыта в ходе осуществления различных видов и форм, общественно полезной, теоретической, практической активности.

Профессионализм педагога определяется его способностью технологично проектировать образовательный процесс относительно собственного саморазвития и развития обучающихся. Технологии этого типа предусматривают преобразование взаимодействия педагога и учащихся в личностно-равноправные, субъектно-деятельностные, индивидуализированные отношения. Такое преобразование связано с тем, что педагог-

ученый, педагог-практик не столько учит, сколько актуализирует мотивацию учащихся, стимулирует обучаемого к общему и профессиональному развитию и самообразованию, создает условия для развития слушателя. А это требует включения во взаимодействие демократичных, гибких форм общения педагога и обучаемых.

Вариативность личностно-ориентированных технологий образования сегодня очевидна. Это «обеспечивается посредством следующей совокупности психолого-педагогических условий: становление личностно-творческой концепции педагогической деятельности; развитие рефлексивной и субъективной позиции учителя; включение учителя в инновационную деятельность; ориентация на прогрессивный вариант личностно-творческой самореализации; восхождение отдельных педагогических функций (действий, ситуаций) в системе; от типовых технологий к личностно-креативным и другое» [4]. Исследовательская деятельность педагогов в образовательных учреждениях, совместная деятельность педагогов школ, вузов, института повышения квалификации, проблемные выездные заседания, специализированные семинары, творческие конкурсы, организационно-деятельностные и деловые игры, научные конференции являются для многих учреждений традиционными формами работы, которые способствуют самореализации педагогов в процессе их профессиональной подготовки. Образовательные технологии, ориентированные на учет личностных особенностей обучаемых, способствуют самоутверждению педагога в его профессионально-педагогических ориентирах, социальных, профессиональных, жизненных ценностях и идеалах, создают предпосылки самообразования, самовоспитания и творчества в инновационной профессиональной деятельности.

Проблемы формирования профессионалов и профессионализма человека не могут рассматриваться вне конкретного социально-экономического и социокультурного контекста. Введение новых информационных технологий, автоматизация, компьютеризация деятельности и жизни человека повлекли за собой изменение традиционных представлений о профессиональных деятельности, профессионалах и профессионализме [2].

Современное социокультурное пространство как никогда ранее богато разнообразным наполнением. Многочисленные социальные системы, традиционно существующие и вновь появившиеся, выстраивают между собой взаимодействия, вступают в определенные отношения, пребывают в деятельностном состоянии. Сочетание традиций и инноваций – главная социокультурная норма отношений старого и нового, исключая их противопоставление и утверждающая их дополнительную.

Переход к рыночным отношениям в экономике, демократизация общественных процессов на цивилизованном уровне актуализируют внимание к высшей школе как причине и следствию современного состояния общества. Если профессионализм рассматривать как процесс формирования личности, то, вероятно, недостатки обучения могут породить широкомасштабную профессиональную неграмотность, неправильная постановка воспитания – низкую культуру, всеобщую агрессивность и экстремизм, а невнимание к развитию – низкий уровень коммуникативной и рефлексивной культуры, компетентности [1]. С этим нельзя не согласиться. Но нельзя не согласиться и с тем, что цели образования и самообразования человека, его результат обусловлены расстановкой приоритетов и престижа в обществе.

Существует реальная проблема, как, каким образом организовать процесс развития в системе непрерывного педагогического образования профессионализма специалистов соответствующих современным требованиям жизни.

Основной задачей мы видим в развитие самого специалиста в процессе его собственной профессиональной деятельности. Ориентация педагога на активизацию собственной профессиональной деятельности позволяет предопределить характер их работы - будет она творческой или репродуктивной.

Профессиональная жизнь взрослого человека не является одинаковой на протяжении всей его жизни, а зависит от ряда факторов, в том числе и возрастных. Субъект труда, профессионал складывается обычно позднее личности, но человек может и не стать профессионалом в течение жизни.

Профессиональная деятельность человека зависит не только от его возраста, но и от индивидуальных особенностей человека. Становление индивидуальных различий происходит в ходе включения, интеграции человека в систему общественных отношений, сравнения с другими людьми. Для одних людей профессиональная деятельность есть путь самореализации, другие самовыражают себя в непрофессиональной сфере и т.д. Приобретая устойчивый характер, индивидуальные различия могут способствовать становлению индивидуального стиля профессиональной деятельности.

Под индивидуальным стилем принято понимать обусловленную природными особенностями человека устойчивую систему способов и тактик деятельности, которая складывается у человека, стремящегося к наилучшему осуществлению данной деятельности [1,5]. Эта устойчивая система способов деятельности человека тесно связана с особенностями его личности в целом. Иными словами, индивидуальный стиль профессиональной деятельности определяется природными, врожденными особенностями человека, а также прижизненно сложившимися качествами личности, возникшими в ходе взаимодействия человека с предметной и социальной средой.

На определенном этапе выполнения трудовой деятельности у человека складывается индивидуальность в профессиональной деятельности. Индивидуальность, понятая как уникальность, шире любой совокупности выделяемых в ней черт поведения, индивидуальность как всякая система больше суммы своих элементов [Каган М.С., Эткинд А.М.]. Индивидуальность в профессиональной деятельности — это самое позднее новообразование в профессиональной сфере человека, взаимодействие развития личности и субъекта профессиональной деятельности. Становление индивидуальности означает самоопределение способности к индивидуальному саморазвитию, самоотдаче своих способностей на благо других людей.

Специалист по физической культуре и спорту, несомненно, должен обладать многими личностными и профессиональными качествами. Были выделены следующие наиболее значимые ее компоненты: готовность к саморазвитию, рефлексия, мотивация достижения успеха и мотивация избегания неудач, эмпатия [5]. Данные компоненты отражают специфику профессии учителя по физической культуре, тренера, инструктора, педагога дополнительного образования их формирование возможно осуществлять в процессе учебной деятельности в вузе, а также они определяют профессиональную направленность личности педагога.

Педагогическая деятельность специалистов ФКиС направлена на формирование физической культуры субъекта, которая является компонентом общей культуры личности, поэтому без осмысления и анализа результатов собственной профессиональной деятельности и труда своих коллег, без постоянного пополнения собственного теоретического багажа, без способности педагога к эмпатии невозможно рассчитывать на эффективность процесса педагогической деятельности. Педагог, имеющий оптимальный уровень развития доминирующих педагогических установок, постоянно стремится достичь в своей профессиональной деятельности более высоких результатов, то есть быть профессионалом.

Профессионализм закладывается в процессе общего и профессионального образования и основным условием его сохранения и развития является непрерывное профессиональное образование, самообразование и саморазвитие личности.

Готовность к саморазвитию – это установка, которая характеризует мобилизацию всех психофизиологических систем личности, которые обеспечивают эффективное выполнение им своей профессиональной деятельности [2,4]. В процессе педагогической работы специалист постоянно испытывает необходимость в повышении своего профессионального мастерства, что в свою очередь в сочетании с высоким уровнем притязаний способствует возникновению потребности в саморазвитии. И чем выше будет сформирована установка на саморазвитие, тем выраженнее будет направленность специалистов на собственную профессиональную деятельность.

Саморазвитие выражается в том, что для общественного существования педагога как личности в качестве первой необходимости выступает потребность в информации,

потребность занять определенную социальную позицию, овладеть теми ценностями, которые накопило человечество.

Формирование готовности к саморазвитию предполагает влияние на мотивы общеличного развития в плане совершенствования целеполагания, самосознания, рефлексивности мышления, самодисциплины, развития себя как субъекта деятельности (например, формировать умения вычленять, ставить и реализовывать цель, вырабатывать обобщенные приемы действий, адекватно оценивать результаты).

Таким образом, саморазвитие – это деятельность личности, которая является целенаправленной, внутренне мотивируемой, структурированной самим субъектом в совокупности выполняемых действий и корригируемая им по процессу и результату.

Прежде чем приступить к саморазвитию, у субъекта должна сформироваться целостная система представлений о своих возможностях и умениях их реализовывать, в том числе, о возможностях целеобразования и целеудержания. Субъект, в данном случае практикующий специалист, должен уметь моделировать собственную деятельность, выделяя условия, важные для реализации цели, программировать самостоятельную деятельность, то есть, применительно к условиям соответствующей цели деятельности, осуществлять выбор способа преобразования заданных условий, отбирать средства для этого преобразования, определять последовательность действий.

Процесс развития профессионализма специалистов физической культуры и спорта, реализующий социальную функцию физического образования, ведет к расширению педагогических возможностей при соблюдении следующих организационно-педагогических условий, предусматривающих:

а) организацию образовательного процесса на основе диагностики индивидуальных особенностей специалистов, в котором последние выступают субъектом учебно-познавательной: деятельности, общения и творчества;

б) сочетание организационных форм работы с индивидуальными и ориентацию специалистов на новые ценности физического воспитания детей, подростков и взрослого населения;

в) обеспечение возможности каждому специалисту физической культуры и спорта самостоятельно определять траекторию профессионального самосовершенствования на основе программно-методического, информационного и кадрового обеспечения.

Для эффективной деятельности в новых условиях человеку уже не недостаточно иметь профессиональные знания, умения и навыки. При профессиональной подготовке (и переподготовке) необходимо усилить внимание на развитие адаптивного потенциала человека, формирование профессиональной Я-концепции, обеспечивающей адекватную профессиональную идентификацию. Только подобная позиция к организации процесса формирования профессионализма как непрерывного целостного процесса на протяжении всей профессиональной деятельности личности, может обеспечить специалисту безболезненное вхождение и адаптацию к современным условиям жизнедеятельности. Поэтому в заключение еще раз акцентируем внимание на то, что единственной гарантией прогрессивного профессионального развития в условиях сложившейся социальной, экономической и технической реальности является активность самого человека.

Литература:

1. Громкова М. Т. Психология и педагогика профессиональной деятельности: Учеб. пособие для вузов. - М.: ЮНИТИ-ДАНА, 2003. - 415 с.

2. Дружилов С.А. Профессионалы и профессионализм в новой реальности: психологические механизмы и проблемы формирования // “Сибирь. Философия. Образование”. Альманах СО РАО, ИПК. – Новокузнецк, 2001 (выпуск 5). – С.46-56.

3. Общая и профессиональная педагогика/под ред. В.Д. Симоненко. - М.: Вентана-Граф, 2006. - 368 с.

4. Основы андрагогики/под ред. И.А. Колесниковой. - М.: Изд. Центр “Академия”, 2003. - 240 с.

5. Педагогика профессионального образования/под ред. В.А. Слостёнина. - М.: Изд. Центр “Академия”, 2004. - 368 с.

СРЕДСТВА ОПТИМИЗАЦИИ СОСТОЯНИЯ СПОРТСМЕНА

ШАЛОВ В.С., к.п.н., доцент

Филиал Севмашвуз СПбГМТУ, г. Северодвинск, Архангельская обл.

Совершенно очевидно, что снизить эмоциональное возбуждение или смягчить состояние тревоги, а также контролировать их внешнее проявление хотя и нелегко, но все же несравненно проще, чем модифицировать базовые черты характера и темперамента, обуславливающие индивидуальные различия уровня и направленности этих состояний.

Если конкретный спортсмен отличается высоким уровнем тревожности, то вряд ли можно рассчитывать, что в ответственном соревновании он будет участвовать без излишнего напряжения. Но негативное влияние тревожности на его результат может быть существенно снижено благодаря целесообразному использованию в его подготовке комплекса воздействий, позволяющих понизить рефлекторно-мышечное напряжение и устранить скованность процессов внимания в стрессовых ситуациях.

Задачи оптимизации состояния спортсмена всегда должны решаться исключительно комплексно. Вера в какие-либо чудодейственные средства, подобные йоге или гипнозу, неоправдана. Существует множество средств, методов и условий, позволяющих в комплексе воздействовать на психическое состояние спортсмена и таким образом подготовить его к возможно негативному влиянию условий соревнования.

Методы регуляции уровня возбуждения спортсменов основаны на внешних периферических реакциях и помогают достичь различной степени мышечного расслабления или напряжения. При этом изменяется и внутреннее эмоциональное и физиологическое состояние спортсмена. Акцент, как правило, делается на изменении психического состояния - хода мыслей, настроения спортсмена или сочетании воздействий на периферические и центральные функции нервной системы.

Педагогу необходимо знать о возможности применения как минимум следующих средств и методов оптимизации состояния спортсмена:

Релаксационная тренировка (от англ. Relax - ослаблять, расслаблять, отдых, смягчение). Основная мысль, принадлежащая американскому врачу Э.Якобсону которую он высказал еще в начале 30-х годов XX века, сводилась к тому, что между двигательным аппаратом и эмоциональным состоянием человека существует прямая зависимость. Поэтому способность сознательно контролировать степень напряженности периферических скелетных мышц дает возможность одновременно воздействовать и на собственное эмоциональное состояние. Следует отметить, что специальных исследований, результаты которых однозначно подтверждали бы или отрицали эффективность применения этого метода в спорте, обнаружить не удалось. Но многие тренеры считают, что релаксационная тренировка приносит пользу, особенно тем спортсменам, для которых характерно сочетание возбуждения с чрезмерным мышечным напряжением, а также в тех видах спорта, где чрезмерное напряжение мышц препятствует тонкой координации движений.

Аутогенная тренировка. Метод, разработанный немецким психиатром Йоганном Шульцем, получил широкое распространение в конце 50-х годов XX века. Метод заключается в сосредоточении внимания на функциях мышечной и вегетативной системы и собственном психическом состоянии. Метод предусматривает саморегуляцию психического состояния через мысленное представление различных эмоциональных состояний или абстрактных предметов. В результате освоения этого метода человек в определенной степени способен регулировать частоту своего пульса и дыхания, вызывать ощущения тяжести и тепла в различных частях тела путем мысленного представления соответствующих зрительных

Этот метод широко используется в предсоревновательной подготовке спортсменов. Экспериментальные исследования установили действительное потепление

соответствующих частей тела и даже изменение величины электрического потенциала головного мозга в результате применения этого метода. С помощью аутогенной тренировки перевозбужденного спортсмена можно привести в состояние расслабления, а затем соответствующим внушением вновь привести в состояние возбуждения, соответствующее ситуации. Метод может быть освоен лишь под руководством квалифицированного специалиста.

Социальная локализация и выбор контактов. Механизм социальной фасилитации, как было показано выше, приводит к изменению уровня возбуждения спортсмена в присутствии людей с различным уровнем возбуждения. Специально подготовленные социальные условия, в которых спортсмен будет находиться в предсоревновательный период, в частности соседи по комнате, место во время ожидания старта, организованные контакты с друзьями и соперниками, могут способствовать оптимизации состояния спортсмена. При этом следует учитывать некоторые закономерности:

- контакт двух перевозбужденных спортсменов скорее всего приведет к еще большему повышению уровня возбуждения обоих;

- контакт перевозбужденного спортсмена с недостаточно возбужденным может способствовать оптимальной адаптации обоих;

- контакт перевозбужденного спортсмена с находящимся в оптимальном состоянии может успокоить перевозбужденного спортсмена и повысить уровень возбуждения спортсмена, находящегося в оптимальном состоянии;

- контакт спортсмена, находящегося в оптимальном состоянии, с недостаточно возбужденным может привести к незначительному снижению возбуждения у первого и повышению уровня возбуждения у второго, то есть к взаимному выравниванию возбуждения таким образом, что у обоих оно будет несколько ниже оптимального;

- контакт двух спортсменов со сниженным уровнем мобилизации может привести к дальнейшему снижению уровня их возбуждения.

Тренировочные нагрузки и специальная разминка. Перевозбуждение может быть снижено с помощью легкого утомления, вызванного достаточно объемной разминкой или тренировочной нагрузкой умеренной сложности, проводимой за несколько дней до соревнования. Этот эффект обусловлен тем, что причина перевозбуждения может заключаться не в значении предстоящего соревнования, а в чрезмерном накоплении энергии в период снижения тренировочных нагрузок на этапе непосредственной подготовки к соревнованию.

Вместе с тем отмечено, что многие высшие достижения устанавливались спортсменами после бессонных ночей, в период восстановления после болезни, травмы. Очевидно, недомогание спортсмена в определенной мере снимало эффект перевозбуждения и приводило к оптимизации состояния спортсмена. Возможно также, вынужденный перерыв в тренировке благоприятно сказывался на протекании процессов адаптации, выводил работоспособность спортсмена на уровень суперкомпенсации.

В разминке перед соревнованием и тренировочным занятием существует различие. Перед тренировочным занятием разминка связана, кроме прочего, с повышением уровня возбуждения в центральной нервной системе, в то время как перед соревнованием она обычно направлена на снижение чрезмерного напряжения.

В связи с этим в разминке выделяется общая и специальная часть. Содержание общей части разминки рекомендуется стандартизировать. Выполнение привычных действий непосредственно перед соревнованием способствует формированию у спортсмена привычного тренировочного состояния.

Содержание специальной части обусловлено уровнем возбуждения спортсмена. Коррекция возбуждения возможна за счет высокодинамичных или, наоборот, успокаивающих, плавных, малоинтенсивных упражнений, включаемых в разминку в соответствии с состоянием спортсмена. Во время выполнения разминочных упражнений формируется установка на предстоящую деятельность. Например, спортсмен может выполнять простое действие с установкой на высокую точность движений, расслабление, внимание, плавность и тому подобное. Фиксированная установка стимулирует смещение баланса нервных процессов в

сторону снижения возбуждения, приводя психофизиологические показатели возбуждения к привычному состоянию, что способствует сохранению психофизиологической энергии.

После общей и специальной разминки рекомендуется выполнение упражнений на расслабление в сочетании с дыхательными до появления субъективного чувства раскрепощенности, легкости.

Изменение субъективной оценки значимости соревнования. Чем выше значимость соревнования, тем раньше и с большей интенсивностью проявляются изменения в психическом состоянии спортсменов. Поэтому искусственное временное изменение субъективной значимости участия в соревновании является действенным способом оптимизации их состояния.

Анализ направленности бесед при секундировании спортсменов во время соревнований позволил выделить наиболее распространенные варианты вербальных воздействий и определить эффективность применения этих вариантов:

1. Воздействие направлено на повышение уровня психической напряженности. При этом подчеркивается важность предстоящего соревнования, ответственность перед коллективом, партнерами, страной. В беседах подобной направленности акцент может делаться на благоприятные или неблагоприятные последствия в зависимости от успеха или неудачи. Практика показала, что такой вариант воздействия в 70% случаев приводит к снижению результативности спортсмена.

Подчеркивание неблагоприятных последствий неудачного выступления обычно приводит к излишней скованности движений, а в случае проигрыша спортсмен часто неудовлетворительно выступает и в последующих стартах соревнования. Такие беседы могут приносить желаемые результаты, когда они проводятся со спортсменами высокого класса, с многолетним соревновательным опытом, находящимися в конце спортивной карьеры. Как правило, это спортсмены 28 - 30 лет и старше, значительная часть мотивов, побуждавших к активным занятиям спортом, уже удовлетворена - звания, признание, самоутверждение уже есть, а многолетняя практика притупила остроту психических переживаний соревновательных ситуаций, сделала их привычными. Часто это спортсмены с исключительно сильной нервной системой, что позволило им не только достичь спортивных высот, но и удержаться на них длительное время.

Такое воздействие категорически противопоказано молодым спортсменам, начинающим спортивный путь. Страх перед неудачей оказывает на них не мобилизующее, а тормозящее действие. Сверхсильные раздражители не увеличивают, а уменьшают ответную реакцию.

Беседы, направленные на повышение уровня психической напряженности, проводимые в положительном варианте, подчеркивающие благоприятные последствия удачного выступления, хорошо воспринимают не более чем 5% спортсменов, у которых отмечается явная вялость, низкая ЧСС, стартовая апатия. Они могут оказаться

полезны, когда вялость спортсмена обусловлена физическим и психическим утомлением, в частности, в конце соревнования. Полезны они также начинающим спортсменам, которым свойственно неумение «собраться» на соревнование, подчас не понимающим его значение. Беседы такой направленности в подобных ситуациях приводили к тому, что в 60% случаев результат превышал ожидаемый.

И, конечно, совершенно недопустимо проводить беседы такой направленности в случае предстартовой лихорадки и стартовой готовности.

2. Воздействие направлено на снижение субъективного значения соревнования. При этом подчеркивается, что соревнование мало значимо для самого спортсмена, его ответственность невысока и вообще спорт имеет игровой характер. Этот вариант, использовавшийся при наличии явных признаков предстартовой лихорадки и преимущественно с юными спортсменами, в 50% случаев приводил к результатам лучше ожидаемых.

Взрослым спортсменам такие беседы необходимы лишь в исключительных случаях предельного напряжения, граничащего с неврозом, так как спортсмены, которым по типу реакций на соревновательные условия необходимо «утешение», как правило, не выдерживают накала соревновательной борьбы и отсеиваются на более ранних этапах многолетней подготовки.

3. Воздействие направлено на формирование установки на соревновательное поведение. При этом подчеркивается необходимость не думать о соперниках и конечном результате, получить удовольствие от игры, продемонстрировать свои возможности и совершенство умений и навыков, а победа придет как следствие. В результате должно достигаться состояние, получившее название «контролируемый восторг», лучшим индикатором которого является легкость и раскрепощенность движений, пение спортсмена про себя, улыбка.

Подобные беседы в 66% случаев приводили к успеху. Однако формулировки таких бесед быстро становятся привычными и могут утрачивать свою эффективность. Поэтому содержание бесед такой направленности следует постоянно изменять.

При секундировании рекомендуется опираться на опыт участия в детских и юношеских соревнованиях. В то время сочетание внутренних и внешних факторов было благоприятным, не создавало экстремальных условий. Внутренние факторы - подростковая непосредственность отношений к окружающему миру и самому себе, отсутствие субъективного максимума значимости деятельности. Внешние факторы - отсутствие объективного максимума значимости соревнований. Это сочетание сохраняет игровой характер деятельности, далекий от профессионализированного подхода взрослых, помогает молодым спортсменам сохранять легкость, раскованность в соревновании. Но с возрастом это соотношение меняется, каждое более крупное соревнование требует новой адаптации к непрерывно меняющимся внешним и внутренним факторам. Успешное соревнование стимулирует адаптацию к новым условиям. Неудачи в нескольких соревнованиях подряд, особенно если они сопровождаются взысканиями, разрушают веру в себя, ставят под сомнение будущее, формируют негативное отношение к соревнованиям.

Как отмечалось выше, объективно хорошая подготовленность, дополненная высокой самооценкой, стимулирует завышение цели, как осознанное, так и неосознанное неукротимое желание победы, что закрепощает и отрицательно сказывается на динамике предстартового состояния.

Нередко отлично подготовленный спортсмен, искусно подведенный тренером к дню старта, на разминке показывает высокий результат в каком-либо упражнении. Это определяет резкий рост уровня притязаний и соответственно изменение состояния спортсмена, что в итоге может привести к неблагоприятному предстартовому состоянию и завершиться невысоким спортивным результатом. Поэтому в последние дни перед стартом не рекомендуется информировать спортсмена относительно результатов контрольных упражнений, особенно если они заметно ниже или выше ожидаемых.

Таким образом, оптимально построенная индивидуальная система соревнований и рациональная соревновательная практика способствует адаптации спортсмена к условиям соревнований и регулированию психической напряженности соревновательных нагрузок. Проблемы, связанные с технологией построения индивидуальной системы соревнований, способствующей оптимизации состояния спортсмена и всего процесса подготовки, рассматриваются в следующем разделе.

ПРИМЕНЕНИЕ ИННОВАЦИОННЫХ ТЕХНОЛОГИЙ В ПОДГОТОВКЕ СПОРТИВНОГО РЕЗЕРВА

ШЕЛКОВ О.М., КОРОТКОВА А.К.,
ФГУСПБНИИФК, Санкт-Петербург

В современном спорте основной из задач является повышение функциональных возможностей спортсменов посредством согласования работы всех систем организма и достижения максимальной эффективности в момент соревнования при сохранении оптимального уровня здоровья. Важным элементом в решении этой задачи является диагностика психофункционального состояния и управление скрытыми психофизиологическими ресурсами. Очевидно, что в процессе подготовки спортсменов следует учитывать все уровни организации организма: физического тела, психического состояния и биоэнергетического обеспечения работы организма. Комплексный подход на основе современных компьютерных технологий занимает все более важное место среди методов функциональной диагностики психофизической готовности и прогноза соревновательной деятельности в спорте.

Цель работы: разработка и внедрение в детско-юношеский спорт и спорт высших достижений компьютерных инновационных технологий.

Методы исследования

1. Оценка двигательной обеспеченности деятельности, которая формулируется по обобщенным данным показателей моторики с учетом состояния человека, его самооценок и показателей психики. При определении интегральной оценки целесообразно рассматривать как отдельные блоки (по скорости, пространственной и временной точности, темпоритмовому и силовому «запросу»), так и уровень значимости отдельных показателей. Применительно к видам спортивной деятельности доминировать при оценке должны те показатели, которые являются наиболее важными при решении двигательной задачи. Особое внимание следует обращать на показатели, оцениваемые «плохо». В том случае, если значение «плохо» соответствует «важным» показателям, то общая оценка - «плохо». В том случае, если оценка «плохо» выставлена по сопутствующим показателям, то для формулирования интегральной «плохой» оценки необходимо наличие большинства таких оценок.

2. Оценка психологического статуса, которая складывается из оценки следующих основных составляющих - особенности мотивации, активность и своеобразие двигательных установок, психологический комфорт-дискомфорт и уровень эмоционального возбуждения, ситуативной тревожности. Интегральная (обобщенная) оценка психического состояния каждого обследованного спортсмена складывается из оценок следующих основных составляющих:

- профессионально-важные отношения и особенности мотивации, которые оцениваются по самооценкам удовлетворенности ходом спортивной деятельности, ясности цели, а так же по показателям шкалы состояния мотивации;
- активность и своеобразие двигательных установок. Они оцениваются по показателям: самооценка желания, вегетативный коэффициент по Люшеру, отношению оптимального темпа и усилия к максимальному, по направлению ошибок при реакциях на время, на движущийся объект и при воспроизведении заданной амплитуды движения;
- психологический комфорт-дискомфорт и уровень эмоционального возбуждения оцениваются по показателям самооценок настроения, уверенности в достижении цели, готовности и реализации максимального результата, по показателям АТ-нормы теста Люшера, ситуативной тревоге по шкале Спилбергера - Ханина.

При определении интегральной оценки психологического статуса надо ориентироваться на число хороших, средних и плохих оценок отдельных показателей, но и на сопоставление их значений с учетом того, о каком проявлении психологического состояния они свидетельствуют. Особое внимание следует обращать на показатели с оценкой «плохо». Если таких показателей больше 4, то независимо от оценки других, общая оценка должна быть «плохо».

3. Оценка унифицированного профиля актуального состояния психофункционального состояния организма спортсмена и профиль его типологических характеристик.

- уровень перенапряжения систем организма в условиях тренировки и соревнования;
- характер восстановления организма спортсмена после тренировочных нагрузок

различной интенсивности и степень остаточных изменений;

- влияние на организм спортсмена условий жизни и питания;
- вероятностные модели адаптационных изменений организма спортсмена, позволяющие прогнозировать эффективность соревновательной активности;
- текущее наблюдение за состоянием здоровья спортсмена на предмет раннего выявления отклонений здоровья и заболеваний;

Результаты экспериментальных исследований.

В осуществленных исследованиях помимо задач экспериментальной апробации комплексных инновационных технологий с целью выявления и оценки

функциональных резервов и уровня соревновательной готовности спортсменов, ставились также задачи оценки общего состояния здоровья изучаемых спортсменов. Исследования осуществлялись в медицинских центрах училищ олимпийского резерва № 1 и № 2 г. Санкт-Петербурга, и в спортивных командах различного профиля.

Приведем примеры нескольких исследований.

В цикле работ спортсменов изучали во время плановой диспансеризации, в процессе тренировки, а также до и после соревнований. Было обследовано 102 высококвалифицированных спортсмена (2 мастера спорта международного класса, 18 мастеров спорта и 82 кандидата в мастера спорта) следующих специализаций: плавание - 16 чел., лыжное двоеборье - 18 чел., баскетбол - 22 чел., триатлон - 18 чел., пятиборье - 20 чел., академическая гребля - 8 чел. Общая цель - определение выносливости, что позволяло применять адекватную для всех обследованных спортсменов тестирующую нагрузку на тредмиле. Общая характеристика обследованного контингента: возраст 17.8 ± 3.7 лет; рост 183.2 ± 11.8 см.; вес 70.7 ± 10.7 кг; МПК 4.2 ± 0.8 л/мин; время удержания МПК 158.5 ± 89.9 с. Контрольная группа состояла из студентов Санкт-Петербургской академии спорта им. П.Ф. Лесгафта в количестве 50 человек.

Согласно плану экспериментов, измерялись 23-и параметра для определения состояния испытуемых, оценки спортивной успешности и прогноза предстоящей соревновательной деятельности. Для этого все испытуемые были предварительно классифицированы экспертами по уровню их квалификации и реальным спортивным достижениям на три группы по степени психофизической готовности (показатель психофизической готовности - ПФГ). Кроме того, группы были сбалансированы по возрасту; полу; видам спорта и квалификации.

Принципиально важным результатом обработки данных ГРВ-грамм испытуемых являются статистически достоверные различия параметров ГРВ-грамм (площадь свечения) между группами атлетов, отличающихся относительно высокой и низкой психофизической готовностью. Анализ типа свечения ГРВ-грамм в целом давал основания утверждать, что ГРВ-граммы обследованных спортсменов в "состоянии покоя являются относительно более структурированными по сравнению со здоровыми испытуемыми соответствующего возраста из контрольной группы.

Надо подчеркнуть, что максимальная физическая нагрузка оказывает выраженное влияние на паттерны ГРВ-грамм, главным образом в группах спортсменов с относительно высоким ПФГ. Статистически значимая разница была выявлена при сопоставлении параметров ГРВ-грамм атлетов первой и третьей групп.

Эти результаты подтверждают заключение многолетних исследований ГРВ-грамм спортсменов высокого уровня, проводившихся под руководством профессора П.В. Бундзена: доминантный тип ГРВ-граммы в покое этих спортсменов существенно отличается от типов ГРВ-грамм относительно здоровых людей и модифицируется после тренировки и особенно в процессе спортивных соревнований.

На основе проведенных многопараметрических анализов можно утверждать, что метод ГРВ биоэлектрографии позволяет достоверно судить о психофизиологическом состоянии спортсмена в момент обследования, в частности данный метод позволяет достаточно достоверно характеризовать состояние биоэнергетики спортсмена, традиционно оцениваемое показателями кровяного давления и самооценкой самочувствия спортсмена в момент обследования.

В то же время сопоставление данных с успешностью соревновательной деятельности и обсуждение с тренерами показало, что рейтинг, составленный по данным приборных измерений, более точно соответствует соревновательной результативности.

В Москве группой сотрудников ООО «Гармония», совместно с к.м.н. Сенькиным В.В. было проведено исследование группы спортсменов с использованием методов газоразрядной визуализации и кожногальванической реакции. Эти исследования позволили провести дифференциальную диагностику значимых причинно - следственных связей, влияющих на результативность соревновательной деятельности в настоящее время и прогноз успешности в дальнейшей спортивной карьере. Обнаруженные достоверные корреляции «портрета» газоразрядных изображений и особенностей реагирования испытуемых на значимые вербальные стимулы позволили не только выделить типы реакций, опосредующие эффективность конкретной реализации спортивной деятельности, но и ее прогноза.

В рамках научно-методического обеспечения тренировочного процесса членов сборной команды России по спортивной аэробике, на базе КДЮСШ «Спарта» г. Иркутска, Учебно-исследовательским центром «Энисо» и центром здоровьесберегающих технологий ИрГТУ под эгидой СПб НИИ физической культуры проводятся научно-исследовательские работы по контролю за тренировочной и соревновательной деятельностью высококвалифицированных спортсменов. В обследовании приняли участие спортсмены различных возрастно-квалификационных групп (9-11, 12-14 и 15-17 лет), специализирующихся в парных и групповых упражнениях. Было показано, что у спортсменов, которые использовали базовый курс ментального тренинга от 3 до 5 раз в неделю в течение 3-4 месяцев, наблюдался целый комплекс положительных и стабильных эффектов: существенное улучшение психоэмоционального статуса; повышение функциональных возможностей спортсменов (улучшение показателей вегетативных функций); укрепление психосоматического здоровья и повышение уровня психофизической адаптации организма спортсменов к физическим нагрузкам; возрастание эмоциональной устойчивости за счет стресслимитирующего эффекта, способности противостоять препятствиям на пути к достижению цели и уровня притязательности.

Программа исследований в г. Краснодаре состояла в комплексном применении метода ГРВ - биоэлектрографии и методик, определяющих типологические свойства нервной системы, свойства личности, локуса контроля, сформированность осознанной саморегуляции деятельности. На основании полученных данных прогнозировались выступления ведущих спортсменов юношеской сборной команды России по пулевой стрельбе на Чемпионате России. В исследовании приняло участие 43 спортсмена - члена юношеской сборной команды России и сборной команды Краснодарского края. Ранее, было статистически доказано, что паттерны газоразрядной визуализации энергоэмиссионных процессов пальцев рук высококвалифицированных спортсменов, регистрируемые в состоянии относительного покоя, отличаются специфическими особенностями. Анализ связи ГРВ показателей с величинами, характеризующими особенности свойств личности позволил установить достоверно значимые корреляции со следующими показателями:

1. Индекс общей интернальности ($r = 0,887$);
2. Стремление к успеху ($r = 0,846$);
3. Избегание неудач ($r = 0,821$);
4. Рейтинг в сборной ($r = 0,812$);
5. Интернальность достижений ($r = 0,789$);
6. Эмоциональная устойчивость ($r = 0,785$);
7. Суммарный коэффициент саморегуляции ($r = 0,781$);
8. Тревожность ($r = -0,724$); \
9. Напряженность ($r = -0,711$).

На основании полученных данных был составлен прогноз успешности выступлений спортсменов в предстоящих соревнованиях, который подтвердился с коэффициентом корреляции 0,89.

Обсуждение

Верификация функциональной значимости параметров ГРВ-грамм, проведенная на базе хорошо известных в мировой спортивной науке высоковалидных методов определения психофизической подготовленности спортсменов, позволяет прийти к следующим основным заключениям:

- Изученные параметры ГРВ-грамм обнаруживают максимально выраженную связь с психоэмоциональным состоянием спортсменов.

- Интенсивность энергоэмиссионных процессов устойчиво и достоверно связана с уровнем и индивидуальными особенностями саморегуляции психоэнергетического потенциала спортсмена.

- Значимость данного качества субъекта для продуктивной профессиональной деятельности в экстремальных условиях очевидна. В спортивной деятельности этому качеству, как известно, придается ведущее значение, однако до настоящего времени методов объективного тестирования собственно психоэнергетической составляющей практически не существовало.

- Исследование показало, что общая психофизическая готовность спортсменов в видах спорта на выносливость может быть оценена только по изменению энергоэмиссионных процессов под воздействием функциональных нагрузок критической мощности. Однако именно эта особенность позволяет предположить, что метод биоэлектрографии энергоэмиссионных процессов в дальнейшем позволит получить важный объективный критерий прогноза надёжности соревновательной деятельности, связь которой с мобилизацией психофизических резервов спортсмена не вызывает сомнений.

- Обобщая вышеизложенное, есть все основания считать, что метод ГРВ биоэлектрографии достоин занять важное место среди методов психоэнергетической функциональной диагностики и прогноза успешности соревновательной деятельности в спорте высших достижений. Результаты проведенных исследований позволяют рекомендовать технологию газоразрядной визуализации для использования с целью прогнозирования психофизической готовности высококвалифицированных спортсменов в центрах Олимпийской подготовки.

Заключение

Необходимость проведения комплексных исследований обусловлена тем, что напряжённая спортивная тренировка может дать наибольший эффект только тогда, когда наряду с педагогическими методами оценки её результатов и воздействия физических нагрузок, осуществляются наблюдения с использованием приборных средств и методов контроля. Методы ГРВ и ВСР в комплексе позволяют осуществлять оценку изменений функционального состояния различных систем и биоэнергетического статуса организма спортсмена быстро и в динамике тренировочного процесса, что позволяет вовремя проводить коррекцию тренировочного процесса и увеличивать его эффективность.

Параллельное использование нескольких приборных методик позволяет повысить достоверность формируемых заключений и отражает разные грани психофизиологического функционирования организма спортсмена.

Литература:

1. Бутаев З.И., Горбунов В.А., Демиденко О.И., Лебединский В.Ю. Научно-методическое обеспечение подготовки в аэробике// Инновационные технологии в современном спорте. - Иркутск: Изд-во ООО «Мегапринт», 2007. С.129-158.

2. Ожуг Н.Н., Русинов Г.Р. Применение метода ГРВ - биоэлектрографии в комплексной оценке соревновательной надёжности спортсменов - стрелков юношеской сборной команды России// Наука. Информация. Сознание./ VIII Межд. конгр. по биоэлектрографии. - СПб. - 2004. - С.91.

3. Сенькин В.В., Балыкин А.И., Балыкина-Милушкина Т.В. Особенности биоэлектрографического «портрета» как критерии дифференциальной диагностики психофизиологической реактивности организма и прогноза профессиональной результативности спортсменов.

ИСТОЧНИКИ И СИСТЕМА ОЛИМПИЙСКОГО ПРАВА

ШМАТОВ С.С.
ГУ ИАЦР ФКиС ЛО, г. Липецк

Внешним проявлением неоднородного, комплексного характера Олимпийского права (далее – ОП) является наличие разных источников, его формирующих. Источник права выступает как внешняя форма выражения и закрепления норм и правил, нормативной субстанции. Источником ОП является такая его внешняя форма выражения, которая предназначена для регулирования международного Олимпийского движения (далее – МОД) с учетом его особенностей (наряду с предметом, методами и принципами Олимпийского права специальный нормативный материал – один из важнейших вспомогательных юридических критериев, по которым строится ОП). Поскольку МОД включает как отношения частноправового характера (имущественные и связанные с ними личные неимущественные отношения с участием иностранных субъектов МОД, основанные на их равенстве, автономии воли и имущественной самостоятельности), так и отношения публично-правового характера (в частности, отношения по публичной организации МОД), то и источниками ОП следует признать любые внешние формы выражения права, содержащие нормы как частного, так и публичного права, предназначенные для регулирования МОД. Причем в ОП границы между публичным и частным правом довольно размыты, а их нормы тесно переплетаются.

Источники ОП могут быть условно разделены на два вида: внутригосударственные (национальные) и международные.

Внутригосударственные источники ОП: внутригосударственное законодательство государств, включающее законы и подзаконные акты; внутригосударственный правовой обычай; акты национальных спортивных организаций, задействованные в регулировании олимпийского движения; судебный прецедент (в странах англо-саксонского права).

Международные источники ОП: международный договор; международно-правовой обычай; акты международных спортивных организаций; нормативные (прецедентные) решения международных судов.

Внутригосударственное законодательство в области ОП действует в пределах каждого отдельного государства и является результатом реализации нормотворческой функции государственных органов, которая воплощает цели и интересы различных слоев гражданского общества данного государства. Внутригосударственное законодательство играет существенную роль в формировании норм ОП. Российское законодательство, регулирующее отношения в сфере МОД, представлено Конституцией РФ, Гражданским кодексом РФ (далее – ГК РФ), рядом федеральных законов и подзаконных нормативно-правовых актов, а также нормативными правовыми актами субъектов РФ. Среди норм Конституции РФ, касающихся сферы Олимпийского движения, можно назвать п. 2 ст. 8 (о признании и защите равным образом различных форм собственности, включая иностранную), п. 4 ст. 15 (о действии общепризнанных принципов, норм международного права и международных договоров Российской Федерации), п. 1 ст. 17 (о признании и гарантировании прав и свобод человека и гражданина), ст. 34 (о свободном использовании своих способностей и имущества для предпринимательской деятельности), ст. 35 (о гарантиях права собственности), ст. 41 (о праве каждого человека на охрану здоровья), ст. 46 (о гарантиях судебной защиты прав и свобод), ст. 71 - 72 (о разграничении компетенции РФ и субъектов РФ) и др.

ГК РФ, помимо общих норм (о сроках, о сделках, о лицах, о договорах и обязательствах и др.), подлежащих применению к частноправовым международным спортивным отношениям в сфере МОД, содержит ряд специальных норм (п. 1 ст. 2, ст. 7, ст. 140 - 141, п. 3 ст. 162 и др.) и специальный раздел VI «Международное частное право», состоящий в основном из коллизионных норм, регулирующих вопросы выбора применимого права. В гл. 66 «Общие положения» содержатся общие нормы – это нормы об определении применимого права, о квалификации юридических понятий при определении применимого

права, об установлении содержания норм иностранного права, о взаимности, об обратной отсылке, о применении императивных норм, об оговорке, о публичном порядке, о реторсии. Специальные коллизионные нормы содержатся в гл. 67 «Право, подлежащее применению при определении правового положения лиц» и гл. 68 «Право, подлежащее применению к имущественным и личным неимущественным отношениям».

Нормы национального спортивного права, регулирующие отношения в сфере МОД, содержатся в Федеральном законе от 4 декабря 2007 г. № 329-ФЗ «О физической культуре и спорте в Российской Федерации, например в ст. 11 («Олимпийское движение России. Олимпийский комитет России»), ст. 20 («Организация и проведение физкультурных мероприятий, спортивных мероприятий»), ст. 26 («Противодействие использованию допинговых средств и (или) методов в спорте»), ст. 35 («Спортивные сборные команды Российской Федерации»), ст. 36 («Формирование спортивных сборных команд Российской Федерации»), ст. 40 («Международное сотрудничество Российской Федерации в области физической культуры и спорта»), в Федеральном законе от 1 декабря 2007 г. № 310-ФЗ «Об организации и о проведении XXII Олимпийских зимних игр и XI Паралимпийских зимних игр 2014 года в городе Сочи, развитии города Сочи как горноклиматического курорта и внесении изменений в отдельные законодательные акты Российской Федерации», в Федеральном законе от 30 октября 2007 г. № 238-ФЗ «О Государственной корпорации по строительству олимпийских объектов и развитию города Сочи как горноклиматического курорта» и др.

Примером подзаконных нормативных актов, связанных с регулированием олимпийского движения, является Приказ Министерства экономического развития и торговли Российской Федерации от 2 марта 2007 г. № 72 «Об утверждении Правил предоставления в 2007 году из федерального бюджета автономной некоммерческой организации «Заявочный комитет «Сочи-2014» субсидий для обеспечения деятельности по выдвижению г. Сочи в качестве города - кандидата на проведение XXII зимних Олимпийских игр и XI Паралимпийских игр 2014 года».

В зарубежных странах правовые нормы об олимпийском движении закрепляются в законах о спорте, физической подготовке, спортивной деятельности. Вместе с тем вплоть до 1980-х годов число стран, принявших законы о спорте, физической подготовке, спортивной деятельности, было довольно ограничено. С первой половины 1980-х годов число стран, принявших или пересмотревших старые спортивные законы, резко увеличивается (Аргентина, 1992; Португалия, 1990; Финляндия, 1980; Франция, 1984, 1992; Италия, 1984; Испания, 1988, 1990; Польша, 1996; Украина, 1993, и др.). После распада социалистического лагеря по этому пути пошли почти все страны Восточной Европы. Примечательно, что с 2006 г. во французском законодательстве действует Спортивный кодекс Франции. Относительно регулирования МОД для многих законов характерны общие положения, отражающие отношение государства, его законодательных и исполнительных органов, национальных спортивных организаций к утвержденным хартиям, уставам, регламентам и другим нормативным документам международных спортивных организаций, и прежде всего МОК и международные спортивные федерации (МСФ); определяющие порядок разрешения спорных ситуаций в спорте; регламентирующие борьбу с допингом в спорте и др.

Внутригосударственный правовой обычай - это сложившееся правило поведения, которого обязаны придерживаться стороны частнопроводимого отношения, но не закрепленное в законодательстве. Его особенностью является то, что он создается и санкционируется государством в рамках его внутреннего права.

Обычаи делового оборота признаются источниками международного частного права (ст. 5, 6, 309, 311, 314, 421, 427, 431 ГК РФ и др.). В ст. 5 ГК РФ определены понятие и признаки обычая делового оборота, под которым подразумевается сложившееся и широко применяемое в какой-либо области предпринимательской деятельности правило поведения, не предусмотренное законодательством, независимо от того, зафиксировано оно или нет в каком-либо документе. Обычаи делового оборота применимы исключительно в сфере спортивного предпринимательства, весьма распространенного на сегодняшний день в

области олимпийского движения. Юридическое значение обычаев состоит в том, что они по очередности применения находятся после нормативно-правовых актов и договора.

Довольно широкое распространение и использование в сфере регулирования олимпийского спорта находят акты национальных спортивных организаций, многие нормы которых, так или иначе, задействованы в регламентации общественных отношений в данной сфере с международным (иностраным) элементом. Такие акты регулируют спортивные отношения, в том числе касающиеся МОД, на уровне спортивных организаций и принимаются их учредителями либо самими организациями. К этой группе относятся спортивные хартии и иные аналогичные документы национальных спортивных организаций, в частности устанавливающие правовое взаимодействие с другими национальными и международными спортивными организациями, в том числе с профессиональными спортивными клубами и их объединениями.

Судебный прецедент (precedent) как правовой источник характерен для государств с так называемым общим правом (common law), к которым относится большинство англоязычных стран - Великобритания, США, Австралия и др. В самом общем виде суть судебного прецедента и прецедентного права вообще состоит в том, что решение, вынесенное судом по какому-либо конкретному делу, становится обязательным для всех судов той же, либо низшей инстанции при вынесении решений по аналогичным делам.

В России источником права выступает нормативный правовой акт (иногда, как уже говорилось, применяется также правовой обычай). Превалирует точка зрения, что суд не создает правовых норм, это прерогатива законодательной ветви власти. В то же время постановления высших судебных инстанций всегда имели важное значение для формирования единообразной правоприменительной практики и рассматривались как акты судебного толкования норм права.

Важнейшим источником ОП являются международные договоры, удельный вес которых в общем спектре всех источников ОП постепенно возрастает. Это обусловлено прежде всего закономерностями современного развития МОД, в том числе совершенствованием системы управления МОД.

Международные договоры являются результатом согласования воли различных государств, принимающих в них участие. Международные договоры в области ОП регулируют правоотношения главным образом с участием юридических и физических лиц - субъектов внутреннего права (спортсменов, спортивных организаций и т.д.), но обязательства по договору возлагаются на государства, участвующие в нем, которые несут ответственность за приведение своего внутреннего права в соответствие со своими международными обязательствами. Международные договоры, заключенные СССР, по общему правилу обязательны для Российской Федерации как его правопреемника, если специально не было объявлено о прекращении действия этих договоров.

В РФ нормы международных документов применяются, в частности, к спортивным отношениям в сфере олимпийского движения с участием иностранных физических и юридических лиц, определяют их правовой статус, порядок применения правовых последствий причинения вреда иностранцам и иностранцами на территории России и многое другое.

Основу регулирования международных отношений, возникающих в сфере олимпийского движения, составляют нормы общего международного права, включая общепризнанные принципы и нормы международного права и международные договоры общего характера. Что касается общепризнанных принципов и норм международного права, то они содержатся в уставах Организации Объединенных Наций, декларациях и резолюциях Генеральной Ассамблеи ООН, документах других международных организаций по наиболее общим и глобальным вопросам международного правопорядка, многосторонних договорах (конвенциях), решениях Международного суда. Нормы общего международного права регламентируют сотрудничество государств в различных сферах международных отношений, и действие ряда таких норм распространяется в том числе на МОД. Вместе с тем одних норм общего международного права недостаточно для регулирования взаимоотношений государств и других субъектов, возникающих в международном

олимпийском движении. Этим целям служат специальные нормы, содержащиеся в договорах, посвященных непосредственно МОД. Такие международные договоры могут быть двусторонними и многосторонними, региональными и универсальными.

Особую группу договорных источников ОП составляют международные межведомственные соглашения-декларации в сфере спорта, документы межгосударственных конференций и т.п., положения которых носят главным образом рекомендательный характер и порождают морально-политические обязательства. Иными словами, положения этих документов относятся к нормам так называемого «мягкого права». Среди них есть универсальные, например Международная хартия физического воспитания и спорта (Париж, 21 ноября 1978 г.); есть региональные, например Спортивная хартия Европы (Родос, 14 - 15 мая 1992 г.). С содержащимися в этих документах международными рекомендациями субъекты ОП при осуществлении спортивной деятельности должны считаться и должны исполнять их по доброй воле.

Международные обычаи как источник ОП занимают особое место в иерархии его источников. В сфере международной торговли сложившиеся в практической деятельности обычаи и обыкновения делового оборота подвергаются неофициальной кодификации в рамках Международной торговой палаты (МТП), результатом которой выступают сборники унифицированных правил и обычаев, применяемых при наличии на них ссылки в контракте. Яркий пример - Международные правила толкования торговых терминов 1990 г. (Правила ИНКОТЕРМС), опубликованные МТП. Следует отметить, что юридическую силу имеет не сборник как публикация МТП под определенным номером, а сами нормы, в нем содержащиеся. Характерным примером международного обычая являются также Принципы международных коммерческих договоров 1994 г. (Принципы УНИДРУА), тоже применяемые при наличии на них ссылки в контракте. Документ разработан Международным институтом унификации частного права (УНИДРУА), имеющим статус межправительственной организации, членом которой является Российская Федерация.

Нарушения норм, содержащихся в уставах, регламентах, правилах и других нормативных документах МСФ, соответствующие наказания, организация и функционирование органов, отвечающих за вынесение решений, а также порядок рассмотрения дел в этих органах регламентируются дисциплинарными кодексами. В качестве примера такого акта можно сослаться на Дисциплинарный кодекс Международной федерации футбола, принятый в соответствии с п. 4 ст. 54 Устава ФИФА. Основополагающими международными документами рассматриваемой категории, на которых строится борьба с допингом, выступают Медицинский кодекс МОК и Всемирный антидопинговый кодекс ВАДА.

Нормативное регулирование организации и деятельности Международного спортивного арбитражного суда также осуществляется источниками ОП данной категории, в частности Кодексом спортивного арбитража, специальными регламентами разрешения споров, возникающих во время Олимпийских игр, и другими документами.

К источникам ОП можно отнести также нормативные (прецедентные) решения международных судов.

Важнейшим регулятором международных спортивных отношений, играющим значительную роль в современном МОД, являются нормы профессиональной, спортивной этики. В 1985 г. министрами Европы, ответственными за спорт, принят Кодекс спортивной этики «Справедливая игра - путь к победе».

В современном международном праве активно идет процесс разветвления его структуры, систематизации действующих норм в целях фиксации наличия норм, уточнения их содержания, устранения несогласованности между ними, восполнения пробелов, обновления или создания новых норм. Немаловажна в этом процессе и роль ОП.

ОП - составная часть международного спортивного права. Вместе с тем системность как существенное качество права в полной мере присуща и ОП.

В структуру ОП входят все виды институтов и субинститутов. В составе ОП имеются институты (субинституты) материальные и процессуальные; простые и сложные; целиком

относящиеся к ОП и смешанные (т.е. состоящие из норм различных отраслей, подотраслей общего международного права); учредительные, регулятивные и охранительные.

Краеугольным камнем ОП являются нормативные документы МОК, нормы которых в значительной своей части универсальны и императивны. МОК представляет собой механизм, сопоставимый с функциями, образно говоря, мирового министерства олимпийского спорта. В то же время система и нормативные акты МОК требуют корректировки.

В увязке с нормативными актами МОК и ряда других центральных МСО создаются и существуют нормы, институты и субинституты многосторонних универсальных соглашений, касающихся олимпийской проблематики и охватывающих различное количество спортивных держав. В ОП существуют нормативные комплексы, используемые в регулировании международных спортивных отношений в сфере МОД на региональном уровне (например, в Европейском союзе). Кроме того, в состав ОП входит большое количество норм, институтов и субинститутов, регулирующих двусторонние международные спортивные отношения в сфере МОД. Наконец, нормы ОП регламентируют внутригосударственные спортивные отношения в сфере МОД, осложненные международным (иностранным) элементом.

Таким образом, ОП находится в постоянном движении и развитии, видоизменяясь и трансформируясь в зависимости от потребностей каждого отрезка времени. Динамика развития ОП неоднородна и непрямолинейна, однако можно утверждать, что определяющим фактором развития является тенденция к унификации норм ОП, в том числе на основе нормативных документов МСО, международных договоров и соглашений, и к их универсализации. Все это и многое другое превращают ОП в один из важнейших и применяемых участков права и диктуют необходимость его глубокого изучения, широкой пропаганды и активного совершенствования.

Литература:

1. Конституция Российской Федерации [электронный ресурс] (от 12.12.1993) // Собрание законодательства РФ. -2009. № 4. Ст. 445.
2. Гражданский кодекс Российской Федерации (часть первая) [текст] (от 30.11.1994) // Собрание законодательства РФ. -1994. № 32. Ст. 3301.
3. Гражданский кодекс Российской Федерации (часть третья) [текст] (от 03.12.2001) // Собрание законодательства РФ. -2001. № 49. Ст. 4552.
4. О Государственной корпорации по строительству олимпийских объектов и развитию города Сочи как горноклиматического курорта: федеральный закон [электронный ресурс] (от 30 октября 2007 г. № 238-ФЗ) // СПС «Консультант Плюс». – 2011.
5. Об организации и о проведении XXII Олимпийских зимних игр и XI Паралимпийских зимних игр 2014 года в городе Сочи, развитии города Сочи как горноклиматического курорта и внесении изменений в отдельные законодательные акты Российской Федерации: федеральный закон [электронный ресурс] (от 1 декабря 2007 г. № 310-ФЗ) // СПС «Консультант Плюс». – 2011.
6. О физической культуре и спорте в Российской Федерации: федеральный закон [текст] (от 4 декабря 2007 № 329-ФЗ) // Собрание законодательства РФ. -2007. № 50. Ст. 6242.
7. Об утверждении Правил предоставления в 2007 году из федерального бюджета автономной некоммерческой организации «Заявочный комитет «Сочи-2014» субсидий для обеспечения деятельности по выдвижению г. Сочи в качестве города - кандидата на проведение XXII зимних Олимпийских игр и XI Паралимпийских игр 2014 года: Приказ Министерства экономического развития и торговли Российской Федерации [электронный ресурс] (от 2 марта 2007 г. № 72) // СПС «Консультант Плюс». – 2011.

ПРАВОВЫЕ ОСОБЕННОСТИ ЗАКЛЮЧЕНИЯ ТРУДОВЫХ ДОГОВОРОВ СО СПОРТСМЕНАМИ И ТРЕНЕРАМИ И ИХ ТРУДОВЫХ ПРАВООТНОШЕНИЙ

ШМАТОВ С.С.
ГУ ИАЦР ФКиС ЛО, г. Липецк

В связи с тем, что труд спортсменов специфичен, при заключении трудового договора нужно учесть некоторые факторы, например условия и характер труда. Рассмотрим, какие особенности нужно иметь в виду при оформлении трудовых отношений со спортсменами.

Для начала определим, кого же можно назвать спортсменами, чтобы применять специальные правила, установленные трудовым законодательством. В соответствии с Федеральным законом от 04.12.2007 № 329-ФЗ «О физической культуре и спорте в Российской Федерации» под спортсменом понимается физическое лицо, занимающееся выбранным видом спорта или видами спорта и выступающее на спортивных соревнованиях. Но чтобы спортсмен мог добиться высоких результатов в своем виде спорта, необходимо тренироваться. Обычно это происходит под руководством тренера. В силу п. 24 ст. 2 указанного закона тренер - это физическое лицо, имеющее соответствующее среднее или высшее профессиональное образование и осуществляющее проведение со спортсменами учебно-тренировочных мероприятий, а также руководство их состязательной деятельностью для достижения спортивных результатов.

Поскольку оформление трудовых отношений практически с любым работником начинается с заключения трудового договора, обратимся к ст. 57 Трудового кодекса РФ (деле – ТК РФ) и посмотрим, какие условия работодатель обязан включить в него: место работы, а в случае, когда работник принимается для работы в филиале, представительстве или ином обособленном структурном подразделении организации, расположенном в другой местности, место работы с указанием обособленного структурного подразделения и его местонахождения; трудовую функцию (работу по должности в соответствии со штатным расписанием, профессии, специальности с указанием квалификации; конкретный вид поручаемой работнику работы); дату начала работы, а в случае, когда заключается срочный трудовой договор, - срок его действия и обстоятельства (причины), послужившие основанием для заключения такого договора; условия оплаты труда (в том числе размер тарифной ставки или оклада (должностного оклада) работника, доплаты, надбавки и поощрительные выплаты); режим рабочего времени и времени отдыха (если для данного работника он отличается от общих правил, действующих у данного работодателя); компенсации за тяжелую работу и работу с вредными или опасными условиями труда, если работник принимается на работу в соответствующих условиях, с указанием характеристик условий труда на рабочем месте; условия, определяющие в необходимых случаях характер работы (подвижной, разъездной, в пути, др.); условие об обязательном социальном страховании работника; другие условия в случаях, предусмотренных трудовым законодательством. Заключать трудовой договор о работе по совместительству у другого работодателя спортсмен или тренер могут только с разрешения работодателя по основному месту работы (ст. 348.7 ТК РФ).

Составляя договор, необходимо четко формулировать трудовую функцию спортсмена и тренера. Условия оплаты труда спортсменов должны быть также четко прописаны в трудовом договоре. При этом следует разграничивать заработную плату и другие системные выплаты и денежное вознаграждение за достижение спортсменом конкретного результата в официальном спортивном соревновании. Например, в трудовом договоре может быть оговорено, что при достижении определенного результата на конкретных соревнованиях (занятие призового места на чемпионате области) у работодателя возникнет обязанность выплатить спортсмену определенную сумму денег. В свою очередь, недостижение результата лишает спортсмена права требовать выплаты установленного вознаграждения, несмотря даже на то, что это условие записано в трудовом договоре.

То есть заработная плата выплачивается за труд в виде подготовки к соревнованиям и участие в них, а вознаграждение - при достижении конкретного спортивного результата, который был записан в качестве условия в трудовом договоре. И если спортсмен, участвуя в официальном спортивном соревновании, которое входит в утвержденный календарь соревнований, не займет призового места, оговоренного в трудовом договоре, у работодателя нет оснований для невыплаты или уменьшения заработной платы.

Применительно к спортсменам и тренерам в трудовой договор на основании ст. 348.2 ТК РФ необходимо включить такие условия: обязанность работодателя обеспечить

проведение учебно-тренировочных мероприятий и участие спортсмена в спортивных соревнованиях под руководством тренера (тренеров); обязанность спортсмена соблюдать спортивный режим, установленный работодателем, и выполнять планы подготовки к спортивным соревнованиям; обязанность спортсмена принимать участие в спортивных соревнованиях только по указанию работодателя; обязанность спортсмена не использовать запрещенные в спорте средства (допинг) и (или) методы, проходить допинговый контроль; обеспечение работодателем страхования жизни и здоровья спортсмена, а также медицинского страхования в целях получения спортсменом дополнительных медицинских и иных услуг сверх установленных программами обязательного медицинского страхования с указанием условий этих видов страхования.

Помимо условий, установленных ст. 57 ТК РФ, обязательным для включения в трудовой договор с тренером является условие о его обязанности принимать меры по предупреждению использования спортсменом (спортсменами) допинговых средств и (или) методов.

Кроме обязательных условий, в трудовой договор могут быть включены дополнительные, не ухудшающие положение работников по сравнению с установленным трудовым законодательством. В частности, для спортсменов и тренеров такими могут быть условия:

- о согласии спортсмена, тренера на передачу работодателем их персональных данных, копии трудового договора в общероссийскую спортивную федерацию по соответствующим виду или видам спорта, а в случае включения спортсмена, тренера в состав спортивной сборной команды РФ, также на передачу копии трудового договора в федеральный орган исполнительной власти, осуществляющий функции по проведению государственной политики и нормативно-правовому регулированию в сфере физической культуры и спорта;

- об обязанности спортсмена, тренера использовать в рабочее время спортивную экипировку, предоставленную работодателем;

- об обязанности спортсмена, тренера соблюдать положения (регламенты) о спортивных соревнованиях в части, непосредственно связанной с трудовой деятельностью спортсмена, тренера;

- о порядке осуществления спортсменом денежной выплаты в пользу работодателя при расторжении трудового договора по собственному желанию, а также по инициативе работодателя по основаниям, которые относятся к дисциплинарным взысканиям (ст. 348.12 ТК РФ), и о размере указанной выплаты.

Отдельного внимания при заключении трудового договора со спортсменом или тренером заслуживает положение о сроке его действия. Общие положения, когда возможно заключение срочного трудового договора, установлены ст. 59 ТК РФ. Например, возможно заключение трудового договора на срок не более пяти лет с лицами, направляемыми на работу за границу на время исполнения обязанностей отсутствующего работника или на время выполнения временных (до двух месяцев) работ. Этой же статьей установлены случаи, когда срочный трудовой договор может быть заключен только по соглашению сторон (при трудоустройстве пенсионеров по возрасту, в районы Крайнего Севера, с руководителями, их заместителями и пр.).

Данная статья допускает заключение трудового договора на определенный срок и в других случаях, предусмотренных ТК РФ или иными федеральными законами. В частности, ст. 348.2 ТК РФ по соглашению сторон со спортсменами могут заключаться как трудовые договоры на неопределенный срок, так и срочные трудовые договоры.

Срочные трудовые договоры могут заключаться по соглашению сторон с тренерами, принимаемыми на работу для проведения со спортсменами учебно-тренировочных мероприятий и осуществления руководства состязательной деятельностью спортсменов для достижения спортивных результатов в профессиональном спорте, а также с тренерами спортивных сборных команд. Это значит, что с тренерами в любительском спорте или тренерами-преподавателями в спортивной школе срочный трудовой договор заключить нельзя.

Условие о сроке в трудовом договоре со спортсменом или тренером можно сформулировать так: «Данный трудовой договор заключен на определенный срок - с _____ по _____ в соответствии со ст. 348.2 ТК РФ по соглашению сторон как со спортсменом».

Трудовым договором, а равно как и коллективными договорами, соглашениями, локальными нормативными актами, могут предусматриваться условия о дополнительных гарантиях и компенсациях спортсменам, тренерам (см. ст. 348.10 ТК РФ).

Спортсменам, тренерам также предоставляется ежегодный дополнительный оплачиваемый отпуск, продолжительность которого определяется коллективными договорами, локальными нормативными актами, трудовыми договорами, но не менее четырех календарных дней.

Статья 68 ТК РФ обязывает работодателя до подписания трудового договора ознакомить работника под роспись с документами, непосредственно связанными с его трудовой деятельностью: должностной инструкцией, правилами внутреннего трудового распорядка, положениями и иными локальными актами. Статья 348.2 ТК РФ дополняет перечень таких документов. Спортсменов и тренеров дополнительно необходимо знакомить под роспись: с нормами, утвержденными общероссийскими спортивными федерациями; с правилами соответствующих видов спорта; с положениями (регламентами) о спортивных соревнованиях; с условиями договоров работодателя со спонсорами (партнерами), с рекламодателями, организаторами спортивных мероприятий и общероссийскими спортивными федерациями в части, непосредственно связанной с трудовой деятельностью спортсменов, тренеров.

Ознакомление спортсменов и тренеров с нормами, положениями и правилами необходимо не только при приеме на работу, но и в период действия трудового договора.

А вот если спортсмены или тренеры включены в состав спортивной сборной команды РФ, то с указанными нормами, правилами, положениями и условиями их обязана ознакомить общероссийская спортивная федерация по соответствующим виду или видам спорта.

По общему правилу ст. 63 ТК РФ трудовой договор заключается с лицами, достигшими 16 лет. Однако трудовой договор может быть заключен и раньше:

1) с лицами, достигшими 15 лет, - для выполнения легкого труда, не причиняющего вреда их здоровью, в случаях, если несовершеннолетний: получил общее образование; продолжает освоение программы общего образования по иной, чем очная, форме обучения (например, очно-заочная (вечерняя), заочная форма обучения или обучение в форме экстерната); оставил общеобразовательное учреждение (самостоятельно (по согласию родителей и комиссии по делам несовершеннолетних) или исключен за грубые и неоднократные нарушения устава образовательного учреждения);

2) с лицами, достигшими 14 лет, - для выполнения в свободное от учебы время легкого труда, не причиняющего вреда здоровью и не нарушающего процесса обучения, но только с согласия одного из родителей (попечителя) и органа опеки и попечительства.

Трудовым законодательством разрешено заключать трудовые договоры и с лицами, не достигшими 14 лет, если предполагается, что трудиться они будут в организациях кинематографии, театрах, театральных и концертных организациях, цирках и на то имеются согласие одного из родителей (опекуна) и разрешение органа опеки и попечительства. Статья 348.8 ТК РФ не сделала исключений из этого правила и лишь уточнила, что при заключении трудового договора со спортсменом, не достигшим 14 лет, орган опеки и попечительства выдает разрешение на труд на основании предварительного медицинского осмотра (обследования), порядок проведения которого определяется уполномоченным Правительством РФ федеральным органом исполнительной власти.

Трудовой договор от имени работника в этом случае подписывается его родителем (опекуном). В разрешении органа опеки и попечительства указываются максимально допустимая продолжительность ежедневной работы спортсмена, не достигшего возраста 14 лет, и другие условия, в которых он может выполнять работу без ущерба для своего здоровья и нравственного развития. Поскольку в ТК РФ не установлено, в какой именно форме - устной или письменной, должно быть получено данное согласие, во избежание споров о правомерности использования труда четырнадцатилетнего ребенка желательно получить

письменное согласие родителей. Оно может быть выражено в виде нотариально заверенного документа или соответствующей записи родителя на заявлении подростка о приеме на работу.

Продолжительность работы несовершеннолетнего спортсмена устанавливается по общему правилу локальным нормативным актом работодателя (коллективным договором, правилами внутреннего трудового распорядка и пр.) при условии соблюдения еженедельной продолжительности рабочего времени в соответствии со ст. 92 ТК РФ:

Направление в служебные командировки, привлечение к сверхурочной работе, работе в ночное время, в выходные и нерабочие праздничные дни несовершеннолетних спортсменов допускаются в случаях и порядке, которые предусмотрены трудовым законодательством и иными нормативными правовыми актами, содержащими нормы трудового права, коллективными договорами, соглашениями, локальными нормативными актами, трудовым договором.

Согласно ст. 265 ТК РФ, запрещаются переноска и передвижение работниками в возрасте до 18 лет тяжестей, превышающих установленные для них нормы. Но ст. 348.8 ТК РФ для несовершеннолетних спортсменов сделано исключение из правил: во время участия в спортивных мероприятиях допускается превышение несовершеннолетним спортсменом предельно допустимых норм нагрузок при подъеме и перемещении тяжестей вручную, если это необходимо в соответствии с планом подготовки спортсмена к спортивным соревнованиям и применяемые нагрузки не запрещены ему по состоянию здоровья в соответствии с медицинским заключением.

При заключении трудового договора спортсмены подлежат обязательному предварительному медицинскому осмотру (обследованию) в силу ст. 348.3 ТК РФ. Такой осмотр должен оплачивать работодатель. Кроме предварительного медицинского обследования, работодатель обязан организовывать проведение за счет собственных средств:

- периодических (в течение трудовой деятельности, но не реже одного раза в год) медицинских осмотров (обследований) спортсменов (проводятся в целях определения пригодности для выполнения поручаемой работы и предупреждения профессиональных заболеваний и спортивного травматизма);

- внеочередных медицинских осмотров (обследований) спортсменов (проводятся по просьбам спортсменов в соответствии с медицинскими рекомендациями).

При прохождении обследований за спортсменами сохраняются место работы (должность) и средний заработок. Данные положения основаны на нормах ст. 185 ТК РФ, предусматривающей гарантии работникам, направляемым на медосмотр (обследование).

Отказ спортсмена пройти обязательный медицинский осмотр может послужить поводом к отстранению его от соревнований на основании требований ст. 76 ТК РФ. Кроме этого, в силу пп. «в» п. 35 Постановления Пленума Верховного Суда РФ от 17.03.2004 № 2 «О применении судами Российской Федерации Трудового кодекса Российской Федерации» такой отказ является нарушением трудовой дисциплины и может повлечь применение мер дисциплинарной ответственности. При выявлении в ходе медицинского обследования использования спортсменом допинговых средств или методов трудовой договор с таким спортсменом может быть незамедлительно расторгнут (п. 2 ст. 348.11 ТК РФ).

Приказом Минздрава России от 20.08.2001 № 337 среди прочих утверждена Программа углубленного медицинского обследования спортсменов сборных команд России и их ближайшего резерва, а также Инструкция по ее реализации. Данную Программу обязаны выполнять все медицинские организации, осуществляющие медицинский контроль за спортсменами. Программа углубленных медицинских обследований унифицирована применительно к пяти группам видов спорта: циклические (велоспорт, гребля, лыжные гонки); скоростно-силовые (тяжелая атлетика); спортивные единоборства (дзюдо, фехтование); спортивные игры (бадминтон, баскетбол, футбол, хоккей и т.д.); сложно-координационные (ориентирование, стрельба).

Программа медицинского осмотра включает обследование терапевта, хирурга-травматолога, невролога, стоматолога, оториноларинголога, офтальмолога, психоневролога,

гинеколога, уролога, дерматолога, а также лабораторные и функциональные методы исследования (кардиограмма, анализы крови и мочи).

В силу ст. 348.11 ТК РФ помимо оснований, предусмотренных ТК РФ и иными федеральными законами, основаниями прекращения трудового договора со спортсменом являются: спортивная дисквалификация на шесть и более месяцев; использование спортсменом, в том числе однократное, допинговых средств и (или) методов, выявленное при проведении допингового контроля в порядке, установленном федеральным законом.

Отличительной особенностью расторжения трудового договора по инициативе спортсменов и тренеров является срок уведомления работодателя об этом. Согласно ст. 80 ТК РФ работник должен уведомить работодателя о своем желании расторгнуть трудовой договор не менее чем за 14 календарных дней. Но спортсмены на основании ст. 348.12 ТК РФ должны уведомить спортивную организацию - работодателя об этом не менее чем за месяц, за исключением случаев, когда трудовой договор заключен на срок менее четырех месяцев.

В трудовом договоре может быть предусмотрено условие об обязанности спортсмена произвести в пользу работодателя денежную выплату в случае расторжения трудового договора по инициативе спортсмена без уважительных причин, а также в случае расторжения трудового договора по инициативе работодателя по основаниям, которые относятся к дисциплинарным взысканиям (ч. 3 ст. 192 ТК РФ). В данном случае выплаты в пользу работодателя должны быть произведены в течение двух месяцев со дня расторжения трудового договора, если иное не предусмотрено трудовым договором. Размер денежной выплаты определяется трудовым договором.

Работодатель, в свою очередь, в последний рабочий день должен выплатить все причитающиеся спортсмену или тренеру суммы (ст. 140 ТК РФ), а также компенсацию за неиспользованный отпуск в силу ст. 127 ТК РФ. Кроме этого, необходимо выдать спортсмену трудовую книжку.

Литература:

1. Трудовой кодекс Российской Федерации [Текст] // Собрание законодательства РФ. - 2002. - № 1. Ст. 3.
2. Федеральный закон от 04.12.2007 № 329-ФЗ «О физической культуре и спорте в Российской Федерации» [Текст] // Собрание законодательства РФ. - 2007. № 50. Ст. 6242.
3. Приказ Минздравсоцразвития России от 20.08.2001 № 337 «О мерах по дальнейшему развитию и совершенствованию спортивной медицины и лечебной физкультуры» [электронный ресурс] // СПС «Консультант Плюс». – 2011.
4. Постановление Пленума ВС РФ от 17.03.2004 № 2 «О применении судами Российской Федерации Трудового кодекса Российской Федерации» [электронный ресурс] // СПС «Консультант Плюс». – 2011.

ТЕОРЕТИЧЕСКИЕ АСПЕКТЫ УТОМЛЕНИЯ В СПОРТЕ

ЮРЬЕВ А.Ф.,

филиал УлГУ, г. Димитровград, Ульяновская область

Любая мышечная деятельность, занятия физическими упражнениями, спортом повышают активность обменных процессов, тренируют и поддерживают на высоком уровне механизмы, осуществляющие в организме обмен веществ и энергии, что положительным образом сказывается на умственной и физической работоспособности человека. Однако при увеличении физической или умственной нагрузки, объема информации, а также интенсификации многих видов деятельности в организме развивается особое состояние, называемое утомлением.

Утомление - это функциональное состояние, временно возникающее под влиянием продолжительной и интенсивной работы и приводящее к снижению ее эффективности.

Утомление проявляется в том, что уменьшается сила и выносливость мышц, ухудшается координация движений, возрастают затраты энергии при выполнении работы одинакового характера, замедляется скорость переработки информации, ухудшается память, затрудняется процесс сосредоточения и переключения внимания, усвоения теоретического материала.

Утомление связано с ощущением усталости, и в то же время оно служит естественным сигналом возможного истощения организма и предохранительным биологическим механизмом, защищающим его от перенапряжения. Утомление, возникающее в процессе упражнения, это еще и стимулятор, мобилирующий как резервы организма, его органов и систем, так и восстановительные процессы.

Утомление наступает при физической и умственной деятельности. Оно может быть острым, т.е. проявляться в короткий промежуток времени, и хроническим, т.е. носить длительный характер (вплоть до нескольких месяцев); общим, т.е. характеризующим изменение функций организма в целом, и локальным, затрагивающим какую-либо ограниченную группу мышц, орган, анализатор.

Различают две фазы утомления:

- компенсированную (когда нет явно выраженного снижения работоспособности из-за того, что включаются резервные возможности организма);
- некомпенсированную (когда резервные мощности организма исчерпаны и работоспособность явно снижается).

Систематическое выполнение работы на фоне недовосстановления, непродуманная организация труда, чрезмерное нервно-психическое и физическое напряжение могут привести к *переутомлению*, а следовательно, к перенапряжению нервной системы, обострениям сердечно-сосудистых заболеваний, гипертонической и язвенным болезням, снижению защитных свойств организма.

Устранить утомление возможно, повысив уровень общей и специализированной тренированности организма, оптимизировав его физическую, умственную и эмоциональную активность.

Профилактике и отдалению умственного утомления способствует мобилизация тех сторон психической активности и двигательной деятельности, которые связаны с теми, что привели к утомлению. Необходимо активно отдыхать, переключаться на другие виды деятельности, использовать арсенал средств восстановления.

Восстановление - процесс, происходящий в организме после прекращения работы и заключающийся в постепенном переходе физиологических и биохимических функций к исходному состоянию.

Время, в течение которого происходит восстановление физиологического статуса после выполнения определенной работы, называют восстановительным периодом.

Следует помнить, что в организме как во время работы, так и в предрабочем и послерабочем покое, на всех уровнях его жизнедеятельности непрерывно происходят взаимосвязанные процессы расхода и восстановления функциональных, структурных и регуляторных резервов. Во время работы процессы диссимиляции преобладают над ассимиляцией и тем больше, чем значительнее интенсивность работы и меньше готовность организма к ее выполнению. В восстановительном периоде преобладают процессы ассимиляции, а восстановление энергетических ресурсов происходит с превышением исходного уровня (сверхвосстановление, или суперкомпенсация). Это имеет огромное значение для повышения тренированности организма и его физиологических систем, обеспечивающих повышение работоспособности.

Различают раннюю и позднюю фазу восстановления. Ранняя фаза заканчивается через несколько минут после легкой работы, после тяжелой - через несколько часов. Поздние фазы восстановления могут длиться до нескольких суток.

Утомление сопровождается фазой понижения работоспособности, а спустя какое-то время может смениться фазой повышенной работоспособности. Длительность этих фаз зависит от степени тренированности организма, а также от выполняемой работы.

Рационально сочетать нагрузки и отдых необходимо для того, чтобы сохранить и развить активность восстановительных процессов. Дополнительными средствами восстановления могут быть факторы гигиены, питания, массаж, биологически активные вещества (витамины).

Главный критерий положительной динамики восстановительных процессов - готовность к повторной деятельности, а наиболее объективным показателем восстановления работоспособности служит максимальный объем повторной работы.

С особой тщательностью необходимо учитывать нюансы восстановительных процессов при организации занятий физическими упражнениями и планировании тренировочных нагрузок.

Повторные нагрузки целесообразно выполнять в фазе повышенной работоспособности. Слишком длинные интервалы отдыха снижают эффективность тренировочного процесса.

Чтобы ускорить процесс восстановления, в спортивной практике используется активный отдых, т.е. переключение на другой вид деятельности.

СОЦИАЛЬНАЯ ТИПОЛОГИЯ СУБЪЕКТОВ ФИЗКУЛЬТУРНОЙ ДЕЯТЕЛЬНОСТИ

ЭЛЬМУРЗАЕВ М.А., д.п.н., доцент
КазФУ, г. Казань

Идея создания типологии человека, потребность соотнесения себя с тем или иным типом существует с давних времен. Классическим примером может служить учение Гиппократов о типах темперамента. Однако построение разнообразных типов осуществлялось по определенному принципу: выделение необходимого набора качеств, которые позволяют отличать одного человека от другого, одну группу людей от другой и которые обеспечивают успешную их адаптацию в различных сферах бытия. Этот принцип построения типов личности скорее напоминает классификацию по некоторым признакам, чем типизацию. Принцип типизации предполагает не просто набор черт личности (пусть даже очень важных), а выявление причины возникновения, движущих сил её развития и соотнесение их с общественными движущими силами, что и позволяет определить принадлежность личности к тому или иному типу.

В отечественной психологической науке общая типология человека традиционно изучалась на основе типа нервной системы или принципа индивидуальности и индивидуализации. В основу каждой предлагаемой концепции типизации были положены разные критерии, но все они строились преимущественно на психофизиологическом уровне. Попытки построения типологии личности на социально-психологическом уровне в отечественной науке ранее не предпринимались.

На необходимость построения типов личности на социально-психологическом уровне указывает К. А. Альбуханова-Славская [1]. По мнению автора, решение поставленной задачи возможно только на основе раскрытия диалектики взаимодействия социального и биологического, индивидуального и общественного, общего, особенного и единичного. Это положение должно служить методологическим принципом построения типологии личности на социальном уровне. Важнейшей задачей социально-психологической науки является переход от «чисто» биологической или психологической типизации личности к социально-психологической типизации, которая должна строиться с учетом тех социальных условий, в которых личность развивается и действует. Пока же какой-либо стройной и общепризнаваемой типизации личности на социальном уровне в отечественной науке не существует.

В психологии физической культуры и спорта выполнено значительное количество работ, посвященных построению типологии спортсменов, что показывает широту и глубину интереса ученых к изучению личности спортсмена. Проведенный анализ выполненных работ показывает, что большинство из них концентрируются по трем основным направлениям.

Первое направление связано с попытками построения типологии спортсмена на психофизиологическом уровне: выделении свойств нервной системы и их иерархии у представителей разных видов спорта. Второе направление связано с выявлением свойств темперамента у представителей разных видов спорта. Содержание третьего направления базируется на выявлении соотношения основных свойств нервной системы и психологических свойств темперамента, которое обуславливает успешность деятельности спортсмена в различных видах спорта. Результаты построения типологии спортсменов на этих основаниях позволяли разрабатывать модельные характеристики представителей разных видов спорта, планировать построение учебно-тренировочного процесса и прогнозировать достижение спортивного результата.

Представленные направления построения типов личности спортсменов основываются на биологически обусловленной подструктуре человека, его индивидуальных свойствах, которые задают динамику деятельности спортсмена, но существенно не влияют на её направленность и содержание.

Наиболее глубоко проблему индивидуально-типологических различий спортсменов на психологическом уровне исследовал Е. П. Ильин, обобщающие результаты этих исследований представлены в его фундаментальном труде [2]. Предлагаемые автором типологии рассматриваются в связи с социально-демографическими характеристиками субъектов исследования: пол, возраст, принадлежность к той или иной социальной группе (учащиеся общеобразовательных учреждений, студентов высших учебных заведений и др.). Безусловно, социально-демографические признаки необходимо учитывать при построении субъектов физкультурной деятельности.

Практическое воплощение предлагаемой автором концепция типизации личности спортсмена нашла свое отражение в отборе юных спортсменов для занятий конкретным видом спорта, выборе индивидуального стиля деятельности и прогнозировании успешности их спортивной карьеры. Проводился сравнительный анализ предлагаемых теоретических разработок типологических особенностей спортсменов с конкретными результатами их спортивной деятельности. Но проблема построения типов личности спортсмена на социально-психологическом уровне в исследованиях автора и его учеников также не затрагивалась.

При разработке социально-психологической типологии субъектов физкультурной деятельности мы исходили из предположения, что разные модели социальной жизни дают и разную типологию личности спортсмена. Любая типология имеет относительный, динамичный характер, одни и те же субъекты могут быть представлены в различных общечеловеческих типах, и принадлежность индивида к тому или иному типу может изменяться в связи с изменениями условий его социальной жизни. Если биологическая основа типологии индивида – относительно устойчивая его характеристика, то социально-психологическая типология личности – подвижная динамичная её характеристика. Это важное методологическое положение вызывает необходимость перейти от абстрактного конструирования типов из отдельных свойств и качеств личности к исследованию соотношения различных типов личности с социально-психологическими условиями развития как самой личности, так и общества в целом. Этот подход позволяет обозначить одно из основных условий создания социально-психологической типологии спортсмена – необходимость учета её социальной обусловленности.

Одним из принципов создания типологии субъектов физкультурной деятельности служит принцип активности. На биологическом уровне активность субъекта определена системой «организм-среда», имеет, прежде всего, двигательный характер и вызывается потребностями в нормальном функционировании, физическом благополучии организма. На уровне организма формируется самочувствие – итог физиологических процессов,

отражающих функциональное состояние внутренних органов, мышц, активации организма спортсмена в целом.

На уровне социального индивида активность спортсмена подчинена удовлетворению другой потребности – принадлежать к конкретной социальной общности, группе, что в современных социально-психологических исследованиях получило название социальной аффилиации. В данном случае активность регулируется социальными нормами, стандартами, правилами, обычаями и т. д.

На уровне личности активность субъекта физкультурной деятельности выражается в потребности самореализации, самоутверждения.

В социально-психологическом плане активность в сфере физической культуры следует рассматривать на основе выделения двух её главных модальностей: уровня социальной активности и меры субъективности этой активности (мера проявления индивидуальности каждого субъекта). Уровень социальной активности субъекта в сфере физической культуры характеризует качественную сторону, её отличие от других сфер и видов активности (биологической, психической), а мера – количественная характеристика активности.

Уровень активности субъекта в сфере физической культуры проявляется и в том, на что ориентируется субъект в проявлении своей активности: внешние условия или внутренние особенности своего психофизического состояния. В одних случаях имеет место полное совпадение, гармоничность внешнего и внутреннего, в других – опора на индивидуальные или групповые общественные ценности, в третьих – существуют противоречия между ними.

Социальная активность субъекта в сфере физической культуры может быть также охарактеризована по форме её проявления – индивидуально или типичным образом организованной.

На основании выделенных уровней проявления социальной активности в сфере физической культуры можно создать типологию субъектов по трем группам. К первой группе типов относятся те субъекты, внешние и внутренние побуждения к проявлению которых совпадают. К ним относятся субъекты с ослабленным здоровьем и наличием устойчивой мотивации к его сохранению и укреплению. В этом случае они проявляют высокий уровень двигательной активности, и её функциональная направленность выражается в оздоровлении организма.

Ко второй группе типологии относятся субъекты, у которых существует ориентация в сфере физической культуры на внутреннее, рефлексивно оценивание психического состояния или, наоборот, на внешние условия организации физкультурной деятельности. Одни из них ориентируются на внешне организованные формы физкультурной деятельности и принимают условия, которые задаются групповыми нормами, стандартами поведения. Другие типы субъектов предпочитают индивидуальные, самостоятельные формы занятий, ориентируясь на индивидуальные потребности и возможности.

К третьей группе типов физкультурной деятельности относятся субъекты, у которых постоянно возникают противоречия между внутренними побуждениями и возможностями их проявления во внешней среде. Внешние условия могут препятствовать реализации потребности в двигательной активности, что приводит к состоянию неудовлетворенности, способствующему возникновению неврозов. В этом случае осознание индивидом необходимости двигательной активности для своего физического здоровья еще не приводит к формированию устойчивой мотивации, и она может выражаться в ситуативном или пассивно-созерцательном отношении к физической культуре. Если наличие объективных внешних трудностей (отсутствие или отдаленность мест занятий, спортивного инвентаря и др.) не может полностью регулироваться самой личностью, то разрешение субъективных противоречий зависит от самого субъекта. Уход от попыток разрешения противоречий приводит к кризису личности, утрате её личностного начала.

Социальная активность субъекта в сфере физической культуре обладает некоторыми количественными значениями. Мера выраженности социальной активности может быть обозначена следующими параметрами: выраженная – невыраженная, устойчивая –

неустойчивая, уверенная - неуверенная. Первый параметр отражает меру субъективности социальной активности, второй - регулярность проявления активности, третий – устойчивость потребности в проявлении активности. Мера социальной активности в сфере физической культуры имеет свои пределы, иначе само явление теряет свои качественные характеристики.

Предложенные основания для построения социально-психологических типов субъектов физкультурной деятельности, разумеется, носят самый общий характер. Можно предположить, что существуют и другие основания для построения социально-психологических типов субъектов физкультурной деятельности, выделенные по другим модальностям.

Литература:

1. Абульханова-Славская, К. А. О путях построения типологии личности/К. А. Абульханова-Славская//Психол. журн. – 1983. – Т. 4. – № 1. – С. 14-29.
2. Ильин, Е. П. Дифференциальная психофизиология мужчины и женщины/Е. П. Ильин. – СПб.: Питер, 2002. – 544 с.: ил. – (Мастера психологии).
3. Никитюк, С. Н. Физическая активность и смысложизненные ориентации у курсантов института ГПС МЧС России/С. Н. Никитюк//Психологические основы педагогической деятельности: сб. ст./под ред. А. Н. Николаева. – СПб., 2004. – С. 41.

СИСТЕМА САМОУПРАВЛЕНИЯ УЧЕБНО-ПОЗНАВАТЕЛЬНОЙ ДЕЯТЕЛЬНОСТЬЮ СТУДЕНТОВ В СФЕРЕ ФИЗИЧЕСКОЙ КУЛЬТУРЫ

ЯМАЛЕТДИНОВА Г.А., д.п.н.
НОУ ВПО «ГумУ», г. Екатеринбург

Развитие демократических институтов, становление правового государства в России влекут коренную перестройку социальной структуры общества. Изменяется структура экономики, исчезают одни и появляются другие профессии, усиливается потребность общества в творческом и интеллектуальном труде, интенсифицируется процесс подготовки специалистов. В этой связи эффективность деятельности специалиста, владеющего глубокими профессиональными знаниями, навыками их использования, обладающего личной инициативой, творчеством, самостоятельностью связана с идеей непрерывного образования и самообразования личности.

Одна из важнейших проблем высшей школы заключается в изыскании активных методов стимулирования учебно-познавательной деятельности студентов, так как высшее образование должно обеспечить человеку, прежде всего, раскрытие его духовных и физических потенций. Фактически это означает максимальную реализацию человеческого потенциала. При этом важнейшим фактором адаптации, становления личности профессионала и оптимальной сочетаемости в ней социального и биологического являются физкультурно-спортивная деятельность и ее ценности, овладение которыми обеспечивает сформированность специфического состояния физической культуры личности.

Обобщенные результаты научных исследований показывают, что сегодня в системе физкультурного образования наблюдается тенденция, ориентированная на развитие соматической природы человека. Не всегда учитываются его психическая и социокультурная стороны, что приводит к издержкам образовательного процесса и исключает многогранную и интегративную роль физической культуры в целостной методологии, которая направлена на развитие человека в единстве телесного и духовного.

В связи с этим остро стоят вопросы внедрения такой системы физического воспитания, которая сможет переориентировать деятельность студента с традиционной цели – приобретения двигательных умений, навыков и развития физических качеств – на накопление опыта творческой и познавательной деятельности; освоение знаний и методов управления физическим развитием и физическим состоянием; формирование активно-преобразующего отношения к получаемой информации; проектирование стратегии

индивидуального здорового стиля жизни; коррекцию своего физического состояния в зависимости от профессиональных и жизненных задач. Актуальным становится включать самого студента в процесс управления своей познавательной деятельностью и самим собой, своим здоровьем, поскольку ему необходимо в органичном единстве осваивать предметную и организационную стороны учения.

Основным путем разрешения указанной проблемы является практическое обучение студентов самостоятельному углубленному получению знаний, приобретению индивидуального опыта физкультурно-спортивной деятельности и формирования требуемых для этого навыков на основе самоуправления познавательной деятельностью и создания соответствующих условий для решения данной задачи.

Решение этой проблемы позволяет педагогу организовать направленное воздействие на активизацию деятельности студента, заложить основы подлинной индивидуализации процесса, поднять его на новый качественный уровень.

Однако, проблема самоуправления учебно-познавательной деятельностью студентов в сфере физической культуры на современном этапе не получила должного развития. Практика, в свою очередь, свидетельствует о том, что отсутствие систематизированных научных знаний о сущности, этапах, динамике и оптимальных условиях формирования самоуправления учебно-познавательной деятельностью студентов затрудняет процессы формирования физической культуры личности. Налицо проблемная ситуация: с одной стороны – необходимость совершенствования образовательного процесса по дисциплине «Физическая культура» в плане подготовки его постепенного перехода в процесс самоуправления познавательной деятельностью, а с другой – отсутствие эффективного педагогического инструментария, способствующего созданию оптимальных для этого условий.

Современные знания о самоуправлении учебно-познавательной деятельностью позволяют подойти к решению этой проблемы на основе концепции формирования целостного процесса самоуправления учебно-познавательной деятельностью студентов как интегрального понятия педагогической науки (В. И. Андреев, 1995). Анализ данных исследований ряда авторов (К. Д. Ушинский, 1953; А. Н. Маслоу, 1959; К. Р. Роджерс, 1964; Н. К. Тутьшкин, 1984; Н. М. Пейсахов, 1985; Г. К. Селевко, 1998; И. Г. Широкова, 2003; Н.В. Пономарева, 2004; Б. Н. Гамидуллаев, 2006) позволяет констатировать, что самоуправление – это совмещение функций объекта и субъекта управления психическими процессами, действиями, поведением. В данном случае органом управления выступает его личность, которая является организатором, формирующим способность к деятельности, своей активности.

В физической культуре система самоуправления учебно-познавательной деятельностью студентов в ряде исследований рассматривается как отдельные самопроцессы: самоопределение студента (М. Я. Виленский, 1985); саморазвитие и самовоспитание будущего учителя и специалиста (В. С. Макеева, 2001); саморазвитие индивидуальной физической культуры специалиста (П. В. Старокожев, 2006); самопознание студента в условиях гуманитарного образования (В. В. Черняев, К. Ю. Акулова, 2006). Однако, решение данной проблемы с точки зрения системного подхода в сфере физической культуры еще не нашло своего раскрытия. Таким образом, проведенный теоретико-эмпирический анализ самоуправления образовательного процесса по дисциплине «Физическая культура» студентов высших учебных заведений позволил выявить следующие противоречия между:

- потребностью общества в здоровом поколении и низким уровнем физической подготовленности студенческой молодежи;

- высокими познавательными возможностями физической культуры, положительным переносом знаний в профессиональную деятельность и неспособностью высшей школы комплексно и последовательно сохранять и укреплять здоровье студенческой молодежи в процессе обучения;

- возросшими требованиями к самоуправлению учебно-познавательной деятельностью будущих специалистов-выпускников вузов, потребностью личности в знаниях, умении управлять ими в повседневной жизнедеятельности и традиционной, фрагментарно организованной формой физического воспитания студентов;

- современными требованиями к комплексному информационному обеспечению профессиональной подготовки и недостаточным количеством научно обоснованных инно-

вационных подходов использования информационных технологий в сфере физической культуры.

На основе выявленных противоречий была сформулирована проблема исследования, которая заключается в определении, обосновании и реализации самоуправления учебно-познавательной деятельностью студентов в сфере физической культуры.

Объект исследования: образовательный процесс студентов высших учебных заведений.

Предмет исследования: самоуправление учебно-познавательной деятельностью студентов в сфере физической культуры.

Гипотеза исследования заключалась в предположении о том, что система самоуправления учебно-познавательной деятельностью студентов в сфере физической культуры будет эффективной при выполнении следующих условий:

- теоретического анализа и раскрытия научно-методологических положений специфики, основных форм, методов и средств системы самоуправления учебно-познавательной деятельностью студентов в сфере физической культуры;

- выявления основных закономерностей и принципов, определяющих эффективность самоуправления учебно-познавательной деятельностью студентов в сфере физической культуры;

- определения концептуальных положений системы самоуправления учебно-познавательной деятельностью на основе модульно-проектной технологии обучения с использованием индивидуально-дифференцированного подхода;

- теоретического обоснования модели системы самоуправления учебно-познавательной деятельности студентов в сфере физической культуры;

- выстраивания целостного процесса самоуправления, обусловленного определенным алгоритмом функционирования, этапами формирования, их целями и функциями, взаимодействующими компонентами;

- выявления и научного обоснования структуры и содержания комплекса организационно-педагогических условий, включающих авторские компьютерные программы, интенсифицирующие процессы самоуправления в сфере физической культуры и в будущей профессиональной деятельности для разработки индивидуальных проектов здорового стиля жизни и управления им.

Цель исследования заключается в выявлении, определении, обосновании и реализации теоретических и научно-методологических положений системы самоуправления учебно-познавательной деятельностью студентов в сфере физической культуры.

Для достижения поставленной цели и проверки гипотезы были сформулированы следующие задачи исследования:

1. Выявить основные проблемы самоуправления учебно-познавательной деятельностью студентов в сфере физической культуры.

2. Установить основные закономерности и принципы, определяющие эффективность самоуправления учебно-познавательной деятельностью студентов в сфере физической культуры.

3. Создать информационно-методический программный комплекс, состоящий из методического инструментария и пакета компьютерных программ разных типов, обеспечивающий самостоятельную работу по дисциплине «Физическая культура» с целью диагностики физических состояний и формирования умений самоуправления.

4. Обосновать систему критериев и показателей, характеризующих уровни сформированности самоуправления учебно-познавательной деятельностью студентов в сфере физической культуры.

Достоверность результатов исследования и обоснованность научных положений, рекомендаций и выводов обеспечивается многосторонним теоретическим обоснованием концепции избранного научного направления, выбором методов исследования, адекватных объекту и задачам научного поиска, личным опытом работы автора более 30 лет в качестве преподавателя физической культуры, корректной статистической обработкой полученных результатов, репрезентативностью выборки испытуемых.

В опытно-экспериментальном исследовании принимали участие более 3000 студентов очного обучения шести факультетов трех курсов. Из них были выделены 223 студентки для создания опытных (А, Б, В) групп в рамках занятий физкультурно-

оздоровительной, профессиональной, физкультурно-спортивной направленности и контрольной группы. Далее по тексту – «студенты».

Совокупность позитивных сдвигов в показателях самооценки способности к самоуправлению, физического здоровья (адаптационный потенциал, биологический возраст, риск заболеваний сердца, оценка степени утомления), теоретической, методической, практической (физической, профессиональной, специально-технической), подготовленности и соответствующих им уровней сформированности способствовали активному проявлению самоуправления студентов опытных групп в период экспериментальных исследований. Так, интегральный уровень самоуправления на начальном этапе оценивался в опытных группах А, Б, В соответственно в 2,65; 2,69 и 2,73 балла, а к концу эксперимента существенно выше – в 4,56; 4,07 и 3,81 балл. В контрольной группе он практически остается на том же уровне, что подтверждает эффективность предложенной концепции и реализации разработанных нами моделей А, Б, В (табл.1).

Изменения в результатах самооценки способностей (всех самостей) к самоуправлению обеспечили мотивацию студентов на осознанное их развитие, особенно слабо развитых (саморегуляции, самоорганизации, самооценки и самоконтроля), средствами физической культуры с целью повышения уровня самоуправления. Освоение умений анализировать, сравнивать, объективно оценивать свои личностные качества и результаты своей деятельности; четко планировать свою жизнь и свои дела как на день, неделю, месяц, так и на более длительную перспективу; выполнять свои функции с минимальным количеством ошибок; владеть способами снижения эмоционально-нервного напряжения в необходимых ситуациях привели к снижению количества студентов опытных групп А, Б, В с критического уровня с 22, 14 и 13 человек до отсутствия и 1 человека. Увеличилось количество студентов, имеющих продуктивный и креативный уровни самоуправления соответственно до 46 и 21 человека, а в контрольной группе – только на продуктивном уровне – 5 человек.

Таблица «Сравнительная характеристика показателей уровня самоуправления учебно-познавательной деятельностью студентов опытных (А, Б, В) и контрольной (К) групп, кол-во баллов»

Показатели	Этапы исследования.	Группы (М ± m)			
		Опытная А	Опытная Б	Опытная В	Контрольная
Самооценка способности к самоуправлению	До	2,87 ± 0,09	2,87±0,08	2,86±0,10	2,88±0,08
	После	4,31± 0,06	3,59±0,09	3,30±0,07	2,92± 0,08*
Теоретико-методическая подготовленность	До	1,67±0,07	1,67±0,08	1,68±0,08	1,69±0,08
	После	4,94±0,03	4,74±0,06	4,16±0,07	3,10±0,07
Физическое здоровье	До	2,76±0,07	2,90±0,07	2,97±0,08	3,03±0,09
	После	4,72±0,02	4,13±0,04	3,91±0,05	2,67±0,08
Физическая подготовленность	До	1,86±0,09	1,87±0,11	1,91±0,11	1,88±0,11
	После	3,44±0,08	3,09±0,09	3,06±0,10	2,21±0,07
Профессионально-прикладная ФП	До	2,67±0,09	2,37±0,08	2,67±0,10	2,70±0,09
	После	4,50±0,03	4,09±0,05	3,85±0,06	2,64±0,08
Специальная физ. и тех.подготовленность	До	3,83±0,11	3,85±0,10	3,86±0,11	3,87±0,11
	После	4,87±0,02	4,71±0,05	4,54±0,07	3,84± 0,07*
Уровень сформированности к самоуправлению	До	2,65±0,19	2,69±0,20	2,73±0,19	2,74±0,22
	После	4,56±0,17	4,07±0,18	3,81±0,17	2,82± 0,15*

Примечание: вторая графа - достоверность изменений по годам обучения;

*- после эксперимента различия не достоверны по отношению к исходному уровню;

** – после эксперимента различия не достоверны по отношению к контрольной группе

Уровень теоретических знаний у студентов отмечен как очень низкий. Знания соответствовали лишь критическому уровню (до 59%) и даже низкому. Студенты затруднялись в воспроизведении простейших понятий и определений, скептически относились к применению информационных технологий в сфере физической культуры, не

желали получать сведения о себе, не пытались познать себя, управлять собой и своей деятельностью.

Результаты теоретико-методической подготовленности подтверждают эффективность перехода информации в знания и умения. Так практически большинство студентов опытных А, Б, В групп овладели метапознавательными, организационными и проектными умениями на высоком (креативном) уровне –соответственно 94, 74 и 20 процентов. Результаты свидетельствуют о высокой эффективности условий, которые повышают педагогическое воздействие и переход их в самовоздействие, а также использование активных методов обучения (анализ конкретных ситуаций, метод проектов, компьютерные программы и др.), форм организации (лекции, методические занятия с использованием компьютерных программ, индивидуальные формы – консультации и др.). Показатели студентов контрольной группы свидетельствуют о том, что эти умения у них не достигают высокого уровня сформированности.

Показатели уровня физического здоровья до начала эксперимента существенно не отличаются друг от друга в большинстве опытных и контрольной групп ($P > 0,05$) и имеют низкие значения. К концу эксперимента в опытных группах А, Б, В наблюдалась значительная положительная динамика показателей, особенно в опытной группе А, которая занималась физическими упражнениями оздоровительной направленности, а в контрольной (К) – ухудшается.

При этом показатели оценки степени утомления у студентов всех опытных групп уже в течение 1 года обучения достигают высоких результатов. На старших курсах показатели продолжают повышаться, но незначительно и к концу обучения наблюдается наибольший прирост во всех группах А, Б, В (-59,3%, -43,9%, -42,2 % соответственно). В свою очередь снижение утомления к концу 3 курса способствует уменьшению показателей риска заболеваний сердца соответственно во всех опытных группах А, Б, В (прирост составил - 53,5 %, -44,0 %, -35,9 %). Меньший прирост результатов мы наблюдаем по показателям индивидуального биологического возраста (до -43,3 %) и еще меньше – по показателям адаптационного потенциала (до -40,2 %). Но во всех опытных группах эти изменения достоверны ($P < 0,001$). В первую очередь это свидетельствует о том, что студенты опытных групп стали относиться к здоровью как к ценности.

О степени овладения умениями самодиагностики студентами опытных групп подтверждают данные об увеличении количества студентов, у которых показатели здоровья проявляются на высоком (креативном) уровне, и снижении их в контрольной группе. Так, абсолютно лучшие изменения от низкого к креативному уровню наблюдаем в группе А (67 человек – все), от низкого к продуктивному – в группе Б и В, соответственно 33 и 30. В контрольной группе наблюдается ухудшение показателей физического здоровья на всех уровнях проявления, которые способствуют формированию у студентов умения управлять своей познавательной деятельностью с целью создания проектов здорового стиля жизни для формирования здоровья и его взаимосвязи с будущей специальностью.

Статистически достоверные изменения в показателях практической подготовленности позволили повысить уровень физической, профессиональной, специальной подготовленности, что также оказало положительное воздействие на улучшение физического здоровья, повышение уровня овладения организационными и проектными умениями у студентов всех опытных групп, особенно – группы А (табл.1).

Позитивные сдвиги произошли в показателях развития физических качеств. На начальном этапе исследования уровень физической подготовленности студентов опытных и контрольной групп показал, что они имеют недостаточный (низкий) уровень во всех группах (от 1,86 до 1,91 балла), особенно в показателях скоростных способностей (от 1,25 до 1,57 балла) и способностей к выносливости (от 1,93 до 2,04 балла). К концу эксперимента наибольшее количество студентов опытных групп А, Б и В достигло репродуктивного (соответственно 33, 29 и 29 человек) и продуктивного (26, 16 и 9 человек) уровня физической подготовленности. Креативного уровня студенты достигли в основном в развитии силовых способностей.

Особенно к концу эксперимента увеличилось количество студентов с креативным уровнем профессиональной и специальной подготовленности в группе А, что составило 41 и 63 человека (61 и 94 процентов), в группах Б и В соответственно меньше – 5 и 46 человек (9 и 85 процентов), 2 и 33 человека (4 и 66 процентов). Однако, в опытной группе Б происходят более однородные изменения в показателях профессионально-прикладной

физической подготовленности, что подтверждает низкий коэффициент вариации. Это свидетельствует об эффективности подбора специальных упражнений, методов и приемов с учетом характера познавательной деятельности.

Аналогичная тенденция наблюдалась по показателям специальной физической и технической подготовленности. Так, абсолютно лучшие изменения от низкого к высокому уровню наблюдаем в группе А (63 человека), в группе Б и В, соответственно 46 и 33 человек. Анализ интегрального показателя эффективности реализации программ специальной физической и технической подготовки студентов опытных групп по курсам выявил положительную динамику по всем предложенным видам двигательной активности. Абсолютно лучшие изменения установлены, особенно в таких видах двигательной активности, как «Фитнес-Грация», «Танцевальная аэробика», «Коррекционная гимнастика». Наблюдалось выраженное улучшение владения техникой выполнения двигательных действий, инструкторской, судейской практикой и т. д.

Теоретико-методологический анализ по проблеме исследования и опытно-экспериментальная работа подтвердили выдвинутую гипотезу и позволили сделать следующие выводы:

1. В соответствии с переходом отечественной образовательной системы на новый уровень развития важным становятся способы включения студента в процесс управления своей учебно-познавательной деятельностью и самим собой, своим здоровьем, в органичном единстве с освоением предметной и организационной стороной учения. Проведенные ранее исследования не рассматривали в достаточной степени проблему самоуправления учебно-познавательной деятельностью студентов с использованием средств физической культуры и возможностей модульно-проектных технологий.

2. В соответствии с выявленными закономерностями и принципами определены основы педагогической концепции системы самоуправления учебно-познавательной деятельностью студента. Ее сущность заключается не только в воздействии на биологическую основу личности, но и на ее биосоциальную целостность: совершенствование социальных, духовных, индивидуальных и телесных качеств студентов. Физическая культура является механизмом формирования самоуправления учебно-познавательной деятельностью студентов, который направлен на оптимальное развитие физических возможностей личности, поступательное развитие ее мыслей, чувств, интересов, потребностей, убеждений.

3. Реализация концепции в модели системы самоуправления учебно-познавательной деятельностью студентов в сфере физической культуры осуществлялась через систему компонентов, включающую структуру, алгоритм функционирования, условия, критерии и уровни сформированности самоуправления.

4. Разработанный алгоритм функционирования самоуправления учебно-познавательной деятельностью студентов, включающий шесть взаимосвязанных этапов, позволяет в процессе учебных занятий осуществлять поэтапный переход управления в самоуправление. Каждый этап в процессе самоуправления имеет определенную цель и основную функцию.

5. В результате проведения опытно-экспериментального исследования доказана эффективность применения модели системы самоуправления учебно-познавательной деятельностью физкультурно-оздоровительной, профессиональной и физкультурно-спортивной направленности, заключающаяся не только в повышении уровня самооценки способности к самоуправлению, физического здоровья, теоретической, методической, практической (физической, профессиональной, специально-технической) подготовленности (от 15,4 % до 195,8 %) , но и высоком интегральном уровне сформированности у студентов опытных групп самоуправления учебно-познавательной деятельностью в сфере физической культуры.

6. Поэтапный переход управления в самоуправление эффективно реализуется в модульно-проектном обучении на основе индивидуально-дифференцированного подхода с использованием информационных технологий, позволяет обеспечить увеличение количества студентов с креативным уровнем сформированности в опытной группе А (с 19 процентов в начале эксперимента и до 64 - в конце), в группе Б (с 13 до 33 процента), в группе В (с 10 до 18 процентов).

В соответствии с полученными данными следует выделить категорию «самоуправление» как интегральное качество личности, условие и предпосылка эффективной учебно-познавательной деятельности и профессиональной деятельности будущего специалиста, как результат самосовершенствования личности.