

ФИЗИЧЕСКОЕ ВОСПИТАНИЕ И СПОРТИВНАЯ ТРЕНИРОВКА

**2 (6) – 2013
СОДЕРЖАНИЕ**

Научно-методический журнал

Учредитель:

ФГБОУ ВПО «Волгоградская
государственная академия
физической культуры»

Главный редактор:

д.п.н., профессор
ШАМАРДИН А.И.
Тел. (8442) 23-01-95

Заместители

главного редактора:

д.п.н., профессор
ЧЕРКАШИН В.П.
д.б.н., профессор
СОЛОПОВ И.Н.

Редакционная

коллегия:

д.п.н., профессор
КУДИНОВ А.А. (Волгоград)
д.п.н., профессор
ФОМИЧЕНКО Т.Г. (Москва)
д.п.н., профессор
ВЕРШИНИН М.А. (Волгоград)
д.п.н., профессор
ЗУБАРЕВ Ю.А. (Волгоград)
д.м.н., профессор, академик РАМН
БАРАНОВ В.М. (Москва)
д.б.н., профессор
ГОРОДНИЧЕВ Р.М. (Великие Луки)
д.б.н., профессор
СЕНТЯБРЕВ Н.Н. (Волгоград)
д.п.н., профессор
ВРУБЛЕВСКИЙ Е.П. (Беларусь)
д.б.н., профессор
ВИКУЛОВ А.Д. (Ярославль)
dr. hab., prof.
NOWOSIEN Jerzy (Польша)

д.п.н., доцент

АНЦЫПЕРОВ В.В. (Волгоград)

Ответственный редактор:

д.п.н., профессор
ВЕРШИНИН М.А.
Тел. (8442) 23-66-85

Редакторы:

БГАНЦЕВА И.В., БАБАШЕВ А.Э.

Адрес редакции:

400005 г. Волгоград, пр. Ленина, 78
Тел. (8442) 23-66-85

Методика и педагогические технологии физического воспитания и спортивной тренировки

- Л.А. Березина. Сравнительный анализ познавательной деятельности учащихся младшего школьного возраста различных типов учебных заведений в процессе физического воспитания 5
- А.Г. Мастеров, О.А. Тынянкин. Формирование оптимально структуры физической подготовленности у студентов – будущих спортивных менеджеров на основе дифференцированного мониторинга физического состояния 9
- Ю.В. Пармузина, С.А. Дьякова. Развитие координационных способностей у дзюдоистов 14 – 15 лет средствами прикладной аэробики с элементами единоборств (тай-бо) 16
- Е.С. Саранцев, И.А. Фатьянов. Оценка разработанности различных аспектов проблемы совершенствования подготовки десятиборцев 21
- И.А. Фатьянов, В.С. Саватенков. Экспериментальная оценка различных вариантов регистрации показателей специальной силовой подготовленности бегунов на выносливость ... 27
- И.А. Фатьянов, В.В. Чемов, Е.А. Колесникова. Проблема реализации потенциальных возможностей спортсменов, специализирующихся в прыжках в длину, в рамках крупнейших международных соревнований 32
- Н.В. Финогенова, Д.В. Решетов. Развивающие возможности спортивно-ориентированного физического воспитания детей дошкольного возраста 36
- Н.А. Фомина, Е.В. Адрова. Интегрированная музыкально-двигательная подготовка на начальном этапе тренировок в художественной гимнастике 41

Вопросы адаптивной физической культуры

- С.Ю. Максимова. Принципы адаптивного физического воспитания детей дошкольного возраста с задержкой физического развития 47

Медико-биологические аспекты физического воспитания и спортивной тренировки

- А.Н. Богачёв. Особенности адаптивных возможностей организма старших школьников с нарушениями функций желудочно-кишечного тракта и различными режимами двигательной активности 51
- Ж.С. Титкова. Особенности ортостатических реакций у девочек-гимнасток 6 – 7 лет на начальном этапе спортивной подготовки 56
- И.А. Фатьянов, Т.Е. Фатьянова. Современные представления о специфических особенностях энергообеспечения в беге на сверхдлинные дистанции 60
- И.В. Федотова. Распределение негативной компоненты социальной адаптации экс-спортсменов в зависимости от гендерных различий 65

Психолого-педагогические аспекты физического воспитания и спортивной тренировки

М.В. Марокова, М.А. Ракитина. Спортивная одаренность как психологический феномен. Проблема психологического сопровождения спортивно-одаренных детей в условиях школьного обучения	71
Н.Б. Савва, К.В. Чаплынская. Эффекты антиципации у студентов-баскетболистов	78
Е.В. Тяглова, О.А. Ещеркина, И.А. Карагичева. Особенности агрессивного поведения подростков в спортивной деятельности	81

Менеджмент в сфере физической культуры и спортивной тренировки

М.Г. Бекирова. Спортивный туризм	85
М.П. Бондаренко, А.В. Душкевич. маркетинговое исследование деятельности спортивной организации	89
А.А. Губанищева, А.Г. Мастеров. Повышение эффективности процесса подготовки менеджеров индустрии туризма на основе учета данных профессиограммы	92
Е.М. Губина. Инновационный потенциал вуза и его конкурентоспособность	95
Г.В. Рябенко. Формирование ключевых принципов модели рыночного поведения в сфере физической культуры и спорта	101

Вопросы профессионального образования в сфере физической культуры и спорта

Е.М. Губина. Реализация практико-ориентированного подхода в системе высшего профессионального образования будущих специалистов сферы туризма	105
Я.С. Полякова. Компетентностный подход в образовании: состояние, проблемы и перспективы	110
В.М. Степанян, Т.В. Полякова. Привлечение студентов – будущих менеджеров к работе в студенческом научном кружке как инструмент профессиональной ориентации в вузе	117
Н.В. Стеценко, В.В. Коренева. Метапредметный подход высших учебных заведениях	121
Т.В. Хованская. К проблеме информационно-аналитического сопровождения деятельности тренера	123

От редакции журнала

Правила публикации в журнале «Физическое воспитание и спортивная тренировка»	128
--	-----

МЕТОДИКА И ПЕДАГОГИЧЕСКИЕ ТЕХНОЛОГИИ ФИЗИЧЕСКОГО ВОСПИТАНИЯ И СПОРТИВНОЙ ТРЕНИРОВКИ

СРАВНИТЕЛЬНЫЙ АНАЛИЗ ПОЗНАВАТЕЛЬНОЙ ДЕЯТЕЛЬНОСТИ УЧАЩИХСЯ МЛАДШЕГО ШКОЛЬНОГО ВОЗРАСТА РАЗЛИЧНЫХ ТИПОВ УЧЕБНЫХ ЗАВЕДЕНИЙ В ПРОЦЕССЕ ФИЗИЧЕСКОГО ВОСПИТАНИЯ

Березина Л.А.

Волгоградская государственная академия физической культуры

Сравнительный анализ познавательной деятельности учащихся младшего школьного возраста показал достоверное преимущество лицеистов по всем основным показателям познавательного процесса (восприятие, внимание, память).

Ключевые слова: младший школьный возраст, общеобразовательная школа, лицей, познавательная деятельность, физическое воспитание.

COMPARATIVE ANALYSIS OF JUNIOR AGE PUPILS' COGNITIVE ACTIVITY IN DIFFERENT TYPE OF SCHOOLS

Berezina L.A.

Volgograd State Physical Education Academy

Comparative analysis of junior age pupils' cognitive activity showed significant advantage of the lyceum students' according to the main parameters of cognitive process (perception, attention, memory).

Keywords: junior age pupils, comprehensive schools, lyceum, realizing activity, physical education.

В настоящее время содержание и методика проведения занятий по физической культуре в общеобразовательных учреждениях ориентированы преимущественно на формирование у детей двигательных навыков и развитие физических способностей, но, к сожалению, недостаточно учитываются возможности формирования умственных способностей [1, 4, 5].

Нам представляется весьма актуальным решение проблемы, направленной на разработку и обоснование средств и методов физического воспитания учащихся младшего школьного возраста на комплексное развитие двигательных и умственных способностей.

В связи с этим, нами были разработаны новые организационные формы двигательной активности младших школьников, которые оказывают положительное влияние на характеристики внутренней картины здоровья школьников. Целью исследования является изучение познавательной деятельности младших школьников в различных типах учебных заведений.

Оценка умственных способностей детей младшего школьного возраста осуществлялась на основании изучения изменений с возрастом таких психических процессов как восприятие, внимание и память [2, 3].

Восприятие является основой ориентации человека в окружающем мире, на основе которого строятся его отношения с другими людьми. На уроках физической культуры важно научиться слушать учителя, смотреть, выделять главное в предмете.

В 7 лет средняя скорость нахождения тех или иных знаков у учащихся общеобразовательной школы составляет 26,0 с, а у их сверстников из лицея – 25,4 с (табл. 1).

По нашим данным, различия большинства анализируемых показателей статистически недостоверны. В этом возрасте только при пятипроцентном уровне значимости достоверно различались показатели отыскивания знаков «+» (4,2 %) и «-» (3,5 %).

Таблица 1

**Продолжительность выполнения задания на восприятие
7-10-летних детей различных учебных заведений, с**

№ п/п	Задания	Типы учебных заведений							
		Общеобразовательная школа				Лицей			
		Возраст, лет							
		7	8	9	10	7	8	9	10
1.	Знак «плюс» (+)	26,5	23,1	21,4	19,5	25,4	22,1	19,0	17,6
2.	Знак «минус» (-)	28,3	25,7	21,7	20,5	27,3	23,3	20,2	18,3
3.	Черта ()	25,4	24,6	22,8	20,9	24,9	22,1	20,7	19,6
4.	Точка (•)	28,5	25,1	21,5	20,6	28,3	24,3	20,2	18,0
5.	Знак деления (:)	20,4	19,7	18,3	18,0	20,5	18,4	17,4	16,2
6.	Знак равно (=)	24,7	23,3	22,4	20,3	24,1	21,9	19,2	17,5
7.	Знак умножения (×)	25,8	25,0	22,4	20,1	25,2	23,3	19,7	17,3
8.	Косая черта (/)	28,5	26,9	24,3	21,8	27,8	24,0	20,9	19,1
9.	Средний показатель	26,0	24,2	21,9	20,2	25,4	22,4	19,7	18,0

Примечание. Количество мальчиков и девочек в каждой возрастной группе было приблизительно одинаковым.

В 8 лет по данным скорости восприятия наблюдается улучшение умственных способностей школьников: у учащихся общеобразовательной школы данный показатель изменился на 6,9 % ($p < 0,05$), у детей лицея – на 11,8 % ($p < 0,01$). По продолжительности выполнения заданий выявлены межгрупповые достоверные различия. В этом возрасте средний показатель выполнения заданий у учащихся лицея при пятипроцентном уровне значимости выше, чем у занимающихся общеобразовательной школы.

У 9-летних учащихся общеобразовательной школы средняя скорость выполнения заданий составила 21,9 с, а лицея – 19,7 с. Данные показатели различались при пятипроцентном уровне значимости. У данного контингента нами выявлены достоверные различия по шести показателям. Годовой прирост среднего показателя выполнения заданий у учащихся общеобразовательной школы составил 9,5 % ($p < 0,05$), лицея – 12,1 % ($p < 0,05$).

Отметим, что 10-летние учащиеся лицея выполняли задание в среднем на 12,2 % быстрее, чем их сверстники из общеобразовательной школы. Их преимущество прослеживалось по 7 показателям (из 8 возможных). Вместе с тем, выявлено улучшение данных показателей в обеих группах (общеобразовательная школа – 7,8 %, $p < 0,05$; лицей – 9,4 %, $p < 0,05$). Таким образом, учащиеся лицея значительно быстрее выполняли задания

на восприятие: с возрастом их преимущество нарастало. Нами также выявлено, что время выполнения упражнения зависит от задания.

Во время выполнения теста на восприятие рассчитывалась точность выполнения задания. Исследования показали, что у 7-летних учащихся общеобразовательной школы точность выполнения задания составила 68,9 %, у учеников лицея – 76,3 % (табл. 2). Следовательно, учащиеся лицея выполняли задания не только быстрее, но и точнее.

Таблица 2

**Показатели точности восприятия у детей младшего школьного
возраста различных типов учебных заведений**

Задания	Типы учебных заведений							
	Общеобразовательная школа				Лицей			
	Возраст, лет							
	7	8	9	10	7	8	9	10
1	7,2	8,3	10,1	11,5	8,4	9,3	11,7	12,0
	60,0	69,2	74,2	95,8	70,0	77,5	97,5	100,0
2	7,7	8,5	9,9	10,9	8,6	9,5	11,3	12,0
	64,2	70,8	82,5	90,8	71,6	79,2	94,2	100,0
3	5,3	7,0	7,7	8,3	6,9	7,4	8,8	9,0
	58,9	77,8	85,6	92,2	76,7	82,2	97,8	100,0
4	7,4	8,1	8,9	10,1	8,3	9,4	10,9	11,9
	61,7	67,5	74,2	84,2	69,2	78,3	90,8	98,3
5	6,2	6,9	7,3	7,5	6,6	7,1	7,4	8,0
	77,5	86,3	91,3	93,8	82,5	88,8	92,5	100,0
6	7,0	7,9	8,3	8,5	7,3	8,2	8,7	9,0
	77,8	87,8	92,2	94,4	81,1	91,1	96,7	100,0
7	7,1	7,8	8,2	8,4	7,5	8,3	8,6	9,0
	78,9	86,7	91,1	93,3	83,3	92,2	95,6	100,0
8	7,2	7,6	8,0	8,5	7,4	7,9	8,5	8,9
	80,0	84,4	88,9	94,4	82,2	87,8	94,4	98,9
Средний показатель	55,1	62,1	68,4	73,7	61,0	67,1	75,9	79,7
	68,9	77,6	85,5	92,1	76,3	83,9	94,9	99,6

Примечание. В числителе представлены абсолютные показатели, в знаменателе – относительные.

Укажем, что 8-летние учащиеся точнее выполняли задания (сравнение с детьми в возрасте 7 лет), но преимущество лицеистов также продолжается. Учащиеся лицея точно отыскивали 67,1 заданий (83,9 %), а ученики общеобразовательной школы - 62,1 заданий (77,6 %).

Учащиеся в возрасте 9 лет улучшили точность выполнения заданий, особенно занимающиеся лицея (94,9 %). Данная закономерность прослеживается и у 10-летних испытуемых: ученики лицея только по отдельным заданиям допускали ошибки и средний показатель составил 99,6 %. Учащиеся общеобразовательной школы также улучшили свои показатели, но на меньшую величину.

Таким образом, учащиеся лицея точнее учеников общеобразовательной школы выполняли задания. В обеих группах показатели точности и скорости выполнения заданий в большинстве случаев не коррелируют.

В процессе обучения в образовательном учреждении большое внимание уделяется развитию памяти. Мы остановили свое внимание по методике оценки слуховой памяти. Это связано с тем, что на уроках физической культуры для школьников младших классов именно речевой фактор играет определяющую роль в контакте с учителем.

Результаты данных исследований показывают, что уровень слуховой памяти у детей 7 лет общеобразовательной школы ($V = 3,40$ баллов) и учащихся лицея ($V = 3,65$ баллов) существенно не различаются (табл. 3).

Таблица 3

**Сравнительная характеристика показателей памяти у школьников
различных типов учебных заведений, баллы**

Типы учебных заведений	Возраст, лет			
	7	8	9	10
	Статистические показатели ($x \pm m$)			
Общеобразовательная школа	3,40±0,09	3,64±0,11	3,82±0,12	4,05±0,14
Лицей	3,65±0,11	3,98±0,10	4,33±0,14	4,62±0,11
Межгрупповая достоверность различий				
	>0,05	<0,05	<0,01	<0,01

У 8-летних школьников мы видим улучшение слуховой памяти (общеобразовательная школа – 7,1 %, $p > 0,05$; лицей – 9,0 %, $p < 0,05$). В этом возрасте выявлены достоверные межгрупповые различия данных показателей.

В возрасте 9 лет преимущество лицейстов по показателям слуховой памяти возрастает и достигает однопроцентного уровня значимости. У учащихся общеобразовательной школы данный показатель увеличился недостоверно (4,9 %, $p > 0,05$), а лицейстов – существенно (8,8 %, $p < 0,05$).

Последующие наблюдения позволяют говорить о том, что показатели слуховой памяти улучшаются у школьников обеих учебных заведений, но эти изменения недостоверны. Межгрупповые различия показателей слуховой памяти у 10-летних учащихся составили 14,1 % ($p < 0,01$): прослеживается преимущество учеников лицея.

Следовательно, за период обследования учащиеся лицея вышли на более высокий уровень развития слуховой памяти ($x = 4,62$ баллов).

Преобладающим видом внимания детей младшего школьного возраста остается произвольное внимание. 7-летние школьники показали уровень внимания при выполнении контрольного задания из 10 слов в пределах 5,2-5,5 баллов. Таким образом, участникам испытаний в среднем удалось достичь выполнения задания более чем на 50 %. Достоверных различий между показателями внимания у учащихся общеобразовательной школы и лицея не выявлено (табл. 4).

Таблица 4

Показатели состояния внимания у школьников различных типов учебных заведений, баллы

Типы учебных заведений	Возраст, лет			
	7	8	9	10
	Статистические показатели ($x \pm m$)			
Общеобразовательная школа	5,25±0,15	5,93±0,16	6,80±0,15	7,24±0,20
Лицей	5,43±0,13	6,35±0,14	7,28±0,13	8,08±0,19
Межгрупповая достоверность различий				
	>0,05	<0,05	<0,05	<0,01

Отметим, что 8-летние учащиеся лицея выполнили задание на внимание более эффективно по сравнению с учениками общеобразовательной школы: их показатели на 7,1 % ($p < 0,05$) выше.

У 9-летних учащихся отмечается достоверный прирост показателей внимания (общеобразовательная школа – 14,7 %, $p < 0,001$; лицей – 14,6 %, $p < 0,001$). Вместе с тем, прослеживаются межгрупповые достоверные различия показателей при пятипроцентном уровне значимости.

В 10 лет у обследуемых школьников были получены также положительные результаты в тесте на внимание. Так, у учащихся общеобразовательной школы уровень развития внимания вырос в среднем на 6,5 % ($p > 0,05$) и достиг 7,24 баллов. У лицеистов данный показатель улучшился достоверно (11,0 %, $p < 0,01$) и составил 8,08 баллов.

Наши исследования позволили установить, что с возрастом отмечается положительный характер изменения познавательных возможностей детей младшего школьного возраста. По всем аспектам развития познавательных процессов (восприятие, память и внимание) была отмечена их достоверная позитивная динамика. Учащиеся лицея имеют преимущество по анализируемым показателям, уже начиная с возраста 8 лет. При этом темпы прироста показателей познавательных возможностей у лицеистов выше, чем у учащихся общеобразовательной школы.

Литература

1. Бачерикова, Л.Н. Влияние повышенного двигательного режима на умственную работоспособность учащихся разного возраста / Л.Н. Бачерикова, М.Н. Крупицкая, А.И. Семкина // Возрастные особенности физиологических систем детей и подростков: Тез. докл. IV Всесоюз. науч. конф. – М., 1990. – С. 25-26.
2. Гогун, Е.Н., Психология физического воспитания и спорта: Учебное пособие / Е.Н. Гогун, Б.И. Мартынов. – М.: Издат. центр. Академия, 2000. – 288 с.
3. Казначеев, В.П. Внутренняя картина здоровья / В.П. Казначеев // Вестник высшей школы. – 1998. – № 9. – С. 49-52.
4. Чернышенко, К.Ю. Новый подход к формированию процесса физической подготовки учащихся младших классов общеобразовательных школ / К.Ю. Чернышенко // Учебные записки университета им. П.Ф.Лесгафта. – 2010. – № 8 (66). – С. 104-108.
5. Паненко, Л.Г. Гармонизация физического и умственного развития младших школьников в процессе физкультурного образования: Автореф. дис. ... канд. пед. наук / Л.Г. Паненко. – Омск, 2000. – 24с.

ФОРМИРОВАНИЕ ОПТИМАЛЬНОЙ СТРУКТУРЫ ФИЗИЧЕСКОЙ ПОДГОТОВЛЕННОСТИ У СТУДЕНТОВ – БУДУЩИХ СПОРТИВНЫХ МЕНЕДЖЕРОВ НА ОСНОВЕ ДИФФЕРЕНЦИРОВАННОГО МОНИТОРИНГА ФИЗИЧЕСКОГО СОСТОЯНИЯ

Мастеров А.Г., Тынянкин О.А.

Волгоградская государственная академия физической культуры

Реализуя свои функциональные обязанности и решая задачи управления в сфере физической культуры и спорта, менеджеры постоянно вынуждены решать проблемы, связанные с коррекцией деятельности вверенного персонала и организации в целом с целью достижения запланированных результатов. На решение возникающих проблем требуются не только время и усилия, но нередко и огромное умственное напряжение, максимальное включение и использование аналитико-конструктивных способностей человека. Все это вызывает необходимость наличия высокой умственной и физической ра-

ботоспособности, трудоспособности, хорошего здоровья и профессионального долголетия, что возможно при организации оптимального режима двигательной активности и сформированности на определенном оптимальном уровне важных в профессиональном плане физических способностей и психофизиологических свойств.

Ключевые слова: спортивный менеджер; дифференцированный мониторинг; физическая и функциональная подготовленность; психофункциональное состояние.

FORMATION OF OPTIMUM STRUCTURE OF PHYSICAL READINESS OF STUDENTS – FUTURE SPORTS MANAGERS ON THE BASIS OF THE DIFFERENTIATED MONITORING OF PHYSICAL CONDITION

Masterov A.G., Tynyankin O.A.

Volgograd State Physical Education Academy

Implementing their responsibilities and solving control problems in the sphere of physical culture and sports, managers are constantly forced to deal with the problems associated with the correction of the activities entrusted to the staff and organization as a whole in order to achieve the planned results. The problem-solving requires not only time and effort, but often great mental stress, the maximum inclusion and use of analytical and design abilities. This raises the need for a high mental and physical performance, disability, good health and career longevity, which is possible under optimal organization of motor activity and formation at a certain optimal level are important in professional terms of physical abilities, and psychophysiological properties.

Keywords: sports manager; differentiated monitoring; physical and functional readiness; psychofunctional condition.

Введение. Большой объем учебной нагрузки и специфика будущей профессиональной деятельности предъявляют особые требования к уровню физической и функциональной подготовленности студентов, готовящихся стать спортивными менеджерами и обучающихся по направлению «Менеджмент». Это обусловлено специфическими особенностями предмета и содержания труда будущего спортивного менеджера, выражающихся в характере и содержании самого труда, его предмете, средствах достижения цели и конечных результатах управленческой деятельности [1, 3, 4, 5, 7, 10].

Успешность профессиональной деятельности выпускника вуза на рабочем месте и адаптация к ежедневному выполнению функциональных обязанностей напрямую зависят от уровня подготовленности и сформированности еще на этапе обучения в вузе общекультурных и профессиональных компетенций, от способности реализовать максимально эффективно полученные знания, умения и навыки в конкретных условиях трудовой деятельности.

Научно-педагогические работники и менеджеры-практики едины во мнении о важности этой проблемы. Они предлагают различные способы решения вопросов, связанных с процессом физической подготовки менеджеров-управленцев, как на этапе обучения в вузе, так и в процессе трудовой деятельности [4, 10, 11]. К сожалению, приходится констатировать, что эти рекомендации в большинстве своем носят декларативный характер и не имеют технологической разработанности. А в процессе физического воспитания управленческого персонала данному аспекту уделяется явно недостаточно внимания.

В доступной нам литературе нет сведений о рациональной структуре физической и функциональной подготовленности спортивных менеджеров и технологий ее оптими-

зации в процессе физического воспитания. В связи с этим весьма актуальным является необходимость научного обоснования и практической разработки технологий подготовки будущих специалистов к специфическим особенностям трудовой деятельности [9].

Методика исследования. Цель исследования – выявить оптимальную структуру физической подготовленности студентов, обучающихся по направлению «Менеджмент», обосновать технологию совершенствования физической подготовленности студентов – будущих спортивных менеджеров на основе дифференцированного мониторинга ее компонентов.

Методы исследования: анализ и обобщение данных научно-методической литературы, определение показателей психоэмоционального состояния и физического развития, педагогическое тестирование физической подготовленности, педагогические наблюдения и педагогический эксперимент, методы математической статистики.

Одной из основных задач нашего исследования явилось выявление оптимальной структуры физической подготовленности студентов - будущих спортивных менеджеров.

Для решения этой задачи нами было проведено анкетирование спортивных менеджеров-практиков и студентов. Анкетирование и хронометрирование позволили нам выявить уровень значимости отдельных факторов, влияющих на общую и умственную работоспособность, степень и характер физической нагрузки в течение рабочего дня. Все это позволило начать работу по разработке оптимальной структуры физической подготовленности спортивных менеджеров и сформировать диагностический инструментарий различных сторон подготовленности.

Анкетирование респондентов позволило нам выяснить мнение опрошенных о значимости физических способностей в профессиональной деятельности спортивного менеджера и необходимости их целенаправленного развития

С целью изучения воздействия производственной нагрузки на показатели, характеризующие психофункциональное состояние и умственную работоспособность, нами осуществлялось педагогическое наблюдение в реальном времени при выполнении обычной производственной деятельности спортивными менеджерами и студентами – будущими спортивными менеджерами во время прохождения управленческой практики. В исследованиях приняли две группы испытуемых мужского пола по 15 человек.

Психофункциональное состояние диагностировалось с помощью методики САН и опросника реактивной тревожности Спилбергера. Нами велись динамические наблюдения за состоянием центральной нервной системы в режиме рабочего дня. Исследования проводились с помощью измерения времени простой двигательной реакции (ВДР), точности анализа интервалов времени (ТАИВ), Пробы Яроцкого и Теппинг-теста.

Также были получены данные, которые позволили сделать заключение о том, что под воздействием производственной нагрузки у студентов – будущих менеджеров отмечается ухудшение показателей умственной работоспособности, тогда как у действующих спортивных менеджеров отмечается лишь снижение концентрации внимания, а остальные показатели устойчиво стабильны.

В процессе эксперимента нами отслеживалась динамика показателей физической подготовленности. Четырехлетние наблюдения за группой студентов – юношей позволили сделать заключение, что у студентов – будущих спортивных менеджеров на втором и третьем курсах обучения происходит улучшение, а затем стабилизация показателей физической подготовленности, а к четвертому курсу отмечается их снижение, связанное со снижением общего уровня двигательной активности. Эта же тенденция просматривается и в отношении показателей, характеризующих состояние функциональных систем организма – центральной нервной, сердечно-сосудистой и дыхательной. Отмечается рост психоэмоционального напряжения на втором и третьем курсах обучения, и его снижение к четвертому году обучения в связи с адаптацией к учебному стрессу.

Результаты исследования. Анализ динамики физической подготовленности и функционального состояния студентов-юношей, обучающихся спортивному менеджменту, показал что, традиционная система построения процесса физического воспитания обеспечивает лишь поддержание уровня физической и функциональной подготовленности и не направлена на формирование оптимальной структуры физической подготовленности применительно к будущей профессиональной деятельности.

Проведенные исследования позволили нам разработать модель структуры физической подготовленности будущего спортивного менеджера (рисунок 1). Нами предлагается выделить пять компонентов в структуре физической подготовленности:

1. Информационно-эмоциональный компонент, в который входят сенсорика, память и эмоции.

2. Регуляторный компонент, включающий в себя моторную, вегетативную и корковую регуляцию.

3. Энергетический компонент, состоящий из аэробной и анаэробной производительности.

4. Двигательный компонент, отражающий функции опорно-двигательного аппарата.

5. Психический компонент, в который входят психические качества (психоэмоциональное состояние) и умственная работоспособность.



Рисунок 1. Модель структуры физической подготовленности спортивного менеджера и иерархические взаимосвязи в ее структуре (А.Г. Мастеров, О.А. Тынянкин, 2010)

Для диагностики выделенных компонентов подготовленности нами была разработана структурная модель дифференцированного мониторинга физического состояния (рисунок 2).

В ходе исследования нами были разработаны педагогические условия реализации названной технологии и ее модель (рисунок 3).

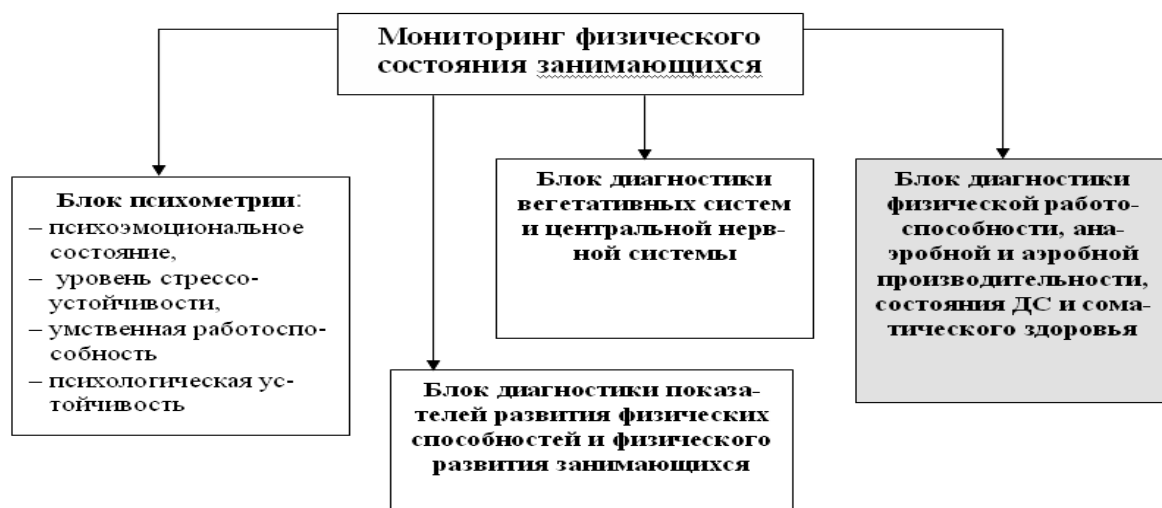


Рисунок 2. Структура дифференцированного мониторинга физического состояния студентов – будущих спортивных менеджеров

Далее начался педагогический эксперимент, было сформировано три группы (по 20 человек в каждой) юношей – будущих спортивных менеджеров второго-третьего года обучения: контрольная, первая экспериментальная и вторая (основная) экспериментальная.

Перед началом педагогического эксперимента все студенты были протестированы по разработанной нами комплексной программе диагностики физического состояния занимающихся.

В контрольной группе студентов занятия по физической культуре проходили по стандартной программе 4 часа в неделю.

В первой экспериментальной группе занятия велись по модернизированной программе, в которой активно использовались средства физической культуры профессионально-прикладной направленности. На занятия физической культурой в этой группе также отводилось 4 часа в неделю. Суммарный объем этих средств составлял не более 50% от общего времени занятий. Но в данной группе студентов не проводился мониторинг компонентов физической подготовленности, а комплексное обследование осуществлялось в начале и в конце учебного года. Вторая экспериментальная группа занималась также по экспериментальной программе. Здесь процесс совершенствования физических способностей и направленные воздействия на функциональные системы студентов осуществлялись путем дифференцированного подбора средств специфического и неспецифического характера, причем в течение эксперимента 3 раза осуществлялся дифференцированный мониторинг показателей физической подготовленности – выносливости, координационных способностей и скоростных способностей, а также состояния дыхательной и сердечно-сосудистой систем, психоэмоционального состояния. На занятиях средства физической культуры подбирались дифференцированно после проведенного мониторинга и анализа его результатов.

В результате проведенного эксперимента были получены результаты, свидетельствующие об улучшении компонентов физической подготовленности.

Показатели выносливости свидетельствуют о том, что в контрольной группе студентов результаты выполнения этих тестов практически не изменились, тогда как в первой экспериментальной группе, в которой занятия проводились с акцентом на развитие профессионально значимых физических качеств, но без мониторинга, результаты в беге

улучшились. В основной экспериментальной группе положительные изменения показателей выносливости имели более выраженный характер.

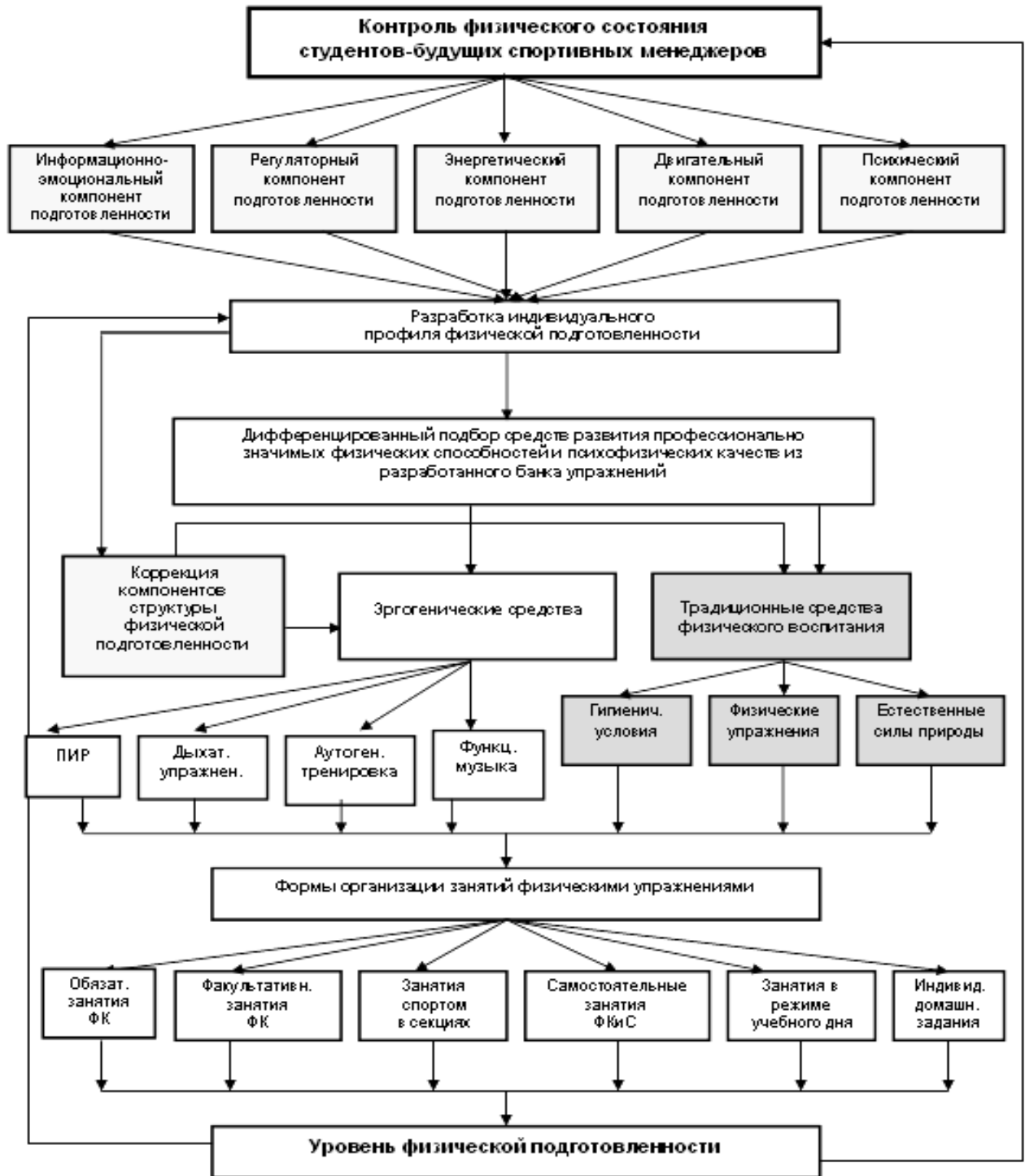


Рисунок 3. Модель технологии формирования оптимальной структуры физической подготовленности у студентов – будущих спортивных менеджеров на основе дифференцированного мониторинга физического состояния

При оценке развития кондиционных и координационных двигательных способностей прослеживается общая тенденция: в первой и второй экспериментальных группах, темпы прироста показателей, отражающий уровень их развития, выше, чем в контрольной группе. Но во второй экспериментальной группе, в которой осуществлялся монито-

ринг физического состояния и проводилась коррекционная работа, абсолютные средние величины результатов контрольных тестов выше, чем в первой экспериментальной группе.

Было установлено, что в экспериментальных группах студентов отмечаются признаки улучшения регуляции работы сердечно-сосудистой системы за счет усиления парасимпатических влияний и уменьшения симпатических, экономизации деятельности миокарда, причем в основной экспериментальной группе эти изменения носят более выраженный и достоверный характер. В контрольной группе студентов таких положительных изменений не отмечается.

В контрольной группе динамики ЖЕЛ не наблюдалось. Следует констатировать, что в экспериментальных группах студентов произошли положительные достоверные улучшения не только абсолютных величин ЖЕЛ, но и ее относительные величины. В первой экспериментальной группе ЖИ увеличился на 2,80%, в основной экспериментальной группе увеличение произошло на 8,35%. В контрольной же группе студентов даже было зафиксировано незначительное недостоверное уменьшение этого показателя. Такая же тенденция прослеживалась и по другим показателям, характеризующим состояние дыхательной системы.

Показатели ситуативной тревожности имели определенные сдвиги в ходе эксперимента. В контрольной группе студентов ситуативная тревожность увеличилась на 11,95 %, в первой экспериментальной группе отмечалась относительная стабилизация этого показателя, в экспериментальной группе данный показатель снизился на 12,16 %, что свидетельствует об улучшении психоэмоционального состояния в основной экспериментальной группе.

В показателях сопротивляемости в структуре психологической устойчивости отмечалась общая тенденция: в контрольной группе студентов стрессоустойчивость уменьшилась на 8,39 %, в первой экспериментальной группе наблюдалась стабилизация этого показателя в ходе эксперимента, а в основной экспериментальной группе – достоверное увеличение показателя стрессоустойчивости на 18,37 %, причем эти изменения были весьма достоверны.

Данные, полученные при исследовании состояния ЦНС, отражающие психофункциональное состояние, говорят о повышении скорости и точности обработки информации при принятии решения у студентов экспериментальных групп, что весьма важно в управленческой деятельности.

Заключение. Полученные в ходе эксперимента результаты показывают, что целенаправленный и дифференцированный подбор физических упражнений, направленных на развитие и совершенствование ведущих физических способностей и психологических свойств личности, и их интеграция в процесс физического воспитания способствуют улучшению показателей физической подготовленности, повышают уровень физической и умственной работоспособности, способствуют повышению психологической устойчивости к стрессогенным факторам, обеспечивают рост оценки сформированности ЗОЖ, что свидетельствует об эффективности разработанной технологии формирования оптимальной структуры физической подготовленности у будущих спортивных менеджеров на основе дифференцированного мониторинга физического состояния.

Литература

1. Алексеевский, В.С. Введение в специальность «Менеджмент организации»: учеб. пособие для вузов / В.С. Алексеевский, Э.М. Коротков. – М.; ЮНИТИ–ДАНА, 2004. – 159 с.
2. Давыдов, В.Ю. Методика проведения общероссийского мониторинга физического развития и физической подготовленности учащихся общеобразовательных школ,

ссузов, вузов: учебно-методическое пособие / В.Ю. Давыдов, А.И. Шамардин. – Волгоград: ВГАФК, 2004. – 92 с.

3. Друкер, П.Ф. Практика менеджмента: Пер. с англ. / П.Ф. Друкер. – М.: Издательский дом «Вильямс», 2001. – 398 с.

4. Камнева, А.М. Технология формирования психологической устойчивости средствами физической культуры студентов – будущих спортивных менеджеров: Дис. ... канд. пед. наук / А.М. Камнева. – Волгоград: ВГАФК, 2011. – 196 с.

5. Мастеров, А.Г. Оптимизация психоэмоционального состояния студентов – будущих менеджеров индустрии туризма в процессе обучения в вузе: Монография / А.Г. Мастеров. – Волгоград, ФГБОУ ВПО «ВГАФК», 2011. – 167 с.

6. Мастеров, А.Г. Методика применения нетрадиционных оздоровительных средств на уроках физической культуры с младшими школьниками: Автореф. дисс. ... канд. пед. наук / А.Г. Мастеров. – Волгоград, 2002. – 24 с.

7. Мескон, М.Х. Основы менеджмента: Пер. с англ. / М.Х. Мескон, М. Альберт, Ф. Хедоури. – М.: Дело, 1992. – 702 с.

8. Сентябрьев, Н.Н. Психофизиологические основы труда менеджера: Учебное пособие для самостоятельной работы студентов / Н.Н. Сентябрьев, А.Г. Камчатников. – Волгоград: ВГАФК, 2009. – 121 с.

9. Солопов, И.Н. Диагностика и управление функциональным состоянием: учебное пособие для самостоятельной работы студентов / И.Н. Солопов, Н.Н. Сентябрьев, Е.П. Горбанева. – Волгоград: ВГАФК, 2008. – 110 с.

10. Суржок, Т.Г. Физическая рекреация в профессиональной подготовке будущих менеджеров: Дис. ... канд. пед. наук / Т.Г. Суржок. – СПб., 2005. – 137 с.

11. Фирсанова, В.М. Формирование навыка здорового образа жизни у будущих спортивных менеджеров: Дис. ... канд. пед. наук / В.М. Фирсанова. – Волгоград: ВГАФК, 2006. – 163 с.

12. Холодов, Ж.К. Теория и методика физического воспитания и спорта: Учебное пособие для студентов высших учебных заведений / Ж.К. Холодов, В.С. Кузнецов. – 2-е изд., испр. и доп. – М.: Издательский центр «Академия», 2002. – 480 с.

13. Щербатых, Ю.В. Экзамен и здоровье студентов: / Ю.В. Щербатых // Высшее образование в России. – 2000. – № 3. – С. 111–115.

14. Щербатых, Ю.В. Психология стресса и методы коррекции: [Текст]: Учебное пособие / Ю.В. Щербатых. – СПб.: Питер, 2008. – 256 с.

РАЗВИТИЕ КООРДИНАЦИОННЫХ СПОСОБНОСТЕЙ У ДЗЮДОИСТОВ 14 – 15 ЛЕТ СРЕДСТВАМИ ПРИКЛАДНОЙ АЭРОБИКИ С ЭЛЕМЕНТАМИ ЕДИНОБОРСТВ (ТАЙ-БО)

Пармузина Ю.В., Дьякова С.А.

Волгоградская государственная академия физической культуры

Координационные способности являются важной качественной стороной спортивной подготовки в дзюдо. В силу объективных причин современные двигательные системы могут решать целый ряд задач, ориентированных на развитие двигательных качеств, необходимых спортсменам в разных видах спорта. В этой связи целесообразно рассматривать прикладную аэробику с элементами единоборств (тай-бо) как средство для формирования специальной координации у дзюдоистов.

Ключевые слова: прикладная аэробика, элементы единоборств, тай-бо, координационные способности, дзюдо.

**COORDINATION ABILITIES DEVELOPMENT OF 14-15 YEARS OLD
JUDO ATHLETES BY MEANS OF APPLIED AEROBICS
WITH ELEMENTS OF MARTIAL ARTS (TAE-BO)**

Parmusina Y.V., Dyakova S.A.

Volgograd State Physical Education Academy

Coordination abilities are an important qualitative aspect of sports training in judo. For objective reasons modern motor systems can solve a number of tasks aimed at motor qualities development which are necessary for athletes in different kinds of sport. It is useful to consider in this connection the applied aerobics with martial arts elements (Tae-Bo) as a means to form a special coordination of athletes.

Keywords: applied aerobics, martial arts elements, Tae-Bo, coordination abilities, judo.

Введение. Занятия дзюдо могут удовлетворять различные потребности детей, подростков, девушек, юношей: в укреплении здоровья, достижении физического совершенства, развитии личностных качеств, воспитании характера, формировании необходимых двигательных умений и навыков. В зависимости от потребностей у них происходит формирование цели занятий дзюдо, этот процесс не «одномоментен». Поставленная цель оказывает влияние на интерес и усиливает положительное отношение к системе тренировок со стороны дзюдоистов детско-юношеского возраста. В свою очередь спортивный результат зависит от уровня развития общей и специальной физической подготовленности спортсмена [5].

Анализ научных трудов в этой области [1, 3, 5, 7] свидетельствует о том, что высокий уровень функциональных возможностей организма и физической подготовленности дзюдоистов во многом определяет их способность эффективно и с высокой степенью надежности использовать технико-тактические действия в ходе соревновательной деятельности. Поединки характеризуются высокой интенсивностью выполнения элементов дзюдо, требующих от спортсменов максимальных мышечных усилий, и умения проявлять технико-тактические действия в быстроизменяющейся обстановке. Особая роль в специальной физической подготовке дзюдоистов отводится формированию их координационных способностей, как фундаменту, на котором, в конечном, итоге происходит становление спортивного мастерства.

Целый ряд сложившихся противоречий между существующей системой спортивной подготовки дзюдоистов, с одной стороны, и несоответствием современным требованиям организационно-педагогических возможностей, с другой, предопределил необходимость поиска современных форм и методов спортивной тренировки в одном из видов единоборств, что стало актуальностью нашего исследования.

В настоящее время всё чаще можно встретить применение современных двигательных систем оздоровительного фитнеса в тренировке спортсменов различных видов спорта [2, 3, 4]. В качестве прикладной формы занятий с дзюдоистами 14 – 15 лет мы использовали одно из наиболее популярных направлений оздоровительного фитнеса – тай-бо.

Тай-бо – это синтез аэробики и восточных единоборств. Данная программа отличается от классической аэробики высокой интенсивностью и включает в себя, движения из таких дисциплин, как бокс, каратэ, таэквондо, кикбоксинг. Занятия проводятся под

музыкальное сопровождение – 140 и выше ударов в минуту. Кроме того, регулярные занятия тай-бо способствуют развитию таких физических качеств, как выносливость, сила, ловкость, быстрота, в том числе и координация движения.

Исходя из этого, ведущей идеей нашего исследования является методическая инновация, основанная на использовании прикладной аэробики (тай-бо) как средства развития координационных способностей в совокупности со специальными упражнениями, заимствованными из целого ряда единоборств, что обеспечит сбалансированный педагогический и непротиворечивый физиологический алгоритм формирования спортивного мастерства дзюдоиста.

Методика и организация исследования. Педагогический эксперимент проводился с целью определения эффективности использования средств прикладной аэробики (тай-бо) на занятиях с дзюдоистами 14 – 15 лет для совершенствования координационных способностей. Для этого было создано две группы спортсменов: 12 человек экспериментальной группы, в тренировочный процесс которой были включены занятия тай-бо, и 10 подростков контрольной группы, в которой учебно-тренировочный процесс остался без изменений. Эксперимент проводился на базе детско-юношеского спортивного клуба по дзюдо и самбо «Спарта» Краснооктябрьского района г. Волгограда.

Для достижения поставленной цели нами решались следующие задачи:

1. Определение исходного уровня развития координационных способностей у дзюдоистов 14 – 15 лет.
2. Разработка комплекса прикладных занятий тай-бо с подростками, занимающимися дзюдо.
3. Определение взаимосвязи между координационными способностями и спортивным результатом спортсмена-дзюдоиста подросткового возраста.
4. Экспериментальное обоснование эффективности использования средств прикладной аэробики (тай-бо) для развития координационных способностей у дзюдоистов 14 – 15 лет.

Для определения уровня развития общих координационных способностей у юных дзюдоистов мы использовали тесты, которые характеризуют частные параметры такие как: быстрота движения и двигательная координация. Тест из школьной программы «челночный бег 3 × 10 м» характеризовал быстроту движения. Оценка результатов осуществлялась по шкале, предложенной В.И. Ляхом (1989).

Чтобы определить уровень развития двигательной координации, испытуемые выполняли прыжки с максимальным вращением в правую и левую стороны на координатометре В. Старосты (рис. 1, 2).

Проводя измерения уровня координации, мы использовали два разных по сложности двигательных задания: прыжок толчком двух ног с приземлением на две (вправо, влево, с помощью рук, без помощи рук) и прыжок толчком одной ноги с приземлением на одну (влево, вправо, с помощью рук). Определяется величина вращения (оборота) в градусах, после чего результат сравнивается с разработанной В. Старостой (1985) оценочной шкалой.

Результаты исследования. В начале педагогического эксперимента у спортсменов обеих групп был отмечен практически равный исходный уровень развития координационных способностей ($p > 0,05$). Результаты теста «челночный бег – 3×10 м» свидетельствуют о том, что быстрота движения у испытуемых спортсменов-дзюдоистов находится на среднем и ниже среднего уровне развития. А в тесте, определяющем «двигательную координацию» подростки показывали в среднем «удовлетворительный» результат. Результаты в прыжках с одной ноги в разные стороны выявил следующее, что спортсмены-дзюдоисты выполняли данный тест - вправо лучше, чем влево. Это свидетельствует о том, что у подростков, обследуемых нами, ассиметрично или недостаточно

развита координация движения. Также было выявлено, что наилучшие результаты по всем тестам показали спортсмены дзюдоисты, имеющие разряд КМС и МС и стаж тренировок не менее 6 – 7 лет.

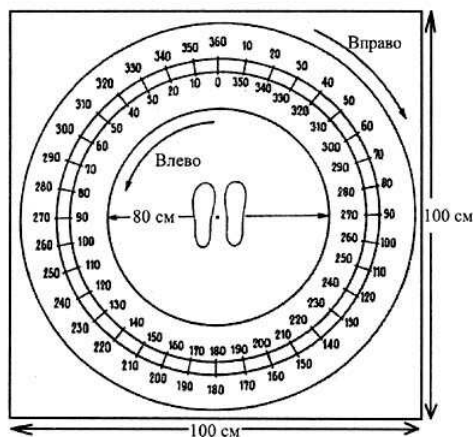


Рисунок 1. Кординометр
(В. Старосты, 1976)

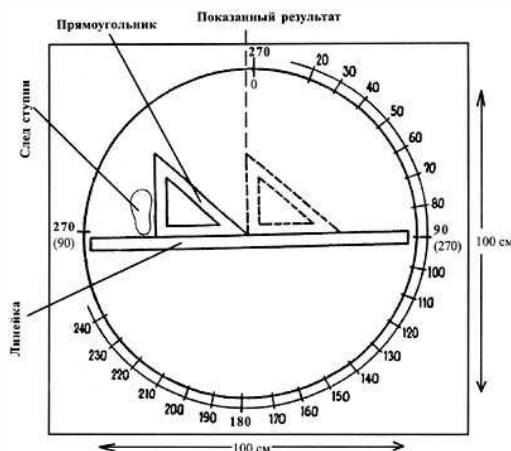


Рисунок 2. Измерение уровня двигательной координации на кординометре
В. Старосты после максимального оборота влево

Исходя из совокупности результатов двигательной координации (неудовлетворительная) и быстроты движения (удовлетворительная), можно сказать, что существует необходимость целенаправленного воздействия на уровень развития координационных способностей у дзюдоистов 14 – 15 лет.

Занятия в экспериментальной группе проводились 3 раза в неделю в качестве разминки и имели следующую структуру (рис. 3).

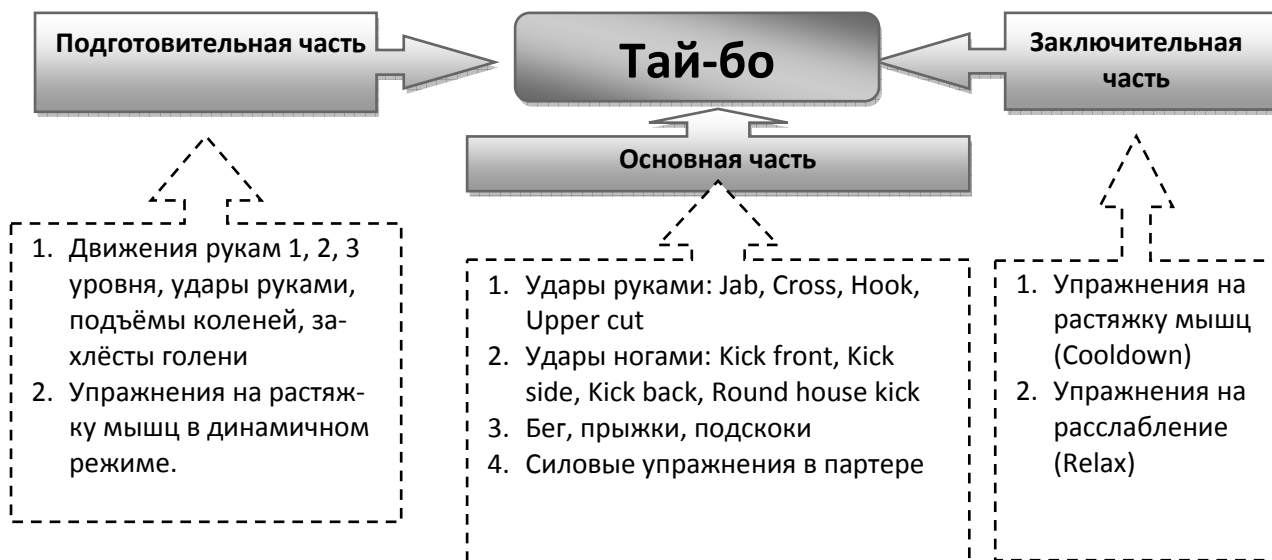


Рисунок 3. Схема построения занятия по тай-бо

В конце педагогического эксперимента дзюдоисты контрольной и экспериментальной групп проходили повторное тестирование. Акцентированное педагогическое воздействие, направленное на развитие координационных способностей с помощью применения средств аэробики с элементами единоборств, дало ощутимые результаты. Повышение показателей с удовлетворительного до хорошего уровня развития подтверждается приростом на 25,37% у подростков экспериментальной группы (при $t = 1,38$;

$p < 0,05$). Из таблицы 1 видно, что самая большая разница в показателях (КГ – 6,98% и ЭГ – 24,07%) при ($t = 5,54$; $p < 0,05$) отмечалась в прыжке с левой ноги вправо.

Таблица 1

Динамика показателей двигательной координации у дзюдоистов 14 – 15 лет ($\bar{x} \pm \delta$)

Группы	Виды прыжков							
	С двух ног на две с помощью рук		С двух ног на две без помощи рук		С одной ноги на одну вправо		С одной ноги на одну влево	
	вправо	влево	вправо	влево	с правой	с левой	с правой	с левой
КГ	** 312,77± 9,25	** 310,29± 6,55	** 268,22± 4,47	** 260,47± 4,72	*** 292,22± 6,16	** 257,66± 3,53	*** 298,66± 7,87	** 238,72± 4,31
ЭГ	*** 347,34± 10,56	*** 342,55± 10,81	*** 295,65± 6,89	*** 274,75± 5,77	*** 300,84± 9,06	*** 307,92± 8,37	*** 321,43± 9,83	*** 281,55± 7,04
	Прирост показателей (%)							
КГ	0,53%	2,1%	6,21%	13,68%	7,21%	6,98%	10,24%	14,02%
ЭГ	12,07%	13,15%	9,75%	19,95%	15,94%	24,07%	11,85%	25,37%
t, p	t = 2,46 p < 0,05	t = 2,55 p < 0,05	t = 3,34 p < 0,05	t = 1,91 p > 0,05	t = 0,79 p > 0,05	t = 5,54 p < 0,05	t = 1,81 p > 0,05	t = 5,19 p < 0,05

Примечание: * – неудовлетворительный уровень; ** – удовлетворительный уровень; *** – хороший уровень.

Ранее было выявлено, что у большинства испытуемых наблюдается дисбаланс развития координации движения в правую и левую стороны, но комплексы тай-бо предусматривают симметричное распределение нагрузки и одинаковое количество повторов как в сторону доминантной, так и субдоминантной части тела. Возможно, поэтому в экспериментальной группе результаты значительно выше, чем у подростков из контрольной группы.

Результаты исследования быстроты движения свидетельствуют о том, что уровень развития данного параметра после педагогического эксперимента по-прежнему находится в диапазоне среднего (таблица 2).

Таблица 2

Динамика показателей быстроты движения у дзюдоистов 14-15 лет

№	Группа	Челночный бег ($X \pm \sigma$)		Достоверность	
		До эксперимента	После эксперимента		
1	Контрольная группа (n=10)	8,95*±0,32	8,82*±0,17	t = 0,36	p > 0,05
2	Экспериментальная группа (n=12)	9,42**±0,38	8,91*±0,26	t = 1,56	p < 0,05

Примечание: * – средний уровень развития; ** – ниже-среднего уровень развития.

Заключение. Из всего выше сказанного можно сделать вывод, что проведение учебно-тренировочного процесса в группах спортивного совершенствования дзюдоистов 14-15 лет с применением прикладной аэробики (тай-бо) оказало положительное влияние на развитие двигательных качеств. У подростков экспериментальной группы, по сравнению с контрольной, выявлено достоверное повышение показателей координации (прыжки с вращениями на одной ноге - 25,37%) при $t = 5,19$; $p < 0,05$; прыжки на

двух ногах – 13,15% ($t = 2,55$; $p < 0,05$); параметры быстроты движения в тесте «челночный бег» существенной достоверности не выявили ($t = 1,56$; $p > 0,05$).

Именно поэтому, целесообразно использовать средства прикладной аэробики с элементами единоборств в координационной подготовке спортсменов-дзюдоистов в предсоревновательном периоде для достижения наилучшей спортивной формы борца.

Литература

1. Белый, П. Тай-бо, Ки-бо, Каратебика. Боевой фитнес для женщин / П. Белый Т. Швед. – Ростов-на-Дону: Феникс, 2003. – 192 с.
2. Гайворонская, А.А. Подготовка юных баскетболистов на основе использования средств прикладной аэробики: Дисс. ... канд. пед. наук: 13.00.04 / А.А. Гайворонская. – Волгоград, 2009. – 180 с.
3. Давыдов, В.Ю. Новые фитнес-системы (новые направления, методики, оборудование и инвентарь). Учебное пособие / В.Ю. Давыдов, А.И. Шамардин, Г.О. Краснова. - 2-е изд., перераб. и доп. – Волгоград: Изд-во ВолГУ, 2005. – 284 с.
4. Пармузина, Ю.В. Методика занятий прикладной аэробикой с юными футболистами: диссертация канд. пед. наук: 13.00.04 / Ю.В. Пармузина. – Волгоград, 2006. – 160 с.
5. Платонов, В.Н. Система подготовки спортсменов в олимпийском спорте. Общая теория и ее практические приложения / В.Н. Платонов. – М.: Советский спорт, 2005. – С. 590-591.
6. Туманян, Г.С. Теория, методика, организация тренировочной, внутритренировочной и соревновательной деятельности / учебное пособие // Г.С. Туманян, В.В. Гожин. – М.: Советский спорт – 2001. – 80 с.
7. Шулика, Ю.А. Дзюдо: Система и борьба / Ю.А. Шулика, Я.К. Коблев, В.М. Невзоров. М.: Советский спорт, 2006. – 800 с.

ОЦЕНКА РАЗРАБОТАННОСТИ РАЗЛИЧНЫХ АСПЕКТОВ ПРОБЛЕМЫ СОВЕРШЕНСТВОВАНИЯ ПОДГОТОВКИ ДЕСЯТИБОРЦЕВ

Саранцев Е.С., Фатьянов И.А.

Волгоградская государственная академия физической культуры

В статье представлены результаты аналитического обзора существующих научных и методических разработок по проблеме совершенствования подготовки квалифицированных легкоатлетов-десятиборцев, оценена разработанность различных аспектов проблемы. В результате работы определены несколько направлений научного поиска, результаты которого могут обеспечить повышение эффективности подготовки спортсменов, специализирующихся в многоборье, и создать предпосылки для повышения конкурентоспособности отечественных легкоатлетов-десятиборцев.

Ключевые слова: десятиборцы, соревновательная деятельность многоборцев, подготовка десятиборцев.

THE ASSESSMENT OF VARIOUS ASPECTS OF THE PROBLEM OF IMPROVING DECATHLETES' TRAINING

Sarantsev E.S., Fatianov I.A.

Volgograd State Physical Education Academy

The paper presents the results of an analytical review of scientific and methodological approaches to the problem of qualified decathletes' training improving; various aspects of the problem were assessed. As a result some directions of scientific research were determined, which may provide the effectiveness of decathletes training, and create preconditions for increasing the competitiveness of Russian decathletes.

Keywords: decathletes, decathletes' competitive activity, decathletes' preparation.

Введение. Актуальность научных исследований в направлении совершенствования подготовки десятиборцев в первую очередь обусловлена необходимостью повышения продуктивности соревновательной деятельности российских спортсменов на соревнованиях высшего международного уровня, о чем свидетельствуют данные, представленные в таблице 1. В отличие от других дисциплин легкой атлетики, которые по ряду объективных причин попадают в разряд малоперспективных с позиций попадания спортсменов в число призеров, как, например, виды выносливости у мужчин, перспективы бороться за место на пьедестале почета у отечественных десятиборцев не являются такими уж призрачными.

Таблица 1

Результативность выступления многоборцев национальной сборной РФ на Олимпийских играх (2000 – 2012 гг.) и чемпионатах мира (2001 – 2013 гг.)

Чемпионат мира, место			Олимпийские игры, место		
Год	мужчины	женщины	Год	мужчины	женщины
2001	5	1	2000	13	2
2003	6	4	2004	11	5
2005	5	-	2008	4	3
2007	4	10	2012	8	3
2009	3	8			
2011	4	1			
2013	8	26			

Организация исследования. Для определения перспективных направлений научного поиска, результаты которого могут обеспечить повышение эффективности подготовки спортсменов, специализирующихся в многоборье, нами была проведена оценка разработанности различных аспектов проблемы, исходя из тематики и содержания диссертационных исследований. На данном этапе акцент был сделан на изучении проблематики научных исследований отечественных специалистов.

Результаты исследования. За период с 1967 по 2006 годы защищено более тридцати диссертаций по проблемам подготовки десятиборцев. По своей направленности и целям данные исследования (табл. 2) охватывают широкий круг научно-методических вопросов. Анализ позволяет выделить основные направления научного поиска, которые в то или иное время являлись предметом диссертационных исследований:

– структура подготовленности многоборцев и ее компоненты (И.Д. Дубограев, 1975; К. Журек, 1981; В.Н. Мамаджанян, 1972; В.М. Борисов, 1984; Н.А. Немцова, 1991; И.А. Казаков, 1995; К.Л. Соболевски, 2006);

Таблица 2

**Оценка разработанности различных аспектов проблемы подготовки десятиборцев,
исходя из направленности и содержания диссертационных исследований**

Год публикации/автор	Направление исследований**	
1967	Лукаускас Р.И.	Обучение и тренировка юных многоборцев
1972	Кузнецов В.Д.	Обоснование многолетней подготовки в десятиборье
1975	Сави Т.К.	Физиологическая характеристика работоспособности
	Дубограев И.Д.	Совершенствование физической и спортивной подготовленности
1976	Семиколенных Н.Л.	Исследование деятельности на соревнованиях
1977	Забулика М.Е.	Обоснование структуры тренировочных нагрузок
1981	Пангелов Б.П.	Оптимизация тренировки юных многоборцев***
	Портной Г.Г.	Рациональное построение многолетней тренировки
	Журэк К.	Факторная структура подготовленности ***
1982	Молодцов И.Г.	Индивидуальная подготовка десятиборцев
	Мамаджанян В.М.	Силовая подготовка десятиборцев
1984	Хачатрян О.В.	Управление тренировочным процессом десятиборцев
	Купчинов Р.И.	Оптимизация методики тренировки юных
	Гамалий В.В.	Техническая подготовка многоборца
	Борисов В.М.	Особенности специальной подготовки
1987	Нариманов А.Б.	Методика отбора десятиборцев
	Валлимяэ Х.Я.	Соотношение уровня общей работоспособности и силовой подготовленности в годичном цикле
1988	Михайлов В.М.	Индивидуальная подготовка на основе модельных характеристик***
1990	Габрысь Т.	Структура многолетней подготовки
	Грузенкин В.И.	Структура тренировочных нагрузок в подготовительном периоде
	Викторова О.Д.	Структура подготовки в беговых видах многоборья***
1991	Терещенко В.И.	Этап непосредственной предсоревновательной подготовки
	Немцова Н.А.	Специальная силовая подготовка ***
	Мартыненко В.В.	Этап непосредственной предсоревновательной подготовки
1993	Щелков С.С.	Структура беговой нагрузки квалифицированных десятиборцев в годичном цикле
	Комарова А.Д.**	Теоретико-методические основы системы подготовки
1995	Максимова Л. Я.	Структура тренировочных нагрузок годичном цикле***
	Казаков И.А.	Физическая подготовка
	Демидова Е.В.	Этап непосредственной предсоревновательной подготовки***
1997	Сиводедов И. Л.	Контроль за специальной подготовленностью
	Купчинов Р.И.**	Управление многолетней подготовкой
	Калюта В.П.	Структура тренировочных нагрузок в годичном цикле***
2003	Шлыков Ю. А.	Планирование в межсоревновательных циклах
2006	Соболевски К. Л.	Силовая подготовка

Примечание: * – редакция авторов статьи (полное название работ представлено в списке литературы); ** – докторские диссертации; *** – работы, посвященные подготовке женщин (семиборек).

- вопросы, касающиеся отбора и подготовки юных многоборцев (Р.И.Лукаускас, 1967; Б.П. Пангелов, 1981; Р.И. Купчинов 1984; А.Б. Нариманов, 1988);
- структура и содержание многолетней подготовки многоборцев (В.Д. Кузнецов, 1972; Г.Г. Портной 1981; Р.И. Купчинов 1997; Т. Габрысь, 1990; В.П. Калюта, 1997);
- вопросы построения макро и мезоциклов подготовки (В.И. Грузенкин, 1990; В.В. Мартыненко, 1990; В.И. Терещенко, 1991; Л.Я. Максимова, 1992; Е.В. Демидова 1995; Ю.А. Шлыков, 2003);
- характеристика соревновательной деятельности многоборцев (Т.К. Сави, 1976; Н.Л. Семиколенных, 1971);
- управление подготовкой многоборцев и компоненты процесса управления (О.В. Хачатрян, 1984; А.Д. Комаров, 1993; И.Л. Сиводедов, 1997).

Диссертационные исследования основаны на изучении литературных данных, анализе спортивного опыта подготовки многоборцев и на результатах экспериментальных изысканий. Проведенный аналитический обзор специальной литературы позволяет констатировать факт снижения интенсивности научных исследований в области десятиборья за последнее десятилетие. Однако говорить о том, что все аспекты спортивной подготовки многоборцев изучены в полной мере, было бы преждевременным. Несомненно, что существуют как потребность, так и определенные резервы в повышении уровня результативности спортсменов в данной легкоатлетической дисциплине. И в этом случае речь может идти как минимум о двух стратегических направлениях совершенствования подготовки:

- повышение степени использования в практике подготовки многоборцев существующих теоретических и методических положений, основанных на результатах проведенных ранее исследований.

- поиск новых путей совершенствования подготовки многоборцев на основе новейших научных знаний, как в области смежных научных дисциплин, так и инноваций в области теории и методики спортивных дисциплин, входящих в программу десятиборья.

Говоря о последнем необходимо отметить следующее. Десятиборье, как самостоятельная дисциплина легкой атлетики, до настоящего времени не была подвергнута качественному физиологическому анализу, на необходимость которого указывалось еще в прошлом веке (Т.К. Сави, 1976). Последние известные попытки в данном направлении были предприняты специалистами в семидесятые годы (Т.К. Сави, 1976; Н.Л. Семиколенных, 1971).

Очевидно, что за истекший промежуток времени возрос уровень спортивных результатов, трансформировалась сама система соревнований, изменились внешние условия проведения состязаний.

При этом специалисты сходятся во мнении, что в совокупности отдельные легкоатлетические виды десятиборья приобретают облик их комплексного синтеза, что и приводит к новому их специфическому содержанию.

Таким образом, только формирование полного представления о содержании и структуре соревновательной деятельности позволит оценить возможность диверсификации в подготовку многоборцев новейших теоретических положений и технологических подходов, используемых в подготовке к видам, составляющим программу десятиборья.

В связи с изменившимися характеристиками соревновательной практики актуальным становится направление научных исследований, касающееся повышения степени надежности выступления спортсменов в различных видах спорта и достижение высоких спортивных результатов в главных соревнованиях. Данная проблема являлась в разные годы объектом научного поиска специалистов в области спортивной подготовки многоборцев. При этом усилия исследователей были вполне логично сконцентрированы на оптимизации подготовки спортсменов десятиборцев в соревновательном периоде и на

этапе непосредственной предсоревновательной подготовки в частности (В.В. Мартыненко, 1990; В.И. Терещенко, 1991; Е.В. Демидова 1995; Ю.А. Шлыков, 2003).

Однако до настоящего времени остаются мало затронутыми применительно к десятиборью вопросы подготовки спортсменов к условиям конкретного старта и управления их деятельностью непосредственно в ходе соревнований. А ведь одной из специфических особенностей десятиборья является достаточно длительная по времени соревновательная деятельность. По общей продолжительности с десятиборьем могут конкурировать лишь некоторые экстремальные беговые дисциплины и то не входящие в программу Олимпийских игр и чемпионатов мира. На наш взгляд, и продолжительность собственно соревновательного упражнения, и многокомпонентный состав технических действий, и выраженная психологическая напряженность, в значительной мере увеличивают количество и значимость факторов, оказывающих негативное влияние на результативность спортсмена многоборца.

Заключение. В результате проведенного анализа нами были определены задачи дальнейших исследований, последовательное решение которых гипотетически может обеспечить повышение эффективности подготовки спортсменов, специализирующихся в многоборье:

- определение степени реализации достигнутого уровня подготовленности высококвалифицированных десятиборцев в процессе выступления на главных (максимально персонально значимых) состязаниях макроцикла;
- изучение специфических особенностей соревновательной деятельности квалифицированных десятиборцев;
- изучение индивидуальных особенностей и существующих стратегий соревновательной практики высококвалифицированных (элитных) десятиборцев в подготовительном и соревновательном периодах подготовки;
- выявление факторов, влияющих на степень реализации спортсменами достигнутого уровня подготовленности в рамках ответственных соревнований, определение их структуры и значимости;
- разработка технологических подходов, направленных на повышение степени реализации текущего уровня подготовленности десятиборцев в значимых состязаниях макроцикла.

Литература

1. Борисов, В.М. Особенности специальной подготовки легкоатлето-многоборцев (на примере десятиборья): автореф. дис. ... канд. пед. наук: 13.00.04 / В.М. Борисов. – Л., 1984. – 24 с.
2. Валлимяэ, Х.Я. Соотношение уровня общей работоспособности и силовой подготовленности в годичном цикле тренировки десятиборцев высокого класса: автореф. дис. ... канд. пед. наук: 13.00.04 / Х.Я. Валлимяэ. – Малаховка, 1987. – 23 с.
3. Викторова, О.Д. Структура подготовки семиборок высокой квалификации в беговых видах программы многоборья: автореф. дис. ... канд. пед. наук: 13.00.04 / О.Д. Викторова. – М., 1990. – 24 с.
4. Габрысь, Т. Структура многолетней подготовки в женском легкоатлетическом семиборье: автореф. дис. ... канд. пед. наук: 13.00.04 / Т. Габрысь. – М., 1990. – 24 с.
5. Гамалий, В.В. Техническая подготовка многоборца с учетом общности координационной структуры движений в отдельных видах легкоатлетического многоборья: автореф. дис. ... канд. пед. наук: 13.00.04 / В.В. Гамалий. – Киев, 1984. – 24 с.

6. Грузенкин, В.И. Структура тренировочных нагрузок десятиборцев высокой квалификации в подготовительном периоде: автореф. дис. ... канд. пед. наук: 13.00.04 / В.И. Грузенкин. – М., 1990. – 24 с.
7. Демидова, Е.В. Структура тренировочных нагрузок на этапе непосредственной предсоревновательной подготовке семиборков высокой квалификации: автореф. дис. ... канд. пед. наук: 13.00.04 / Е.В. Демидова. – М., 1995. – 16 с.
8. Дубограев, И.Д. Состояние физической и спортивной подготовленности квалифицированных десятиборцев в пути ее совершенствования: автореф. дис. ... канд. пед. наук: 13.00.04 / И.Д. Дубограев. – Тарту, 1975. – 17 с.
9. Журэк, К. Факторная структура подготовленности в женском легкоатлетическом многоборье: автореф. дис. ... канд. пед. наук: 13.00.04 / К. Журэк. – М., 1981. – 20 с.
10. Забулика, М.Е. Обоснование структуры тренировочных нагрузок квалифицированных десятиборцев: автореф. дис. ... канд. пед. наук: 13.00.04 / М.Е. Забулика. – М., 1977. – 28 с.
11. Калюта, В.П. Структура тренировочных нагрузок в годичном цикле подготовки легкоатлеток-семиборков групп спортивного совершенствования: автореф. дис. ... канд. пед. наук: 13.00.04 / В.П. Катюта. – Волгоград, 1997. – 24 с.
12. Казаков, И.А. Дифференцированный подход к физической подготовке десятиборцев на этапе углубленной специализацией: автореф. дис. ... канд. пед. наук: 13.00.04 / И.А. Казаков. – М., 1995. – 23 с.
13. Комарова, А.Д. Теоретико-методические основы системы подготовки легкоатлетов-многоборцев высшей квалификации: автореф. дис. ... доктора пед. наук: 13.00.04 / А.Д. Комарова. – СПб., 1993. – 41 с.
14. Кузнецов, В.Д. Экспериментальное обоснование многолетней подготовки в десятиборье: автореф. дис. ... канд. пед. наук: 13.00.04 / В.Д. Кузнецов. – М., 1972. – 24 с.
15. Купчинов, Р.И. Оптимизация методики тренировки юных легкоатлетов-многоборцев на этапе начальной спортивной специализации: автореф. дис. ... канд. пед. наук: 13.00.04 / Р.И. Купчинов. – Малаховка, 1984. – 23 с.
16. Купчинов, Р.И. Управление многолетней подготовкой спортсменов-многоборцев: автореф. дис. ... доктора пед. наук: 13.00.04 / Р.И. Купчинов. – М., 1998. – 46 с.
17. Лукаускас, Р.И. Исследование оптимального сочетания видов легкой атлетики в обучении и тренировке юных многоборцев: автореф. дис. ... канд. пед. наук: 13.00.04 / Р.И. Лукаускас. – Тарту, 1967. – 21 с.
18. Мамаджанян, В.М. Экспериментальное исследование путей рационализации силовой подготовки десятиборцев: автореф. дис. ... канд. пед. наук: 13.00.04 / В.М. Мамаджанян. – М., 1982. – 18 с.
19. Мартыненко, В.В. Структура тренировочных нагрузок на этапе непосредственной предсоревновательной подготовки десятиборцев высокой квалификации: автореф. дис. ... канд. пед. наук: 13.00.04 / В.В. Матыненко. – М., 1991. – 19 с.
20. Максимова, Л.Я. Структура тренировочных нагрузок высококвалифицированных семиборков в годичном цикле подготовки: автореф. дис. ... канд. пед. наук: 13.00.04 / Л.Я. Максимова. – М., 1995. – 18 с.
21. Михайлов, В.М. Индивидуальная подготовка многоборков различной квалификации на основе использования модельных характеристик: автореф. дис. ... канд. пед. наук: 13.00.04 / В.М. Михайлов. – Малаховка, 1988. – 24 с.
22. Молодцов, И.Г. Индивидуальная подготовка десятиборцев высокой квалификации на основе модельных характеристик соревновательной деятельности: автореф. дис. ... канд. пед. наук: 13.00.04 / И.Г. Молодцов. – М., 1982. – С.16 – 17.

23. Нариманов, А.Б. Методика отбора десятиборцев в группы спортивного совершенствования СДЮШОР: автореф. дис. ... канд. пед. наук: 13.00.04 / А.Б. Нариманов. – Малаховка, 1987. – 21 с.

24. Немцова, Н.А. Специальная силовая подготовка в женском легкоатлетическом семиборье. автореф. дис. ... канд. пед. наук: 13.00.04 / Н.А. Немцов. – М., 1991. – С. 16 – 28.

25. Пангелов, Б.П. Оптимизация тренировочного процесса юных легкоатлеток-многоборков на основе учета динамики двигательных возможностей в овариально-менструальном цикле: автореф. дис. ... канд. пед. наук: 13.00.04 / Б.П. Пангелов. – Киев, 1981. – 22 с.

26. Портной, Г.Г. Рациональное построение многолетней тренировки легкоатлетов-десятиборцев: автореф. дис. ... канд. пед. наук. – Киев, 1981. – 23 с.

27. Сави, Т. К. Физиологическая характеристика работоспособности десятиборцев высокой квалификации: автореф. дис. ... канд. пед. наук: 13.00.04 / Т. К. Сави. – Тарту, 1975. – 21 с.

28. Семиколенных, Н.Л. Исследование оптимального режима двигательной деятельности десятиборцев на соревнованиях: автореф. дис. ... канд. пед. наук: 13.00.04 / Н.Л. Семиколенных. – Тарту, 1976. – С. 22 – 24.

29. Сиводедов, И.Л. Контроль за специальной подготовленностью десятиборцев высокой квалификации в годичном цикле тренировки: автореф. дис. ... канд. пед. наук: 13.00.04 / И.Л. Сиводедов. – Минск, 1997. – С. 20 – 22.

30. Соболевски, К.Л. Инновационная методика силовой подготовки десятиборцев на основе избирательного тренирующего воздействия на функциональные звенья двигательного аппарата: автореф. дис. ... канд. пед. наук: 13.00.04 / К.Л. Соболевски. – Минск, 2007. – 22 с.

31. Терещенко, В.И. Формирование тренировочных программ квалифицированных десятиборцев на этапе непосредственной предсоревновательной подготовки: автореф. дис. ... канд. пед. наук: 13.00.04 / В.И. Терещенко. – М., 1991. – 23 с.

32. Хачатрян, О.В. Управление тренировочным процессом десятиборцев высокой квалификации на основе контроля уровня их скоростно-силовой подготовленности: автореф. дис. ... канд. пед. наук: 13.00.04 / О.В. Хачатрян. – М., 1984. – 23 с.

33. Щелков, С.С. Структура беговой нагрузки квалифицированных десятиборцев в годичном цикле: автореф. дис. ... канд. пед. наук: 13.00.04 / С.С. Щелков. – Малаховка, 1993. – 23 с.

34. Шлыков, Ю.А. Планирование тренировки высококвалифицированных легкоатлетов-десятиборцев в межсоревновательных циклах: автореф. дис. ... канд. пед. наук: 13.00.04 / Ю.А. Шлыков. – Малаховка, 2004. – 20 с.

ЭКСПЕРИМЕНТАЛЬНАЯ ОЦЕНКА РАЗЛИЧНЫХ ВАРИАНТОВ РЕГИСТРАЦИИ ПОКАЗАТЕЛЕЙ СПЕЦИАЛЬНОЙ СИЛОВОЙ ПОДГОТОВЛЕННОСТИ БЕГУНОВ НА ВЫНОСЛИВОСТЬ

Фатьянов И.А., Саватенков В.С.

Волгоградская государственная академия физической культуры

В ходе исследований определены наиболее валидные способы регистрации длины бегового шага в педагогическом тестировании и сформулированы практические рекомендации по организации и процедуре проведения тестирования в тесте со ступенчато

повышающейся интенсивностью, которые позволяют повысить качество оценки исследуемых параметров специальной силовой подготовленности бегунов на выносливость.

Ключевые слова: бег на выносливость, специальная силовая подготовленность, педагогический контроль.

EXPERIMENTAL EVALUATION OF VARIOUS TYPES OF REGISTRATION CHARACTERISTICS OF RUNNERS' SPECIAL POWER PREPAREDNESS AND ENDURANCE

Fatyanov I.A., Savatenkov V.S.

Volgograd State Physical Education Academy

The research presents the most valid types of registration of running step length in pedagogical testing and gives practical recommendations about organization and procedure of increasing stepwise intensity in the test that will improve the quality of studied parameters of runners' special force preparedness and endurance.

Keywords: running endurance, special force preparedness, pedagogical control.

Введение. Одним из перспективных направлений в совершенствовании подготовки бегунов на выносливость, по мнению специалистов [1, 2, 4], является оптимизация процесса специальной силовой подготовки спортсменов с учетом специфики соревновательного упражнения. Оценка эффективности применения различных средств силовой подготовки, экспериментальное обоснование технологических подходов к формированию силового компонента в структуре подготовленности спортсменов невозможно без применения надежных и информативных методов контроля за динамикой показателей, характеризующих уровень развития специальных силовых способностей. Систематическое проведение теста со ступенчато повышающейся интенсивностью позволяет оценить уровень развития и динамику отдельных составляющих структуры специальной силовой подготовленности бегунов на длинные и сверхдлинные дистанции [3]. В процессе использования в практике подготовки бегунов данного теста появилась необходимость в совершенствовании процедуры тестирования с целью максимальной объективизации регистрируемых показателей.

Организация исследования. Была проведена серия экспериментов, где в ходе выполнения спортсменами теста со ступенчато повышающейся интенсивностью нами были апробированы и проанализированы различные варианты регистрации изучаемых показателей, была оценена точность различных способов регистрации длины бегового шага, проанализированы преимущества и недостатки различных методов регистрации исследуемого показателя.

Процедура выполнения теста со ступенчато повышающейся интенсивностью предполагает последовательное выполнение следующих действий [3]:

1. Пробегание спортсменами 7 – 8 отрезков по 1000 метров. Скорость бега на первом отрезке теста определяется в зависимости от подготовленности бегуна на данном этапе и подбирается таким образом, чтобы был задействован исключительно аэробный механизм энергообеспечения. Далее время пробегания каждого очередного отрезка уменьшается на 15 секунд. В интервале между ступенями выполняется медленный бег 200 метров.

2. Регистрацию следующих параметров на каждой ступени теста:

- количества беговых шагов на стандартном отрезке;
- скорости бега на стандартном отрезке;

– частоты сердечных сокращений в процессе пробегания тестовых отрезков и в течение 1 минуты восстановления. Регистрация частоты сердечных сокращений проводилась с использованием кардиомониторов Polar RX 350.

3. Расчет следующих показателей:

- длина бегового шага на каждой ступени теста;
- скорость бега на уровне анаэробного порога;
- длина бегового шага соответствующая анаэробному порогу;
- максимальная длина бегового шага, зарегистрированная в тесте;

Тестирование проводилось в стандартных условиях легкоатлетического манежа ВГАФК. В исследованиях приняли участие спортсмены, специализирующиеся в беге на длинные дистанции ($n = 11$) различной квалификации (II спортивный разряд – кандидат в мастера спорта). Общее количество тестовых процедур составило – 28.

Сравнивались следующие варианты регистрации исследуемых параметров:

Вариант 1. Подсчет количества беговых шагов (пар беговых шагов) выполнялся непосредственно самим спортсменом на последних 200 м каждого из тестовых 1000 м отрезков.

Вариант 2. Подсчет количества беговых шагов (пар беговых шагов) у спортсмена выполнялся наблюдателем на последних 200 м каждого из тестовых 1000 м отрезков.

Вариант 3. Подсчет количества беговых шагов (пар беговых шагов) у спортсмена выполнялся наблюдателем на 20 м промаркированном отрезке на каждом круге (200 м) на каждой ступени теста.

Вариант 4. Подсчет количества беговых шагов (пар беговых шагов) у спортсмена выполнялся наблюдателем на 40 м промаркированном отрезке на каждом круге (200 м) на каждой ступени теста.

Вариант 5. Подсчет количества беговых шагов (пар беговых шагов) у спортсмена выполнялся на каждом круге (200 м) всех ступеней теста с помощью видеокамеры с последующим анализом видеозаписи и расчетом изучаемых параметров.

Вариант 6. Подсчет количества беговых шагов (пар беговых шагов) у спортсмена выполнялся наблюдателем на 10 м промаркированном отрезке на каждом круге (200 м) на каждой ступени теста с помощью видеокамеры с последующим анализом видеозаписи и расчетом изучаемых параметров с помощью программы Dartfish.

Результаты исследований. Применение различных вариантов регистрации длины бегового шага уже на первых этапах эксперимента позволили выявить недостатки или сложности в применении каждого из выбранных вариантов (табл. 1). В ходе исследований мы использовали для регистрации длины бегового шага как расчетные параметры (варианты 1 – 5), так и непосредственную регистрацию длины бегового шага на различных ступенях теста с помощью видеоаппаратуры и программного обеспечения Dartfish.

Сравнительный анализ степени отклонения показателей длины бегового шага, зарегистрированной при использовании различных вариантов измерения с показателями, зарегистрированными с помощью видеоаппаратуры и программного обеспечения Dartfish, позволил нам сделать некоторые заключения о точности различных способов регистрации длины бегового шага в тесте. На наш взгляд, вариант 3 менее приемлем для использования, так как при его применении возможна значительная ошибка при расчете исследуемых показателей.

Наиболее простым, в определенном отношении, является использование 1 варианта, так как не требует привлечения дополнительных ресурсов (наблюдателей и оборудования), но при использовании данного способа регистрации параметров необходимо учитывать, что точность регистрации изучаемых параметров (подсчет количества беговых шагов) зависит от уровня подготовленности спортсмена. При этом имеется в виду

как спортивная подготовленность (уровень спортивной квалификации), так и непосредственная подготовленность к выполнению теста (освоенность процедуры тестирования).

Таблица 1

Качество измерения и недостатки (сложности) применения различных вариантов регистрации длины бегового шага

Варианты	Отклонение, %*	Качество измерения	Недостатки или сложности в применении
1	2,9	среднее	Субъективная оценка, зависит от освоенности процедуры тестирования
2	2,7	среднее	Субъективная оценка, зависит от подготовки наблюдателя
3	10,2	низкое	Значительная ошибка при расчете показателей
4	3,9	среднее	Возможна значительная ошибка при расчете показателей
5	2,1	высокое	Необходимо наличие видеоаппаратуры и наблюдателя с соответствующей подготовкой
6	-	высокое	Необходимо наличие видеоаппаратуры, программного обеспечения и наблюдателя с соответствующей подготовкой

**Примечание:* величина отклонения показателей длины бегового шага, зарегистрированной при использовании различных вариантов измерения с показателями, зарегистрированными с помощью видеоаппаратуры и программного обеспечения

Так нами установлено, что более квалифицированные спортсмены при выполнении данного варианта тестирования демонстрируют более высокие показатели точности при регистрации изучаемых параметров, это проявляется:

- в способности поддерживать заданную среднестанционную скорость в процессе тестирования, без отсутствия значительных ее колебаний, что позволяет исключить влияние данного фактора на точность дальнейшего расчета длины бегового шага;
- в способности с большей точностью фиксировать исследуемые показатели самостоятельно, о чем свидетельствуют незначительные ошибки при сравнении этих данных с показателями, зарегистрированными с помощью технического оборудования (частота сердечных сокращений с использованием кардиомониторов, длина бегового шага с помощью видеоаппаратуры и программного обеспечения).

Проведенная нами проверка точности субъективной регистрации количества беговых шагов (вариант 1) с помощью наблюдателей (вариант 2) и технических средств (вариант 5) показала, что существует прямая зависимость между количеством тестирований, в котором принимал участие испытуемый, и степенью расхождения при регистрации различными вариантами.

В результате исследований были разработаны практические рекомендации, которые позволяют повысить качество оценки уровня специальной силовой подготовленности бегунов на выносливость. При использовании теста со ступенчато повышающейся интенсивностью для оценки уровня специальной силовой подготовленности необходимо учитывать:

- для освоения процедуры тестирования необходимо провести не менее 3 тестовых процедур для квалифицированных бегунов и не менее 5 для начинающих спортсменов;
- одним из основных условий получения объективной информации в ходе данного теста является формирование практического навыка равномерного (по заданному графику) преодоления тестовых отрезков;

– наиболее валидным способом регистрации динамики длины беговых шагов в тесте является использование видеоборудования и специального программного обеспечения (например: программы Dartfish);

– использование в ходе тестирования различных (нескольких) вариантов регистрации изучаемых параметров позволяет повысить качество проводимых измерений за счет минимизации возможных ошибок при проведении теста.

Для проведения этапного контроля динамики показателей специальной силовой подготовленности целесообразно использовать регистрацию длины беговых шагов в тесте является использование видеоборудования и специального программного обеспечения (например: программы Dartfish). При проведении текущего контроля динамики показателей специальной силовой подготовленности возможна регистрация изучаемых показателей расчетным путем, т.е. при подсчете количества шагов самим испытуемым (вариант 1). При этом необходимо соблюдать следующие условия:

– использование данного варианта возможно только со спортсменами, постоянно использующими данную процедуру;

– при расчетах необходимо вносить поправку на то, что спортсменами пробегается длина отрезка более 200 м;

– тестирование целесообразно проводить в стандартных условиях легкоатлетического манежа, в полевых условиях (на стадионе) необходимо исключить воздействие факторов внешней среды.

Заключение. Проведенные нами исследования позволяют утверждать, что наиболее объективным способом регистрации динамики длины беговых шагов в тесте со ступенчато повышающейся интенсивностью является использование видеоборудования и специального программного обеспечения (например: программы Dartfish). Данный факт необходимо учитывать при организации и проведении этапного контроля за уровнем развития специальной силовой подготовленности бегунов на выносливость. При регистрации параметров бегового шага в тесте со ступенчато повышающейся интенсивностью другими способами целесообразно использовать предложенные нами практические рекомендации.

Литература

1. Мякинченко, Е.Б. Локальная выносливость в беге / Е.Б. Мякинченко. – М.: ФОН, 1997. – 312 с.

2. Мякинченко, Е.Б. Развитие локальной мышечной выносливости в циклических видах спорта / Е.Б. Мякинченко, В.Н. Селуянов. – М.: ТВТ Дивизион, 2009. – 360 с.

3. Фатьянов, И.А. Повышение эффективности специальной силовой подготовки бегунов на длинные и сверхдлинные дистанции: автореф. дис. ... канд. пед. наук: 13.00.04 / И.А. Фатьянов. – Волгоград, 1997. – 24 с.

4. Фатьянов, И.А. Тренировка в беге на выносливость: учебно-методическое пособие / И.А. Фатьянов. – Волгоград: ФГОУВПО «ВГАФК», 2007. – 131 с.

ПРОБЛЕМА РЕАЛИЗАЦИИ ПОТЕНЦИАЛЬНЫХ ВОЗМОЖНОСТЕЙ СПОРТСМЕНОВ, СПЕЦИАЛИЗИРУЮЩИХСЯ В ПРЫЖКАХ В ДЛИНУ, В РАМКАХ КРУПНЕЙШИХ МЕЖДУНАРОДНЫХ СОРЕВНОВАНИЙ

Фатьянов И.А., Чемов В.В., Колесникова Е.А.

Волгоградская государственная академия физической культуры

Основной задачей исследования являлось определение критериев и условий, которые бы позволяли спортсменам бороться за попадание в число призеров на крупнейших международных соревнованиях в прыжках в длину. Были подвергнуты сравнительному анализу результаты выступления сильнейших спортсменов, специализирующихся в прыжках в длину на Олимпийских Играх (2008, 2012 гг.) и Чемпионатах мира (2001 – 2013 гг.).

Ключевые слова: прыгуны в длину, коэффициент реализации, соревновательная результативность.

THE PROBLEM OF REALIZING ATHLETES' POTENTIAL SPECIALIZING IN THE LONG JUMP DURING MAIN INTERNATIONAL COMPETITIONS

Fatyanov I.A., Chemov V.V., Kolesnikova E.A.

Volgograd State Physical Education Academy

The main problem of our research was to determine the criteria and conditions that would allow athletes to fight for getting the winners at major international competitions in the long jump. The comparative analysis of the results of the strongest athletes' performance specializing in the long jump at the Olympic Games (2008, 2012) and World Championships (2001-2013) was given.

Keywords: long jumper implementation factor, competitive performance.

Введение. Работы Ю.В. Верхошанского, В.М. Дьячкова, В.А. Креера, Н.Г. Озолина, В.Б. Попова заложили теоретические и методические основы отечественной школы легкоатлетических прыжков [4]. Уровень спортивных достижений советских, а позднее российских спортсменов, позволяет успешно конкурировать с сильнейшими представителями других стран на крупнейших международных соревнованиях. В настоящее время очевидны некоторые проблемы в подготовке отечественных спортсменов в горизонтальных прыжках, о чем свидетельствуют имеющие место неудачные выступления в данной дисциплине. На наш взгляд, существует необходимость проведения всестороннего анализа выступления российских легкоатлетов в данном виде программы для выявления и предупреждения развития возможных неблагоприятных тенденций. Основной задачей исследования являлось определение критериев и условий, которые бы позволяли спортсменам бороться за попадание в число призеров на крупнейших международных соревнованиях в прыжках в длину.

Организация исследования. В ходе исследований были подвергнуты сравнительному анализу результаты выступления сильнейших прыгунов в длину (мужчин и женщин). Изучались официальные протоколы соревнований по прыжкам в длину Олимпийских Игр (2008, 2012 гг.) и Чемпионатов мира по легкой атлетике (2001 – 2013 гг.). На основании изучения статистики участия спортсменов в соревнованиях определялся личный рекорд спортсмена на момент участия в соревнованиях и лучший результат сезона для данного спортсмена, далее проводились вычисления двух коэффициентов ре-

лизации: Кр а – отношение результата к личному рекорду; Кр с – отношение результата к лучшему результату в сезоне текущего года. Анализируя результаты статистической обработки, мы попытались выявить характерные особенности соревновательной практики победителей данных соревнований и оценить перспективы представителей национальной сборной в данном виде легкой атлетики.

Результаты исследования. Анализ результатов выступления спортсменов высокого класса на крупнейших соревнованиях международного уровня показывает, что для победителей крупнейших соревнований характерна высокая степень реализации собственных возможностей, о чем свидетельствуют высокие показатели коэффициентов реализации (Кр а, Кр с). Из материала, представленного в таблице 1 очевидно, что именно установление личного рекорда в ходе Олимпийских игр в Лондоне (2012 г.) позволило россиянке Елене Соколовой подняться на второе место. В то же время реализация собственного потенциала на уровне коэффициента реализации менее 0,94 не позволила Александру Менькову даже приблизиться к числу призеров. Такая же картина наблюдается при анализе результатов выступления прыгунов в длину и на Пекинской Олимпиаде (табл. 2).

Таблица 1

Результаты выступления призеров Олимпийских игр 2012 г. и отечественных спортсменов, специализирующихся в прыжках в длину

№	Спортсменка (страна)	Результат	Рс*	Крс	Ра	Кра
Женщины						
1	Бритни Риз (USA)	7,12	7,15	0,995	7,19	0,990
2	Елена Соколова (RUS)	7,07	7,07	1	7,07	1
3	Янэй Диолак (USA)	6,89	7,03	0,980	7,03	0,980
5	Анна Назарова (RUS)	6,77	7,11	0,952	7,11	0,952
6	Колчанова Людмила (RUS)	6,76	6,87	0,983	7,21	0,937
Мужчины						
1	Грег Рутерфорд (GBR)	8,31	8,35	0,995	8,35	0,995
2	Митчелл Ватт (AUS)	8,16	8,28	0,985	8,54	0,955
3	Вилл Клэй (USA)	8,12	8,25	0,984	8,29	0,979
11	Меньков Александр (RUS)	7,78	8,29	0,938	8,29	0,938

*Примечание (здесь и далее): Рс – лучший результат в сезоне; Ра – абсолютно лучший результат; Крс и Кра – коэффициенты реализации

Таблица 2

Результаты выступления призеров Олимпийских игр 2008 г. и отечественных спортсменов, специализирующихся в прыжках в длину

№	Спортсменка (страна)	Результат	Рс	Крс	Ра	Кра
Женщины						
1	Маурен Хига Мали (BRA)	7,04	7,04	1	7,26	0,969
2	Лебедева Татьяна (RUS)	7,03	7,03	1	7,33	0,959
3	Блессинг Окагбаре (NGR)	6,91	6,91	1	6,97	0,991
6	Удмуртова Оксана (RUS)	6,7	6,73	0,995	7,02	0,954
	Котова Татьяна (RUS)	6,57	6,86	0,957	7,42	0,885
Мужчины						
1	Ирвинг Саладина (DAN)	8,34	8,73	0,955	8,73	0,955
2	Годфрей К Мокоена (RSA)	8,24	8,25	0,998	8,5	0,969
3	Ибрагим Камейо (CUB)	8,2	8,46	0,969	8,46	0,969

Проведенный нами анализ (табл. 3, 4) показывает, что за исследуемый период (ЧМ 2001 – 2013 гг.) лишь в одном случае у мужчин и в одном случае у женщин победители устанавливали личные достижения в рамках чемпионата мира (Кра больше 1). Для призеров крупнейших легкоатлетических соревнований характерен выход на пик спортивной формы именно к главному старту в сезоне. Такой вывод позволяет сделать тот факт, что победители крупнейших соревнований международного уровня демонстрируют высокие значения Крс (в 5 случаях из 7 выше 0,99 у женщин и в 5 случаях из 7 больше 1,00 у мужчин). Исключение составляют выступления Бритни Риз в Тегу и в Москве (Кра 0,948 и 0,966), однако значительное преимущество над соперницами в абсолютном результате позволяет ей становиться победителем соревнований (табл. 3).

Таблица 3

Результаты женщин победительниц чемпионатов мира (2001 – 2013 гг.)

в прыжках в длину					
Спортсмен (страна)	Результат	Рс	Крс	Ра	Кра
Чемпионат мира, Москва, 2013г.					
Бритни Риз (USA)	7,01	7,25	0,966	7,25	0,966
Чемпионат мира, Тегу, 2011г.					
Бритни Риз (USA)	6,82	7,19	0,948	7,19	0,948
Чемпионат мира, Берлин, 2009г.					
Бритни Риз (USA)	7,1	7,1	1	7,19	0,987
Чемпионат мира, Осака, 2007г.					
Лебедева Татьяна(RUS)	7,03	7,15	0,983	7,33	0,959
Чемпионат мира, Хельсинки, 2005г.					
Тианна Мэдисон (USA)	6,89	6,89	1	6,89	1
Чемпионат мира, Париж, 2003г.					
Юнис Барбер (FRA)	6,99	7,05	0,991	7,05	0,991
Чемпионат мира, Эдмонтон, 2001г.					
Фиона Мэй (ITA)	7,02	6,97	1,007	7,11	0,987

Таблица 4

Результаты мужчин победителей чемпионатов мира (2001 – 2011 гг.)

в прыжках в длину					
Спортсмен (страна)	Результат	Рс	Крс	Ра	Кра
Чемпионат мира, Москва, 2013г.					
Меньков Александр (RUS)	8,56	8,42	1,01	8,42	1,01
Чемпионат мира, Тегу, 2011г.					
Двайт Филлипс (USA)	8,45	8,45	1	8,74	0,966
Чемпионат мира, Берлин, 2009г.					
Двайт Филлипс (USA)	8,54	8,74	0,977	8,74	0,977
Чемпионат мира, Осака, 2007г.					
Ирвинг Саладино (PAN)	8,57	8,57	1	8,73	0,981
Чемпионат мира, Хельсинки, 2005г.					
Двайт Филлипс (USA)	8,6	8,6	1	8,74	0,983
Чемпионат мира, Париж Сэнт-Дени, 2003г.					
Двайт Филлипс (USA)	8,32	8,44	0,985	8,74	0,951
Чемпионат мира, Эдмонтон, 2001г.					
Иван Педросо (CUB)	8,4	8,4	1	8,71	0,964

В таблицах 5, 6 представлены результаты сравнительного анализа степени реализации потенциальных возможностей и текущего уровня подготовленности победителей ЧМ в прыжках в длину и представителей национальной сборной. На основании представленных данных можно утверждать, что в системе подготовки отечественных спортсменов, специализирующихся в прыжках в длину, очевидным является проблема реализации имеющегося потенциала при подготовке и участии в крупнейших официальных стартах. В большей степени данное утверждение относится к прыгунам в длину мужчинам (табл. 5). Так выступление отечественных спортсменов на уровне результатов достигнутых в текущем сезоне позволило бы бороться им за место на пьедестале на Олимпийских играх в Лондоне (табл. 1). Из данных представленных в таблице 5 очевидно, что именно максимальная реализация текущего уровня подготовленности является одним из условий успешного выступления в исследуемой легкоатлетической дисциплине (ЧМ 2013, Кр с/Кр а - 1,01/1,01 А. Миньков).

Таблица 5

Результаты сравнительного анализа степени реализации победителей чемпионатов мира и отечественных прыгунов в длину

Чемпионат мира	Победитель Кр с/Кр а	сборная РФ Кр с/Кр а
2013	1,01/1,01	1,01/1,01
2011	1,00/0,966	0,987/0,984
2009	0,977/0,977	-
2007	1,00/0,983	-
2005	1,00/0,983	0,957/0,952
2003	0,985/0,951	-
2001	1,00/0,964	0,924/0,920

Таблица 6

Результаты сравнительного анализа степени реализации победительниц чемпионатов мира и отечественных прыгуний в длину

Чемпионат мира	Победитель Кр с/Кр а	сборная РФ Кр с/Кр а
2013	0,966/0,966	0,972/0,955
2011	0,948/0,948	0,949/0,943
2009	1,00/0,987	0,950/0,945
2007	0,983/0,959	0,983/0,959
2005	1,00/1,00	0,915/0,910
2003	0,991/0,991	0,908/0,904
2001	1,007/0,987	0,944/0,941

Проведенный анализ специальной литературы [4, 5], а также результаты собственных исследований показывают, что только 10 – 12% спортсменов достигают своих лучших результатов в ходе чемпионатов мира, а около 90% прыгунов выступают слабее по отношению к достигнутым накануне результатам и личным рекордам. Демонстрация спортивного результата в сезоне на уровне 8 лучших делает возможным участие спортсмена в реальной борьбе за место на пьедестале крупнейших соревнований, при условии реализации на уровне не ниже 0,965 (Кр с). Выступление прыгунов можно считать удачным, если спортсмены, выступающие на Чемпионатах мира и Олимпийских играх, показывают результаты на 1,5% хуже (Кр с выше 0,985), чем их лучшие достижения в сезоне. В настоящее время отечественными специалистами решена главная проблема подготов-

ки квалифицированных прыгунов в длину – обеспечен выход индивидуальной соревновательной результативности на уровень, позволяющий конкурировать с сильнейшими представителями данного вида на международной арене. В этих условиях возрастает значимость тех аспектов подготовки спортсмена, которые бы позволяли демонстрировать результаты, максимально приближенные к личным достижениям в рамках конкретных соревнований.

Заключение. Современный уровень достижений прыгунов в длину, претендующих на место в национальной сборной позволяет конкурировать за призовые места на крупнейших международных соревнованиях. Результаты проведенных исследований свидетельствуют о том, что существует проблема реализации потенциальных возможностей и достигнутого уровня подготовленности отечественных спортсменов в конкретных временных рамках. В пользу данного предположения свидетельствуют как успешные выступления конкретных спортсменов (женщины, Лондон 2012 – Крс/Кра 1/1; мужчины, Москва 2013 – Крс/Кра 1,01/1,01), так и неудачные (мужчины, Лондон 2012 – Крс/Кра 0,93/0,93; женщины, Москва 2013 – Крс/Кра 0,97/0,95). На наш взгляд, существует необходимость анализа причин неудачного выступления каждого отдельного спортсмена, с целью разработки корректирующих мер, направленных на минимизацию или устранение факторов, оказывающих отрицательное влияние на уровень соревновательной результативности.

Литература

1. Глазко, Т.А. Соревновательная подготовка прыгуний в длину с разбега / Т.А. Глазко // Психолого-педагогические аспекты работы тренера. – Минск, 1984. – С. 32-33.
2. Зулаев, И.И. Надежность в спорте: исходные понятия и основные показатели / И.И. Зулаев, Ю.И. Смирнов // Теория и практика физической культуры. –1996. – №4. – С. 39-43.
3. Медведев, В.Н. Предсоревновательная подготовка квалифицированных прыгунов в длину и тройным: Автореф. дис. . канд. пед. наук: 13.00.04 / В.Н. Медведев. – Л., 1984. – 22 с.
4. Мироненко, Д.И. Параметры системы соревнований и надежность соревновательной деятельности у легкоатлетов-прыгунов высокой квалификации: Автореф. дис. ... канд. пед. наук: 13.00.04 / Д.И. Мироненко. – М., 2003. – 22 с.
5. Оганджанов, А.Л. Педагогические технологии индивидуальной подготовки квалифицированных легкоатлетов-прыгунов: Автореф. дис. ... доктора пед. наук: 13.00.04 / А.Л. Огаджанов. – М., 2007. – 50 с.

РАЗВИВАЮЩИЕ ВОЗМОЖНОСТИ СПОРТИВНО-ОРИЕНТИРОВАННОГО ФИЗИЧЕСКОГО ВОСПИТАНИЯ ДЕТЕЙ ДОШКОЛЬНОГО ВОЗРАСТА

¹Финогенова Н.В., ²Решетов Д.В.

¹Волгоградская государственная академия физической культуры

²Волгоградский политехнический колледж им. Вернадского

Статья посвящена вопросам использования в процессе физического воспитания детей дошкольного возраста спортивно-ориентированных технологий, в ходе которых обеспечиваются условия формирования нравственного и физического здоровья, стрем-

ления ребенка к саморазвитию и самосовершенствованию, здоровому стилю жизни на основе освоения ценностей спорта и физической культуры.

Ключевые слова: физическое воспитание, дети дошкольного возраста, спортивно-ориентированная направленность, спортивные игры.

EDUCATIONAL OPPORTUNITIES OF PRESCHOOL CHILDREN IN SPORT-BASED PHYSICAL EDUCATION

¹Finogenova N.V., ²Reshetov D.V.

¹Volgograd State Physical Education Academy

²Volgograd Polytechnic College of Vernadsky

The article explains the using of sports-oriented technologies in the process of preschool children's physical education. During which conditions for moral and physical health, self-development and self-improvement, healthy style of life based on sport values and physical education are provided.

Keywords: physical education, pre-school children, sports-focused orientation, sports and games.

Введение. Дошкольное детство – один из наиболее значимых периодов в жизни человека. Именно в дошкольном возрасте на основе его естественного развития и социализации закладываются основы здоровья человека, его физического и психического развития, знаний, личностных качеств, мировосприятия, различных элементов культуры – нравственной, эстетической и других. Данный период развития ребенка предоставляет наиболее благоприятные возможности для воспитания активной личности, способной к проявлению своих психофизических, социокультурных способностей и поведения. При этом физической культуре в дошкольном возрасте отводится значительное место. Это связано, прежде всего, с наличием в ней значительного развивающего потенциала. Физическая культура, решая проблему воспроизводства физических способностей человека, является одним из важных средств формирования в полном объеме его культуры [4].

Однако проводимые С.Б. Шармановой социологические исследования свидетельствуют о чрезвычайно низкой физкультурно-спортивной активности родителей и дошкольников: лишь 11% из них систематически уделяют внимание физическому воспитанию своих детей. Всего 12% родителей отметили, что водят ребенка на занятия в спортивные секции и физкультурно-оздоровительные группы [5].

Спорт как социальный фактор как бы модельно воспроизводит альтернативу современной культуры, сохраняет и укрепляет сущностные механизмы социально-культурной жизни человека и перехода в субкультуру индивида, формирует его как социально компетентную личность. Кроме того, современный спорт дает человеку возможность оценить свое отношение к окружающей его среде и через эти отношения оценить свое место в обществе [1]. В большинстве случаев спорт рассматривается как микро-модель общества, которая формирует определенное отношение и типовое поведение. Более того, американские социологи сделали заключение, что современный спорт аккумулирует ценности общества. Благодаря занятиям спортом общественные ценности присваиваются индивидом, интериоризируются как личностные. Таким образом, если педагогический процесс по физическому воспитанию в дошкольном возрасте строить с использованием спортивно-ориентированных технологий, то это будет способствовать не только росту двигательной подготовленности дошкольников, но и значительному повышению уровня развития их социально-личностных качеств.

Методика исследования. Проблема включения в педагогический процесс детских садов спортивно-ориентированного образования изучается на основе анализа, обобщения литературных данных, материалов проводимого эксперимента. При этом основными источниками служат монографические и диссертационные исследования, статьи, словари, учебная литература, эмпирические и экспериментальные данные.

Результаты и их обсуждение. Спортивно-ориентированное физическое воспитание можно представить как организованную под руководством взрослых деятельность детей, направленную на формирование у них основ физической культуры и спорта – освоение ребенком знаний и связанных с ним умений и навыков, а также мотивации к физкультурно-спортивной деятельности и организации самостоятельной двигательной деятельности, в результате которой закладываются основы физического, психического и социального здоровья и благополучия, а также приобщение детей к спорту, системе тренировок и соревнований[2, 3].

Целью спортивно-ориентированного физического воспитания детей дошкольного возраста является: обеспечение условий формирования нравственного и физического здоровья, стремления ребенка к саморазвитию и самосовершенствованию, здоровому стилю жизни на основе освоения ценностей спортивной и физической культуры. Отличительными особенностями такой работы являются:

- спортивно-ориентированное физическое воспитание детей функционирование новой педагогической системы спортивно-ориентированного физического воспитания детей дошкольного возраста;
- игровая спортивно-тренировочная и соревновательная направленность процесса физического воспитания;
- интеграция двигательной, познавательной и творческой деятельности детей;
- доступность педагогу и воспитанникам спортизированных видов двигательной деятельности;
- массовость проведения и охват физкультурно-спортивными мероприятиями детей, воспитателей дошкольных учреждений и родителей.

Целью исследования служили научная разработка и практическая реализация оздоровительной и развивающей методики начального обучения детей-дошкольников основам спортивных игр, таких как баскетбол, гандбол и футбол.

Обучая детей спортивным играм, учитываем индивидуально-дифференцированный подход. Например, игра «Баскетбол» реализуется через:

- использование на разных этапах обучения мячей разного веса и диаметра (детские резиновые, волейбольные, мини-баскетбольные);
- увеличение расстояния при работе с мячом в парах (от 1 м до 2 м);
- постепенное увеличение высоты размещения корзины (от 1,5 м до 2 м);
- постепенное увеличение физической нагрузки (повторение действий с мячом от 4 до 10 раз).

При обучении игровым действиям использовались следующие игровые упражнения: «Найди свой домик» (ходьба, бег врассыпную, по сигналу поселиться в свой домик – занять обруч, расположенный на дорожке из обручей); «Наши ножки ловко прыгают по дорожке» (прыжки на двух ногах, с ноги на ногу, из обруча в обруч, по дорожке из обручей), «Не отдам мяч» (прыжки, ноги вместе, ноги врозь); «Играй, играй – мяч не теряй» (катание мяча в разные стороны, по сигналу поднять мяч вверх); «Большие – маленькие» (вращение мяча кистями рук по маленькому и большому кругу). В подготовительной группе детям уже предлагались такие упражнения как: «Бросай – не зевай» (бросок мяча вниз двумя руками и ловля его после отскока); «Мяч в обруч» (бросок мяча двумя руками от груди в обруч, догнать мяч, пролезть в обруч); «Попади в корзину» (бросок мяча от груди в корзину) и т.д.

Воспитатель участвует в таких играх на правах равного партнера, с одной стороны и судьи с другой. Находясь рядом детьми, которым требуется помощь для освоения движения, он показывал особенности техники, а в играх с детьми, которые уже точно выполняют игровые действия без ошибок выполнял роль судьи.

В старшей группе основной задачей является – освоение общей структуры игровых приемов в целом. Важным в этот период является то, что ребенок должен выполнять игровые приемы не только в форме упражнений, но рационально использовать их в постоянно меняющихся условиях подвижной игры.

На занятиях в подготовительной группе дети продолжают совершенствовать технические приемы и одновременно обучаются тактике ведения игры. Им объясняют, когда и какой прием целесообразно применить. А, используя систему двигательных заданий и подвижных игр, занимающиеся на практике закрепляют полученные знания.

Игры подбираются так: в начале, это подвижные игры, в которых изучаемое действие выполняется точно, без вариаций. Чаще всего это игры-эстафеты, где дети поочередно, на высокой скорости выполняют двигательные задания. На этом этапе важно научить ребенка действовать с наибольшей отдачей. Этого можно добиться лишь четкой и конкретной постановкой игровой задачи, соответствующей подготовленности детей.

Вторым этапом могут стать «бесконтактные» подвижные игры, такие как, например, «Защита укрепления», «Четыре мяча». В них каждая команда располагается на отведенном для нее месте и не происходит прямого контакта с противником. Особенностью этого этапа является то, что от детей требуется точность выполнения игрового амплуа – защитника, вратаря, нападающего.

На третьем этапе обучения спортивным играм мы предлагаем использовать подвижные игры, с непосредственной борьбой соперников. В них участники активно включаются в борьбу за мяч, выполняя при этом игровые роли и точно соблюдая правила ради интереса своей команды.

Таблица 1

Изменение показателей физической подготовленности детей дошкольного возраста в ходе эксперимента

Показатели	Результаты исследования (n = 24)	
	$\bar{X} \pm m$	t
Бег 10м, с	<u>2,80±0,10</u>	1,42 (P>0,05)
	2,60±0,10	
Челночный бег 3x5 м, с	<u>7,10±0,20</u>	4,20 (p< 0,001)
	6,20±0,080	
Тест Бондаревского, с	<u>6,07±0,30</u>	3,06 (p< 0,01)
	7,45±0,34	
Прыжки в длину, см	<u>110,70±2,30</u>	1,88 (p>0,05)
	116,75± 2,20	
Метание малого мяча, см	<u>773,04±21,30</u>	2,99 (p< 0,01)
	872,04±25,60	
Кистевая динамометр, кг	<u>10,70±0,60</u>	2,63 (p< 0,01)
	12,60±0,40	

Условные обозначения: числитель – данные начала эксперимента;
знаменатель – данные окончания эксперимента.

В этот период дети уже в достаточной степени владеют техникой ведения и передачи мяча, поэтому возможно введение системы штрафов за нарушение ее структуры. Это является дополнительным условием, способствующим развитию произвольности у

дошкольников, так как оперативное вмешательство позволяет детям самим, без давления извне, контролировать точность выполнения заданий.

Таким образом, постепенное усложнение условий проведения подвижных игр, приводит к систематическому использованию в дошкольном возрасте элементов спортивных игр. При этом в процесс физического воспитания они входят не фрагментарно, от случая к случаю, для закрепления навыка «школы мяча», а систематически для развития физических качеств, совершенствования техники выполнения основных движений и формирования личностных качеств.

По окончании эксперимента, процентный рост детей, выбывших из группы «часто болеющих детей» изменился в сторону увеличения. Так если в начале проведения формирующего эксперимента (сентябрь 2012 г.) в старшей группе было отмечено 79 % часто болеющих детей, к маю 2013 года их количество уменьшилось до 71 %, а перед выпуском из детского сада врач констатировал 67 % часто болеющих детей.

Изменение показателей двигательной подготовленности представлено в таблице 1. Точное выполнение правил игры, умение игроков без конфликтов договариваться о способах решения игровых задач, позволило значительно увеличить моторную плотность на занятиях по физической культуре. И как следствие – значительное и статистически достоверное увеличение показателей, характеризующих развитие двигательных способностей.

После внедрения программы спортивно-ориентированного воспитания получен достоверный ($P < 0,05$) прирост показателей интеллектуального развития детей (таблица 2). Получено достоверное улучшение двигательной памяти, объема внимания, оперативного мышления и умственной работоспособности. При выполнении тестовых заданий они меньше отвлекались, были сосредоточены.

Таблица 2

Изменение показателей интеллектуального развития детей дошкольного возраста в ходе эксперимента

Показатели	Результаты исследования (n = 24)	
	$\bar{X} \pm m$	t
Двигательная память, кол-во попыток;	$\frac{3,29 \pm 0,29}{2,16 \pm 0,19}$	3,26 ($P < 0,01$)
Объем внимания, кол-во предметов;	$\frac{6,95 \pm 0,24}{8,66 \pm 0,26}$	4,83 ($p < 0,001$)
Умственная работоспособность, усл. единицы;	$\frac{5,21 \pm 0,70}{6,95 \pm 0,31}$	2,27 ($p < 0,05$)
Оперативное мышление (время выполнение задания), с;	$\frac{29,96 \pm 1,47}{24,21 \pm 0,93}$	3,30 ($p < 0,01$)
Оперативное мышление, кол-во ходов;	$\frac{10,56 \pm 0,57}{8,68 \pm 0,24}$	3,02 ($p < 0,01$)

Условные обозначения: числитель – данные начала эксперимента;
знаменатель – данные окончания эксперимента.

Заключение. В ходе проведения экспериментальной работы было установлено, что дети меньше оказались подвержены влиянию простудных заболеваний. Мы считаем, что таким образом доказан оздоровительный эффект регулярных занятий спортивно-ориентированной направленности для детей в пределах проведенного эксперимента.

Экспериментально показано положительное влияние занятий спортивно-ориентированной направленности на уровень двигательной подготовленности и интеллектуального развития.

Таким образом, используемые средства и методы спортивно-ориентированного физического воспитания в дошкольном возрасте позволяют оказать на детей разнонаправленное воздействие и содействуют при этом укреплению здоровья.

Литература

1. Апциаури, Л.Ш. Спорт как социальное явление и фактор социализации личности / Л.Ш. Апциаури // Теория и практика физической культуры. – 2003. – № 1. – С. 12-14.
2. Демидова, Е.В. Вечное движение / Е.В. Демидова // Дошкольное воспитание. – 2004. – № 5. – С.32-34.
3. Родионов, В. Готовимся к школе методами физической активности / В. Родионов // Дошкольное образование: приложение к газете «Первое сентября». – 2002. – № 5. – С. 7-18.
4. Стародубцева, И.В. Оптимизация умственного развития дошкольников в условиях физического воспитания / И.В. Стародубцев // Начальная школа плюс До и После. – 2007. – № 10. – С. 93-96.
5. Шарманова, С.В. Круговая тренировка в физическом воспитании детей старшего дошкольного возраста: Учебно-методическое пособие / С.В. Шарманова. – М.: Советский спорт, 2004. – 147 с.

ИНТЕГРИРОВАННАЯ МУЗЫКАЛЬНО-ДВИГАТЕЛЬНАЯ ПОДГОТОВКА НА НАЧАЛЬНОМ ЭТАПЕ ТРЕНИРОВОК В ХУДОЖЕСТВЕННОЙ ГИМНАСТИКЕ

¹Фомина Н.А., ²Адрова Е.В.

¹Волгоградская государственная академия физической культуры
²Детско-юношеская спортивная школа № 3, г. Волгоград

В тексте статьи представлены методические и организационные особенности процесса музыкально-двигательной подготовки девочек дошкольного и младшего школьного возраста, начинающих заниматься художественной гимнастикой. Идея авторской методики заключается в реализации интегрированного подхода, что позволяет в синтезе решать общеразвивающие, оздоровительные и учебно-тренировочные задачи. Авторы выделяют 4 основные группы средств музыкально-двигательной подготовки на начальном этапе тренировки в художественной гимнастике: общеразвивающие, оздоровительные, спортивно-технические и художественно-эстетические. В качестве критериев оценки эффективности разработанной методики рассматриваются в динамике параметры физического и психического развития девочек 6 – 7 лет, их физическая и техническая подготовленность, двигательная выразительность и общий уровень здоровья.

Ключевые слова: художественная гимнастика, начальный этап тренировки, музыкально-двигательная подготовка, интеграция, общеразвивающие, оздоровительные, спортивно-технические и художественно-эстетические средства.

INTEGRATED MUSIC AND MOTOR PREPARATION AT THE INITIAL STAGE OF TRAINING IN RHYTHMIC GYMNASTICS

¹Fomina N.A., ²Adrova E.V.

¹Volgograd State Physical Education Academy
²Children and Youth Sports School № 3, Volgograd

The article presents the methodological and organizational features of musical-motor training process of girls 6 – 7 years old, engaged in artistic gymnastics. The idea of the author's method is to realize an integrated approach that can simultaneously solve the synthesis of general developing, health, educational and training objectives. The authors identify four main groups of musical-motor training in early gymnastics training: general developing, health, sports, technical, artistic and aesthetic. The criteria for evaluating the effectiveness of developed methods considered in the dynamics parameters of physical and mental development of girls 6 – 7 years, their physical and technical readiness, motor expression and overall health.

Keywords: artistic gymnastics, initial training, musical-motor training, integration, general developmental, health, sports, technical, artistic and aesthetic means.

Введение. Художественная гимнастика как вид спорта нацелена, прежде всего, на достижение спортивного результата. Однако широкий круг ее средств позволяет решать многочисленные задачи физического воспитания и оздоровления девочек различного возраста.

Начальный этап подготовки юных спортсменок дошкольного и младшего школьного возраста ориентирован в первую очередь на оздоровительно-развивающие занятия. В частности в процессе тренировок решаются немаловажные задачи оздоровления, касающиеся: расширения общего двигательного опыта, обеспечивающего успешную учебную, трудовую и бытовую деятельность; повышения уровня функционального состояния основных систем организма; комплексного развития физических качеств; формирования основных навыков поведенческого характера: осанки, походки, стиля поведения и общения; формирования культурологических и психологических качеств личности: восприятие красоты двигательных действий, управление эмоциональным состоянием, музыкальный вкус.

Многочисленный арсенал средств художественной гимнастики, вариативность подходов и приемов, применяемых при освоении техники базовых элементов, позволяют расширять двигательные возможности занимающихся, добиваться их гармоничного физического и психического развития, музыкально и эстетически воспитывать [1].

Вместе с тем, к занимающимся предъявляются и специфические требования, отражающие особенности художественной гимнастики. Уже на начальном этапе занятий гимнастики должны обладать такими координационными способностями, которые позволяют им успешно овладевать отдельными элементами и композиционными действиями без предмета и с манипулированием спортивными предметами. У начинающих гимнасток в достаточной степени должны быть развиты способности к сохранению различных равновесий статического и динамического характера [2]. Они должны быть пластичны и обладать чувством ритма, слышать музыку и согласовывать с ней свои действия. Именно такая исходная подготовленность позволяет развивать специализированные кондиции и добиваться в будущем высокого спортивного результата. Однако стремительное развитие художественной гимнастики в сторону увеличения сложности [1, 3] выполняемых элементов заставляет тренеров форсировать подготовку гимнасток.

В силу недостатка времени тренеры не в состоянии уделять достаточного внимания решению воспитательных и оздоровительных задач, которые лишь декларируются в программах детских спортивных школ. Музыкально-двигательная подготовка фактически ушла из художественной гимнастики – она представлена лишь фрагментарными уроками хореографии, которые направлены в основном на развитие специфических физических качеств («выворотности» и активной гибкости) и проводятся зачастую без музыкального сопровождения и многочисленными повторами соревновательных композиций под постоянную музыкальную фонограмму.

На наш взгляд разрешить сложившуюся ситуацию позволит поиск новых средств, методов и форм организации занятий художественной гимнастикой с учетом особенностей, возможностей и интересов девочек дошкольного и младшего школьного возраста на начальном этапе занятий. Существующая программа для ДЮСШ по художественной гимнастике (1991 г.) и методики занятий с юными гимнастками не обеспечивают в должной мере решение задач их всесторонней подготовки, развития и оздоровления. Программные разделы рассматриваются обособленно друг от друга и зачастую не отражают возрастные особенности девочек дошкольного и младшего школьного возраста. Средства музыкально-двигательного воспитания представлены в минимальном формате, как фрагментарно используемые виды упражнений с музыкальным сопровождением (хореография, соревновательные композиции). Мало внимания уделяется средствам оздоровительной и развивающей направленности.



Рисунок 1. Структура экспериментальной методики интегрированной музыкально-двигательной подготовки на начальном этапе тренировок в художественной гимнастике

Интеграция видов подготовки на основе использования традиционных и инновационных средств музыкально-двигательного воспитания может стать решающим в возвращении художественной гимнастике артистизма, эмоциональности, музыкальной вы-

разительности [2, 3]. А задача им оздоровительной направленности за счет использования специальных средств и методических приемов поможет эффективно решать задачи укрепления функционального состояния организма [4].

Методика. На основании предварительных исследований, изучения научно-методической литературы и программно-организационной документации, а также передового опыта ведущих тренеров по художественной гимнастике была разработана методика музыкально-двигательной подготовки, обеспечивающей интегрированное решение взаимосвязанных задач – развивающих, учебно-тренировочных и оздоровительных (рис. 1).

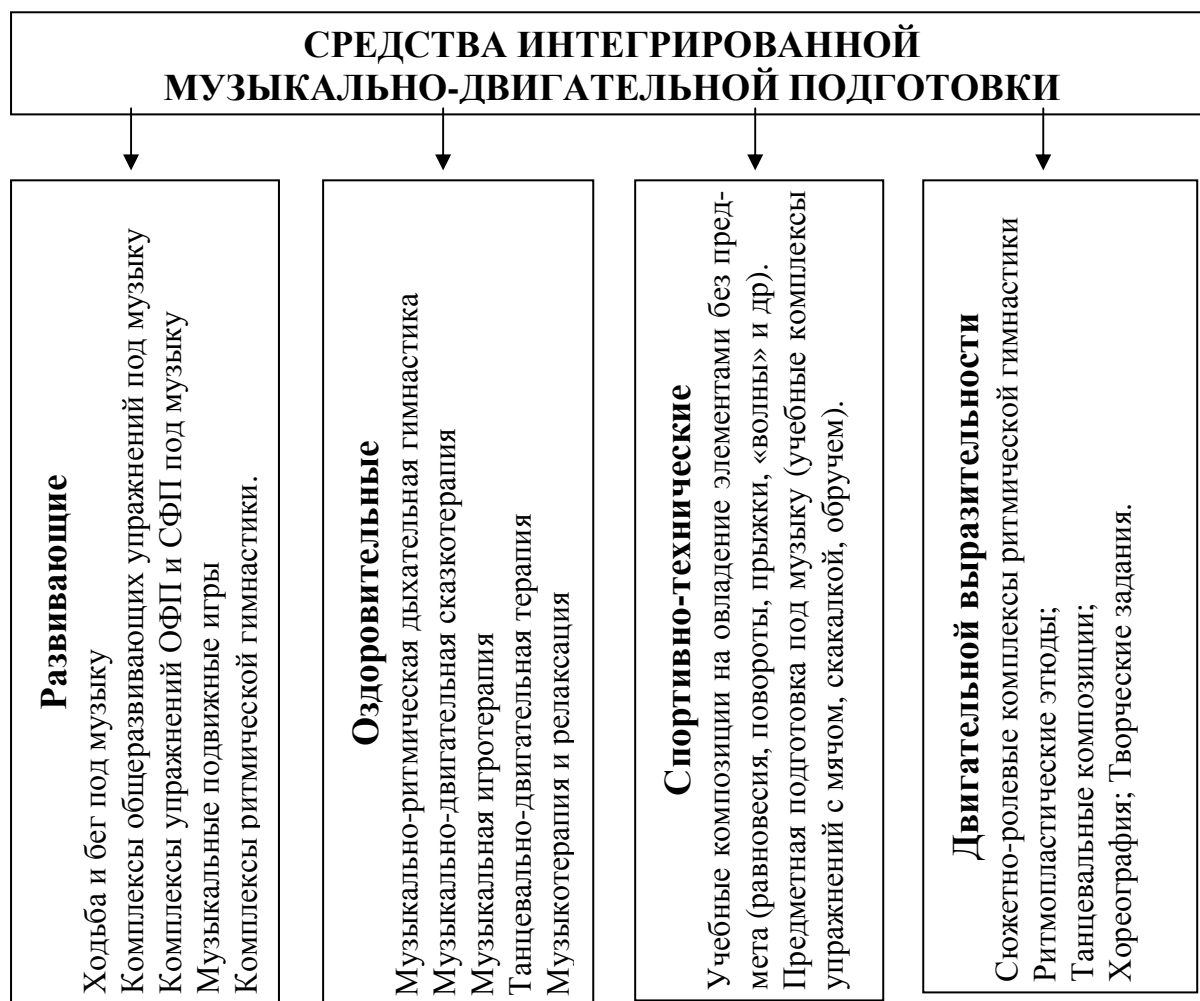


Рисунок 2. Основные средства авторской методики

К *общеразвивающим задачам* относятся: формировать интерес девочек к занятиям художественной гимнастикой; способствовать гармоничному физическому и психическому развитию девочек 6 – 7 лет с учетом их возрастных особенностей и зоны ближайшего развития; способствовать двигательному развитию девочек; развивать двигательную выразительность, учить создавать художественные музыкально-двигательные образы; развивать музыкально-двигательные способности.

К *оздоровительным задачам*: способствовать повышению функциональных возможностей организма занимающихся, обеспечивающих общеоздоровительный эффект; учить использовать упражнения оздоровительной направленности в повседневной жизни.

К учебно-тренировочным задачам: развивать специфические для художественной гимнастики физические качества и координационные способности; формировать специальные двигательные умения и навыки в упражнениях без предмета и с предметами; формировать музыкально-двигательные умения и навыки.

В связи с этим нами были выделены 4 основные группы средств музыкально-двигательной подготовки (рис. 2): развивающие, оздоровительные, спортивно-технические и двигательной выразительности.

К группе **развивающих** средств относятся доступные для детей 6 – 7 лет: ходьба и бег под музыку, комплексы общеразвивающих упражнений под музыку, комплексы упражнений ОФП и СФП под музыку, музыкальные подвижные игры, комплексы ритмической гимнастики.

В группе **оздоровительных средств** можно выделить: музыкально-ритмическую дыхательную гимнастику, музыкально-двигательную сказкотерапию, музыкальную игротерапию, танцевально-двигательную терапию, музыкотерапию и релаксацию.

Спортивно-техническими средствами являются: учебные композиции на овладение элементами без предмета (равновесия, повороты, прыжки, «волны» и др.), предметная подготовка под музыку (учебные комплексы упражнений с мячом, скакалкой, обручем).

К **средствам двигательной выразительности** отнесены: сюжетно-ролевые комплексы ритмической гимнастики [4], ритмопластические этюды, танцевальные композиции; хореография, творческие задания.

В процессе спортивной тренировки используются различные методы обучения, воспитания, спортивной тренировки. Среди них выделяются: словесные и наглядные методы, игровой, метод строго-регламентированного упражнения, методы согласования движений с музыкой. При подборе методов мы следили за тем, чтобы они обеспечивали решение поставленных задач, соответствовали общедидактическим принципам, а также специальным принципам спортивной тренировки, возрастным и половым особенностям девочек, их квалификации и подготовленности.

Заключение. Эффективность использования средств и методов интегрированной музыкально-двигательной подготовки была выявлена в ходе эксперимента, продолжавшегося с сентября по май 2010 года, в ходе которого было установлено, что использование интегрированного подхода в процессе тренировки юных гимнасток способствовало:

- значительному улучшению их функционального состояния, выражающегося в высоких приростах результатов жизненной емкости легких (ЖЕЛ) и нагрузочной пробы Мартинэ ($P < 0,05$) и достоверными различиями межгрупповых показателей экспериментальной и контрольной групп ($P < 0,05$);

- приросту показателей физической подготовленности (достоверный прирост в экспериментальной группе отмечен по показателям быстроты (бег 30 м), скоростной силы (прыжок в длину с места), силы (подъем туловища из положения лежа на спине), статического равновесия, выносливости;

- быстрому развитию координационных способностей, таких как ритмичность, согласованность и дифференцировка двигательных действий, чувство равновесия ($P < 0,05$);

- эффективному развитию двигательной выразительности ($P < 0,05$);

- более высокому уровню развития по сравнению с контрольной группой познавательных процессов (внимания, памяти, воображения, мышления): в экспериментальной группе - высокий уровень (8 баллов и выше), в контрольной – средний (6 баллов);

- улучшению уровня здоровья (по показателям дней пропущенных по болезни и совокупности исследуемых показателей физического и психического развития девочек 6 – 7 лет).

Таким образом, подтвердилась рабочая гипотеза предполагающая, что организация тренировочного процесса с использованием авторской методики интегрированной музыкально-двигательной подготовки на начальном этапе занятий художественной гимнастикой будет способствовать более эффективному решению не только учебно-тренировочных, но общеразвивающих и оздоровительных задач.

Литература

1. Винер, И.А. Подготовка высококвалифицированных спортсменок в художественной гимнастике: автореф. дис. ... канд. пед. наук / И.А. Винер. – СПб., 2003. – 20 с.
2. Караватская, Н.А. Методика формирования навыков двигательной выразительности в художественной гимнастике : автореф. дис. ... канд. пед. наук / Н.А. Караватская. – Смоленск, 2002. – 20 с.
3. Карпенко, Л.А. Методика составления произвольных комбинаций, формирования творческих умений и музыкально-двигательной подготовки в художественной гимнастике : метод. рекомендации / Л.А. Карпенко. – СПб.: С.-Петерб. гос. акад. физ. культуры им. П.Ф. Лесгафта, 1994. – 30 с.
4. Фомина, Н.А. Сюжетно-ролевая ритмическая гимнастика в детском саду: учебное пособие / Н.А. Фомина, С.Ю. Максимова, Е.П. Прописнова. – Волгоград: ФГОУВ-ПО «ВГАФК», 2007. – 244 с.

ВОПРОСЫ АДАПТИВНОЙ ФИЗИЧЕСКОЙ КУЛЬТУРЫ

ПРИНЦИПЫ АДАПТИВНОГО ФИЗИЧЕСКОГО ВОСПИТАНИЯ ДЕТЕЙ ДОШКОЛЬНОГО ВОЗРАСТА С ЗАДЕРЖКОЙ ПСИХИЧЕСКОГО РАЗВИТИЯ

Максимова С.Ю.

Волгоградская государственная академия физической культуры

В статье рассматриваются ведущие, ключевые положения организации процесса адаптивного физического воспитания детей дошкольного возраста с задержкой психического развития. Автором выделяется в качестве ведущего принцип обеспечения единства физического и психического развития детей в процессе двигательной подготовки. Так же, как необходимые, в статье представлены принципы общей дидактики, специальной педагогики и физического воспитания. Автором подчеркивается их взаимосвязь и единство воздействия в процессе достижения цели педагогического воздействия адаптивного физического воспитания детей с задержкой психического развития.

Ключевые слова: дети с задержкой психического развития, принципы адаптивного физического воспитания, единство физического и психического развития.

THE PRINCIPLES OF ADAPTIVE PHYSICAL EDUCATION OF PRE-SCHOOL AGE CHILDREN WITH MENTAL RETARDATION

Maximova S.Y.

Volgograd State Physical Education Academy

The article examines the leading, the core of the organization of the process of adaptive physical education of pre-school children with mental retardation. The author points out as the leading principle of providing the unity of the physical and mental development of children in the process engine enforcement training. Just as the necessary, the article presents the principles of general didactics, special education and of physical education. The author emphasizes the unity of their relationship and influence in the process of achieving the goal of pedagogical impact on adaptive physical education of children with mental retardation.

Keywords: children with mental retardation, the principles of adaptive physical education, the unity of the physical and mental development.

В дидактике под принципом понимается выражение педагогической концепции, данное в категориях деятельности. Так же это знание о целях, сущности, содержании и структуре обучения, сформулированное в форме, позволяющей использовать их в качестве регулятивных норм практики [1, 2].

Поскольку дидактика есть неотъемлемая часть педагогики, то и дидактические принципы предназначаются не только задачам обучения, но и воспитания, и развития. В свете преломления данных положений в области адаптивного физического воспитания дошкольников с задержкой психического развития (ЗПР), основные принципы организации практики, дополнительно к вышеуказанным, служат еще и коррекционным целям [3, 4].

В представленной концепции педагогические принципы целесообразнее рассматривать с позиции их взаимосвязи, всеобщности характера, устанавливающего содержание и реализацию педагогического процесса. Это позволяет строже учитывать конкретные условия обучения, совершать их учет на основе мобильного использования вытекающих из принципов взаимообусловленных требований, правил и подбора соответствующих обстоятельствам методов. Такая система принципов разрешает целостно рассматривать образовательный процесс и открывает возможность комплексного подхода к его модернизации (рисунок 1).

Ведущим системообразующим принципом в концепции является принцип единства физического и психического развития. Он выражает ведущую цель функционирования педагогической системы, связывает воедино основные педагогические категории – обучение, воспитание, коррекцию, определяя их соподчиненность.

Суть принципа заключается в том, что педагогические воздействия должны быть направлены на активное физическое и психическое развитие детей с ЗПР, формирование их личностных интеллектуальных характеристик, на преодоление, сглаживание, выравнивание, ослабление имеющихся у них физических и психических недостатков.

Реализация этого принципа ориентирует построение педагогического процесса с установкой на общие образовательные ориентиры, а так же цели коррекции отклонений психического развития.

Ведущий принцип взаимосвязан с **принципом социокультурной соотнесенности.** Он выражает требование строить образовательный процесс для дошкольников с ЗПР в соответствии с законами окружающей ребенка природной и социальной среды. Его реализация ориентирует на создание положительной социальной позиции ребенка с отклонениями в психической сфере.

Принцип научности и связи теории с практикой предполагает организацию педагогического процесса, базирующегося на достижениях различных областей науки (физиологии, психологии, социологии, медицины). В нем содержатся ориентировки на соответствие основным образовательным ориентирам современной педагогики. Так **гуманистическая направленность** предполагает: учет естественных, социальных и образовательных потребностей детей дошкольного возраста с ЗПР, обусловленных особенностями их дизонтогенеза; направленность на всестороннее развитие детей в ходе двигательной активности, совершенствование личности, формирование физической готовности к жизни.

Принцип систематичности и системности включает в себя важные требования логичности, последовательности и преемственности в изложении знаний. Это позволяет каждому последующему этапу педагогического процесса базироваться на предшествующем и продолжать его. Системность выражается в требованиях организации педагогического процесса как целостного и неразрывного явления.

Принцип компенсаторной направленности обучения состоит в том, чтобы с помощью специально подобранных физических упражнений, методов и методических приемов стимулировать компенсаторные процессы в поврежденных структурах детей дошкольного возраста с ЗПР за счет активизации сохранных функций, создавая со временем устойчивую долговременную компенсацию.

Принцип дифференциации и индивидуализации предполагает организацию педагогического процесса на основе учета индивидуальных и общегрупповых особенностей воспитуемых. У детей дошкольного возраста с ЗПР это возможно путем распределения их на относительно однородные группы в соответствии с характеристиками обучаемости и состояния здоровья, социального развития. Индивидуализация педагогического развития предполагает ориентирование на конкретные способности и возможности каждого ребенка.



Рисунок 1. Принципы педагогической системы адаптивного физического воспитания детей дошкольного возраста с задержкой психического развития

Деятельностный принцип коррекции предполагает построение образовательного процесса в соответствии с ведущим видом деятельности детей дошкольного возраста – сюжетно-ролевой игрой. Это обуславливает организацию и проведение занятий на игровой основе, использование игровых методов в малых формах адаптивного физи-

ческого воспитания. Коррекционная направленность этого процесса ориентирует использование музыкально-игровых занятий с целью коррекции психической сферы детей.

Принцип диагностирования, учета возрастных особенностей, зоны ближайшего развития ориентирует на необходимость использования в практической работе результатов комплексного изучения детей с ЗПР, выявленных особенностей задержек развития, характеристик соматического здоровья, нарушений двигательного характера. Принцип учета зоны ближайшего развития предполагает ориентацию педагогического процесса на такой уровень подготовки, который бы обеспечил детям с ЗПР полноценную деятельность по окончании образовательного процесса. В рамках дошкольного воспитания весь педагогический процесс имеет направленность на подготовку к школьному обучению.

Принцип сознательности и активности ориентирует на необходимость осуществления педагогического воздействия на фоне заинтересованности детей в предстоящей двигательной музыкально-игровой деятельности, их активном сознательном участии и осознании важности выполняемой работы.

Принцип наглядности, доступности и прочности ориентирует на построение процесса обучения детей с опорой на сенсорное восприятие. Соблюдение этого принципа является достаточно важным, поскольку опора на зрительные ориентиры позволяет более эффективно решать задачи обучающего и коррекционного характера. Доступность ориентирует на использование в коррекционно-оздоровительном процессе разнообразных средств физической культуры, соответствующих возрасту дошкольников с ЗПР и вызывающих адекватные психофизические реакции.

Принцип создания положительной мотивации и благоприятного эмоционального климата регулирует коммуникативную сторону обучения, характер взаимоотношений в детском коллективе, разрешает деловое сотрудничество между педагогом и воспитанниками, создания атмосферы доверия и доброжелательности.

Принцип сочетания индивидуальных и коллективных форм обучения раскрывает организационную сторону педагогического процесса. Он указывает на необходимость индивидуальных коррекционных занятий с детьми, имеющими стойкие нарушения психофизической сферы. Сочетание индивидуальных и коллективных форм обучения обеспечит наиболее высокий результат коррекционно-педагогической работы.

В представленной системе принципов каждый из них действителен только при условии всех остальных. Они не просто взаимосвязаны и дополняют друг друга, их взаимодействие выступает как действие и преломление каждого из принципов через все другие.

Литература

1. Блауберг, И.В. Системный подход как современное общенаучное направление / И.В. Блауберг, Б.Г. Юдин // Диалектика и системный анализ. – М.: Наука, 1986. – 300 с.
2. Гонеев, А.Д. Основы коррекционной педагогики: учеб. пособие для студ. высш. пед. учеб. заведений / А.Д. Гонеев, Н.И. Лифинцева, Н.В. Ялпаева; под ред. Л.П. Сластёнина. – 3-е изд., перераб. – М.: Издательский центр «Академия», 2004. – 272 с.
3. Евсеев, С.П. Технологии физкультурно-спортивной деятельности в адаптивной физической культуре: учебник / С.П. Евсеев, О.Э. Евсеева. – М.: Советский спорт, 2013. – 388 с.
4. Малофеев, Н.Н. Единая концепция специального федерального государственного стандарта для детей с ограниченными возможностями здоровья: основные положения / Н.Н. Малофеев, О.С. Никольская, О.И. Кукушкина, Е.Л. Гончарова // Альманах института коррекционной педагогики. – 2010. – № 14. – С. 23-30.

МЕДИКО-БИОЛОГИЧЕСКИЕ АСПЕКТЫ ФИЗИЧЕСКОГО ВОСПИТАНИЯ И СПОРТИВНОЙ ТРЕНИРОВКИ

ОСОБЕННОСТИ АДАПТИВНЫХ ВОЗМОЖНОСТЕЙ ОРГАНИЗМА СТАРШИХ ШКОЛЬНИКОВ С НАРУШЕНИЯМИ ФУНКЦИИ ЖЕЛУДОЧНО-КИШЕЧНОГО ТРАКТА И РАЗЛИЧНЫМИ РЕЖИМАМИ ДВИГАТЕЛЬНОЙ АКТИВНОСТИ

Богачёв А.Н.

Волгоградская государственная академия физической культуры

Обследовано 210 старших школьников с хронической патологией системы пищеварения и различными двигательными режимами. Для оценки адаптивных возможностей организма использовали наиболее информативные показатели состояния ведущих функциональных систем и уровня физической работоспособности. Были выявлены взаимосвязи между морфо-функциональными показателями, состоянием здоровья и двигательной активностью.

Ключевые слова: уровень здоровья, уровень двигательной активности, функциональное состояние, адаптивные возможности, физическая работоспособность.

THE PECULIARITIES OF ADAPTIVE ABILITIES OF TEENAGERS ORGANISM WITH BREACH OF GASTRIC-INTESTINAL SYSTEM AND DIFFERENT REGIMES OF MOVEMENT ACTIVITY.

Bogachev A.N.

Volgograd State Physical Education Academy

210 teenagers with chronic breach of gastric-intestinal system and different regimes of movement activity were inspected. The most informative indexes which evaluate the functional condition of the most important body's systems and the level of physical capacity for work were used for valuation of teenager's adaptive possibilities. The correlation between indexes of physical development, health's level and the level of movement activity were found.

Keywords: health levels, levels of movement activity, functional condition, abilities of adaptation, physical working capacity.

Введение. В структуре заболеваемости старших школьников распространённость гастроэнтерологической патологии по данным различных авторов составляет от 9% до 13% [8]. Заболевания желудочно-кишечного тракта (ЖКТ), как правило, являются причиной ограничения двигательной активности ребенка, что часто бывает необоснованным и ведет к нарушению развития, неполной реализации функциональных возможностей, снижению уровня функционального резерва [2]. Двигательная активность ребенка является одним из важных факторов, влияющих на состояние его здоровья. Однако, на данный момент современные здоровьесберегающие технологии, применяемые в процессе физического воспитания школьников, не имеют достаточного физиологического обоснования. Привлечение современных эффективных, физиологически обоснованных тех-

нологий в процессе физического воспитания школьников позволит расширить диапазон адаптивных возможностей организма [5, 6]. Именно поэтому особенно важным представляется изучение адаптивных возможностей организма учащихся старших классов с нарушениями функционирования ЖКТ в условиях различных режимов двигательной активности. Наибольшую актуальность эта проблема приобретает в связи с тем, что старший школьный возраст, который, являясь «критическим» периодом в окончательном становлении организма, определяет состояние здоровья в зрелом возрасте [1]. Таким образом, решение проблемы повышения уровня здоровья старшеклассников, предусматривает необходимость разработки и создания функциональных предпосылок для получения оптимального оздоровительного эффекта в процессе физического воспитания. В этом аспекте усилия ученых должны быть направлены на поиск новых средств и методов совершенствования адаптационных механизмов. В частности привлечение современных эффективных, физиологически обоснованных технологий в процессе занятий адаптивной физической культурой [4].

Целью настоящего исследования явилось изучение адаптивных возможностей организма учащихся старших классов с хронической патологией желудочно-кишечного тракта (ЖКТ) и различными режимами двигательной активности, а также физиологическое обоснование подхода к их оптимизации в процессе физического воспитания.

Организация и методы исследования. Всего под наблюдением находилось 210 детей старшего школьного возраста (106 девочек и 104 мальчика) в возрасте от 15 до 18 лет. Среди них группу без отклонений в состоянии здоровья (контрольная) составили 97 человек, а группу с нарушением здоровья (хронические заболевания ЖКТ) – 113 человек.

Уровень двигательной активности обследуемых определялся методикой физического воспитания: по программе основной группы (высокий уровень), подготовительной группы (средний уровень – 60 чел.) и специальной медицинской группы (низкий уровень – 53 чел.).

Для комплексной оценки функционального состояния старших школьников были отобраны 17 наиболее информативных показателей, характеризующих адаптивные возможности организма и его физическую работоспособность. Адаптивные возможности организма определялись по уровню физического развития (рост, вес, индекс Кетле-2, окружность грудной клетки и ее экскурсия, сила кисти), функционального состояния аппарата внешнего дыхания (жизненная емкость легких, проба Штанге, индекс Скибинского) и сердечно-сосудистой системы (частота сердечных сокращений, артериальное давление, среднее гемодинамическое давление, показатель двойного произведения, систолический и минутный объем крови, вегетативный индекс Кердо). Общая физическая работоспособность оценивалась по результатам пробы Руфье [2, 7].

Результаты и их обсуждение. Анализ антропометрических показателей у старших школьников без отклонений в состоянии здоровья соответствовал среднестатистическим возрастным значениям. Одновременно рост здоровых мальчиков был на 3% выше, чем у девочек. Длина тела у мальчиков с низким уровнем двигательной активности оказалась на 4% больше, чем у школьников среднего двигательного режима и здоровых детей. Длина тела у девочек с отклонениями в состоянии здоровья не зависела от уровня двигательной активности и не имела достоверных различий с группой здоровых детей. В тоже время масса тела у мальчиков была на 12% выше, чем у девочек и не зависела от состояния здоровья и двигательной активности.

Росто-весовой индекс Кетле-2 у всех обследованных независимо от состояния здоровья и двигательной активности соответствовал гармоничной оценке физического развития. Однако у здоровых мальчиков изучаемый показатель превышал таковой у девочек на 10%, что обусловлено их гендерными особенностями. Это подтвердили и ре-

зультаты кистевой динамометрии. Так сила кисти у здоровых мальчиков превышала таковую у девочек на 63%.

В тоже время сила кисти у детей в контрольной группе оказалась достоверно выше, чем у мальчиков и девочек с нарушениями здоровья (не зависимо от их двигательной активности), на 38% и 18%, соответственно.

Значения окружности грудной клетки (ОГ) в большей степени зависели от половой принадлежности и состояния здоровья, чем от особенностей двигательного режима. В частности ОГ в покое у здоровых девочек оказалась ниже, чем у мальчиков на 4,5%. У мальчиков с отклонениями в работе ЖКТ при среднем и низком режиме двигательной активности изучаемый показатель был, соответственно, на 10% и 5% ниже, чем у здоровых школьников. У девочек подобных различий выявлено не было. Одновременно значения экскурсии грудной клетки (ЭГ) достоверно не отличались во всех группах обследования.

Аналогичные результаты имели место при изучении значений жизненной емкости легких (ЖЕЛ) у старших школьников. Так ЖЕЛ здоровых девочек оказалась на 25% ниже, чем у мальчиков. В тоже время у мальчиков с нарушениями состояния здоровья (не зависимо от двигательного режима) изучаемый показатель был на 21% ниже относительно здоровых школьников. В то время как среди обследованных девочек подобных закономерностей выявлено не было.

Сравнение времени задержки дыхания на вдохе у всех обследуемых указало на отставание изучаемого показателя относительно возрастного норматива в 1,5 раза. В тоже время у здоровых девочек результаты пробы Штанге были на 25% хуже, чем у мальчиков. При этом результаты пробы Штанге зависели от уровня двигательной активности и состояния здоровья. В частности у здоровых старшеклассников время задержки дыхания на вдохе было на 35% меньше, чем у детей с нарушениями функционирования ЖКТ и не зависело от двигательного режима.

Полученные результаты подтвердил анализ индекса Скибинского, который использовали для интегративной оценки особенностей функционального состояния респираторной системы, устойчивости к гипоксии и волевых качеств детей старшего школьного возраста. Так, значения индекса Скибинского (независимо от состояния здоровья) оказались в 2 и более раз ниже средневозрастных значений. Одновременно у мальчиков изучаемый показатель был на 54% выше, чем у девочек. В тоже время значения индекса Скибинского у мальчиков и девочек с нарушениями здоровья (не зависимо от двигательной активности) были выше относительно здоровых школьников на 8% и 29%, соответственно.

Полученные результаты можно объяснить целенаправленным включением в процесс урока физической культуры в специальной медицинской и подготовительной группах большего объема дыхательных упражнений, направленных на улучшение функционального состояния бронхо-легочного аппарата и повышение устойчивости организма к гипоксии. То есть в условиях снижения функциональных резервов организма старших школьников на изучаемый показатель в большей степени оказывали влияние не уровень двигательной активности, а ее специфичность.

Выявленные между мальчиками и девочками различия изучаемых показателей, вероятно, определяются не только гендерными особенностями, но разным уровнем природной кинезофилии и мотивации к занятиям физической культурой, что указывает на необходимость более тщательного контроля за выполнением заданий в процессе урока физической культуры.

Показатели артериального давления во всех группах обследования соответствовали возрастной норме [3]. Значения систолического артериального давления (САД) у детей контрольной группы и групп старших школьников с нарушением деятельности

ЖКТ и ограничением вследствие этого двигательных режимов достоверных отличий не имели. При этом в условиях снижения функциональных резервов организма значения диастолического и среднего гемодинамического давления (ДАД, СГД) у девочек со средним уровнем режима двигательной активности по сравнению со здоровыми детьми и школьниками из группы низкого двигательного режима были, соответственно, на 9% и 6% выше. У мальчиков подобных отличий выявлено не было - во всех группах обследования значения ДАД и СГД достоверно не отличались.

У здоровых детей в покое ЧСС имела более низкие значения относительно мальчиков и девочек со сниженным уровнем здоровья и двигательной активности на 11% и 16%, соответственно. В то время как особенности двигательного режима старшеклассников существенного влияния на значения ЧСС в покое не оказывали. На высоте физической нагрузки (проба Руфье) во всех группах обследования ЧСС не имела достоверных различий. В тоже время через одну минуту восстановления в контрольной группе ЧСС возвращалась к исходным значениям, тогда как у мальчиков и девочек с ограничениями двигательной активности, обусловленной состоянием здоровья, зафиксировано недовосстановление пульса на 25% и 23%, соответственно.

Показатель двойного произведения (ПДП), косвенно отражающий уровень максимального потребления кислорода (МПК), в контрольной группе соответствовал средним возрастным значениям у мальчиков и выше среднего – у девочек, что указывает на более экономный режим функционирования сердечно-сосудистой системы. В тоже время при нарушениях со стороны здоровья и ограничении двигательной активности ПДП оценивался, как средний и ниже среднего. Так, у мальчиков и девочек хроническими заболеваниями ЖКТ (независимо от двигательного режима) этот показатель оказался хуже на 18% и 15% относительно здоровых школьников.

Величины систолического объема крови (СОК) в контрольной группе (не зависимо от пола) достоверно были на 34% ниже средневозрастных значений. При этом у девочек с нарушениями здоровья в условиях среднего уровня двигательной активности они оказались на 19% выше относительно контрольной группы, а при низкой физической активности не имели достоверных отличий от значений здоровых детей. В тоже время у мальчиков во всех группах обследования значения СОК достоверно не отличались.

Минутный объем крови (МОК) в контрольной группе соответствовал возрастной норме и был ниже, чем у детей с нарушениями здоровья при среднем уровне двигательной активности на 26% у мальчиков и на 28% у девочек. В тоже время у мальчиков и девочек с низким уровнем локомоций МОК оказался достоверно ниже (относительно группы среднего двигательного режима) на 9% и 10%, а также ниже (относительно контрольной группы) на 19% и 24%, соответственно.

Выявленные различия гемодинамических показателей можно объяснить более выраженной экономизацией функционирования сердечно-сосудистой системы в условиях высокой двигательной активности и снижением экономичности регуляторной деятельности при нарушении в работе адаптационных механизмов и ограничении двигательной активности. При этом существующие методики занятий адаптивной физической культурой для старших школьников с патологией системы пищеварения не компенсируют дефицита двигательной активности организма.

Средние значения вегетативного индекса Кердо (ВИ) у мальчиков и девочек контрольной группы составили $5,4 \pm 3,6$ усл.ед. и $6,5 \pm 3,1$ усл.ед., соответственно, что свидетельствует об оптимальном состоянии вегетативного равновесия. У детей с нарушенной функцией ЖКТ значения ВИ существенно превышали таковые в группе здоровых старшеклассников, составляя при среднем уровне двигательной активности $16,9 \pm 2,9$ усл.ед. у девочек и $26,3 \pm 3,9$ усл.ед. у мальчиков, а при низком – $12,2 \pm 2,5$ усл.ед. и

22,1±3,9 усл.ед., соответственно. Приведенный факт указывает на преобладание симпатико-адреналовой активности у детей со сниженными функциональными резервами организма, особенно в условиях значительного ограничения двигательной активности.

Значения индекса Руфье (ИР) подтвердили данные об особенностях функционального состояния сердечно-сосудистой системы у детей с различным уровнем здоровья и двигательной активности. Так, общая физическая работоспособность в контрольной группе (не зависимо от пола) соответствовала средней оценке и превышала таковую у старших школьников со средним и низким уровнем двигательной активности на 38% и 266%, соответственно.

Заключение. Физическое развитие старших школьников определяется не столько адаптивными возможностями организма, уровнем двигательной активности и состоянием здоровья, сколько гендерными особенностями.

Объем специальных дыхательных упражнений и упражнений, направленных на формирование резистентности к гипоксии, реализуемых в процессе физического воспитания учащихся старших классов с нарушением функции желудочно-кишечного тракта, оказывает оптимизирующее воздействие на функциональное состояние системы дыхания. Изменение соотношения общеразвивающих и дыхательных упражнений в пользу последних в процессе физического воспитания здоровых школьников может быть рекомендовано для повышения функциональных возможностей их респираторной системы.

Занятия физической культурой в специальной и подготовительной группах старших школьников с нарушением функции ЖКТ не обеспечивают достаточного уровня двигательной активности, что отражается на состоянии сердечно-сосудистой системы и физической работоспособности.

Ограничение двигательной активности в условиях снижения функции системы пищеварения в старшем школьном возрасте приводит к преобладанию симпатических влияний, обуславливающее дополнительное напряжение в работе регуляторных механизмов, что отражается на состоянии адаптивных возможностей организма и может привести к ухудшению состояния здоровья.

Литература

1. Айвазова, З.Н. Комплексное социально-гигиеническое исследование состояния здоровья детей в условиях крупного города: Автореф. дисс. ... канд. мед. наук / З.Н. Айвазова. – М., 2007. – 26 с.
2. Богачев, А.Н. Особенности адаптивных возможностей организма подростка в условиях снижения функциональных резервов и различных режимов двигательной активности: Автореф. дисс. ... канд. мед. наук / А.Н. Богачев. – Волгоград, 2011. – 24 с.
3. Бурдюкова, Е.В. Гендерно-возрастные особенности развития и дезадаптации школьников к физической нагрузке: Автореф. ... дисс. канд. мед. наук / Е.В. Бурдюкова. – М., 2012. – 23 с.
4. Баевский, Р.М. Изучение кардио-респираторных расстройств у человека при длительной гипокинезии и перспективы дальнейших исследований применительно к проблеме стабилизации и укрепления здоровья населения: Доклад на Ученом Совете ГНЦ РФ ИМБП РАН 23 мая 2002 / Р.М. Баевский, В.М. Михайлов. – М., 2002.
5. Линник, М.А. Сравнительный анализ изменения показателей сердечно-сосудистой системы, физической работоспособности и сенсомоторной реакции у юношей с разным уровнем двигательной активности: Автореф. дисс. ... кандидат биолог. наук / М.А. Линник. – Тюмень, 2005. – 19 с.

6. Мальков, М.Н. Системный анализ и управление параметрами вектора состояния организма человека при помощи физических упражнений: Автореф. дисс. ... канд. биолог. наук / М.Н. Мальков. – Сургут, 2008. – 26 с.

7. Поляков, С.Д. Мониторинг и коррекция физического здоровья школьников: методическое пособие / С.Д. Поляков. – М.: Айрис-пресс, 2006. – 96 с.

8. Патурова, С.А. Изучение состояния здоровья школьников / С.А. Патурова // Медсестра. – 2011. – №2. – С. 8-12.

ОСОБЕННОСТИ ОРТОСТАТИЧЕСКИХ РЕАКЦИЙ У ДЕВОЧЕК-ГИМНАСТОК 6 – 7 ЛЕТ НА НАЧАЛЬНОМ ЭТАПЕ СПОРТИВНОЙ ПОДГОТОВКИ

Титкова Ж.С.

Волгоградская государственная академия физической культуры

Уровни гемодинамических изменений при нагрузке, адаптация к физической нагрузке и спортивный результат зависят от типов вегетативной регуляции. Для диагностики типов вегетативной регуляции используются методы, в основе которых лежит регистрация кардиоритмограммы. В сочетании с ортостатической пробой данные методы являются доступными и информативными для выявления типов реакции на физическую нагрузку и профилактики перетренированности.

Ключевые слова: вегетативная регуляция, вариабельность сердечного ритма, ортостатическая проба, фотоплетизмография, спектральный анализ, адаптация, физическая нагрузка, детский спорт, спортивная гимнастика.

THE FEATURES OF ORTHOSTATIC REACTIONS OF GIRLS-GYMNASTS 6-7 YEARS AT THE BEGINNING OF SPORTS TRAINING

Titkova J.S.

Volgograd State Physical Education Academy

Levels of hemodynamic changes under load, adaptation to physical exercise and athletic performance depends on the types of autonomic regulation. For diagnosis of autonomic regulation we use the methods which are based on registration and interpretation cardiorythmograms. Combined with the tilt test, these methods are accessible and informative for identifying types of autonomic regulation and predicting sports results.

Keywords: autonomous regulation, heart rate variability, orthostatic test, photoplethysmography, spectral analysis, adaptation, exercise, children's sports, gymnastics.

Введение. Современный детский спорт предъявляет чрезвычайно высокие требования к организму ребёнка. Чрезмерная физическая нагрузка ведёт к расстройству вегетативной регуляции и уже на начальных этапах спортивной тренировки может быть причиной перетренированности организма [7]. Вместе с тем, типам вегетативной регуляции соответствуют определённые уровни развития физических качеств [6], что может быть использовано для прогнозирования спортивных результатов у спортсменов. Поэтому особое внимание на этапе спортивного отбора необходимо уделить диагностике исходного состояния систем регуляции и адаптации будущего спортсмена [1].

В качестве доступного, безопасного и информативного метода применяется тес-

тирование variability сердечного ритма (ВСР) [2, 5, 6, 7] с нагрузкой в виде ортостатической пробы. Данная проба является четким отражением процессов нервно-сосудистого гомеостаза, позволяет выявить неблагоприятные гемодинамические реакции в ответ на нагрузку [3].

Целью данной работы явилось изучение вегетативного баланса и возможных гемодинамических сдвигов при ортостатической пробе у представительниц спортивной гимнастики на начальном этапе подготовки для профилактики патологических состояний у детей и прогнозирования спортивных результатов.

Методика исследования. В исследовании приняло участие 20 спортсменок в возрасте от 5 лет 9 мес. до 7 лет 3 мес. Обследование проводилось в утренние часы с октября по ноябрь 2012 года. В положении лёжа после 10-минутного отдыха производилась 5-минутная запись фотоплетизмографии с помощью программно-аппаратного комплекса "BIOMOUSE исследовательская" лаборатории Neuromed (Москва) [4]. После активного перехода в положение стоя в течение 5 мин. снова производилась запись ФПП. Анализ ВСР заключался в изучении таких показателей кардиоинтервала как: частота пульса ЧП, средне-квадратичное отклонение (СКВ), мода, амплитуда моды (АМо), вариационный размах (ВР), коэффициент вариации (КВ), индекс вегетативного равновесия (ИВР=АМо/ВР), вегетативный показатель ритма (ВПП=1/Мо*ВР), индекс напряжения регуляторных систем (ИН=АМо/2ВР*Мо), показатель активности процессов регуляции (ПАПР=АМо/Мо), а также показателей спектрального анализа: LF (низкочастотный компонент), HF (высокочастотный компонент) и соотношение LF/HF [2].

Результаты исследований. Все дети были разделены на группы по величине ИН [2] в положении лёжа: 4 человека с ИН 30-100 у.е. имели исходно нормотонический уровень вегетативной регуляции, 10 человек с ИН 100-150 у.е. с симпатикотонической регуляцией и 6 девочек с гиперсимпатикотонической при ИН больше 150 у.е. Анализ ВСР выявил следующие закономерности. При переходе из положения лёжа в положение стоя отмечалось усиление централизации вегетативной реакции в виде увеличения ИН с нормотонических ($79,5 \pm 10,78$ у.е.) до симпатикотонических ($144 \pm 27,44$ у.е.) величин в первой группе (НТ). Во второй (СТ) произошло возрастание индекса напряжения с $127,2 \pm 10,99$ у.е. ($p=0,05$) до $228,8 \pm 79,67$ у.е. ($p=0,08$). Т.к. ортостатическая реакция является отражением механизмов регуляции процессов адаптации, то справедливо полагать, что такие же сдвиги нейрогуморального гомеостаза происходят и на физическую нагрузку. В группе 3 (ГСТ) с уровнем ИН в диапазоне гиперсимпатикотонических значений ($228 \pm 84,71$ у.е.), ($p=0,1$) у одной спортсменки произошло возрастание ИН от 280 у.е. в положении лёжа до 460 у.е. стоя. Парадоксальная реакция на ортостаз в виде снижения ИН с 835 у.е. до 437 у.е. отмечалась у 1 девочки с высоким уровнем спортивного мастерства. По-видимому, данный результат говорит об экономичности реагирования нервно-сосудистого гомеостаза, что достигается многолетней (2 – 3 года) тренировкой [5].

По остальным показателям отмечались ожидаемые результаты. В группе 1 с исходным нормотоническим тонусом в положении лёжа отмечались более низкие, чем в других группах, показатели средней частоты пульса ($84,26 \pm 7,88$ уд.мин.); АМо ($31,79 \pm 1,07\%$), как индикатора симпатического влияния; ИВР ($107,5 \pm 14,7$), смещённого в сторону парасимпатической активности; ПАПР ($47 \pm 1,96$), отражающего активность парасимпатического влияния на функционирование синоатриального узла; ВПП (5 ± 0), характеризующего активность автономного контура регуляции ($p=0,05$). Повышенными показателями характеризовались такие индикаторы парасимпатической активности, как ВР ($296,57 \pm 29,1$ мс), Мо (675 ± 0 мс) и КВ ($10,06 \pm 3,17\%$), ($p=0,05$). При переходе в ортостатическое положение происходило смещение цифровых значений в сторону увеличения симпатического влияния. Возросло среднее значения ЧСС до $93,26 \pm 3,88$ уд.мин., это на 10,68% чаще исходного значения, средний кардиоинтервал уменьшился на 9,82%

(643,67±26,81мс), мода – на 7,41% (625±0мс), а амплитуда моды возросла на 48,12% (47,09±6,14%). Вариационный размах и коэффициент вариации уменьшились на 11,58 (262,24±15,66мс) и 26,28% (7,42±0,83%) соответственно, (p=0,05). Спектральный анализ показал следующее распределение волновых характеристик: в положении лёжа среднее соотношение LF/HF как 1:4,2, (18,95±6,76% и 81,05±6,76 соответственно). В ортостатическом положении доля низкочастотных колебаний возросла на 57,52% и соотношение LF/HF изменилось до 1:2,3, (29,85±4,61% и 70,15±4,61 соответственно), (p=0,05).

Таблица 1

**Результаты исследования особенностей ортостатических реакций
у девочек-гимнасток 6 – 7 лет**

Тип ВР	Положение тела	ИН	ЧП, уд/мин	ВР, мс	КВ, %	Мо, мс	АМо, мс	ИВР	ПАПР	ВПР	HF, %	LF, %	L/H
НТ	Лёжа	79,50	84,26	296,57	10,06	675,00	31,79	107,50	47,00	5,00	81,05	18,95	0,24
	Стоя	144,00	93,26	262,24	7,42	625,00	47,09	180,50	75,00	6,00	70,15	29,85	0,43
СТ	Лёжа	127,20	95,16	242,28	7,73	625,00	38,40	159,20	61,20	6,80	57,00	43,00	0,86
	Стоя	228,80	109,11	210,29	7,10	535,00	48,60	238,00	92,80	9,00	52,60	47,40	1,29
ГТ	Лёжа	430,67	108,48	154,36	5,52	558,33	59,38	442,00	112,67	13,00	58,93	41,07	0,72
	Стоя	382,33	115,67	158,16	5,28	525,00	60,44	384,67	120,00	12,33	45,33	54,67	1,48

Условные обозначения:

ВР – вегетативная регуляция; НТ – нормотония; СТ – симпатикотония; ГТ – гиперсимпатикотония; ИН – индекс напряжения; ЧП – частота пульса; ВР – вариационный размах; КВ – коэффициент вариации; Мо – мода; АМо – амплитуда моды; ИВР – индекс вегетативного равновесия; ПАПР – показатель активности процессов регуляции; ВПР – вегетативный показатель ритма; LF – низкочастотный компонент спектра; HF – высокочастотный компонент спектра; LF/HF – соотношение низкочастотного и высокочастотного компонентов спектра

В группе 2 отмечались аналогичные закономерности, но изменения отмечались более интенсивные. Средняя ЧСС возросла до 109,11±7,08 мс, это на 14,66% выше исходного значения, а средний кардиоинтервал уменьшился на 12,86% до 552,19±34,26 мс.

Мода снизилась в данной группе на 14,4% ($535 \pm 48,01$ мс), а амплитуда моды – на 26,56%. ($48,6 \pm 12,44$ %). Вариационный размах и коэффициент вариации снизились до $210,29 \pm 13,2$ мс и $7,1 \pm 0,88$ %, что на 13,2 и 8,14% соответственно, ($p=0,05$). Распределение частотных характеристик имело следующий вид: в положении лёжа соотношение LF/HF как 1:1,3, ($43 \pm 11,15$ % и $57 \pm 11,15$ соответственно), при выполнении ортостатической пробы LF/HF изменяется до 1:1,1, ($47,4 \pm 13,99$ % и $52,6 \pm 13,99$ соответственно), т.е. доля низкочастотного спектра возросла на 10,23%, ($p=0,1$).

В группе 3 с изначально гиперсимпатикотоническим уровнем регуляции отмечались закономерно высокие показатели симпатической активности. Однако при ортостазе отмечено незначительное, в отличие от представителей соседних групп, увеличение показателей нервно-сосудистого гомеостаза. Так, средняя ЧСС изменилась на 6,63% с $108,48 \pm 22,18$ мс в положении лежа до $115,67 \pm 14,86$ мс в положении стоя. Средний интервал кардиоцикла снизился на 7,56%, (от $566,34 \pm 124,57$ мс до $523,54 \pm 71,81$ мс). Мода уменьшилась на 5,97% при изменении положения тела (от $558,33 \pm 117,78$ мс до 525 ± 98 мс), а её амплитуда только на 1,78% (от $59,38 \pm 23,42$ мс до $60,44 \pm 16,76$ мс). Вариационный размах в данной группе при переходе в ортостатическое положение увеличился на 2,46%, (с $154,36 \pm 50,91$ мс до $158,16 \pm 12,15$ мс), а коэффициент вариации снизился при этом на 4,47% (от $5,52 \pm 1,33$ % до $5,28 \pm 0,86$ %), ($p=0,05$). Очевидно, такие результаты можно интерпретировать как недостаточность регуляции процессов адаптации в группе с гиперсимпатикотоническим исходным уровнем вегетативной регуляции. При изучении спектрального анализа отмечено увеличение доли спектра вазомоторных влияний, а так же противоположное распределение волновых процессов при ортостазе, относительно первых двух групп. Так, в положении лёжа соотношение LF/HF имело вид 1:1,4, ($41,07 \pm 8,17$ % и $58,93 \pm 8,17$ соответственно), а при нагрузке – 1:0,8, ($54,67 \pm 16,4$ % и $45,33 \pm 16,4$ соответственно), ($p=0,1$). У одной представительницы этой группы в ортостатическом положении соотношение LF/HF имело вид 1:0,3. Т.е., изменение положения тела привело к резкой централизации кровообращения и смещению гемодинамических показателей в сторону симпатических значений.

Выводы. Ортостатическая проба является отражением процессов адаптации на физическую нагрузку. Целесообразно на этапе спортивного отбора проводить тестирование нервно-сосудистого гомеостаза для профилактики заболеваемости юных спортсменов и прогнозирования спортивных результатов. Нормотоническая регуляция является отражением баланса вегетативного влияния и обеспечивает оптимальную мобилизацию адаптационных процессов. Гиперсимпатикотонический тип вегетативной регуляции отмечен как прогностически неблагоприятный для адаптации на физическую нагрузку.

Литература

1. Агаджанян, Н.А. Учение о здоровье и проблемы адаптации / Н.А. Агаджанян, Р.М. Баевский, А.П. Берсенева. – Ставрополь: Изд-во СГУ, 2000. – С. 204.
2. Баевский, Р.М. Вариабельность сердечного ритма при использовании различных кардиографических систем (методические рекомендации) / Р.М. Баевский, Г.Г. Иванов // Вестник аритмологии. – 2001. – № 24. – С. 65-87.
3. Белова, Е.Л. Адаптация к условиям ортостатической пробы у юных спортсменов в зависимости от особенностей тренировочного процесса / Е.Л. Белова, Н.В. Румянцева // Ученые записки университета имени П.Ф. Лесгафта. – 2008. – Выпуск 3 (37). – С. 21-24.
4. Бережной, В.Е. Пульсовая волна // [Электронный ресурс] Нейролаб. URL: http://www.neurolab.ru/ru/menu/papers/pulse_wave/ (Дата обращения: 16.06.2013).

5. Берсенева, Е.Ю. Вегетативная регуляция сердечного ритма на разных этапах спортивной подготовки / Е.Ю. Берсенева // Вариабельность сердечного ритма: Теоретические аспекты и практическое применение: Тез. докл. IV всерос. симп., Ижевск, 19–21 нояб. 2008 г. – Ижевск, 2008. – С. 45-47.

6. Титкова, Ж.С. Прогностическое значение типологических особенностей адаптационных режимов у юных гимнасток 6 – 7 лет / Ж.С. Титкова, Н.Н. Захарьева // XVIII Международная научно-практическая конференция по проблемам физического воспитания учащихся «Человек, здоровье, физическая культура и спорт в изменяющемся мире» (материалы конференции) / Под ред. проф. Прокудина Б.Ф. – Коломна: Коломенский государственный педагогический институт, 2008. – С. 25-27.

7. Шлык Н.И. Об особенностях медленноволновой структуры вариабельности ритма сердца у школьников с разной исходной активностью регуляторных систем организма / Н.И. Шлык, Е.Н. Сапожникова // Науч. тр. 1-го съезда физиологов СНГ / Под ред. Р.И. Сепиашвили. Т. 1. – М.: Медицина – Здоровье, 2005. – С. 149.

СОВРЕМЕННЫЕ ПРЕДСТАВЛЕНИЯ О СПЕЦИФИЧЕСКИХ ОСОБЕННОСТЯХ ЭНЕРГООБЕСПЕЧЕНИЯ В БЕГЕ НА СВЕРХДЛИННЫЕ ДИСТАНЦИИ

Фатьянов И.А., Фатьянова Т.Е.

Волгоградская государственная академия физической культуры

В статье изложены современные представления о физиологических и биохимических механизмах энергетического обеспечения соревновательной деятельности в беге на марафонскую дистанцию. По мнению авторов статьи именно они должны являться исходной информацией при разработке и обосновании технологических подходов к формированию энергетического компонента в структуре подготовленности бегунов на сверхдлинные дистанции.

Ключевые слова: выносливость, марафон, энергетический компонент, энергообеспечение, жиры, углеводы.

MODERN CONCEPTS OF ENERGY METABOLISM IN MARATHON RUNNING

Fatyanov I.A., Fatyanova T.E.

Volgograd State Physical Education Academy

The article describes the modern understanding of the physiological and biochemical mechanisms of energy supply in the marathon. The authors believe that the study of these mechanisms will develop technological approaches to improving the energy component of marathon runners' preparation.

Keywords: endurance, marathon, energy component, the energy metabolism, fats, carbohydrates.

Введение. Бег на марафонскую дистанцию является самым длительным соревновательным упражнением беговой программы официальных состязаний по легкой атлетике (Олимпийские игры, чемпионаты мира). Энергетическое обеспечение работы такой продолжительности имеет свою специфику, понимание которой является основой для разработки методических подходов, направленных на совершенствование тренировоч-

ного процесса бегунов на сверхдлинные дистанции. Механизмы энергообеспечения мышечной работы различной интенсивности являлись предметом исследования на протяжении нескольких десятилетий. Однако проблемная ситуация состоит в том, что появляющиеся новейшие знания в области биохимии, физиологии не всегда трансформируются в конкретные методические рекомендации для тренеров и спортсменов и тем более не детализируются на уровне тренировочных программ.

Задачи и организация исследования. Основной задачей исследований на данном этапе являлось выявление максимально согласованного мнения специалистов по следующим проблемным вопросам:

- принципиальные различия специфического профиля энергообеспечения у бегунов на длинные и сверхдлинные дистанции;
- биологические механизмы позволяющие обосновать стратегию развития аэробной жировой мощности;
- биологические механизмы позволяющие обосновать стратегию увеличения запасов энергетических субстратов в организме спортсмена.

Для решения данной задачи проводился анализ литературных источников, в которых обозначенные вопросы являлись предметом исследований.

Результаты аналитического обзора.

Анализ специальной литературы позволил сделать нам определенные обобщения относительно специфики энергообеспечения мышечной деятельности при преодолении марафонской дистанции. Двумя основными источниками энергии при мышечной деятельности являются накопленные в организме жиры (триглицериды) и углеводы (гликоген и глюкоза). До тех пор пока углеводы и жир доступны мышце, они используются как субстраты аэробного энергообеспечения для поддержания мышечных сокращений. Соотношение между окисляемыми углеводами и жирами определяется мощностью аэробной работы: чем больше относительная мощность выполняемой работы, тем относительно выше энергетический вклад окисляемых углеводов и соответственно меньше вклад окисляемых жиров в общее энергообеспечение работающих мышц [4].

Мышечный гликоген является наиболее предпочтительным субстратом окисления во время интенсивной мышечной работы. Скорость его расходования находится в прямой связи с относительной мощностью работы (% МПК) и в обратной связи с содержанием в мышце. Чем больше мощность работы (сила сокращения мышц), тем выше скорость расходования мышечного гликогена. Скорость расхода углеводов мышц и печени при заданной мощности работы мышц в длительных упражнениях (до 2,5 часов) зависит от концентрации субстратов и мощности митохондриального аппарата мышечных волокон [2, 4].

Во время выполнения легкой работы при потреблении O_2 до 50% МПК (с предельной продолжительностью до нескольких часов) большая часть энергии для сокращающихся мышц образуется за счет окисления жиров. При работе на уровне 50 – 70% МПК вклад этих двух источников (жиров и углеводов) примерно одинаков. Во время более тяжелой работы (при потреблении O_2 более 60% МПК) значительную часть энергопродукции обеспечивают углеводы. При работах, близких к МПК, подавляющая часть аэробного энергообеспечения осуществляется за счет окисления углеводов. Таким образом, при работе очень большой мощности основным энергетическим субстратом в работающих мышцах служат углеводы.

Многочисленными исследованиями [1, 2, 6 и др.] установлено, что аэробная тренировка приводит к снижению среднего дыхательного коэффициента при длительной стандартной работе, что свидетельствует о том, что большая часть энергии вырабатывается за счет окисления жиров. С точки зрения энергетического обмена, интенсивная нагрузка продолжительностью 90 мин представляет собой критическую величину, запасов

углеводов в мышцах и печени, практически не хватает для преодоления марафонской дистанции даже, несмотря на углеводное питание во время работы. В этом случае традиционно считается, что большее использование жиров позволит «сэкономить» гликоген и, следовательно, отдалить наступление утомления. Поэтому в дискуссиях по поводу подготовки марафонцев много внимания уделяется «тренировке окисления жиров» [5, 10].

Одним из наиболее функциональных следствий тренировок на выносливость является увеличение размеров и количества мышечных митохондрий, что значительно повышает скорость аэробного метаболизма, т.е. способность мышц использовать кислород для расщепления жиров и углеводов с получением энергии [3]. При тренировках на выносливость спортсмены могут заметно повысить скорость окисления жиров, тем самым увеличивая время интенсивных физических нагрузок перед тем, как организм начнет испытывать углеводное голодание [11].

Несмотря на то, что все еще нет полного понимания метаболизма жиров при воздействии на организм физических нагрузок, уже собрано достаточно информации [2, 7, 9, 11, 12]. Жиры обладают наибольшей энергетической емкостью из всех остальных мышечных источников энергии. В одном грамме жира содержится больше энергии (9 ккал), чем в таком же количестве углеводов и белков (4 ккал). Запасы жира в организме велики – от 10 до 30% его веса. Обычно в триглицеридах, находящихся во всех жировых тканях тела человека, хранится от 50 до 60 тысяч килокалорий энергии. В силу того, что такие большие запасы энергии хранятся в относительно небольшом количестве триглицеридов, это дает каждому человеку замечательную возможность носить с собой "топливо" для организма. Если бы вся эта энергия, напротив, хранилась бы в виде углеводов (гликогена), то тяжелые молекулы воды оказались бы связанными с молекулами гликогена и вес наших энергетических запасов составил бы свыше 45 кг.

Большая часть жиров, используемых марафонцами, поступают, главным образом, из двух источников:

1. Внутримышечных триглицеридов, которые в виде вкраплений находятся прямо в мышечных волокнах спортсмена.

2. Триглицеридов, находящихся в адипоцитах, т.е. в жировых клетках, которые имеются во всем теле человека, но больше всего их в подкожной ткани и между органами, находящимися в брюшной полости. Это наиболее важные жировые депо в теле человека, достаточные для удовлетворения энергетического запроса не только на марафонской дистанции, но и на более длинных дистанциях.

Снижение окисления мышечного гликогена в результате тренировок на выносливость напрямую связано с увеличением окисления триглицеридов, получаемых из самих мышц, но не из плазмы. Внутримышечные триглицериды являются основным источником жира, окисление которого происходит быстрее в результате адаптации к тренировкам на выносливость и что именно окисление этого внутримышечного жира соотносимо со снижением потребления внутримышечного гликогена и улучшением показателей выносливости. Большие запасы триглицеридов, находящиеся в жировой ткани, активируются с относительно медленной скоростью. Триглицериды сами по себе не могут покинуть жировые ткани, но в начале выполнения физических упражнений, например, во время предсоревновательной разминки, уровень специальных гормонов (адреналин, норадреналин, глюкагон) в крови повышается, в то время как уровень прочих гормонов (инсулина) снижается, способствуя липолизу. В этот момент свободные жирные кислоты могут, покинув адипоциты, быть перенесены в кровь молекулой белка (альбумин) и затем к рабочим мышцам. Здесь они расщепляются на два атома углерода, связанных в ко-энзим А, и поступают в митохондрии [1,4].

В тренировках на выносливость внутримышечные триглицериды должны рассматриваться в качестве дополнительного источника энергии, помогающего основному – гликогену. Помимо энергии, поставляемой внутримышечными триглицеридами, еще одним источником энергии для мышц являются триглицериды плазмы. Предполагается, что при физических нагрузках слабой интенсивности, т.е. при 25% $\dot{V}O_2$ max, свободные жирные кислоты плазмы являются единственным жировым источником энергии. Этот вывод делается на основании того, что скорость окисления жиров в этом случае очень схожа со скоростью исчезновения молекул свободные жирные кислоты из крови. Тем не менее, при физических нагрузках большей интенсивности общий показатель окисления жиров у людей, тренированных на выносливость, намного превышает показатель исчезновения молекул свободные жирные кислоты из крови, тем самым свидетельствуя о том, что дополнительное окисление жиров происходит с задействованием внутримышечных триглицеридов. При нехватке энергии небольшое количество триглицеридов может вырабатываться печенью. Эти триглицериды связываются с липопротеинами очень низкой плотности в плазме, их доля в общем энергоснабжении очень мала. При физических нагрузках интенсивностью 25% $\dot{V}O_2$ max отмечен очень низкий показатель окисления внутримышечных триглицеридов, но при интенсивности в 65% $\dot{V}O_2$ max на долю внутримышечных триглицеридов приходится уже почти половина всего окисления жиров. Дальнейшие замеры этого показателя при 85% $\dot{V}O_2$ max показывают некоторое его снижение [2,4].

В литературе [3, 5, 6] выделяются следующие возможные механизмы адаптации с целью повышения аэробной мощности мышечных волокон:

- увеличение размера мышечных волокон (гипертрофия);
- изменение доли красных, белых и промежуточных волокон;
- увеличение запасов эндогенных субстратов (триацилглицеридов и гликогена);
- увеличение числа митохондрий;
- повышение основных ферментов, участвующих в расщеплении субстратов, используемых в дыхательном фосфорилировании;
- снижение содержания ферментов анаэробного метаболизма при повышении потенциала аэробных процессов;
- увеличение концентрации миоглобина;
- повышение капилляризации мышц.

Задача увеличения запасов эндогенных субстратов в виде гликогена должна решаться применением в тренировке бегунов таких тренировочных средств, которые бы обеспечивали повышение емкости соответствующих «энергетических депо» (гипертрофия, изменение доли красных мышечных волокон, увеличение числа митохондрий и т.д.).

Задача наполнения соответствующих «депо» гликогеном достигается манипуляциями с пищевым рационом как до соревнований в марафоне, так и непосредственно в ходе соревнований. Механизмы и способы накопления гликогена в мышцах, известны [1, 3, 6]. В частности – метод углеводного насыщения [3], заключающийся в сочетании низкоуглеводной диеты с истощающей запасы гликогена нагрузкой и последующей высокоуглеводной диетой в течение 2-3 дней. За это время достигается фаза суперкомпенсации в содержании гликогена в мышцах и печени. Основная опасность, которая может сопровождать применение данного метода – риск войти в состояние слишком глубокого утомления и получить структурные повреждения основных мышечных групп. При таком развитии событий, эффект от суперкомпенсации гликогена может быть полностью нивелирован. Дискуссия специалистов по теме использования углеводного питания в процессе соревновательного упражнения сосредоточена на следующих вопросах: что

принимать (состав энергетических смесей); когда принимать (момент начала использования) и как принимать (периодичность и объем).

Увеличение запасов эндогенных субстратов в виде триглицеридов связано с воздействием специфических физических нагрузок. А поскольку соответствующие изменения в метаболизме происходят при длительной работе умеренной интенсивности, то именно значительные объемы использования такого тренировочного средства, как длительный бег продолжительностью до 2 – 3 часов, является основным отличием тренировки марафонцев от тренировок бегунов на длинные дистанции.

Заключение. Несмотря на то, что многие аспекты проблемы понимания механизмов энергообеспечения при длительной работе требуют дальнейшего изучения, нам удалось выявить некоторые положения, относительно которых мнения специалистов максимально согласованы.

Для обеспечения мышечных локомоций во время преодоления марафонской дистанции запасов гликогена не хватает и вклад жиров в энергообеспечение за счет окисления свободных жирных кислот возрастает.

Способность мышц к утилизации жировых запасов является важным адаптационным эффектом аэробной системы энергообеспечения и резервом повышения экономичности в марафонском беге, позволяющей не только обеспечить оптимальное использование жиров и углеводов для получения энергии, но и экономное расходование гликогена, сохраняя его для использования в заключительной стадии соревнования.

Генеральным направлением при создании специфического профиля подготовленности бегунов-марафонцев должно быть формирование (момент начала узкой специализации в данной дисциплине) и совершенствование “энергетического” компонента, то есть способности организма спортсмена сжигать большое количество липидов в минуту, увеличивая тем самым аэробную жировую мощность.

Открытым для дальнейшего научного поиска остается вопрос о способах стимулирования липолиза в тренировочном процессе бегунов на сверхдлинные дистанции.

Литература

1. Арсели, Э. Тренировка в марафонском беге: научный подход / Э.Арсели, Р. Канова. М.: Изд-во «Тerra-Спорт», 2000. – 67 с.
2. Волков, Н. И. Биохимия мышечной деятельности / Н.И. Волков, Э.Н. Несен, А.А. Осипенко, С.Н. Корсун. – М., Изд-во: Олимпийская литература, 2000. – 494 с.
3. Мякинченко, Е. Б. Развитие локальной мышечной выносливости в циклических видах спорта / Е. Б. Мякинченко, В. Н. Селуянов. – М.: ТВТ Дивизион, 2009. – 360 с.
4. Спортивная биохимия: Учебник для вузов и колледжей физической культуры / Под ред. С.С. Михайлова. – 2-е изд., доп. – М.: Советский спорт, 2004. – 220 с.
5. Физиологические основы выносливости. Спортивная физиология: Учебник для институтов физической культуры / Под ред. Я.М. Коца. – М., 1986. – С. 70 – 98.
6. Янсен, П. ЧСС, лактат и тренировки на выносливость / П. Янсен. Пер. с англ. – Мурманск: Изд-во «Тулома», 2006. – 160 с.
7. Burke, L.M., and Hawley, J.A. Effects of short-term fat adaptation on metabolism and performance of prolonged exercise (2002). *Med. Sci. Sports Exerc.* – P. 24–32.
8. Erlenbusch, M., Haub, M., Munoz, K., MacConnie, S., and Stillwell, B. Effect of high-fat or high-carbohydrate diets on endurance exercise: a meta-analysis (2005). *Int. J. Sport Nutr. Exerc. Metab.* 15(1): 1–14.
9. Perry, C.G., Heigenhauser, G.J., Bonen, A., and Spriet, L.L. Highintensity aerobic interval training increases fat and carbohydrate metabolic capacities in human skeletal muscle (2008). *Appl. Physiol. Nutr. Metab.* 33(6): 1112–1123.

10. Vogt M, Puntchart A, Howald H, Mueller B, Mannhart C, Gfeller-Tuescher L, Mullis Phoppeler, Effects of dietary fat on muscle substrates, metabolism, and performance in athletes. /J. Med. Sci. Sports Exerc. (2003) Jun; 35(6). P. 952-960.

11. Wee Kian Yeo, Andrew L. Carey, Louise Burke, Lawrence L. Spriet, and John A. Hawley, Fat adaptation in well-trained athletes: effects on cell metabolism /J. Appl. Physiol. nutr. metab. (2011); 36. P.12–22.

12. Yeo, W.K., Lessard, S.J., Chen, Z.P., Garnham, A.P., Burke, L.M., Rivas, D.A., et al. (2008). Fat adaptation followed by carbohydrate restoration increases AMPK activity in skeletal muscle from trained humans. J. Appl. Physiol. 105(5): 1519–1526.

РАСПРЕДЕЛЕНИЕ НЕГАТИВНОЙ КОМПОНЕНТЫ СОЦИАЛЬНОЙ АДАПТАЦИИ ЭКС-СПОРТСМЕНОВ В ЗАВИСИМОСТИ ОТ ГЕНДЕРНЫХ РАЗЛИЧИЙ

Федотова И.В.

Волгоградская государственная академия физической культуры

Проведен комплексный анализ медико-социальной адаптации и возможного возникновения дизадаптивных расстройств после прекращения занятий спортом с учетом гендерных различий. Определены основные причины дизадаптивных изменений в раннем постспортивном периоде у экс-спортсменов в зависимости от возраста.

Ключевые слова: негативная компонента социальной адаптации, ранний постспортивный период, экс-спортсмены.

THE DISTRIBUTION OF THE NEGATIVE COMPONENTS OF SOCIAL ADAPTA- TION AMONG FORMER ATHLETES DEPENDING ON GENDER DIFFERENCES

Fedotova I. V.

Volgograd State Physical Education Academy

We carried out a comprehensive analysis of medical and social adaptation and possible occurrence of disadaptive disorders after giving up sport activities according to gender differences. The main causes of changes in the early post-sport period among former athletes depending on age are determined.

Keywords: negative component of social adaptation, early post-sport period, former athletes

В последние годы активно ведется разработка тематики социализации спортсменов во время активной соревновательной и тренировочной деятельности [9]. Понятие «адаптация» является не только медицинским, но, прежде всего, социально обусловленным, зависящим от другого понятия – общественной «нормы» (жизнедеятельности, поведения, образа мыслей и жизни) [8].

Особенностям, проблемам и вопросам социальной адаптации бывших спортсменов посвящено некоторое количество современных исследований [3]. На сегодняшний

день озвучены проблемы медицинского обеспечения спортсменов в отдаленном от спорта периоде: критерии прекращения профессионального занятия спортом, мониторинг здоровья, медико-психологические и социальные программы адаптации профессиональных спортсменов [4]. Калькова О.А. [3] рассматривает основные направления социальной адаптации спортсменов после завершения спортивной карьеры. Суть проблемы заключается в отсутствии универсальной научно обоснованной системы социальной адаптации спортсмена после окончания спортивной карьеры. Система должна максимально быстро помочь спортсмену перейти от одного его социального статуса к другому [5]. Нами не было обнаружено работ, посвященных социальной адаптации экс-спортсменов игровых видов спортивной деятельности в раннем постспортивном периоде.

В обществе стали нарастать различные процессы нарушения адаптации человека к условиям окружающей его социальной среды, и в этот период четко обозначилось то состояние, которое следует определять как социальная дизадаптация. Под социальной дизадаптацией следует понимать частичную или полную утрату человеком способности приспосабливаться к условиям социальной среды. Основные причины социальной дизадаптации заключаются в нарушении приспособительной функции индивида при общении по различным направлениям социальной сферы [6].

В последние годы достаточное внимание в современной зарубежной литературе уделено возникновению дизадаптивных расстройств социального характера [8]. Социальной дизадаптацией во время активной тренировочной и соревновательной деятельности посвящено небольшое количество научных исследований [11]. В доступных нам литературных источниках не встретилось работ, в которых проводился бы социологический анализ влияния прекращения занятий спортом на течение процесса и результат ранней постспортивной адаптации у бывших спортсменов-игровиков высокой квалификации.

Материалы и методы исследования. Проведено наблюдение 80 бывших спортсменов мужского и женского пола в возрасте 20 – 35 лет, завершивших спортивную деятельность не более чем 5 лет назад (данный период принят за ранний постспортивный период). 36 экс-спортсменов из них составили женщины и 44 – мужчины. Средний возраст – 27.5 лет. За высокий принят квалификационный разряд равный мастеру спорта – 26 человек, кандидату в мастера спорта – 28 и первому разряду – 26 человек. Среди бывших спортсменов – игровиков, занимавшихся командными видами спорта – 23 человека играли в ручной мяч, 22 – в волейбол, 18 – в баскетбол, 17 – в футбол. В исследование были включены спортсмены игровых (командных) видов спорта только высоких квалификационных разрядов (мастера спорта международного класса, мастера спорта, кандидаты в мастера спорта, перворазрядники). Статистически значимых различий по основным показателям (возрасту, квалификационному разряду), между бывшими спортсменами мужчинами и женщинами не выявлено

С целью анализа негативной компоненты социальной адаптации экс-спортсменов в раннем постспортивном периоде нами впервые разработана специальная анкета, которая состоит из 27 пунктов с вариантами ответов. Утверждения имеют непосредственную связь со спецификой предыдущей спортивной деятельности. Для выявления основных причин дизадаптации из нескольких вариантов ответов на поставленные вопросы в разработанной нами анкете выделены только негативные и позитивные составляющие постспортивной адаптации (остальные ответы не учитывались). Проведено однократное обследование. Для обработки полученных результатов исследования использовались непараметрические методы статистики. Для оценки достоверности различий показателей применялся точный угловой метод Фишера. Статистически значимыми считали отклонения при $p < 0,05$.

Таблица 1

**Распределение негативной компоненты социальной адаптации экс-спортсменов
в зависимости от гендерных различий**

Негативные аспекты социальной адаптации, %	Группа: бывшие спортсмены- мужчины (n=42)	Группа: бывшие спортсмены- женщины (n=38)
Стали чаще болеть в постспортивном периоде	29*	7
Не изменился характер питания в постспортивном периоде (сохранение высококалорийной диеты, используемой спортсменами во время активной соревновательной и тренировочной деятельности) или изменился в сторону увеличения потребления пищи и нарушения режима питания или изменился с нарушением режима питания	34	51*
Курят	30*	4
Испытывают состояние подавленности после завершения спортивной деятельности	42*	17
После завершения спортивной деятельности настроение стало часто портиться	31*	10
Повысился уровень тревожности в постспортивном периоде	28*	7
Есть нарушения сна	40*	10

Примечание: *Статистически значимые различия процентных долей частоты встречаемости негативных ответов на поставленные вопросы между группами, при $p < 0.05$

Таблица 2

**Частота встречаемости хронических заболеваний у бывших спортсменов
в зависимости от гендерных особенностей по данным проведенного анкетирования**

Заболевания, %	Выявленная патология в обеих группах (n=80)	Группа бывшие спортсмены мужчины (n=42)	Группа бывшие спортсмены женщины (n=38)
Заболевания опорно-двигательного аппарата	38	20	18
Заболевания сердечно-сосудистой системы	12	10*	2
Заболевания желудочно-кишечного тракта	19	15*	4
Респираторные заболевания	12	10*	2
Патология нескольких органов и систем	19	10	9

Примечание: *Статистически значимые различия по частоте встречаемости хронических заболеваний между группами, при $p < 0.05$

Результаты исследования и их обсуждение. По результатам проведенного нами исследования у мужчин экс-спортсменов достоверно чаще встречается ответ (29%), что после спортивной деятельности стали болеть чаще в сравнении со спортсменками (7%) (Таблица 1).

Патология сердечно-сосудистой системы, респираторные заболевания, болезни желудочно-кишечного тракта достоверно чаще встречаются у спортсменов мужчин, в сравнении с бывшими спортсменками (Таблица 2).

Важной составляющей здоровья является сон и характер питания [2]. По мнению Коган О.С. (2006), отказавшись от привычной тренировочной нагрузки и снизив активность, многие бывшие спортсмены не меняют одновременно режима и характера питания и в силу привычки сохраняют высококалорийный суточный рацион. Очень скоро это приводит к нарушению обмена веществ, ожирению, иногда к очень значительному [4]. Нарушения питания чаще встречаются у экс-спортсменок (62%), в сравнении со спортсменами мужчинами (23%). Причем статистически значимо большее число спортсменок, завершивших спортивную деятельность (26%), отмечают, что после ухода из спорта у них не изменился характер питания в постспортивном периоде с сохранением высококалорийной диеты, используемой спортсменами во время активной соревновательной и тренировочной деятельности. Изменения в сторону увеличения потребления пищи чаще встречается у женщин (20%), чем у мужчин (9%). Нарушения режима питания (не регулярность приема пищи) достоверно чаще встречается у бывших спортсменов мужчин (19%) в сравнении со спортсменками (5%). Данные изменения в характере питания уже в раннем постспортивном периоде позволяют объяснить возможное формирование в последующем у бывших спортсменок избыточной массы тела. Нарушения режима питания у мужчин могут в дальнейшем способствовать возникновению болезней желудочно-кишечного тракта. Число курящих экс-спортсменов мужчин (30%) достоверно выше в сравнении со спортсменками (4%).

Наличие изменений психоэмоционального статуса у спортсменов, завершивших спортивную деятельность [7] позволяет предположить связь психоэмоциональной дезадаптации с гендерными особенностями организма. При анкетировании нами установлены достоверные различия негативной составляющей психоэмоционального состояния в ответах на поставленные вопросы в зависимости от гендерных особенностей. Статистически значимо чаще состояние подавленности встречается у спортсменов мужчин (42%), в сравнении с экс-спортсменками (17%). Выявлено, что после того как спортсмены мужчины перестали систематически тренироваться, в 31% случаев настроение у них стало чаще портиться, в сравнении с теми, у кого оно практически всегда хорошее (10%). Полученные результаты носят достоверный характер. После окончания спортивной деятельности уровень тревожности достоверно повысился у экс-спортсменов мужчин – 28%. Данные изменения встречаются статистически значимо чаще, в сравнении с экс-спортсменками (7%).

Изменения со стороны психоэмоционального статуса оказывают влияние на сон. Нарушения сна имеют достаточно высокий процент у бывших спортсменов мужчин (40%), в сравнении с экс-спортсменками (10%). Полученные результаты, позволяющие выявить нарушения сна, плохое настроение, повышенный уровень тревожности у спортсменов мужчин, могут существенно влиять на их образ жизни. Образ жизни во многом определяется тем, как проводится свободное время, имеет ли человек работу или учебу, как у него складываются отношения на работе или учебе. По данным проведенных нами исследований, (20) 80% из тех бывших спортсменов, которые работают или учатся, или работают и учатся – хорошо складываются отношения на работе и учебе. Причем работает из 80 экс-спортсменов 31 человек (39%), учатся – 20 человек (25%), работают и учатся одновременно – 15 человек (19%). Не работают и не учатся 24 человека (30%)

спортсменов, завершивших спортивную деятельность. Но у 20% из 60 бывших спортсменов, которые учатся или работают, все-таки отношения на работе складываются не очень хорошо.

Полученные результаты позволяют предположить, что одной из причин достоверно большего количества экс-спортсменов (55%), которые отметили, что повседневные проблемы в постспортивном периоде оказались для них более серьезными, чем они предполагали, являются не совсем успешно складывающиеся отношения на работе и (или) учебе. Реже встречается ответ, что повседневные проблемы после завершения спортивной деятельности оказались даже более легкими, чем предполагалось (16%). Достоверно высокий процент «более серьезных» проблем в сравнении с «более легкими» позволяет думать о не готовности спортсменов к завершению спортивной деятельности.

Таким образом, наше исследование показало, что достоверно большее количество негативных ответов на поставленные вопросы в анкете встречается у экс-спортсменов мужчин, в сравнении с экс-спортсменками.

Заключение. Следовательно, оценка результатов полученных данных говорит о наличии в большей степени негативной компоненты медико-социальной адаптации в раннем постспортивном периоде у экс-спортсменов мужчин.

Основными причинами медико-социальной дизадаптации в раннем постспортивном периоде у экс-спортсменов мужчин являются:

- наличие заболеваний, которые не позволяют заниматься активной деятельностью (ведущее место принадлежит патологии сердечно-сосудистой системы);
- нарушения психоэмоционального состояния;
- отсутствие желания связывать свое будущее со спортом;
- наличие вредных привычек (курение);
- состояние подавленности;
- плохое настроение;
- повышенный уровень тревожности;
- нарушения сна;
- отсутствие поддержания спортивной формы;
- отсутствие планов на будущее;
- сложности во взаимоотношениях на работе (учебе);
- отсутствие желания связывать свое будущее со спортом;
- наличие сложностей в решении повседневных проблем.

Литература

1. Борцов, В.А. Научное обоснование совершенствования медико-социальной помощи социально дезадаптированным пациентам: дисс. ... доктора мед. наук / В.А. Борцов. – Красноярск, 2009. – 217 с.
2. Вагнер, Э.Н. Валеология: Учеб. для вузов: рек. Умо пед. образования М-ва образования РФ (5-е издание) / Э.Н.Вагнер. – М.: ФЛИНТА Наука, 2007. – 414 с.
3. Калькова, О.А. Основные направления социальной адаптации спортсменов высокой квалификации после завершения спортивной карьеры / О.А. Калькова // Спортивный психолог. – 2008. – №1 (13). – С. 19.
4. Коган, О.С. Формирования здоровья высококлассных спортсменов после завершения карьеры в спорте высших достижений / О.С. Коган // Теория и практика физической культуры. – 2006. – № 5. – С. 28-32.
5. Мильштейн, О.А. Жизненная история и спортивная карьера олимпийца: основные положения международного исследовательского проекта и результаты пилотажа-

ного исследования в Сиднее / О.А. Мильштейн // Теория и практика физической культуры. – 2001. – № 7. – С. 39.

6. Сиротин, О.А. Воздействие фрустрирующих ситуаций на социальную адаптацию спортсменов к учебно-тренировочной и соревновательной деятельности / О.А.Сиротин, В.И.Сиваков // Теория и практика физической культуры. – 2001. – № 3. – С. 6-8.

7. Федотова, И.В. Сравнительная оценка психоэмоционального состояния и уровня стрессогенности у бывших и действующих спортсменов / И.В. Федотова, М.Е. Стаценко // Вестник новых медицинских технологий. – 2009. – Т. 16. – № 4. – С. 95-96.

8. Черносвитов, Е.В. Социальная медицина / Е.В. Черносвитов. – М.: Владос, 2000. – 304 с.

9. Fenton, L. Keeping the body in play: pain, injury, and socialization in male rugby / L. Fenton, R. Pitter // Res Q Exerc Sport. – 2010. – № 81 (2). – P. 212-223.

10. Jorjoliani, L. Clinical and psychological characteristics of school adaptation / L. Jorjoliani, M. Vekua, E. Chkhartishvili, R. Karseladze, L. Saginadze, T. Bigvava //Georgian Med News. – 2008. – P. 89-91.

11. Likhodeeva, V.A. Effects of phenibut on parameters of cerebral hemodynamics in swimmers with dysadaptation syndrome and various types of systemic hemodynamics / V.A. Likhodeeva, A.A. Spasov, I.B. Isupov, V.B. Mandrikov //Eksp Klin Farmakol. – 2010. – Aug.-73 (8). – P. 10-13.

ПСИХОЛОГО-ПЕДАГОГИЧЕСКИЕ АСПЕКТЫ ФИЗИЧЕСКОГО ВОСПИТАНИЯ И СПОРТИВНОЙ ТРЕНИРОВКИ

СПОРТИВНАЯ ОДАРЕННОСТЬ КАК ПСИХОЛОГИЧЕСКИЙ ФЕНОМЕН. ПРОБЛЕМА ПСИХОЛОГИЧЕСКОГО СОПРОВОЖДЕНИЯ СПОРТИВНО-ОДАРЕННЫХ ДЕТЕЙ В УСЛОВИЯХ ШКОЛЬНОГО ОБУЧЕНИЯ

¹Марокова М.В., Ракитина М.А.

¹Волгоградская государственная академия физической культуры
Волгоградский государственный социально-педагогический университет

В статье представлены результаты теоретических исследований спортивной одаренности как психологического феномена, а также предпринята попытка изучения проблемы организации сопровождения спортивно-одаренных детей (на примере младших школьников, занимающихся игровыми видами спорта) с целью последующей разработки и апробации модели их психологического сопровождения. В качестве важнейшей особенности таких детей, на основании которой может быть построена целая система психологического сопровождения, выступает склонность к исследовательскому поведению или исследовательская активность.

Ключевые слова: одаренность, спортивная одаренность, спортивно-одаренные дети, младшие школьники, исследовательское поведение, исследовательская активность, психологическое сопровождение.

SPORTS TALENT AS A PSYCHOLOGICAL PHENOMENON. THE PROBLEM OF PSYCHOLOGICAL SUPPORT OF SPORTS TALENT CHILDREN IN SCHOOL EDUCATION

¹Marokova M.V., ²Rakitina M.A.

¹Volgograd State Physical Education Academy
²Volgograd State Socio-Pedagogical University

The article presents the results of theoretical studies of sports talent as a psychological phenomenon, as well as an attempt to study the problems of organization support of sports talented children (for example, younger students involved in playing sports) for the purpose of developing and approbation of the psychological support model. The most important features of such children on the basis of which can be built a whole system of psychological support is the tendency to exploratory behavior or exploratory activity.

Keywords: talent, sports talent, sports talent children, younger students, exploratory behavior, exploratory activity, psychological support.

Талантливые, одаренные люди являются мощным ресурсом общественного развития, способным раскрыть перед страной перспективы социально-экономического, культурного и духовно-нравственного преобразования. Между тем, спортивно-одаренные

дети находятся в состоянии большого риска социальной изоляции и отвержения со стороны ровесников после окончания спортивной деятельности. Реальный уровень способностей одаренных детей не понимается окружающими, и нормальный для такого ребенка процесс развития рассматривается как аномальная неприспособленность к жизни в обществе.

Сегодня особенно актуальным становится построение целостной системы сопровождения детей с одаренностью, к которым относится большинство одаренных младших школьников и подростков, проявляющих высокий уровень любознательности и способностей во многих областях человеческой деятельности. Имеющаяся в настоящее время практика сопровождения таких детей носит, в основном, хаотический и фрагментарный характер, так как задача создания и реализации психологически обоснованной системы развития и сопровождения детей со спортивной одаренностью в условиях школьного обучения в нашей стране не ставилась вплоть до конца XX века. Поэтому одной из главных задач совершенствования системы образования составляют раннее выявление, обучение и воспитание одаренных, в том числе спортивно-одаренных школьников. Вместе с тем, несмотря на многочисленные отечественные и зарубежные исследования одаренности, проблема диагностики, обучения, психологического сопровождения таких детей продолжает быть актуальной как в теоретических исследованиях, так и в практике работы специалистов (педагогов, психологов, тренеров и др.).

Теоретический анализ научных представлений к пониманию данного феномена позволили установить, что в настоящее время в мире известно несколько десятков научных концепций одаренности, созданных в русле целого ряда разнообразных теоретических подходов: психофизиологического, психогенетического, тестологического, общепсихологического, социально-психологического, динамического и др. Такое их многообразие отражает сложность природы одаренности, невозможность выработки общих эталонов и стратегий развития для всех ее проявлений.

Изучение феномена одаренности изначально было предпринято еще в рамках античной философии и не заканчивается по сей день (Платон, Аристотель, Сократ, И. Кант, Дж. Локк, Ф. Гальтон, Г.И. Россолимо, Дж. Гилфорд, П. Торренс, В.Штерн, А. Бине, Р. Амтхауэр, Р. Кеттел и др.). В отечественной психологической науке изучение вопросов природы одаренности было начато в начале прошлого века и продолжается до сих пор (В.П. Кашенко, А.П. Модестов, В.Д. Небылицын, И.В. Равич-Щербо, Б.М. Теплов, В.А. Крутецкий, Н.С. Лейтес, В.Д. Шадриков, В.Н. Дружинин, А.И. Савенков и др.).

При этом большинство современных исследователей понимают одаренность как системное, развивающееся в течение жизни качество психики, которое определяет возможность достижения человеком более высоких (необычных, незаурядных) результатов в одном или нескольких видах деятельности по сравнению с другими людьми.

В нашей работе предпринята попытка раскрыть и конкретизировать содержание понятия «спортивная одаренность», которое мы рассматриваем, как качественно своеобразное сочетание высокоразвитых моторных, функциональных и психологических качеств индивида, отвечающих требованиям спортивной специализации и являющихся проявлением общей одаренности. К такому ее пониманию мы пришли на основе изучения опыта исследователей, рассматривающих эти вопросы в области физической культуры и спорта высших достижений.

Для описания выдающихся спортивных результатов используются понятия: «спортивный талант», «спортивная одаренность», «спортивные способности». В обобщенном виде чаще всего они употребляются как синонимы и отражают степень выраженности способностей. Понятие «талантливый» подчеркивает наличие природных данных в человеке, и в этом плане талант рассматривается как синоним одаренности, «способный» же определяется через соотношение с успехами в деятельности.

Спортивный талант чаще определяется различными факторами, среди которых выделяются наследственность, биологический возраст молодого поколения, особенности телосложения, биомеханические параметры, темпы развития работоспособности. В целом отмечается, что талант – явление уникальное и встречается довольно редко.

Спортивная одаренность – качественно своеобразное сочетание высокоразвитых моторных, функциональных и психологических качеств индивида, отвечающих требованиям спортивной специализации, создающее возможность успеха в конкретной деятельности [1].

В.Д. Шадриков и Н.М. Дружинин отмечают: «Можно обозначить, что способности, с одной стороны, и одаренность и талант – с другой, выделяются как бы разными основаниями: говоря о способности, подчеркивают возможность человека что-то делать, а говоря о таланте (одаренности), подчеркивают прирожденный характер данного качества человека» [9].

Талант же индивидуален, и связано это с тем, что в таланте проявляется вся личность, которая изменчива и которую невозможно изменить и оценить в полном объеме.

Существенным недостатком применительно к спортивной практике является то, что не рассматриваются психологические механизмы способностей и одаренности. Это связано, очевидно, с тем, что способности и одаренность у того или иного спортсмена констатируются тогда, когда им уже достигнут выдающийся результат. Однако, в процессе отбора на различных этапах спортивного совершенствования, где основным фактором выступает соответствие сторон тренированности тем модельным характеристикам, которые составлены для данного уровня подготовленности, на это обращается мало внимания.

Одаренность обеспечивает человеку возможность успешного выполнения соответствующей ей деятельности. По отношению к спорту можно говорить о физических и психических качествах и свойствах личности, обеспечивающих успешность осуществления определенной соревновательной деятельности. Одаренность постепенно становится главным критерием при переходе занимающихся в спортивных школах из одной группы или сборной команды в другую, более высокого ранга.

В основе развития определенных способностей к видам спорта лежат и определенные задатки, под которыми понимаются врожденные анатомо-физиологические и психические особенности. Однако высший уровень различных способностей человека всегда является результатом его развития в процессе рационально построенной деятельности, а в спорте – системы подготовки. Сами по себе задатки человека могут только содействовать развитию способностей. А для этого необходима целенаправленная организация процессов воспитания и обучения. Таким образом, задатки человека при оптимальном педагогическом воздействии, психологическом сопровождении, а в отдельных случаях при использовании накопленного предыдущими поколениями опыта, дают возможность развить определенные способности [10].

Уровень спортивных достижений в различных видах спорта чаще всего связывается с совершенствованием тренировочного процесса. Однако, если в прошлые годы возможность достижения выдающихся результатов связывалась с интенсификацией процессов подготовки, то в настоящее время – с оптимизацией различных компонентов тренировочного процесса на фоне максимальной реализации индивидуальных резервов на различных этапах многолетнего тренировочного процесса [6]. Это связано с тем, что индивидуальные особенности личности учитываются недостаточно. Результатом этого становится формирование квалифицированных спортсменов, в значительной мере не раскрывших своих возможностей из-за того, что в отношении к ним была применена стандартная система подготовки, не учитывающая их индивидуальных, психических особенностей, функциональных и адаптационных резервов [4].

Чем тщательнее исследуются факторы, способствующие достижению спортсменами выдающихся результатов, тем в большей мере ученые убеждаются, что каждый незаурядный спортсмен – это яркая индивидуальность. Да и к результатам одного и того же уровня они приходят разными методическими путями при различной, характерной только для них структуре подготовленности [6]. В целом это положение не вызывает возражения, однако практика спорта показывает, что уровень и характер проявления одаренности очень индивидуальны и заключаются в том, что одни дети, приходя заниматься тем или иным видом спорта, уже проявляют ярко выраженные способности, других же не принимали в группы начальной подготовки в силу их слабости. То есть на этом фоне можно говорить о том, что успешное выполнение определенной спортивной деятельности происходит по-разному из-за внутренних психологических свойств, отличающих индивидуальность.

Именно такого рода индивидуальные различия принципиально важны и дают основание для вывода о том, что одна и та же деятельность может осуществляться психологически разными путями. Устойчивая же склонность, пристрастие к определенным видам занятий уже выражают особенности индивидуальности растущего человека и становятся одним из важных факторов развития способностей.

Однако соотношение проявленных склонностей и потенциальных способностей практически не изучается в спорте. Это приводит к тому, что образовательная среда для ребенка, занимающегося спортом, сужается до того вида деятельности, в котором он уже показал высокие результаты. Так В.Н. Платонов отмечает, что, существенным просчетом большинства проведенных исследований факторной структуры подготовленности явилось то, что при определении роли отдельных параметров и факторов их связывали с интегральным показателем спортивного мастерства – спортивным результатом [4].

Систематизация эффективных основ управления тренировочным процессом привела к необходимости создания модельных характеристик (модели спортсмена будущего, модели объективизации управления тренировочным процессом, модели для прогноза надежности выступления спортсменов), учитывающих не только антропоморфные признаки, но и особенности психических процессов и свойств личности спортсмена [5].

Известно, что в ходе многолетних занятий избранным видом спорта постепенно складывается динамическая специализированная структура психических процессов, психических состояний и спортивно важных психических свойств личности спортсмена (в дальнейшем – психофизиологические показатели – ПФП), которая и обеспечивает результативность его деятельности [7]. Нередко специалистам приходится сталкиваться с тем, что любые ранние признаки необычных способностей понимают, как выражение одаренности ребенка. В действительности же установление подлинных различий по одаренности требует выявления соотношения возрастного и индивидуального. Только опираясь на сведения о возрастной одаренности и разных вариантах, типах хода возрастного развития, можно более обоснованно подойти к оценке индивидуальности ребенка.

К сожалению, довольно много одаренных детей обладают таким как бы взаимоисключающим сочетанием качеств, которое приводит к тому, что их не выявляют и не обучают в соответствии с их потребностями. Поэтому, применительно к спортивной деятельности существенно важно изучение взаимодействия отдельных способностей в системе деятельности. В отдельных видах спортивной деятельности одноименные сложные способности (скоростные, силовые, выносливость и др.) имеют неодинаковую структуру и включают в себя разные задатки. Это дает основание отметить, что задатки характеризуются поливалентностью по отношению к способностям, так как на основе одних и тех же задатков формируются различные способности.

Следовательно, согласно В.Д. Шадрикову, одаренность будет выступать как «системное качество совместно работающих функциональных систем, реализующих различные психические функции, которые включены в функциональную систему деятельности и имеют индивидуальную меру выраженности, проявляющуюся в успешности и качественном своеобразии выполнения деятельности» [9]. Но практика спортивной деятельности показывает, что у разных спортсменов, занимающихся одним и тем же видом спортивной деятельности и достигающих выдающегося результата, – одаренность различна. Вероятно, как и в проблеме способностей, на первый план выступает качественная характеристика одаренности, а уже затем по мере выраженности – количественные параметры.

Таким образом, в описании спортивной одаренности необходимо учитывать психофизиологические и морфологические особенности человека. При этом, чем больше этих компонентов имеется у человека, тем он более одарен. Учитывая это, Е.П. Ильин определяет спортивную одаренность как «сочетание врожденных антропометрических, морфологических, психологических, физиологических и биологических особенностей человека, однонаправленно влияющих на успешность какого-либо вида деятельности» [2]. Однако автор отмечает, что наличие какой-либо одной способности (или даже нескольких способностей) без антропометрических задатков или наличие последних без способностей не делает человека одаренным к спортивной деятельности. Автор отмечает, что антропометрические особенности могут влиять на успешность деятельности прямо (например, преимущество в росте при игре в баскетбол) и опосредованно, через влияние на проявление способности.

Изучение взаимосвязей двигательных проявлений, особенностей нейродинамики и других признаков свидетельствует о наличии интеграции различных видов потенциальных возможностей человека, лежащих в основе его индивидуального физического развития.

В этих условиях сочетание различных направлений анализа приводит к выявлению разного рода связей. Можно предположить, что качественная специфика отдельной способности выступает как выражение отдельной грани одаренности, которая, в свою очередь, рассматривается как системное качество. Но в деятельности отдельные способности проявляются не изолированно, а во взаимодействии и по отношению к цели как нечто целостное. Следовательно, как указывает В.Д. Шадриков, «...мера интегрированности способностей в системе конкретной деятельности, на наш взгляд, может иметь индивидуальные различия, так как при одной и той же продуктивности по отдельным функциям у различных лиц результативность их деятельности различается» [9].

Вышеизложенное дает основания полагать, что спортивно-одаренный ребенок может успешно действовать в различных видах деятельности (коммуникативной, интеллектуальной и т.д.), и спортивную одаренность можно рассматривать как проявление общей одаренности ребенка.

К сожалению, нередко спортивно-одаренные дети демонстрируют невысокую успешность в учебной деятельности, в социальных контактах со сверстниками и взрослыми. Вероятно, такое положение вещей связано с неэффективной организацией образовательной среды для таких детей, что приводит к диспропорциям в развитии личности.

В отношении спортивно-одаренных детей вопрос организации эффективной образовательной среды стоит особенно остро, ещё и потому, что до спорта высоких достижений «добираются» не многие, а пребывание в течение нескольких лет в фактически обедненной образовательной среде сказывается на формировании целостной личности негативно.

Понимание спортивной одаренности, как грани общей одаренности, позволяет предполагать, что спортивно одаренным детям присущи качества, характерные для

большинства одаренных детей. На наш взгляд, одними из важнейших особенностей таких детей, на основании которых может быть построена система их психологического сопровождения, является склонность к исследовательскому поведению или исследовательской активности.

Исследовательское поведение А.Н. Поддьяков понимает, как поведение, направленное на поиск и приобретение новой информации из внешнего окружения. [7]. В.А. Петровский называет феномен активного исследовательского отношения к собственной деятельности «надситуативной» активностью. Индивид после завершения деятельности продолжает активность. Это активность «по построению образа системы условий, которые способствовали достижению цели» [5] и освоению новых возможностей действия. Согласно теории личностных конструктов Дж. Келли, человека можно представить себе как ученого, пытающегося предсказывать и тем самым контролировать ход событий. Как ученый человек развивает по поводу происходящих событий определенную теорию [3]. Другими словами, каждый человек проявляет исследовательскую активность в своей жизни. Таким образом, под исследовательской активностью и поведением мы будем подразумевать активность, направленную на приобретение опыта в условиях неопределенности, продолжающуюся после завершения деятельности, предполагающую организацию собственного поведения и саморазвитие ребенка.

Для организации психологического сопровождения важно организовать проявления этой исследовательской активности – экспериментирование детей с собственными действиями в процессе решения различных задач. Реализация исследовательской активности (исследовательского поведения) обеспечивает ребенку произвольное открытие мира, преобразование неизвестного в известное, обеспечивает творческое порождение образов, становление перцептивных эталонов (А.В.Запорожец, Л.А. Венгер, Н.Н. Поддьяков), составляющих первичные знания ребенка о мире. Общая исследовательская активность характеризуется по своей условной величине степенью (диапазоном) широты и устойчивости. Она проявляется у одаренного ребенка как очень широкая любознательность (Дж. Берлайн, М.И. Лисина) ко всему новому для ребенка. Исследовательская активность завершается приобретением знания, первичным пониманием.

С целью раскрытия понятия «психологическое сопровождение» в качестве основных используются такие смысловые единицы, как «взаимодействие», «сотрудничество», «создание условий», «помощь», «деятельностная направленность», «работа с объектом». Обобщение основных подходов к пониманию психологического сопровождения позволяет нам определить этот термин как единство деятельностей всех участников образовательного процесса по созданию условий для позитивного развития ребенка на протяжении всей школьной жизни при сохранении максимума его личностной свободы и ответственности. Мы будем понимать под психологическим сопровождением позицию и систему деятельности практического психолога, направленную на создание условий для целостного и всестороннего развития ребенка с учетом его индивидуальности.

Особенностью развития системы сопровождения на современном этапе является необходимость решения задач сопровождения ребенка в условиях модернизации образования, изменений в его структуре и содержании. М.М. Семаго считает, что понимание задач сопровождения должно исходить из общей гуманистической цели образования, которая формулируется как: «Максимальное раскрытие потенциальных возможностей личности ребенка, содействие полноценному его развитию в личностном и познавательном плане, создание условий для полноценного и максимального проявления положительных сторон индивидуальности ребенка, условий для максимально возможной и эффективной амплификации (обогащения) им образовательных воздействий» [8].

Сопровождение, как целостная деятельность всех субъектов образовательного процесса, может определяться, по крайней мере, тремя основными взаимосвязанными компонентами:

1) систематическим отслеживанием психолого-педагогического статуса ребенка, динамики его психического развития в процессе обучения;

2) созданием социально-психологических условий для развития личности каждого ребенка, успешности его обучения (базовый образовательный компонент);

3) созданием специальных социально-психологических условий для сопровождения и помощи в обучении и развитии детям с особыми образовательными потребностями (в рамках специального образовательного компонента).

Таким образом, можно выделить два важнейших условия организации психологического сопровождения спортивно-одаренных детей: 1) задействование самого ребенка, желательно в форме групповой работы, обеспечивающей экспериментирование со своим поведением в ситуации общения со сверстниками; 2) привлечение всех участников образовательного процесса: родителей, учителей, тренеров, медиков. Возможно также привлечение других специалистов, например, социальных работников и работников милиции.

Литература

1. Зациорский, В.М. Влияние наследственности и среды на развитие двигательных качеств человека (материалы исследования на близнецах) / В.М. Зациорский, Л.П. Сергиенко // Теория и практика физической культуры. – 1975. – № 6. – С. 22-29.
2. Ильин, Е.П. Дифференциальная психофизиология / Е.П. Ильин. – Л., 2001. – 454 с.
3. Келли, А. Дж. Теория личности. Психология личностных конструктов / А. Дж. Келли. – СПб.: Речь, 2000. – 249 с.
4. Петровский, В.А. Психология неадаптивной активности / В.А. Петровский. – М.: ТОО «Горбунок», 1992. – 224 с.
5. Платонов, В.Н. Подготовка квалифицированных спортсменов / В.Н. Платонов. – М., 1986. – 287 с.
6. Поддьяков, А.Н. Исследовательское поведение: стратегии познания, помощь, противодействие, конфликт / А.Н. Поддьяков. – М.: Эребус, 2006. – 234 с.
7. Сальников, В.А. Спортивная деятельность и способности / В.А. Сальников // Теория и практика физической культуры. – 2002. – № 4. – С. 48-50.
8. Семаго, М.М. Сопровождение – это... / М.М. Семаго // Школьный психолог. – 2003. – № 35. – С. 20-21.
9. Шадриков, В.Д. Деятельность и способности / В.Д. Шадриков. – М., 1996. – 224 с.
10. Шумакова, Н.Б. Междисциплинарный подход к обучению одаренных детей / Н.Б. Шумакова // Вопросы психологии. – 1996. – № 3. – С.34-43.

ЭФФЕКТЫ АНТИЦИПАЦИИ У СТУДЕНТОВ-БАСКЕТБОЛИСТОВ

Савва Н.Б., Чаплынская К.В.

Волгоградская государственная академия физической культуры

Психологические основы тактической подготовки студентов для дальнейшего успешного выступления на соревнованиях. Изучение особенностей тактического мышления, прогнозирования действий соперника в баскетболе.

Ключевые понятия: антиципация, антиципирующие реакции, баскетбол.

ANTICIPATION EFFECTS OF STUDENTS-BASKETBALL PLAYERS.

Savva N. B., Chaplynskaya K.V.

Volgograd State Physical Education Academy

The article explains psychological bases of tactical preparation of students for further successful performance at the competitions. The features of tactical thinking, forecasting of competitor actions in basketball were analyzed.

Keywords: anticipation, anticipatory reactions, basketball.

Планирование и реализация тактических действий спортсмена во многом определяется процессами антиципации, т.е. предвидения, предвосхищения.

На занятиях по спортивной психологии, изучая психологические особенности тактической подготовки, студенты-спортсмены сталкиваются с понятием антиципация.

Изучая психологические основы тактической подготовки, и опираясь на эксперименты А.В. Родионова [2], студенты делают выводы, что антиципация – это не только пространственно-временное опережение, но и та или иная степень полноты и точности предсказания. Процессы антиципации составляют неременное условие успешности и эффективности тактических действий спортсмена. Овладев антиципацией, спортсмен получает не только возможность эффективно контролировать собственные действия, но и предвидеть действия соперника и своевременно их разгадывать в ходе соревнования. Поэтому в спорте принято говорить об «интуиции», «шестом чувстве», о способности «видеть на ход вперёд».

Такую игру как баскетбол характеризует динамичность, постоянная сменяемость острых ситуаций; готовность к смелому решению и определённом риску в экстремальной ситуации; необходимость решать сложные, многоходовые задачи как тактического, так и стратегического характера, учитывая многочисленные варианты решения, точность и быстрота принятия решений; способность к правильному прогнозу изменения обстановки в ближайшем и отдалённом будущем.

Любое тактическое действие спортсмена является следствием принятия решения о том, как действовать, когда начинать действие и в какой момент. Эти действия и соответствующие им решения требуют от спортсмена обнаружения, выделения и оценки той или иной информации при восприятии тех или иных ситуаций. Любое решение спортсмена базируется на определённой информационной основе и требует его гностических способностей. Происходит формирование прогностических решений, основанных на различных эффектах антиципации, проявляющихся в напряжённых условиях, когда одному из спортсменов в ходе решения тактической задачи требуется определить, что следует ожидать от противника.

Прогноз, опора на предугадывание событий особенно ярко проявляется в сложных действиях баскетболиста – финтах. С помощью обманных движений сопернику предлагается заранее прогнозируемый контрход: бросок, маскирующий направление, содержание и характер передачи мяча партнёру. Таким образом, в многообразных ситуациях противоборства баскетболисту постоянно приходится учитывать степень неопределённости в действиях соперника.

Неопределённость может быть временной, требующей ответа на вопрос, когда (в какой момент, через какой временной интервал) будет произведён бросок или отдана передача партнёру. Неопределённость может быть пространственной – куда (влево, вправо, или прямо) должен полететь мяч. Неопределённость может быть связана с характером полёта мяча, с необходимостью уяснения, как (с какой траекторией, скоростью) будет лететь мяч. Т.е. баскетболист подставляет руку не в тот момент, когда мяч там оказался – в этом случае он никогда за ним не успеет, а заранее экстраполирует данные скорости его движения и траектории.

Таким образом, эффекты антиципации проявляются как в защитных действиях игрока (перехват, накрывание, выбивание мяча), так и в нападении (подбор мяча на щите, результативные передачи). Защитник оценивает положение всех элементов ситуации (кольцо, мяч, партнёр, соперник). Он определяет куда, скорее всего, пойдёт соперник, куда партнёр. Баскетболист определяет, что партнёр идёт на постановку заслона ещё до того как заслон поставлен, начинает готовить бросок или проход.

Ещё пример: выиграв мяч при отскоке от своего щита, игрок, прежде всего, оценивает ситуацию как возможную для организации быстрого прорыва. Партнёр, раньше других ушедший в отрыв, создаёт ту динамическую структуру, которая определяет решение задачи. Расстояние между партнёром и кольцом – не главное условие решения, именно начавшийся отрыв – динамический элемент задачи, узнав который, спортсмен принимает тактическое решение. Игрок, дающий пас партнёру, мысленно формирует алгоритм: после передачи целесообразно переместиться в угол площадки и увести за собой одного соперника; должна последовать передача центральному в образовавшийся коридор. Здесь прослеживается семантическая антиципация. При индивидуальном действии, когда игрок пытается переиграть соперника ведением, он тоже заранее формирует наиболее вероятные его ответные действия и принимает решение о смене ритма или направлении движения.

Прогноз зависит не только от большой плотности моторных действий, но и интеллектуальных способностей баскетболиста, его тактического мышления. На уровне преимущественно интеллектуальных действий эффекты антиципации у спортсменов связаны с ещё большими осложнениями механизмов психической интеграции и появлением качественно новых форм предвосхищения. Именно на уровне интеллекта у спортсмена становится более глубокое и широкое обобщение, а также классификация ситуаций. Это, несомненно, связано с усилением влияния семантического фактора – использование внешней и внутренней речи. Только на этой основе возможно вне ситуационное и заблаговременное упреждающее планирование. Ещё более усложняются процессы антиципации в структуре мышления спортсмена при решении групповых (коллективных) задач в условиях противоборств противника.

По данным исследования Р.Л. Кричевского [1], синхронизация индивидуальных действий игрока с действием своих партнёров возможна потому, что происходит постоянное, взаимное предвосхищение планируемых во времени и пространстве игровых ходов. На этой основе возникает коллективный замысел. Одна из его особенностей – опережающий характер, т.е. создание возможности к временно-пространственному опережению действий противника. Такое коллективное предвосхищение лежит в основе координации индивидуальных замыслов игрока с общей стратегией действий команды.

Предвосхищение здесь базируется на внеречевой (жесты, мимика) и речевой сигнализации, это рефлексивное управление поведением спортсмена, когда он специально передаёт противнику часть информации с целью получить нужный для себя результат. Значительная часть речевых и внеречевых сигналов носит функцию регуляции замыслов и действий партнёров, указывая моменты и направления временно-пространственного перемещения или выбора места в обозреваемом пространстве. В один и тот же момент баскетболисту приходится предусматривать и ход противника, и ход партнёра.

Характеристикой эффекта антиципации является его своевременность. Баскетболисту необходима способность быстро и своевременно реагировать в следующих ситуациях:

- при реакции выбора действия (бросать мяч, не бросать и сделать движение с мячом вправо или влево – реагирование по типу «или-или»);
- выбор при переключении на смену раздражителей (при переключении на другого игрока вследствие поставленного заслона; при переключении от защитных действий к атакующим);
- выбор с условным тормозом (при необходимости не реагировать на финт соперника).

В исследованиях Е.Н. Суркова [3, 4] конкретных параметров реагирования установлено, что для баскетбола наиболее типичны варианты реакции выбора из 2 – 3-х альтернатив, и игроку необходимо учитывать до трёх вариантов изменения ситуации. Здесь проявляется альтернативная антиципация.

Точность антиципирующей реакции косвенно характеризует точность оценки баскетболистом пространственно-временных характеристик движений. Антиципация временных интервалов связана с непосредственным переживанием спортсменом течения времени, что влияет на эффективность быстрых и относительно простых действий. Антиципация в длинных временных интервалах оказывает влияние на эффективность более сложных действий, развёрнутых во времени и включённых как компоненты, в тактическое действие. Первый вид таких реакций больше влияет на качество бросков и добиваний мяча. Второй вид распространяется на более широкий круг действий, включая передачи. Реакция выбора по своим показателям отражает эффективность тех действий, которые связаны с элементарными тактическими способностями баскетболиста.

Прогностическое распознавание действий противника у спортсменов строится не только с учётом частоты событий, но и с учётом степени сформированности их концептуальных моделей – обобщённых эталонов-образов в сознании спортсмена. В этих моделях отражён и актуализирован специфичный «спортивный опыт», позволяющий достичь высокого уровня достоверного прогноза. Информация о противнике становится известной баскетболисту на основе собственных наблюдений или от тренера.

Итак, в тактических действиях баскетболистов многообразные эффекты антиципации основаны на целой системе психических познавательных процессов (восприятия, образной памяти, творческого воображения, оперативного мышления). Общим моментом для всех видов антиципации является то, что основой являются интегральные механизмы мозга и его основное свойство – «способность забегать вперёд».

Исследование и анализ феноменов антиципации позволяет теоретически подготовить студентов-баскетболистов к дальнейшему повышению возможности усовершенствовать управление тактическими действиями, использовать идеомоторную тренировку. Изучение проблемы антиципации позволит, используя знания по психологии, рациональнее подходить к тренировкам и выступлениям на соревнованиях.

Литература

1. Кричевский, Р.Л. Социальная психология малой группы: Учебное пособие для вузов / Р.Л. Кричевский, Е.М. Дубовская. – М.: Аспект Пресс, 2001.— 318 с.
2. Родионов, А.В. Спортсмен прогнозирует решение / А.В. Родионов. – М., 2000.
3. Сурков, Е.Н. Психология спорта в терминах, понятиях, междисциплинарных связях / Е.Н. Сурков. – СПб., 1996.
4. Сурков, Е.Н. Антиципация в спорте / Е.Н. Сурков. – М., 2005.

ОСОБЕННОСТИ АГРЕССИВНОГО ПОВЕДЕНИЯ ПОДРОСТКОВ В СПОРТИВНОЙ ДЕЯТЕЛЬНОСТИ

Тяглова Е.В., Ещеркина О.А., Карагичева И.А.

Волгоградская государственная академия физической культуры
Муниципальное образовательное учреждение
средняя общеобразовательная школа № 92

В современной России и в мировом сообществе с каждым годом наблюдается череда кризисных явлений, среди которых наиболее значимым и глубоким является кризис духовной сферы, утрата нравственно-ценностных ориентиров, которые в течение столетий были жизнеопределяющими для многих поколений. Как показывает статистика, основным мотивом юношей, пришедших в спорт, выступает стремление приобрести физические навыки, пригодные в уличных драках. Уже нередким явлением становятся выпускники спортивных вузов, и даже известные спортсмены – фигуранты криминальных хроник. Между тем решение проблемы юного спортсмена в практике отечественного образования не получила должного теоретического осмысления и становится все более насущным и необходимым.

Ключевых слова: агрессия, спорт, соревнование, юный спортсмен.

THE FEATURES TEENAGERS' AGGRESSIVE BEHAVIOR IN SPORTS ACTIVITIES

Tyaglova E.V., Escherkina O.A., Karagicheva I.A.

Volgograd State Physical Education Academy

Municipal Educational Institution Secondary school № 92

In modern Russia, and in the international community every year there is a series of crises, including the most significant and profound crisis is a spiritual realm, the loss of moral values, which for centuries have been life-determining for many generations. Statistics show that the main motive of boys who came to take up sport is intention to acquire physical skills for using in street fights. Has become a common feature of sports graduates of universities and even famous athletes are figures of criminal chronicles. Meanwhile, the problem of the young athlete in the practice of national education has not received proper theoretical understanding and becoming more urgent and necessary.

Keyword: aggression, sport, competition, young athlete.

Введение. Агрессия, в какой бы форме она ни проявлялась, представляет собой поведение, направленное на причинение вреда или ущерба другому живому существу, имеющему все основания избегать подобного с собой обращения.

Соревнование – это отрегулированное правилами агрессивное поведение, это агрессивность, выражаемая в социально-неопасной форме. Часто понятие «агрессивность» заменяют понятием «спортивная злость». Занятия спортом оказывают формирующее влияние на личность спортсмена. При этом необходимо отметить, что агрессия в спорте является рациональной формой противостояния сопернику, мобилизации функциональных возможностей спортсмена на достижение конкретного результата. Спорт позволяет выражать агрессивные чувства, не причиняя большого вреда другим людям, формируя конструктивные формы агрессивного поведения спортсменов. Конфликтность и агрессивность несколько выше у спортсменов и спортсменок, чем у лиц, не занимающихся спортом. Особенно заметны различия по такому проявлению агрессивности, как напористость [3].

При этом агрессивность выражена по-разному у будущих спортсменов, занимающихся разными видами спорта. Например, у тех, кто занимается единоборствами (самбо, дзюдо, айкидо), агрессивность значительно выше, чем у легкоатлетов и лыжников. Если же говорить об агрессии и тревожности, то спортсмены с преобладанием агрессии над тревогой отличаются лучшей готовностью к соревнованиям [6, 7].

Во многих видах спорта от участника требуется проявление агрессивности в рамках существующих правил и условий деятельности. В некоторых видах спорта проявление агрессивности чередуется с полным отсутствием подобных действий. Таким образом, в спорте, как и в жизни, решение одних проблем требует оптимальной степени агрессивности, решение других возможно без ее проявления [2].

Для спортивных мероприятий короткого цикла, когда от старта до вручения награды проходит совсем небольшое время, выражение спортивной агрессии – вопрос конкурентных преимуществ, тактики, формы и физической формы конкретного спортсмена.

Существуют различные уровни агрессивного поведения. Одни из них продуктивны и желательны для молодых спортсменов, другие чрезвычайно вредны. У человека в результате соответствующего воспитания в раннем детстве могут формироваться агрессивные чувства и установки по отношению к жизни, людям и ситуациям в спорте. По мере того как такой субъект достигает высокого уровня активации (а может быть, и фрустрации), в определенных ситуациях спортивной деятельности агрессивность может концентрироваться на сопернике, команде или тренере, что в свою очередь, может привести к непосредственной агрессивности в рамках правил соревнований [4].

И, наконец, концентрация агрессивных тенденций и характер спортивной ситуации могут привести к такому физическому проявлению агрессивности, которое запрещается правилами соревнований. Допустимы или недопустимы подобные проявления, зависит от особенностей конкретного вида спорта, принципов судейства и терпимости товарищей по команде, тренера соперников к крайним формам агрессивного поведения («в рамках правил») [5].

На нарушения правил игры и, следовательно, проявление агрессии влияют по крайней мере четыре фактора:

- 1) выигрывает или проигрывает команда;
- 2) играет ли команда на своем или чужом поле;
- 3) велика ли разница в счете;
- 4) какое место в турнирной таблице занимает команда соперников [1].

Организация исследования. Для диагностики выраженности агрессии у подростков был проведен комплекс методик, в который вошли:

- тест агрессивности (опросник Л.Б. Почебут);

– опросник агрессивности Басса-Дарки.

С помощью опросника Л.Б. Почебут мы выявили общий стиль поведения в стрессовых ситуациях и особенности приспособления подростков в социальной среде. Общее количество респондентов составило 60 человек. Все они учащиеся 9 – 11-х классов МОУ СОШ № 92 г. Волгограда, активно занимающиеся спортивной деятельностью.

Результаты исследования. По результатам были выявлены следующие данные. Из таблицы 1 видно, что уровень вербальной агрессии, когда человек выражает свою агрессию, используя словесные оскорбления, у большинства испытуемых высокий – 62%, а степень адаптивности у них низкая. Проявления физической агрессии свойственны на высоком уровне половине респондентов – они выражают свои агрессивные проявления с применением физической силы, а вторая половина относится примерно в равных долях к средним и низким показателям агрессивности.

Таблица 1

Общий стиль поведения в стрессовых ситуациях и особенности приспособления спортсменов в социальной среде

Формы проявления агрессии	Высокий уровень агрессивности и низкий уровень адаптивности	Средний уровень агрессии и адаптированности	Низкий уровень агрессивности и высокий уровень адаптивности
ВА	62%	36%	2%
ФА	52%	22%	26%
ПА	25%	50%	25%
ЭА	10%	64%	26%
СА	20%	68%	12%
Средний показатель	0%	100%	0%

Предметная агрессия, выражающаяся в срывании яростных проявлений на окружающих человека предметах, имеет средние значения агрессии и адаптивности по данному типу поведения у 50 процентов опрошенных. Остальные испытуемые в равной части разделились между высокими и низкими показателями. По шкале эмоциональная агрессия большинство респондентов имеют средний уровень агрессии и адаптивности. Меньшее количество выборов (26%) имеют низкая степень агрессии и соответственно высокая степень адаптации по данному критерию. И самую малую часть выборов имеют высокие показатели эмоциональной агрессии у подростков. По шкале самоагрессия, которая характеризуется отсутствием или ослаблением механизмов психологической защиты, рассогласованием с самим собой, у большинства испытуемых выявлена средняя степень агрессивности и адаптации по данному критерию – 68%, высокий уровень агрессии и, соответственно, низкий уровень адаптации у 20% респондентов, и самые низкие показатели самоагрессии у 12%. В результате общий уровень агрессии и адаптации 100 % испытуемых имеет среднюю выраженность.

С помощью второй методики Басса – Дарки мы провели исследование по выявлению уровня агрессивного поведения спортсменов. Испытуемым предлагалось ответить на 75 утверждений: согласится или опровергнуть их. По результатам были выявлены следующие данные агрессивности и враждебности подростков.

По таблице 2 мы видим, что норму индекса агрессивности (21+4) имеют половина испытуемых, опрошенных нами. У 17% показатели агрессивности превышают положенную норму, таким образом у них проявляются резкие выплески агрессии на окружающих, характерен низкий уровень самоконтроля. А у 33% уровень агрессивности занижен, что способствует зарождению страхов, неспособности отстаивать свои интересы, защищаться от внешней угрозы. По критерию враждебности в норму (7+3) входят 60%

испытуемых. А оставшиеся 40% имеют завышенные показатели враждебности, у таких подростков проявляются негативные чувства и негативные оценки людей и событий.

Таблица 2

Уровень агрессивного поведения спортсменов

Агрессивность		
Норма (17-25)	30 чел.	50%
Завышенные показатели	10 чел.	17%
Заниженные показатели	20 чел.	33%
Враждебность		
Норма (4-10)	36 чел.	60%
Завышенные показатели	24 чел.	40%

Заключение.

По результатам можно сделать вывод о том, что у юного спортсмена наиболее выражена вербальная агрессия, то есть для него наиболее характерен выплеск негативных эмоций через крик, ругань, ссоры. Также выделяется физическая агрессия, то есть подкрепление ссоры физической силой, направленной против другого человека. А менее всего для спортсмена данного возраста характерен негативизм.

Проведенный анализ позволяет нам сделать вывод о необходимости психокоррекционной работы с подростками, которая должна быть направлена на снижение уровня агрессивности, осознание собственных потребностей, развитие внутреннего самоконтроля, формирование адекватной самооценки и позитивных жизненных перспектив.

Литература

Горбунов, Г.Д. Психопедагогика спорта. – 3-е изд. испр. / Г.Д. Горбунов. – М.: Спорт, 2007. – 296 с.

Зайченко, В.Н. Воспитание в спортивной деятельности: Учебное пособие / В.Н. Зайченко, Е.В. Тяглова. – Волгоград: ВГАФК, 2012. – 197 с.

Зайченко, В.Н. Формирование творческой самореализации студентов на этапе вузовской подготовки: монография / В.Н. Зайченко, Ю.В. Шурлаева. – Волгоград: ФГОУВПО «ВГАФК», 2010. – 145 с.

Зайченко, В.Н. Педагогика физической культуры и спорт в вопросах и ответах: Учебно-методическое пособие для студентов высших и средних профессиональных учебных заведений / В.Н. Зайченко. – Волгоград: ФГБОУ ВПО «ВГАФК», 2013. – 86 с.

Коробова, А.Э. Педагогические технологии в спортивной деятельности: учебное пособие для студентов по направлению 032100 Физическая культура / А.Э. Коробова. – Волгоград: ФГБОУ ВПО «ВГАФК», 2012. – 187 с.

Майнберг, Э. Основные проблемы педагогики спорта: Вводный курс. Пер. с нем. / Под ред. М.Я. Виленского и О.С. Метлушко. – М.: Аспект Пресс, 1995. – 246 с.

Педагогика физической культуры и спорта: учебник / Под. ред. С.Д. Неверковича. – М.: Физическая культура, 2006. – 164 с.

МЕНЕДЖМЕНТ В СФЕРЕ ФИЗИЧЕСКОЙ КУЛЬТУРЫ И СПОРТИВНОЙ ТРЕНИРОВКИ

СПОРТИВНЫЙ ТУРИЗМ

Бекирова М.Г.

Волгоградская государственная академия физической культуры

В статье автором рассматриваются вопросы, связанные со спортивным туризмом, который позволяет познакомиться с культурой и бытом различных стран и народов; воспитывает патриотизм, духовность, мужество, гражданственность; имеет военно-прикладное назначение; противодействует наркомании и правонарушениям.

Ключевые слова: спортивный туризм, хронология, молодежь, путешествия, мужество, воспитание.

SPORTS TOURISM

Bekirova M.G.

Volgograd State Physical Education Academy

In this paper the author discusses questions related to sports tourism, which allows you to get acquainted with culture and lifestyle of different countries and peoples, fosters patriotism, spirituality, courage, citizenship, has applied military purpose; opposes drug use and delinquency.

Keywords: sports tourism, chronology, youth, travel, courage, education.

Спортивный туризм – не только общенациональный вид спорта, это общественное движение, которое объединяет спорт, духовность, патриотизм, лозунгом которого являются «Духовность – Спорт – Природа».

Спортивный туризм – вид спорта, в основе которого лежат соревнования на маршрутах (спортивный поход), включающих преодоление категорированных по трудности препятствий в природной среде (дорог и троп с различным покрытием и бездорожья, переправ, перевалов, вершин, порогов, каньонов, пещер, водных путей и на дистанциях, проложенных в природной среде и на искусственном рельефе [1].

Спортивный туризм относится к социальному виду спорта, им занимаются слои населения, не имеющие больших доходов – молодежь, студенчество, интеллигенция, учителя, врачи. Общественный характер взаимоотношений в туризме требует от участников коллективизма, взаимовыручки, самопожертвования во имя общей цели, воспитывает духовность. Поэтому, говоря о спортивном туризме, мы говорим о воспитании патриотизма, мужества, гражданственности. Спортивный туризм имеет ярко выраженное военно-прикладное значение.

Кроме того, спортивный туризм – это средство экологического воспитания. Спортивный туризм является эффективным противодействием наркомании, пьянству и правонарушениям. Это и спортивные туристские лагеря, и походы с трудными подростками, позволяющие достичь очень эффективных результатов.

Спортивный туризм – это путешествия в условия открытого воздуха, природной среды. Отметим, что в настоящее время среди молодежи популярны экстремальные виды занятий спортивным туризмом.

В отличие от других видов спорта, спортивный туризм требует минимальных затрат, так как тренировочный процесс и сами маршруты проходят в природной среде, не требующей дорогостоящих стадионов и специальных спортивных залов.

Немного истории спортивного туризма. Туристское движение в России зародилось в конце XIX века. В то время в стране одна за другой стали появляться первые туристские организации: «Альпийский клуб» в Тбилиси (1877 г.), «Предприятие для общественных путешествий во все страны света» в Петербурге (1885 г.), «Крымский горный клуб» в Одессе (1890 г.) с филиалами в Ялте и Севастополе (позднее – «Крымско-Кавказский горный клуб»), «Русский тюринг-клуб» (общество велосипедистов) в Петербурге (1895 г.) с отделениями в Москве, Киеве, Риге и др. В 1901 г. «Тюринг-клуб» был преобразован в Российское общество туристов (РОТ), ставшее крупнейшим туристским объединением в стране – к 1914 г. в его рядах насчитывалось около 5 тыс. членов [5].

Летопись туризма оставила нам имена энтузиастов, совершивших поистине марафонские переходы по неизведанным маршрутам, имена первопроходцев и отважных спортсменов, участвовавших в пеше-лыжных, велосипедных, конных путешествиях, кругосветных путешествиях, в байдарочных, шлюпочных и парусных походах.

В 1929 году учреждается «Общество пролетарского туризма и экскурсий», в число членов которого в 1935 году входило до 790 тыс. человек. С 1930 года оно становится всесоюзным (ОПТЭ). В 20 – 30-е годы прошлого века в СССР альпинизм и горный туризм в современном понимании этих слов считались единым видом спортивного туризма, и развивались государством в системе ОПТЭ.

В начале XX века во всём мире поклонники горовосхождений назывались горными туристами. Альпинистами назывались только путешествующие в Альпах. Однако постепенно этот термин стал общим для всех любителей гор. В 30-х годах в СССР горный туризм и альпинизм не разделялись. Одни и те же спортсмены ходили как в перевальные походы, так и на вершины. В 40-е годы после разгрома ОПТЭ бывшие члены его горной секции ограничились восхождениями на вершины и стали альпинистами в современном смысле.

К середине 30-х годов в развитии туризма выделились два самостоятельных направления (туристско-экскурсионный и самодеятельный). Первое направление перешло в ведение ВЦСПС, где было создано Центральное туристско-экскурсионное направление (ТЭУ), а второе – в ведение Всесоюзного комитета по делам физической культуры и спорта, где была создана Всесоюзная секция туризма. Начали создаваться секции туризма в ДСО и коллективах физкультуры. Спорткомитетом в 1939г. был введен значок «Турист СССР», в 1940 г. учреждено звание инструктора по туризму.

В 1936 году для спортсменов были учреждены звания «Мастер спорта» и «Заслуженный мастер спорта», а также в этом году руководство туризмом в стране передано физкультурным организациям и ВЦСПС.

В довоенный период широкий размах получил туризм среди школьников. В 1932 году была создана центральная детская экскурсионно-туристская станция, после чего аналогичные станции стали создаваться во всех республиках и крупных городах. Созданная сеть станций детско-юношеского туризма действует и в настоящее время, число которых составляет более 400, а ежегодное число участников, организуемых этими учреждениями, составляет порядка 1,6 миллионов участников. В предвоенный период в самодеятельных походах - дальних и выходного дня участвовало почти 3 млн. человек.

Война прервала деятельность туристских организаций. Понадобилось много лет для достижения довоенного уровня. Увеличение туристов, объединенных в туристские

секции и клубы, сложными спортивными походами потребовало упорядочения системы подготовки на основе единых нормативных требований.

После окончания Великой Отечественной войны ВЦСПС и ЦК ВЛКСМ предпринял широкомасштабные действия по развитию туризма в стране. Уже в 1945 году ВЦСПС принимает соответствующее решение. В трудное послевоенное время выделяются средства на восстановление и строительство новых турбаз и лагерей. Особый размах получило создание туристских клубов. Они стали центрами консультаций по прохождению спортивных маршрутов, местом работы маршрутно-квалификационных комиссий по видам туризма, являлись организаторами спортивного туризма.

В 1949 году Всесоюзный комитет по делам физической культуры и спорта своим постановлением включил в Единую Всесоюзную спортивную классификацию туризм. Самодеятельным туристам стали присваивать спортивные разряды и звания. Руководство туризмом осуществлялось Союзом спортивных обществ и организаций СССР и ВЦСПС.

Начиная с 50-х годов стали действовать школы инструкторов туризма, а в конце 50-х - школы руководителей сложных походов по видам туризма. С середины 50-х годов началось бурное развитие самодеятельного туризма и его высшего проявления – спортивного туризма. Туризм стал действительно массовым.

В 1962 году решением ВЦСПС ТЭУ были преобразованы в Центральный совет по туризму и экскурсиям (ЦСТЭ), республиканские и областные советы, в ведение которых полностью перешел самодеятельный туризм. При ЦСТЭ и советах на местах начали работать секции и комиссии по видам туризма, создавались областные и городские туристские клубы.

В 1976 году ВЦСПС принял решение о создании единого общественного туристского органа – Федерации туризма ЦСТЭ и образовании соответствующих федераций на местах.

В 1985 г. Федерация стала называться Всесоюзной, а федерации на местах – республиканскими, краевыми и областными. К концу 80-х годов в системе советов по туризму было создано 950 областных, городских туристских клубов, объединяющих многотысячный общественный актив.

С 90-х годов после ликвидации искусственных запретов горные туристы стали включать в свои маршруты восхождения и траверсы вершин. Известны случаи, когда восхождения в рамках туристских походов занимали призовые места в чемпионатах по альпинизму, оставаясь всего лишь одним из нескольких элементов горного похода.

В 1992 г. после распада СССР был создан Международный туристско-спортивный союз, а в 2002 году была учреждена Международная Федерация спортивного туризма, объединившая туристов стран СНГ и Прибалтики. Туристско-спортивный союз и федерация спортивного туризма России стала работать при Госкомспорте России. Спортивный туризм включен в Единую всероссийскую спортивную классификацию.

В настоящее время в отличие от обычного путешествия спортивное путешествие включает набор классифицированных по сложности естественных препятствий. Как правило, в горном и лыжном туризме такими препятствиями являются горные вершины и перевалы, а в водном туризме – речные пороги. Классифицированные препятствия составляют основу методики сравнения путешествий по их сложности. Это похоже на оценку сложности программ по гимнастике или фигурному катанию. С блеском исполненные наиболее сложные путешествия выдвигаются на первенство Москвы и на чемпионат России.

Организация и проведение спортивных путешествий подчиняются Правилам, которые утверждены Туристско-спортивным союзом России. В этих Правилах аккумуля-

руется опыт многих поколений путешественников. Поэтому при их выполнении гарантируется достигнутый в спортивном туризме уровень безопасности. Контролирует это система маршрутно-квалификационных комиссий (МКК). В частности, МКК проверяет подготовленность группы к выходу на маршрут и соответствие опыта участников путешествия его сложности.

Созданная в течение десятилетий система спортивного туризма минимально ограничивает инициативу путешественников. В настоящее время спортивное путешествие можно оформить к любой точке земного шара, при этом каждый может стать руководителем группы, лишь бы он обладал опытом участия в путешествии той же категории сложности и опытом руководства в путешествии.

Спортивный туризм это не только спорт. Он позволяет познакомиться с культурой проживающих в районе путешествия народов, насладиться созерцанием удивительных ландшафтов, испытать трепет исследователя-первопроходца. Конечно, в эпоху тотальной аэрофотосъемки географическое открытие совершить невозможно, однако еще можно побывать в местах, где не ступала нога человека. Наконец, спортивный туризм – это школа мудрости. Это точный расчет сил, умение предвидеть события и прогнозировать течение порождаемых ими процессов.

Спортивный туризм в России и ряде сопредельных стран является видом спорта, имеющим многолетние традиции. Он включает в себя не только спортивную составляющую, но и особую духовную сферу, и образ жизни самих любителей странствий. Центрами развития спортивного туризма по-прежнему остаются некоммерческие клубы туристов (турклубы), хотя многие туристы занимаются им самостоятельно.

Многие спортивные туристы также занимаются смежными видами спорта: спортивным ориентированием, скалолазанием, альпинизмом, рафтингом, лыжами, яхтенным спортом и др. Спортивные туристы являются, в том числе, резервом для подготовки спасателей в природной среде.

По видам спортивный туризм различается [2]:

- пешеходный туризм – передвижение на маршруте производится в основном пешком. Основной задачей является преодоление рельефно-ландшафтных препятствий пешком, для высоких категорий сложности – в районах со сложным рельефом и климатическими условиями;

- лыжный туризм – передвижение на маршруте производится в основном на лыжах. Основной задачей является преодоление рельефно-ландшафтных препятствий по снежному и снежно-ледовому покрову на лыжах, для высоких категорий сложности – в условиях суровых климатических зон и в горной местности;

- горный туризм – пешие походы в условиях высокогорья. Основной задачей является прохождение горных перевалов, восхождение на вершины, траверсы горных хребтов;

- водный туризм – сплав по рекам на средствах сплава (судах), как правило, в горной местности. Основной задачей является прохождение водных препятствий, образованных рельефом русла реки и особенностями ее течения;

- парусный туризм – путешествия на судах под парусом по морю или акваториям больших озер. Основной задачей является выполнение плана похода судна в соответствии с правилами плавания во внутренних водах и в открытом море;

- на средствах передвижения – раздел, включающий в себя велосипедный туризм, конный туризм и авто-мото туризм. Основной задачей является преодоление на протяженном маршруте рельефно-ландшафтных препятствий (дороги и тропы с различным рельефом и покрытием, вплоть до дорог на грани проезжаемости (проходимости), туристических, скотопрогонных троп и троп миграции животных, броды и переправы, гор-

ные перевалы, траверсы и т.д.) в сложных условиях, как правило, в горной или сложной по климату и рельефу сильнопересеченной местности;

– комбинированный туризм – походы, сочетающие в себе элементы различных видов туризма;

– мотоциклетный туризм – один из видов туризма, в котором мотоцикл служит средством передвижения. Понятие «мотоциклетный туризм» многозначно и относится как к одному из видов активного отдыха, так и к разновидности спортивного туризма.

За последние годы получили свое квалификационное оформление следующие туристские направления: туристское многоборье; путешествия; парусный туризм; конный туризм; комбинированный туризм; экстрим-туризм; туризм для людей с ограниченными возможностями; туристское многоборье в закрытых помещениях на искусственном рельефе; короткие маршруты в классе спортивных походов.

Спортивный туризм, прежде всего, спортивные походы, является командным видом спорта, в котором сильны традиции взаимопомощи и взаимовыручки, спортивной дисциплины, самосовершенствования и взаимной передачи знаний и опыта.

Увлечение спортивным туризмом позволяет познакомиться с культурой и бытом различных стран и народов, с замечательными и часто даже уникальными уголками природы, интересными достопримечательностями, получить удовольствие от общения, приобрести надежных товарищей. Участие в спортивных походах начальных категорий сложности и в соревнованиях на дистанциях, как правило, не требует значительных финансовых затрат, в то же время позволяет получить необходимые базовые навыки и удовольствие от участия в походах и соревнованиях.

Занятие спортивным туризмом как комплексным видом спорта, осуществляемым в сложной природной и общественной среде, разумеется, несет в себе определенные риски, и требует от спортсмена разносторонних знаний, умений, опыта и хорошей физической, технической и психологической подготовки.

Литература

1. Александрова, А.Ю. Международный туризм / А.Ю. Александрова. – М.: Аспект Пресс, 2004. – 136 с.
2. Дурович, А.П. Организация туризма / А.П. Дурович. – СПб.: Питер, 2009. – 222 с.
3. Соболева, Е.А. Статистика туризма: Статистическое наблюдение / Е.А. Соболева. – М.: Финансы и статистика, 2004. – 184 с.
4. Скобкин, С.С. Менеджмент туризма / С.С. Скобкин. – М.: Магистр, 2007. – 194 с.
5. Экономика и организация туризма. Международный туризм / Под.ред. И.А. Рябовой, Ю.В. Забаева, Е.Л. Драчевой. – М.: КНОРУС, 2005. – 244 с.

МАРКЕТИНГОВОЕ ИССЛЕДОВАНИЕ ДЕЯТЕЛЬНОСТИ СПОРТИВНОЙ ОРГАНИЗАЦИИ

Бондаренко М.П., Душкевич А.В.

Волгоградская государственная академия физической культуры

Представлены результаты проведенного маркетингового исследования деятельности спортивной организации АМУ ФКС «Волжанин». Определена возрастающая роль

маркетинга в работе спортивных организаций. Изучен спрос потребителей услуг спортивной организации.

Ключевые слова: управление, рынок, маркетинг, физкультурно-спортивные организации, миссия организации, цели маркетинга, модели рыночного поведения, стратегия маркетинга.

MARKET RESEARCH OF SPORTS ORGANIZATION

Bondarenko M.P., Dushkevich A.V.

Volgograd State Physical Education Academy

The results of marketing research activities of sports organization "Volzhanin" were presented. We define an increasing role of marketing in sports organizations work. The demand of sports organization consumers was studied.

Keywords: management, market, marketing, sports organizations, the mission of the organization, marketing goals, models of market behavior, marketing strategy.

С каждым годом физическая активность и спорт все в большей степени проникают в повседневную жизнь людей – повсеместно возрастает количество спортивных клубов и организаций, увеличивается число людей, приобщающихся к спорту, растет количество и качество спортивных средств массовой информации. В условиях глобализации экономических отношений, свободы передвижения людей и обмена информацией, постоянно увеличивается число спортивных болельщиков, присутствующих на соревнованиях лично, наблюдающих за ними по телевидению, слушающих радиотрансляции или обращающихся к компьютерным сетям. Ныне во многих странах сформировался спортивный стиль в одежде и образе жизни, стало модным иметь стройную фигуру или рельефные мускулы. На потребности людей соответствующим образом реагирует рынок: фирмы-производители спортивных товаров и услуг расширяют ассортимент предлагаемой ими продукции, улучшают ее качество, а также формируют новый спрос.

Высокий спрос на спортивные товары и услуги предъявляют и профессиональные спортсмены, тренеры, клубные и иные физкультурно-спортивные организации. Эта часть потребительского спроса весьма специфична своими повышенными требованиями к качеству спортивной продукции, удобству и надежности ее эксплуатации [1].

Складывающиеся на современных спортивных рынках тенденции вместе с массовым спросом обеспечивают производителям спортивной продукции и услуг огромные прибыли, за обладание которыми идет жесткая конкурентная борьба.

Спортивный маркетинг представляет собой составную часть общего маркетинга, имеющего свои специфические черты и особенности. В частности, в поле зрения спортивного маркетинга попадают такие особые объекты и отношения, как болельщики, спонсоры, купля-продажа спортсменов, массовый спорт, спортивный бизнес, здоровый образ жизни [2].

Объектом исследования выступило Автономное муниципальное учреждение физической культуры и спорта «Волжанин» – городского округа город Волжский организовано 1 апреля 2004 года.

На базе АМУ ФКС «Волжанин» проходит подготовка детей с разной возрастной категорией. Дети 4-6 лет – 50 человек, 7-10 лет – 46 человек, 12-17 лет – 60 человек [3].

Тренерский состав представлен в составе:

- Кандидаты в мастера спорта России – 60 человек;
- Мастера спорта России – 37 человек.

Проведенное исследование затрагивало следующие вопросы:

- 1) Реклама спортивной организации;
- 2) План мероприятий в спортивной организации;
- 3) Привлечение новых клиентов для посещения спортивной организации;
- 4) Наличие инвестиций у спортивной организации;
- 5) Лицензирование спортивной организации.

В процессе исследования, которое проводилось в автономном муниципальном учреждении физической культуры и спорта «Волжанин», было опрошено 165 респондентов, из которых:

- 1) Родители – 76 человек;
- 2) Дети дошкольного возраста – 36 человек;
- 3) Дети школьного возраста – 38 человек;
- 4) Тренеры – 15 человек;
- 5) Персонал организации – 5 человек.

На вопрос о наличии рекламы спортивной организации 30 респондентов ответило утвердительно, а 18 вообще не имело представления о ее существовании по отношению к данной организации.

Одним из однозначных выводов данного опроса является утверждение, что все респонденты встречали рекламную информацию о рассматриваемой организации в городе, СМИ, в интернете. Что подтверждает наличие рекламной компании в «Волжанин» и может служить утверждением реальной информативной работы проводимых маркетинговых шагов руководством учреждения.

Также исследование показало, что представители тренерского состава (в количестве 15 человек) ответили утвердительно на вопросы о посещении семинаров, тренингов, форумов. Эти данные свидетельствуют о грамотной информационной работе руководства «Волжанин», которая способствует повышению педагогических знаний и умений в спортивной работе персонала учреждения.

Еще одним важным мотивом занятий физической культурой и спортом является общение, нахождение в спортивной среде себе подобных людей, обмена мнениями с ними, установления дружеских отношений. Кроме того, для многих людей важен сам факт приобщения к категории спортсменов как социальной группе. Это обстоятельство может повышать их социальный престиж или личный статус.

Литература

1. Бондаренко, М.П. Мониторинг мотивации занятий спортом как особым видом профессиональной деятельности / М.П. Бондаренко // Креативная экономика. – 2012. – №10. – Москва: ООО «Креативная экономика», 2012. – С. 140-144.
2. Бондаренко, М.П. Оценка эффективности маркетинга спортивной организации. Текст./ М.П. Бондаренко, Ю.А. Зубарев, Г.В. Рябенко // Вестник Евразийской академии административных наук. Научно-теоретический журнал. – 2013. – №2 (23). – М.: ЕААН, 2012. – С. 62-67.
3. Сайт АМУ ФКС «Волжанин» [Электронный ресурс] URL: <http://amuvolzhanin.com/home/>
4. Харитонов, М.В. Реклама и PR в массовых коммуникациях / М.В. Харитонов. – СПб: Речь, 2008. – 132 с.

**ПОВЫШЕНИЕ ЭФФЕКТИВНОСТИ ПРОЦЕССА ПОДГОТОВКИ
МЕНЕДЖЕРОВ ИНДУСТРИИ ТУРИЗМА
НА ОСНОВЕ УЧЕТА ДАННЫХ ПРОФЕССИОГРАММЫ**

Губанищева А.А., Мастеров А.Г.

Волгоградская государственная академия физической культуры

В статье рассматриваются вопросы, связанные с повышением эффективности подготовки менеджеров индустрии туризма на основе учета данных профессиограммы средствами физической культуры в процессе профессионально-прикладной физической подготовки. Выявлена потребность в разработке новых подходов к решению проблем повышения конкурентоспособности специалистов на рынке труда, в процессе физического воспитания студентов – будущих менеджеров индустрии туризма на основе учета особенностей образовательного процесса и будущей профессии.

Ключевые слова: менеджер индустрии туризма, профессиограмма, профессионально-прикладная физическая подготовка, учебный процесс.

**IMPROVING THE EFFICIENCY OF THE PROCESS OF TOURISM MANAGERS
PREPARATION ON THE BASIS OF ACCOUNTING DATA JOB DESCRIPTION**

Gubanisheva A.A., Masterov A.G.

Volgograd State Physical Education Academy

This article discusses questions related to the system of training managers in the field of tourism on the basis of accounting data profессиogram by means of physical education in the process of professionally-applied physical training. The need of developing new approaches for solving the problems of increasing specialists competitiveness in the labor market was identified, in the process of students physical education - future managers of the tourism industry taking into account the characteristics of the educational process and the future profession.

Keywords: manager of the tourism industry, profессиogram, professionally - applied physical training, the training process.

Колоссальный объем умственной нагрузки, и специфика будущей профессиональной деятельности предъявляет повышенные требования к уровню физической и функциональной подготовленности студентов, обучающихся по специальности «Менеджмент организации» [10]. Это связано с тем, что труд менеджера характеризуется высокой ответственностью за правильное принятие управленческих решений, в том числе носящих стратегический характер, определяющих пути развития организации, успешность работы фирмы в условиях рыночной экономики [4]. На решение возникающих в ходе работы менеджера проблем требуются не только время и усилия, но нередко и огромное умственное напряжение, максимальное включение и использование аналитико-конструктивных способностей человека. Все это вызывает необходимость высокой работоспособности, трудоспособности, хорошего здоровья и профессионального долголетия, что возможно при организации оптимального режима двигательной активности [10].

Эффективность труда молодого специалиста, его закрепление на рабочем месте во многом зависят от того, насколько он будет адаптирован к профессиональной дея-

тельности уже в стенах вуза, то есть будет обладать не только знаниями, но умениями и навыками их самостоятельного использования в реальных производственных условиях [9]. Требования, которые предъявляет профессия к физической и психической подготовленности специалистов в области туристического бизнеса делают особенно актуальным процесс организации высококачественной подготовки в период вузовского обучения [2].

Все выше сказанное свидетельствует о необходимости разработки новых подходов к решению проблем повышения конкурентоспособности специалистов на рынке труда (т.е. наличия качеств, обеспечивающих им высокую адаптированность к профессиональной деятельности) в процессе физического воспитания студентов – будущих менеджеров индустрии туризма с учетом особенностей образовательного процесса и будущей профессии.

Важную роль в становлении будущих специалистов в области туристического бизнеса играет профессионально-прикладная физическая подготовка (ППФП), направленная на формирование у студентов профессионально значимых психофизических качеств, специальных знаний, умений и навыков, которые способствуют поддержанию их на должном уровне профессиональной надёжности [6, 7, 8].

Следует отметить, что в последние годы практика физического воспитания, результаты специальных научных исследований существенно расширили представление о важности и содержании профессионально-прикладной физической подготовки будущих специалистов в различных сферах трудовой деятельности [1, 3, 5]. Было доказано, что в процессе ППФП благополучно формируется обширный комплекс личностных и психофизиологических качеств, которые необходимы специалисту в его профессиональном труде.

Сегодня в нашей стране ППФП осуществляется в качестве одного из разделов обязательного курса в образовательных учреждениях среднего и высшего профессионального образования, а также в системе научной организации труда в период профессиональной деятельности персонала, когда это требуется по условиям и характеру организации труда.

В настоящее время под профессионально-прикладной физической подготовкой понимается специализированный вид физического воспитания, направленный на формирование двигательных умений и навыков, развитие и совершенствование физических и психических качеств, имеющих существенное значение для конкретной профессиональной деятельности, достижение высокой физической и умственной работоспособности, сохранение здоровья и творческого долголетия [6, 7, 8].

Профессионально-прикладная физическая подготовка эффективно способствует процессу укрепления здоровья, повышения сопротивляемости организма человека к заболеваниям, снижению травматизма [6]. Труд людей, систематически занимающихся профессионально-прикладной физической подготовкой, более квалифицирован, производитель и экономичен [5]. Работники, занимающиеся профессионально-прикладной физической подготовкой, меньше утомляются во время выполнения своих трудовых обязанностей [7].

Максимально действенно и всесторонне задачи профессионально-прикладной физической подготовки решаются на учебных занятиях по физическому воспитанию. В программы по физическому воспитанию в высших учебных заведениях включены теоретические и практические разделы по гимнастике, плаванию, легкой атлетике, спортивным играм. Профилирование вышеперечисленных разделов способствует эффективному формированию всех основных профессионально значимых свойств и качеств будущего специалиста.

Во многом направленность ППФП определяют психофизиологические особенности профессиональной деятельности. К таким психофизиологическим особенностям от-

носятся нагрузка на отдельные физиологические системы и органы, моторные действия, принятие решений, прием, хранение и переработка производственной информации в большом объеме, эмоциональные состояния, психическое напряжение, утомляемость, динамика работоспособности.

Для практического осуществления общей направленности ППФП, а именно формирования и совершенствования специфических физических способностей, необходимо иметь достаточно содержательную информацию о той или иной профессии. Эта информация содержится в профессиограмме, которая представляет собой описание рациональной структуры трудовых операций с максимальным учетом функциональных возможностей людей выполнять соответствующие действия. В содержание профессиограммы включается полное описание и характеристика условий труда, его характер и специфика. Характер труда определяется долей умственной и физической нагрузки.

Описание, характер и специфика труда специалиста определяется путем выявления и определения особенностей рабочих движений, приемов и действий. К ним относятся тип двигательного действия (вращательные, ударные) и участвующие при этом части тела, амплитуда движений, временные и силовые характеристики, особенности координации движений, степень их пластичности.

После определения основных параметров и характеристик, которые позволяют определить и раскрыть типичные черты трудовой деятельности, необходимо определить степень воздействия данной профессии на организм человека, какие двигательные навыки и физические способности являются наиболее профессионально важными и значимыми.

После выяснения профессионально важных физических способностей и определения специфических профессиональных двигательных навыков, необходимо подобрать наиболее эффективные и результативные средства, которые будут способствовать развитию этих качеств. При выборе средств необходимо учитывать, чтобы каждое упражнение действовало комплексно, то есть способствовало решению нескольких задач одновременно, развитию физических способностей, формированию двигательных навыков, совершенствованию всех функциональных систем организма, его возможности сопротивляться неблагоприятным факторам окружающей внешней среды.

Подводя итог вышесказанному, можно сделать вывод, что в процессе физического воспитания целесообразно учитывать особенности профессии. Необходимо при подготовке студентов – будущих менеджеров индустрии туризма в процессе физического воспитания применять системный подход к использованию всех средств, методов и форм, при помощи которых уровень развития профессионально значимых качеств обучающихся к моменту окончания высшего учебного заведения будет максимально приближен или доведен до необходимых параметров.

В связи с этим возникает необходимость такого построения учебного процесса по физическому воспитанию студентов – будущих менеджеров туристического бизнеса, который позволит обеспечить оптимальный уровень функциональной, физической и психофункциональной подготовленности, состояния здоровья, как важнейших составляющих профессиональной готовности будущих специалистов.

Литература

1. Волохова, С.В. Технология профессионально-прикладной физической подготовки студентов, обучающихся по специальности «Литейное производство черных и цветных металлов»: дис. ... канд. пед. наук / С.В. Волохова; ФГБОУ ВПО «Российский государственный университет физической культуры, спорта и туризма». – Москва, 2009. – 131 с.

2. Губанищева, А.А. Учет особенностей профессиональной деятельности будущих менеджеров индустрии туризма в процессе физического воспитания / А.А. Губанищева // *Философия социальных коммуникаций*. – 2013. – № 1 (22). – С. 130-135.
3. Жегалова, М.Н. Технология профессионально-прикладной физической подготовки студентов, обучающихся по направлению «Пожарная безопасность»: дис. ... канд. пед. наук / М.Н. Жегалова; ФГБОУ ВПО «Волгоградская государственная академия физической культуры». – Волгоград, 2012. – 165 с.
4. Камнева, А.М. Технология формирования психологической устойчивости средствами физической культуры у студентов – будущих спортивных менеджеров: дис. ... канд. пед. наук / А.М. Камнева; ФГОУВПО «Волгоградская государственная академия физической культуры». – Волгоград, 2011. – 201 с.
5. Кивихарью, И.В. Профессионально-прикладная физическая подготовка будущих специалистов в области декоративно-прикладного искусства: дис. ... канд. пед. наук / И.В. Кивихарью; ФГБОУ ВПО «Национальный государственный университет физической культуры, спорта и здоровья им. П.Ф. Лесгафта, Санкт-Петербург». – СПб., 2010. – 213 с.
6. Коровин, С.С. Профессиональная физическая культура и формирование личности: монография / С.С. Коровин. – Оренбург, 1998. – 259 с.
7. Курамшин, Ю.Ф. Теория и методика физической культуры (курс лекций): учебное пособие / Ю.Ф. Курамшин, В.И. Попова. – СПб.: СПбГАФК им. Л.Ф. Лесгафта, 1999. – 324 с.
8. Матвеев, Л.П. Теория и методика физической культуры: (общие основы теории и методики физ. воспитания; теоретико-методологические аспекты спорта и профессионально-прикладных форм физической культуры): учебник для институтов физ. культуры / Л.П. Матвеев. – М.: Физкультура и спорт, 1991. – 542 с.
9. Мастеров, А.Г. Оптимизация психоэмоционального состояния студентов – будущих менеджеров индустрии туризма в процессе обучения в вузе: монография / А.Г. Мастеров. – Волгоград, ФГБОУ ВПО «ВГАФК», 2011. – 167 с.
10. Тынянкин, О.А. Условия реализации технологии оптимизации физической подготовленности студентов – будущих спортивных менеджеров на основе дифференцированного мониторинга физического состояния // *Научно-методические основы повышения качества подготовки специалистов для сферы физической культуры, спорта и туризма: сборник научных трудов всероссийской научно-практической конференции ФГБОУ ВПО «ВГАФК», 21-22 мая 2013 г. / ФГОУ ВПО «Волгоградская государственная академия физической культуры» / Под общей редакцией А.Г. Мастерова, Е.В. Беликовой. – Волгоград, 2013. – С. 35-39.*

ИННОВАЦИОННЫЙ ПОТЕНЦИАЛ ВУЗА И ЕГО КОНКУРЕНТОСПОСОБНОСТЬ

Губина Е.М.

Волгоградская государственная академия физической культуры

В статье рассматривается инновационный потенциал вуза, его конкурентоспособность, анализируются проблемы системы менеджмента качества вуза, обосновывается предпосылка создания отдела маркетинга как организационной структуры вуза.

Ключевые слова: инновационный потенциал вуза, конкурентоспособность вузов, система менеджмента качества.

INNOVATION POTENTIAL OF HIGHER EDUCATIONAL INSTITUTION AND IT'S COMPETITIVENESS

Gubina E.M.

Volgograd State Physical Education Academy

The article discusses the innovative potential and competitiveness of higher educational institution, analyzes the problems of management quality system, explains creating the marketing department as the organizational structure of higher educational institution,

Keywords: innovative potential of higher educational institution, competitiveness, management quality system.

Конкуренция стран в экономике сводится в современных условиях к конкуренции в области науки и техники и как следствие – в области подготовки квалифицированных кадров. Принято считать, что высшие учебные заведения оказывают деятельность по оказанию образовательных услуг, где основной является учебная и внеучебная деятельность. К основной деятельности вуза относятся: учебная деятельность; научно-методическая деятельность; управленческая деятельность; экономико-хозяйственная деятельность; маркетинговая деятельность и др.

Каждый вид деятельности вуза обеспечивается определенным его структурным подразделением (администрация, профессорско-преподавательский состав, экономико-хозяйственный персонал, учебно-воспитательный и др.

Обозначив конкурентоспособность вуза как способность учебного заведения выпускать конкурентоспособных специалистов, справедливо было бы напомнить, что конкурентоспособность вуза как объекта хозяйственной деятельности должно обеспечиваться такими элементами как: конкурентоспособность управления вузом; конкурентоспособность образовательных услуг; конкурентоспособность выпускников [3].

В сложившейся ситуации российское образование должно быть тем сегментом экономики, в котором могут быть созданы конкурентные преимущества, способные обеспечить не только решение текущих, непосредственных задач образования личности, но и трансформацию системы на региональном и национальном уровне в режим инновационно-воспроизводственного социально-ориентированного развития. Источником развития вуза должен выступать его инновационный потенциал, который характеризуется как описание возможностей учебного заведения по достижению собственных целей за счёт реализации инновационных проектов.

Инновационный потенциал представляет собой один из наиболее важных объектов социального развития. Его эффективная реализация в наши дни влияет на развитие различных сфер (производственных и непроизводственных). Величина инновационного потенциала определяется наличием научно-исследовательских, проектно-конструкторских, технологических организаций, экспериментальных производств, опытных лабораторий, учебных площадок, персонала и технических средств этих организаций.

Много работ посвящено исследованию экономического и производственного потенциала, под которым в общем виде понимают способность хозяйствующего субъекта наиболее эффективно реализовывать ту или иную функциональную задачу при оптимальном использовании имеющихся экономических ресурсов. Широкая трактовка смыслового содержания термина «потенциал» позволяет применить его к различным отраслям хозяйства страны и деятельности человека в зависимости от того, о какой силе, средствах, запасах, источниках идет речь.

Кроме того содержание понятия «потенциал» применительно к социально-экономической системе (хозяйственной деятельности) включает в себя два компонента:

- объективный – это совокупность различного рода ресурсов, обладающих реальной возможностью участвовать в какой-либо деятельности (производственной, инновационной и т.п.);

- субъективный – это способности работников (трудовых коллективов) к использованию ресурсов и созданию определенных материальных благ и услуг, а также способности управленческого аппарата предприятия, отрасли, экономической системы в целом к оптимальному использованию имеющихся ресурсов.

Рассматривая вуз как социально-экономический субъект, термин инновационный потенциал применяется как совокупность факторов, имеющихся в наличии у вуза, которые могут быть использованы и приведены в действие для достижения определенной цели данного учебного заведения. А главная цель любого высшего учебного заведения в настоящий момент это выпуск высококвалифицированных, конкурентоспособных специалистов.

Инновационная деятельность вуза как предприятия должна быть направлена на решение известных задач, например, завоевание рынка труда, снижение нерациональных издержек, повышение качества образовательных услуг, повышение производительности труда работников вуза др.

Для оценки инновационного потенциала вуза можно порекомендовать следующие основные критерии:

- финансовые: достаточно ли собственных финансовых ресурсов, существует ли возможность привлечения заемных средств, получение бюджетного финансирования, грантов, спонсорской помощи;

- кадровые (человеческие): наличие у вуза лидера-новатора, достаточность персонала, наличие квалифицированных специалистов в области маркетинга, управления, финансов, обучение персонала;

- материально-техническая база: наличие необходимых производственных площадей, наличие специализированных лабораторий, экспериментальных баз, автоматизация в учебном процессе, наличие доступа к необходимым ресурсам;

- научно-исследовательский потенциал: наличие ученых званий и степеней, наличие компьютерных программ, ноу-хау, осуществление в заведении фундаментальных исследований, наличие государственной поддержки, наличие собственных внедренных разработок;

- организационно-структурный: наличие специализированных подразделений (отдела маркетинга, отдела стратегического развития и др.).

Управление инновационным потенциалом в вузе должно быть представлено совокупностью организационно-экономических действий по формированию, развитию и эффективному использованию инновационного потенциала.

Конкурентоспособность вуза, обеспечиваемая, в том числе, управленческими инновациями, формируется под воздействием интенсивных и экстенсивных факторов роста и развития. В настоящее время конкурентоспособность вузов практически полностью обеспечивается экстенсивными факторами развития его инновационного потенциала, поэтому переход от экстенсивных к интенсивным факторам развития инновационного потенциала будет являться стратегическим вектором развития высшего учебного заведения.

Особое место в данном переходе должно отводиться организационно-структурной составляющей. Наличие у вуза системы менеджмента качества и ее эффективная и рациональная работа; отдела маркетинга, могут служить своеобразным мостом для перехода к интенсивному развитию инновационного потенциала вуза.

Разработка и внедрение системы менеджмента качества (СМК) в российских учебных заведениях были начаты после подписания Болонской декларации в 1999 году и инициирования европейским сообществом разработкой норм, принципов, критериев, методологии оценки в сфере гарантии качества образования [5].

Согласно Федеральному закону «Об образовании», принятому Государственной Думой РФ 21 декабря 2012 г., качество образования – это комплексная характеристика образовательной деятельности и подготовки обучающегося, выражающая степень их соответствия федеральным государственным образовательным стандартам, образовательным стандартам, федеральным государственным требованиям и (или) потребностям физического или юридического лица, в интересах которого осуществляется образовательная деятельность, в том числе степень достижения планируемых результатов образовательной программы [1].

В настоящее время качество образования это не только получение знаний, умений, навыков (вложенных компетенций) в той или иной области, но и ориентация этих компетенций на потребителя (обучающихся и предприятия, нуждающиеся в специалистах); постоянное улучшение самого образовательного процесса; взаимовыгодные отношения с предприятиями и организациями - получателями профессиональных кадров.

К причинам низкого качества образования студентов на сегодняшний день можно отнести следующие:

- недостаточная подготовка абитуриентов в школе;
- пропуски занятий;
- низкая мотивация студентов к учебе;
- отсутствие ответственности за обучение;
- несогласованность требований заказчиков и образовательных программ;
- низкая мотивация профессорско-преподавательского состава вуза;
- отсутствие мотивации к инновационным методам и технологиям преподавания;
- незаинтересованность работников вуза к инновационным подходам образования;

ния;

- низкая финансовая поддержка вузов (бюджетных ассигнований) и др.

Одно из требований федеральных государственных образовательных стандартов – регулярное проведение вузами самообследования по согласованным критериям для оценки деятельности и сопоставимости с другими образовательными учреждениями с привлечением работодателей.

По мнению В.П. Соловьева, практика проведения самообследования дает организации следующие преимущества:

- систематический подход к совершенствованию деятельности;
- получение объективных оценок;
- выявление и анализ процессов, которые можно улучшить;
- внедрение различных инициатив по управлению качеством в деятельность организации;

- возможность сравнения с лучшими вузами и его результатами и др.[6, 7].

Система менеджмента качества вуза должна заниматься не только самообследованием в области знаний – анализировать не только знаниевые характеристики обучающихся, в процессе обучения той или иной профессиональной дисциплине, но и весь процесс в комплексе, протекающий в вузе.

По мнению В.В. Гадаловой, М.Е. Фроловой, процессная модель СМК вуза включает в себя шесть основных процессов:

- анализ требований потребителя;
- приемная компания;
- учебный процесс;

- научный процесс;
- воспитательный процесс;
- анализ удовлетворенности потребителя [2].

Анализ удовлетворенности потребителя должен проводиться СМК совместно с отделом маркетинга вуза, где проводилось бы анкетирование потенциальных работодателей и потребителей образовательных услуг. Данная работа требует сотрудничества с центрами занятости, школами, средними учебными заведениями, органами государственной власти.

В качестве примера работы СМК можно предложить некоторые инновации в работе СМК Шуйского государственного педагогического университета, Кубанского государственного аграрного университета. Цель работы СМК данных вузов ориентирована не только на выполнение пороговых значений аккредитационных и лицензионных показателей, устанавливаемых Рособрнадзором, но и полноценную работу механизма инновационного развития вуза, где действует прозрачная система управления, включающая согласование на всех уровнях управления правила работы; компетентностный подход к обучающимся, преподавателям и сотрудникам. Кроме прочих показателей к оценке результативности деятельности вуза через СМК применяются и такие как: повышение эффективности каналов информирования сверху вниз и по горизонталям; повышение исполнительской дисциплины; доступность высшего руководства для персонала и поддержание открытого диалога с ним; своевременное и соответствующие признание высшим руководством деятельности отдельных преподавателей и сотрудников; прозрачность управления [8, 11].

Совершенствование СМК как инструмента инновационного управления должно стать одним из приоритетных направлений в развитии конкурентоспособности вуза.

Особую роль в инновационном развитии вуза играет отдел маркетинга. Концептуальную основу маркетингового подхода к управлению качеством образования составляет управление информацией, получаемой из внешней и внутренней среды вуза. Информация добывается отделом маркетинга или маркетинговой службы.

Маркетинговый подход к управлению качеством образования предполагает не только комплексную систему маркетингового анализа образовательного, организационного и иных направлений деятельности вуза, но и продвижение его продуктов и услуг (как образовательных программ, так и выпускников) в среде заинтересованных сторон: абитуриентов и их родителей, собственно студентов, бизнес-сообщества, общества, государства и др. [10].

Действительно, для современного, ориентированного на обеспечение собственной конкурентоспособности, вуза более целесообразно сделать выбор маркетинговой модели управления или ее интеграции с традиционной моделью управления.

Однако острая проблема финансового характера (как основного критерия в оценке инновационного потенциала вуза) ложится на плечи высшего руководства вуза. Сокращение бюджетного финансирования (особенно государственных) вузов, сокращение абитуриентской базы вследствие демографической проблемы, привело к началу кардинального изменения в работе вуза в целом и его структурных подразделений. Для вуза ставится задача привлечения финансовых ресурсов через гранты, стипендии, премии государственного и регионального масштабов, спонсорскую помощь.

Привлечению дополнительных финансовых ресурсов может способствовать эффективная деятельность факультета повышения квалификации, совместно со службой качества и маркетинговым отделом. Через определенные маркетинговые шаги и разработка актуализированных специфических и компетентностных образовательных программ позволит привлечь определенный контингент обучающихся (слушателей) и вследствие этого дополнительные финансовые ресурсы.

Немаловажная проблема в инновационном потенциале конкурентоспособного вуза состоит в создании оценочной системы учебного заведения. Данная проблема должна возлагаться не только на профессорско-преподавательский состав, но и на отдел (систему) менеджмента качества вуза. Безусловно, создание фонда оценочных средств (ФОС) представляет сложную работу, так как эта работа требует определенного административного ресурса и определенной квалификации разработчиков, а для гарантии качества оценочных материалов требуется проведение внешней и внутренней экспертизы с последующей сертификации оценочных средств.

Повышение инновационного потенциала вуза содействует его эффективной работе как хозяйствующего субъекта, а значит и повышению собственной конкурентоспособности.

Литература

1. Федеральный закон Российской Федерации от 29 декабря 2012 г. № 273-ФЗ «Об образовании в Российской Федерации» Принят Государственной Думой РФ 21 декабря 2012 года / <http://www.rg.ru/2012/12/30/obrazovanie-dok.html>.
2. Гадалова, В.В. Система менеджмента качества в университете: опыт, результаты, перспективы / В.В. Гадалова, М.Е. Фролова // Высшее образование в России. – 2012. – № 10. – С. 73-80.
3. Губина, Е.М. Основные элементы конкурентоспособности вуза на современном этапе / Е.М. Губина, А.Н. Сырбу // Физическое воспитание и спортивная тренировка. – 2012. – № 2 (4). – С.140-144.
4. Лукинова, Л.И. Управление конкурентоспособностью хозяйствующих субъектов / Л.И. Лукинова // Менеджмент в России и за рубежом. – 2013. – № 3. – С. 106-110.
5. Люханова, С.В. Результативность функционирования системы менеджмента качества образовательных услуг в вузе / С.В. Люханова // Менеджмент в России и за рубежом. – 2013. – № 3. – С. 65-70.
6. Соловьев, В.П. О гарантии качества подготовки выпускников в системе высшего образования / В.П. Соловьев // Высшее образование сегодня. – 2012. – № 2. – С. 17-20.
7. Соловьев, В.П. О качестве профессионального образования выпускников вузов / В.П. Соловьев // Высшее образование сегодня. – 2013. – № 1. – С. 11-14.
8. Федулов, Ю.П. Роль системы менеджмента качества в развитии человеческого капитала вуза / Ю.П. Федулов, А.В. Загоруйко, И.Т. Заика // Высшее образование в России. – 2013. – № 1. – С.59-67.
9. Филобокова, Л.Ю. Инновационные подходы к управлению конкурентоспособностью малого предпринимательства / Л.Ю. Филобокова, О.В. Григорьева // Менеджмент в России и за рубежом. – № 4. – 2013. – С. 52-57.
10. Шестак, О.И. Маркетинговый подход к управлению качеством образования в современном вузе / О.И. Шестак // Высшее образование в России. – 2013. – № 3. – С. 108-113.
11. Шмелева, Е.А. Развитие научно-инновационного потенциала вуза / Е.А. Шмелева // Высшее образование в России. – 2012. – № 10. – С. 80-86.

ФОРМИРОВАНИЕ КЛЮЧЕВЫХ ПРИНЦИПОВ МОДЕЛИ РЫНОЧНОГО ПОВЕДЕНИЯ В СФЕРЕ ФИЗИЧЕСКОЙ КУЛЬТУРЫ И СПОРТА

Рябенко Г.В.

Волгоградская государственная академия физической культуры

В статье рассмотрены основные элементы разрабатываемой модели физкультурно-спортивного вуза по подготовке спортсменов высокой квалификации за счет создания целостной системы не только спортивной подготовки и оказания услуг населению, но и непрерывного образования. Модель рассматривается как сложная открытая система, целью которой является создание возможности профессионального развития спортсмена как студента, обеспечения профессионального и карьерного роста педагогов, тренеров и персонала.

Ключевые слова: спорт, физическая культура, физкультурно-оздоровительные услуги, рынок, спрос, системные принципы управления, управление спортом.

THE FORMATION OF KEY PRINCIPLES OF MARKET BEHAVIOR MODEL IN THE SPHERE OF PHYSICAL EDUCATION

Ryabenko G.V.

Volgograd State Physical Education Academy

The article describes the main elements of the model developed by the university of physical education and sports preparing highly skilled athletes by creating an integrated system not only for sports training and delivery of public services, but also for continuing education. The model is considered as a complex open system, the purpose of which is to create opportunities for professional development as a student athlete, providing professional and career growth of teachers, coaches and staff.

Keywords: sport, physical education, sports and health services, market demand, system of management principles, governance in sport.

Острая конкуренция, возникшая с другими учреждениями спортивного профиля в России, потребовала от Волгоградской государственной академии физической культуры (ВГАФК) поиска новых подходов эффективного использования своих внутренних ценностей и дополнительных ресурсов, денежных средств для существования, возможностей материальной базы, поиска дополнительных источников получения дохода.

Чтобы «выжить» в такой жесткой конкуренции необходимо разработать такую модель подготовки спортсменов, которая позволила привлечь талантливых спортсменов к учебно-тренировочным занятиям в вузе. В основу управления ВГАФК заложены такие понятия, как интегрированность всех ступеней и этапов образования с акцентированием на главный приоритет – личность. Модель физкультурно-спортивного вуза по подготовке спортсменов высокой квалификации позволит создать целостную систему не только спортивной подготовки и оказания услуг населению, но и непрерывного образования. Такая модель рассматривается нами как сложная открытая система, целью которой является создание возможности профессионального развития спортсмена как студента, обеспечения профессионального и карьерного роста педагогов, тренеров и персонала. Взаимодействие микро и макросреды в рыночном пространстве современности способствует

также повышению привлекательности вуза по оказанию услуг в сфере «спорт для всех», сохранению материально-технического и финансового благополучия академии.

Предполагается, что деятельность ВГАФК будет опираться на базу системных принципов, на которые ориентируется и которыми он руководствуется при выполнении своих образовательных функций и полномочий.

Принцип интеграции содержания, методов и организационных структур объединяет определенными правилами и различными способами множества исходных компонентов структуры, локальных целей подсистем, деятельности персонала вуза с помощью функциональных связей в единую систему.

Принцип непрерывности и многоуровневости отражает временную, пространственную и содержательную связь этапов и уровней подготовки спортсменов высокой квалификации в сочетании с получением профессиональной подготовки на этапах до-профессиональной, средней и высшей профессиональной школы, повышения квалификации; обеспечивает взаимосвязь между разными системами, звеньями и структурными компонентами в процессе трансформации деятельности физкультурно-спортивной организации, в которой они работают.

Принцип гибкости и динамичности способствует развитию динамичности и открытости спортивных и образовательных компонентов системы в стремительно меняющемся облике современного социума, стимулирует поиск новых стратегий в реально сложившихся условиях, направленных на достижение единой цели – формирование личности спортсмена как специалиста в области физической культуры и спорта.

Принцип развития образовательной потребности как форма самоорганизации и самореализации, выраженная в деятельности по добыванию нужной информации, вычленению проблем, поиску пути их рационального решения, умении критически анализировать полученные знания и применять их для решения новых задач, стимулирует проявление познавательной активности обучающихся. В числе наиболее важных стимулов выступают активные методы обучения.

Принцип взаимосвязи фундаментального знания и практической деятельности в развитии управленческого опыта ориентирует всех участников учебно-образовательного и тренировочного процесса на перспективу поиска собственных вариантов реализации спортивных и профессиональных проблем на основе фундаментальных знаний и опыта практической деятельности.

Принцип саморазвития нацеливает выпускников ВГАФК на построение внутренней системы, способной самостоятельно планировать стратегическое развитие и целенаправленно накапливать потенциал (ресурсы), оптимальным образом его распределять и расходовать с целью обеспечения желаемого процесса развития.

Пространственно-временные аспекты содержания и функционирования физкультурно-спортивного вуза находятся в области интересов профессиональной педагогики. Согласно системным принципам, принимаемые управленческие решения относятся к трем направлениям управления ВГАФК: организационно-экономическому, технологическому (образовательному) и направлению стратегического развития.

Исполняют эти решения соответствующие функциональные агенты (профессорско-преподавательский состав, тренера). Итогом их действий (поведения) является результат, приближающий организацию к его глобальным и локальным целям: достижение высоких спортивных результатов, профессиональная компетентность всех участников образовательного процесса [3].

Исходя из анализа многолетней деятельности по руководству организацией и многочисленных подтверждений в педагогической практике ряда авторов эффективная трансформация деятельности физкультурно-спортивного вуза в современных рыночных отношениях возможна при решении ряда составляющих [2, 4, 5]:

– вовлечения в занятия «спорт для всех» досуговой деятельности различных категорий граждан (дети, подростки и юноши, взрослые, пожилые и пр.) с целью обеспечения двигательной активности населения, развития спорта и получения дополнительных источников финансирования из всех возможных источников (государственного, частного, общественного, спонсорской помощи и пр.);

– создания условий для карьерного роста персонала учреждения, создания условий для повышения квалификации тренеров и педагогов;

– в стремлении к получению достижений высокого уровня, обеспечивать создание социальной защищенности спортсменов путем получения профессии в той области, где они оказываются по отношению к другим категориям людей наиболее компетентными – в области физической культуры и спорта.

Модель рыночного поведения ВГАФК в общей структуре управления спортивной подготовкой должна быть представлена в логической взаимосвязи допрофессиональной подготовки, овладения профессией на уровне среднего и высшего профессионального образования для спортсменов, а также создания курсов краткосрочного повышения квалификации для тренеров и преподавателей. В целом учреждение составляет в совокупности учебно-спортивную сеть: детские спортивные секции по видам спорта – училище олимпийского резерва – высшее профессиональное образование – краткосрочные курсы повышения квалификации для руководителей спортивных организаций, тренеров.

В теории организации существуют, по крайней мере, две различные, не связанные между собой, точки зрения на развитие и функционирование организации [6]. Первая – подчеркивающая структурные аспекты, процедуры, системы, планы и законы. Вторая – уделяющая основное внимание поведению, процессам власти и общения.

Структура управления ВГАФК показывает его место в системе государственных отношений. Внутри вуза синтезируется профессионально-спортивно-образовательное пространство, представляющее собой сеть спортивно-образовательного пространства с ядрами, подразделениями различного целевого уровня и учебно-методическими связями.

Уникальный по своей структуре и направленности специализированный учебно-спортивный комплекс ВГАФК сориентирован на непрерывный и многоуровневый характер обучения, который позволяет обеспечить систему образования и профессионального роста кадров – от допрофессионального, начального до среднего педагогического образования и степеней бакалавра и специалиста в области физической культуры и спорта, повышение квалификации и переподготовки для педагогов и тренеров, дополнительного образования и оказания услуг населению.

Работа всех подразделений направлена в первую очередь на максимальное удовлетворение образовательных и спортивных интересов студентов-спортсменов, тренеров и преподавателей, сотрудников, обеспечивающих качество учебного процесса и экономию времени и средств. Организация сама определяет порядок использования средств, получаемый от этой деятельности доход является не целью, а условием возмещения всех необходимых затрат по обеспечению образовательного процесса.

Оптимальное сочетание (равновесие) интересов детей, педагогов, родителей способствует развитию материальной базы организации и разрешению финансово-экономических интересов вуза, сотрудников, работающих в нем. Оказание услуг для детей, подростков и взрослых, а также спортсменов массовых разрядов с целью оздоровительных, досуговых, рекреационных задач обеспечивает дополнительное финансирование для эффективного решения экономических вопросов [2].

Волгоградская государственная академия физической культуры ведет подготовку специалистов по фундаментальным аспектам спортивной деятельности, а также специалистов, необходимых для межотраслевой интеграции спорта.

Период выхода на максимальные результаты в спорте нередко совпадает с периодом получения высшего образования. Естественно, что у спортсмена, успешно выступающего в соревнованиях, мотивированного на активное продолжение спортивной деятельности, на достижение высоких результатов, просто не хватает достаточного времени на освоение будущей профессиональной деятельности в рамках классического высшего образования очного обучения (посещения лекций, занятий и пр.) [1]. Такие студенты выпадают из общего ритма образовательного процесса, поскольку обучаются по индивидуальному графику и вынуждены пропускать значительную часть занятий. Редкое появление на занятиях и нечастые контакты с преподавателями далеко не в лучшую сторону сказываются на качестве профессиональной подготовки будущих специалистов физкультуры и спорта. Соответственно необходимы поиски способов обучения такой категории студентов.

Одной из ведущих идей нашего подхода остается убежденность в необходимости одновременной работы над системой знаний, умений и навыков и формирования личностных качеств будущего специалиста физической культуры и спорта, повороту к культуре и личности как ее творцу и субъекту, способному к культурному творческому саморазвитию. Считаем, что фокусировка лишь на достиженческих направлениях в спорте в значительной степени суживает кругозор спортсмена, приводит к однообразию поведения, аномии, затрудняет переход спортсмена из спорта высших достижений в обыденную жизнь в период окончания спортивной карьеры.

В то же время, получение фундаментальных знаний о виде спорта и собственная соревновательная деятельность способствуют эффективному сохранению самобытности и индивидуальности каждого спортсмена, является благоприятным периодом качественного анализа соревновательной деятельности, позволяет применять в синтезированном и обобщенном виде результаты собственного опыта в будущей профессиональной деятельности.

Литература

1. Бондаренко, М.П. Мониторинг мотивации занятий спортом как особым видом профессиональной деятельности / М.П. Бондаренко // Креативная экономика. – 2012. – №10. – Москва: ООО «Креативная экономика», 2012. – С. 140-144.
2. Бондаренко, М.П. Оценка эффективности маркетинга спортивной организации / М.П. Бондаренко, Ю.А. Зубарев, Г.В. Рябенко // Вестник Евразийской академии административных наук. Научно-теоретический журнал. – 2013. – №2 (23). – Москва: ЕААН, 2012, – С. 62-67.
3. Бондаренко, М.П. Предпосылки образования и развития рынка спортивно-оздоровительных услуг / М.П. Бондаренко, Г.В. Рябенко // Научно методические основы повышения качества подготовки специалистов для сферы физической культуры, спорта и туризма: матер. Всероссийской науч.-практ. конф. – Волгоград: ФГБОУ ВПО «ВГАФК», 2013. – С. 17-19.
4. Менеджмент в сфере услуг / Под ред. В.Ф. Уколова. – Москва: Луч, 1995. – 348 с.
5. Нифонтова, Л.Н. Физическая культура как средство здравоохранения, профессиональной адаптации и реабилитации трудящихся / Л.Н. Нифонтова. – М., 1994. – 239 с.
6. Bondarenko, M.P. Assessment of the motivation factors for professional sport activity / M.P. Bondarenko // Middle-East Journal of Scientific Research. – 2013. – № 14 (9). – P. 1221-1225. – [Электронный ресурс] – режим доступа: [http://www.idosi.org/mejsr/mejsr14\(9\)13/16.pdf](http://www.idosi.org/mejsr/mejsr14(9)13/16.pdf).

ВОПРОСЫ ПРОФЕССИОНАЛЬНОГО ОБРАЗОВАНИЯ В СФЕРЕ ФИЗИЧЕСКОЙ КУЛЬТУРЫ И СПОРТА

РЕАЛИЗАЦИЯ ПРАКТИКО-ОРИЕНТИРОВАННОГО ПОДХОДА В СИСТЕМЕ ВЫСШЕГО ПРОФЕССИОНАЛЬНОГО ОБРАЗОВАНИЯ БУДУЩИХ СПЕЦИАЛИСТОВ СФЕРЫ ТУРИЗМА

Губина Е.М.

Волгоградская государственная академия физической культуры

В статье анализируются некоторые результаты реализации практико-ориентированного подхода в системе высшего профессионального образования в условиях компетентностного обучения на основе Федеральных государственных образовательных стандартов.

Ключевые слова: практико-ориентированный подход, конкурентоспособность вузов, федеральные государственные стандарты, компетентностное обучение.

IMPLEMENTATION OF PRACTICE-BASED APPROACH IN THE SYSTEM OF FUTURE TOURISM PROFESSIONALS' HIGHER EDUCATION

Gubina E.M.

Volgograd State Physical Education Academy

This article analyzes some results of practice-oriented approach to the system of higher vocational education under competency training based on new educational standards.

Keywords: practice-oriented approach, higher educational institution competitiveness, federal government standards, competency training.

Как известно, для полноценного развития туристской индустрии, требуется решить ряд немаловажных задач. Одним из приоритетных направлений в развитии туристической сферы является подготовка высококвалифицированных специалистов. Туристическое образование как составная часть системы образования России в виде конечной своей цели должно быть ориентировано на качество подготовки квалифицированных кадров для этой сферы [5, 9].

Современное развитие туристической отрасли и системы профессионального образования, по мнению многих специалистов [1, 4, 7, 16, 19], не может обойтись без модернизации системы подготовки кадров с учетом сегодняшней действительности и дальнейших перспектив. Нельзя не согласиться с тем, что без радикальных изменений системы профессионального туристского образования, без придания ей должного уровня мобильности и гибкости, без соответствия потребностям современного рынка труда, без непрерывного повышения профессионального уровня работников туристской индустрии невозможно обеспечить конкурентоспособность страны на международном туристском рынке.

Российская образовательная среда уже четко представляет себе направление деятельности по модернизации образовательного процесса для специалистов в сфере туризма. Так, например, Российская международная академия туризма (РМАТ), являясь образовательным и научным центром России в сфере профессионального туристского образования, реализует собственную образовательную модель, которая основывается на следующих принципах:

- ориентированность на практическую подготовку специалистов;
- учет запросов работодателей;
- компетентностный подход к профессиональной подготовке;
- предоставление студентам возможности выбора индивидуальной образовательной траектории. Планируя индивидуальную образовательную траекторию, обучающийся может ориентироваться на сформулированные в модели компетентности и в процессе обучения держать курс на формирование учений и навыков, которые позволят ему успешно спланировать и построить карьеру в своей будущей профессиональной деятельности;
- обеспечение непрерывности и многоуровневости программ;
- получение дополнительных квалификационных сертификатов;
- применение современных информационных технологий в обучении и др.

К компетентностному подходу мы еще обязательно вернемся, а сейчас позволим себе небольшую вставку. Под базовыми компетенциями понимаются те компетенции, которые указаны в базовых частях циклов содержания ООП в федеральных государственных общеобразовательных стандартах высшего профессионального образования (ФГОС ВПО), а компетенции, которые формируются при освоении студентами вариативной части ООП, являются различными для каждого вуза.

По мнению Н.Н. Матушкина [12], компетенции, которые формируются при освоении студентами вариативной части ООП, должны соответствовать требованиям региональных работодателей при прохождении производственных практик, а также в ходе подготовки и защиты выпускной квалификационной работы.

Владивостокский государственный университет экономики и сервиса (ВГУЭС) успешно внедрил и продолжает развивать практико-ориентированное обучение в рамках Федеральных Государственных образовательных стандартов (ФГОС). В основу такого обучения положен принцип «обучение через делание» («Learning by doing»), при реализации которого общепрофессиональные и специальные компетенции формируются у студентов в ходе выполнения ими реальных практических задач в учебное время. В данном университете центральным звеном практико-ориентированного подхода является учебный процесс, где подразумевается:

- ориентация программ на прогнозы рынка труда;
- реальная практическая направленность курсовых и дипломных работ;
- использование активных методов обучения и информационных технологий;
- введение индивидуальных планов практики;
- поощрение работы студентов;
- активное вовлечение специалистов-практиков в обучение и оценку студентов;
- создание площадок практического обучения (бизнес-мастерские).

Удачным, по мнению ректора ВГУЭС профессора Г.И. Лазарева, оказался эксперимент с объединением всех практик в одну (что не противоречит ФГОС). В течение практики студенты работали на базовых предприятиях, на них же затем проходили преддипломную практику и выполняли выпускные квалификационные работы. В результате почти 70% выпускников экспериментальной группы после получения диплома остались работать на своих базовых предприятиях. Предприятия были довольны таким подходом, т.к. они получили почти готовых специалистов и на полный рабочий день,

практически без обязательств по оплате их услуг (хотя фактически каждый второй студент получал оплату за свой труд) [10].

Положительным результатом эксперимента является деятельность Российского союза промышленников и предпринимателей (РСПП) и Национального агентства развития квалификаций (НАРК).

Секрет эффективности внедрения интегрированной системы подготовки выпускников в Санкт-Петербургском институте машиностроения состоит в сочетании теоретического обучения и производственного труда. По сути это и есть практико-ориентированное образование.

По словам ректора А.И. Иванова и проректора по научной работе М.В. Афанасьева, около 80% студентов, проходящих инженерную подготовку в цехах и отделах предприятий, после получения диплома возвращаются туда же и работают инженерами [8].

К практико-ориентированным подходам обращались многие ученые (В.М. Байденко, В.А. Болотников, В.П. Борисенков, В.В. Сериков, С.В. Дусенко и др.). По их мнению, первоочередная задача модернизации российского профессионального туристского образования решается через усиление практической направленности при сохранении его фундаментальности. Практико-ориентированное образование предполагает изучение традиционных для российского образования фундаментальных дисциплин в сочетании с прикладными дисциплинами технологической или социальной направленности.

Другие специалисты в области практико-ориентированного обучения (Ю. Ветров, Н. Клушина, П. Образцов, Т. Дмитриенко) связывают обучение студентов с погружением в профессиональную среду для соотнесения своего представления о будущей профессии с реалиями нынешнего бизнеса; а также внедрение профессионально-ориентированных технологий обучения, способствующих формированию у студентов значимых для будущей профессиональной деятельности качеств личности, а также знаний, умений и навыков, обеспечивающих качественное выполнение функциональных обязанностей по избранной специальности.

Практико-ориентированный подход создает возможность постепенного наращивания профессиональной квалификации специалиста – от формирования типовых профессиональных действий до продуктивной творческой деятельности [18]. Такое обучение позволит реализовать у студентов востребованные компетенции для будущей профессиональной деятельности, а значит, повысить собственную конкурентоспособность как специалиста, и в свою очередь, туристического предприятия, что впоследствии приведет к оценке конкурентоспособности выпускающего в данной сфере специалистов образовательного учреждения.

Данный подход не представляется реальным без тесного сотрудничества образования, науки, бизнес-сообщества и государственных органов власти. Ведь одним из принципов ФГОС является усиление практико-ориентированного образования в вузах.

Следует отметить, что социальное партнерство субъектов практико-ориентированного образовательного процесса специалистов туристской сферы, в целях повышения качества образовательных услуг имеет колоссальную важность. В ходе такого взаимодействия, по мнению ряда исследователей [2, 3, 6, 11, 13, 15, 17], можно решить следующие задачи:

- осуществление совместной взаимовыгодной деятельности с целью развития и совершенствования профессионального образования;
- социальное развитие и оздоровление инфраструктуры, в которой это взаимодействие осуществляется;
- создание нормативно-правового обеспечения социального партнерства как инструмента рынка профессиональных образовательных услуг;
- обеспечение трудоустройства выпускников вуза.

По нашему мнению, к этому ряду можно присоединить и следующие задачи:

- повышение активности всех структур образовательного процесса для выполнения непосредственных функций и задач;
- решение коммерческих вопросов для вузов (как например дополнительные доходы, получаемые через хоздоговорные темы);
- производственные заказы профессиональных кадров;
- развитие самой туристской отрасли и прикладных инфраструктур (транспорта, общественного питания и др.).

Из исследования Т.О. Платоновой среди наиболее предпочтительных форм взаимодействия вузов и предприятий выделяются следующие:

- совместная разработка и корректировка образовательных программ (31%);
- целевая подготовка специалистов (30%);
- мониторинг текущих и перспективных потребностей работодателей в специалистах (26%);
- мониторинг востребованности выпускников (18%);
- проведение практики на базе различных организаций региона (17%);
- привлечение к контролю образования представителей организаций, внешних специалистов и другие заинтересованные стороны (17%) [14].

Внедрение так называемых учебно-производственных региональных площадок, по нашему мнению, может положительно повлиять на развитие и повышение конкурентоспособности образовательных учреждений, и непосредственное развитие туристического бизнеса региона.

Известно, что туристический потенциал одного региона значительно отличается от потенциала другого. Это и природно-географическая составляющая и экономическая и социально-культурная. Каждый регион имеет свой климат, природные ресурсы, обладает определенной туристической базой. Поэтому, для внедрения практико-ориентированного обучения специалистов туристской сферы с помощью учебно-производственных площадок (УПП), необходимо учитывать и туристский потенциал региона (со стороны отдельных предприятий и организаций туризма) и экономико-технические потенциалы вузов данного профиля.

Система подготовки специалистов должна отвечать требованиям рынка. Так почему же собственным вузам региона не готовить специалистов уже с учетом особенностей и производственных мощностей и потребностей в профессиональных кадрах (любого звена) региональной индустрии туризма?

Такое решение, на наш взгляд позволит повысить систему подготовки, переподготовки и повышения квалификации персонала туристской сферы. Положительным здесь будет являться:

- ориентация образования на рынок;
- индивидуализация практической составляющей образовательного процесса (согласно ФГОС);
- все сезонность практической составляющей образовательного процесса;
- реальность дипломных проектов с практическими рекомендациями в развитии того или иного туристского предприятия региона;
- конкурентоспособность студентов-практикантов;
- совмещение работы с учебой (особенно в случае положительного педагогического и экономического эффекта);
- выработка реально необходимых компетенций, которыми должен обладать будущий специалист;
- сохранение культурных, духовных, патриотических ценностей и традиций региона.

Проведение масштабных опросов работодателей и составление квалифицированных требований в рамках отраслевой промышленности, а в данном случае туристского бизнеса; прогнозирование развития региона с поддержкой и непосредственным участием органов государственной власти в создании учебно-производственной площадки, позволит ускорить процесс повышения качества подготовки конкурентоспособных специалистов в этой сфере.

Учебно-производственная площадка возьмет на себя функцию некоего координационного центра, что ускорит и облегчит процесс формирования определенного количества работников (в данном случае студентов-практикантов) на том или ином предприятии. С одной стороны предприятия туристической индустрии будут обращаться в УПП за работниками, а вузы будут предлагать работников с учетом их личностных характеристик и сформированных на тот момент базовых компетенций.

Согласно новым стандартам образования (ФГОС), где большую роль отводят практической составляющей в учебном процессе, модернизация высшего профессионального образования не может быть реализована без внедрения практико-ориентированного подхода. К будущему специалисту предъявляются все новые и новые требования, которые могут быть заложены непосредственно в процессе обучения его в реальном времени, с возможностью саморазвития и самосовершенствования, ведь конкурентоспособность любого специалиста на рынке труда будет являться более совершенной по сравнению с другими, системой знаний, умений и навыков (вложенных компетенций), а также профессионально-личностных качеств, способностью быстро адаптироваться к реальной действительности и более эффективно и рационально выполнять будущие профессиональные функции.

Литература

1. Ананьев, А.Н. О кадровой политике в туристском бизнесе / А.Н. Ананьев // Туризм: право и экономика. – 2011. – № 3 (38). – С. 12-16.
2. Айтуганов, И.М., Практическая подготовка: взаимодействие вуза и предприятия / И.М. Айтуганов, Е.А. Корчагин, Р.С. Сафин // Высшее образование в России. – 2012. – № 3. – С. 163-166.
3. Губина, Е.М. Современные технологии обучения как элемент конкурентоспособности вуза / Е.М. Губина, Ю.А. Орлова // Вестник Евразийской академии административных наук. – 2012. – № 1 (18). – С. 163-167.
4. Дусенко, С.В. О современных практико-ориентированных подходах в организации переподготовки и повышении квалификации кадров в профильном туристском вузе / С.В. Дусенко // Туризм: право и экономика. – 2013. – № 1 (44). – С. 14-19.
5. Закон об образовании // Федеральный закон от 29 декабря 2012 года № 273-ФЗ «Об образовании в Российской Федерации».
6. Захарова, С.М. Социальное партнерство и качество образования / С.М. Захарова // Высшее образование в России. – 2013. – № 3. – С.119-122.
7. Зорин, И.В. Сетевая модель профессионального туристского образования как средство повышения качества туристских услуг / И.В. Зорин // Туризм: право и экономика. – 2013. – № 1 (44). – С. 11-12.
8. Иванов, А.В. Инженер – это звучит гордо / А.В. Иванов, М.В. Афанасьев // Высшее образование сегодня. – 2012. – № 11. – С.20-22.
9. Концепция федеральной целевой программы «Развитие внутреннего и въездного туризма в Российской Федерации в 2011 – 2016 годах, (Утв. распоряжением Правительства Российской Федерации от 19 июля 2010 г. № 123-р // Туризм: право и экономика. – 2010. – № 3 (34).

10. Лазарев, Г.И. Ориентированное на практику обучение – ответ на требование внешней среды / Г.И. Лазарев // Высшее образование в России. – 2012. – № 4. – С. 3-13.
11. Лейбович, А. Методология и политика разработки и применения национальной системы квалификаций / А. Лейбович // Материалы Федерального портала Национального агентства развития квалификаций российского союза промышленников и предпринимателей. URL: <http://www/nark-rspp.ru/index.php/lang-ru/library/last-publications/htmk>
12. Матушкин, Н.Н., Подготовка кадров высшей квалификации: некоторые интеграционные механизмы / Н.Н. Матушкин, М.Б. Гитман, В.Ю. Столбов, Е.К. Гитман // Высшее образование в России. – 2007. – № 1. – С. 119-127.
13. Мачкин, Ю.П. Современная модель профессионального туристского образования / Ю.П. Мачкин // Туризм: право и экономика. – 2010. – № 2 (33). – С. 11-12.
14. Платонова, Т.О. Взаимодействие вузов и предприятий: цикл управления / Т.О. Платонова // Высшее образование в России. – 2013. – № 4. – С. 141-143.
15. Плотникова, Г.Г. Проектирование модели компетенций менеджера в практике дополнительного профессионального образования / Г.Г. Платонова // Менеджмент в России и за рубежом. – 2013. – № 3. – С.71-77.
16. Писаревский, Е.Л. Туристское образование в России: национальная идентификация в условиях глобальной интеграции (философско-правовой аспект) / Е.Л. Писаревский // Туризм: право и экономика. – 2012. – № 4 (43). – С. 2-7.
17. Серова, Л.М. Трудоустройство выпускников по данным мониторинга учреждений профессионального образования / Л.М. Серова, К.А. Мазаева // Высшее образование в России. – 2013. – № 3. – С.21-27.
18. Сахарчук, Е.И. Управлением качеством подготовки специалистов сферы образования: учебное пособие / Е.И. Сахарчук. – Волгоград: Перемена, 2002. – С. 9-12.
19. Федулин, А.А. Профессионализм – требование времени / А.А. Федулин // Туризм: право и экономика. – 2013. – № 1 (44). – С. 12-14.

КОМПЕТЕНТНОСТНЫЙ ПОДХОД В ОБРАЗОВАНИИ: СОСТОЯНИЕ, ПРОБЛЕМЫ И ПЕРСПЕКТИВЫ

Полякова Я.С.

Волгоградская государственная академия физической культуры

В статье рассматриваются актуальные проблемы компетентностного подхода, который является в настоящее время приоритетным направлением модернизации системы образования в России, его состояние и перспективы, применение различных образовательных технологий, форм и средств обучения для его реализации.

Ключевые слова: компетентностный подход, компетенция, компетентность, лично-но развивающие технологии, полисубъектный подход в образовании, деятельностный подход, творческие методики, метод «мозгового штурма», синектика.

THE COMPETENCE APPROACH IN EDUCATION: STATUS, PROBLEMS AND PROSPECTS

Polyakova Ya.S.

Volgograd State Physical Education Academy

The article deals with urgent problems of the competence-based approach, which is now the priority for modernization of education system in Russia, its condition and prospects, application of different educational technologies, forms and means of training for its implementation.

Keywords: competence approach, competence, personal educational technology, poly-subjective approach in education, activity approach, creative methods, method of «brainstorming», synectics.

Происходящая в последние десятилетия модернизация системы образования России, в рамках которой осуществлялся пересмотр целей, содержания и технологий образования, приобрела законодательную форму благодаря принятию нового закона «Об образовании в РФ». Прежняя «знаниевая» парадигма образования, традиционные представления о нем как системе передачи некоторой суммы знаний и формировании соответствующих им умений и навыков, сменилась **компетентностным подходом**. Нашедший свое отражение в новом законе об образовании (гл.1, ст. 2), компетентностный подход становится приоритетным направлением в образовательном процессе средней и высшей школы РФ. Он лежит в основе Федеральных государственных образовательных стандартов (ФГОС) третьего поколения, на его реализацию ориентированы основные образовательные программы (ООП) по направлениям подготовки бакалавриата и магистратуры. Его суть состоит в переходе к новой парадигме образования – к **личностно-деятельностной** ориентации образования, главным продуктом которой становятся компетенции.

В рамках компетентностного подхода меняются цели и содержание образования, организация образовательного процесса и оценка образовательных результатов. *Смысл (цель) образования* заключается в развитии у обучающихся способности самостоятельно решать проблемы в различных сферах и видах деятельности на основе использования социального и личного опыта. *«Содержание образования* представляет собой дидактически адаптированный социальный опыт решения познавательных, мировоззренческих, нравственных, социально-политических» и других проблем. *Организация образовательного процесса* состоит «в создании условий для формирования у обучающихся опыта самостоятельного решения познавательных, практических, коммуникативных, организационных, нравственных и иных проблем, составляющих содержание образования». *«Оценка образовательных результатов* основывается на анализе уровней образованности, достигнутых учащимися на определенном этапе обучения» [5].

Главным признаком компетентностного подхода является его *деятельностный* характер, усиление практической направленности образования, т.е. акцент делается на деятельностном содержании образования. Иначе говоря, знания в обучении перестают играть главную роль (естественно, они не аннулируются, но меняются акценты, знания не являются самоцелью образования); главная задача образования – научить обучающихся пользоваться этими знаниями, использовать их в решении жизненно важных задач, как профессиональных, так и лично- и социально значимых. Другими словами, акцент переносится на результат, итог образования, который расценивается как «способность обучающегося действовать в различных проблемных ситуациях».

С позиций компетентного подхода таким основным результатом образовательной деятельности становится формирование ключевых компетентностей. Проясним понятия "*компетенция*" и "*компетентность*". *Компетенция* (от лат. *kompetentia* – принадлежность по праву) в традиционном понимании означает знания, осведомленность и опыт в определенной области; «круг вопросов, в которых данное лицо обладает познаниями, опытом». В настоящее время, с точки зрения распространяющегося подхода в образовании, это понятие приобретает новые смысловые оттенки, семантическое поле которого остается недостаточно определенным, и в основных публикациях по данной проблематике определяется следующим образом. «**Компетенция** включает совокупность взаимосвязанных качеств личности (знаний, умений, навыков, способов деятельности), задаваемых по отношению к определенному кругу предметов и процессов и необходимых для качественной продуктивной деятельности по отношению к ним» [7]. *Компетентность* – это владение, обладание человеком определенной (ыми) компетенцией (ями), составляющее достигнутый уровень образованности. В рамках компетентного подхода она означает «общую способность и готовность личности к деятельности, основанную на знаниях и опыте, приобретенных благодаря обучению и ориентированных на самостоятельное участие обучающегося в учебно-познавательном процессе и других формах деятельности» [5]. Под *ключевыми компетентностями* понимаются «основные компетентности, которые обеспечивают нормальную жизнедеятельность человека в социуме» (3), «способность обучающихся самостоятельно действовать в ситуациях неопределенности при решении актуальных для них проблем» (5). В литературе выделяются различные виды ключевых компетенций: личностная, социальная, познавательная, предметно-деятельностная [5], ценностно-смысловые, общекультурные, учебно-познавательные, информационные, коммуникативные, социально-трудовые, личностного самосовершенствования [7]. Согласно ФГОСу ВПО, компетенции подразделяются на общекультурные и профессиональные.

Каковы же основные стратегические направления реализации компетентного подхода, и какие образовательные технологии должны быть задействованы, какие методы и формы обучения привлечены для его успешного воплощения?

Во-первых, следует отметить, что компетентный подход является проявлением *лично-деятельностного* подхода, который активно пропагандировался и рекомендовался к внедрению в отечественное образование в последние десятилетия. Его суть заключается в том, что обучаемый выступает как активный, творческий субъект учебной деятельности (потому его правильнее называть «обучающийся»), а его (подхода) цель состоит в создании максимально благоприятных условий для саморазвития, самоопределения и самореализации учащихся в образовательном процессе. В рамках компетентного подхода большое значение приобретают:

- *лично развивающие технологии*, направленные на развитие личности обучающегося как субъекта учебной (в идеале - творческой) деятельности;
- утверждение *полисубъектной стратегии образовательного процесса*, суть которой состоит в том, что субъектом образования выступают не только педагог, но и обучающиеся; отсюда изменение позиции педагога, который становится в большей степени "координатором" или "наставником" учащихся;
- создание «*открытого образовательного пространства*, позволяющего каждому обучающемуся выстроить такую образовательную траекторию», которая наиболее полно соответствует его потребностям и способностям;
- *тесное единство общекультурного и профессионального развития личности* с учетом общественных потребностей и личных запросов, что достигается с помощью формирования общекультурных и профессиональных компетенций.

Как показывает практика, процесс единства общекультурного и профессионального развития личности студента (и других категорий обучающихся) приобретает оптимальный характер именно тогда, когда обучающийся выступает *субъектом* образовательного процесса. Полисубъектный подход и актуален тем, что только в условиях субъект-субъектных отношений, т.е. диалога педагога и обучающегося, возможно гармоничное развитие личности. Полисубъектный подход в обучении предполагает преобразование субординированных отношений педагога и обучающегося в отношения их сотрудничества, равноправного взаимодействия, предполагающего совместную деятельность в поисках решения проблем, можно сказать, совместный поиск истины. В рамках этого подхода педагог не столько учит и передает знания обучающимся, сколько стимулирует их стремления к саморазвитию, создает условия для самовыражения; следовательно, педагог рассматривается не столько как информатор, источник и передатчик знаний, сколько как «наставник» и «координатор».

Таким образом, *характерными чертами компетентностно ориентированного образования* являются: 1) «усиление *личностной направленности образования*, что проявляется в обеспечении активности» обучающихся в образовательном процессе; 2) *развивающая направленность образования*, целью которого является личностное развитие; 3) обучение *способности самостоятельно решать* социально и личностно значимые проблемы и жизненно важные задачи; 4) ориентация на *саморазвитие личности*, подразумевающая самооценку каждой личности, неисчерпаемость возможностей ее развития и признание ее внутренней свободы [5].

В рамках компетентностного подхода происходит распространение не только новых технологий, но и принципов, методов и форм обучения, которые должны содействовать формированию компетентностей обучающихся в зависимости от их личных склонностей и интересов. В рамках рассмотренных образовательных технологий должны быть реализованы следующие ведущие принципы и методы обучения:

- *деятельностный принцип*, когда обучающийся выступает активным субъектом учебного процесса, а не только и не столько объектом воздействия. Учебный процесс должен быть нацелен на активное распрямление обучающимся богатого культурного наследия человечества, на превращение этого богатства во внутреннее богатство личности, всестороннее развитие ее сущностных сил. Деятельность личности как раз и является тем механизмом, который позволяет преобразовать получаемые знания во внутреннее достояние, в собственные убеждения, личную позицию и принципы жизнедеятельности. Деятельностный подход в конечном итоге нацелен на то, чтобы научить обучающихся самостоятельно решать личные, профессиональные и социальные проблемы;

- *диалогичность обучения*, когда учебный процесс выступает как взаимодействие, сотрудничество педагога и обучающегося, предполагающее тесную совместную деятельность в поисках решения проблем. Еще с античных времен известна эффективность обучения в форме диалога, живого общения учителя и ученика (Сократ, Платон, Аристотель);

- *индивидуальный подход* в обучении – ориентация на личность студента, его индивидуальность, уникальность, содействие раскрытию его способностей и дарований. Этот принцип предполагает индивидуальный подход к каждому учащемуся, индивидуальные формы обучения, что непременно требует проводить обучение малыми группами;

- *творческий подход* к обучению, или иначе - развивающая направленность учебного процесса, что предполагает стимулирование познавательной активности и творческой деятельности обучающихся с помощью различных средств и способов, о которых речь пойдет ниже. Этот принцип способствует лучшей самореализации учащегоо-

ся, выявлению и более широкому развитию его творческих способностей, формированию умения самостоятельно приобретать знания.

Таким образом, реализация компетентного подхода в образовании подразумевает усиление действенности обучения, его практической направленности, увеличение самостоятельности и творчества студентов в образовательном процессе, превращение приобретаемых знаний, умений и навыков в действенный багаж, используемый в профессиональной, социальной и личностной деятельности для лучшей самореализации.

Следует отметить, что изучение дисциплины «Философия» как нельзя лучше способствует этому вследствие ее специфики, развивая у студентов зрелое мировоззрение, навыки самостоятельного анализа материала, формирования собственной позиции по тем или иным вопросам, умения аргументировано обосновывать и защищать ее, реализовывать поставленные цели.

Компетентный подход в образовании предполагает активное использование многообразных форм проведения лекционных и семинарских занятий, как традиционных, так и инновационных. Среди последних большое место отводится интерактивным формам обучения. Внедрение и широкое использование в учебном процессе активных и интерактивных форм обучения является одним из важнейших направлений совершенствования высшего образования, одним из условий реализации основных образовательных программ на основе ФГОС, наиболее эффективным путем обучения студентов, формирования и развития у них профессиональных навыков и компетенций. Потому основные методические инновации в системе образования связаны сегодня с применением интерактивных методов обучения.

Интерактивные («inter» – взаимный, «act» - действовать: «interact» – «находиться во взаимодействии»; «интерактивный» означает «находящийся во взаимодействии, в режиме беседы, диалога») **методы** основаны на принципах доминирования активности студентов в процессе обучения и их тесного взаимодействия: активность преподавателя уступает место активности обучающихся. В отличие от просто активных методов, интерактивные методы ориентированы на более широкое взаимодействие студентов не только с преподавателем, но и друг с другом. Место преподавателя на интерактивных занятиях помимо разработки плана занятия сводится к организации совместной деятельности; важно, как он подводит обучающихся к самостоятельному поиску, проявлению инициативы.

Учебный процесс с использованием интерактивных методов подразумевает включенность в процесс обучения всех студентов группы. Организуются индивидуальная и групповая работа, каждый вносит свой особый индивидуальный вклад. Совместная деятельность означает, что в ходе работы идет обмен знаниями, идеями, мнениями с возможностью их взаимной оценки и критики, с обязательной обратной связью и накоплением коллективного знания и опыта. Создается открытая и динамичная среда образовательного общения, наиболее благоприятная для обучения. Ведь студенты легче осваивают и усваивают материал, который они изучают посредством активного вовлечения в учебный процесс, когда они идентифицируют себя с учебным материалом, «вживаются» в изучаемую ситуацию, переживают свой успех.

Формами интерактивных занятий являются круглые столы и дискуссии, деловые и ролевые игры, сократический диалог, социально-психологический тренинг, мастер-класс, интерактивная экскурсия, метод case-study (ситуационный анализ), «Займи позицию», «Дерево решений» и др.

В учебном процессе преподаватели могут и должны варьировать методы обучения, формы проведения лекционных и семинарских занятий, средства контроля знаний, развивая, таким образом, у студентов познавательную активность, творческие способности, самостоятельность мышления и деятельности. Это относится и к традиционным

формам занятий. Так, скажем, семинарские занятия не надо ограничивать банальной опросной формой, помимо нее это может быть и семинар-беседа, семинар-дискуссия, семинар исследовательского типа с применением метода «мозгового штурма», самостоятельная аналитическая работа студентов с первоисточниками по тем или иным темам, семинар-коллоквиум, семинар-конференция и др.

Покажем это на примере изучения философских дисциплин. Успешное изучение философии предполагает формирование абстрактного мышления, навыков альтернативного мышления при понимании той или иной философской концепции и проблемы. В этом процессе особая роль уделяется творческому мышлению, формированию собственной позиции. Поэтому в данной ситуации особую значимость приобретает рассмотренный выше полисубъектный подход в обучении, подразумевающий диалог педагога и обучаемого, ставящий их в отношения сотрудничества, совместной деятельности в поисках решения тех или иных проблем. Важно, насколько преподаватель стимулирует познавательную активность, творческую деятельность студентов, позволяет им иметь и высказывать собственное мнение по дискуссионным вопросам, способствует самореализации личности студента, развитию их творческих способностей. В данной ситуации важно проводить дискуссии по спорным вопросам, сталкивать противоположные точки зрения, подвергать сомнению общепринятые, привычные мнения, разрушать стереотипы, шаблоны.

Стимулирование творческой деятельности студентов, активирование поиска новых идей можно осуществлять с помощью различных средств. По ряду проблем целесообразно проводить дискуссии; для этого хорошо подходят следующие темы: «решение основного вопроса философии в истории философии», «проблема возникновения жизни на Земле», «проблема происхождения человека», «возникновения сознания» (по дисциплине «Философия»), «проблема смысла жизни», «добра и зла», «любви и семьи» (по дисциплине «Этика») и др. Побуждая студентов формировать собственное мнение важно учить их обосновывать свои мысли, оттачивая, таким образом, искусство аргументации, доказательства.

В арсенал средств, стимулирующих творческую активность студентов, целесообразно включить метод «мозгового штурма» («мозговой атаки»), суть которого состоит в коллективном решении каких-либо актуальных проблем, коллективном поиске истины. Для этого предварительно студенческую группу нужно разделить на три части – «генераторов идей», «аналитиков» и «статистов». «Генераторы идей» в непринужденной атмосфере, где исключена критика, высказывают как можно больше идей решения поставленной проблемы («генераторов» лучше изолировать от всей группы, чтобы создать доброжелательную обстановку). Процесс генерации идей должен быть построен так, чтобы «расковать» подсознание, освободить мышление от инерции, косности. После того как идеи высказаны и собраны, другая часть группы – «аналитики» и «критики» - подвергают выдвинутые идеи тщательному всестороннему анализу и критике, оставляя среди них наиболее плодотворные. Задача «статистов» состоит в фиксации процесса обсуждения и полученных итогов. Метод «мозгового штурма» можно использовать при рассмотрении ряда актуальных проблем философии, социологии, этики и других гуманитарных дисциплин.

Продуктивным средством для стимулирования творческой деятельности студентов является также метод *синектики* – психологической активации творчества, суть которого состоит в соединении разнородного в одном. Он предполагает обучение умению генерировать аналогии разного типа, позволяющие увидеть знакомое в незнакомом и незнакомое в знакомом. Для оптимизации этого средства целесообразно заготовить рабочий материал по типу учебных задач. Занятия по философии, таким образом, предоставляют широкое поле деятельности для творческой активности студентов, генерации

интересных идей, культивирования творческих способностей, развития своего мировоззрения.

В заключение несколько слов о фонде оценочных средств (ФОС). Для определения уровня компетенций и компетентности студентов следует привлекать разнообразные оценочные средства, включая и разработанные в ФГБОУ ВПО «ВГАФК»: разноуровневые задачи и задания, творческие задания, кейс-задачи, деловые игры, дискуссии и круглые столы, эссе, проектные работы, тесты, коллоквиумы и др. Практика показывает, что ни одно из них не позволяет достаточно полно оценить степень сформированности какой-либо компетенции; не позволяет это сделать и промежуточный контроль. В полной мере это возможно на этапе итоговой аттестации в форме выпускной квалификационной работы и государственного экзамена, в особенности это касается профессиональных компетенций. Именно в этом случае студент имеет возможность в полной мере показать сформированные компетенции, умение квалифицированно решать профессиональные задачи, опираясь на полученные знания, аргументировано излагать и отстаивать свою точку зрения.

Реализация компетентного подхода в образовании сопряжена с рядом проблем; как справедливо отмечалось в публикациях, это потребует соответствующей подготовки преподавателей, их квалификации и «профессиональной адекватности компетентному подходу», издания учебников, разработки «нормативной модели диагностических процедур, позволяющих организовывать аттестационные процедуры», разработки компетентной модели специалиста и пр. (1). Также его успешная реализация предполагает достаточно высокий уровень базовых знаний абитуриентов, что напрямую ставит вопрос о качестве среднего образования, в частности оправданности ЕГЭ.

Литература

1. Бермус, А.Г. Проблемы и перспективы реализации компетентного подхода в образовании / А.Г. Бермус // Интернет-журнал «Эйдос». – 2005. – 10-12 сентября. [Электронный ресурс]. Режим доступа: <http://www.eidos.ru/journal/2005/0910-12.htm/>
2. Гукемухов, Е.А. Компетентный подход в образовании / Е.А. Гукемухов. [Электронный ресурс]. Режим доступа: http://www.itiprao.ru/index.php?option=com_content&view=article&rid=154:confrolcompetrhododa&catid=42
3. Зимняя, И.А. Ключевые компетенции – новая парадигма результата образования / И.А. Зимняя // Высшее образование сегодня. – 2003. – № 5.
4. Иванов, Д.А. Компетенции и компетентный подход в современном образовании / Д.А.Иванов // Завуч для администрации школ. – 2008. – № 1.
5. Лебедев, О.Е. Компетентный подход в образовании / О.Е. Лебедев // Школьные технологии. – 2004. - № 5. [Электронный ресурс]. Режим доступа: http://www.pedlib.ru/Books/3/0389/3_0389-6.shtml#book_page_top
6. Новый Закон «Об образовании в РФ». [Электронный ресурс]. Режим доступа: http://www.assessor.ru/notebook/biznes_jekonomika_finansy_obzor_article/zakon_ob_obrazovanii_v_rossiiskoi_federacii_2013_novyi/
7. Хуторской, А.В. Определение общепредметного содержания и ключевых компетенций как характеристика нового подхода к конструированию образовательных стандартов / А.В. Хуторской [Электронный ресурс]. Режим доступа: <http://www.eidos.ru/journal/2002/0423.htm>

**ПРИВЛЕЧЕНИЕ СТУДЕНТОВ – БУДУЩИХ МЕНЕДЖЕРОВ К РАБОТЕ
В СТУДЕНЧЕСКОМ НАУЧНОМ КРУЖКЕ КАК ИНСТРУМЕНТ
ПРОФЕССИОНАЛЬНОЙ ОРИЕНТАЦИИ В ВУЗЕ**

Степанян В.М., Полякова Т.В.

Волгоградская государственная академия физической культуры

В статье рассматриваются актуальные проблемы практического опыта, приобретенного студентами в период обучения в вузе, что позволит им быть конкурентоспособными специалистами на рынке труда, а также некоторые практические и теоретические аспекты профессиональной ориентации в системе образования.

Ключевые слова: профессиональная ориентация, профессиональное просвещение, профессиональное воспитание, активная и пассивная формы профориентационной работы, студенческий научный кружок.

**THE INVOLVEMENT OF STUDENTS – FUTURE MANAGERS
IN THE WORK OF STUDENTS SCIENTIFIC SECTION AS A TOOL
FOR PROFESSIONAL ORIENTATION IN HIGHER EDUCATIONAL INSTITUTION**

Stepanian V.M., Polyakova T.V.

Volgograd State Physical Education Academy

The article deals with main problems of practical experience gained by students during their studies at the university, which will allow them to be competitive specialists at the labor market, as well as some practical and theoretical aspects of vocational guidance in the education system.

Keywords: vocational guidance, vocational education, active and passive forms of career guidance, students scientific club.

Современный рынок труда высококонкурентен, предъявляет особые требования к специалистам, ищущим работу. Особенно актуален данный вопрос в сфере менеджмента, так как на сегодняшний день огромное число российских вузов готовят выпускников по специальности «Менеджмент организации». В этой области особенно важен практический опыт, приобретенный студентами в период обучения в вузе, что позволит им быть конкурентоспособными специалистами на рынке труда. Эту задачу представляется возможным решить при помощи инструментов профориентационной работы со студентами [2, 3].

Обозначим основные теоретические аспекты профессиональной ориентации в системе образования.

Профессиональная ориентация (профориентация, выбор профессии, ориентация на профессию) – это система научно обоснованных социально-экономических, социально-политических, идеологических, психолого-педагогических и организационных мероприятий, направленных на подготовку молодежи к выбору профессии с учётом особенностей личности и социально-экономической ситуации на рынке труда, на оказание помощи молодежи в профессиональном самоопределении и трудоустройстве.

Профессиональная ориентация включает в себя:

1. Профессиональное просвещение – ознакомление учащихся и выпускников учебных заведений с современными видами трудовой деятельности, социально-экономическими и психофизиологическими особенностями различных профессий, потребностями в квалифицированных кадрах, требованиями, предъявляемыми профессиями к человеку, возможностями профессионально-квалификационного роста и самосовершенствования в процессе трудовой деятельности. Профессиональное просвещение формирует у молодежи мотивированные профессиональные намерения, в основе которых лежит осознание ими социально-экономических потребностей и своих психофизиологических возможностей.

2. Профессиональное консультирование – оказание помощи учащимся в профессиональном самоопределении и предоставлении рекомендаций учащимся о возможных направлениях профессиональной деятельности, наиболее соответствующих его психологическим, психофизиологическим, физиологическим особенностям, на основе результатов психологической, психофизиологической и медицинской диагностики.

3. Профессиональное воспитание – формирование у молодежи трудолюбия, работоспособности, профессиональной ответственности, способностей и склонностей.

4. Профессиональное развитие личности и поддержку профессиональной карьеры, включая смену профессии и профессиональную переподготовку.

5. Психологическую поддержку – методы, способствующие снижению психологической напряженности, формированию позитивного настроения и уверенности в будущем.

Для проведения профессиональной ориентации нужно располагать социально-экономическими характеристиками профессий, знать перспективы развития профессии, районы распространения профессий, уровень доходов профессионалов, пути получения квалификации и перспективы профессиональной карьеры, а также особенности рынка труда. Кроме этого, следует пользоваться технологическими характеристиками, включающими описание производственных процессов и профессиональных задач; медико-физиологическими и санитарными характеристиками условий труда с перечнем показаний и противопоказаний; требованиями профессий к индивидуальным особенностям людей. Сводный документ такого рода называется профессиограммой.

Существуют следующие формы профориентационной работы.

I. Пассивные формы профориентации – школьные мероприятия:

- Проведение в младших классах так называемых «Встреч с профессией»;
- Проведение в старших — вечеров встреч со специалистами;
- Беседы о профессиях;
- Проведение викторин на знание техники и специальностей, оформление стендов и витрин «Профессии»;
- Посещения школьниками предприятий и учреждений;
- Выступление в школах профессионалов, преподавателей, ветеранов, ученых.

II. Активные формы профориентации:

- Вовлечение молодежи в клубы и кружки: радиотехнические, авиационно-спортивные, автодела и др.;
- Развитие сети различных школьных и внешкольных кружков по профессиональным интересам;
- Занятия в цехах учебно-производственных комбинатов (УПК) – система первичной профессиональной подготовки, которая позволяет вести профподбор по интегральному критерию – успешности освоения профессии;
- Консультация для заключения о профессиональной пригодности с представителями школы, мастеров производственного обучения;

- Профориентация «на себя», т.е. работа, которая проводится вузом;
- Издаваемая в вузах справочная литература: книги, рекламные проспекты, красочные плакаты, фотоальбомы, в которых рассказывается об истории училища, о его выпускниках, о содержании профессии, о жизни и быте курсантов;
 - Создание в вузах работниками телевидения и педагогами профориентационных фильмов;
 - Профориентационная работа центров занятости населения.

Также важнейшим инструментом профессиональной ориентации в вузе (как в активной, так и в пассивной формах) становится привлечение студентов к научной и организационной работе в рамках студенческого научного кружка при выпускающей кафедре. При этом решаются задачи профориентационной работы как со студентами, так и со школьниками, что позволяет формировать положительный имидж вуза в глазах потенциальных абитуриентов (см. рис. 1).

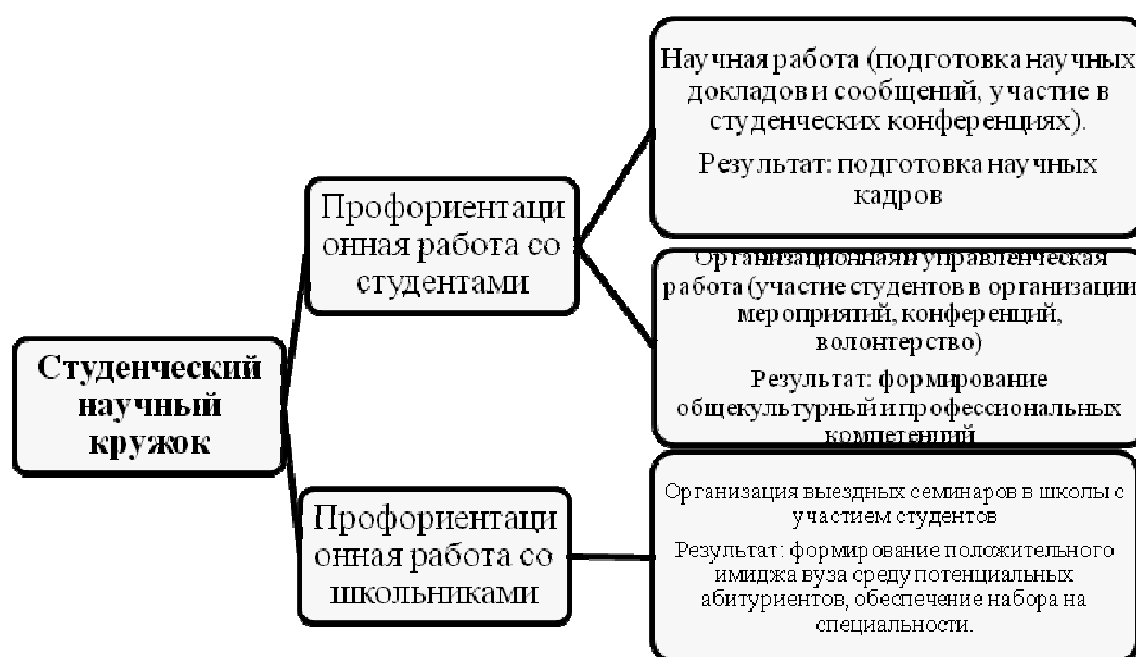


Рисунок 1. Схема профориентационной работы студенческого научного кружка

На базе кафедры гостиничного и туристического менеджмента ФГБОУ ВПО «Волгоградская государственная академия физической культуры» начался процесс совершенствования работы СНК, в рамках которого проведены следующие мероприятия:

1) собрания со студентами с целью определения миссии, цели, задач СНК, формирования его организационной структуры. В рамках данной группы мероприятий студенты на практике осваивают навыки построения организаций, создания их организационной культуры, учатся формулировать миссию и цели;

2) разработка стратегии СНК на долгосрочную, среднесрочную и краткосрочную перспективу. При реализации данных мероприятий студенты определяют общую стратегию кружка, пишут детализированный план мероприятий;

3) участие актива СНК совместно с преподавателями в различных круглых столах, семинарах и информационных мероприятиях, проводимых в Администрации города Волгограда, ГКУ ВО «Агентством развития туризма» и другими организациями, связанными со сферой туризма;

4) маркетинговое продвижение СНК. С целью формирования благоприятного имиджа вуза, кафедры и СНК актив кружка под руководством его координаторов принял участие в выставке «Туризм. Отдых. Спорт», проводимой 4 – 7 апреля 2013 года ООО «Царицынская ярмарка»;

5) организация конкурсов научных и практических разработок. В рамках реализации данного пункта мероприятий 4 – 5 апреля 2013 года проведен конкурс студенческих проектов «Экскурсия по Волгоградской области», объединивший студентов вузов Волгоградского региона, готовящих по специальностям, связанным с туризмом;

6) проведение научно-практических конференций. С целью реализации данного направления 25 – 26 апреля 2013 года, при поддержке Администрации г. Волгограда проведена всероссийская научно-практическая конференция «Актуальные проблемы развития туризма в регионах», а также круглый стол «Туристический Волгоград: вчера, сегодня, завтра» [1];

7) участие студентов в качестве волонтеров в организации XXII Всероссийского физиологического съезда им. Павлова;

8) участие студентов в конкурсе туристических маршрутов по Волгоградской области, проводимом комитетом молодежной политики и туризма Администрации г. Волгограда (результат – первое и второе места).

Таким образом, одним из оптимальных средств воспитания студенческой молодежи, позволяющим решить ряд профориентационных и воспитательных задач, является привлечение ее к творческой работе, органически связанной с ее будущей профессиональной принадлежностью, т.е. к научно-исследовательской, проектной, конструкторской работе. В перспективе, развитие высшей школы, так же, как и развитие науки, следует осуществлять по направлению повышения эффективности, роста конечных результатов учебно-воспитательного и исследовательского процессов, которое предоставляет широкое участие студентов, аспирантов, преподавателей и молодых ученых в работе студенческого научного кружка любого вуза.

Научно-исследовательская работа студентов – это важнейшее средство формирования профессионального облика будущего специалиста любого профиля. Привлечение студентов к научной работе все больше выступает главной движущей силой их вовлеченности в процесс создания материальных и духовных ценностей, в процесс их профессиональной ориентации.

Литература

1. Беликова, Е.В. Некоторые практические аспекты формирования навыков научно-исследовательской работы у студентов / Е.В. Беликова, Т.В. Полякова // Научно-методические основы повышения качества подготовки специалистов для сферы физической культуры, спорта и туризма: сб. науч. трудов всероссийской науч.-практ. конференции. 19-20 мая 2013 г. – Волгоград: ФГБОУ ВПО «ВГАФК», 2013. – С. 7-9.

2. Степанян, В.М. Основные методы профориентационной работы / В.М. Степанян // Совершенствование процесса подготовки специалистов для сферы высшего профессионального образования: сб. науч. трудов, посвящ. 50-летию ФГОУВПО «ВГАФК». – Волгоград: ФГОУВПО «ВГАФК», 2010. – С. 95-97.

3. Степанян, В.М. Особенности профориентационной работы в системе образования / В.М. Степанян // Совершенствование процесса подготовки специалистов для сферы высшего профессионального образования: сб. науч. тр., посвящ. 50-летию ФГОУВПО «ВГАФК». – Волгоград: ФГОУВПО «ВГАФК», 2010. – С. 90-93.

МЕТАПРЕДМЕТНЫЙ ПОДХОД В ВЫСШИХ УЧЕБНЫХ ЗАВЕДЕНИЯХ

Н.В. Стеценко, В.В. Коренева

Волгоградская государственная академия физической культуры

Использование эффективных педагогических технологий является одним из основных моментов новых федеральных государственных образовательных стандартов высших учебных заведений. Метапредметный подход позволяет фокусировать содержание образования на восприятии и освоении обучающимися целостного образа изучаемой действительности и знания об этой действительности.

Ключевые слова: метапредметный подход, профессиональное образование, учебная деятельность, познавательная проблемная ситуация.

METASUBJECT APPROACH IN HIGHER EDUCATION INSTITUTIONS

Stetsenko N.V., Koreneva V.V.

Volgograd State Physical Education Academy

The use of effective educational technology is one of the highlights of the new federal state educational standards of higher education. Metasubject approach allows us to focus on the perception of the content of education and development of a holistic way of studying reality under study and knowledge of this fact.

Keywords: metasubject approach, professional education, learning activities, cognitive problem situation.

Установленные федеральным государственным образовательным стандартом новые требования к результатам обучающихся вызывают необходимость в изменении содержания обучения на основе принципов метапредметности как условия достижения высокого качества образования.

В течение многих лет в образовательных учреждениях изучали разрозненные дисциплины, не выделяя никакой связи между ними. Сегодня ситуация кардинально изменяется в виду введения нового методологического подхода – метапредметного. «Мета» («за», «через», «над») - это значит всеобщее, интегрирующее.

Метапредметный подход позволяет обеспечить общекультурное, личностное и познавательное развитие обучающегося, вооружить его таким важным умением, как умение учиться, а также сформировать целостное представление об окружающем мире.

Данный метод осуществляет переход от существующей практики дробления знаний на дисциплины к целостному образному восприятию мира, к метадеятельности. По мнению А.А. Кузнецова, метапредметные (компетентностные) результаты образовательной деятельности - способы деятельности, применимые как в рамках образовательного процесса, так и при решении проблем в реальных жизненных ситуациях, освоенные обучающимися на базе одной, нескольких или всех учебных дисциплин [3]. При таком подходе у студентов формируется подход к изучаемому предмету как к системе знаний о мире, выраженном в числах и фигурах (математика), в веществах (химия), телах и полях (физика) и т.д. Стоит отметить, что метапредметный подход предлагает транслирование необходимого предметного содержания не как сведения для запоминания, а как знания для осмысления и использования.

По мнению специалистов (М.Е. Бершадский, А.В. Хуторской и др.), общей основой разнообразных инновационных моделей обучения, имеющей поисковую направленность, является интегративная надпредметная поисковая учебная деятельность, то есть специальная деятельность по построению учебного познания - исследовательская, эвристическая, проектная, коммуникативно-диалоговая, дискуссионная [1, 6]. Суть деятельности заключается в том, что усвоение любого материала (понятия, способа действия и т.п.) происходит в процессе решения практической или исследовательской задачи, познавательной проблемной ситуации. При этом, чем сложнее ситуация, тем выше будет личностный развивающий потенциал занятия. Здесь уместным будет привести слова великого французского ученого и философа XVII столетия Блеза Паскаля: «Доводы, до которых человек додумывается сам, обычно убеждают его больше, нежели те, которые пришли в голову другим».

Мир, в котором мы живем, предельно сложен, но в то же время ограничен и целостен. Чтобы понимать его, зачастую недостаточно знаний, полученных не только в школе, но и в нескольких вузах. А все потому, что мы в течение многих лет изучаем разрозненные дисциплины, не выделяя никакой связи между ними. Сегодня ситуация кардинально меняется с введением новых стандартов высшего профессионального образования, в которых в качестве нового методологического подхода заложено требование к метапредметным результатам обучения [5].

Новая учебная дисциплина «Естественнонаучные основы физической культуры», введенная федеральным государственным образовательным стандартом в учебный план подготовки бакалавров по направлению 034300.62 *Физическая культура*, включает в себя изучение тем из таких предметов, как математика, физика, химия и биология. Данная дисциплина является ярким примером метапредметного подхода в образовательном процессе физкультурного вуза. В рамках этой дисциплины обучающийся не «застревает» в информационных ограничениях одного учебного предмета (будь то математика, физика, химия или биология), а работает с взаимосвязями и ограничениями знаний каждой из дисциплин, при этом осваивает сразу два типа содержания – содержание предметной области и деятельность, что позволяет увеличить производительность труда в рамках того же самого учебного времени. При помощи данного подхода студенты обучаются видеть, какие теории и системы понятий стоят за той или иной наукой, в каких они находятся взаимоотношениях, какие позиции спорят, сталкиваются.

Приведем пример физической задачи, при решении которой используются математические понятия и методы: *движение бегуна происходит по закону $S(t)$ (t – время в секундах), необходимо найти скорость и ускорение бегуна через t с.* Для решения подобной задачи студент должен знать понятие производной функции, ее физический смысл и уметь применять правила нахождения первой и второй производной элементарных функций.

В таком аспекте изучение разделов из математики, физики, химии и биологии позволяет формировать у обучающихся теоретическое мышление и универсальные способы применения естественнонаучных знаний в своей профессиональной деятельности.

В связи с этим, преподаватель сегодня выступает в новой роли – конструктора новых педагогических ситуаций, новых заданий, направленных на использование обобщенных способов деятельности и создание студентами собственных продуктов в освоении знаний [2]. В отношении метапредметного подхода требуется определенная подготовка преподавателей, по мнению педагогов-новаторов на это необходимо от 3 до 5 лет. Таким образом, перед преподавателями, ведущими дисциплину «Естественнонаучные основы физической культуры», встает ряд задач:

- освоение основных положений метапредметного подхода;
- определение форм и методов организации учебного процесса с точки зрения метапредметного подхода;

- выявление особенностей контроля и оценки образовательных достижений студентов в процессе освоения ими содержания дисциплины;
- разработка метапредметных ситуационных заданий;
- осуществление взаимодействия педагогов внутри образовательного учреждения.

При решении данных задач, на наш взгляд, стоит учитывать точку зрения А.В. Хуторского, который считает, что метапредметный подход позволяет учить мыслить, предполагать, ошибаться (не боясь ошибок), спорить, доказывая свою точку зрения, умению слушать и слышать, использовать в своих интересах весь опыт человечества, сохранять, приумножать и творить культуру [6, 7]. Каким образом учить? Необходимо не учить, а демонстрировать, представлять возможность учиться самим, выражаясь в письменной и устной речи, научить самостоятельно, переходить из пассивных речевых форм (чтение и слушание) в активные (говорение и письмо).

Понимание и технологическая проработка требований к метапредметному образовательному результату, представленные в ФГОС, поможет справиться с проблемой, когда студент с трудом связывает для себя систему понятий одной учебной дисциплины с системой понятий другой. Применение данного метода в рамках учебного процесса высших учебных заведений физкультурного профиля позволит уйти от раздробленности знаний, от потерь универсальных оснований, с помощью которых студент учиться видеть мир в его целостности.

Литература

1. Бершадский, М.Е. Дидактические и психологические основания образовательной технологии / М.Е. Бершадский, В.В. Гузев. – М.: Центр «Педагогический поиск», 2003. – 256 с.
2. Буланова-Топоркова, М.В. Педагогика и психология высшей школы: учебное пособие / М.В. Буланова-Топоркова, С.И. Самыгин и др. – Ростов на Дону, 2002. – 544 с.
3. Кузнецов, А.А. О школьных стандартах второго поколения / А.А. Кузнецов. // Муниципальное образование: инновации и эксперимент. – 2008. – № 2. – С.3-6.
4. Фисенко, Т.И. Как реализовать принцип метапредметности в процессе обучения. – Режим доступа: <http://www.bibliofond.ru/view.aspx?id=466734>
5. Фоменко, И.А. Создание системы формирования нового содержания образования на основе принципов метапредметности. – Режим доступа: <http://fomenko.edusite.ru/p35aa1.html>.
6. Хуторской, А.В. Метапредметный подход в обучении: научно-методическое пособие. – М.: Издательство «Эйдос», 2012. – 73 с.
7. Хуторской, А.В. Эвристический тип образования: результаты научно-практического исследования / А.В. Хуторской // Педагогика. – 1999. – № 7. – С.15-22.

К ПРОБЛЕМЕ ИНФОРМАЦИОННО-АНАЛИТИЧЕСКОГО СОПРОВОЖДЕНИЯ ДЕЯТЕЛЬНОСТИ ТРЕНЕРА

Хованская Т.В.

Волгоградская государственная академия физической культуры

Деятельность современного тренера невозможна без специальных знаний и умений оперировать большим объемом информации. Развитие таких способностей у трене-

ра позволяет повысить качество информационно-аналитического сопровождения тренерской деятельности и тем самым повышает эффективность подготовки спортсмена.

Ключевые слова: тренер, тренерская деятельность, информационное сопровождение, информационно-аналитическая компетентность.

TO THE PROBLEM OF INFORMATIONAL AND ANALYTICAL SUPPORT OF COACH

Khovanskaya T.V.

Volgograd State Physical Education Academy

The activity of modern coach is impossible without special knowledge and skills to operate with large volume of information. The development of such coach's abilities can improve the quality of information and coach's analytical support and increases the efficiency of athlete's training.

Keywords: coach, coaching, communication, information and analytical competence.

Тренировочный процесс представляет собой сложную и многогранную систему. Большое значение приобретает грамотное управление этой системой, где ведущее место отводится тренеру-педагогу [1]. Управление учебно-тренировочным процессом не возможно без информации. Сущностью любого управления является процесс получения, хранения, переработки, обмена и использования информации. Отсюда, одной из необходимых способностей тренера является умение оперировать информацией, анализировать её и правильно её использовать для принятия оптимального решения задач планирования и организации тренировочного процесса.

За последнее десятилетие возможности технических и других средств, обеспечивающих информационное сопровождение деятельности тренера, выросли в несколько раз. В настоящее время технические и методические возможности позволяют давать тренеру информацию одновременно о нескольких десятках показателей, от физиологических и биохимических особенностей спортсмена до эргономических параметров спортивного снаряжения (инвентаря) [3]. Умение тренера выделить из этих показателей основные, сгруппировать их и на основании этих показателей принять правильное решение в процессе подготовки спортсмена и предопределяет его квалификацию.

Однако практика показывает, что многие тренеры предпочитают использовать в своей деятельности старые средства, так как просто боятся большого потока информации. Часто тренер отбрасывает 95% информации сразу. Хотя фильтровать информацию необходимо, но нельзя отбрасывать не обработанную, не проанализированную информацию. Стремление тренера добиться высоких результатов, опираясь на один два известных ему параметра, без постоянной корректировки тренировочного плана приводит к нежелательным последствиям: от провальных выступлений на соревнованиях до вывода из строя спортсмена [4]. В связи с этим повышаются требования не только к интеллектуальной подготовке педагога-тренера, но и к уровню его информационно-аналитической компетентности.

Информационно-аналитические способности тренера во всех видах спорта играют самую главную роль, так как от принятия правильного решения во многом определя-

ется эффективность тренировочного процесса. Всему этому тренера надо обучать, т.е. совершенствовать информационно-аналитический компонент тренерской деятельности.

На сегодняшний день, как показал анализ, существует малое количество работ по данной проблеме, они только затрагивают, но не решают в целом проблему достаточного и необходимого информационного сопровождения тренерской деятельности. Отсутствие в образовательных процессах, в учебных программах задачи обучения тренеров умению оперировать большим объёмом информации, на которую сегодня он может опираться, приводят к тому, что информационно-аналитическое сопровождение является наиболее отстающим участком тренерской деятельности.

Одним из популярнейших видов спорта является легкая атлетика. Проблеме подготовки легкоатлетов посвящено множество исследований. Вместе с тем специалистами отмечается, что разработанные планы тренировочного процесса часто не срабатывают с той эффективностью, с которой запланированы [6].

Учитывая то, что в значительной степени способности тренера формируются на этапе его работы с молодыми спортсменами, в частности в детско-юношеских школах, от которых зависит умение вовремя распознать и объективно оценить физические и другие возможности начинающего спортсмена, и предопределяет повышенные требования именно к тренерам детско-юношеских школ.

Достаточно долгое время специалисты, отвечающие за общие направления развития детского и юношеского спорта в нашей стране, были заняты поиском новых критериев, которые было бы целесообразно положить в основу оценки эффективности труда детских тренеров. В основу такой оценки введенными в действие инструктивными документами положены некоторые критерии, которые в совокупности ориентируют наставников на более рациональное построение системы многолетних занятий с юными спортсменами. В частности, можно выделить следующие позиции:

- сохранение количества занимающихся, набранных тренером и переходящих на последующие годы и этапы подготовки;
- количество высококвалифицированных спортсменов (мастеров спорта, чемпионов России, Европы, мира и т.д.), которые в свое время занимались у данного тренера не менее трех-четырёх лет;
- количество спортсменов, переданных в спортивные школы более высокого уровня (например, в колледж олимпийского резерва);
- попадание спортсменов в сборные команды и их успешное выступление в крупнейших соревнованиях.

Важно, что спортивный результат выведен из числа основных оцениваемых показателей на начальных этапах многолетней работы с юными спортсменами [5].

Тренер – это роль, функция, должность, рабочее место в объективном содержании спортивной тренировки. Определённый набор стандартизированных действий, объективных должностных характеристик, полномочий, которым тренер должен соответствовать, участвуя в учебно-тренировочном процессе, это есть его компетенции [2]. Чтобы выявить набор компетенций тренера обратимся сначала к нормативным документам.

В государственном образовательном стандарте по направлению «Физическая культура» приведены требования, предъявляемые к будущему тренеру, как управленцу тренировочного процесса. По данным положениям тренер, например по лёгкой атлетике, должен:

- анализировать технику различных легкоатлетических видов и выполнять упражнения, направленные на совершенствование техники и воспитание различных физических качеств;
- владеть техникой подводящих упражнений в различных видах легкой атлетики;

- контролировать и оценивать уровень различных видов подготовленности легкоатлетов;
- контролировать интенсивность нагрузки в процессе тренировки анализировать уровень работоспособности и объективно оценивать самочувствие;
- планировать свою деятельность и тренировочную деятельность спортсменов по применению и использованию средств физической культуры и спорта;
- анализировать и корректировать свою профессиональную деятельность;
- проводить разминку учебно-тренировочного занятия;
- анализировать ошибки техники и методику их исправления;
- проводить учебно-тренировочные занятия, направленные на развитие качеств и способностей;
- планировать тренировочные и соревновательные нагрузки;
- планировать тренировочную деятельность в зависимости от системы подготовки;
- организовывать и судить соревнования различного масштаба.

Буквально каждый пункт данных требований предусматривает использование достижений современной компьютерной и телекоммуникационной техники, которые уже стали основой эффективности управления тренировочным процессом в сферах массового и элитного спорта [3]. Это доказывает, что набор спортивных компетенций тренера буквально пронизывают информационные компетенции. Кроме того, перечисленные должностные обязанности тренера предусматривают способности к аналитической деятельности. Поэтому целесообразно ввести новое понятие – информационно-аналитическая компетентность тренера.

Ю.В. Сорокопуд отмечает, что в настоящее время тренер должен обладать медиакомпетенциями, под которыми следует понимать способность находить и использовать в будущей своей деятельности информацию, полученную из различных источников, а также применять компьютерную, аудио-, видеотехнику, реализуя тем самым современные инновационные технологии [3].

В своих исследованиях Ю.А. Фомин анализирует связь современного спорта с объективными глобальными процессами. Развитие современного спорта тесно связано в первую очередь с созданием единой мировой информационной системы. В последние десятилетия информационные процессы объективно требуют резкого возрастания интеллектуальных и инновационных компонентов в тренерской деятельности [3].

Анализ результатов исследований современных ученых относительно профессиональной компетентности специалистов в области ФКиС, показал тесную связь успешной физкультурно-спортивной деятельности с использованием компонентов информационной компетентности и аналитических способностей тренера. Следовательно, деятельность современного тренера невозможна без специальных знаний и умений сбора, поиска, накопления, хранения, продуцирования, обработки, передачи и использования информации, которые осуществляются с помощью современных аппаратных и программных средств, то есть без определённого уровня владения информационно-аналитическими компетенциями.

Таким образом, проблема изучения информационно-аналитического сопровождения тренерской деятельности в детских спортивных школах по лёгкой атлетике решает важную для спорта задачу повышения эффективности деятельности тренера путём формирования у него информационно-аналитических способностей.

Литература

1. Верхошанский, Ю.В. Программирование и организация тренировочного процесса / Ю.В. Верхошанский. – М.: Физкультура и спорт, 1985. – 176 с.
2. Корх, А.Я. Тренер: деятельность и личность: учебное пособие / А.Я. Корх. – М.: Terra-Спорт, 2000. – 120 с.
3. Информационные технологии и технические средства обучения и тренировки в сфере физической культуры и спорта / Всероссийская научная конференция-ярмарка: материалы / Под ред. Л.А. Хасина. – Малаховка : НИИТ МГАФК, 2004. – 210 с.
4. Подливаев, Б.А. Деятельность тренера как важнейший компонент системы подготовки спортсменов / Б.А. Подливаев // Детский тренер. – 2006. – №4. – С. 96-102.
5. Теория и методика физической культуры: учебник / Под общ. ред. Ю.Ф. Курамшина. – 2-е изд., испр. – М.: Советский спорт, 2004. – 464 с.
6. Фискалов, В.Д. Спорт и система подготовки спортсменов: учебник / В.Д. Фискалов. – М.: Советский спорт, 2010. – 392 с.

ОТ РЕДАКЦИИ ЖУРНАЛА

ПРАВИЛА ПУБЛИКАЦИИ в журнале «Физическое воспитание и спортивная тренировка»

Журнал «Физическое воспитание и спортивная тренировка» публикует теоретические и экспериментальные работы, содержащие информацию о методических разработках и путях их использования, обзоры научных исследований, рецензии на монографии и другие публикации, в соответствии со следующей рубрикацией:

- Теория физического воспитания и спортивной тренировки,
- Методика и педагогические технологии физического воспитания и спортивной тренировки.
- Вопросы адаптивной физической культуры
- Медико-биологические аспекты физического воспитания и спортивной тренировки,
- Психолого-педагогические аспекты физического воспитания и спортивной тренировки,
- Менеджмент в сфере физической культуры и спортивной тренировки.
- Вопросы профессионального образования в сфере физической культуры и спорта,

- Краткие сообщения.

Статья должна содержать:

- Название статьи;
- И.О. Фамилии авторов;
- Полное название организации
- Аннотация к статье – не более 10 строк;
- Ключевые слова;
- Название статьи на английском языке;
- И.О. Фамилии авторов на английском языке;
- Полное название организации на английском языке;
- Аннотация на английском языке – не более 10 строк;
- Ключевые слова на английском языке;
- Для исследовательских работ рекомендуются следующие разделы статьи: введение, методика исследования, результаты и их обсуждение, заключение (выводы), список литературы, использованной в статье.
- Объем рукописи, включая список цитируемой литературы (не более 10 наименований), не должен превышать 10 страниц для теоретических работ и 8 страниц для исследовательских работ. Краткие сообщения и методические работы – 4-5 страниц.
- К статье прилагаются: сведения об авторе (почтовый адрес, E-mail, Ф.И.О., специальность, ученое звание или ученая степень, место работы, должность); рецензия на статью, подписанная доктором наук из числа членов редакционной коллегии журнала; распечатка с сайта www.antiplagiat.ru с информацией о процентном показателе заимствований в данной статье.
- Каждый рисунок (не более 3) должен иметь объяснения значений всех компонентов рисунка, свой порядковый номер, название, расположенные под рисунком. В тексте на него дается ссылка. Сокращения слов в рисунках не допускаются.
- Каждую таблицу (не более 3) следует снабдить порядковым номером и заго-

ловком, расположенным над таблицей. Все графы в таблице должны иметь заголовки с прописной буквы, сокращения слов в таблице не допускаются. Таблицы ориентируются по вертикали.

- Цитируемая в статье литература (автор, название, место издания, год издания, страницы) приводится в виде списка в конце статьи по алфавиту. В тексте статьи ссылка на источник делается путем указания в квадратных скобках порядкового номера цитируемой статьи [1].

- Рукописи, не принятые в печать не возвращаются.

- Статья предоставляется в виде файла формата MS Word (*.doc) и одного экземпляра распечатки. Рукописный вариант должен быть подписан всеми авторами.

- Рукопись печатается через 1,5 интервала на листах формата А4 с полями 20 мм. Все страницы рукописи, включая таблицы и иллюстрации, должны быть пронумерованы. Функция «автоматическая расстановка переносов» должна быть включена. При наборе текста используются шрифты Times New Roman – 12 pt и Symbol. Формульные выражения выполняются только в «Редакторе формул».

- Рисунки выполняются в графических редакторах и представляются в виде черно-белых графических файлов формата *.jpg с разрешением 300x300 dpi.

- Все иллюстрации сопровождаются подрисуночными подписями, включающими в себя номер, название иллюстрации и при необходимости – условные обозначения.

Научное издание

Научно-методический журнал
ФИЗИЧЕСКОЕ ВОСПИТАНИЕ
И СПОРТИВНАЯ ТРЕНИРОВКА

№ 2 (6) – 2013 год

Ответственный редактор
Вершинин М.А.

Редакторы:
Бабашев А.Э., Бганцева И.В.

Подписано в печать 26.12.2013 г.
Усл. печ. листов 14,6.
Тираж 1000 экз. Заказ № 1171.

ФГБОУ ВПО «Волгоградская государственная академия физической культуры»
400005, Волгоград, пр. Ленина, 78