

АНАЛИЗ СОРЕВНОВАТЕЛЬНОЙ ПРАКТИКИ ПРОФЕССИОНАЛЬНЫХ МИНИ-ФУТБОЛЬНЫХ КЛУБОВ

Семен Николаевич Андреев, кандидат педагогических наук, доцент,

Президент Ассоциации мини-футбола России (АМФР),

Эмиль Гуметович Алиев, кандидат педагогических наук,

Генеральный директор Ассоциации мини-футбола России (АМФР),

**Константин Викторович Еременко, Президент мини-футбольного клуба «Динамо-Ямал»,
г. Москва**

Аннотация

В статье рассматривается одна из важнейших сторон спортивного соревнования - соревновательная практика игроков отечественных профессиональных мини-футбольных клубов. Приведена динамика ее основных количественных параметров в период 1999-2009 гг., дан сравнительный анализ общего количества игр, проводимых футболистами мини-футбольных клубов высшего дивизиона в годичном цикле, с соответствующими параметрами соревновательной практики высококвалифицированных спортсменов в других командно-игровых видах спорта, а также анализируется плотность чемпионата страны среди клубов высшего и первого дивизионов.

Ключевые слова: соревновательная практика, количественные параметры, клуб.

ANALYSIS OF COMPETITIONAL PRACTICE OF MINI-FOOTBAL CLUBS IN RUDDIA

Simeon Nikolaevich Andreev, candidate of pedagogical sciences, senior lecturer,

President of Association of mini-football of Russia (AMFR),

Emil Gumenetovich Aliev, candidate of pedagogical sciences,

General Director of Association of mini-football of Russia (AMFR),

Konstantin Viktorovich Eremenko, President of FC “Dynamo-Yamal”,

Moscow

Abstract

This article concerns one of the main features of the event – the competition practice of professional mini-football clubs players. The authors provide us with a detailed analysis of dynamics of competition practice development, make a competitive research of its main quantities parameters during 1999-2009 and amount of matches, played annually by the Super league division players, taking into consideration the relevant characteristics of competition practice of sportsmen in other team sport event.

Key words: competition practice, professional min-football clubs, quantities parameters.

Соревнования являются важнейшей отличительной чертой спорта, его специфическим ядром. Соревновательная же практика представляет собой участие спортсменов в официальных и неофициальных турнирах. Среди параметров соревновательной практики в игровых видах спорта, как правило, выделяют общее количество матчей, плотность соревнований (интервалы между матчами) и их напряженность [2, 3].

Рассмотрение с этих позиций количественных параметров соревновательной практики игроков профессиональных мини-футбольных клубов позволяет выявить в планировании соревнований имеющиеся проблемы и неиспользованные резервы.

Количественные параметры соревновательной практики игроков профессиональных мини-футбольных клубов в значительной степени определяются принятой системой проведения чемпионата страны. В ходе развития отечественного мини-футбола и трансформации его в автономную разновидность классического футбола [1] периодически вносились корректизы в систему проведения чемпионата России среди профессиональных клубов. Так, если чемпионат России в высшем и первом дивизионах в 90-е гг. прошедшего столетия проводился постоянно по турвой системе (в 2 круга), что обуславливалось высокими транспортными расходами клубов, то с начала

XXI в. экономическое укрепление клубов дало возможность существенно модернизировать систему проведения чемпионата страны среди клубов высшего дивизиона. Начиная с 2002 г., чемпионат стал проводиться в 4 круга, что позволило значительно увеличить количество календарных матчей в годичном цикле, сократить интервалы между ними, а в целом увеличить продолжительность сезона.

Таблица 1

Дивизионы	Длительность сезонов							
	1995-1996 гг.	1997-1998 гг.	1999-2000 гг.	2001-2002 гг.	2003-2004 гг.	2005-2006 гг.	2007-2008 гг.	2008-2009 гг.
Высший дивизион	7 м	7 м 2 н	7 м 2 н	9 м	9 м	9 м	9 м 2 н	9 м 2 н
Первый дивизион	7 м	7 м	7 м	7 м 1 н	7 м 1 н	8 м	8 м	8 м

Примечание: м - месяц, н - неделя.

Например, если в 90-е гг. прошедшего века каждый сезон начинался в конце апреля следующего года, то с принятием новой системы чемпионата начало очередного сезона было перенесено на первую неделю сентября, а его завершение – на конец мая (начало июня) следующего года. Система проведения чемпионата России среди клубов первого дивизиона является более консервативной. В XXI веке система осталась такой же, как и в 90-е гг. прошедшего века, и турнир проводится по туровой системе (в 2 круга). Лишь начиная с 2006 г. данная система в заключительной стадии чемпионата предусматривала «play off» для 6 лучших клубов по итогам «регулярного» первенства.

Как видно из таблицы 1, длительность сезона 1995-1996 гг. в высшем дивизионе не превышала 7 месяцев. В последующих сезонах продолжительность несколько возросла и составила в сезоне 2001-2002 гг. 9 месяцев, а сезонах 2007-2008 и 2008-09 гг. возросла до 9 месяцев и 2 недель. За прошедший период также наблюдался рост продолжительности сезонов и в первом дивизионе. В сравнении с 90-ми гг. прошедшего века сегодня длительность сезона в этом дивизионе возросла с 7 до 8 месяцев.

Совершенствование системы проведение чемпионата страны среди клубов высшего дивизиона и увеличение продолжительности сезона привело к увеличению количества матчей, проводимых в годичном цикле. Как видно из таблицы 2, в сезоне 1999-2000 гг. клубы проводили в чемпионате страны 20 игр, в соревнованиях на Кубок России – от 6 до 10 игр, а также участвовали в 6-10 товарищеских матчах и в 2-6 международных играх. Всего клубы высшего дивизиона проводили в годичном цикле от 44 до 56 матчей. В связи же с модернизацией системы проведения чемпионата уже в сезоне 2002-2003 гг. количественные параметры соревновательной практики заметно возросли.

Таблица 2

Сезоны	м	Количественные параметры соревновательной практики				
		Чемпионат России	Кубок России	Товарищеские матчи	Международные матчи	Всего
Клубы высшего дивизиона						
1999-2000 гг.	16	30	6-10	6-10	2-6	44-56
2002-2003 гг.	12	44	6-10	6-10	2-8	58-72
2005-2006 гг.	12	44	6-10	6-10	2-8	58-72
2008-2009 гг.	14	52	2-8	6-10	6-10	66-80
Клубы первого дивизиона						
1999-2000 гг.	16	30	4-8	3-6	1-2	38-46
2002-2003 гг.	16	30	4-8	4-8	1-3	38-49
2005-2006 гг.	16	30	4-8	4-8	2-4	39-50
2008-2009 гг.	16	30-33	4-8	6-8	2-4	42-53

Так, количество игр в чемпионате страны увеличилось до 44, и хотя количественные параметры матчей на Кубок России, товарищеских и международных играх остались практически на прежнем уровне, общее количество матчей, проводимых клубами в годичном цикле, возросло и колебалось от 58 до 72. Аналогичное положение

сохранялось и в сезоне 2005-2006 гг. Увеличение в сезоне 2008-2009 гг. числа команд в высшем дивизионе привело к дальнейшему росту общего количества игр, проводимых клубами этого дивизиона в годичном цикле (66-80). Этот показатель стал максимальным за всю историю существования высшего дивизиона.

Динамика количественных параметров соревновательной практики игроков первого дивизиона менее заметна, чем в высшем дивизионе. Так, ее основные количественные показатели в годичных циклах 1999-2000 гг., 2002-2003 гг. и 2005-2006 гг. крайне незначительно отличаются друг от друга. Лишь в сезоне 2008-2009 гг. введение системы «play off» в регламент чемпионата страны среди клубов первого дивизиона позволило несколько увеличить общее количество игр, проводимых клубами в годичном цикле (42-53).

Сравнительный анализ общего количества матчей, проводимых игроками мини-футбольных клубов высшего и первого дивизионов в течение сезона 2008-2009 гг., с количественными параметрами соревновательной практики в годичном цикле высококвалифицированных спортсменов в баскетболе, гандболе и волейболе (по материалам Ф.П. Суслова [2]) отражен в таблице 3.

Как следует из этой таблицы, общее количество игр у игроков профессиональных мини-футбольных клубов в годичном цикле почти не уступает показателям в волейболе и баскетболе, но является более низким, чем в гандболе. В то же время общее количество матчей в сезоне игроков клубов первого дивизиона явно ниже соответствующих показателей, как футболистов высшего дивизиона, так и общего количества дней соревнований в годичном цикле высококвалифицированных баскетболистов, гандболистов и волейболистов.

Таблица 3

Параметр соревновательной практики высококвалифицированных спортсменов	Мини-футбол		По Ф.П. Суслову		
	Клубы высшего дивизиона	Клубы первого дивизиона	Баскетбол	Гандбол	Волейбол
Всего матчей (дней соревнований), проводимых в годичном цикле	66-80	42-53	70-80	80-90	70-85

Анализ календарей чемпионатов России 90-х годов прошедшего века и периода 1999-2009 гг. позволил проследить также изменение плотности этих соревнований. Являясь производным системы проведения чемпионатов страны, данный параметр соревновательной практики определяет интервалы между календарными матчами. Если в 90-е гг. прошедшего века минимальные интервалы между играми чемпионата страны среди клубов высшего дивизиона составляли 15 дней, а максимальные – 21 день, то с модернизацией системы проведения чемпионата его плотностью возрастила от сезона к сезону, достигнув в настоящее время своего пика. Так, в сезоне 2008-2009 гг. минимальные интервалы между календарными матчами снизились до 5 дней, а максимальные – до 12 дней. Плотность же чемпионата страны среди клубов первого дивизиона являлась более консервативной: и в 90-х гг. прошедшего века, и в период 1999-2006 гг. плотность чемпионата оставалась практически неизменной. Лишь в сезоне 2008-2009 гг. плотность несколько возросла: минимальные интервалы между календарными матчами достигла 12 дней, а максимальные – 16 дней.

Таким образом, проведенное исследование позволило выявить динамику количественных параметров соревновательной практики игроков профессиональных мини-футбольных клубов, установить связь этого процесса с совершенствованием системы проведения чемпионата страны. Полученные данные позволяют констатировать, что такие параметры, как количество матчей в годичном цикле, плотность чемпионата страны среди клубов высшего дивизиона в настоящее время практически достигли уровня количественных параметров соревновательной практики высококвалифицированных спортсменов в таких командно-игровых видах спорта, как баскетбол и волей-

бол, имеющих более длительный исторический путь развития. В то же время от этих показателей значительно отстают аналогичные количественные параметры мини-футбольных клубов первого дивизиона, что требует от Российского футбольного союза и Ассоциации мини-футбола России новых подходов к планированию всероссийских соревнований в данном дивизионе.

ЛИТЕРАТУРА

1. Андреев, С.Н. Эволюция мини-футбола (футзала) в современную автономную разновидность классического футбола / С.Н. Андреев // Теория и методика футбола. – 2007. – № 1. – С. 6-7.
2. Красников, А.А. Основы теории спортивных соревнований: учебное пособие для вузов физической культуры и спорта / А.А.Красников. – М. : Физическая культура, 2005. – 160 с.
3. Педагогические физкультурно-спортивное совершенствование: учебное пособие для студентов высших педагогических заведений / Ю.Д. Железняк, В.А. Кашкаров, И.П. Карвцов [и др.] ; под ред. Ю.Д. Железняка. – М. : Издательский центр «Академия», 2002. – 384 с.

УРОВЕНЬ КОРТИЗОЛА И ФАГОЦИТАРНАЯ АКТИВНОСТЬ ЛЕЙКОЦИТОВ У СПОРТСМЕНОВ ПРИ ВЫСОКИХ ФИЗИЧЕСКИХ НАГРУЗКАХ

Ирина Александровна Афанасьева, кандидат педагогических наук,

старший научный сотрудник,

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

Аннотация

В статье представлены результаты исследования, в которых установлено, что организм спортсменов реагирует на физические перегрузки, в связи с этим происходит существенное повышение уровня кортизола.

Ключевые слова: уровень кортизола, высокие физические нагрузки, фагоцитарная активность, спортсмены высокой квалификации.

KORTIZOL LEVEL AND PHAGOCYTE ACTIVITY OF LEUKOCYTES AT ATHLETE UNDER HIGH PHYSICAL LOADS

Irina Aleksandrovna Afanaseva, candidate of pedagogical sciences,

Senior research worker,

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

Abstract

The results of investigations represented at the article prove that the organism of an athlete reacts to physical overloads and due to this fact there is essential increase of kortizol level.

Key words: kortizol level, high physical loads, phagocyte activity, top class athletes.

Повышенная заболеваемость спортсменов при высоких нагрузках может быть связана с повышением уровня кортизола, который, являясь иммунодепрессантом, способен вызывать угнетение системы иммунитета (А.П. Исаев и др., 2003, Parry-Billings et al., 1992; Walsh et al., 1998). Высокие спортивные нагрузки повышают интенсивность стероидогенеза в коре надпочечников, усиливают адренокортиkalную активность и повышают уровень кортикостероидов в крови (Виру А.А., Кырге П.К., 1983; Баранов Н.Н., 1990; Виру А.А., 1990; Кушаковский М.С., 1977; Кассиль Г.Н., 1986). По мере повышения нагрузок во время тренировочного цикла содержание кортизола в крови увеличивается (Carli et al., 1983; Kriwan, Costill, 1988). По данным А.Н. Некрасова и др., (2003), основанным на применении корреляционного анализа, роль корти-

бол, имеющих более длительный исторический путь развития. В то же время от этих показателей значительно отстают аналогичные количественные параметры мини-футбольных клубов первого дивизиона, что требует от Российского футбольного союза и Ассоциации мини-футбола России новых подходов к планированию всероссийских соревнований в данном дивизионе.

ЛИТЕРАТУРА

1. Андреев, С.Н. Эволюция мини-футбола (футзала) в современную автономную разновидность классического футбола / С.Н. Андреев // Теория и методика футбола. – 2007. – № 1. – С. 6-7.
2. Красников, А.А. Основы теории спортивных соревнований: учебное пособие для вузов физической культуры и спорта / А.А.Красников. – М. : Физическая культура, 2005. – 160 с.
3. Педагогические физкультурно-спортивное совершенствование: учебное пособие для студентов высших педагогических заведений / Ю.Д. Железняк, В.А. Кашкаров, И.П. Карвцов [и др.] ; под ред. Ю.Д. Железняка. – М. : Издательский центр «Академия», 2002. – 384 с.

УРОВЕНЬ КОРТИЗОЛА И ФАГОЦИТАРНАЯ АКТИВНОСТЬ ЛЕЙКОЦИТОВ У СПОРТСМЕНОВ ПРИ ВЫСОКИХ ФИЗИЧЕСКИХ НАГРУЗКАХ

Ирина Александровна Афанасьева, кандидат педагогических наук,

старший научный сотрудник,

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

Аннотация

В статье представлены результаты исследования, в которых установлено, что организм спортсменов реагирует на физические перегрузки, в связи с этим происходит существенное повышение уровня кортизола.

Ключевые слова: уровень кортизола, высокие физические нагрузки, фагоцитарная активность, спортсмены высокой квалификации.

KORTIZOL LEVEL AND PHAGOCYTE ACTIVITY OF LEUKOCYTES AT ATHLETE UNDER HIGH PHYSICAL LOADS

Irina Aleksandrovna Afanaseva, candidate of pedagogical sciences,

Senior research worker,

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

Abstract

The results of investigations represented at the article prove that the organism of an athlete reacts to physical overloads and due to this fact there is essential increase of kortizol level.

Key words: kortizol level, high physical loads, phagocyte activity, top class athletes.

Повышенная заболеваемость спортсменов при высоких нагрузках может быть связана с повышением уровня кортизола, который, являясь иммунодепрессантом, способен вызывать угнетение системы иммунитета (А.П. Исаев и др., 2003, Parry-Billings et al., 1992; Walsh et al., 1998). Высокие спортивные нагрузки повышают интенсивность стероидогенеза в коре надпочечников, усиливают адренокортиkalную активность и повышают уровень кортикостероидов в крови (Виру А.А., Кырге П.К., 1983; Баранов Н.Н., 1990; Виру А.А., 1990; Кушаковский М.С., 1977; Кассиль Г.Н., 1986). По мере повышения нагрузок во время тренировочного цикла содержание кортизола в крови увеличивается (Carli et al., 1983; Kriwan, Costill, 1988). По данным А.Н. Некрасова и др., (2003), основанным на применении корреляционного анализа, роль корти-

зала не сводится только к супрессивным эффектам. По мнению этих авторов, кортизол выполняет мобилизационную функцию, направленную на использование белковых ресурсов для энергетического обеспечения работающих мышц при интенсивной работе.

Нагрузки спорта высоких достижений вызывают как адаптивные, так и дезадаптивные изменения в организме (Макарова Г., 2002; Natale et al., 2003; Sejersted, Sjogaard, 2000). Индикаторами перетренированности являются дисбаланс нейроэндоринной системы, показатели повреждения мышц, такие как:

- увеличение содержания в крови ферментов, обычно находящихся внутри клеток;
- снижение запаса гликогена в мышцах;
- ухудшение аэробной, дыхательной и сердечной эффективности;
- снижение психологического тонуса и плохие спортивные показатели;
- падение концентрация глутамина в крови;
- снижение иммунологических функций и повышение заболеваемости инфекциями верхних дыхательных путей.

Взаимосвязи между изменениями уровня кортизола и иммунологическими показателями у спортсменов под действием высоких физических нагрузок изучены недостаточно. Целью настоящего исследования было изучение характера изменения уровня кортизола и показателей неспецифической иммунной защиты у спортсменов. В качестве показателя неспецифической иммунной защиты спортсменов мы исследовали фагоцитарную активность лейкоцитов периферической крови.

МАТЕРИАЛЫ И МЕТОДЫ ИССЛЕДОВАНИЯ

Обследовано 195 спортсменов высокой спортивной квалификации (126 мужчин и 69 женщин) в подготовительный период тренировочного цикла. Обследование проводили в период с 2004 по 2007 гг. Забор крови производили не ранее 24 часов после завершения тренировки. В исследовании принимали участие только активно тренирующиеся и выступающие спортсмены высокой спортивной квалификации: кандидаты в мастера спорта, мастера спорта, мастера спорта международного класса. Спортсмены были представителями скоростно-силовых видов спорта. Контрольную группу составили 32 человека того же возраста (мужчин и женщин), не занимающихся спортом. Средний возраст обследуемых составлял $18,5 \pm 2,3$ года, а средний стаж занятий спортом – $9,8 \pm 2,1$ года.

Концентрацию кортизола в сыворотке крови определяли твердофазным иммуноферментным методом с использованием стандартным наборов реагентов «Стероид-ИФА-кортизол-01», согласно инструкции фирмы производителя (Алкор-Био, Санкт-Петербург).

Фагоцитарную активность лейкоцитов крови исследовали с определением фагоцитарного числа (ФЧ), фагоцитарного индекса (ФИ) и индекса завершенности фагоцитоза (ИЗФ) (Хайтов Р.М., Гущин И.С., Пинегин Б.В., Зебрев А.И., 1999; Иммунологические методы, 1987).

При статистической обработке данных использовали средние арифметические величины, ошибки средних, t-тест Стьюдента для независимых выборок (Гублер Е.В., 1978; Байд У., 1969). Для получения линий трендов использовали уравнения полиномиальной регрессии второго порядка и программу «Microcal Origin 3.5».

РЕЗУЛЬТАТЫ И ОБСУЖДЕНИЕ

Средний уровень кортизола в группе спортсменов был почти в два раза выше, чем в контрольной группе (соответственно: $542,7 \pm 29,7$ и $331,6 \pm 15,0$ нМоль/л, при $p < 0,01$). Как показано в табл. 1, высокий уровень кортизола (выше 800 нМоль/л) определялся у спортсменов в 14,4% случаев и не выявлялся у лиц контрольной группы ($p < 0,01$). Почти у половины спортсменов (47,2%) уровень кортизола составлял 800-500

нМоль/л, у лиц контрольной группы этот уровень встречался значительно реже, только в 15,6% случаев ($p<0,01$). У лиц контрольной группы в большинстве случаев (75,0%) уровень кортизола был меньше 400 нМоль/л, у спортсменов этот уровень выявлен только в 20,5% случаев ($p<0,01$). Таким образом, у большинства спортсменов имеет место повышенный уровень кортизола по сравнению с контрольной группой.

Таблица 1

Частота различных уровней кортизола крови у спортсменов и в контрольной группе (%)

Уровень кортизола (нМоль/л)	Группы обследованных		P
	Спортсмены (n=195)	Контроль (n=32)	
> 800	14,4	0	<0,01
500-800	47,2	15,6	<0,01
400-500	17,9	9,4	>0,05
<400	20,5	75,0	<0,01
Всего	100	100	
Средний уровень	542,7±29,7	331,6±15,0	<0,01

Таблица 2

Зависимость активности фагоцитоза от уровня кортизола крови у спортсменов (M+m)

Группы	Кортизол (нМоль/л)	ФИ (%)	ФЧ	ИЗФ
Спортсме- ны (n=195)	1 Более 800	64,9±2,2	4,7±0,27●●	0,87±0,06●●
	2 500-800	66,6±1,5	5,1±0,2	0,87±0,04●●
	3 400-500	64,7±2,01	5,0±0,2	0,88±0,06**
	4 Менее 400	64,7±2,9	5,6±0,3	1,0±0,01
P c1-к		<0,05	<0,01	>0,05
P c2-к		>0,05	>0,05	<0,01
P c3-к		<0,02	>0,05	>0,05
P c4-к		>0,05	>0,05	>0,05
Контроль (n=32)		70,5±1,6	5,6±0,2	0,98±0,02

Примечание. ФИ – фагоцитарный индекс, ФЧ – фагоцитарное число, ИЗФ – индекс завершенности фагоцитоза. Различия статистически достоверны ($p<0,05$): ●● – 2 от 4; ●● – 1 от 4; ** – 3 от 4.

В табл. 2 показано, что у спортсменов снижен ФИ по сравнению с контролем. Средние величины ФИ не выявляли зависимости от уровня кортизола ($p>0,05$). Однако число случаев с низким ФИ среди спортсменов было наименьшим в группе с высоким уровнем кортизола (8,4%), что сопоставимо с контролем (6,2%).

Иная тенденция получена при рассмотрении фагоцитарного числа. Наиболее выраженное снижение фагоцитарного числа отмечено в группе спортсменов с высоким уровнем кортизола ($p<0,01$). Эта же группа отличалась наибольшим числом спортсменов (25%) с низкими значениями фагоцитарного числа. ИЗФ был снижен во всех группах спортсменов, за исключением 4 группы, в которой уровень кортизола в крови соответствовал контрольной группе (ниже 400 нМоль/л). Таким образом, данные показывают, что фагоцитарная активность лейкоцитов спортсменов коррелирует с уровнем кортизола крови.

На рисунке 1 показан характер распределения лиц со сниженным фагоцитарным индексом ($\leq 50\%$), сниженным фагоцитарным числом ($\leq 3,5$ микробов на фагоцит) и сниженным индексом завершенности фагоцитоза ($<1,0$) в контрольной группе и среди спортсменов с разными уровнями кортизола в сыворотке крови. У спортсменов процент лиц со сниженным числом фагоцитирующих клеток (с фагоцитарным индексом $\leq 50\%$, рис. 1) зависит от уровня кортизола в крови.

При этом при повышении содержания кортизола до 400-500 нМоль/л возрастает процент лиц с пониженной фагоцитарной активностью лейкоцитов. При дальнейшем

повышении уровня кортизола этот процесс замедляется, и число спортсменов с низкой фагоцитарной активностью начинает уменьшаться. Эта зависимость между кортизолом плазмы и фагоцитарным индексом изображена на рис. 1 в виде линии тренда, рассчитанного с помощью уравнения полиномиальной регрессии второго порядка. Зависимость фагоцитарного числа от уровня кортизола имеет иной, почти пропорциональный характер, что показывает линия тренда на рис. 1: чем выше уровень кортизола, тем больше лиц с низким фагоцитарным числом. И, наконец, показатель завершенности фагоцитоза зависит от уровня кортизола практически таким же образом, как фагоцитарный индекс (рис. 1).

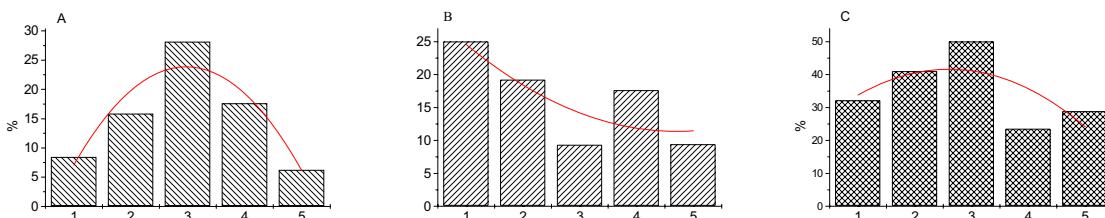


Рис. 1. Показатели фагоцитоза у спортсменов и лиц контрольной группы

а) фагоцитарный индекс (процент клеток, участвующих в фагоцитозе), б) фагоцитарное число (количество микробов внутри фагоцитирующих клеток), с) показатель завершенности фагоцитоза. По оси абсцисс: 1, 2, 3 и 4 – спортсмены с уровнями кортизола в крови выше 800, 500-800, 400-500 и ниже 400 нМоль/л, соответственно; 5 – контрольные лица. Кривыми показаны линии трендов, построенные с помощью уравнений полиномиальной регрессии второго порядка.

Таким образом, приведенные данные показывают, что организм спортсменов реагирует на физические перегрузки изменением ряда физиологических параметров. Происходит существенное повышение среднего уровня кортизола. Физиологическая норма кортизола, по данным А.В. Исаева и др. (2003), – 150-770 нМоль/л. Чтобы исключить влияние острой физической нагрузки на уровень кортизола, мы проводили наши исследования через 24 часа после физической нагрузки. По сравнению с этим уровнем, концентрация кортизола у всех спортсменов достоверно и значительно повышена. Средний показатель кортизола в группе спортсменов был на 64% выше, чем в контрольной группе. Наиболее высокий для спортсменов уровень кортизола, превышающий 800 нМоль/л, был обнаружен у 14% спортсменов. Подобный уровень этого гормона не встречался среди контрольных лиц. В 47% случаев уровень кортизола у спортсменов был в диапазоне 500-800 нМоль/л и в 39% случаев – менее 500 нМоль/л. Наши данные о повышении уровня кортизола в крови спортсменов согласуются с данными других исследователей, опубликованными в литературе.

Согласно полученным нами данным, уровень кортизола у спортсменов влияет на такой важнейший показатель врожденного иммунитета и естественной иммунной защиты, как фагоцитоз. Фагоцитарная активность лейкоцитов спортсменов тесно связана с уровнем кортизола в сыворотке крови. При высоком уровне кортизола у спортсменов снижены показатели фагоцитарной активности клеток крови (ФЧ и ИЗФ). Фагоцитарная защита является первой линией резистентности к инфекции, поэтому полученные данные указывают на то, что повышенный уровень кортизола (более 800 нМоль/л) может рассматриваться как фактор риска развития инфекционных процессов у спортсменов. По данным экспериментальной иммунологии, известно, что кортизол в больших дозах оказывает супрессирующее действие на иммунитет. Наши данные, полученные у спортсменов высокой квалификации, не только подтверждают эту зависимость, но и указывают на важность оценки уровня кортизола в разные периоды тренировочного цикла как критерия, позволяющего прогнозировать развитие иммунной недостаточности у спортсменов.

ЛИТЕРАТУРА

1. Баранов, Н.Н. Симпато-адреналовая и гипофизрано-адренокортикальная системы как показатели тренированности организма // Стресс. – 1990. – С. 11-25.
2. Бойд, У. Основы иммунологии / У. Бойд. – М. : Мир, 1969. – 648 с.
3. Виру, А.А. Гормоны и спортивная работоспособность / А.А. Виру, П.К. Кырге. – М. : Физкультура и спорт, 1983. – 159 с.
4. Гублер, Е.В. Вычислительные методы анализа и распознавания патологических процессов / Е.В. Гублер. – Л. : Медицина, 1978. – 296 с.
5. Иммунологические методы / под ред. Г. Фримеля. – М. : Медицина, 1987. – 472 с.
6. Индивидуальность и вариативность эндокринного ответа на физические нагрузки / А.А. Виру, К.М. Карелсон, Т.А. Смирнова [и др.] // Биохимия спорта : материалы международного симпозиума. – Ленинград, 1990. – С. 29-48.
7. Исаев, А.П. Стратегии адаптации человека : учебное пособие / А.П. Исаев, С.Г. Пичагина, Т.В. Потапов. – Тюмень : [б.и.], 2003. – 248 с.
8. Кассиль, Г.Н. Адаптация спортивной деятельности в свете нейро-(вегетативно)-гуморально-гормональной регуляции функций // Тез. докл. XVIII Всесоюз. конф. «Физиология спорта». – М., 1986. – 93 с.
9. Кушаковский, М.С. Кардиомиопатия и миокардиодистрофия / М.С. Кушаковский ; ГИДУВ. – Л. : [б.и.], 1977. – 22 с.
10. Макарова, Г.А. Практическое руководство для врачей / Г.А. Макарова. – Ростов-на-Дону : Баро-Пресс, 2002. – 300 с.

**ПСИХОЛОГИЧЕСКИЕ ОСОБЕННОСТИ ЛИЧНОСТИ СПОРТСМЕНОВ –
ПРЕДСТАВИТЕЛЕЙ СИЛОВЫХ ЕДИНОБОРСТВ С РАЗЛИЧНЫМ УРОВНЕМ
ПСИХОЛОГИЧЕСКОЙ ГОТОВНОСТИ**

*Алексей Александрович Бобрищев, кандидат педагогических наук, доцент,
Санкт-Петербургский государственный университет ГПС МЧС России*

Аннотация

В статье приведены результаты психологического обследования 115 спортсменов – представителей силовых единоборств и экспертной оценки уровня их психологической готовности и успешности соревновательной деятельности. По результатам экспертной оценки спортсмены были разделены на три группы (высокий, средний и низкий уровень психологической готовности). С помощью математико-статистического анализа выявлены различия показателей психологических тестов в группах спортсменов с высоким и низким уровнем психологической готовности к соревновательной деятельности в экстремальных условиях.

Ключевые слова: психологические факторы, тесты, психологическая готовность, спортсмен, силовые единоборства, соревновательная деятельность.

**PSYCHOLOGICAL FEATURES OF AN ATHLETE IN COMBAT EVENTS WITH
THE VARIOUS LEVEL OF PSYCHOLOGICAL READINESS**

*Alexey Aleksandrovich Bobrishchev, candidate of pedagogical sciences, senior lecturer,
St.-Petersburg state university GPS of the Ministry of Emergency Measures of Russia*

Abstract

Psychological examination of 115 athletes in combat events and expert assessment of their psychological readiness successful of competitive activity are represented in the article

According to the expert assessment all the athletes were divided into three groups (a high, average and low psychological readiness level).

By means of the statistical analysis distinctions of psychological tests parameters in groups with a high and low psychological readiness level for competitive activity in extreme conditions are revealed.

Key words: psychological factors, tests, psychological readiness, athlete, combat events.

ЛИТЕРАТУРА

1. Баранов, Н.Н. Симпато-адреналовая и гипофизрано-адренокортикальная системы как показатели тренированности организма // Стресс. – 1990. – С. 11-25.
2. Бойд, У. Основы иммунологии / У. Бойд. – М. : Мир, 1969. – 648 с.
3. Виру, А.А. Гормоны и спортивная работоспособность / А.А. Виру, П.К. Кырге. – М. : Физкультура и спорт, 1983. – 159 с.
4. Гублер, Е.В. Вычислительные методы анализа и распознавания патологических процессов / Е.В. Гублер. – Л. : Медицина, 1978. – 296 с.
5. Иммунологические методы / под ред. Г. Фримеля. – М. : Медицина, 1987. – 472 с.
6. Индивидуальность и вариативность эндокринного ответа на физические нагрузки / А.А. Виру, К.М. Карелсон, Т.А. Смирнова [и др.] // Биохимия спорта : материалы международного симпозиума. – Ленинград, 1990. – С. 29-48.
7. Исаев, А.П. Стратегии адаптации человека : учебное пособие / А.П. Исаев, С.Г. Пичагина, Т.В. Потапов. – Тюмень : [б.и.], 2003. – 248 с.
8. Кассиль, Г.Н. Адаптация спортивной деятельности в свете нейро-(вегетативно)-гуморально-гормональной регуляции функций // Тез. докл. XVIII Всесоюз. конф. «Физиология спорта». – М., 1986. – 93 с.
9. Кушаковский, М.С. Кардиомиопатия и миокардиодистрофия / М.С. Кушаковский ; ГИДУВ. – Л. : [б.и.], 1977. – 22 с.
10. Макарова, Г.А. Практическое руководство для врачей / Г.А. Макарова. – Ростов-на-Дону : Баро-Пресс, 2002. – 300 с.

**ПСИХОЛОГИЧЕСКИЕ ОСОБЕННОСТИ ЛИЧНОСТИ СПОРТСМЕНОВ –
ПРЕДСТАВИТЕЛЕЙ СИЛОВЫХ ЕДИНОБОРСТВ С РАЗЛИЧНЫМ УРОВНЕМ
ПСИХОЛОГИЧЕСКОЙ ГОТОВНОСТИ**

*Алексей Александрович Бобрищев, кандидат педагогических наук, доцент,
Санкт-Петербургский государственный университет ГПС МЧС России*

Аннотация

В статье приведены результаты психологического обследования 115 спортсменов – представителей силовых единоборств и экспертной оценки уровня их психологической готовности и успешности соревновательной деятельности. По результатам экспертной оценки спортсмены были разделены на три группы (высокий, средний и низкий уровень психологической готовности). С помощью математико-статистического анализа выявлены различия показателей психологических тестов в группах спортсменов с высоким и низким уровнем психологической готовности к соревновательной деятельности в экстремальных условиях.

Ключевые слова: психологические факторы, тесты, психологическая готовность, спортсмен, силовые единоборства, соревновательная деятельность.

**PSYCHOLOGICAL FEATURES OF AN ATHLETE IN COMBAT EVENTS WITH
THE VARIOUS LEVEL OF PSYCHOLOGICAL READINESS**

*Alexey Aleksandrovich Bobrishchev, candidate of pedagogical sciences, senior lecturer,
St.-Petersburg state university GPS of the Ministry of Emergency Measures of Russia*

Abstract

Psychological examination of 115 athletes in combat events and expert assessment of their psychological readiness successful of competitive activity are represented in the article

According to the expert assessment all the athletes were divided into three groups (a high, average and low psychological readiness level).

By means of the statistical analysis distinctions of psychological tests parameters in groups with a high and low psychological readiness level for competitive activity in extreme conditions are revealed.

Key words: psychological factors, tests, psychological readiness, athlete, combat events.

ВВЕДЕНИЕ

Одним из важных направлений повышения эффективности соревновательной деятельности и спортивных достижений спортсменов является высокий уровень их психологической готовности к соревновательной деятельности в этих условиях. Особенno актуально это для представителей силовых единоборств высшей квалификации. Воздействие стрессогенных факторов, высокая вероятность травм, утраты спортивной карьеры предъявляют высокие требования не только к уровню спортивной подготовленности, но и к психологическим качествам личности, обусловливающим долговременную и оперативную психологическую готовность к соревновательной деятельности [1, 2].

В связи с этим нами выполнено исследование, посвященное выявлению психологических особенностей личности у спортсменов с различным уровнем психологической готовности, включая анализ их карьерных ориентаций, стратегий копинг поведения, характерологических свойств личности, характеризующих интеллектуальные, коммуникативные, организаторские, эмоционально-волевые, патопсихологические качества.

ОБЩАЯ ХАРАКТЕРИСТИКА И МЕТОДИКИ ИССЛЕДОВАНИЯ

Были выполнены: экспертная оценка психологической готовности и психологическое исследование 115 представителей силовых единоборств с помощью комплекса психодиагностических тестов («SACS» - стратегии копинг поведения, многофакторный личностный опросник (МЛО) «Адаптивность», коммуникативные и организаторские способности (КОС), «Якоря карьеры», 16 факторный опросник Кеттелла (форма А), интеллектуальный тест Вандерлика (КОТ) [3 - 5].

Математико-статистическая обработка данных проводилась с использованием пакета прикладных программ «Statistica-5.0», обеспечившего расчет вариационных статистических показателей, t-критерия Стьюдента, корреляционный анализ [6].

РЕЗУЛЬТАТЫ ИССЛЕДОВАНИЯ И ИХ ОБСУЖДЕНИЕ

Первый этап исследования включал в себя экспертную оценку у 115 представителей силовых единоборств пяти основных компонентов психологической готовности – мотивационного, волевого, когнитивного, регуляторного и типологического, а также оценку результатов спортивных достижений как успешности соревновательной деятельности [1]. В качестве экспертов выступали высококвалифицированных тренеры, хорошо знающие спортсменов. По результатам экспертной оценки все спортсмены были разделены на три группы – высокий и оптимальный уровень психологической готовности и результативность спортивной деятельности (1-я группа – ВУ, n=31), низкий уровень психологической готовности и низкая результативность спортивных достижений (3-я группа, n=23) и остальные (2-я группа, n=61).

Результаты исследования показали, что между уровнем психологической готовности и результативности спортивных достижений существует достаточно тесная корреляционная связь ($R=0,82$; $P<0,001$).

Второй этап исследования был посвящен сравнению показателей психологических тестов у спортсменов 1-й и 3-й групп.

С помощью психодиагностического теста «SACS» были изучены особенности копинг (стресс преодолевающего) поведения представителей силовых единоборств с различным уровнем психологической готовности к соревновательной деятельности в экстремальных ситуациях. Статистически достоверные различия у спортсменов 1-й и 3-й групп отмечены по шести («ассертивные действия», «вступление в социальный контакт», «поиск социальной поддержки», «избегание», «асоциальные действия», «агрессивные действия») стратегиям копинг поведения.

При этом спортсмены 1-й группы (с высоким и оптимальным уровнем психоло-

гической готовности к соревновательной деятельности в экстремальных ситуациях) достоверно чаще используют активную (ассертивные действия) стратегию копинг поведения. Спортсмены 3-й группы (с низким уровнем психологической готовности и результативности соревновательной деятельности) в стрессовых ситуациях, как правило, используют такие стратегии копинг поведения, как «вступление в социальный контакт», «поиск социальной поддержки», «избегание», «ассоциальные и агрессивные действия».

Таблица 1

Сравнение стратегий копинг поведения у спортсменов - представителей силовых единоборств с различным уровнем психологической готовности к соревновательной деятельности в экстремальных ситуациях

Копинг стратегии	Высокий уровень готовности	Низкий уровень готовности	P _a
Ассертивные (активные) действия	22,16±0,38	20,75±0,42	0,05
Вступление в социальный контакт	23,70±0,41	25,32±0,49	0,05
Поиск социальной поддержки	22,41±0,42	23,74±0,44	0,05
Осторожные действия	22,53±0,46	22,96±0,53	-
Импульсивные действия	17,24±0,46	17,82±0,54	-
Избегание	15,11±0,35	16,30±0,31	0,05
Манипулятивные действия	20,75±0,52	20,63±0,56	-
Асоциальные действия	14,73±0,50	16,72±0,50	0,05
Агрессивные действия	14,53±0,46	16,32±0,35	0,05

С помощью психодиагностического теста «Якоря карьеры» были выявлены ведущие карьерные ориентации спортсменов, а также установлены их особенности у спортсменов с высоким и низким уровнем психологической готовности к соревновательной деятельности в экстремальных ситуациях (табл. 2).

Таблица 2

Карьерные ориентации спортсменов - представителей силовых единоборств с различным уровнем психологической готовности к соревновательной деятельности в экстремальных ситуациях

Карьерные ориентации	Высокий уровень	R	Низкий уровень	R	P<
Профессиональная компетентность	7,81±0,31	1	6,27±0,33	5	0,05
Менеджмент (управление)	6,92±0,32	3	5,20±0,28	8	0,05
Независимость	6,15±0,36	5	6,52±0,23	2	-
Стабильность места работы	5,11±0,25	7	6,41±0,25	4	0,05
Стабильность места жительства	6,24±0,31	4	8,02±0,32	1	0,05
Служение	7,12±0,33	2	6,13±0,20	6	0,01
Вызов	6,08±0,34	6	6,51±0,23	3	-
Интеграция стилей жизни	4,09±0,32	9	4,42±0,29	9	-
Предпринимательство	4,67±0,31	8	6,01±0,33	7	0,05

Сравнение психологических особенностей личности представителей силовых единоборств 1-й и 3-й групп по данным тестов МЛО «Адаптивность», КОС, КОТ, СМИЛ и 16 ФЛО позволило выявить значимость коммуникативного потенциала, морально-нравственной нормативности, личностного адаптационного потенциала, а также продуктивности интеллектуальной деятельности, эмоциональной устойчивости, самоконтроля как психологических факторов долговременной психологической готовности (табл. 3, рис. 1).

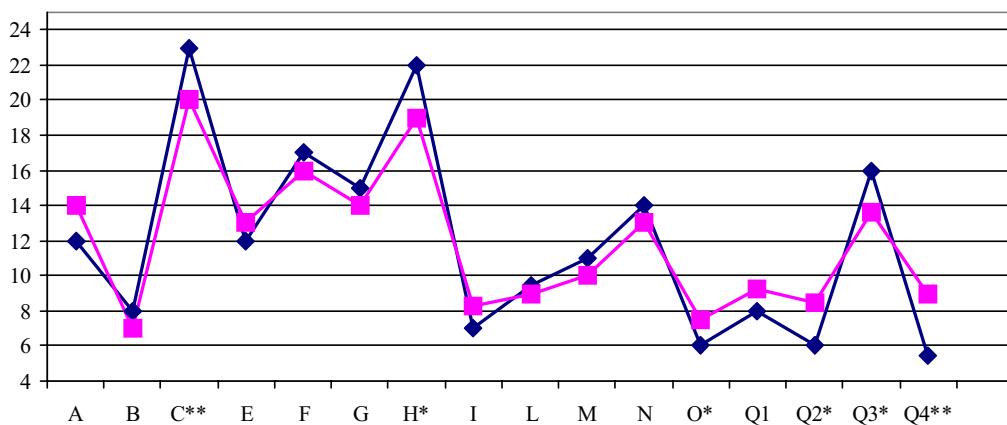
Эти данные позволили определить паттерн актуальных психологических признаков у представителей силовых единоборств с высоким уровнем долговременной психологической готовности к соревновательной деятельности в экстремальных ситуациях, дать их вербальную психологическую характеристику и указали на информа-

тивность показателей использованных психологических тестов для прогноза психологической готовности к соревновательной деятельности в экстремальных ситуациях.

Таблица 3

Сравнение показателей тестов МЛО, КОС у спортсменов с различным уровнем психологической готовности к соревновательной деятельности

Методика, показатель	Уровень готовности				P<	
	Высокий		Низкий			
	X	m	X	m		
Опросник МЛО						
Поведенческая регуляция	18.23	1.28	28.37	1.25	0.001	
Коммуникативный потенциал	12.96	0.97	12.68	0.89	-	
Морально-нравственная нормативность	11.27	0.66	10.68	0.73	-	
Личностный адаптационный потенциал	38.15	1.67	49.52	1.16	0.01	
Тест КОС:						
Коммуникативные способности	16.80	0.91	13.82	1.65	0.05	
Организаторские способности	15.41	1.22	12.45	1.26	0.05	



* - P<0,05; ** - P<0,01

Рис. 1. Сравнение психологических качеств личности у спортсменов 1-й и 3-й групп по данным 16-факторного личностного опросника

Результаты исследования позволили составить обобщенный психологический портрет спортсменов с высоким и низким уровнем психологической готовности к соревновательной деятельности в экстремальных условиях.

Таким образом, результаты исследования позволяют сделать следующие выводы.

1. Психологическая готовность спортсменов - представителей силовых единоборств к соревновательной деятельности в экстремальных ситуациях в существенной степени обусловлена индивидуально-психологическими особенностями личности, характеризующими особенности копинг поведения, карьерные и ценностные ориентации личности, нервно-психическую устойчивость, поведенческую регуляцию, личностный адаптационный потенциал, смелость, самоконтроль, когнитивные способности, которые могут быть оценены с помощью стандартизованных психодиагностических тестов.

2. Оценка индивидуально-психологических (характерологических) особенностей личности у спортсменов - представителей силовых единоборств с различными уровнями психологической готовности к соревновательной деятельности в экстремальных условиях с помощью стандартизованных психодиагностических методик показала высокую информативность и прогностическую валидность тестов «SACS», «Якоря карьеры», МЛО «Адаптивность», 16 ФЛО, КОТ.

3. Высокий уровень психологической готовности спортсменов к соревнова-

тельной деятельности в экстремальных ситуациях обусловлен такими их индивидуально-психологическими качествами, как ассертивная стратегия копинг поведения в стрессе, самоконтроль, нервно-психическая устойчивость, высокий уровень поведенческой регуляции и личностного адаптационного потенциала, карьерные ориентации на «служение» и «профессиональную компетентность», тревожность, гибкость мыслительных процессов, организаторские и коммуникативные способности, ответственность, смелость, низкий уровень выраженности патопсихологических свойств личности и акцентуаций характера, активность.

ЛИТЕРАТУРА

1. Бобрищев, А.А. Теория и результаты многомерной оценки психологической готовности спортсменов силовых единоборств // Ученые записки. – 2008. – № 11. – С. 8-15.
2. Пуни, А.Ц. Процесс и система звеньев психологической подготовки к соревнованиям в спорте : психологический аспект : избранные лекции / А.Ц. Пуни ; Гос. ин-т физ. культуры им. П.Ф. Лесгафта. – Л. : [б.и.], 1979. – 50 с.
3. Практикум по психологии менеджмента и профессиональной деятельности / под ред. Г.С. Никифорова, М.А. Дмитриевой, В.М. Снеткова. – СПб. : Речь, 2001. – 448 с.
4. Лучшие психологические тесты для профотбора и профориентации / под ред. А.Ф. Кудряшова. – Петрозаводск : Петроком, 1992. – 318 с.
5. Мельников, В.М. Введение в экспериментальную психологию личности : учебное пособие / В.М. Мельников, Л.Т. Ямпольский. – М. : Просвещение, 1985. – 319 с.
6. Боровиков, В.П. STATISTICA. Статистический анализ и обработка данных в среде Windows / В.П. Боровиков, И.П. Боровиков. – М. : Информационно-издательский дом "Филин", 1997. – 608 с.

УРОВЕНЬ МЕДИКО-БИОЛОГИЧЕСКИХ ЗНАНИЙ УЧИТЕЛЕЙ ФИЗИЧЕСКОЙ КУЛЬТУРЫ В ШКОЛЕ: ПРОБЛЕМА И ПУТИ ЕЕ РЕШЕНИЯ

Татьяна Евгеньевна Виленская, кандидат биологических наук,

*Юрий Константинович Чернышенко, доктор педагогических наук, профессор,
ФГОУ ВПО «Кубанский государственный университет физической культуры, спорта
и туризма» (КГУФКСТ)*

Kраснодар

Аннотация

В статье представлены данные об экспериментальной работе по повышению уровня профессиональной компетентности учителей физической культуры общеобразовательных школ в контексте работы с учащимися, отнесенными по состоянию здоровья к специальным медицинским группам.

Ключевые слова: профессиональная компетенция, специальная медицинская группа, учитель физической культуры, уровень медико-биологических знаний.

THE LEVEL OF MEDICAL - BIOLOGICAL KNOWLEDGE OF PE TEACHERS AT SCHOOL: THE PROBLEM AND WAYS OF ITS DECISION

*Tatyana Evgenevna Vilenskaya, candidate of biological sciences,
Jury Konstantinovich Chernyshenko, doctor of pedagogical sciences, professor,
Kuban State University of Physical Education, Sports and Tourism,
Krasnodar*

Abstract

The article represents the data of experimental work concerning the increasing of the level of PE teachers professional competence at general secondary schools according to work with those

тельной деятельности в экстремальных ситуациях обусловлен такими их индивидуально-психологическими качествами, как ассертивная стратегия копинг поведения в стрессе, самоконтроль, нервно-психическая устойчивость, высокий уровень поведенческой регуляции и личностного адаптационного потенциала, карьерные ориентации на «служение» и «профессиональную компетентность», тревожность, гибкость мыслительных процессов, организаторские и коммуникативные способности, ответственность, смелость, низкий уровень выраженности патопсихологических свойств личности и акцентуаций характера, активность.

ЛИТЕРАТУРА

1. Бобрищев, А.А. Теория и результаты многомерной оценки психологической готовности спортсменов силовых единоборств // Ученые записки. – 2008. – № 11. – С. 8-15.
2. Пуни, А.Ц. Процесс и система звеньев психологической подготовки к соревнованиям в спорте : психологический аспект : избранные лекции / А.Ц. Пуни ; Гос. ин-т физ. культуры им. П.Ф. Лесгафта. – Л. : [б.и.], 1979. – 50 с.
3. Практикум по психологии менеджмента и профессиональной деятельности / под ред. Г.С. Никифорова, М.А. Дмитриевой, В.М. Снеткова. – СПб. : Речь, 2001. – 448 с.
4. Лучшие психологические тесты для профотбора и профориентации / под ред. А.Ф. Кудряшова. – Петрозаводск : Петроком, 1992. – 318 с.
5. Мельников, В.М. Введение в экспериментальную психологию личности : учебное пособие / В.М. Мельников, Л.Т. Ямпольский. – М. : Просвещение, 1985. – 319 с.
6. Боровиков, В.П. STATISTICA. Статистический анализ и обработка данных в среде Windows / В.П. Боровиков, И.П. Боровиков. – М. : Информационно-издательский дом "Филин", 1997. – 608 с.

УРОВЕНЬ МЕДИКО-БИОЛОГИЧЕСКИХ ЗНАНИЙ УЧИТЕЛЕЙ ФИЗИЧЕСКОЙ КУЛЬТУРЫ В ШКОЛЕ: ПРОБЛЕМА И ПУТИ ЕЕ РЕШЕНИЯ

Татьяна Евгеньевна Виленская, кандидат биологических наук,

*Юрий Константинович Чернышенко, доктор педагогических наук, профессор,
ФГОУ ВПО «Кубанский государственный университет физической культуры, спорта
и туризма» (КГУФКСТ)*

Kраснодар

Аннотация

В статье представлены данные об экспериментальной работе по повышению уровня профессиональной компетентности учителей физической культуры общеобразовательных школ в контексте работы с учащимися, отнесенными по состоянию здоровья к специальным медицинским группам.

Ключевые слова: профессиональная компетенция, специальная медицинская группа, учитель физической культуры, уровень медико-биологических знаний.

THE LEVEL OF MEDICAL - BIOLOGICAL KNOWLEDGE OF PE TEACHERS AT SCHOOL: THE PROBLEM AND WAYS OF ITS DECISION

*Tatyana Evgenevna Vilenskaya, candidate of biological sciences,
Jury Konstantinovich Chernyshenko, doctor of pedagogical sciences, professor,
Kuban State University of Physical Education, Sports and Tourism,
Krasnodar*

Abstract

The article represents the data of experimental work concerning the increasing of the level of PE teachers professional competence at general secondary schools according to work with those

schools children who are in special medical groups because of their health.

Key words: physical education, professional competence, special medical group, PE teacher, level of medico-biological knowledge.

Рассматривая фундаментальные педагогические основы проблемы сохранения и улучшения состояния здоровья, уровня физической и двигательной подготовленности в ходе физического воспитания детей 7-10 лет в специальной медицинской группе (СМГ), несомненно, целесообразно изучить ее кадровую составляющую [4, 6]. Общеизвестна центральная, по сути, решающая роль личности педагога, его профессиональной компетенции в учебно-воспитательном процессе, тем более, если речь идет о работе с детьми, имеющими различные, иногда хронические заболевания [1, 2, 5].

Многолетний анализ организации, содержания и результативности учебно-воспитательной работы с младшими школьниками, отнесенными по состоянию здоровья к СМГ, позволил сформулировать следующее основное заключение: учителя физической культуры, как правило, в недостаточной степени подготовлены в профессиональном плане по многим важным аспектам физического воспитания детей, отнесенных по состоянию здоровья к СМГ.

К основным аспектам следует отнести:

- а) технологические подходы к комплектованию учебных групп;
- б) лабильное изменение целевых установок учебно-воспитательного процесса в зависимости от половозрастных особенностей занимающихся и нозологических форм их заболеваний;
- в) формы и содержание врачебно-педагогического контроля физической подготовленности учащихся;
- г) целесообразность применения различных средств двигательной реабилитации, в зависимости от диагноза ребенка;
- д) неотложная медицинская помощь при травматических случаях.

Изучение нормативных документов, регламентирующих организационно-содержательные аспекты профессиональной подготовки специалистов в сфере физической культуры и спорта, позволяет отметить следующие типичные причины сложившейся ситуации:

1. Фрагментарность в содержании дисциплин общепрофессиональных и специальных блоков государственных образовательных стандартов высшего профессионального образования, дидактических единиц по вопросу физического воспитания учащихся общеобразовательных школ, отнесенных по состоянию здоровья к СМГ.
2. Рассредоточение учебного материала, отражающего организационно-методические особенности работы с детьми, отнесенными по состоянию здоровья к СМГ, по содержанию отдельных учебных дисциплин. Следствием этого является отсутствие концентрированного изложения проблемы, способствующего системному изучению будущими специалистами данного важнейшего вопроса.

В ходе проведенных педагогических экспериментов были проанализированы 78 уроков физической культуры в СМГ.

Результаты анализа [3] свидетельствуют о серьезных недостатках в профессиональной подготовленности педагогов, к основным недостаткам относятся:

- отсутствие четкой общей идеологии и концепция физического воспитания младших школьников, отнесенных по состоянию здоровья к СМГ;
- ориентация на общепринятые проективные установки учебно-воспитательного процесса, направленные на общее физическое развитие детей;
- отсутствие понимания содержания используемых на уроках физических упражнений с позиций их потенциальной травмоопасности;
- плохая информированность учителей физической культуры о возможностях использования средств физического воспитания в целях двигательной реабилитации детей с различными заболеваниями и патологическими состояниями;
- организационные трудности в комплектовании СМГ, отсутствие знаний у

педагогов по этой проблеме;

- отсутствие у учителей физической культуры знаний и навыков осуществления срочного медико-биологического контроля в ходе проведения физкультурно-спортивной и оздоровительной работы;
- низкий уровень сформированности у педагогов умений и навыков оказания неотложной медицинской помощи.

Этот далеко не полный перечень серьезных недостатков в профессиональной компетенции педагогов обусловил необходимость проведения большой дополнительной работы по повышению квалификации учителей физической культуры в рамках специальных курсов. Содержание учебного плана было предопределено перечнем указанных выше недостатков и состояло из следующих тем:

- Особенности естественного и стимулируемого развития физических качеств детей младшего школьного возраста.
- Основы врачебно-педагогического (текущего и срочного) контроля состояния занимающихся.
- Принципы оценки физических упражнений с позиций их анатомии и физиологии и травмоопасности для опорно-двигательного аппарата (ОДА).
- Принципы и приемы оказания неотложной медицинской помощи.
- Принципы двигательной реабилитации при отдельных заболеваниях и патологических состояниях.

Для активизации познавательной деятельности учителей физической культуры применялись методы активного обучения, такие как «Мозговая атака», «Анализ конкретных ситуаций», «Деловая игра» и другие.

В ходе формирующего педагогического эксперимента, целью которого являлось вооружение учителей физической культуры теоретическими знаниями и формирование у них профессиональных умений и навыков работы с младшими школьниками, отнесенными по состоянию здоровья к СМГ, были организованы экспериментальная ($n=31$) и контрольная ($n=28$) группы специалистов, обладающих равным уровнем подготовленности по данной проблеме.

Система оценки подготовленности педагогов заключалась в выполнении ими 20 тестовых заданий по каждой из пяти основных тем занятий.

Данные, характеризующие достоверность различий показателей уровня медико-биологической компетенции специалистов после проведения педагогического эксперимента, представлены в таблице.

Анализ полученных результатов свидетельствует о безусловном превосходстве учителей из экспериментальной группы.

При этом в ходе проведенных после эксперимента педагогических наблюдений и бесед с учителями зафиксирована явная повышенная заинтересованность педагогов в использовании полученных знаний в практической деятельности.

По нашему мнению, повышение уровня компетенции учителей физической культуры в связи с их профессиональной деятельностью в специальной медицинской группе возможно двумя путями.

Во-первых, на основе целенаправленной подготовки будущих специалистов в сфере физической культуры в вузах в рамках специальной новой интегрированной дисциплины «Методика физического воспитания детей, отнесенных по состоянию здоровья к СМГ». Данный вариант перспективен, может быть реализован за счет ее введения в учебные планы высшего учебного заведения в рамках факультативных дисциплин, дисциплин по выбору и других внутренних возможностей, но он реален только для студентов, получающих высшее профессиональное образование в настоящее время.

Второй путь предназначен для большого количества специалистов, уже получивших высшее образование и в настоящее время работающих в общеобразовательных школах.

Он основан на многочисленных формах повышения квалификации на основе содержания, представленного в данной статье.

Достоверность различий показателей уровня медико-биологической компетенции учителей физической культуры, работающих с детьми 7-10 лет, отнесенными к СМГ, в конце педагогического эксперимента

№	Тестовые задания	Контр. группа n = 28		Экспер. группа n = 31		К↔Э		К↔К		Э↔Э	
		M	±m	M	±m	t	P	t	P	t	P
1	Особенности развития отдельных физических качеств у детей и подростков	14,1	0,47	16,7	0,53	3,66	<0,01	0,63	>0,05	4,85	<0,01
2	Основы врачебно-педагогического контроля занимающихся	13,5	0,49	16,1	0,57	3,47	<0,01	0,45	>0,05	3,94	<0,01
3	Принципы оценки физических упражнений с позиции травмоопасности и афизиологии для ОДА	13,0	0,43	15,2	0,58	3,06	<0,01	0,31	>0,05	3,30	<0,01
4	Неотложная медицинская помощь	12,5	0,45	14,6	0,49	3,13	<0,01	0,33	>0,05	3,18	<0,01
5	Принципы двигательной реабилитации при отдельных заболеваниях и патологических состояниях	11,7	0,42	13,4	0,47	2,70	<0,01	0,16	>0,05	3,02	<0,01

ЛИТЕРАТУРА

1. Бальсевич, В.К. Основные положения концепции интенсивного инновационного преобразования национальной системы физкультурно-спортивного воспитания детей, подростков и молодежи России // Теория и практика физической культуры. – 2002. – № 3. – С. 2-4.
2. Бальсевич, В.К. Спортивно-ориентированное физическое воспитание: образовательный и социальный аспекты / В.К. Бальсевич, Л.И. Лубышева // Теория и практика физической культуры. – 2003. – № 5. – С. 19-22.
3. Виленская, Т.Е. Физическое воспитание детей младшего школьного возраста : факторы риска и пути их устранения / Т.Е. Виленская. – М. : Советский спорт, 2006. – 150 с.
4. Кузнецов, В.Н. Охрана здоровья детей и подростков в образовательных учреждениях России // Материалы Всероссийского форума по политике в области общественного здоровья. – М., 1999. – С. 33-34.
5. Неверкович, С.Д. Построение программы по физической культуре для начальной школы / С.Д. Неверкович, С.П. Киршев // Физическая культура : воспитание, образование, тренировка. – 1997. – № 2. – С. 12-17.
6. Чернышенко, Ю.К. Организационно-методические и медико-биологические основы физкультурного воспитания учащихся в специальных медицинских группах / Ю.К. Чернышенко, В.И. Осиц, Т.А. Банникова ; Краснодарская гос. акад. физ. культуры. – Краснодар : [б.и.], 2002. – 63 с.

**УПРАВЛЕНИЕ ПАРАМЕТРАМИ ТРЕНИРОВОЧНЫХ НАГРУЗОК ЮНЫХ
СПОРТСМЕНОВ-ОРИЕНТИРОВЩИКОВ С ЦЕЛЬЮ ДОСТИЖЕНИЯ
МАКСИМАЛЬНОГО ТРЕНИРОВОЧНОГО ЭФФЕКТА**

*Юрий Сергеевич Воронов, кандидат педагогических наук, доцент,
Смоленская государственная академия физической культуры, спорта и туризма
(СГАФКСТ)*

Аннотация

Среднестатистические показатели параметров тренировочных нагрузок квалифицированных ориентировщиков и характеристики их тренда являются объективной основой рационального нормирования нагрузки для юных спортсменов.

Применение методов моделирования и математической статистики позволило обосновать верхние границы оптимально-допустимых тренировочных нагрузок юных ориентировщиков на всех этапах многолетней подготовки.

Ключевые слова: юные спортсмены-ориентировщики, тренировочные нагрузки, управление.

**MANAGEMENT OF PARAMETERS OF TRAINING LOADING OF YOUNG
ORIENTEERING-SPORTSMEN ENGAGED IN ORIENTEERING**

*Yury Sergeevich Voronov, candidate of pedagogical sciences, senior lecturer,
Smolensk State Academy of Physical Education, Sports and Tourism*

Abstract

Average parameters of training loads for qualified orienteering-sportsmen and characteristics of their trend are the objective basis of rational load rate setting for young sportsmen. Application of methods of modeling and mathematical statistics has allowed proving limits of optimum-assumed training loads for young orienteer at all stages of long term training.

Key words: training loads, managing, orienteer..

Главным условием повышения качества и эффективности управления многолетней подготовкой юных спортсменов является наличие научно-обоснованных допустимых объемов тренировочных и соревновательных нагрузок [1, 2, 3].

С целью изучения показателей тренировочных нагрузок ориентировщиков нами исследовались усреднённые значения объемов работы по основным группам средств. Для анализа были взяты показатели тренировочных нагрузок мастеров спорта, членов сборной команды страны и юных ориентировщиков. Всего в исследовании приняли участие 426 спортсменов, специализирующихся в ориентировании бегом.

В результате анализа структуры средств тренировки квалифицированных ориентировщиков (МС-МСМК) было установлено, что наибольшее количество упражнений в целом, использованных ими в течение годичного цикла – это бег различной интенсивности (66,7%). Далее в порядке убывания следуют: бег с картой – 12,6%, ОФП – 7,6%, лыжная подготовка – 7,3%, теоретическая подготовка – 4,9% и СБУ – 0,9%.

Наибольшее количество упражнений (14-12% от общего числа за год) использовалось при организации тренировочного процесса в ноябре-декабре, т.е. тренировка в этот период имела наиболее вариативный характер. Меньше всего упражнений применялось в июне-июле (4-5%). Квалифицированные ориентировщики использовали в тренировочных занятиях 110-130 различных упражнений.

Понятно, что значимость различных средств подготовки для достижения высокого результата неоднозначна. При рассмотрении коэффициентов корреляции становится очевидным, что между спортивным результатом в ориентировании в настоящем и прошедшем спортивных сезонах самая высокая мера связи ($r=0,982$). Такая высокая корреляционная связь даёт основание считать, что спортивный результат является продуктом непрерывной многолетней подготовки. Объем бега средней и высокой интенсивности указывает на то, что данный показатель оказывает существенное влияние на спортивный результат (r , соответственно, равно 0,922 и 0,704). По-видимому, объем

работы в данных зонах определяет развитие потенциальных возможностей организма, которые спортсмен использует при адаптации к мышечной деятельности. Как показывает анализ, увеличение числа соревновательных стартов существенно отражается на состоянии технико-тактической подготовленности ориентировщиков, что подтверждается тесной положительной связью между количеством проведённых соревнований и их успешностью ($r=0,823$). Такая же картина характерна и для показателей бега с ориентированием ($r=0,865$). Следовательно, опыт участия в соревнованиях и применение в тренировках специальных упражнений с картой повышают уровень проявления специальной работоспособности спортсменов.

Улучшить тренированность юных спортсменов можно различными путями. Один из них – это увеличение объёмов тренировочных нагрузок. Для изучения данного вопроса нами были проанализированы годовые объёмы нагрузки учащихся ДЮСШ и ориентировщиков высокого класса (табл. 1).

Таблица 1

**Объёмы основных средств подготовки ориентировщиков 12-18 лет
и представителей элиты (средние данные)**

Возраст (лет)	ОФП, час (min-max)	Бег, км (min-max)	Лыжи, км (min-max)	Бег с картой, км, (min-max)	СБУ, км, (min-max)	Теория, час (min-max)
12	42.4 (20-63)	674.7 (442-1181)	296.8 (92-406)	144.3 (41-208)	10.6 (7-14)	6.1 (3-7)
13	38.3 (22-49)	760.8 (460-1234)	308.2 (90-484)	202.8 (62-305)	10.8 (7-16)	6.8 (3-8)
14	30.4 (18-38)	1036.6 (480-1557)	330.6 (84-480)	284.3 (88-409)	11.4 (6-19)	7.4 (5-12)
15	27.2 (16-33)	1111.5 (488-1459)	397.0 (80-781)	300.7 (108-487)	12.6 (7-24)	10.2 (7-18)
16	37.0 (19-52)	1712.2 (542-2397)	500.2 (20-1515)	381.1 (156-645)	21.7 (11-36)	17.6 (8-32)
17	40.2 (20-83)	2586.2 (1533-3011)	476.2 (35-2070)	425.5 (340-536)	38.0 (50-85)	18.5 (10-35)
18	57.5 (30-78)	3284.2 (1917-3562)	523.1 (20-1210)	550.3 (298-820)	49.1 (15-86)	27.1 (8-45)
МС – МСМК	36.0 (12-64)	4427.7 (2630-4940)	370.3 (20-1411)	700.5 (342-1234)	45.2 (10-100)	23.6 (8-40)

Как видно из представленных данных, увеличение спортивного результата в ориентировании обеспечивается различной динамикой применяемых объёмов тренировочных нагрузок. Так, если нагрузки ориентировщиков высокого класса в каждой группе средств принять за 100%, то можно отметить постепенное их увеличение по мере роста мастерства спортсменов в таких показателях, как ООЦН и бег с ориентированием. Максимальный объём ОФП, ТП и СБУ достигается спортсменами в 17-18 лет и составляет, соответственно, 158,3%, 117,3% и 108,8%.

Среднестатистические показатели параметров тренировочных нагрузок спортсменов-ориентировщиков высокого класса (МС-МСМК), а также характеристики их тренда позволили разработать эффективные тренировочные программы для юных спортсменов и оптимальную стратегию управления многолетней подготовкой. При расчёте должных норм тренировочной нагрузки для ориентировщиков различного возраста применялся метод доверительных интервалов и уравнение логистической кривой, свойства которой соответствуют дидактическому принципу доступности и вполне объяснимы с биологической точки зрения. Полученные данные были выражены в форме математической зависимости, связывающей возраст спортсменов и параметры объёмов тренировочных нагрузок (рис. 1).

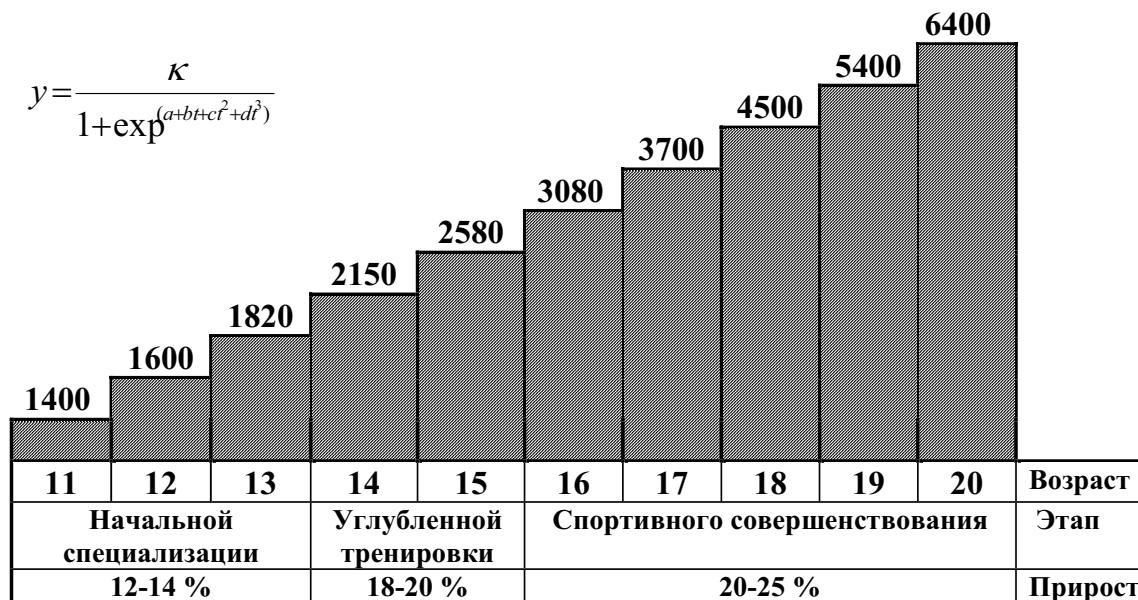


Рис. 1. Модельные показатели ООЧН у спортсменов-ориентировщиков на разных этапах многолетней подготовки

В качестве исходных значений при установлении логистической функции использовались показатели объёма нагрузок учащихся 1-2 года обучения в УТГ и спортсменов-ориентировщиков членов сборной команды России. В результате были рассчитаны минимальные объёмы тренировочных нагрузок по годам обучения в ДЮСШ с учётом возрастных особенностей юных ориентировщиков и требований этапа высшего спортивного мастерства.

ВЫВОДЫ

1. Изучение структуры средств подготовки ориентировщиков позволило установить, что их многолетний тренировочный процесс характеризуется возрастанием годовых объёмов средств технической и беговой направленности в среднем на 12-36% в год, а объём ОФП, теоретической подготовки и СБУ своих максимальных значений достигает в 17-18 лет, затем их рост прекращается или наблюдается волнообразная динамика.

2. На начальных этапах подготовительного периода годичного цикла (ноябрь-март) происходит поступательный рост объёмов месячных нагрузок. Максимальная величина нагрузки за месяц достигает у квалифицированных ориентировщиков 550-650 км и приходится на март. В зависимости от квалификации спортсмена она не превышает 9,4-10,2% от общегодовой нагрузки.

3. Нагрузки максимальной интенсивности в общем объёме циклической нагрузки у спортсменов-ориентировщиков составляют 0,6-1,1%. Прирост околопредельных и предельных годовых тренировочных нагрузок обусловливается возможностями растущего организма и составляет 3-4% на этапе начальной спортивной специализации и до 8-10% на остальных этапах.

4. Индивидуализация подготовки юных ориентировщиков предусматривает увеличение объёма бега с картой, нагрузки в аэробном и смешанном режимах и минимизацию малоэффективных нагрузок (ОФП, спортивных игр и т.п.) в процессе роста спортивного мастерства. Индивидуально-приемлемые нормы тренировочных нагрузок обеспечивают выраженное направленное повышение уровня работоспособности и максимальную мобилизацию резервных возможностей кардио-респираторной системы и интеллектуальных способностей юных ориентировщиков.

ЛИТЕРАТУРА

1. Ивочкин, В.В. Планирование многолетней подготовки перспективных юных бегунов на средние и длинные дистанции / В.В. Ивочкин // Физическая культура : воспитание, образование, тренировка. – 1997. – № 4. – С. 28-30.
2. Квашук, П.В. Дифференцированный подход к построению тренировочного процесса юных спортсменов на этапах многолетней подготовки : автореф. дис. ... д-ра пед. наук / Квашук П.В. – М., 2003. – 49 с.
3. Рожков, С.В. Допустимые уровни тренировочных и соревновательных нагрузок юных бегунов на средние дистанции учащихся учебно-тренировочных групп спортивных школ : автореф. дис. ... канд. пед. наук / Рожков С.В. – М., 2008. – 22 с.

**ФОРМИРОВАНИЕ ПОЗНАВАТЕЛЬНОЙ АКТИВНОСТИ СТУДЕНТОВ НА
ЗАНЯТИЯХ ПО ФИЗИЧЕСКОЙ КУЛЬТУРЕ**

Александр Юрьевич Герасимов, заведующий кафедрой,

*Новомосковский институт Российской химико-технологического университета
(НИ РХТУ)*

Аннотация

Включение в процесс физического воспитания методики, направленной на формирование познавательной активности студентов, способствует повышению качества учебного процесса, оптимизирует физическое состояние и мотивационно-ценное отношение к здоровью.

Ключевые слова: познавательная активность, физическая культура, студент, учебный процесс.

**FORMATION OF COGNITIVE ACTIVITY OF STUDENTS AT PHYSICAL
EDUCATION LESSONS**

Aleksander Yurevich Gerasimov, Management faculty,

Novomoskovsk Institute of Russian Chemical-Technological University

Abstract

Including the methods, directed to the formation of cognitive activity of students, into the process of physical training enables to increase the quality of educational process and optimizes the physical fitness and value-motivational attitude to health.

Key words: cognitive activity, physical education lessons, the student, educational process.

ВВЕДЕНИЕ

Цель работы предполагает разработку и апробацию педагогических условий, обеспечивающих эффективность процесса формирования познавательной активности. Основой формирования познавательной активности студентов на занятиях по физической культуре является привлечение их к составлению учебного плана практических занятий в соответствии с их интересами и потребностями. Это позволяет им ознакомиться с принципами и методами физического воспитания, научиться составлять комплексы утренней зарядки и физических упражнений для самостоятельных занятий, ознакомиться с методиками тестирования и использовать их в заданной программе.

ОРГАНИЗАЦИЯ И МЕТОДИКИ

Исследования по проблеме формирования познавательной активности проводились на базе Новомосковского института Российской химико-технологического университета. Разными методами исследования было охвачено 65 студенток в возрасте 17-18 лет.

В процессе педагогического эксперимента были сформированы три группы: контрольная (КГ) и две экспериментальные (ЭГ₁, ЭГ₂). КГ занималась по общепринятой программе по физической культуре для студентов, определенной Государственным стандартом. Занятия в ЭГ проводились по авторской программе, направленной на

ЛИТЕРАТУРА

1. Ивочкин, В.В. Планирование многолетней подготовки перспективных юных бегунов на средние и длинные дистанции / В.В. Ивочкин // Физическая культура : воспитание, образование, тренировка. – 1997. – № 4. – С. 28-30.
2. Квашук, П.В. Дифференцированный подход к построению тренировочного процесса юных спортсменов на этапах многолетней подготовки : автореф. дис. ... д-ра пед. наук / Квашук П.В. – М., 2003. – 49 с.
3. Рожков, С.В. Допустимые уровни тренировочных и соревновательных нагрузок юных бегунов на средние дистанции учащихся учебно-тренировочных групп спортивных школ : автореф. дис. ... канд. пед. наук / Рожков С.В. – М., 2008. – 22 с.

**ФОРМИРОВАНИЕ ПОЗНАВАТЕЛЬНОЙ АКТИВНОСТИ СТУДЕНТОВ НА
ЗАНЯТИЯХ ПО ФИЗИЧЕСКОЙ КУЛЬТУРЕ**

Александр Юрьевич Герасимов, заведующий кафедрой,

*Новомосковский институт Российской химико-технологического университета
(НИ РХТУ)*

Аннотация

Включение в процесс физического воспитания методики, направленной на формирование познавательной активности студентов, способствует повышению качества учебного процесса, оптимизирует физическое состояние и мотивационно-ценное отношение к здоровью.

Ключевые слова: познавательная активность, физическая культура, студент, учебный процесс.

**FORMATION OF COGNITIVE ACTIVITY OF STUDENTS AT PHYSICAL
EDUCATION LESSONS**

Aleksander Yurevich Gerasimov, Management faculty,

Novomoskovsk Institute of Russian Chemical-Technological University

Abstract

Including the methods, directed to the formation of cognitive activity of students, into the process of physical training enables to increase the quality of educational process and optimizes the physical fitness and value-motivational attitude to health.

Key words: cognitive activity, physical education lessons, the student, educational process.

ВВЕДЕНИЕ

Цель работы предполагает разработку и апробацию педагогических условий, обеспечивающих эффективность процесса формирования познавательной активности. Основой формирования познавательной активности студентов на занятиях по физической культуре является привлечение их к составлению учебного плана практических занятий в соответствии с их интересами и потребностями. Это позволяет им ознакомиться с принципами и методами физического воспитания, научиться составлять комплексы утренней зарядки и физических упражнений для самостоятельных занятий, ознакомиться с методиками тестирования и использовать их в заданной программе.

ОРГАНИЗАЦИЯ И МЕТОДИКИ

Исследования по проблеме формирования познавательной активности проводились на базе Новомосковского института Российской химико-технологического университета. Разными методами исследования было охвачено 65 студенток в возрасте 17-18 лет.

В процессе педагогического эксперимента были сформированы три группы: контрольная (КГ) и две экспериментальные (ЭГ₁, ЭГ₂). КГ занималась по общепринятой программе по физической культуре для студентов, определенной Государственным стандартом. Занятия в ЭГ проводились по авторской программе, направленной на

формирование познавательной активности.

ЭГ были сформированы, исходя из результатов констатирующего эксперимента, по принципу развития ведущих (наиболее развитых) двигательных качеств. В ЭГ₁ вошли студентки с преимущественно развитыми качествами гибкости и выносливости [2]. Занятия в этой группе проводились по специализации аэробика. В ЭГ₂ вошли студентки с преимущественно развитыми физическими качествами быстрота и ловкость. В этой группе занятия проводились по специализации баскетбол.

Для изучения процесса формирования познавательной активности студенток нами была составлена соответствующая программа исследования с задачами:

- определения сущностных и содержательных характеристик познавательной активности студенток;
- выявления психолого-педагогических условий формирования познавательной активности студенток в процессе физического воспитания;
- разработки практических рекомендаций по использованию средств и методов формирования познавательной активности.

Выделены и сгруппированы следующие приемы формирования познавательной активности студенток: эвристические, суггестивные, интегративные, приемы создающие оптимальные перспективы и педагогические приемы самореализации личности в ситуациях успеха.

Нами была разработана программа (батарея) из 28 тестов [3, 4], которая позволяет выявить изменения, произошедшие у студенток за время эксперимента в морфофункциональном, психофизическом состоянии и познавательной активности (таблица 1).

Таблица 1

Показатели психофизического состояния студенток после эксперимента

ТЕСТЫ	M±m			t		
	K	Э ₁	Э ₂	K - Э ₁	K - Э ₂	Э ₁ - Э ₂
Длина тела	166,4±0,75	167,6±0,8	167,1±1,9	1,08	0,34	0,22
Вес тела	56,6±0,83	58,3±0,98	57,8±1,87	1,32	0,59	0,24
Пульс в покое	83,1±1,23	77,6±1,22	77,3±0,9	3,17	3,81	0,2
ЖЕЛ	2772,2±32,1	2755,6±25	2793,5±43,9	0,41	0,39	0,75
АД систолическое	118,1±3,2	121,9±2,7	120,6±4,1	0,91	0,48	0,26
АД диастолическое	74,2±1,56	75,8±0,87	77,6±1,1	0,9	1,78	1,28
АПНОЭ	63,3±1,5	64,7±0,6	66,4±0,8	0,87	1,82	1,7
АПНОЭ на выдохе	41,9±0,89	40,6±0,5	45,2±0,94	1,02	2,55	4,32
ИФИ	2,1±0,2	2,9±0,25	3,4±0,31	2,5	3,52	1,26
Индекс Скибински (i)	19,8±0,87	21,4±0,6	23,5±0,7	3,5	3,31	2,28
Динамометр. кисти (пр.)	27,6±0,91	30,6±0,54	29,3±0,9	2,84	1,33	1,24
Динамометр. (лев.)	24,1±1,1	28,6±0,92	26,2±1,2	3,72	1,29	1,59
Гибкость	59,4±0,86	59,8±0,94	62,7±0,9	0,31	2,65	2,23
Силовая выносливость	33,7±1,13	38,5±1,27	35,2±1,6	2,82	0,61	1,62
Общая выносливость	1833,3±48,4	1850±39,7	2053,4±42,3	0,25	3,42	3,51
Быстрота	9,1±0,05	8,7±0,1	8,9±0,3	3,58	0,66	0,63
Бег 3x10 м	9,4±0,09	9,1±0,1	9,3±0,1	2,23	0,74	1,41
Центральная задержка	0,4±0,01	0,3±0,08	0,2±0,1	1,24	1,99	0,78
Точность пространств. параметров	4,3±0,08	3,9±0,09	4±0,1	3,32	2,34	0,74
Точность мышеч. усилий	3,8±0,1	3,3±0,07	3,6±0,2	4,1	0,89	1,42
Частота движений рукой	33,4±0,3	32,6±0,92	33,5±0,5	0,83	0,17	0,86
Переключение внимания	13,9±0,3	14,3±0,4	12,9±0,3	0,8	2,36	2,8
Оперативное мышление	7,6±0,1	7,3±0,91	7,9±0,09	2,02	2,23	4,22
Реакция на движ. объект	0,3±0,05	0,35±0,01	0,4±0,0,1	0,99	1,96	3,54
Интегральная ловкость	4,6±0,09	4,3±0,1	4,8±0,18	2,23	0,99	2,43
Скрытый период реакции	22±1,35	21,6±0,82	21,9±0,3	0,25	0,1	0,34
Быстрота одиночного движения	0,2±0,006	0,22±0,05	0,21±0,04	2,56	1,39	1,56
Поведенческая активность	438±14,2	489±11,4	499,5±11,5	2,8	3,37	0,65

ЭКСПЕРИМЕНТАЛЬНАЯ ЧАСТЬ

Активизирующие методы воспитания познавательной активности в процессе физического воспитания и формы коллективной деятельности применялись в целях увеличения удельного веса активности, самостоятельности самих студентов. Цель коллективной работы выдвигается преподавателем только на подготовительном этапе, где он рассказывает студентам о значении и роли физкультурно-спортивной деятельности в процессе ее осуществления, о правилах участия в деятельности, требованиях к ее участникам. В дальнейшем цели и способы их достижения разрабатываются преподавателем совместно со студентами и по мере формирования их познавательной активности роль преподавателя изменяется качественно новом плане, от функции руководителя, организатора до функции консультанта, осуществляющего педагогический контроль нравственного содержания принятых студентами решений.

Традиционно контроль в процессе физического воспитания осуществляется только преподаватель. Студенты оказываются в позиции исполнителей и, исходя из психологии исполнителей, отвечают только за себя, за свои собственные действия. Принципиально иная ситуация складывается при изменении нормативных подходов к контролю, а также при участии студентов в управлении процессом физического воспитания. На наш взгляд, система оценок должна основываться не на нормативных показателях, а на динамике изменения показателей физического состояния в процессе обучения. В результате этого устраняются противоречия между преподавателем и студентами, которые вызваны существующей организацией физического воспитания и нормативными требованиями. Проявляется больше взаимопонимания и взаимного доверия, основанного на общности интересов и цели. Студенты становятся соавторами процесса физического воспитания, программы собственной и коллективной физкультурно-спортивной деятельности, за выполнение которой чувствуют ответственность.

При такой организации контроля и занятий по физической культуре проявляется очень важная функция воспитания – побуждение студентов к активным, добросовестным занятиям. Студенты нуждаются в признании их усилий, в поддержке товарищей и преподавателя. Это помогает им обрести веру в свои силы и возможности. В процессе обучения и воспитания должна доминировать психология «успеха». В действиях и поступках студентов необходимо постоянно отмечать малейшие достижения как индивидуальные, так и коллективные, побуждая тем самым к дальнейшему совершенствованию нравственных и физических способностей. Важную роль в этом совершенствовании играют самостоятельные занятия студентов физическими упражнениями.

Занимаясь самостоятельно, студент находится в двойной субъективно-объективной позиции, достигая при определенной насыщенности тренировок вполне реальные общеразвивающие и специальные технические результаты. Их ощущимость, сравнительная явственность рождает особую притягательность к занятиям и содействует развитию ценностных побуждений, в том числе и мотивов самоутверждения. С этим связаны и познавательные перспективы овладения содержанием и средствами физкультурно-спортивной деятельности.

Особое значение для воспитания познавательной активности студентов при самостоятельных занятиях физическими упражнениями имеет самоконтроль. Постоянный интерес к состоянию собственного организма и его реакции на физическую нагрузку уже сам по себе вызывает у студентов познавательную активность. Важную роль играет ведение дневника самоконтроля – это позволяет студентам анализировать и оценивать изменения, происходящие в физическом развитии и состоянии здоровья в процессе занятий физическими упражнениями.

РЕЗУЛЬТАТЫ

После завершения проведенного эксперимента и статистической обработки ре-

зультатов выяснилось (таблица 1), что показатель познавательной активности в экспериментальных группах достоверно выше ($p<0,01$), чем в контрольной. Кроме того, произошли значительные изменения в морфофункциональном развитии студенток: в состоянии дыхательной и сердечно-сосудистой системы, в развитии физических качеств и психических процессов. Анализ результатов, показанных студентками после окончания эксперимента, подтвердил рабочую гипотезу. Студентки ЭГ₁ показали более высокие результаты на достоверном уровне ($p<0,05\div0,01$) в 13 результатах по сравнению с их сверстницами из КГ, а студентки ЭГ₂ стали лучше, соответственно, в 10 тестах. Сравнение результатов студенток ЭГ₁ и ЭГ₂, проведённое после эксперимента, отражает направленность учебно-воспитательного процесса по физическому воспитанию в этих группах. Достоверной разности достигают результаты 8 показателей. Студентки ЭГ₁ опережают своих сокурсниц из ЭГ₂ в выносливости, тогда как последние выше в показателях быстроты и психомоторики.

ОБСУЖДЕНИЕ

Проведенное нами исследование показало, что изменения произошли и в мотивационной сфере. Студентки с желанием выступают соруководителями процесса физического воспитания, с большей ответственностью относятся к учебным и самостоятельным занятиям физическими упражнениями, переживают за все, что на них происходит, и за всех, кто в них участвует. И такие проявления продиктованы не столько эгоистическими, сколько нравственными мотивами [1].

Нами было проведено анкетирование и опрос студенток в начале эксперимента и по его окончании. Им предлагалось расставить по местам мотивы, побуждающие их заниматься физической культурой. Исходя из полученных результатов, можно судить о характере изменений в системе актуальных потребностей личности (таблица 2).

Таблица 2

Мотивация двигательной деятельности студенток		
Содержание актуальных побуждений личности	Численность студенток, указавших данный вид побуждений в качестве основного источника их активности на занятиях по физкультуре, % (с указанием рангового места)	
	Начало эксперимента	Окончание эксперимента
Получить зачет по физкультуре	22(II)	16(III)
Быть стройным и гармонично развитым	40(I)	22(II)
Достичь высокого уровня физического совершенства	8(IV)	10(V)
Желание хорошо выступить на соревнованиях за честь группы, факультета	6(VI)	14(IV)
Удовлетворить потребность в движении	10(III)	6(VII)
Желание выполнять физические упражнения	8(V)	8(VI)
Получить знания о физическом состоянии организма и способах его совершенствования	2(VII)	22(I)
Стремление показать (или проверить) свои способности	2(VIII)	2(VIII)

В начале эксперимента доминирующими мотивами занятий по физической культуре выступает стремление сделаться физически красивыми и получить зачет по физическому воспитанию, эти побуждения можно назвать pragматическими и эстетическими. Полученные данные свидетельствуют о том, что эти мотивы остаются достаточно действенными в конце эксперимента, однако, наряду с ними, доминирующую роль начинает играть побуждение получить знания о физическом состоянии организма и путях его совершенствования, то есть развиваются непосредственно познавательные интересы.

ВЫВОД

Проведенное исследование показало, что использование методики воспитания познавательной активности на занятиях по физической культуре способствует повышению качества учебного процесса. Это подтверждается полученными результатами тестирования всех опытных групп и оптимизацией мотивационно-ценостного отношения к физическому воспитанию студенток экспериментальных групп.

ЛИТЕРАТУРА

1. Ключникова, Н.Н. Психолого-педагогическая технология формирования ценностных ориентаций в процессе профессионального развития студентов технического вуза [Текст] / Н.Н.Ключникова // Ученые записки университета имени П.Ф. Лесгафта. – 2008. – № 8 (42). – С. 48-53.
2. Козлов, И.С. Методика развития общей выносливости у студенток не физкультурного вуза [Текст] / И.С.Козлов // Ученые записки университета имени П.Ф. Лесгафта. – 2008. – № 9 (43). – С. 30-34.
3. Ретивых, Ю.И. Структура взаимосвязи показателей морффункционального состояния студентов вуза с различными вариантами осанки [Текст] / Ю.И.Ретивых // Ученые записки университета имени П.Ф. Лесгафта. – 2008. – № 11 (45). – С. 74-76.
4. Туревский, И.М. Структура психофизической подготовленности человека [Текст] / И.М. Туревский – Тула : ТОПП, 2003. – 208 с.

АНАЛИЗ ЭФФЕКТИВНОСТИ ПРИМЕНЕНИЯ РАЗЛИЧНЫХ СПОСОБОВ ПРИНУДИТЕЛЬНОГО РАССЕИВАНИЯ УЧАСТНИКОВ СОРЕВНОВАНИЙ ПО СПОРТИВНОМУ ОРИЕНТИРОВАНИЮ

Маргарита Петковна Георгиева, аспирант,

*Смоленская государственная академия физической культуры, спорта и туризма
(СГАФКСТ)*

Аннотация

В статье рассмотрены проблемы применения принудительного способа рассеивания участников соревнований в спортивном ориентировании бегом. Установлено, что наиболее эффективным способом рассеивания спортсменов-ориентировщиков на кроссовых и марафонских дистанциях в заданном направлении является «бабочка». В результате анализа полученных данных сформулированы практические рекомендации по применению данного способа рассеивания с целью повышения уровня технического совершенства соревновательных дистанций.

Ключевые слова: спортивное ориентирование, способы рассеивания участников, дистанции заданного направления.

ANALYSIS OF EFFICIENT APPLICATION OF VARIOUS WAYS OF COMPULSORY DISPERSED OF PARTICIPANTS AT ORIENTEERING

*Margarita Petkovna Georgieva, the post-graduate student,
Smolensk State Academy of Physical Education, Sports and Tourism*

Abstract

Problems of application of a compulsory ways of participants dispersing at orienteering competitions by running are considered. It is established, that the most effective way of sportsmen dispersing on cross-country and marathon distances at set direction is "butterfly". As a result of the analysis of the data obtained practical recommendations on application of the given way of dispersing for the purpose of raising technical perfection for competitive distances are formulated.

Key words: sports orienteering, ways of participants dispersion, distances of set direction.

ВВЕДЕНИЕ

Принудительное рассеивание, то есть искусственное рассредоточение спортсменов по дистанции, применяемое для эстафетных или индивидуальных соревнований.

ВЫВОД

Проведенное исследование показало, что использование методики воспитания познавательной активности на занятиях по физической культуре способствует повышению качества учебного процесса. Это подтверждается полученными результатами тестирования всех опытных групп и оптимизацией мотивационно-ценостного отношения к физическому воспитанию студенток экспериментальных групп.

ЛИТЕРАТУРА

1. Ключникова, Н.Н. Психолого-педагогическая технология формирования ценностных ориентаций в процессе профессионального развития студентов технического вуза [Текст] / Н.Н.Ключникова // Ученые записки университета имени П.Ф. Лесгафта. – 2008. – № 8 (42). – С. 48-53.
2. Козлов, И.С. Методика развития общей выносливости у студенток не физкультурного вуза [Текст] / И.С.Козлов // Ученые записки университета имени П.Ф. Лесгафта. – 2008. – № 9 (43). – С. 30-34.
3. Ретивых, Ю.И. Структура взаимосвязи показателей морффункционального состояния студентов вуза с различными вариантами осанки [Текст] / Ю.И.Ретивых // Ученые записки университета имени П.Ф. Лесгафта. – 2008. – № 11 (45). – С. 74-76.
4. Туревский, И.М. Структура психофизической подготовленности человека [Текст] / И.М. Туревский – Тула : ТОПП, 2003. – 208 с.

АНАЛИЗ ЭФФЕКТИВНОСТИ ПРИМЕНЕНИЯ РАЗЛИЧНЫХ СПОСОБОВ ПРИНУДИТЕЛЬНОГО РАССЕИВАНИЯ УЧАСТНИКОВ СОРЕВНОВАНИЙ ПО СПОРТИВНОМУ ОРИЕНТИРОВАНИЮ

Маргарита Петковна Георгиева, аспирант,

*Смоленская государственная академия физической культуры, спорта и туризма
(СГАФКСТ)*

Аннотация

В статье рассмотрены проблемы применения принудительного способа рассеивания участников соревнований в спортивном ориентировании бегом. Установлено, что наиболее эффективным способом рассеивания спортсменов-ориентировщиков на кроссовых и марафонских дистанциях в заданном направлении является «бабочка». В результате анализа полученных данных сформулированы практические рекомендации по применению данного способа рассеивания с целью повышения уровня технического совершенства соревновательных дистанций.

Ключевые слова: спортивное ориентирование, способы рассеивания участников, дистанции заданного направления.

ANALYSIS OF EFFICIENT APPLICATION OF VARIOUS WAYS OF COMPULSORY DISPERSED OF PARTICIPANTS AT ORIENTEERING

*Margarita Petkovna Georgieva, the post-graduate student,
Smolensk State Academy of Physical Education, Sports and Tourism*

Abstract

Problems of application of a compulsory ways of participants dispersing at orienteering competitions by running are considered. It is established, that the most effective way of sportsmen dispersing on cross-country and marathon distances at set direction is "butterfly". As a result of the analysis of the data obtained practical recommendations on application of the given way of dispersing for the purpose of raising technical perfection for competitive distances are formulated.

Key words: sports orienteering, ways of participants dispersion, distances of set direction.

ВВЕДЕНИЕ

Принудительное рассеивание, то есть искусственное рассредоточение спортсменов по дистанции, применяемое для эстафетных или индивидуальных соревнований.

ний с раздельным и общим (групповым) стартом, необходимо для повышения уровня спортивной справедливости соревнований по ориентированию бегом. Основная задача рассеивания – исключить полностью (либо уменьшить) одно из нарушений принципа спортивной справедливости – преднамеренное сотрудничество спортсменов на дистанции. С одной стороны, сотрудничество является одним из тактических приёмов борьбы, а, с другой – при преднамеренном сотрудничестве нарушается принцип спортивной справедливости, поскольку встреча спортсменов на дистанции носит элемент случайности. В таких случаях задача специалиста при планировании дистанции – исключить возникновение подобных ситуаций. Этому и способствует принудительное рассеивание спортсменов.

ЭКСПЕРИМЕНТАЛЬНАЯ ЧАСТЬ

В спортивном ориентировании применяется несколько способов принудительного рассеивания спортсменов при преодолении соревновательных трасс. К ним относятся:

- рассеивание по кругам – разделение индивидуальной дистанции или этапа эстафеты на несколько кругов, замыкающихся в центре соревнований или в произвольном месте используемого района;
- рассеивание по способу Фарста – планирование нескольких параллельных колей дистанции, периодически сходящихся на сборных контрольных пунктах (КП), разбивающих общую дистанцию на отдельные ветви;
- выбор – прохождение в произвольном порядке заданного количества контрольных пунктов (КП) из их большего числа;
- блоки рассеивания с ориентированием по выбору;
- рассеивание способом «бабочка»;
- комбинированные способы рассеивания – совмещение различных видов рассеивания;
- введение участников в дистанцию «микроориентирования».

Рассеивание способом «бабочка» применяется для индивидуальных соревнований как с раздельным стартом, так и с общим. Наиболее эффективно применение данного способа рассеивания на длинных дистанциях (кроссовое и марафонское ориентирование). Суть способа рассеивания «бабочка» заключается в том, что примерно на половине дистанции на базе одного опорного КП планируется две, три или четыре петли. Петля – это участок дистанции с двумя – тремя КП, который начинается и заканчивается на «опорном» КП. Последовательность прохождения петель спортсменами, стартующими друг за другом в интервале 5-10 минут, разная и задаётся каждому участнику порядковыми номерами КП и легендами [1, 2].

Таблица 1

Структурные показатели принудительного способа рассеивания «бабочка» ($\bar{x} \pm \sigma$)

Исследуемые показатели	Спортсмены-ориентировщики	
	Мужчины	Женщины
1. Длина «бабочки», м	1455,8±233,2	999,2±220,2
2. Количество КП	9,1±1,5	7,9±1,4
3. Количество петель в «бабочке»	2,6±0,5	2,3±0,5
4. Количество КП на петле	3,1±0,3	3,13±0,3
5. Длина петли, м	624,5±210,5	506,1±169,5
6. Планирование «бабочки» после перегона: короткого, %	15	20
среднего, %	56	58
длинного, %	29	22
7. Отношение длины «бабочки» к длине дистанции, %	10,5±3,2	10,9±3,8
8. Планирование двух и более бабочек, %	13,3	6,7

С целью исследования эффективности различных способов рассеивания нами

было проанализировано 30 соревновательных стартов, в которых при планировании дистанции применялся способ рассеивания «бабочка». Это позволило выявить определённые структурные показатели данного способа рассеивания (табл. 1).

Анализу подвергались соревновательные дистанции группы «элиты» (мужчины и женщины), текущие и итоговые результаты (протоколы соревнований), а также сплит-таймы финишировавших спортсменов. Ранг исследуемых соревнований – не ниже региональных чемпионатов и первенств России.

РЕЗУЛЬТАТЫ И ИХ ОБСУЖДЕНИЕ

Проведённое нами исследование показало, что до участка дистанции с «бабочкой» образуется в среднем от 2 до 18 пар сотрудничающих участников, что составляет от 20 до 40% общего количества финишировавших с результатом спортсменов. Эффективность «бабочки» как способа рассеивания участников составила 61,3% в группе ЖЭ и 60,5% в группе МЭ. Но, с другой стороны, были выявлены соревновательные дистанции, где «бабочка» практически не способствовала рассеиванию спортсменов. Из анализа карт и протоколов финиша было установлено, что низкая эффективность «бабочки» связана, в первую очередь, с тем, что использовалась не совсем подходящая местность для планирования «бабочки», а именно, лес с хорошей проходимостью и видимостью, что позволяло спортсменам находиться в пределах видимости друг друга. Помимо этого, было запланировано 6 вариантов рассеивания участников (так как «бабочка» имела 3 петли), однако, практически реализовано только 4 варианта. Учитывая также общий старт участников, это значительно снизило эффективность «бабочки» для принудительного рассеивания участников.

Помимо исследования дистанций с «бабочкой», нами было проанализировано около 60 соревнований по спортивному ориентированию бегом, в которых не применялся ни один из способов принудительного рассеивания участников. В результате было установлено:

- 1) на всех дистанциях спортсмены образовывали группы, сотрудничая друг с другом. В 85% случаев сотрудничающие группы участников состояли из 2-4 человек;
- 2) сотрудничающие группы формировались, как правило, из участников, находящихся рядом в стартовом протоколе;
- 3) основными причинами образования сотрудничающих групп участников являются совершение ошибки или тактически неграмотный выбор варианта пути движения спортсменом, а также различный уровень физической и технико-тактической подготовленности спортсменов;
- 4) основными факторами, способствующими рассеиванию участников, являются:
 - а) наличие естественных, связанных с особенностями ландшафта, рассеивающих и рассредоточивающих ориентиров (например, густая растительность, болота, крупные положительные или отрицательные формы рельефа, непреодолимые ограды и т.д.);
 - б) различный уровень подготовленности спортсменов.

Однако нередко возникают ситуации, когда спортсмен более низкой квалификации, но в хорошей физической форме, зная, что за ним стартует сильный участник, преднамеренно «ждёт» спортсмена на одном из КП в начале дистанции. Тогда его догоняет следующий за ним участник, и они далее по дистанции бегут вместе. Это позволяет такому спортсмену занять более высокое, а иногда даже призовое место. Для того чтобы снизить вероятность возникновения таких ситуаций при отсутствии системы принудительного рассеивания рекомендуется планировать длинный или сверхдлинный перегон на 1-й КП с тактическим выбором пути движения и увеличивать стартовый интервал до 2-3 минут.

ВЫВОДЫ

1. Установлено, что «бабочка» является эффективным способом рассеивания

участников в индивидуальных соревнованиях кроссового и марафонского ориентирования.

2. Основным преимуществом «бабочки», по сравнению с другими способами рассеивания, является возможность более полного использования особенностей местности и планирования длинных и сверхдлинных перегонов с достаточно произвольным расположением самой «бабочки» на местности. Это, с одной стороны, облегчает процесс конструирования соревновательной дистанции, а, с другой – повышает уровень её технической сложности за счет более рационального использования отдельных наиболее интересных участков рельефа.

3. На кроссовой дистанции возможно применение 2-3-х «бабочек», что значительно повышает качество рассеивания и артифициальность соревновательной трассы.

ПРАКТИЧЕСКИЕ РЕКОМЕНДАЦИИ

1. При использовании «бабочки» как способа рассеивания на соревнованиях с общего старта (а также на сверхдлинных дистанциях) рекомендуется планировать более одной «бабочки» (2 или 3 с тремя петлями), причём одну из них в первой части дистанции. Это значительно повышает эффективность рассеивания, так как, например, две «бабочки» с тремя петлями дают 36 вариантов рассеивания.

2. «Бабочка» может использоваться, с одной стороны, как способ рассеивания участников, с другой – как один из приёмов повышения уровня технического совершенства дистанции. Её рекомендуется планировать после перегона значительной длины в насыщенном ориентирами участке местности с затруднённой видимостью и проходимостью, с разнообразными формами рельефа.

3. Необходимо планировать петли «бабочки» различной длины (в среднем от 200 до 600 м), с разным количеством КП и характером ориентирования в плане физической и технической подготовленности для того, чтобы уменьшить вероятность последующего сотрудничества участников, пришедших вместе на опорный КП.

ЛИТЕРАТУРА

1. Алёшин, В.М. Дистанции в спортивном ориентировании бегом / В.М. Алёшин, В.А. Пызгарев. – Воронеж : Издательско-полиграфический центр Воронежского государственного университета, 2008. – 204 с. : ил. – (Серия «Энциклопедия спортивного ориентирования»).
2. Правила соревнований по спортивному ориентированию. – М. : Советский спорт, 2004. – 68 с.

О РОЛИ ДВИГАТЕЛЬНОЙ АКТИВНОСТИ СТУДЕНТОВ ГУМАНИТАРНЫХ ВУЗОВ И СПОСОБАХ ЕЁ ПОВЫШЕНИЯ

Александр Александрович Горелов, доктор педагогических наук, профессор,

Виктор Леонидович Кондаков, кандидат педагогических наук, доцент,

Александр Николаевич Усатов, доцент,

Валерий Николаевич Усатов, ассистент,

Белгородский государственный университет

Аннотация

В статье проводится исследование величины и характера двигательной активности студентов – представителей различных групп здоровья. Анализируются мотивы занятий физической культурой в вузе и причины недостаточного интереса к ним у студентов. Рассматриваются способы повышения уровня двигательной активности студентов. Доказывается влияние двигательной активности на уровни успеваемости и заболеваемости студентов.

Ключевые слова: двигательная активность, образ жизни, уровень успеваемости, уровень заболеваемости, профессиональная подготовка, физическая культура, студенты вузов.

участников в индивидуальных соревнованиях кроссового и марафонского ориентирования.

2. Основным преимуществом «бабочки», по сравнению с другими способами рассеивания, является возможность более полного использования особенностей местности и планирования длинных и сверхдлинных перегонов с достаточно произвольным расположением самой «бабочки» на местности. Это, с одной стороны, облегчает процесс конструирования соревновательной дистанции, а, с другой – повышает уровень её технической сложности за счет более рационального использования отдельных наиболее интересных участков рельефа.

3. На кроссовой дистанции возможно применение 2-3-х «бабочек», что значительно повышает качество рассеивания и артифицию соревновательной трассы.

ПРАКТИЧЕСКИЕ РЕКОМЕНДАЦИИ

1. При использовании «бабочки» как способа рассеивания на соревнованиях с общего старта (а также на сверхдлинных дистанциях) рекомендуется планировать более одной «бабочки» (2 или 3 с тремя петлями), причём одну из них в первой части дистанции. Это значительно повышает эффективность рассеивания, так как, например, две «бабочки» с тремя петлями дают 36 вариантов рассеивания.

2. «Бабочка» может использоваться, с одной стороны, как способ рассеивания участников, с другой - как один из приёмов повышения уровня технического совершенства дистанции. Её рекомендуется планировать после перегона значительной длины в насыщенном ориентирами участке местности с затруднённой видимостью и проходимостью, с разнообразными формами рельефа.

3. Необходимо планировать петли «бабочки» различной длины (в среднем от 200 до 600 м), с разным количеством КП и характером ориентирования в плане физической и технической подготовленности для того, чтобы уменьшить вероятность последующего сотрудничества участников, пришедших вместе на опорный КП.

ЛИТЕРАТУРА

1. Алёшин, В.М. Дистанции в спортивном ориентировании бегом / В.М. Алёшин, В.А. Пызгарев. – Воронеж : Издательско-полиграфический центр Воронежского государственного университета, 2008. – 204 с. : ил. – (Серия «Энциклопедия спортивного ориентирования»).
2. Правила соревнований по спортивному ориентированию. – М. : Советский спорт, 2004. – 68 с.

О РОЛИ ДВИГАТЕЛЬНОЙ АКТИВНОСТИ СТУДЕНТОВ ГУМАНИТАРНЫХ ВУЗОВ И СПОСОБАХ ЕЁ ПОВЫШЕНИЯ

Александр Александрович Горелов, доктор педагогических наук, профессор,

Виктор Леонидович Кондаков, кандидат педагогических наук, доцент,

Александр Николаевич Усатов, доцент,

Валерий Николаевич Усатов, ассистент,

Белгородский государственный университет

Аннотация

В статье проводится исследование величины и характера двигательной активности студентов – представителей различных групп здоровья. Анализируются мотивы занятий физической культурой в вузе и причины недостаточного интереса к ним у студентов. Рассматриваются способы повышения уровня двигательной активности студентов. Доказывается влияние двигательной активности на уровни успеваемости и заболеваемости студентов.

Ключевые слова: двигательная активность, образ жизни, уровень успеваемости, уровень заболеваемости, профессиональная подготовка, физическая культура, студенты вузов.

ABOUT THE ROLE OF MOTOR ACTIVITY OF STUDENTS AT HUMANITARIAN INSTITUTES OF HIGHER LEARNING AND MEANS OF IT'S RAISING

*Aleksandr Aleksandrovich Gorelov, doctor of pedagogical sciences, professor,
Viktor Leonidovich Kondakov, candidate of pedagogical science, senior lecturer*

Aleksandr Nikolaevich Usatov, senior lecturer,

Valeriy Nikolaevich Usatov, assistant teacher,

Belgorod State University

Abstract

The article contains vast investigation on value and nature of motor activity of students at different health groups. Motivation for attending PE lessons at higher education establishments and reasons of lacking interest to them have been examined. The influences of motor activity on the level of educational progress and sickness rate of students have been proved.

Key words: : physical activity, motor activity, life style, level of sickness frequency, physical education, institutes of higher learning, PE lessons.

Одной из непременных составляющих здорового образа жизни является высокая двигательная активность, можно с уверенностью говорить о том, что в профессиональной подготовке будущих специалистов значительную роль играет физическая культура как комплексное средство физического, интеллектуального, нравственного, эстетического развития.

Цель занятий физической культурой в вузе – укрепление здоровья, повышение уровня физической подготовленности и функциональной тренированности студентов, формирование у них основных двигательных умений и навыков, подготовка к будущей профессиональной деятельности, привитие потребности в здоровом образе жизни и в самостоятельных занятиях физическими упражнениями, повышение уровня двигательной активности.

Однако наблюдения, которые систематически проводятся в средних и высших учебных заведениях г. Белгорода с 1997 г., свидетельствуют, что ежегодно всё большее число учеников школ и студентов вузов освобождаются от занятий физической культурой по состоянию здоровья либо посещают эти занятия в специальной медицинской группе здоровья (СМГ) (рис. 1).

Переход в специальную медицинскую группу здоровья и, тем более, освобождение от занятий физической культурой неизбежно влечут за собой значительное снижение уровня двигательной активности, что подтверждается результатами проведённых исследований. Полученные данные свидетельствуют о том, что двигательная активность студентов, освобождённых от занятий физической культурой, почти в 2 раза ниже, чем у студентов основной группы здоровья.

Возникает своеобразное противоречие: с одной стороны, двигательная активность – одна из непременных составляющих здорового образа жизни, средство укрепления здоровья, с другой стороны, у молодых людей с отклонениями в здоровье показатели двигательной активности снижаются почти в 2 раза, в то время как им особенно необходимо укреплять своё здоровье.

Противоречие заключается также в том, что снижение уровня двигательной активности, являясь результатом снижения уровня здоровья, одновременно является его причиной. Об этом свидетельствуют результаты исследований большинства специалистов [1, 7], а также собственные исследования, проведённые в вузах г. Белгорода. Так, например, количество студентов белгородских вузов, дополнительно занимающихся физической культурой (в секции или самостоятельно), уменьшается пропорционально тому, как увеличивается количество студентов, имеющих отклонения в здоровье различной тяжести (рис. 2).

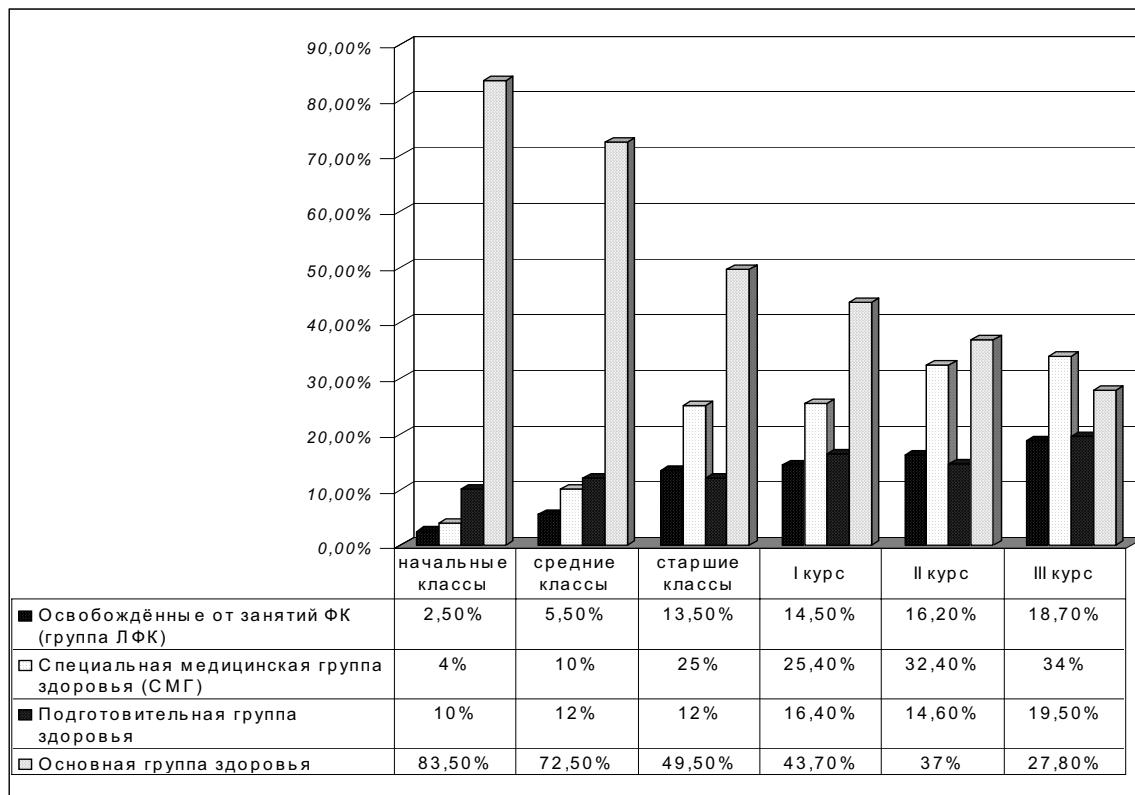


Рис. 1. Распределение учащихся по группам здоровья в школе и в вузе

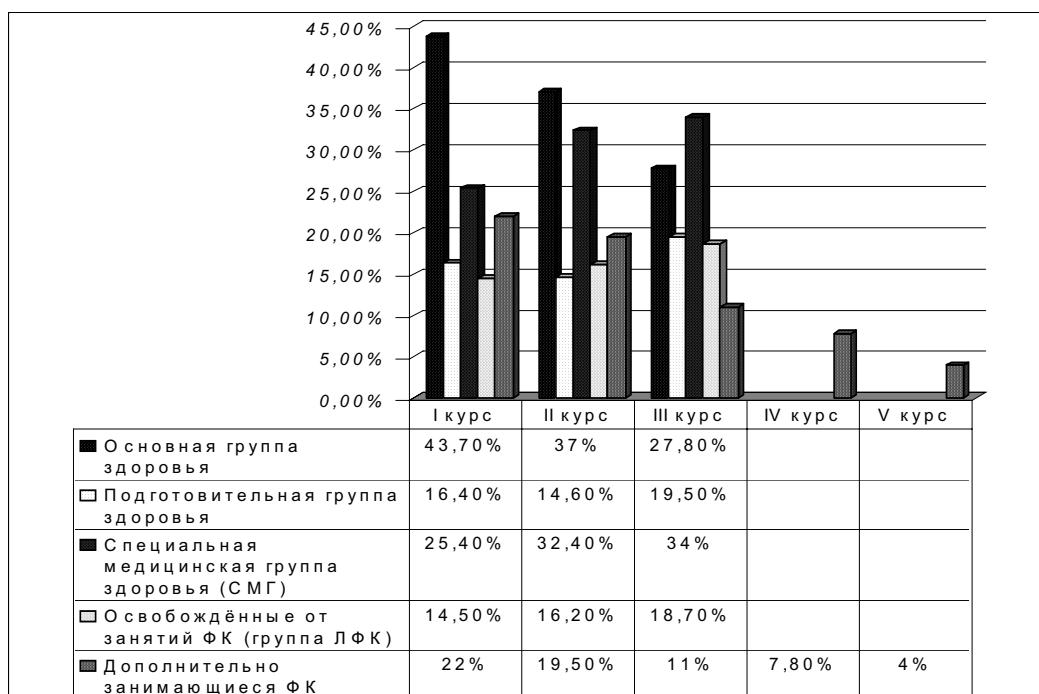


Рис. 2. Динамика распределения студентов по группам здоровья и количества студентов, дополнительно занимающихся физической культурой

С целью установления влияния двигательной активности на уровень успеваемости и заболеваемости студентов был проведён анализ экзаменационных ведомостей и медицинских карт студентов, результаты которого представлены на рис. 3.

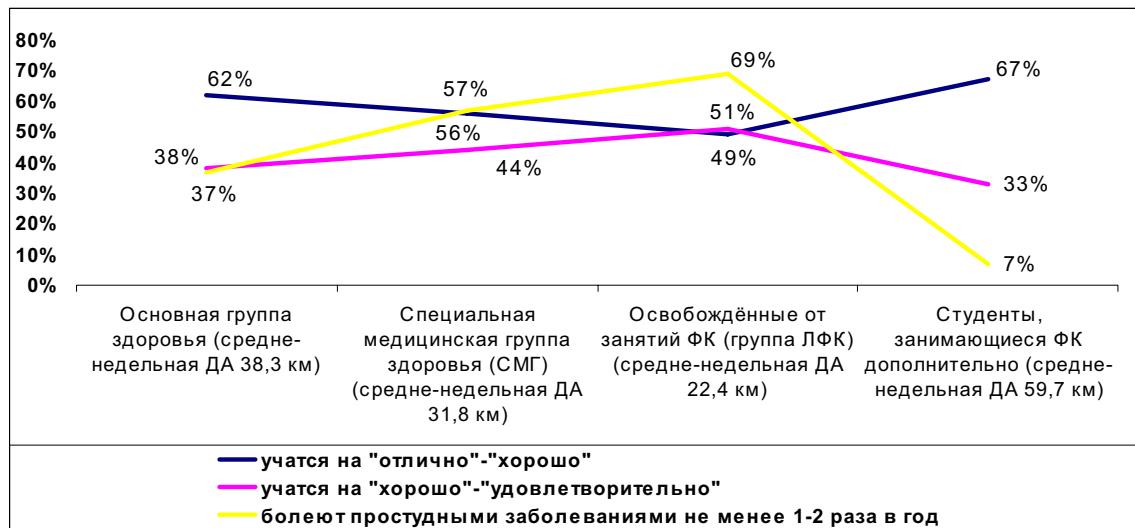


Рис. 3. Уровень успеваемости и заболеваемости студентов с разным уровнем двигательной активности

Полученные данные позволяют сделать вывод о том, что студенты, обладающие более высоким уровнем двигательной активности, лучше учатся и значительно реже болеют.

В большинстве вузов РФ физическая культура преподаётся на I-III курсах 2 раза в неделю по 2 часа. Эти занятия должны посещать все студенты, не имеющие медицинских противопоказаний, независимо от того, занимаются ли они дополнительно. Однако анализ журналов учёта учебной работы по физической культуре показал, что около трети студентов регулярно пропускают занятия. При этом, как выяснилось в результате анонимного опроса, 34,7% респондентов пропускают их по причине отсутствия интереса.

Мотивы занятий физической культурой, по мнению Н.И. Пономарёва, В.М. Рейзина [6], – главное условие их эффективности. Проведённое в Белгородских вузах исследование показало, что 70% студентов ходят на занятия по физической культуре исключительно, чтобы получить зачёт (экзамен); 20% – чтобы отвлечься от аудиторных занятий; 7% – чтобы убить время; 3% – чтобы повысить уровень физической подготовленности.

Таким образом, можно заключить, что, во-первых, большинство студентов не осознаёт значения физической культуры для своего здоровья и будущего успеха в профессии и жизни, во-вторых, большинству из них (и тем, кто ходит на занятия регулярно, и тем, кто их пропускает) недостаточно интересно то, чем они на этих занятиях занимаются.

Очевидно, что повышение уровня двигательной активности студентов невозможно без формирования у них искреннего интереса к занятиям физической культурой и осознанного желания заниматься дополнительно. С целью определения того, какими конкретно видами физических упражнений хотели бы заниматься студенты белгородских вузов, был проведён опрос в виде анкетирования. Полученные данные свидетельствуют, что для большинства респондентов наиболее привлекательны занятия аэробикой (24%), спортивными играми (20%), плаванием и прыжками в воду (18%). Значительная часть опрошенных (около 40%) отметили, что желали бы заниматься интересующими их видами физических упражнений дополнительно, вне учебного расписания.

Результаты проведённого опроса оптимистичны в том смысле, что свидетельствуют о наличии интереса к двигательной активности и готовности заниматься у большинства студентов. В то же время эти результаты заставляют задуматься о поиске возможностей так организовать работу кафедр физического воспитания, чтобы сту-

денты могли заниматься теми видами физических упражнений, которые им интересны и для занятий которыми они готовы находить дополнительное время.

Грамотно организованные, динамичные, разнообразные, увлекательные занятия физической культурой служат целому ряду перспективных целей. Однако в повседневной студенческой жизни эти занятия способствуют также более быстрому восстановлению работоспособности за счёт чередования умственных и физических нагрузок, что, действительно, имеет значение, поскольку у большинства современных студентов отмечается повышенная утомляемость организма [7]. Именно с целью предупреждения утомления и поддержания высокого уровня работоспособности организма студентов многие вузы вводят на занятиях так называемые «физкультминутки», представляющие собой коротенькие комплексы упражнений (5-7 минут), направленные на ликвидацию негативных последствий неизбежного в процессе учебной деятельности «сидячего» образа жизни. Несмотря на свою небольшую временную продолжительность, «физкультминутки» являются ещё одной формой дополнительных занятий физической культурой и, так или иначе, способствуют увеличению уровня двигательной активности студентов.

С целью определения влияния дополнительных занятий физической культурой (в секции или самостоятельно) и конкретно физкультурных пауз на общий уровень двигательной активности студентов было проведено специальное исследование. Полученные данные позволяют заключить, что использование на занятиях «физкультминуток» увеличивает двигательную активность студентов в среднем на 5%, а дополнительные занятия физической культурой – на 59%.

ВЫВОДЫ

Обобщая результаты проведённых в вузах г. Белгорода исследований, в процессе которых было обследовано около 1,5 тысяч человек, можно сделать вывод о том, двигательная активность является непременным условием здоровья и успешной учебной деятельности студентов. При этом в процессе обучения двигательная активность студентов постепенно снижается, что, в свою очередь, ведёт к снижению уровней их здоровья и успеваемости. Величина двигательной активности зависит, во-первых, от наличия (или отсутствия) в жизни студента дополнительных занятий физической культурой, во-вторых, от того, к какой группе здоровья он отнесён для занятий физической культурой. Одной из причин низкой двигательной активности студентов является то, что занятия физической культурой не представляют для них интереса, в результате чего около трети студентов регулярно их пропускают. Большинство студентов не потеряли интереса к двигательной активности, но желали бы заниматься теми физическими упражнениями, которые им нравятся.

ЛИТЕРАТУРА

1. Горелов, А.А. Анализ показателей здоровья студентов специальной медицинской группы / А.А. Горелов, О.Г. Румба, В.Л. Кондаков // Научные проблемы гуманитарных исследований. – 2008. – Вып. 6. – С. 28-33.
2. Зациорский, В.М. Физические качества спортсмена (основы теории и методики воспитания) / В.М. Зациорский. – М. : Физкультура и спорт, 1970. – 200 с.
3. Зимкин, Н.В. Физиологическое обоснование тренировки / Н.В. Зимкин. – М. : Физкультура и спорт, 1969. – 192 с.
4. Научные основы физической культуры и здорового образа жизни : учеб. пособие / под общ. ред. проф. Д.Н. Давиденко ; СПб ГТУ, БПА. – СПб. : [б.и.], 2001. – 348 с.
5. Платонов, В.Н. Подготовка квалифицированных спортсменов / В.Н. Платонов. – М. : Физкультура и спорт, 1986. – 286 с. : ил.
6. Пономарёв, Н.И. О формировании потребности человека в физкультурно-спортивной деятельности (теоретический аспект) / Н.И. Пономарёв, В.М. Рейзин //

Теория и практика физической культуры. – 1988. – № 10. – С. 2-4.

7. Савельева, Л.А. О значении пауз активного отдыха в жизни студентов / Л.А. Савельева, Е.В. Зорченко // Современные дидактические проблемы физической культуры и оздоровительные программы в образовательном пространстве вуза : материалы Междунар. науч.-практич. конф., 25-26 апреля 2008 г. / МВД РФ, Бел ЮИ. – Белгород, 2008. – С. 74-76.

8. Тер-Ованесян, А.А. Педагогические основы физического воспитания / А.А. Тер-Ованесян. – М. : Физкультура и спорт, 1978. – 203 с.

КОНЦЕПТУАЛЬНАЯ МОДЕЛЬ ЦЕННОСТНЫХ ОРИЕНТАЦИЙ СПОРТСМЕНОВ

Николай Михайлович Горюхов, кандидат педагогических наук, доцент,
Челябинский государственный педагогический университет (ЧГПУ)

Аннотация

Статья посвящена проблеме формирования ценностных ориентаций спортсменов на сохранение здоровья. В ней представлены системные основы моделирования, модельные характеристики юных спортсменов, внешние и внутренние условия, которые обеспечивают непрерывное повышение спортивных результатов при соблюдении сохраняющей здоровье направленности тренировочного процесса.

Ключевые слова: сохранение здоровья, тренировочный процесс, ценностные ориентации, юные спортсмены-легкоатлеты.

CONCEPT MODEL OF ATHETES'S VALUABLE ORIENTATIONS

Nikolay Mihajlovich Gorokhov, candidate of pedagogical sciences, senior lecturer,
Chelyabinsk State Pedagogical University

Abstract

This article is dedicated to the problem of athlete's values in the field of health protecting. It gives a clear view of systematic bases of modeling. It also contains modeling features of young athletes, external and internal conditions that provide the continuous raising of sport results according to health protecting training.

Key words: health protecting, training process, valuable orientations, young track and field athletes.

Проблема формирования ценностных ориентаций, направленных на сохранение здоровья, в теории и методике физического воспитания является составной частью педагогической проблемы формирования ценностных отношений личности к предметам и явлениям окружающей действительности.

При разработке концептуальных основ моделирования ценностных ориентаций спортсменов на сохранение здоровья в процессе тренировочной и соревновательной деятельности мы опирались на труды отечественных ученых и зарубежных специалистов последних десятилетий, в которых утвердился системный подход к изучению сложных процессов и явлений в теории и практике физического воспитания.

Методология системного подхода позволяет рассматривать систему формирования ценностных ориентаций спортсменов-легкоатлетов на сохранение здоровья в процессе спортивной тренировки как совокупность специальных видов деятельности, в рамках которых возможно достижение положительного результата в следующих направлениях:

- овладение спортивной техникой в сложнокоординированных действиях, обеспечивающих безопасность жизнедеятельности и сохранение здоровья;
- развитие специальных физических качеств и двигательных способностей спортсменов, отвечающих уровню современных требований к физической и психоэмоциональной подготовке;
- совершенствование духовно-нравственной сферы, формирование ценност-

Теория и практика физической культуры. – 1988. – № 10. – С. 2-4.

7. Савельева, Л.А. О значении пауз активного отдыха в жизни студентов / Л.А. Савельева, Е.В. Зорченко // Современные дидактические проблемы физической культуры и оздоровительные программы в образовательном пространстве вуза : материалы Междунар. науч.-практич. конф., 25-26 апреля 2008 г. / МВД РФ, Бел ЮИ. – Белгород, 2008. – С. 74-76.

8. Тер-Ованесян, А.А. Педагогические основы физического воспитания / А.А. Тер-Ованесян. – М. : Физкультура и спорт, 1978. – 203 с.

КОНЦЕПТУАЛЬНАЯ МОДЕЛЬ ЦЕННОСТНЫХ ОРИЕНТАЦИЙ СПОРТСМЕНОВ

Николай Михайлович Горюхов, кандидат педагогических наук, доцент,
Челябинский государственный педагогический университет (ЧГПУ)

Аннотация

Статья посвящена проблеме формирования ценностных ориентаций спортсменов на сохранение здоровья. В ней представлены системные основы моделирования, модельные характеристики юных спортсменов, внешние и внутренние условия, которые обеспечивают непрерывное повышение спортивных результатов при соблюдении сохраняющей здоровье направленности тренировочного процесса.

Ключевые слова: сохранение здоровья, тренировочный процесс, ценностные ориентации, юные спортсмены-легкоатлеты.

CONCEPT MODEL OF ATHETES'S VALUABLE ORIENTATIONS

Nikolay Mihajlovich Gorokhov, candidate of pedagogical sciences, senior lecturer,
Chelyabinsk State Pedagogical University

Abstract

This article is dedicated to the problem of athlete's values in the field of health protecting. It gives a clear view of systematic bases of modeling. It also contains modeling features of young athletes, external and internal conditions that provide the continuous raising of sport results according to health protecting training.

Key words: health protecting, training process, valuable orientations, young track and field athletes.

Проблема формирования ценностных ориентаций, направленных на сохранение здоровья, в теории и методике физического воспитания является составной частью педагогической проблемы формирования ценностных отношений личности к предметам и явлениям окружающей действительности.

При разработке концептуальных основ моделирования ценностных ориентаций спортсменов на сохранение здоровья в процессе тренировочной и соревновательной деятельности мы опирались на труды отечественных ученых и зарубежных специалистов последних десятилетий, в которых утвердился системный подход к изучению сложных процессов и явлений в теории и практике физического воспитания.

Методология системного подхода позволяет рассматривать систему формирования ценностных ориентаций спортсменов-легкоатлетов на сохранение здоровья в процессе спортивной тренировки как совокупность специальных видов деятельности, в рамках которых возможно достижение положительного результата в следующих направлениях:

- овладение спортивной техникой в сложнокоординированных действиях, обеспечивающих безопасность жизнедеятельности и сохранение здоровья;
- развитие специальных физических качеств и двигательных способностей спортсменов, отвечающих уровню современных требований к физической и психоэмоциональной подготовке;
- совершенствование духовно-нравственной сферы, формирование ценност-

ных ориентаций на сохранение здоровья в процессе тренировочной и соревновательной деятельности;

- на основе единства воздействий на физиологическую и психологическую сферы личности формирование установки на нравственно оправданное поведение во взаимоотношениях с соперниками в процессе спортивных соревнований.

В основу модели формирования ценностных ориентаций спортсменов-легкоатлетов положена идея сохранение здоровья на всех этапах спортивной подготовки: от установки на успешность тренировочной и соревновательной деятельности до самостоятельного выполнения сохраняющих здоровье процедур и соблюдения нравственного поведения в повседневной жизни.

В системном видении процесса и результатов моделирования акцентируется внимание на реализацию поставленных целей достижения полезного результата в формировании ценностных ориентаций спортсмена. Опираясь на принципы системного подхода к формированию ценностных ориентаций, мы рассматриваем этот процесс, прежде всего, с точки зрения субъект-субъектных отношений тренера-учителя и спортсмена-легкоатлета, где системные взаимодействия (прямые и обратные связи) выступают в чистом виде.

Обоснование в логико-методологическом плане необходимости системного подхода к моделированию процесса формирования ценностных ориентаций спортсменов на сохранение здоровья наиболее полно может быть реализовано с помощью предварительно проведенного системного анализа структуры и содержания педагогического процесса, в задачи которого входит создание предпосылок целесообразного ценностного выбора. Системный анализ, являясь близким по содержанию к системному подходу, обеспечивает подготовку и решение проблем сохранение здоровья с использованием практических приемов (методик, процедур, технологий).

Как показало проведенное нами теоретико-экспериментальное исследование, опора на системный анализ при решении проблемы сохранения здоровья спортсменов-легкоатлетов в тренировочном процессе и в соревновательной деятельности позволяет выявлять альтернативные традиционным способы и приемы решения проблемы, соопасставлять их эффективности, соответствия индивидуально-личностным особенностям каждого спортсмена. Ведущим принципом системного анализа является целеполагание в его процедурах и технологиях. В тенденциях развития процедура структурирования системы сохранения здоровья спортсменов может быть представлена как совокупность последовательных этапов, в ряд которых входят постановка цели, задач сохранения здоровья, выбор средств и методов их решения, выявление внешних и внутренних факторов, действующих на объекты сохранения здоровья (возмущающие факторы и факторы, облегчающие достижение цели).

Методология системного подхода позволяет рассматривать систему сохранения здоровья спортсменов-легкоатлетов как совокупность специальных видов деятельности, которые при соблюдении педагогических условий обеспечивают получение полезного адаптивного эффекта при воздействии тренировочных нагрузок и стресс-факторов, связанных с соревновательной деятельностью. В рамках системного подхода становится возможным моделирование полезного эффекта приемов и средств сохранение здоровья.

Полученные нами результаты позволили зафиксировать следующее: проектирование конечных полезных результатов, касающихся формирования ценностных ориентаций на сохранение здоровья, может оказаться недостаточно надежным - по мере социального созревания меняются взгляды на мир и на ценности окружающей действительности. Поэтому предпочтительнее проектировать развитие ценностных ориентаций у спортсменов, социальный статус которых уже сформировался. Однако при этом оказывается упущенными очень важный, с точки зрения нравственного становления личности спортсмена, период.

В настоящее время остаются недостаточно разработанными модельные харак-

теристики юных спортсменов на различных этапах многолетней подготовки. Имеются данные о том, что для спортсменов невысокого класса характерна большая вариативность модельных признаков, а факторов, ограничивающих спортивный результат, сравнительно много. В ряду этих факторов решающую роль в достижении потенциально высоких результатов в избранном виде спортивной специализации играет здоровье спортсмена.

У спортсменов, имеющих ярко выраженную индивидуальность, наибольший эффект достигается при построении и реализации тренировочных программ, ориентированных на выявление и максимальное развитие индивидуальных задатков, а также устранение явных диспропорций в структуре подготовленности. Стремление «подтягивать» в развитии отстающие качества и способности, которые во многом лимитированы генетически или сдерживаются высоким уровнем развития других качеств и способностей, не только не дает результатов, но и тормозит совершенствование сильных сторон подготовленности, сглаживает те индивидуальные черты спортсменов, которые могли бы обеспечить достижение высоких результатов. Наукой установлено, что мировые рекорды устанавливаются теми, кто обладает ярко выраженной индивидуальностью, в том числе и индивидуальными особенностями процесса становления спортивного мастерства.

В концептуальной модели спортивной подготовки легкоатлетов-бегунов на средние дистанции нами проектировались внешние и внутренние условия, которые обеспечивают непрерывное повышение спортивных результатов при соблюдении сохраняющей здоровье направленности тренировочного процесса. В проектировании полезного результата спортивной подготовки спортсменов-легкоатлетов ведущее место занимают условия сохранения и укрепления здоровья, как средствами спортивной тренировки, так и специальными средствами сохранения и укрепления здоровья (сбалансированное питание с биологически активными добавками, эффективные средства и процедуры восстановления).

При проектировании модельных характеристик ценностных ориентаций спортсмена-легкоатлета мы придавали большое значение:

- 1) психологической устойчивости спортсмена к воздействию факторов внешней среды;
- 2) созданию предпосылок максимальной мобилизации потенциальных возможностей в предстоящих занятиях;
- 3) психофизиологической релаксации после напряженных тренировочных занятий;
- 4) формированию ценностных ориентаций на сохранение здоровья в спортивной деятельности и здоровый образ жизни.

Спортивная деятельность в социальном плане — форма проявления способностей и психофизиологических функций человека, которые принимаются и положительно оцениваются обществом. В концептуальной модели ценностных ориентации спортсменов-легкоатлетов на сохранение здоровья в процессе тренировочной и соревновательной деятельности нами были выделены внешние и внутренние условия. К внешним условиям мы отнесли социальные установки на достижение спортивных успехов, цели и задачи, скорректированные с установкой на сохранение и укрепление здоровья занимающихся.

Внутренние условия, проектируемые моделью сохранение здоровья, представлены нами тремя блоками:

- 1) блок сохраняющих здоровье технологий спортивной тренировки;
- 2) блок теоретической подготовки в сфере сохранения здоровья;
- 3) блок тренировочных нагрузок, обеспечивающих эффект, позволяющий поддерживать и сохранять здоровье.

Каждый блок, в свою очередь, представлен конкретными модельными конструкциями, несущими соответствующие прогностические нагрузки. Конечным резуль-

татом моделирования сохраняющей здоровье направленности тренировочной и соревновательной деятельности является непременный рост спортивных результатов при сохранении и укреплении здоровья спортсменов.

Формирование ценностных ориентаций на сохранение здоровья спортсменов является органичной частью процесса спортивной подготовки при сохранении и накоплении резервов адаптации к физическим и психоэмоциональным нагрузкам. Моделирование этого процесса, включаемого в прогнозирование спортивного роста, физической кондиции, психологической подготовленности, сочетаемых с целенаправленным формированием ценностных ориентаций на сохранение здоровья, обеспечивало возможность текущей коррекции тренировочного процесса, ориентированного на рост спортивных достижений, при строгом следовании принципиальной установке на сохранение здоровья.

ЛИТЕРАТУРА

1. Афанасьев, В.Г. Общество, системность, познание и управление / В.Г. Афанасьев. – М. : Политиздат, 1991. – 432 с.
2. Горбунов, Н.А. Модели развития мастерства и личности спортсменов высокой квалификации // Психологическое обеспечение подготовки спортсменов. – Алматы, 1997. – С. 14-22.
3. Маслов, А.Г. Мотивация и личность / А.Г. Маслов. – Нью-Йорк : Изд-во академии наук, 1991. – 310 с.
4. Стоунс, Е. Психопедагогика : психологическая теория и практика обучения / Е. Стоунс. – Лондон : Изд-во института спортивной медицины, 1993. – 460 с.
5. Фомин, Н.А. Возрастные специфические основы физического воспитания / Н.А. Фомин. – М. : Изд-во Карл Хорман Шорндорф, 1992. – 141 с.

ХАРАКТЕРИСТИКА ПРОВЕДЕНИЯ ГОЛЕВЫХ АТАК И ЗАКОНОМЕРНОСТЕЙ ВЗЯТИЯ ВОРОТ НА КУБКЕ ЕВРОПЫ ПО ФУТБОЛУ 2008 ГОДА

Александр Сергеевич Денисенков, кандидат педагогических наук,

Ренат Харисович Сабитов, аспирант

Сергей Юрьевич Тюленьков, доктор педагогических наук, профессор

Московская государственная академия физической культуры (МГАФК),

Москва

Аннотация

Изложенные в статье положения характеризуют количественно-качественные характеристики технико-тактического мастерства футболистов высокой квалификации ведущих футбольных держав Европы.

Ключевые слова: голевая атака, голевая передача, голевой удар, штрафная площадь, площадь ворот, стандартное положение.

CHARACTERISTIC OF GOAL-SCORING ATTACKS AND PREDICTABILITY OF SCORING AT THE EUROPEAN FOOTBALL CAP IN 2008

Alexander Sergeevich Denisenkov, candidate of pedagogical sciences,

Renat Harisovich Sabitov, post-graduate student

Sergey Jurjevich Tjulenkov, doctor of pedagogical sciences, professor

Moscow State Academy of Physical Education,

Moscow

Abstract

Quantitative - qualitative characteristics of technical-tactical skills of top class football players of leading European powers are represented in the article.

Key words: goal-scoring attack, goal pass, the penal area, goal area, shot.

татом моделирования сохраняющей здоровье направленности тренировочной и соревновательной деятельности является непременный рост спортивных результатов при сохранении и укреплении здоровья спортсменов.

Формирование ценностных ориентаций на сохранение здоровья спортсменов является органичной частью процесса спортивной подготовки при сохранении и накоплении резервов адаптации к физическим и психоэмоциональным нагрузкам. Моделирование этого процесса, включаемого в прогнозирование спортивного роста, физической кондиции, психологической подготовленности, сочетаемых с целенаправленным формированием ценностных ориентаций на сохранение здоровья, обеспечивало возможность текущей коррекции тренировочного процесса, ориентированного на рост спортивных достижений, при строгом следовании принципиальной установке на сохранение здоровья.

ЛИТЕРАТУРА

1. Афанасьев, В.Г. Общество, системность, познание и управление / В.Г. Афанасьев. – М. : Политиздат, 1991. – 432 с.
2. Горбунов, Н.А. Модели развития мастерства и личности спортсменов высокой квалификации // Психологическое обеспечение подготовки спортсменов. – Алматы, 1997. – С. 14-22.
3. Маслов, А.Г. Мотивация и личность / А.Г. Маслов. – Нью-Йорк : Изд-во академии наук, 1991. – 310 с.
4. Стоунс, Е. Психопедагогика : психологическая теория и практика обучения / Е. Стоунс. – Лондон : Изд-во института спортивной медицины, 1993. – 460 с.
5. Фомин, Н.А. Возрастные специфические основы физического воспитания / Н.А. Фомин. – М. : Изд-во Карл Хорман Шорндорф, 1992. – 141 с.

ХАРАКТЕРИСТИКА ПРОВЕДЕНИЯ ГОЛЕВЫХ АТАК И ЗАКОНОМЕРНОСТЕЙ ВЗЯТИЯ ВОРОТ НА КУБКЕ ЕВРОПЫ ПО ФУТБОЛУ 2008 ГОДА

Александр Сергеевич Денисенков, кандидат педагогических наук,

Ренат Харисович Сабитов, аспирант

Сергей Юрьевич Тюленьков, доктор педагогических наук, профессор

Московская государственная академия физической культуры (МГАФК),

Москва

Аннотация

Изложенные в статье положения характеризуют количественно-качественные характеристики технико-тактического мастерства футболистов высокой квалификации ведущих футбольных держав Европы.

Ключевые слова: голевая атака, голевая передача, голевой удар, штрафная площадь, площадь ворот, стандартное положение.

CHARACTERISTIC OF GOAL-SCORING ATTACKS AND PREDICTABILITY OF SCORING AT THE EUROPEAN FOOTBALL CAP IN 2008

Alexander Sergeevich Denisenkov, candidate of pedagogical sciences,

Renat Harisovich Sabitov, post-graduate student

Sergey Jurjevich Tjulenkov, doctor of pedagogical sciences, professor

Moscow State Academy of Physical Education,

Moscow

Abstract

Quantitative - qualitative characteristics of technical-tactical skills of top class football players of leading European powers are represented in the article.

Key words: goal-scoring attack, goal pass, the penal area, goal area, shot.

В период с 7 по 29 июня 2008 г. в Австрии и Швейцарии был проведен Кубок Европы по футболу (далее Кубок).

Результаты выступления команд на соревнованиях такого уровня являются предметом глубокого анализа. С его помощью появляется возможность выявить тенденции развития игры и, в соответствии с ними, совершенствовать тренировочный процесс.

На основе просмотра видеозаписей всех матчей нами регистрировались:

- 1) временные интервалы взятия ворот;
- 2) количественные показатели взятия ворот при выполнении ударов ногой и головой;
- 3) зоны футбольного поля, из которых был нанесен голевой удар;
- 4) зоны футбольного поля, из которых начиналась голевая атака;
- 5) зоны футбольного поля, из которых была выполнена голевая передача;
- 6) количество передач в голевых атаках и их длительность;
- 7) количество передач в атаках, закончившихся стандартным положением, из которого впоследствии был забит гол.

В рамках Кубка был проведен 31 матч, в 29 случаях счет был открыт и 2 матча закончились нулевой ничьей. Всего, не учитывая серии пенальти, было забито 77 голов (в среднем 2,5 гола за матч), из них 73 в основное время и 4 в дополнительное.

Установлено, что если команда в основное время забивала гол первой, то по его истечении она побеждала в 75% случаев и не проигрывала в 86%. В то же время, если в основное время пропускала гол первой, то, соответственно, побеждала лишь в 14% случаев.

В 1-м тайме было забито 25 голов (34% от числа забитых в основное время), во 2 – 48 (66%). Большинство голов в 1-м тайме игроки забили в интервале с 24 по 36 минуту, с 12 по 36 минуту взятие ворот фиксировалось 19 раз (76%). Большинство голов во 2-м тайме было забито после 81 минуты, после 69 минуты - 30 из 48 голов (62,5%).

Головой удар ногой выполнялся 56 раз, что составило 79% от общего числа, а головой – 14 (20%). Из пределов площади ворот игроки забили 23 гола, что составило 32% от всех голов (табл. 1).

Таблица 1

Количество и доли голов (кроме пенальти), забитых из различных зон футбольного поля

№	Зона футбольного поля	Кубок мира 1998 (%)	Кубок Европы 2008 (кол-во / %)
1	Площадь ворот	18	23/32
2	Штрафная площадь	69	44/60
3	Вне пределов штрафной площади	13	6/8
	Всего	100	73/100

Из пределов штрафной площади взятие ворот фиксировалось 44 раза (60%). Всего из пределов штрафной площади было выполнено 92% всех голевых ударов. Из-за пределов штрафной площади было забито 6 мячей, причем 2 из них ударом со штрафного, а из оставшихся 4 лишь 1 гол был забит с дистанции более 18 м.

Сравнивая количество голов из различных зон футбольного поля матчей Кубка Европы 2008 с данными Кубка мира 1998, можно отметить тенденцию к увеличению доли голов, забитых из площади ворот – в 1,8 раза больше, и штрафной площади – на 5% больше.

Подавляющее большинство (60%) голевых атак проводилось «с игры». После розыгрыша стандартного положения, состоящего более чем из 4 передач, было забито 9% голов. Голевые атаки зарождались на своей половине поля для атакующей команды в 63% случаев.

Большую часть голевых атак, начинавшихся на половине поля соперника, составили атаки из стандартных положений, которые включали в себя не более 4 передач.

После выполнения угловых ударов было забито 5 голов, 4 из них после непосредственной подачи мяча в штрафную площадь соперника.

Вводом мяча из-за боковой линии начиналось 6 голевых атак, причем лишь в одном случае мяч был доставлен передачей руками непосредственно в штрафную площадь соперника. После розыгрыша или подачи мяча в штрафную площадь соперника со свободного или штрафного удара было забито 7 голов.

Всего в матчах Кубка Европы 2008 был пробит 21 удар с 11-метровой отметки. Реализовано было лишь 14 пенальти, что составило 67%.

Большая часть голевых атак состояла не более чем из 8 передач (85%). Наиболее часто (55%) голевые атаки включали в себя от 3 до 5 передач. Соответственно, на долю голевых атак, состоявших из 9 передач и более, пришлось лишь 15%.

Большая часть (65%) голевых атак Кубка Европы 2008 находилась в интервале длительности от 0,1 до 16,0 с. Этот показатель близок к данным Кубка мира 1998, где он составил 67%. Голевые атаки длительностью более 28 с составили лишь 14% от общего количества.

Доля голевых передач, выполненных из пределов штрафной площади соперника, оказалась велика и составила 41%.

Соответственно, на долю голевых передач из-за штрафной площади пришлось 59%, но лишь 3 передачи (4%) были выполнены атакующей командой со своей половины поля. Необходимо отметить, что 49% всех голевых передач из-за штрафной площади были выполнены с расстояния не далее 35 м от линии ворот соперника. Если данные голевые передачи суммировать с голевыми передачами из штрафной площади, мы обнаружим, что 9 из 10 голевых передач выполнялось с расстояния не далее 35 м от линии ворот соперника.

В матчах Кубка было 5 атак, которые завершились назначением пенальти. В 4 из этих 5 случаев атака включала в себя не более 3 передач.

Также можно насчитать 20 других атак, закончившихся назначением стандартного положения, из которого впоследствии был забит гол. В 17 случаях в атаке было сделано не более 5 передач.

Таким образом, атаки, закончившиеся стандартным положением, из которого впоследствии был забит гол, по количеству передач не отличались от голевых атак «с игры» и из стандартного положения, розыгрыш которого состоял из 5 передач и более.

ВЫВОДЫ

1. Команда, забивавшая гол в основное время первой, по его истечении выигрывала матч в 75% и не проигрывала в 86% случаев.
2. Большинство голов в 1-м тайме игроки забили в интервале с 24 по 36 минуту. Большая часть голов во 2-м тайме была забита после 81 минуты.
3. Голевой удар ногой выполнялся 56 раз, что составило 79% от общего числа (без учета ударов со штрафных и пенальти), а головой – 14 (20%).
4. Из пределов штрафной площади было забито 92% голов (пенальти не учитывались). Доля голов, забитых из площади ворот, увеличилась почти в 2 раза по сравнению с аналогичным показателем Кубка мира 10-летней давности.
5. Большинство голевых атак (60%) было проведено «с игры».
6. Голевые атаки из стандартных положений, розыгрыш которых состоял не более чем из 4 передач, включая удары со штрафных и пенальти, составили 31% от общего числа.
7. Подавляющее большинство голевых атак состояло не более чем из 8 передач.
8. Большая часть голевых атак длилась не более 16 с.

9. 9 из 10 голевых передач выполнялось с расстояния не далее 35 м от линии ворот соперника.

ОСНОВНЫЕ ФАКТОРЫ, ОБУСЛОВЛИВАЮЩИЕ ПРОЦЕСС ФОРМИРОВАНИЯ НАУЧНОГО СООБЩЕСТВА

*Наталья Григорьевна Закревская, кандидат педагогических наук, доцент,
Национальный государственный университет физической культуры, спорта и здоро-
вья имени П.Ф. Лесгафта, Санкт-Петербург,
(НГУ им. П.Ф. Лесгафта, Санкт-Петербург)*

Аннотация

Современное университетское образование является социокультурным полем для подготовки преподавателей-исследователей. Существуют факторы, которые влияют на систему подготовки научных кадров. Данные факторного анализа подтверждают обусловленность воспроизведения в научном сообществе и необходимость создания определенных условий для развития научного потенциала.

Ключевые слова: университетское образование, воспроизведение научных кадров, развитие научного потенциала.

MAJOR FACTORS CAUSING PROCESS OF SCIENTIFIC COMMUNITY FORMATION

*Natalia Grigorevna Zakrevskaja, candidate of pedagogical sciences, senior lecturer,
Lesgaft National State University of Physical Education, Sport and Health, St.-Petersburg*

Abstract

Contemporary university education is a social and cultural field for teachers-researchers training. There are some factors that influence the system of scientific staff training. The data of factorial analysis confirms the reproduction in scientific community and necessity of creating conditions for scientific potential's development.

Key words: university education, reproduction of scientific staff, scientific potential development.

Вопросы воспроизведения в научном сообществе находят отражение в принципиальном понимании трансформации современного российского образования. С одной стороны, научное сообщество нуждается в воспроизведении научных кадров, с другой – всячески препятствует интеграции в эту социальную группу, создавая социокультурные барьеры для ученых: материальное стимулирование и вознаграждение достаточно низкое для молодого поколения, у которых есть определенные эталоны образа жизни.

Вместе с тем, растет число критериев научной деятельности, которое не отражает качество и результаты труда ученых и даже не является свидетельством эффективности их исследований. В этом аспекте научное сообщество стремится к обособлению от основного общества и самоидентификации себя, в определенном смысле, с властвующей элитой. Трансформация социальных групп в российском обществе заставляет задуматься об основном предназначении современного научного сообщества – воспроизведении интеллектуальной элиты, как в широком понимании этого понятия, так и в более узком – воспроизведении научных кадров. В социокультурном осмысливании этого утверждения, мы рассматриваем ученых не как принадлежность к элитарной группе, а как социальную группу, функционирующую в сфере элитного образования, воспроизведением образцов которого должны быть заняты университеты.

РЕЗУЛЬТАТЫ ИССЛЕДОВАНИЯ

Для целостного рассмотрения роли и значения научного сообщества в воспроизведении социокультурных образцов в обществе и, в частности, для доказательства наличия факторов, которыми эти образцы обусловлены, нами было проведено массо-

9. 9 из 10 голевых передач выполнялось с расстояния не далее 35 м от линии ворот соперника.

ОСНОВНЫЕ ФАКТОРЫ, ОБУСЛОВЛИВАЮЩИЕ ПРОЦЕСС ФОРМИРОВАНИЯ НАУЧНОГО СООБЩЕСТВА

*Наталья Григорьевна Закревская, кандидат педагогических наук, доцент,
Национальный государственный университет физической культуры, спорта и здоро-
вья имени П.Ф. Лесгафта, Санкт-Петербург,
(НГУ им. П.Ф. Лесгафта, Санкт-Петербург)*

Аннотация

Современное университетское образование является социокультурным полем для подготовки преподавателей-исследователей. Существуют факторы, которые влияют на систему подготовки научных кадров. Данные факторного анализа подтверждают обусловленность воспроизведения в научном сообществе и необходимость создания определенных условий для развития научного потенциала.

Ключевые слова: университетское образование, воспроизведение научных кадров, развитие научного потенциала.

MAJOR FACTORS CAUSING PROCESS OF SCIENTIFIC COMMUNITY FORMATION

*Natalia Grigorevna Zakrevskaja, candidate of pedagogical sciences, senior lecturer,
Lesgaft National State University of Physical Education, Sport and Health, St.-Petersburg*

Abstract

Contemporary university education is a social and cultural field for teachers-researchers training. There are some factors that influence the system of scientific staff training. The data of factorial analysis confirms the reproduction in scientific community and necessity of creating conditions for scientific potential's development.

Key words: university education, reproduction of scientific staff, scientific potential development.

Вопросы воспроизведения в научном сообществе находят отражение в принципиальном понимании трансформации современного российского образования. С одной стороны, научное сообщество нуждается в воспроизведении научных кадров, с другой – всячески препятствует интеграции в эту социальную группу, создавая социокультурные барьеры для ученых: материальное стимулирование и вознаграждение достаточно низкое для молодого поколения, у которых есть определенные эталоны образа жизни.

Вместе с тем, растет число критериев научной деятельности, которое не отражает качество и результаты труда ученых и даже не является свидетельством эффективности их исследований. В этом аспекте научное сообщество стремится к обособлению от основного общества и самоидентификации себя, в определенном смысле, с властвующей элитой. Трансформация социальных групп в российском обществе заставляет задуматься об основном предназначении современного научного сообщества – воспроизведении интеллектуальной элиты, как в широком понимании этого понятия, так и в более узком – воспроизведении научных кадров. В социокультурном осмысливании этого утверждения, мы рассматриваем ученых не как принадлежность к элитарной группе, а как социальную группу, функционирующую в сфере элитного образования, воспроизведением образцов которого должны быть заняты университеты.

РЕЗУЛЬТАТЫ ИССЛЕДОВАНИЯ

Для целостного рассмотрения роли и значения научного сообщества в воспроизведении социокультурных образцов в обществе и, в частности, для доказательства наличия факторов, которыми эти образцы обусловлены, нами было проведено массо-

вое анкетирование ППС. Из полученных анкет была сформирована репрезентативная выборка в количестве 100 анкет. Для исследования полученных результатов был использован метод факторного анализа. В результате факторизации и последующего вращения были выделены 6 факторов, совместно объясняющих 68,4% дисперсии.

Таблица 1

Матрица факторных нагрузок после процедуры вращения

Переменные	Фактор 1	Фактор 2	Фактор 3	Фактор 4	Фактор 5	Фактор 6	Общность (h)
x_2	0,197	-0,072	0,051	0,056	0,844	-0,141	0,786
x_3	-0,233	0,243	-0,113	0,196	0,536	0,234	0,506
x_7	0,058	-0,291	-0,198	0,680	0,292	0,007	0,676
x_8	0,168	0,197	-0,072	0,710	0,031	0,070	0,582
x_{20}	-0,008	0,196	-0,188	0,152	-0,116	0,778	0,716
x_{22}	0,112	0,873	0,139	-0,094	0,060	0,157	0,832
x_{25}	0,275	0,854	0,047	0,059	-0,009	-0,108	0,824
x_{28}	0,532	0,449	-0,150	-0,071	0,062	-0,132	0,535
x_{33}	0,708	0,227	0,105	-0,065	0,045	0,059	0,574
x_{34}	0,787	0,158	0,097	0,213	0,148	-0,075	0,728
x_{35}	0,601	-0,083	0,264	0,060	-0,302	-0,073	0,538
x_{37}	-0,448	-0,148	0,087	0,575	-0,060	-0,168	0,594
x_{39}	0,365	0,047	0,817	0,0009	-0,240	-0,028	0,863
x_{45}	0,059	0,357	-0,180	0,266	-0,151	-0,693	0,739
x_{46}	0,471	0,244	0,661	-0,039	-0,043	0,160	0,748
x_{47}	0,248	0,030	-0,706	0,222	-0,234	0,191	0,702

Анализ показал, что в первом факторе высокие значения имеют факторные нагрузки на переменные: x_{28} (0,532), x_{33} (0,708), x_{34} (0,787), x_{35} (0,601). Все нагрузки положительные. Эти нагрузки характеризуют социальный статус респондента:

- наличие домашней библиотеки (как обязательный показатель определенного уровня интеллекта) – переменная x_{28} ;
- занимаемая должность (как обязательный показатель достигнутого высокого статуса) – переменная x_{33} ;
- ученая степень (как обязательный показатель принадлежности к высшему социальному слою в научном сообществе) – переменная x_{34} ;
- научное звание (как обязательный показатель принадлежности к научной элите) – переменная x_{35} .

Во втором факторе высокие значения имеют факторные нагрузки на переменные: x_{22} (0,873) и x_{25} (0,854), которые характеризуют отношение респондентов к подготовке к представительству в политических институтах интеллектуальной элиты:

- возможность подготовки интеллектуальной элиты в условиях современной высшей школы (как критерий наличия социокультурных условий в университете для формирования научного потенциала) – переменная x_{22} ;
- участие представителей научного сообщества в политической жизни общества (как проявление принадлежности к элитарной социальной группе) – переменная x_{25} .

В третьем факторе высокие значения имеют факторные нагрузки на переменные: x_{39} (0,817), x_{46} (0,661), x_{47} (-0,706). Две переменные имеют положительное и одно – отрицательное значение. Эти переменные характеризуют возраст респондентов и образование детей и родителей. Этот фактор можно характеризовать как демографию респондентов:

- возрастной диапазон (как показатель научной продуктивности в определенном возрастном периоде) – переменная x_{39} ;
- образование детей опрошенных респондентов (как показатель внутрипоколенной мобильности в семье) – x_{46} ;

- образование родителей опрошенных респондентов (необязательный показатель высокого уровня образования) – переменная x_{47} .

Отрицательное значение нагрузки на переменную x_{47} свидетельствует о том, что уровень образования родителей не влияет на уровень образования их детей.

В четвертом факторе высокие значения имеют факторные нагрузки на переменные: x_7 (0,680), x_8 (0,710) и x_{37} (0,575), которые характеризуют частоту обсуждения вопросов научной и исследовательской деятельности, стремление респондента достичь высокого положения в обществе и знание иностранного языка:

- обсуждение вопросов научной и исследовательской деятельности (как обязательный показатель принадлежности к ученым) – переменная x_7 ;
- стремление достичь высокого положения в обществе (как обязательный показатель принадлежности к элитарному слою) – переменная x_8 ;
- знание иностранного языка (как показатель принадлежности к высокообразованному слою) – переменная x_{37} .

Так как все нагрузки положительные, то, по-видимому, стремление достичь высокого положения в обществе ассоциируется у респондентов с необходимостью знания иностранных языков.

В пятом факторе высокие значения имеют факторные нагрузки на переменные: x_2 (0,844) и x_3 (0,536), которые характеризуют отношение к научной работе и удовлетворение ее результатами:

- удовлетворение результатами своей научной деятельности (как обязательный показатель эффективности и качества научных исследований) – переменная x_2 ;
- отношение к процессу научной деятельности (как обязательный показатель отношения к своей научной работе) – переменная x_3 .

Высокие положительные нагрузки на переменные в этом факторе свидетельствуют о том, что респонденты, увлеченные своей научной работой, удовлетворены ее результатами.

В шестом факторе высокие значения имеют факторные нагрузки на переменные: x_{20} (0,778) и x_{45} (-0,693), которые характеризуют мнение респондентов о роли наследственности в уровне интеллектуального развития и образования супруга(и) опрошенных респондентов:

- роль наследственности в уровне интеллектуального развития (как обязательный показатель проявления качеств одаренности) – переменная x_{20} ;
- образование супруга(и) (как необязательный показатель во взаимосвязи с ролью наследственности в уровне) – переменная x_{45} .

Так как нагрузки на эти переменные имеют разные знаки, то те респонденты, которые считают, что наследственность не влияет на уровень интеллектуального развития, тем не менее, стремятся, чтобы супруг имел высшее образование. А те, кто считает, что наследственность влияет на уровень интеллектуального развития, не придают большого значения образованию супруга.

Следует отметить, что выделенные факторы независимы друг от друга, то есть социальный статус респондента не влияет на его отношение к подготовке и представительству в политических институтах интеллектуальной элиты, а также на отношение к образованию.

ВЫВОДЫ

В исследованиях проблем социокультурных аспектов качественный подход учитывает разнообразие факторов и взаимных отношений, поэтому факторный анализ дал возможность выявить основные факторы, которые влияют на мотивацию и мобильность в научной среде:

- наличие высшего образования у родителей, детей, жен и мужей;
- отношение к научной работе и удовлетворение ее результатами;

- роль наследственности в уровне интеллектуального развития;
- социальный статус;
- отношение к представительству в политических институтах власти интеллектуальной элиты;
- необходимость подготовки интеллектуальной элиты в условиях современной высшей школы.

Факторный анализ не только позволил рассмотреть факторы, влияющие на мотивы и мобильность в сообществе, но и выявил показатели, которые не обязательны для функций, выполняемых учеными. К такому показателю относится образование членов семьи: не выявлено зависимостей внутрипоколенной мобильности. В определенной степени это опровергает мнение о влиянии семьи и существующих в ней социальных установках, с другой стороны, подтверждает концепции социологов, которые утверждают, что существует возможность повышения социального статуса при условии успешной социализации личности.

**ФОРМЫ И МЕТОДЫ ПРОФЕССИОНАЛЬНОГО СОВЕРШЕНСТВОВАНИЯ
СУБЪЕКТОВ СОЦИАЛЬНО-ОРИЕНТИРОВАННОГО УПРАВЛЕНИЯ
«ЦЕНТРОМ ФИЗИЧЕСКОЙ КУЛЬТУРЫ, СПОРТА И ЗДОРОВЬЯ» В
УСЛОВИЯХ САНКТ-ПЕТЕРБУРГА**

Марина Иосифовна Зомитева, директор Центра физической культуры, спорта и здоровья Василеостровского района Санкт-Петербурга

Аннотация

В статье рассматриваются формы и методы профессионального совершенствования субъектов социально-ориентированного управления «Центр физической культуры спорта и здоровья» в условиях Васильевского района Санкт-Петербурга.

Ключевые слова: формы, методы, социально-ориентированное управление, физкультурно-спортивные организации.

FORMS AND METHODS OF SOCIO-ORIENTED MANAGING OF “PHISICAL EDUCATION, SPORTS AND HEALTH CENTRE” IN ST. PETERSBURG

Marina Iosifovna Zomiteva, director of “Physical Education, Sports and Health Centre” in Vasilievsky Island district, St. Petersburg

Abstract

The article deals with district forms and methods of socio-oriented managing of “Physical Education, Sports and Health Centre” by professionally enhanced individuals in Vasilievsky Island district in St. Petersburg.

Key words: forms, methods, social-guided management, physical training organizations.

ВВЕДЕНИЕ

Современный этап развития России характеризуется определенными достижениями в социально-экономической, политической и духовной сферах, в том числе и в области физической культуры и спорта. Появились предпосылки перехода от традиционно сложившейся системы управления физической культурой и спортом к управлению инновационного типа, адекватно реагирующему на проблемные ситуации, которые возникают в физкультурно-спортивной сфере (В.А. Таймазов, Л.В. Михно, 2008).

В новом Федеральном законе «О физической культуре и спорте в Российской Федерации», вступившем в силу с 1 января 2008 г., отмечается необходимость дальнейшего совершенствования системы управления физкультурно-спортивными организациями как на федеральном, так и на региональном уровнях. Одним из важных векторов этого процесса является ориентация подготовки кадров на качественное управление современными физкультурно-спортивными центрами, отвечающими международ-

- роль наследственности в уровне интеллектуального развития;
- социальный статус;
- отношение к представительству в политических институтах власти интеллектуальной элиты;
- необходимость подготовки интеллектуальной элиты в условиях современной высшей школы.

Факторный анализ не только позволил рассмотреть факторы, влияющие на мотивы и мобильность в сообществе, но и выявил показатели, которые не обязательны для функций, выполняемых учеными. К такому показателю относится образование членов семьи: не выявлено зависимостей внутрипоколенной мобильности. В определенной степени это опровергает мнение о влиянии семьи и существующих в ней социальных установках, с другой стороны, подтверждает концепции социологов, которые утверждают, что существует возможность повышения социального статуса при условии успешной социализации личности.

**ФОРМЫ И МЕТОДЫ ПРОФЕССИОНАЛЬНОГО СОВЕРШЕНСТВОВАНИЯ
СУБЪЕКТОВ СОЦИАЛЬНО-ОРИЕНТИРОВАННОГО УПРАВЛЕНИЯ
«ЦЕНТРОМ ФИЗИЧЕСКОЙ КУЛЬТУРЫ, СПОРТА И ЗДОРОВЬЯ» В
УСЛОВИЯХ САНКТ-ПЕТЕРБУРГА**

Марина Иосифовна Зомитева, директор Центра физической культуры, спорта и здоровья Василеостровского района Санкт-Петербурга

Аннотация

В статье рассматриваются формы и методы профессионального совершенствования субъектов социально-ориентированного управления «Центр физической культуры спорта и здоровья» в условиях Васильевского района Санкт-Петербурга.

Ключевые слова: формы, методы, социально-ориентированное управление, физкультурно-спортивные организации.

FORMS AND METHODS OF SOCIO-ORIENTED MANAGING OF “PHISICAL EDUCATION, SPORTS AND HEALTH CENTRE” IN ST. PETERSBURG

Marina Iosifovna Zomiteva, director of “Physical Education, Sports and Health Centre” in Vasilievsky Island district, St. Petersburg

Abstract

The article deals with district forms and methods of socio-oriented managing of “Physical Education, Sports and Health Centre” by professionally enhanced individuals in Vasilievsky Island district in St. Petersburg.

Key words: forms, methods, social-guided management, physical training organizations.

ВВЕДЕНИЕ

Современный этап развития России характеризуется определенными достижениями в социально-экономической, политической и духовной сферах, в том числе и в области физической культуры и спорта. Появились предпосылки перехода от традиционно сложившейся системы управления физической культурой и спортом к управлению инновационного типа, адекватно реагирующему на проблемные ситуации, которые возникают в физкультурно-спортивной сфере (В.А. Таймазов, Л.В. Михно, 2008).

В новом Федеральном законе «О физической культуре и спорте в Российской Федерации», вступившем в силу с 1 января 2008 г., отмечается необходимость дальнейшего совершенствования системы управления физкультурно-спортивными организациями как на федеральном, так и на региональном уровнях. Одним из важных векторов этого процесса является ориентация подготовки кадров на качественное управление современными физкультурно-спортивными центрами, отвечающими международ-

ным стандартам (В.В. Миронов, С.С. Драчев, И.М. Сидоркевич, 2002).

Отличительной особенностью управления этими центрами является их социальная и комплексная направленность на удовлетворение потребностей всех слоев населения в занятиях физической культурой и спортом. Научная необходимость решения стоящей задачи определила направленность нашего исследования, основная цель которого состоит в экспериментальном обосновании форм и методов профессионального совершенствования субъектов социально-ориентированного управления «Центром физической культуры спорта и здоровья» в условиях Санкт-Петербурга.

ОРГАНИЗАЦИЯ ИССЛЕДОВАНИЯ

Экспериментальное обоснование форм и методов профессионального совершенствования субъектов социально-ориентированного управления осуществлялось на базе Межвузовского центра по физической культуре Санкт-Петербурга, где в 2007 г. был проведен формирующий педагогический эксперимент. К эксперименту было привлечено 36 специалистов в области управления различными физкультурно-спортивными организациями Санкт-Петербурга, осуществляющих повышение квалификации. Для решения поставленной задачи была разработана специальная учебная программа «Основы социально-ориентированного управления с использованием педагогических технологий», состоящая из двух частей. Первая часть - методический ситуативный курс (цикл семинарских занятий), направленный на усвоение субъектами управления знаний, необходимых для адекватной социально-психологической оценки возможных ситуаций профессионального управления, а также на построение эффективных стратегий поведения в данных ситуациях. Вторая часть - практический курс, направленный непосредственно на развитие умений в эффективном профессиональном общении, т.е. социально-ориентированной коммуникативной компетентности. Учебная программа была рассчитана на 40 часов, из них: 24 - под руководством преподавателей и 16 - в форме самостоятельной работы. Особенностью программы являлось то, что в нее были включены конкретные лекционные и семинарские занятия, содержание которых раскрывало основные направления использования педагогических технологий управленческой деятельности. На примерах из практики управления «Центром физической культуры спорта и здоровья» и другими подобными ему структурами рассматривались конкретные психолого-педагогические ситуации по совершенствованию руководства данными организациями. В процессе обучения были созданы условия для самосовершенствования субъектов управления. Им оказывалась индивидуальная помощь в виде консультаций по тематике экспериментальной программы, предлагались учебно-методические разработки и литература. Последовательность прохождения программы предполагала поэтапное освоение учебно-методического материала. На первом этапе был проведен лекционный курс информационного содержания, направленный на формирование и усвоение теоретических знаний по проблемным вопросам социально-ориентированного управления. В ходе дальнейшего изучения программного материала акцент был сделан на проблемно-деятельностные и дистанционные формы обучения. (В.А. Чистяков, 2004). Занятия по практическому курсу проводились в форме социально-психологического тренинга, включающего в себя метод анализа конкретных ситуаций, групповые дискуссии, ролевые игры. Для обоснования эффективности предлагаемых средств и методов формирования социально-ориентированной компетентности у испытуемых экспериментальные занятия проводились с использованием различных педагогических технологий. Итогом обучения явилась подготовка и защита реферата на заданную тему.

РЕЗУЛЬТАТЫ ИССЛЕДОВАНИЯ И ИХ ОБСУЖДЕНИЕ

Результаты первой части проведенного эксперимента показали его довольно высокую образовательную эффективность. Данные оценок результатов успешности сформированности теоретических знаний, умений и навыков, полученные в ходе экс-

перимента, свидетельствуют о важности и целесообразности предлагаемой формы совершенствования профессиональной компетентности, касающейся социально-ориентированного стиля управления физкультурно-спортивными организациями.

Результаты, представленные в таблице 1, свидетельствуют о совпадении самооценок испытуемых и оценок экспертов степени усвоения программного материала.

Таблица 1

Средние результаты освоения экспериментальной программы субъектами управления «Центр физической культуры, спорта и здоровья» и другими подобными ему структурами

Основные разделы программы	Результаты успешности обучения (в баллах) ($x \pm m$)	
	до эксперимента	после эксперимента
Теоретический курс	$2,6 \pm 0,35$	$4,1 \pm 0,22$
Методико-практический курс	$3,2 \pm 0,24$	$4,4 \pm 0,31$
Реферат на заданную тему	-	$4,2 \pm 0,21$
Общая экспертная оценка	$2,9 \pm 0,43$	$4,5 \pm 0,23$
Самооценка	$3,6 \pm 0,31$	$4,2 \pm 0,25$
Удовлетворенность содержанием и методикой проведения занятий	-	$4,7 \pm 0,26$

Это подтверждается и уровнем удовлетворенности субъектов управления, принявших участие в эксперименте, содержанием и методикой организации занятий. Результаты, представленные в таблице 2, также отражают успешность обучения значительной части испытуемых.

Так, если до начала обучения только 5,5% субъектов управления имели твердые знания по вопросам современных подходов к управлению социально-педагогическими системами, то в конце эксперимента это число составило 47,6%.

И, наоборот, количество лиц с довольно низким уровнем наличия знаний, умений и навыков в области социально-ориентированного стиля управления уменьшилось с 24,6% до 3,3%.

Таблица 2

Результаты оценки уровня успешности овладения испытуемыми знаниями, умениями и навыками в области социально-ориентированного стиля управления

Уровни успешности овладения программой обучения	Испытуемые (в %) ($x \pm m$)	
	до эксперимента	после эксперимента
Высокий	$5,5 \pm 1,8$	$47,6 \pm 2,4$
Относительно высокий	$8,2 \pm 3,4$	$46,2 \pm 3,6$
Средний	$61,7 \pm 3,7$	$9,9 \pm 2,1$
Низкий	$24,6 \pm 2,6$	$3,3 \pm -0,8$

В процессе проведения формирующего эксперимента установлена значимая корреляционная связь между оценкой испытуемыми степени сформированности социально-управленческих знаний и уровнем значимости их в практической деятельности.

Установленный факт может свидетельствовать о достаточно выраженной ориентации субъектов управления на необходимость получения и использования психолого-педагогических знаний в практике руководства физкультурно-спортивными организациями (табл. 3).

Анализ характера и направленности профессиональной деятельности субъектов управления, участвовавших в эксперименте, показал определенные изменения в использовании ими методов психологического воздействия на подчиненных. В таблице 4 представлена динамика показателей использования субъектами управления различных групп методов до и после проведенной экспериментальной работы.

Таблица 3

Взаимосвязь самооценки значимости знаний, умений и навыков в области социально-ориентированного управления с реализацией их испытуемыми в практической деятельности

Знания, умения и навыки в области социально-ориентированного управления	Экспериментальная группа (n=36)	
	R	P
Знание основных направлений использования педагогических технологий в управлении физкультурно-спортивными организациями	0,574	< 0,05
Знание механизма использования методов мотивации и стимулирования в процессе управления	0,436	< 0,05
Навыки и умения эффективного коммуникативного взаимодействия и сотрудничества с подчиненными	0,478	< 0,01
Создание условий для самореализации и совершенствования членов коллектива	0,575	< 0,05
Формирование инновационного мышления у сотрудников организации по решению стоящих задач	0,528	< 0,01

Анализ содержания таблицы 4 свидетельствует о том, что большинство руководителей в своей практической деятельности стали делать акцент на применение методов «стимуляции выбора» и «прямого воздействия», которые в большей степени, чем другие, соответствуют демократическому, гибкому типуправленческой деятельности. Так, если до эксперимента 43,1% опрошенных в своей практической деятельности предпочитали использовать методы властной мотивации, то после их количество уменьшилось до 21,2%.

Таблица 4

Динамика показателей использования испытуемыми различных методов психолого-педагогического воздействия в практике управления физкультурно-спортивными организациями

Характеристика методов	Характеристика стилей управленческой деятельности (в %)							
	авторитарный		демократический		либеральный		общая выборка	
	до	после	до	после	до	после	до	после
Методы властной мотивации	62,8±3,1	30,8±2,4	22,3±1,8	18,4±1,7	40,3±2,6	20,4±2,4	43,1±1,3	21,2±0,9
Методы стимуляции выбора	10,6±1,8	28,6±2,1	36,7±2,4	42,3±1,7	16,7±1,9	26,9±1,5	22,0±2,3	32,6±1,8
Методы прямого воздействия	8,8±2,6	19,5±2,8	30,4±1,4	26,9±2,1	20,2±1,7	28,3±1,3	19,8±2,4	24,9±2,2
Совокупность методов	17,8±1,4	21,1±1,8	10,6±0,9	12,4±1,3	22,8±1,4	24,2±1,2	17,6±1,3	15,9±1,1

Еще более выраженные изменения произошли в группе субъектов управления, использующих авторитарный стиль управления, где данный показатель снизился с 62,8% до 30,8%.

Положительным результатом воздействия экспериментальной программы явились положительные сдвиги в параметрах, характеризующих эффективность функционирования «Центра физической культуры, спорта и здоровья», субъекты управления которого прошли экспериментальный курс повышения квалификации.

Так, сводный показатель эффективности выступлений спортсменов «Центра физической культуры, спорта и здоровья» Василеостровского района, принявшего участие в эксперименте, в 2007 году, по сравнению с 2005, вырос на 18,4%. Особенно заметные сдвиги произошли в подготовке спортсменов в таких видах спорта, как: хоккей с шайбой - 28%; легкая атлетика - 17%; фигурное катание - 22,3%. Анализ состояния учебно-воспитательной работы в исследуемых организациях также свидетельствует о наметившейся положительной тенденции в решении учебно-воспитательных за-

дач. Интегральная оценка состояния учебно-воспитательной работы по регистрируемым параметрам выросла на 24%. При этом, отношение субъектов управления к воспитательной работе, по данным самооценки, стало более адекватным, что выразилось в активном использовании ими социально-ориентированных управлеченческих воздействий в своей практической деятельности.

Результаты социометрических измерений указывают на положительную динамику ряда социально-психологических характеристик субъектов управления. Так, показатели групповой оценки личности и социометрического статуса испытуемых выросли на 14,7% и 17,3%, соответственно, что свидетельствует о растущем авторитете и лидерских позициях руководителей.

ЗАКЛЮЧЕНИЕ

Таким образом, проведенные исследования по профессиональному совершенствованию субъектов социально-ориентированного управления с участием «Центров физической культуры, спорта и здоровья» и других подобных ему структур в условиях Санкт-Петербурга на основе применения современных педагогических технологий позволяют утверждать о наличии реальных возможностей их внедрения в практику подготовки специалистов. Предложенная обучающая программа социально-ориентированного управления оказала эффективное воздействие на решение управлеченческих задач и позволила вскрыть резервы развития управлеченческой культуры инновационного типа.

ЛИТЕРАТУРА

1. Амонашвили, Ш.А. Педагогика сотрудничества : гуманизация педагогического процесса // Перспективы : вопросы образования. – 1990. – № 4. – С. 147-157.
2. Глущенко, Е.В. Теория управления / Е.В. Глущенко, Е.В. Захарова, Ю.В. Тихонравов. – М. : Вестник, 1997. – 332 с.
3. Драчев, С.С. Теория и методика профессионального совершенствования субъектов управления общественными физкультурно-спортивными объединениями и организациями : монография / С.С. Драчев ; С.-Петербург. гос. ун-т. – СПб. : Изд-во СПб ГУ, 2002. – 202 с.
4. Кунц, Г. Управление : системный и ситуационный анализ управлеченческих функций. Кн. 1 : Основы науки управления / Г. Кунц, С. О'Доннел. – М. : [б.и.], 1994. – 495 с.
5. Миронов, В.В. Менеджмент в физической культуре и спорте : учебное пособие / В.В. Миронов, С.С. Драчев, И.М. Сидоркевич ; под ред. проф. В.В. Миронова ; Воен. ин-т физ. культуры. – СПб. : [б.и.], 2002. – 106 с.
6. Михно, Л.В. Основы хоккейного менеджмента / Л.В. Михно, Б.Н. Винокуров, А.Т. Марьянович. – СПб. : ООО «Издательство Деан», 2004. – 352 с.
7. Прохорова, М.В. Теоретические и методические основы формирования управлеченческой компетенции специалистов по физической культуре и спорту : автореф. дис. ... д-ра пед. наук / Прохорова М.В. – СПб., 1993. – 43 с.
8. Таймазов, В.А. Методы подготовки и профессионального совершенствования специалистов по хоккею с шайбой / В.А. Тамазов, Л.В. Михно // Ученые записки университета им. П.Ф. Лесгатта. – 2008. – № 41. – С. 68-75.
9. Чистяков, В.А. Взаимодействие субъектов образовательного процесса в системе дистанционного обучения : монография / В.А. Чистяков. – СПб. : [б.и.], 2004. – 279 с. : ил.

**СВЯЗЬ НАРУШЕНИЯ ОСОЗНАНИЯ ПСИХИЧЕСКОЙ БОЛЕЗНИ И
ХАРАКТЕРИСТИК ЭМОЦИОНАЛЬНО-ВОЛЕВОЙ СФЕРЫ У ПАЦИЕНТОВ С
ШИЗОФРЕНИЕЙ**

*Виктория Петровна Иржевская, младший научный сотрудник,
ГНИЦ Профилактической медицины Росмедтехнологии,
Александр Шамилевич Тхостов, доктор педагогических наук, профессор,
Московский государственный университет им. М.В. Ломоносова (МГУ),
Маргарита Алексеевна Морозова, доктор медицинских наук, зав. лабораторией,
Научный центр психического здоровья РАМН,
Москва*

Аннотация

Целью работы является изучение связи осознания психической болезни и отдельных характеристик эмоционально-волевой сферы при параноидной шизофрении. Результаты эмпирического исследования позволяют заключить, что осознание психической болезни у больных шизофренией является сложным феноменом, характеризующимся многочисленными связями с уровнем эмоционального интеллекта и выраженной депрессивной симптоматики.

Ключевые слова: эмоциональный интеллект, депрессия, осознание болезни, инсайт, критичность.

RELATIONSHIP BETWEEN UNAWARENESS OF ILLNESS AND EMOTIONAL-VOLITIONAL DOMAIN IN SCHIZOPHRENIA PATIENTS

*Victoria Petrovna Irzhevsky, research worker,
National Research Center for Prophylactic Medicine (Moscow).
Alexander Shamilevich Thostov, doctor of pedagogical sciences, professor,
Moscow State University,
Margarita Alexeevna Morozova, doctor of medical sciences, head of the laboratory,
Centre of Science of Mental Health of Russian Academy of Medical Science
Moscow*

Abstract

The purpose of our study is to examine association between awareness of illness and particular characteristics of emotional- volitional domain in patients with schizophrenia. The results of study allow concluding that awareness of illness as a complex psychological phenomenon, characterized by extensive associations with emotional intellect and depressive symptoms in schizophrenia patients.

Key words: emotional intellect, depression, awareness of illness, insight, critical ability.

ВВЕДЕНИЕ

Работа выполнена в рамках научного проекта «Нарушение осознания собственной болезни на модели психических и соматических расстройств» при поддержке гранта РФФИ № 07-06-00335-а.

В данном исследовании для операционализации осознания психической болезни выбрано понятие «инсайт», которое наиболее полно отражает сложную и многофакторную структуру репрезентации психической болезни в сознании пациента. Этот эмпирический конструкт широко применяется в клинической практике и является одним из важных критериев в диагностических руководствах МКБ-10 [14] и DSM-IV [9]. На сегодняшний день, в клинической практике используется определение инсайта как «осознание собственной психической болезни» [7]. Термин «осознание» здесь имеет специфический смысл. «Осознание» понимается как «формирование у пациента адекватных суждений о себе и своем душевном состоянии, совпадающих с культурно-социальной реальностью сообщества, частью которого он является» [7, С. 16].

Нарастание нарушений когнитивной, эмоционально-волевой и личностной сфер психики в рамках шизофренического процесса, несомненно, отражается на способности пациентов к восприятию, обработке и актуализации эмоциональной информации и

совладению с эмоциональными переживаниями. Следовательно, особый интерес представляет исследование связи осознания психической болезни и характеристик эмоционально-волевой сферы на различных этапах заболевания шизофренией.

Распространенным наблюдением при расстройствах эмоционально-волевой сферы при шизофрении является дефицит знаний и навыков эмоциональной саморегуляции социального поведения, особенно на поздних этапах развития заболевания [2]. Понятие «эмоциональный интеллект» (ЭИ), описывающее способность к восприятию, пониманию и регуляции эмоций и социальных условностей [11], позволяет операционализировать этот дефицит в рамках нашего исследования. Понятие «эмоциональный интеллект» дает возможность оценить уровень необходимых навыков и способностей, задействованных в разностороннем процессе эмоционального взаимодействия с внешним миром. В исследовании использована модель эмоционального интеллекта Дж. Мейера, П. Сэловея и Д. Карузо (1997). Данная модель рассматривает эмоциональный интеллект как набор способностей, измеряемых с помощью тестовых заданий с правильными и неправильными ответами.

Депрессивные расстройства как нарушения эмоционально-волевой сферы распространены при шизофрении в 25-54% случаев, а их распространенность на продромальном этапе, в острой фазе и ремиссии заболевания говорит о депрессии как одном из осевых расстройств [4]. Эмпирические исследования обнаруживают значимую связь между депрессивной симптоматикой и улучшением осознания болезни у пациентов с шизофренией [13]. Однако выраженность этой связи у пациентов с различной длительностью течения шизофрении остается неизученной.

Нами было выдвинуто предположение о том, что существуют различия в характере связей между уровнем инсайта и факторами эмоционально-волевой сферы у больных с первичной госпитализацией и повторными госпитализациями по поводу обострения параноидной шизофрении.

МАТЕРИАЛ И МЕТОДИКИ ИССЛЕДОВАНИЯ

В исследование включены пациенты, находившиеся на стационарном лечении в психиатрической больнице №14 города Москвы. Согласие на участие в исследовании дали 62 пациента с установленным диагнозом параноидная шизофрения, приступообразное течение. Пациенты сформировали две группы согласно критерию срока течения болезни.

Тридцать пациентов были включены в группу с первичной госпитализацией. Во вторую группу вошли тридцать два пациента с повторными госпитализациями (не менее 3 госпитализаций по поводу обострения параноидной шизофрении за последние 5 лет). Испытуемые характеризовались преимущественно бредово-галлюцинаторной симптоматикой, с элементами эмоционально-волевых и когнитивных нарушений. На момент исследования все испытуемые ($N=62$) находились на стационарном лечении, их психическое состояние характеризовалось редуцированной психотической симптоматикой в рамках становления ремиссии при отсутствии выраженного когнитивного дефекта. В группе пациентов с первичной госпитализацией средний возраст испытуемых составлял 29,7 лет ($SD=10,26$); средний уровень образования (кол-во лет) – 13,6 ($SD=1,84$); количество госпитализаций – 1 ($SD=0,0$). В группе пациентов с повторными госпитализациями средний возраст испытуемых составлял 38,7 лет ($SD=10,00$); средний уровень образования (кол-во лет) – 12,6 ($SD=3,11$); количество госпитализаций – 5,72 ($SD=3,00$).

Для комплексной оценки осознания психической болезни у пациентов с шизофренией использована методика «Шкала нарушения осознания психического расстройства» (ШНОПР) [1]. Методика является переводом англоязычной шкалы «The Scale to Assess Unawareness of Mental Disorder» (SUMD)[6], произведенным с разрешения авторов.

Оценка осознания психического расстройства проводится по семи основным

аспектам и 3 параметрам инсайта, посредством присуждения ответам пациентов от 1 до 5 баллов по интервальной шкале.

В соответствии с подходом к изучению болезни как биопсихосоциальной системы, каждый аспект методики характеризует отдельные элементы этой системы по параметрам, которым соответствуют определенные моменты психического отражения. Другими словами, аспекты - это отдельные элементы внешней реальности болезни, а параметры – это внутренние характеристики репрезентации внешней реальности болезни. В качестве аспектов представлены следующие элементы системы осознания психической болезни:

«Осознание» – степень признания реальности факта наличия психической болезни, ее проявлений и последствий.

«Понимание причин» – понимание причинно-следственных связей между психической болезнью пациента и окружающей реальностью, его индивидуальной деятельностью в мире и его внутренним состоянием.

«Восприятие окружающих» – понимание пациентом восприятия психической болезни окружающими, т.е. восприятие психической болезни в системе отношений общества, в общественном сознании.

Для изучения эмоционального интеллекта использовалась методика MSCEIT, V.2.0 [10], адаптированная и апробированная Е.А. Сергиенко и И.И. Ветровой на базе Института психологии РАН в 2008 году [3].

Для исследования выраженности депрессивных симптомов использовался «Опросник депрессивности Бека» (ОДБ) [8], адаптированный в 1997 году Н.В. Тарабриной [5].

Статистический анализ результатов осуществлялся с помощью компьютерной программы SPSS v. 14 for Windows.

РЕЗУЛЬТАТЫ И ИХ ОБСУЖДЕНИЕ

Исследование эмоционального интеллекта с помощью методики «The Mayer-Salovey-Caruso Emotional Intelligence Test» (MSCEIT) выявило статистически значимое различие между группами первичных и хронических пациентов по общему баллу эмоционального интеллекта ($U=252,0$; $p<0,038$), а также веткам «Понимание и анализ эмоций» ($U=233,0$; $p<0,016$) и «Сознательное управление эмоциями» ($U=219,5$; $p<0,009$). Другими словами, пациенты на начальном этапе заболевания значимо пре-восходят пациентов на хроническом этапе заболевания по общему показателю эмоционального интеллекта; способности к пониманию эмоционального языка и отношений/взаимосвязей в структуре собственных эмоций и эмоций окружающих; а также способности к регуляции собственных и чужих эмоций в поведении. Средние значения по шкалам методики MSCEIT в группах пациентов с первичной и повторными госпитализациями, соответственно, в баллах $\pm SD$:

- Общий балл ЭИ = $50,6 \pm 3,8 / 47,9 \pm 5,8$;
- Восприятие и оценка эмоций = $19,4 \pm 2,7 / 18,5 \pm 3,7$;
- Использование эмоций = $10,7 \pm 1,3 / 10,5 \pm 1,2$;
- Понимание и анализ эмоций = $12,2 \pm 1,6 / 11,3 \pm 1,7$;
- Сознательное управление эмоциями = $8,1 \pm 0,93 / 7,5 \pm 0,96$.

Межгрупповое сравнение общего показателя депрессивной симптоматики по методике «Опросник депрессивности Бека» (ОДБ) позволило установить статистически значимое различие между группами первичных пациентов и пациентов с хроническим течением заболевания ($U=137,5$; $p<0,024$). Выраженность депрессивной симптоматики у пациентов на хроническом этапе заболевания ($M=19,5$; $SD=10.21$) достоверно выше в сравнении с первичными пациентами ($M=12,4$; $SD=11,7$). Величина показателей методики ОДБ свидетельствует об умеренной степени выраженности депрессивных переживаний у пациентов обеих групп. Вместе с тем, среди пациентов с хроническим течением заболевания наблюдается тенденция к усилению депрессивной симптоматики до тяжелой степени выраженности (ОДБ > 20 баллов).

Корреляционный анализ данных исследования, проведенный с использованием непараметрического статистического метода коэффициента корреляции Спирмена (R), позволяет выделить следующие результаты:

1. Уровень эмоционального интеллекта демонстрирует статистическую связь с социально-демографическими характеристиками возраста и количества госпитализаций в обеих группах. Способность к пониманию и анализу эмоций ухудшается с возрастом ($R=-0,365$; $p<0,006$) и большим количеством госпитализаций ($R=-0,362$; $p<0,007$). Способность к сознательной регуляции и управлению эмоциями также ухудшается с увеличением количества госпитализаций ($R=-0,366$; $p<0,006$). Таким образом, можно предполагать наличие связи возраста и длительности течения шизофрении с уровнем эмоционального интеллекта по веткам «Понимание и анализ эмоций» и «Сознательное управление эмоций».

2. Выраженность депрессивной симптоматики не демонстрирует статистической связи с социально-демографическими характеристиками возраста, пола, уровня образования и количества госпитализаций в обеих группах. Следовательно, развитие депрессии у пациентов с шизофренией происходит независимо от социально-демографических факторов.

Результаты корреляционного анализа связи инсайта и характеристик эмоционально-волевой сферы представлены в таблице 1.

Таблица 1

Результаты корреляционного анализа

	Гр.	Общий ЭИ	ВиО	И	ПиА	СУ	ОДБ
Осознание ПР	1			-0,56**		-0,45*	-0,54**
	2	-0,51**		-0,54**	-0,49**		
Понимание причин ПР	1						-0,49*
	2						
Восприятие окружающих ПР	1				-0,59**	-0,59**	
	2	-0,46*	-0,37*		-0,40*		
Осознание НЛ	1				-0,72**		
	2				-0,39*		
Понимание причин НЛ	1				-0,46*		-0,42*
	2						
Восприятие окружающих НЛ	1				-0,66**		-0,57**
	2	-0,50**	-0,41*		-0,49**		
Осознание ЭМ	1						
	2				-0,56**		
Понимание причин ЭМ	1						
	2						
Восприятие окружающих ЭМ	1				-0,61**		
	2				-0,57**		
Осознание СП	1	-0,48*	-0,56**	-0,67**			-0,47*
	2						
Понимание причин СП	1	-0,43*	-0,56**	-0,71**			
	2						
Восприятие окружающих СП	1		-0,43*	-0,65**			
	2				-0,45*		

* – корреляция значима при $p<0,05$; ** – корреляция значима при $p<0,01$

Аспект «Симптомы заболевания» не представлен в таблице, так как не обнаруживает связи с уровнем эмоционального интеллекта и уровнем депрессии в обеих группах. Сокращения, используемые в таблице: Аспекты методики ШНОПР, «ПР» – «Наличие психического расстройства»; «НЛ» – «Необходимость лечения»; «ЭМ» – «Эффект медикаментов»; «СП» – «Социальные последствия болезни». Группа 1 – пациенты с первичной госпитализацией; Группа 2 – пациенты с повторными госпитали-

зациями. Параметры методики MSCEIT, «Общий ЭИ» – общий балл эмоционального интеллекта; «ВиО» – шкала восприятия и оценки эмоций; «И» – шкала использования эмоций; «ПиА» – шкала понимание и анализ эмоций; «СУ» – шкала сознательное управление эмоциями; Показатель методики ОДБ, «ОДБ» – общий балл методики ОДБ.

Обобщение результатов корреляционного анализа связи уровня инсайта и эмоционального интеллекта в обеих группах позволяет обозначить важную роль ветки «Понимание и анализ эмоций» в развитии осознания психической болезни. Способность к пониманию и анализу эмоций тесно связана с адекватным пониманием и использованием эмоционального языка, что обеспечивает доступ к культурному опыту, содержащемуся в понятиях. Можно предположить, что формирование инсайта по параметру «восприятие окружающих» связано с нарушением понимания культурных понятий как языковой формы эмоций.

Результаты данного исследования дополняют и уточняют выводы существующих исследований связи высокого уровня инсайта и депрессивных нарушений аффективного спектра: прямая связь депрессивных симптомов и уровня инсайта обнаруживается только на начальном этапе заболевания у пациентов с первичной госпитализацией. Точнее, связь депрессивных переживаний и уровня инсайта проявляется при осознании и осмыслиении конкретных, социально-значимых объектов внешней реальности болезни, а именно, факта наличия хронической психической болезни, необходимости (стационарного) лечения и социальных последствий болезни. Это может быть обусловлено сравнительно молодым возрастом первичных пациентов, в котором ведущей деятельностью является социально-межличностное взаимодействие в обществе.

У пациентов с повторными госпитализациями, несмотря на более выраженную степень депрессивной симптоматики и более высокий уровень инсайта по сравнению с первичными пациентами, такой связи не обнаружено. Отсутствие связи депрессии и инсайта на хроническом этапе шизофрении можно объяснить специфическими изменениями личности больных. Изменения личности по «шизофреническому» типу приводят к обеднению потребностей и мотивов, уплощению эмоционально-волевой сферы и ослаблению регуляторной функции эмоций, которая проявляется, в частности, как депрессивные переживания эндогенного характера.

ВЫВОДЫ

1. Осознание психической болезни у больных шизофренией является сложным, многофакторным феноменом, характеризующимся многочисленными связями с особенностями эмоционально-волевой сферы.

2. Связь показателей осознания психической болезни и эмоционально-волевой сферы у пациентов с параноидной шизофренией отличается в зависимости от длительности заболевания.

3. Связь между уровнем осознания психической болезни и эмоциональным интеллектом имеет стабильный характер у больных параноидной шизофренией с первичной госпитализацией и множественными госпитализациями. Наиболее выраженная связь осознания психической болезни обнаружена со способностью к пониманию эмоций в языковой форме и использованию социального эмоционального опыта.

4. Связь между уровнем осознания психической болезни и депрессивными симптомами у больных с первичной госпитализацией и множественными госпитализациями по поводу обострения параноидной шизофрении носит различный характер:

- a. Корреляционная связь уровня осознания болезни и депрессивной симптоматики выражена у больных с первичной госпитализацией и проявляется при осознании социально-значимых объектов внешней реальности болезни, а именно, факта наличия хронической психической болезни, необходимости (стационарного) лечения и социальных последствий болезни.

б. У пациентов с множественными госпитализациями по поводу обострения параноидной шизофрении связь уровня осознания болезни и депрессивных переживаний отсутствует.

ЛИТЕРАТУРА

1. Иржевская, В.П. Методика исследования осознания психической болезни у пациентов с психической патологией различной степени тяжести / В.П. Иржевская [б.и.] // Культура и патология : (материалы рабочей группы «Влияние современных технологий на динамику границ нормы и патологии») : сб. науч. ст. Вып. 4. – М., 2007. – С. 9-13.
2. Морозова, М.А. Актуальные проблемы в развитии концепции психического дефекта при шизофрении / М.А. Морозова, А.Г. Бениашвили // Психиатрия и психофармакология. – 2008. – Т. 10. – № 2. – С. 4-12.
3. Сергиенко, Е.А., Ветрова И.И. Эмоциональный интеллект : модель, структура теста (MSCEIT V2.0), русскоязычная адаптация / Е.А. Сергиенко, И.И. Ветрова. – М. : ИП РАН, 2008. – 20 с.
4. Смулевич, А.Б. Депрессии при соматических и психических заболеваниях / А.Б. Смулевич. – М. : МИА, 2007. – 432 с.
5. Тарабрина, Н.В. Практикум по психологии посттравматического стресса / Н.В. Тарабрина. – СПб. : Питер, 2001. – 268 с. – (Серия "Практикум по психологии").
6. Amador, X.F. The assessment of insight in psychosis / X.F. Amador [et al.] // American Journal of Psychiatry. – 1993. – V. 150. – P. 873-79.
7. Amador, X.F. The description and meaning of insight in psychosis / X.F. Amador, H. Kronengold // Insight and Psychosis / X.F. Amador & A.S. David (Eds.). – New York : Oxford University Press, 1998. – P. 15-32.
8. An Inventory for Measuring Depression / A.T. Beck, C.H. Ward, M. Mendelson, J. Mock, J. Erbaugh // Archives of General Psychiatry. – 1961. – V. 4. – P. 561-71.
9. Diagnostic and statistical manual of mental disorders (DSM-IV-TR). – 4th edition, text revision. – Washington, DC : American Psychiatric Press, Inc., 2000. – XX p.
10. Mayer, J. D. Mayer-Salovey-Caruso Emotional Intelligence. Intelligence Test (MSCEIT) User's Manual. Toronto / J.D. Mayer, P. Salovey, D.R. Caruso. – Canada : MHS Publishers, 2002. – 120 p.
11. Mayer, J.D. What is emotional intelligence? / J.D. Mayer, P. Salovey // Emotional development and emotional Intelligence : Educational Implications / P. Salovey & D. Sluyter (Eds.). – New York : Perseus Books Group, 1997. – P. 3-31.
12. McEvoy, J.P. Insight and the clinical outcome of schizophrenic patients / J.P. McEvoy [et al.] // Journal of Nervous and Mental Disease. – 1989. – V. 177. – P. 48-51.
13. Unawareness of illness and its relationship with depression and self-deception / O. Moore, E. Cassidy, A. Carr, O'Callaghan // European Psychiatry. – 1991. – V. 14 (5). – P. 264-9.
14. The ICD-10 classification of mental and behavioural disorders : Clinical descriptions and diagnostic guidelines. – Geneva : WHO, 1993. – 267 p.

ИССЛЕДОВАНИЕ ОБЩЕГО ДЕВИАНТНОГО СИНДРОМА АДАПТАЦИИ ЛЧНОСТИ СТУДЕНТОВ ВУЗА

*Евгений Анатольевич Кобзев, доцент,
Магнитогорский государственный университет (МагУ)*

Аннотация

В статье рассматривается понятие общего девиантного синдрома адаптации личности. Обосновывается присутствие указанного синдрома у студенческой выборки. Представлены результаты исследования признаков общего девиантного синдрома личности студентов, обучающихся на различных факультетах государственного университета г. Магнитогорска.

б. У пациентов с множественными госпитализациями по поводу обострения параноидной шизофрении связь уровня осознания болезни и депрессивных переживаний отсутствует.

ЛИТЕРАТУРА

1. Иржевская, В.П. Методика исследования осознания психической болезни у пациентов с психической патологией различной степени тяжести / В.П. Иржевская [б.и.] // Культура и патология : (материалы рабочей группы «Влияние современных технологий на динамику границ нормы и патологии») : сб. науч. ст. Вып. 4. – М., 2007. – С. 9-13.
2. Морозова, М.А. Актуальные проблемы в развитии концепции психического дефекта при шизофрении / М.А. Морозова, А.Г. Бениашвили // Психиатрия и психофармакология. – 2008. – Т. 10. – № 2. – С. 4-12.
3. Сергиенко, Е.А., Ветрова И.И. Эмоциональный интеллект : модель, структура теста (MSCEIT V2.0), русскоязычная адаптация / Е.А. Сергиенко, И.И. Ветрова. – М. : ИП РАН, 2008. – 20 с.
4. Смулевич, А.Б. Депрессии при соматических и психических заболеваниях / А.Б. Смулевич. – М. : МИА, 2007. – 432 с.
5. Тарабрина, Н.В. Практикум по психологии посттравматического стресса / Н.В. Тарабрина. – СПб. : Питер, 2001. – 268 с. – (Серия "Практикум по психологии").
6. Amador, X.F. The assessment of insight in psychosis / X.F. Amador [et al.] // American Journal of Psychiatry. – 1993. – V. 150. – P. 873-79.
7. Amador, X.F. The description and meaning of insight in psychosis / X.F. Amador, H. Kronengold // Insight and Psychosis / X.F. Amador & A.S. David (Eds.). – New York : Oxford University Press, 1998. – P. 15-32.
8. An Inventory for Measuring Depression / A.T. Beck, C.H. Ward, M. Mendelson, J. Mock, J. Erbaugh // Archives of General Psychiatry. – 1961. – V. 4. – P. 561-71.
9. Diagnostic and statistical manual of mental disorders (DSM-IV-TR). – 4th edition, text revision. – Washington, DC : American Psychiatric Press, Inc., 2000. – XX p.
10. Mayer, J. D. Mayer-Salovey-Caruso Emotional Intelligence. Intelligence Test (MSCEIT) User's Manual. Toronto / J.D. Mayer, P. Salovey, D.R. Caruso. – Canada : MHS Publishers, 2002. – 120 p.
11. Mayer, J.D. What is emotional intelligence? / J.D. Mayer, P. Salovey // Emotional development and emotional Intelligence : Educational Implications / P. Salovey & D. Sluyter (Eds.). – New York : Perseus Books Group, 1997. – P. 3-31.
12. McEvoy, J.P. Insight and the clinical outcome of schizophrenic patients / J.P. McEvoy [et al.] // Journal of Nervous and Mental Disease. – 1989. – V. 177. – P. 48-51.
13. Unawareness of illness and its relationship with depression and self-deception / O. Moore, E. Cassidy, A. Carr, O'Callaghan // European Psychiatry. – 1991. – V. 14 (5). – P. 264-9.
14. The ICD-10 classification of mental and behavioural disorders : Clinical descriptions and diagnostic guidelines. – Geneva : WHO, 1993. – 267 p.

ИССЛЕДОВАНИЕ ОБЩЕГО ДЕВИАНТНОГО СИНДРОМА АДАПТАЦИИ ЛЧНОСТИ СТУДЕНТОВ ВУЗА

*Евгений Анатольевич Кобзев, доцент,
Магнитогорский государственный университет (МагУ)*

Аннотация

В статье рассматривается понятие общего девиантного синдрома адаптации личности. Обосновывается присутствие указанного синдрома у студенческой выборки. Представлены результаты исследования признаков общего девиантного синдрома личности студентов, обучающихся на различных факультетах государственного университета г. Магнитогорска.

Ключевые слова: девиантный синдром, психологическая адаптация, студент вуза.

**INVESTIGATION OF THE GENERAL DEVIANT SYNDROME OF ADAPTATION
OF STUDENTS AT INSTITUTES HIGHER LEARNING**

*Evgenie Anatolevich Kobzev, senior lecturer,
Magnitogorsk State University*

Abstract

A concept of general deviant syndrome of an individual adaptation has been considered. The presence of the indicated syndrome at students is substantiated. Research of general deviant syndromes signs of students attending different faculties of Magnitogorsk State University has been considered.

Key words: deviant syndrome, psychological adaptation, student of higher school.

ВВЕДЕНИЕ

В современных отечественных и зарубежных научных исследованиях все большее значение придается изучению факторов, обуславливающих развитие психогенных психических расстройств и, как следствие, нарушение процессов адаптации у населения. Все большее внимание специалисты обращают на базовые структуры, формирующиеся в детском возрасте на основе генетических предпосылок. Данные предпосылки выступают в качестве основы формирования многоуровневых функциональных патологических психосоматических систем, так называемых структурных атTRACTоров болезни. Эти нарушения не специфичны, полиморфны и представляют собой донозологический уровень реагирования. По мнению некоторых авторов [1], речь идет об общем девиантном синдроме адаптации личности (ОДСА). Проявления данного синдрома выступают факторами, затрудняющими адаптацию личности. В данной статье мы рассматриваем характеристики ОДСА с позиций патогенетического подхода. Патогенетический подход подразумевает изучение отклонений в развитии личности. Общий девиантный синдром адаптации (ОДСА) может проявляться в нарушениях адаптации на трех уровнях: поведенческом, эмоциональном и когнитивном. Каждый уровень имеет набор определенных компонентов, которые, в свою очередь, являются индикаторами степени выраженности синдрома. Чем больше формируется и проявляется компонентов ОДСА, тем больше риск возникновения нарушений нервно-психической регуляции. Актуализация указанного синдрома ведет к формированию различных нозологических единиц, таких как неврозы, суициды, психосоматические и наркологические заболевания [1]. Одним из важных факторов, детерминирующих различия мотивационно-ценостных установок, а, следовательно, и склонности к дезадаптации, является возраст. На юношеском этапе развития, решая для себя задачу обретения идентичности, личность может пребывать в кризисном состоянии, состоянии акцентуации выраженных патохарактерологических признаков. Перемены, характерные для современного российского общества, обусловливают радикальные изменения во внутреннем мире современного студенчества. Они способствуют перестройке в системе ценностей, жизненных планах, потребностях и интересах, структуре и динамике мотивов выбора профессии, получении высшего образования и учебной деятельности. В процессе учебной деятельности, в предсессионный, сессионный период, на момент поступления в высшую школу юноши могут испытывать обострение психоэмоционального напряжения, которое может приводить к возникновению тревожности, агрессивности. И, как следствие, это может приводить к возникновению конфликтных ситуаций, нарушению системы социальных связей, возникновению психосоматических заболеваний. У студентов, обучающихся в высшей школе, тяжелые психотравмирующие обстоятельства могут вызывать ситуационные реакции с дезадаптивным поведением, суицидными тенденциями без признаков болезни. При затяжном повторяющемся их воздействии нередко наблюдается патологическое развитие личности [2]. Вместе с тем, современная российская высшая школа выходит на общеевро-

пейские стандарты образования, что повышает уровень профессиональных требований к специалисту. В связи с этим, целесообразно создание комплекса превентивных мероприятий, направленных на решение проблем, связанных с успеваемостью, а также профилактикой психического здоровья студентов. Особое внимание необходимо, на наш взгляд, обратить на контингент, обучающийся на факультете психологии, в связи со спецификой профессии и процесса обучения. Можно предположить в качестве гипотезы, то что среди студентов, обучающихся на факультете психологии, ситуация присутствия общего девиантного синдрома адаптации личности является наиболее очевидной по сравнению с данными, полученными от реципиентов с других факультетов.

МЕТОДИКА ИССЛЕДОВАНИЯ

Исследование проводилось на базе факультетов Магнитогорского государственного университета с 2004 по 2008 года. В эксперименте принимали участие реципиенты в количестве 84 человек (в качестве экспериментальной группы были выбраны студенты психологического факультета, контрольной – студенты технологического факультета). Для выявления синдромов общего девиантного синдрома адаптации личности использовался опросник оценки выраженности психопатологической симптоматики SCL-90-R. Опросник включает в себя 9 синдромальных шкал: SOM - соматизация; O-C - обсессивность-компульсивность; INT - межличностная сензитивность; DEP - депрессивность; ANX - тревожность; HOS - враждебность; PHOB - фобии; PAR - паранойальность; PSY - психотизм, а также шкалу GSI - шкалу тяжести симптоматики. В качестве основного критерия адаптации – дезадаптации мы рассматривали индекс PSDI - индекс наличного симптоматического дистресса. Студентам предлагался перечень проблем и жалоб, иногда возникающих у людей. Нужно было оценить степень дискомфорта или встревоженности в связи с той или иной проблемой в течение последней недели, включая текущий день [4].

РЕЗУЛЬТАТЫ ИССЛЕДОВАНИЯ

Числовые значения в экспериментальной группе по некоторым шкалам превышают средние значения по этим шкалам в контрольной группе.

Таблица 1

Показатели описательной статистики по синдромальным шкалам реципиентов

Синдромальные шкалы	Психологический факультет		Технологический факультет	
	M	SD	M	SD
SOM	0,59	0,36	0,47	0,27
O-C	0,80	0,45	0,71	0,41
INT	1,01	0,52	0,69	0,44
DEP	0,74	0,48	0,53	0,34
ANX	0,71	0,45	0,39	0,30
HOS	0,75	0,45	0,73	0,39
PHOB	0,36	0,33	0,16	0,18
PAR	0,80	0,6	0,74	0,5
PSY	0,46	0,42	0,36	0,35
ADD	0,6	0,48	0,44	0,39
GSI	0,6	0,36	0,49	0,27
PSDI	1,44	0,27	1,32	0,27

Показатели студентов психологического факультета по шкале фобичности PHOB=0,36. У реципиентов технологического факультета по шкале PHOB=0,16. Превышение числовых показателей в группе реципиентов психологического факультета мы обнаруживаем и по шкалам межличностной сензитивности, тревожности и депрессивности. Показатели у студентов-психологов по шкале INT=1,01, у студентов техфака

- 0,69. Показатели у студентов психологического факультета по шкале ANX=0,71, у студентов техфака - 0,39. Использование параметра t – критерия Стьюдента, обнаружило значимые различия по данным синдромальным шкалам в контрольной и экспериментальной группах испытуемых (табл. 2).

Таблица 2

Таблица сравнения результатов реципиентов технологического и психологического факультетов с помощью F- критерия Фишера и t - критерия Стьюдента

Синдромальные шкалы	F-критерий Фишера	Уровень статистической значимости	t- критерий Стьюдента	Уровень статистической значимости
GSI	1,03	0,31	-2,14	0,05*
PSDL	0,02	0,88	-2,39	0,05*
PST	2,18	0,14	-2,26	0,03*
SOM	3,56	0,06	-1,45	0,15
O-C	0,67	0,42	-0,82	0,42
INT	1,30	0,26	-2,68	0,01*
DEP	0,63	0,43	-1,96	0,05*
ANX	2,02	0,16	-3,14	0,00*
HOS	0,78	0,38	-0,17	0,86
PHOB	4,60	0,04*	-2,77	0,01*
PAR	1,69	0,20	0,20	0,84
PSY	2,00	0,16	0,06	0,96
ADD	3,28	0,07	-0,59	0,56

Примечание: * - статистически значимые результаты.

Выраженные отличия мы находим и по шкалам присутствия выраженности дистресса у студентов психологического факультета.

ВЫВОДЫ

На основании результатов описательной статистики и сравнительного анализа значений по t-критерию Стьюдента проведенного исследования можно отметить, что у студентов психологического факультета наблюдаются некоторые отличительные признаки присутствия общего девиантного синдрома адаптации личности, которые проявляются в значимом превышении диагностических показателей по шкалам: межличностной сензитивности; тревожности; депрессивности; фобичности. Интенсивность и истинность проявлений выше указанных состояний подтверждается превышением показателей у реципиентов экспериментальной группы по шкалам тяжести симптоматики и присутствия наличного симптоматического дистресса. Учитывая результаты описательной статистики и сравнительного анализа, можно обозначить качественные проявления психопатологических состояний личности студента психологического факультета. Наиболее распространены в экспериментальной группе тревожные расстройства, которые включают в себя нервно-психическое напряжение, дрожь, а также приступы паники и ощущение насилия. Наряду с этим у реципиентов наблюдается стойкая реакция страха на определенных людей, события, объекты внешнего мира. Данные стимулы способны вызывать неадекватные способы восприятия и избегающие формы поведения. В ходе диагностического исследования было выявлено, что картина психопатологической симптоматики также отягощена проявлениями клинической депрессии. Здесь представлены симптомы дисфории и аффекта, такие как признаки отсутствия интереса к жизни, недостатка мотивации и потери жизненной энергии. Кроме того, сюда относятся чувства безнадежности, мысли о суициде. В связи с этими данными, очевидно, что будет присутствовать расстройство в области межличностного взаимодействия. Данное расстройство определяется чувствами личностной неадекватности и неполноценности, в особенности, когда человек сравнивает себя с другими. Самоосуждение, чувство беспокойства и заметный дискомфорт в процессе межлично-

стного взаимодействия характеризуют проявления этого синдрома. Кроме того, студенты экспериментальной группы сообщают об обостренном чувстве осознания собственного «Я» и негативных ожиданиях относительно межличностного взаимодействия и любых коммуникаций с другими людьми. Таким образом, студенческая выборка, в частности, выборка психологического факультета (экспериментальная группа) имеет явные признаки общего девиантного синдрома адаптации личности и является объектом психопрофилактического и психокоррекционного воздействия.

ЛИТЕРАТУРА

1. Ананьев, В. А. Основы психологии здоровья. Книга 1 : Концептуальные основы психологии здоровья / В.А. Ананьев. – СПб. : Речь, 2006. – 384 с. : ил.
2. Аверьянов, В. В. Клинико-психологические подходы к исследованию учебной дезадаптации студентов // Балтийский вестник. – СПб., 2005. – С. 73.
3. Кобзев, Е. А. К вопросу об общем девиантном синдроме адаптации личности студента // Актуальные проблемы становления личности в современном мире : материалы всероссийской научно-практической конференции (заочной). – Магнитогорск, 2007. – С. 83.
4. Тарабрина, Н.В. Практикум по психологии посттравматического стресса / Н.В. Тарабрина. – СПб.: Питер, 2001. – 268 с. – (Серия "Практикум по психологии").

ОСОБЕННОСТИ ТЕХНИКИ КОНЬКОВОГО ХОДА У ЛЫЖНИКОВ-ГОНЩИКОВ ПРИ ПЕРЕДВИЖЕНИИ НА ПОДЪЕМЕ

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

Аннотация

В статье рассмотрены особенности распределения усилий при передвижении коньковым ходом на подъёме у лыжников-гонщиков старших разрядов. Выявлено разнохарактерное распределение усилий на носок и пятку в первом и втором шаге при постановке лыжи на опору, а также в неодинаковом проявлении максимальных усилий в цикле одновременного двухшажного хода. Сравнительный анализ угловых характеристик в коньковом ходе при передвижении на подъёмах разной крутизны показал неоднородность в работе ног, что указывает на асимметричность движений лыжника-гонщика.

Ключевые слова: коньковый ход, динамика опорных реакций, распределение усилий, отталкивание ногой и рукой, параметры, углы, характеристики.

TECHNIQUE FEATURES OF “SKATING STYLE” IN CROSS-COUNTRY SKIERS RUNNING UPHILL

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

Abstract

The article deals with specific features of strength distribution in moving uphill by “skating style” that is typical for top class skiers. Varied distribution of effort to toes and heels in the first and second steps while putting a ski on a foothold and showing the highest possible effort double poling has been considered. Comparative analysis of angular characteristics in “skating” stride on different steep slopes revealed different work of legs which indicates the asymmetrical character of ski racer movement.

Key words: “skating” stride, pushing off, foothold, angle, characteristics.

Целью наших исследований является изучение динамических и кинематических характеристик в коньковом ходе у лыжников-гонщиков при передвижении на подъеме.

МЕТОДЫ И ОРГАНИЗАЦИЯ ИССЛЕДОВАНИЯ

Исследования проводились с использованием динамографической лыжи и лыж-

стного взаимодействия характеризуют проявления этого синдрома. Кроме того, студенты экспериментальной группы сообщают об обостренном чувстве осознания собственного «Я» и негативных ожиданиях относительно межличностного взаимодействия и любых коммуникаций с другими людьми. Таким образом, студенческая выборка, в частности, выборка психологического факультета (экспериментальная группа) имеет явные признаки общего девиантного синдрома адаптации личности и является объектом психопрофилактического и психокоррекционного воздействия.

ЛИТЕРАТУРА

1. Ананьев, В. А. Основы психологии здоровья. Книга 1 : Концептуальные основы психологии здоровья / В.А. Ананьев. – СПб. : Речь, 2006. – 384 с. : ил.
2. Аверьянов, В. В. Клинико-психологические подходы к исследованию учебной дезадаптации студентов // Балтийский вестник. – СПб., 2005. – С. 73.
3. Кобзев, Е. А. К вопросу об общем девиантном синдроме адаптации личности студента // Актуальные проблемы становления личности в современном мире : материалы всероссийской научно-практической конференции (заочной). – Магнитогорск, 2007. – С. 83.
4. Тарабрина, Н.В. Практикум по психологии посттравматического стресса / Н.В. Тарабрина. – СПб.: Питер, 2001. – 268 с. – (Серия "Практикум по психологии").

ОСОБЕННОСТИ ТЕХНИКИ КОНЬКОВОГО ХОДА У ЛЫЖНИКОВ-ГОНЩИКОВ ПРИ ПЕРЕДВИЖЕНИИ НА ПОДЪЕМЕ

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

Аннотация

В статье рассмотрены особенности распределения усилий при передвижении коньковым ходом на подъёме у лыжников-гонщиков старших разрядов. Выявлено разнохарактерное распределение усилий на носок и пятку в первом и втором шаге при постановке лыжи на опору, а также в неодинаковом проявлении максимальных усилий в цикле одновременного двухшажного хода. Сравнительный анализ угловых характеристик в коньковом ходе при передвижении на подъёмах разной крутизны показал неоднородность в работе ног, что указывает на асимметричность движений лыжника-гонщика.

Ключевые слова: коньковый ход, динамика опорных реакций, распределение усилий, отталкивание ногой и рукой, параметры, углы, характеристики.

TECHNIQUE FEATURES OF “SKATING STYLE” IN CROSS-COUNTRY SKIERS RUNNING UPHILL

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

Abstract

The article deals with specific features of strength distribution in moving uphill by “skating style” that is typical for top class skiers. Varied distribution of effort to toes and heels in the first and second steps while putting a ski on a foothold and showing the highest possible effort double poling has been considered. Comparative analysis of angular characteristics in “skating” stride on different steep slopes revealed different work of legs which indicates the asymmetrical character of ski racer movement.

Key words: “skating” stride, pushing off, foothold, angle, characteristics.

Целью наших исследований является изучение динамических и кинематических характеристик в коньковом ходе у лыжников-гонщиков при передвижении на подъеме.

МЕТОДЫ И ОРГАНИЗАЦИЯ ИССЛЕДОВАНИЯ

Исследования проводились с использованием динамографической лыжи и лыж-

ной палки, разработанной в лаборатории спортивной техники ИФК В.В. Ермаковым (1985) и успешно апробированной во многих исследованиях. Запись усилий при передвижении коньковым ходом проводилась с одновременной синхронной киносъемкой. Регистрация кинематических характеристик проводилась в коньковом ходе при передвижении на подъеме 3 и 7°. В исследованиях принимали участие 20 спортсменов, из них 5 мастеров спорта, 4 КМС, остальные перворазрядники.

На рисунке 1А представлена динамограмма цикла конькового хода лыжника мастера спорта. На рисунке внизу отражены линии, характеризующие динамику опорных реакций правой ноги спортсмена при правостороннем ходе, то есть вынос, и отталкивание палками осуществляется под правую ногу. Линии вверху отражают распределение усилий левой ноги. Проанализируем цикл одновременного двухшажного конькового хода. Постановку лыжи на опору (левой лыжи) спортсмен производит с носка, об этом свидетельствует резкое нарастание усилий на носок левой ноги (1). Затем происходит плавное распределение усилий на носок и пятку, а суммарное усилие составляет в данный момент во второй фазе 52 кг (2), то есть примерно равно весу тела спортсмена. Далее происходит снижение давления на носок лыжи, спортсмен переносит вес тела на пятку ботинка, давление на пятку возрастает до максимума – 42 кг (3), а на носок левой ноги усилие уменьшается до 20 кг, происходит подседание перед отталкиванием (4) левой ногой.

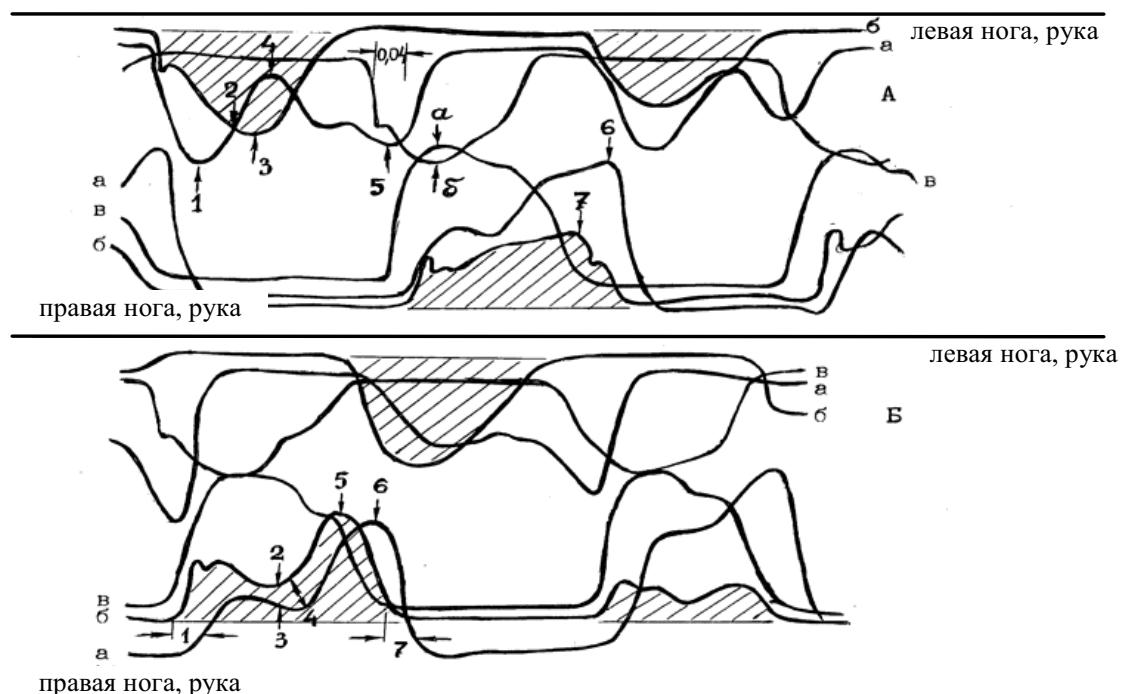


Рис. 1. Динамограмма конькового хода у лыжников гонщиков на подъеме:
А - у мужчины (МС), Б – у женщины (МСМК);
а, б – усилия на носок, пятку; в – на руку

Максимальное усилие на носок при отталкивании в первом шаге (без отталкивания палками) достигает 40 кг (5). Далее в цикле хода происходит постановка лыжных палок на опору, которые ставятся не одновременно. При правостороннем ходе левая палка ставится на опору раньше правой на 0,04 с, а постановка правой палки совпадает с окончанием толчка левой ногой. Во втором шаге лыжник осуществляет толчок руками, который заканчивается раньше отталкивания правой ногой на 0,10 с. Максимальные показатели при отталкивании левой (а) и правой (б) руками составляют, соответственно, 10 и 15 кг. В момент наибольшего усилия на палки происходит постановка правой лыжи на опору, где суммарное усилие на носок составляет 58 кг с преимущественным давлением на носок (38 кг). Характерной особенностью динамики

опорных реакций во втором шаге цикла конькового хода является более продолжительная загрузка пятки правой ноги, то есть толчок ногой выполняется спортсменом давлением на всю стопу. Максимальное усилие на носок (6) и пятку (7) правой лыжи составляет, соответственно, 60 и 40 кг.

Анализируя временные параметры в цикле одновременного двухшажного конькового хода, можно отметить, что по времени оба шага неравнозначны. Так, первый шаг длится 0,34 с, второй – 0,28 с. Другая характерная особенность, на наш взгляд, заключается в механизме отталкивания ногой в первом шаге, где максимальное усилие на пятку наблюдается в фазе свободного скольжения, и толчок ногой происходит с усилием на носок, а кривая распределения усилий на носок в первом шаге сходна с динамикой опорных реакций в попеременном двухшажном классическом ходе. По времени усилие на пятку в первом шаге длится всего 0,20 с, во втором – почти весь шаг.

Проводя сравнительный анализ динамики опорных реакций в коньковом ходе у лыжниц и лыжников, можно отметить некоторые отличительные особенности. Одна из них заключается в характере распределения усилий на носок и пятку во втором шаге, который имеет сходство с динамикой опорных реакций в попеременном двухшажном ходе. Рассмотрим распределение усилий у лыжниц-гонщиц во втором шаге (рис. 1Б). Постановку лыжи на снег лыжницы осуществляют с пятки лыжи (1), усилие на пятку составляет 38 кг, затем во второй и третьей фазах (фазовое деление по А. Кондрашову, 1986) отмечается равномерное распределение усилий на пятку (2) и носок (3), в четвертой фазе продолжается подседание (4), а затем происходит плавное нарастание усилий на пятку (5) и носок (6). Отталкивание пяткой заканчивается раньше, чем носком ботинка, на 0,04 с.

Кривая распределения усилий на носок в первом шаге у лыжниц одинакова, в сравнении с лыжниками, а во втором шаге усилия на пятку и носок такие же, как и в попеременном двухшажном ходе, чего не наблюдается у мужчин.

К другим особенностям относятся: меньшие силовые показатели при отталкивании ногой и рукой во втором шаге на 20 и 17%, соответственно. Суммарная сила отталкивания ногой в первом шаге у лыжников составляет 100 ± 5 кг, у лыжниц – 70 ± 5 кг, во втором – соответственно, $112,5 \pm 5$ кг и $98,5 \pm 5$ кг ($P < 0,05$). Длительность толчка ногой в первом и втором шаге у лыжниц одинакова и равна 0,12 с, у лыжников – 0,14 и 0,16 с, соответственно.

Таким образом, анализ динамики опорных реакций у лыжниц и лыжников показал выраженную асимметричность движений в коньковом ходе при передвижении на подъеме. Это выражается в разной постановке лыжи и палок на опору, разнохарактерном распределении усилий в первом и втором шаге, как у женщин, так и у мужчин, а также в неодинаковом проявлении максимальных усилий при отталкивании ногой во втором шаге цикла одновременного двухшажного хода.

Для подтверждения данных об асимметричности движений в коньковом ходе нами проанализированы угловые характеристики в цикле одновременного двухшажного хода при передвижении на подъеме 3° и 7° (табл. 1, 2).

Сравнивая две рабочие позы при окончании отталкивания левой и правой ногой при левостороннем ходе, можно отметить, что в шаге с отталкиванием палками угол разведения бедер при постановке маховой на опору равен 42° , в шаге без отталкивания палками – 77° . Угол наклона ноги после отталкивания и угол голень-бедро при постановке ноги на опору в шаге с отталкиванием палками равен, соответственно, 60 и 170° , без отталкивания – 53 и 140° .

В таблице 2 приводятся сравнительные данные двух скользящих шагов при передвижении коньковым ходом на подъеме 7° . В приведенных показателях имеются достоверные различия.

Таблица 1

**Угловые характеристики в одновременном двухшажном коньковом ходе
при передвижении на подъеме 3°**

№ п/п	Угловые параметры	В шаге с отталкиванием палками		P	В шаге без отталкивания палками	
		X	± m		X	± m
1	Угол разведения бедер после толчка ногой	42,5	1,5	<0,001	77	2,5
2	Угол наклона нижней конечности после толчка	60	1,8	<0,05	53	1,5
3	Угол бедро-голень после отталкивания ногой	180	3,0	>0,05	178	3,7
4	Угол бедро-голень при постановке маховой ноги на опору	170	2,7	<0,001	140	2,5
5	Угол наклона голени к горизонту при постановке маховой ноги	88	2,5	>0,05	90	1,8

- В шаге с отталкиванием палками - при отталкивании левой ногой, правая – маховая.
- В шаге без отталкивания палками - при отталкивании правой ногой, левая – маховая.

Таблица 2

**Угловые характеристики в одновременном двухшажном коньковом ходе
при передвижении на подъеме 7°**

№ п/п	Угловые параметры	В шаге с отталкиванием палками		P	В шаге без отталкивания палками	
		X	± m		X	± m
1	Угол разведения бедер после толчка ногой	55	1,4	<0,001	73	1,7
2	Угол наклона нижней конечности после толчка	60	1,7	>0,05	65	1,3
3	Угол бедро-голень после отталкивания ногой	180	3,6	<0,001	168	3,2
4	Угол бедро-голень при постановке маховой ноги на опору	140	3,5	<0,01	158	2,7
5	Угол наклона голени к горизонту при постановке маховой ноги	78	1,3	<0,05	85	1,8

- В шаге с отталкиванием палками - при отталкивании левой ногой, правая – маховая.
- В шаге без отталкивания палками - при отталкивании правой ногой, левая – маховая.

Таким образом, проведенный анализ техники конькового хода позволил выявить некоторые особенности при передвижении на подъёмах, к ним относятся:

- разная постановка маховой ноги на опору в первом и втором шаге;
- усилие на пятку в первом шаге проявляется только в фазе свободного скольжения, а толчок ногой заканчивается давлением на носок стопы;
- во втором шаге цикла конькового хода выявлена более продолжительная загрузка пятки стопы, и толчок ногой осуществляется давлением на всю стопу;
- разные показатели максимальных усилий в первом и втором шаге при отталкивании ногой как у мужчин, так и у женщин;
- отличия в распределении усилий при отталкивании ногой и рукой у лыжниц и лыжников;
- асимметричность в движениях лыжников при передвижении коньковым ходом на подъёме.

Установленную нами асимметричность движений при передвижении на подъёмах, на наш взгляд, можно устраниТЬ, применяя в технической подготовке лыжников-гонщиков специальные упражнения, способствующие развитию равновесия, прыжковые и имитационные упражнения со сменой отталкивания лыжными палками под левую и правую ногу.

ЛИТЕРАТУРА

1. Аникина, А. Не хромайте, лыжники // Лыжный спорт. – М. : Физкультура и

спорт, 2001. – Вып. 1. – С. 53-56.

2. Ермаков, В.В. Фазовый состав конькового хода / В.В. Ермаков, А.С. Савельев, О.Ю. Солодухин // Актуальные вопросы биомеханики спорта : сб. науч. тр. – Смоленск, 1985. – С. 17-18.

3. Кондрашов, А.В. Техника коньковых ходов // Лыжный спорт : сб. науч. тр. – М. : Физкультура и спорт, 1986. – Вып. 2. – С. 18-20.

4. Салмела, Ч. Новые тенденции в коньковой технике // Лыжный спорт : ежегодник. – М. : Физкультура и спорт, 1999. – Вып. 5-6. – С. 78-83.

5. Смольянов, В. Коньковый ход : новые песни о старом / В. Смольянов, К. Волков, А. Коробков // Лыжный спорт : ежегодник. – М. : Физкультура и спорт, 2001. – Вып. 17. – С. 128-132.

РАЗРАБОТКА ПРОГРАММЫ ПОДГОТОВКИ ВОЛОНТЕРОВ В ОЛИМПИЙСКОМ ДВИЖЕНИИ И ЕЕ ВНЕДРЕНИЕ В ПРОФЕССИОНАЛЬНОЕ ОБРАЗОВАНИЕ СЕРВИСНЫХ СПЕЦИАЛЬНОСТЕЙ

Мария Вадимовна Коренева, аспирант,

Денис Александрович Круžков, кандидат педагогических наук, доцент,

Кубанский государственный университет физической культуры, спорта и туризма

(КГУФКСТ),

г. Краснодар

Аннотация

Разработка программы подготовки волонтерского корпуса для обслуживания Олимпийских игр на основе изучения международного опыта позволяет сформировать социальную компетентность учащейся молодежи Кубани на основе ее внедрения в учебный процесс учреждений высшего и среднего профессионального образования для последующей работы на XXII Олимпийских и XI Паралимпийских зимних играх 2014 года в г. Сочи. Основной предмет изучения — технологии подготовки волонтеров на основе их интеграции в образовательное пространство в рамках специальности 100103 «Социально-культурный сервис и туризм». Результаты исследования имеют прикладное значение для подготовки специалистов в области сервиса и туризма и смежных специальностей, готовых выполнять функции волонтеров на Олимпийских играх.

Ключевые слова: Олимпийские игры, волонтерское движение, профессиональное образование сервисных специальностей.

DEVELOPMENT OF VOLUNTEER TRAINING PROGRAM IN OLYMPIC MOVEMENT AND ITS APPLICATION TO PROFESSIONAL EDUCATION IN THE FIELD OF SERVICES

Maria Vadimovna Koreneva, post-graduate student,

Denis Aleksandrovich Kružkov, candidate of pedagogical sciences, senior lecturer,

Kuban State University of Physical Education, Sports and Tourism,

Krasnodar

Abstract

Development of a volunteer training program on the basis of international experience and its further introduction into educational process at Postsecondary Institutions and Higher Education Establishments for involving students in voluntary service at the Olympic Games XXII and XI Paralympics of 2014 in the city of Sochi. The subject of the research is volunteer training technology and its introduction into educational process within the framework of 100103 specializations “Socio-Cultural Services and Tourism”. Results of our investigation have got applied function for the training specialists in the field of service and tourism and other specialists to be volunteers at the Olympic Games.

Key words: vocational training of service specialties, Olympic Games, volunteers movement.

Решение Международного олимпийского комитета об избрании города Сочи местом проведения XXII Олимпийских и XI Паралимпийских зимних игр 2014 года обусловило приоритетную направленность деятельности Олимпийского комитета Рос-

спорт, 2001. – Вып. 1. – С. 53-56.

2. Ермаков, В.В. Фазовый состав конькового хода / В.В. Ермаков, А.С. Савельев, О.Ю. Солодухин // Актуальные вопросы биомеханики спорта : сб. науч. тр. – Смоленск, 1985. – С. 17-18.

3. Кондрашов, А.В. Техника коньковых ходов // Лыжный спорт : сб. науч. тр. – М. : Физкультура и спорт, 1986. – Вып. 2. – С. 18-20.

4. Салмела, Ч. Новые тенденции в коньковой технике // Лыжный спорт : ежегодник. – М. : Физкультура и спорт, 1999. – Вып. 5-6. – С. 78-83.

5. Смольянов, В. Коньковый ход : новые песни о старом / В. Смольянов, К. Волков, А. Коробков // Лыжный спорт : ежегодник. – М. : Физкультура и спорт, 2001. – Вып. 17. – С. 128-132.

РАЗРАБОТКА ПРОГРАММЫ ПОДГОТОВКИ ВОЛОНТЕРОВ В ОЛИМПИЙСКОМ ДВИЖЕНИИ И ЕЕ ВНЕДРЕНИЕ В ПРОФЕССИОНАЛЬНОЕ ОБРАЗОВАНИЕ СЕРВИСНЫХ СПЕЦИАЛЬНОСТЕЙ

Мария Вадимовна Коренева, аспирант,

Денис Александрович Круžков, кандидат педагогических наук, доцент,

Кубанский государственный университет физической культуры, спорта и туризма

(КГУФКСТ),

г. Краснодар

Аннотация

Разработка программы подготовки волонтерского корпуса для обслуживания Олимпийских игр на основе изучения международного опыта позволяет сформировать социальную компетентность учащейся молодежи Кубани на основе ее внедрения в учебный процесс учреждений высшего и среднего профессионального образования для последующей работы на XXII Олимпийских и XI Паралимпийских зимних играх 2014 года в г. Сочи. Основной предмет изучения — технологии подготовки волонтеров на основе их интеграции в образовательное пространство в рамках специальности 100103 «Социально-культурный сервис и туризм». Результаты исследования имеют прикладное значение для подготовки специалистов в области сервиса и туризма и смежных специальностей, готовых выполнять функции волонтеров на Олимпийских играх.

Ключевые слова: Олимпийские игры, волонтерское движение, профессиональное образование сервисных специальностей.

DEVELOPMENT OF VOLUNTEER TRAINING PROGRAM IN OLYMPIC MOVEMENT AND ITS APPLICATION TO PROFESSIONAL EDUCATION IN THE FIELD OF SERVICES

Maria Vadimovna Koreneva, post-graduate student,

Denis Aleksandrovich Kružkov, candidate of pedagogical sciences, senior lecturer,

Kuban State University of Physical Education, Sports and Tourism,

Krasnodar

Abstract

Development of a volunteer training program on the basis of international experience and its further introduction into educational process at Postsecondary Institutions and Higher Education Establishments for involving students in voluntary service at the Olympic Games XXII and XI Paralympics of 2014 in the city of Sochi. The subject of the research is volunteer training technology and its introduction into educational process within the framework of 100103 specializations “Socio-Cultural Services and Tourism”. Results of our investigation have got applied function for the training specialists in the field of service and tourism and other specialists to be volunteers at the Olympic Games.

Key words: vocational training of service specialties, Olympic Games, volunteers movement.

Решение Международного олимпийского комитета об избрании города Сочи местом проведения XXII Олимпийских и XI Паралимпийских зимних игр 2014 года обусловило приоритетную направленность деятельности Олимпийского комитета Рос-

сии, Министерства спорта, туризма и молодежной политики Российской Федерации, а также всех профильных высших учебных заведений на активизацию образовательной и физкультурно-спортивной работы среди молодежи (Л. В. Тягачев, 2002, В. А. Фетисов, 2006, В. Л. Мутко, 2008).

Одним из путей решения данной проблемы, как свидетельствует международный (I. Lanzoni, Lykogianni D. 2000, D. Brettell, 2001, J. Rogge, 2001, Spanoudakis Y., 2004 и другие) и отечественный опыт (Н. А. Слабжанин, 2004, В. С. Родиченко, 2006, М. В. Коренева, 2007 и другие), может стать привлечение молодежи к участию в волонтерском и олимпийском движении.

Мы предположили, что анализ международного опыта подготовки волонтеров и его внедрение в учебный процесс учреждений высшего и среднего профессионального образования Краснодарского края и деятельность студенческих общественных организаций позволит направить социальную активность молодежи с целью привлечения в качестве добровольных помощников при организации XXII Олимпийских и XI Паралимпийских зимних игр 2014 года в г. Сочи и других крупных спортивных соревнований.

РЕЗУЛЬТАТЫ

Как показывает международный опыт, привлечение, набор и подготовка потенциальных волонтеров должны начинаться задолго до Олимпийских игр. Поэтому уже за шесть лет до начала Игр в Сочи Олимпийская академия Юга России и Кубанский государственный университет физической культуры, спорта и туризма (как профилирующий вуз) должны начать подготовку населения Краснодарского края к выполнению обязанностей добровольцев. Все вышеперечисленное диктует необходимость модернизации системы образования.

Вместе с тем, обучение добровольцев и их преподавателей должно строиться на основе олимпийского образования и совпадать с философией и принципами олимпизма. В связи с этим мы проанализировали доклады представителей 28 стран по вопросам олимпийского образования, представленные на VIII Международной Сессии Президентов и директоров Национальных олимпийских академий и официальных представителей Национальных олимпийских комитетов (Греция, Олимпия, 2006, 2008), и на этой основе разработали региональную программу подготовки волонтеров. Основными ее целями являются: распространение научных знаний об олимпизме, адаптированных к специфике различных отраслей медицины, истории, экономики, психологии, педагогики, информационных технологий, управления, анимации и сферы обслуживания, а также вклад в общее развитие молодежи с передачей необходимых знаний для того, чтобы волонтеры чувствовали уверенность при выполнении своих обязанностей.

Программа состоит из трех уровней: личностного, образовательного и технологического.

Личностный уровень определяет полное осознание работы, выполняемой волонтерами, деятельность в соответствии с идеалами и ценностями олимпизма, достижение образовательных целей олимпийского движения.

Образовательный уровень включает в себя изучение истории античных и современных Олимпийских игр, принципов олимпизма, информации о спортивных дисциплинах, истории города Сочи, олимпийского туризма и специфики сферы обслуживания при организации Олимпийских игр.

Технологический уровень содержит лекции, обсуждения, предполагает проведение конференций, фестивалей, спортивных соревнований с участием добровольцев, разработку интернет-сайтов о волонтерах, включение лекций по тематике Олимпийских игр в учебные планы факультетов социально-культурного сервиса различных вузов.

Также на основе изучения международного опыта выявлены основные технологии отбора и подготовки волонтеров, программы обучения которых к Олимпийским играм 1980-2008 гг. включали в себя от 50 до 150 часов теоретических занятий, тре-

нингов в малых группах и отработку навыков на небольших соревнованиях.

В рамках подготовки к проведению XXII Олимпийских и XI Паралимпийских зимних игр 2014 года в г. Сочи в КГУФКСТ была образована временная научная группа по информационно-методическому обеспечению и обучению студенческой молодежи для формирования волонтерского корпуса. В рамках ее деятельности осуществляется разработка проекта «Социально-педагогические аспекты формирования системы подготовки волонтеров для предстоящих XXII Олимпийских и XI Паралимпийских зимних игр 2014 года в г. Сочи», получившего совместный грант администрации Краснодарского края и Российского гуманитарного научного фонда проект № 08-06-38601а/Ю.

С сентября 2008 года в учебный план специальности 100103 «Социально-культурный сервис и туризм» Кубанского государственного университета физической культуры, спорта и туризма включена дисциплина «Организация и обслуживание Олимпийских игр», способствующая формированию профессионально-ориентированной, нравственной и творчески активной личности, которая участвует в процессе постоянного совершенствования и самосовершенствования, разностороннего развития и проявления своих способностей. Структура и содержание дисциплины представлены в таблице.

Таблица

Объем дисциплины «Организация и обслуживание Олимпийских игр»

№ п/п	ТЕМАТИКА ЗАНЯТИЙ	Количество часов				
		Всего часов	Лекции	Практические занятия	Семинарские занятия	Самостоятельная работа
1.	Введение в олимпизм. Агоны в античной Греции	12	2	2	1	7
2.	Международный олимпийский комитет и его функции	12	2	2	1	7
3.	Международный опыт олимпийского образования	12	2	2	1	7
4.	Олимпийский комитет и Олимпийские академии России	12	2	2	1	7
5.	Волонтерский корпус: история и назначение	12	2	2	1	7
6.	Волонтерский корпус: технологии подготовки	12	2	2	1	7
7.	Олимпийские церемонии и их роль в организации Игр	12	2	2	1	7
8.	Обслуживание спортсменов, соревнований и сооружений	12	2	2	1	7
9.	Специфика работы в олимпийской деревне	12	2	2	1	7
10.	Обслуживание спортсменов-паралимпийцев	12	2	2	1	7
ВСЕГО:		120	20	20	10	70

С целью расширения знаний студентов о волонтерском движении разработано пособие «Феномен волонтерства в общественной жизни и олимпийском движении (исторический аспект)», в котором рассматриваются принципы добровольчества и приводится краткий исторический очерк его развития в основных сферах деятельности. Пособие включает в себя 6 основных глав, раскрывая значимость волонтерского движения во всем мире в различных сферах общественной жизни: сущность современного волонтерства; международное добровольческое движение; почему люди работают бесплатно; волонтеры в олимпийском движении; этапы развития олимпийско-

го волонтерства; формирование современной модели олимпийского волонтера.

В качестве дополнения к пособию разработаны 2 открытые лекции «Социальные волонтеры» и «Олимпийские волонтеры», к которым подготовлены мультимедийные и видеоматериалы, включающие в себя историю развития понятия волонтерства и раскрытие его роли как в социальной сфере, так и в олимпийском движении.

На основании вышеизложенного сделаны следующие выводы:

1. Международная практика привлечения добровольных помощников для обслуживания Олимпийских игр ведет свою историю с 1896 года и постепенно сформировалась в отдельную научно обоснованную технологию, основными элементами которой являются олимпийское образование, коммуникативная компетентность и тренинг на олимпийских объектах.

2. Международные программы олимпийского образования, используемые в системе обучения волонтеров, предполагают изучение истории античных и современных Олимпийских игр, принципов олимпизма и честной игры, а также особенностей применения личного профессионального опыта в добровольной работе при обслуживании участников, судей и гостей Олимпийских и Паралимпийских игр.

3. Концепция разработанной программы подготовки волонтерского корпуса предполагает комплексный подход к решению поставленных задач на личностном, образовательном и технологическом уровнях.

4. Результаты анкетирования студентов после проведения занятий по дисциплине «Организация и обслуживание Олимпийских игр» показали, что внедрение данного курса существенно повысило интерес студентов к олимпийской проблематике и способствовало его внедрению в масштабах вуза с целью стимулирования активности молодежи в волонтерском обеспечении научно-методических и спортивно-оздоровительных мероприятий.

ЛИТЕРАТУРА

1. Абрамов, В. От Красной площади до Красной Поляны / В. Абрамов, П. Зарудный // Российская газета. – 2006. – 14 декабря.
2. Коренева, М.В. Феномен волонтерства в общественной жизни и олимпийском движении : (исторический аспект) / М.В. Коренева. – Краснодар : [б.и.], 2008. – 45 с.
3. Мутко, В.Л. Год молодежи в России в 2009 году // http://www.ruy.ru/mol_news.html?did=1807 : Официальный сайт Российского союза молодежи. – 03.10.2008.
4. Родиченко, В.С. Олимпийское образование в новой России / В.С. Родиченко. – М. : Физкультура и спорт, 2005. – 48 с.
5. Слабжанин, Н.Ю. Как эффективно работать с добровольцами / Н.Ю. Слабжанин. – Новосибирск. : Сибирский центр поддержки общественных инициатив, 2001. – 190 с.
6. Тягачев, Л.В. Будущее российского олимпийского движения : интервью радиостанции «Эхо Москвы» // <http://www.echo.msk.ru/programs/beseda/> 17791. – 04.03.2002.
7. Brettell, D. The Sydney volunteers // Olympic Review, December-January. – 2001. – Vol. XXVII, No. 42. – P. 37-43.
8. Lanzoni, I. The Volunteers during and after the Olympic Games : Youth Camp and Olympic Education School Programmes from / I. Lanzoni, D. Lykogianni // <http://olympicstudies.uab.es/volunteers/lanzoni.html>.
9. Rogge, J. Volunteerism // Olympic Review, December-January. – 2001. – Vol. XXVII, No. 42. – P. 3.
10. Spanoudakis, Y. The cultural and moral dimension of volunteering at the Olympic games of Athens 2004 // International Olympic Academy IOA forty-fourth session. – Ancient Olympia, 2004. – P. 103 - 107.

**ТЕХНОЛОГИЯ ПЕДАГОГИЧЕСКОГО РУКОВОДСТВА
САМООБРАЗОВАНИЕМ СТУДЕНТОВ ЭКОНОМИЧЕСКОГО ВУЗА**

*Iraida Mikhaylovna Kuznetsova, соискатель,
Алексеевский филиал Белгородского государственного университета,
г. Алексеевка*

Аннотация

В работе представлены результаты проведенного исследования по разработке технологии педагогического руководства самообразованием студентов экономического вуза. Автором выявлена ранговая структура компетенций, предъявляемых к эффективной самообразовательной деятельности студентов, и определены условия, необходимые для улучшения качества педагогического руководства самообразованием студентов. Экспериментально доказана высокая эффективность разработанной технологии.

Ключевые слова: самообразование, педагогическое руководство, студенты экономического вуза.

**TECHNOLOGY OF PEDAGOGICAL LEADERSHIP OF SELF-EDUCATION AT
ECONOMY INSTITUTE OF HIGHER LEARNING**

*Iraida Mikhaylovna Kuznetsova, competitor,
Alekseevsky branch of Belgorod State University,
Alekseevka*

Abstract

The results on developing technology of pedagogical leadership in self-education of students at economy higher learning are presented in the article. The author found out grade structure of competence, showed effective self education practice of students, and defined conditions necessary for improving pedagogical leadership. High efficiency of the developed technology has been experimentally proved by the author.

Key words: self self-education; pedagogical leadership; economy institute oh higher learning.

Основная цель профессионального образования заключается в подготовке высококвалифицированных, компетентных, способных к самостоятельному профессиональному росту в современных условиях экономического развития России специалистов. Все вышесказанное в полной мере относится и к выпускникам экономических вузов.

Как показало изучение специальной литературы, сущность самообразования студентов экономического вуза следует определить как целенаправленную систематическую познавательную деятельность.

Самообразование протекает на основе самодеятельности личности студента в соответствии с её индивидуальными возможностями, особенностями организации образовательного процесса в экономическом вузе и спецификой будущей профессиональной деятельности.

Цель самообразования состоит в расширении знаний, умений, навыков студентов в сфере экономики. Она определяет личное самосовершенствование, основанное на самоконтроле; овладение знаниями по теории и организации профессиональной деятельности на основе глубоких, перспективных внутренних мотивов и собственной инициативы.

Естественно, что самообразовательная деятельность студентов экономического вуза должна иметь педагогическое руководство. А педагогическое руководство этим процессом должно быть направлено на развитие внутренних мотивов у студентов к самообразованию; формирование цели самообразовательной деятельности; определение основных способов самообучения и самостоятельной подготовки; развитие уверенности в своих силах и способностях в процессе самообразования.

Анализ самообразовательной деятельности студентов позволил установить ряд закономерных зависимостей в их саморазвитии (табл. 1).

Таблица 1

Анализ корреляционной связи эффективности профессиональной деятельности в ходе учебной практики с основными компонентами готовности к самообразованию студентов в сфере экономики

№ п/п	Компоненты готовности к самообразованию	Эффективность профессиональной деятельности в ходе учебной практики
1	Устойчивая мотивация к самообразовательной деятельности в сфере экономики	+0,69
2	Нациленность на поиск новых, более эффективных способов решения профессиональных задач в сфере экономики	+0,58
3	Уровень развития знаний, навыков и умений при решении профессиональных задач	+0,45
4	Уверенность в своих силах и способностях в процессе самообразования	+0,44

Во-первых, на качество самообразования определяющее влияние оказывают уровень и направленность развития мотивации студентов. Полученные в ходе исследований результаты свидетельствуют, что высокого уровня саморазвития достигают лишь те из них, у которых сложились устойчивые социальные и внутренние мотивы: убежденность в необходимости улучшить качество профессионального образования; стремление повысить свой профессиональный уровень в процессе самообразовательной деятельности; завоевать авторитет у коллег и др.

Во-вторых, содержание и направленность самообразования зависят от профессиональной подготовленности и увлечений студентов. Ход и результаты экспериментальной работы показали, что процесс саморазвития начинается, как правило, с поиска приемов, обеспечивающих успешное решение экономических задач, затем он охватывает организационные и содержательные аспекты самообучения и, в последнюю очередь, распространяется на решение практических задач.

В-третьих, повышение уровня саморазвития во многом зависит от направленности самообразовательной деятельности студентов.

Практика показывает, что студенты, владеющие навыками самостоятельной работы, более эффективно участвуют в творческом поиске новых приёмов экономической деятельности, вносят более существенные и значимые предложения в обновление процесса профессионального обучения. Ранговая структура компетенций, предъявляемых к эффективной самообразовательной деятельности студентов, представлена в таблице 2.

В-четвёртых, анализ полученных результатов показал, что на саморазвитие в наибольшей степени влияют также действия руководства вуза и экономического факультета, которые направлены на материальное и моральное стимулирование студентов, организацию изучения передового педагогического опыта и контроля над самообразовательной деятельностью, а также на создание благоприятных условий для самостоятельной работы. Это отметили более 90% студентов.

Кроме того, в процессе исследования проводился опрос профессорско-преподавательского состава Белгородского государственного университета с целью определения ранговой структуры условий, необходимых для улучшения качества педагогического руководства самообразованием студентов. Результаты этого опроса представлены в таблице 3.

В-пятых, саморазвитие во многом зависит от эффективности деятельности студентов, связанной с самообразованием и самовоспитанием. Целенаправленное исследование данного аспекта проблемы показывает, что среди студентов с высоким и средним уровнем профессионального развития более 90% постоянно занимаются самосовершенствованием и только 8% – периодически.

Таблица 2

Ранговая структура компетенций, предъявляемых к эффективной самообразовательной деятельности студентов экономического вуза (n=127)

Значимость (ранговое место)	Компетенция	Удельный вес*, %
1	Вклад в выполняемую самостоятельную работу	15,7
2	Самообучение	14,3
3	Взаимопонимание в студенческом коллективе	11,2
4	Уверенность в себе	8,8
5	Самоконтроль	7,7
6	Умение проводить профессиональную экспертизу деятельности других	5,8
7	Ориентация на высокое качество самообучения	5,7
8	Сотрудничество с педагогами в процессе самообразовательной деятельности	5,3
9	Аналитическое мышление	5,2
10	Концептуальное мышление	5,2
11	Инициативность	5,1
12	Гибкость	5,0
13	Уверенность в своих силах	4,9

Примечание: «Удельный вес» – частота проявления данной способности у студентов высокого уровня, отличающая их от студентов «среднего» уровня.

Таблица 3

Ранговая структура условий, необходимых для улучшения качества педагогического руководства самообразованием студентов экономических вузов (n=81)

Значимость (ранговое место)	Условия, необходимые для улучшения качества педагогического руководства самообразованием студентов в сфере экономики	Ранговый показатель (в %)
1	Устойчивая внутренняя мотивация студента к самообразованию в сфере экономической деятельности	18,8
2	Наличие необходимого времени для самообразования студентов в сфере экономики	11,2
3	Максимальная реализация индивидуальных возможностей студентов в самообразовании	10,3
4	Положительное отношение и методическая помощь преподавателей в самосовершенствовании студентов	9,7
5	Наставничество опытных педагогов по отношению к студентам в вопросах самообразования	8,8
6	Традиции вуза, распространение положительного опыта в проведении мероприятий по самообразованию студентов	8,7
7	Проявляемый интерес преподавателей к самообразованию студентов и готовность к взаимодействию с ними	8,5
8	Наличие методических рекомендаций по проведению самообучения и самостоятельной работы для студентов	8,4
9	Высокий уровень овладения студентами навыками проведения самостоятельной работы	8,2
10	Проведение мероприятий по выработке уверенности у студентов в своих силах в процессе самообразовательной деятельности	7,4

В результате проведенного анализа самообразовательной деятельности была установлена структура готовности студентов к самообразованию, состоящая из трех уровней.

На первом уровне формируется готовность к копирующей деятельности. У студентов преобладает внешняя мотивация к самообразованию и низкий уровень саморе-

гуляции. Студенты лишь осмысленно подражают, копируют действия преподавателей экономического вуза.

На втором уровне формируется готовность к воспроизведющей деятельности при сохранении преобладания внешней мотивации. На данном уровне студенты в состоянии самостоятельно воспроизвести усвоенный совместно с преподавателем профессиональный приём и использовать его в аналогичных условиях деятельности.

На третьем уровне формируется готовность к собственно самообразовательной деятельности. Данный уровень готовности характеризуется наличием у студентов внутренней мотивации к самообразованию и высокого уровня саморегуляции. Это позволяет самостоятельно принимать правильные решения в сфере экономической деятельности.

На заключительном этапе исследования разрабатывалась технология педагогического руководства самообразовательной деятельностью студентов экономического вуза и экспериментально проверялась ее эффективность.

В основу разработки данной технологии были положены результаты анализа самообразовательной деятельности студентов, в результате чего была установлена структура их готовности к самообразованию. С учетом этих данных была разработана технология педагогического руководства самообразованием студентов экономического вуза, состоящая из четырёх этапов: «подготовительного»; «организационного»; «деятельностного»; «аналитического».

I этап «подготовительный». Решаемые задачи:

- Определить исходный уровень подготовленности студентов в сфере экономики (теоретико-методическая и профессиональная подготовленность).
- Оценить наличие осознанной потребности в самообразовательной деятельности и ее мотивов.
- Оценить отношение студентов к источникам (средствам) самообразования в сфере экономики.
- Оценить уровень сформированности у студентов умений и навыков проведения самостоятельной работы.

II этап «организационный». Решаемые задачи:

- Поставить цель и задачи самостоятельной работы для студентов в сфере экономики.
- Спланировать содержание самостоятельной работы в соответствии с требованиями учебных программ.
- Определить степень сложности самостоятельной работы для каждого студента, исходя из индивидуальных возможностей.
- Провести инструктаж студентов перед самостоятельной работой в сфере экономики.

III этап «деятельностный». Решаемые задачи:

- Оказывать методическую помощь студентам при выполнении самостоятельных заданий и возникающих при этом затруднениях.
- Контролировать, чтобы самообучение было разнообразным и вносило элемент новизны в самообразование студентов.
- Своевременно реагировать на предложения студентов по улучшению качества проведения занятий, направленных повышение уровня профессиональных знаний.

IV этап «аналитический». Решаемые задачи:

- Оценить степень достижения цели - самообразование студентов в сфере экономики.
- Осуществлять контроль за самообразованием студентов в сфере экономики.
- Вносить корректизы в процесс самообразования, исходя из появления новых требований, изложенных в руководящих документах Правительства Российской

Федерации.

- Анализировать степень роста профессионального мастерства студентов в сфере повышения уровня экономических знаний.

Эффективность данной технологии проверялась в ходе организованного нами педагогического эксперимента.

Результаты педагогического эксперимента свидетельствуют о высокой эффективности разработанной технологии педагогического руководства самообразовательной деятельностью студентов экономического вуза (табл. 4).

Таблица 4

**Сформированность профессиональных умений у студентов экспериментальной и контрольной групп в ходе проведения педагогического эксперимента (в баллах)
(n=27)**

Профессиональные умения	Группы	Начало эксперимента	Конец эксперимента	P
1. Гностические умения	КГ	3,59±0,14	3,61±0,18	>0,05
	ЭГ	3,52±0,17	4,71±0,12	<0,05
2. Конструктивные умения	КГ	3,21±,019	3,47±,015	>0,05
	ЭГ	3,15±0,21	4,32±0,14	<0,05
3. Проектировочные умения	КГ	3,32±0,18	3,55±0,12	>0,05
	ЭГ	3,28±0,15	4,37±0,16	<0,05
4. Экономические умения	КГ	2,97±0,14	3,81±0,12	<0,05
	ЭГ	2,88±0,15	4,25±0,18	<0,05
5. Коммуникативные умения	КГ	3,45±0,23	3,87±0,19	>0,05
	ЭГ	3,47±0,27	3,85±0,17	>0,05
6. Уровень саморазвития в сфере экономической деятельности	КГ	2,55±0,17	3,68±0,16	<0,05
	ЭГ	2,48±0,15	3,98±0,18	<0,05

ВЫВОД

Проведенное исследование позволяет заключить, что педагогическое руководство самообразованием студентов экономического вуза представляет собой относительно длительный процесс, включающий в себя несколько этапов. Динамика этого процесса зависит от индивидуальных особенностей личности студента, его профессиональной подготовленности, развития мотивации, организации самостоятельной работы.

ЛИТЕРАТУРА

1. Айзенберг, А.Я. Самообразование : история, теория и современные проблемы / А.Я. Айзенберг. – М. : Высшая школа, 1986. – 126 с.
2. Зборовский, Г.А. Самообразование – парадигма XXI века / Г.А. Зборовский, Е.А. Щуклина // Высшее образование в России. – 2003. – № 5. – С. 25-32.
3. Трофимова, Н.М. Самообразование и творческое развитие личности будущего специалиста / Н.М. Трофимова, Е.И. Еремина // Педагогика. – 2003. – № 2. – С. 42-50.
4. Щуклина, Е.А. Технологии самообразования: социологический аспект / Е.А. Щуклина // Общественные науки и современность. – 1999. – № 5. – С. 140-151.

КОМПЛЕКСНАЯ МЕТОДИКА ПРОВЕДЕНИЯ ФИЗИЧЕСКОЙ ПОДГОТОВКИ С ОФИЦЕРАМИ ДЕЖУРНЫХ СМЕН КОСМИЧЕСКИХ ВОЙСК

*Валерий Викторович Лапин, соискатель,
Военный институт физической культуры (ВИФК),
Санкт-Петербург*

Аннотация

В работе представлены результаты проведенного исследования по разработке комплекс-

Федерации.

- Анализировать степень роста профессионального мастерства студентов в сфере повышения уровня экономических знаний.

Эффективность данной технологии проверялась в ходе организованного нами педагогического эксперимента.

Результаты педагогического эксперимента свидетельствуют о высокой эффективности разработанной технологии педагогического руководства самообразовательной деятельностью студентов экономического вуза (табл. 4).

Таблица 4

Сформированность профессиональных умений у студентов экспериментальной и контрольной групп в ходе проведения педагогического эксперимента (в баллах)

(n=27)

Профессиональные умения	Группы	Начало эксперимента	Конец эксперимента	P
1. Гностические умения	КГ	3,59±0,14	3,61±0,18	>0,05
	ЭГ	3,52±0,17	4,71±0,12	<0,05
2. Конструктивные умения	КГ	3,21±,019	3,47±,015	>0,05
	ЭГ	3,15±0,21	4,32±0,14	<0,05
3. Проектировочные умения	КГ	3,32±0,18	3,55±0,12	>0,05
	ЭГ	3,28±0,15	4,37±0,16	<0,05
4. Экономические умения	КГ	2,97±0,14	3,81±0,12	<0,05
	ЭГ	2,88±0,15	4,25±0,18	<0,05
5. Коммуникативные умения	КГ	3,45±0,23	3,87±0,19	>0,05
	ЭГ	3,47±0,27	3,85±0,17	>0,05
6. Уровень саморазвития в сфере экономической деятельности	КГ	2,55±0,17	3,68±0,16	<0,05
	ЭГ	2,48±0,15	3,98±0,18	<0,05

ВЫВОД

Проведенное исследование позволяет заключить, что педагогическое руководство самообразованием студентов экономического вуза представляет собой относительно длительный процесс, включающий в себя несколько этапов. Динамика этого процесса зависит от индивидуальных особенностей личности студента, его профессиональной подготовленности, развития мотивации, организации самостоятельной работы.

ЛИТЕРАТУРА

1. Айзенберг, А.Я. Самообразование : история, теория и современные проблемы / А.Я. Айзенберг. – М. : Высшая школа, 1986. – 126 с.
2. Зборовский, Г.А. Самообразование – парадигма XXI века / Г.А. Зборовский, Е.А. Щуклина // Высшее образование в России. – 2003. – № 5. – С. 25-32.
3. Трофимова, Н.М. Самообразование и творческое развитие личности будущего специалиста / Н.М. Трофимова, Е.И. Еремина // Педагогика. – 2003. – № 2. – С. 42-50.
4. Щуклина, Е.А. Технологии самообразования: социологический аспект / Е.А. Щуклина // Общественные науки и современность. – 1999. – № 5. – С. 140-151.

КОМПЛЕКСНАЯ МЕТОДИКА ПРОВЕДЕНИЯ ФИЗИЧЕСКОЙ ПОДГОТОВКИ С ОФИЦЕРАМИ ДЕЖУРНЫХ СМЕН КОСМИЧЕСКИХ ВОЙСК

*Валерий Викторович Лапин, соискатель,
Военный институт физической культуры (ВИФК),
Санкт-Петербург*

Аннотация

В работе представлены результаты проведенного исследования по разработке комплекс-

ной методики проведения физической подготовки с офицерами дежурных смен космических войск, направленной на совершенствование наиболее развитых физических качеств. Автором определена ранговая структура педагогических условий, необходимых для повышения эффективности проведения физической подготовки офицеров космических войск к несению боевого дежурства. Экспериментально доказана высокая эффективность разработанной методики.

Ключевые слова: физическая подготовка; офицеры; космические войска.

COMPLEX METHODS OF PHYSICAL TRAINING FOR OFFICERS ON DUTY IN SPACE ARMIES

*Valery Viktorovich Lapin, competitor,
Military Institute of Physical Educations,
Saint-Petersburg*

Abstract

There have been done some investigations on working out of a complex method of realization of physical training for officers on duty shifts in Space armies, directed on perfecting most developed physical abilities. The author has defined grades structure of the pedagogical conditions necessary for raising efficiency of physical training of officers on duty shifts in Space armies. High efficiency of the developed method has been experimentally proved by the author.

Key words: physical training; officers on duty shifts; Space armies.

В настоящее время вопросы обеспечения безопасности воздушно-космического пространства являются наиболее важными для многих стран.

На современном этапе реформирования Вооруженных Сил Российской Федерации с большой остротой встает проблема укрепления их качественных параметров как боевой техники, вооружения, так и личного состава. Повышение и поддержание физической подготовленности офицеров дежурных смен космических войск является в настоящее время одной из важнейших проблем.

В последние годы наметилась устойчивая тенденция снижения уровня физической подготовленности и функционального состояния организма офицеров, что отрицательно сказывается на результатах несения боевого дежурства (В.Н. Приходько, 1993; А.В. Кузнецов, 2003; А.В. Борисов, 2007 и др.). Такая негативная тенденция стимулирует поиск новых средств, форм и методов улучшения физического состояния и укрепления здоровья офицеров, несущих боевое дежурство.

Как показали проведённые исследования, усложнившееся в последние годы техническое оснащение командных пунктов космических войск, их компьютеризация предъявляют новые требования, как к физическим, так и к психическим качествам офицеров.

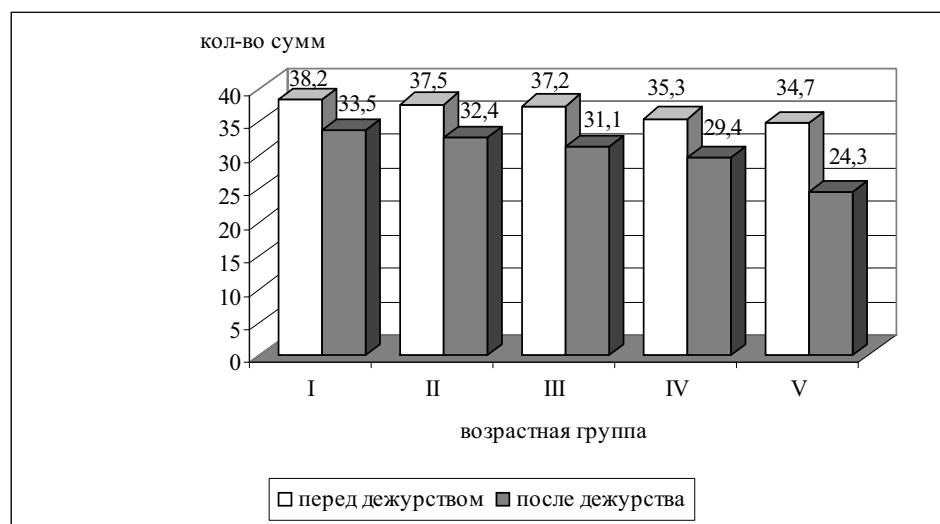


Рис. 1. Изменения показателя быстроты мышления до заступления на дежурство и после дежурства

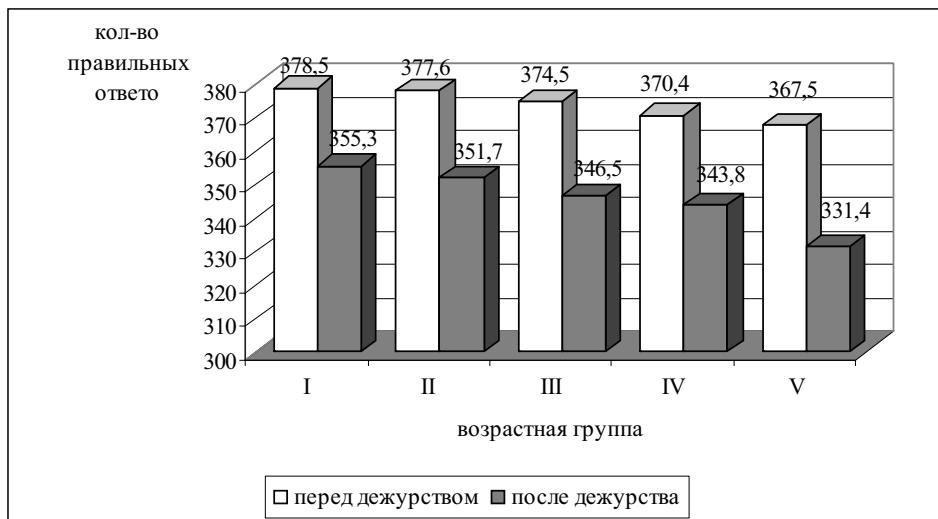


Рис. 2. Изменения показателя перевода внимания до заступления на дежурство и после дежурства

В процессе исследования определялась степень влияния неблагоприятных факторов военно-профессиональной деятельности на физическое состояние офицеров дежурных смен космических войск, а также обосновывались педагогические условия, необходимые для повышения эффективности проведения физической подготовки офицеров к несению боевого дежурства.

Как свидетельствуют проведенные исследования, несение боевого дежурства отрицательно влияет на показатели физической подготовленности офицеров. Особенно велико воздействие неблагоприятных факторов в процессе несения боевого дежурства на психофизиологические показатели офицеров (рис. 1, 2).

В ходе проведенного исследования установлено, что офицеры, регулярно занимающиеся физическими упражнениями, в среднем на 12% дольше сохраняют высокий уровень работоспособности во время несения боевого дежурства.

С целью выявления педагогических условий, необходимых для повышения эффективности физической подготовки офицеров Космических войск, проводился опрос специалистов по физической подготовке и командиров дежурных смен. Всего в опросе приняли участие 77 человек. Результаты опроса представлены в таблице 1.

Таблица 1

Ранговая структура педагогических условий, необходимых для повышения эффективности проведения физической подготовки офицеров к несению боевого дежурства

Значимость (ранговое место)	Педагогические условия	Ранговый показатель, %
1	Совершенствование наиболее развитых физических качеств у офицеров	20,7
2	Демократический подход в выборе средств тренировки	18,2
3	Применение гибкого планирования физической подготовки офицеров	14,5
4	Повышение уровня методической подготовленности офицеров к проведению самостоятельной физической тренировки	12,6
5	Научно-методическое, программное и другие формы обеспечения тренировочного процесса по физической подготовке	12,4
6	Создание материально-технической базы в сфере спорта в военных городках и на местах несения боевого дежурства	10,5
7	Применение вариативных учебных программ по физической подготовке	6,8
8	Формирование групп для занятий физической подготовкой с учетом спортивных интересов	4,3

Комплексная методика проведения физической подготовки офицеров космических войск представлена на рисунке 3.

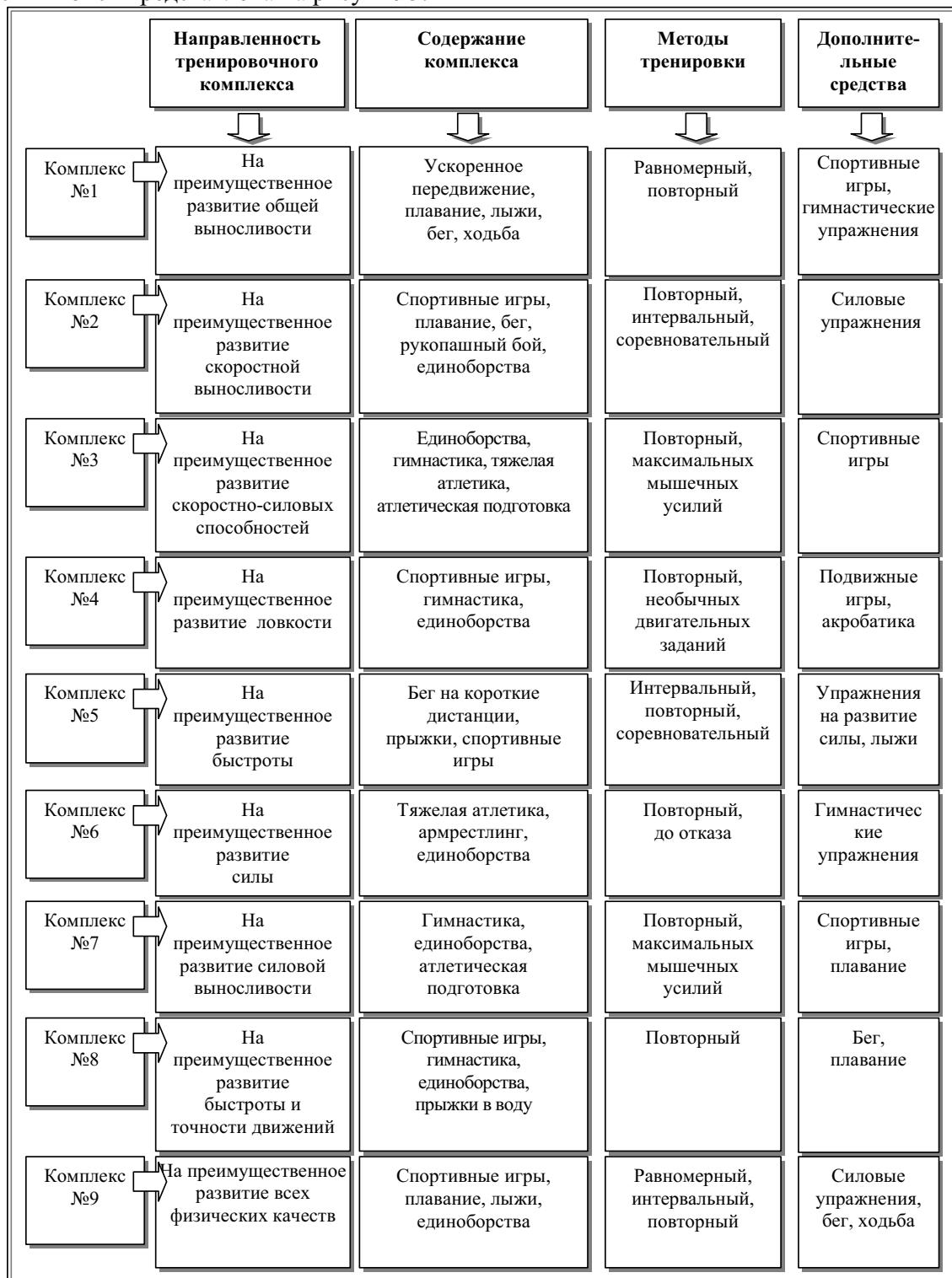


Рис. 3. Комплексная методика проведения физической подготовки офицеров дежурных смен космических войск, направленная на совершенствование наиболее развитых физических качеств

Данная методика состоит из девяти комплексов упражнений, созданных на основе опроса офицеров. Результаты опроса свидетельствуют, что наиболее популярными видами спорта среди офицеров являются: спортивные игры (37,6%), единоборства (22,6%), плавание (12,7%), ускоренное передвижение и лыжный спорт (9,6%), гимна-

стика и атлетическая подготовка (6,1%).

Эффективность комплексной методики проверялась в ходе педагогического эксперимента.

Результаты педагогического эксперимента свидетельствуют о положительном влиянии экспериментальной комплексной методики, направленной на совершенствование наиболее развитых физических качеств офицеров (табл. 2).

Таблица 2

**Показатели уровня подготовленности офицеров
экспериментальной и контрольной групп**

Показатели	ЭГ		P	КГ		P
	до экспери-мента	в конце экспери-мента		до экспери-мента	в конце экспери-мента	
Физическое развитие и функциональное состояние						
Рост стоя, см	174,7±0,6	175,1±0,7	>0,05	173,9±0,5	174,3±0,6	>0,05
Вес, кг	78,4±0,5	77,2±0,6	>0,05	79,1±0,5	79,2±0,6	>0,05
ЖЭЛ, л	4078±35,6	4199±36,9	<0,05	4075±36,1	4087±37,2	>0,05
Проба Штанге, с	56,46±1,98	71,8±1,97	<0,05	55,13±1,95	59,26±1,99	>0,05
Проба Генчи, с	38,52±1,55	49,3±1,61	<0,05	39,22±1,51	42,7±1,57	>0,05
Проба Руфье, у.е.	5,5±0,16	4,2±0,19	<0,05	5,6±0,15	5,4±0,17	>0,05
Степ-тест, балл	74,35±0,78	88,5±0,79	<0,05	73,68±0,74	77,44±0,81	>0,05
Физическая подготовленность						
Подтягивание на перекладине, кол-во раз	8,9±0,56	10,9±0,61	<0,05	9,1±0,59	9,2±0,63	>0,05
Комплексное силовое упражнение, кол-во раз	45,8±1,63	51,4±1,66	<0,05	46,4±1,67	48,6±1,73	>0,05
Бег на 100 метров, с	15,9±0,15	14,2±0,17	<0,05	15,8±0,16	15,3±0,17	>0,05
Бег на 1000 метров, с	249,8±2,87	232,5±2,85	<0,05	251,5±2,89	248,4±2,87	>0,05
Комплексное упражнение с баскетбольным мячом, с	10,5±0,17	9,4±0,16	<0,05	10,1±0,17	10,3±0,18	>0,05
Психофизиологические показатели						
Оперативная память, кол-во сумм	35,2±1,04	42,8±1,11	<0,05	34,9±1,07	35,1±1,09	>0,05
Быстрота мышления, кол-во ошибок	4,2±0,38	3,3±0,28	<0,05	4,4±0,39	4,2±0,39	>0,05
Переключение внимания, кол-во правильных ответов	365,2±3,14	379,5±3,16	<0,05	364,9±3,17	367,8±3,21	>0,05
Устойчивость внимания, %	75,2±1,23	85,7±1,36	<0,05	74,9±1,26	76,8±1,27	>0,05
Распределение внимания, кол-во правильных ответов	34,2±0,29	42,5±0,35	<0,05	33,9±0,27	36,4±0,31	>0,05

Объективным критерием эффективности экспериментальной программы по физической подготовке офицеров космических войск выступала оценка за несение боевого дежурства, данная командиромвойской части. Средний балл за дежурство у офицеров экспериментальной группы был на 9,1% выше, чем в контрольной.

ВЫВОД

Таким образом, проведенное исследование свидетельствует о высокой эффективности разработанной комплексной методики применения физических упражнений, направленных на совершенствование наиболее развитых физических качеств офицеров космических войск.

ЛИТЕРАТУРА

1. Борисов, А.В. Педагогическая технология организации физической подготовки офицеров радиотехнических частей ВВС ПВО с использованием функционально-дифференцированного подхода / А.В.Борисов // Ученые записки университета имени П.Ф. Лесгафта. – 2007. – № 12 (34). – С. 22-26
2. Кузнецов, А.В. Управление оздоровительной физической тренировкой офицеров старших возрастных групп высших военно-учебных заведений : автореф. дис. ... канд. пед. наук / Кузнецов А.В. ; Воен. ин-т физ. культуры. – СПб., 2003. – 25 с.
3. Приходько, В.Н. Физическая подготовка военнослужащих в системе физического воспитания : лекция / В.Н. Приходько ; ЯВЗРКУ. – Ярославль : [б.и.], 1993. – 56 с.

ВОЗМОЖНОСТИ ПРОГНОЗИРОВАНИЯ ТЕСТА НА МАКСИМАЛЬНОЕ ПОТРЕБЛЕНИЕ КИСЛОРОДА

Виктор Андреевич Милодан, кандидат педагогических наук,

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

Аннотация

Исследования показали, что сама величина максимального потребления кислорода (МПК) не отражает максимальных аэробных возможностей, которые являются понятием субъективальным. Большую прогностическую ценность имеет не сама величина МПК, а время наступления этого показателя в нагрузках с повышающейся мощностью, которая зависит от предшествующей экономизации и напряженности в аэробном метаболизме.

Ключевые слова: максимальные аэробные возможности, потребление кислорода, экономизация.

POSSIBILITY OF TEST PROGNOSING ON MAXIMUM OXYGEN CONSUMPTION

Victor Andreevich Milodan, candidate pedagogic sciences,

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

Abstract

Investigations have been showed, that the value of maximum oxygen consumption (MOC) does not reflect the real maximum aerobic capabilities which are a collective concept. More prognostic value has got not only a quantity of MOC itself but the time of index appearing on raised power in loads that in its turn connects with previous economizing and tensing in aerobic metabolism.

Key words: maximum aerobic capability, consumption of oxygen, aerobic metabolism, economizing.

При определении максимальных аэробных возможностей (VO_2 max), максимального потребления кислорода (МПК) используется тест со ступенчато-нарастающей нагрузкой в беге на третбане, рекомендованной международной биологической программой (JBP), где начальная скорость бега (V) равна 4 м/с и через каждые 2 минуты увеличивается на 0,5 м/с.

На последней ступени бега, когда V бега = 6 м/с испытуемый бежит до отказа. С точки зрения определения скорости МПК (VO_2 max), это не вызывает сомнений. При-

ВЫВОД

Таким образом, проведенное исследование свидетельствует о высокой эффективности разработанной комплексной методики применения физических упражнений, направленных на совершенствование наиболее развитых физических качеств офицеров космических войск.

ЛИТЕРАТУРА

1. Борисов, А.В. Педагогическая технология организации физической подготовки офицеров радиотехнических частей ВВС ПВО с использованием функционально-дифференцированного подхода / А.В.Борисов // Ученые записки университета имени П.Ф. Лесгафта. – 2007. – № 12 (34). – С. 22-26
2. Кузнецов, А.В. Управление оздоровительной физической тренировкой офицеров старших возрастных групп высших военно-учебных заведений : автореф. дис. ... канд. пед. наук / Кузнецов А.В. ; Воен. ин-т физ. культуры. – СПб., 2003. – 25 с.
3. Приходько, В.Н. Физическая подготовка военнослужащих в системе физического воспитания : лекция / В.Н. Приходько ; ЯВЗРКУ. – Ярославль : [б.и.], 1993. – 56 с.

ВОЗМОЖНОСТИ ПРОГНОЗИРОВАНИЯ ТЕСТА НА МАКСИМАЛЬНОЕ ПОТРЕБЛЕНИЕ КИСЛОРОДА

*Виктор Андреевич Милодан, кандидат педагогических наук,
Национальный государственный университет физической культуры, спорта и здраво-
вья имени П.Ф. Лесгафта, Санкт-Петербург,
(НГУ им. П.Ф. Лесгафта, Санкт-Петербург)*

Аннотация

Исследования показали, что сама величина максимального потребления кислорода (МПК) не отражает максимальных аэробных возможностей, которые являются понятием субъективальным. Большую прогностическую ценность имеет не сама величина МПК, а время наступления этого показателя в нагрузках с повышающейся мощностью, которая зависит от предшествующей экономизации и напряженности в аэробном метаболизме.

Ключевые слова: максимальные аэробные возможности, потребление кислорода, экономизация.

POSSIBILITY OF TEST PROGNOSING ON MAXIMUM OXYGEN CONSUMPTION

*Victor Andreevich Milodan, candidate pedagogic sciences,
Lesgaft National State University of Physical Education, Sport and Health, St.-Petersburg*

Abstract

Investigations have been showed, that the value of maximum oxygen consumption (MOC) does not reflect the real maximum aerobic capabilities which are a collective concept. More prognostic value has got not only a quantity of MOC itself but the time of index appearing on raised power in loads that in its turn connects with previous economizing and tensing in aerobic metabolism.

Key words: maximum aerobic capability, consumption of oxygen, aerobic metabolism, economizing.

При определении максимальных аэробных возможностей (VO_2 max), максимального потребления кислорода (МПК) используется тест со ступенчато-нарастающей нагрузкой в беге на третбане, рекомендованной международной биологической программой (JBP), где начальная скорость бега (V) равна 4 м/с и через каждые 2 минуты увеличивается на 0,5 м/с.

На последней ступени бега, когда V бега = 6 м/с испытуемый бежит до отказа. С точки зрения определения скорости МПК (VO_2 max), это не вызывает сомнений. При-

чем эта величина (разная у разных людей) может появляться на разных ступенях нагрузки и возможно задолго до отказа от нагрузки у одних испытуемых и в момент отказа - у других. Сама величина скорости МПК зависит от составляющих ее: процента потребления кислорода (% O_2), легочной вентиляции (VE л/мин), потребления кислорода (VO_2), веса испытуемого. Неизвестно, совпадает ли скорость МПК с максимальным объемным кровотоком.

Встречаются величины скорости МПК у малотренированных спортсменов, которые превышают таковые у высококвалифицированных бегунов. Сама величина скорости МПК не имеет высокой прогнозируемой ценности в спорте. Отмечалось снижение этой величины, несмотря на рост спортивных результатов, в беге на длинные дистанции (Калиниченко А.И., 1978). Уже известно, что в период гипоксических-гиперкапнических режимов дыхания происходит сильнейшая активизация механизмов аэробного энергообеспечения, что при переходе на обычное дыхание позволяет достичь скорости потребления кислорода, значительно превышающую скорость МПК испытуемых. В отдельном случае у испытуемых эти величины достигали 90 и даже 100 мл/мин/кг. При этом эти величины были получены на скорости бега 4,5 м/с (Милодан В.А., 2008). Определен диапазон максимальной активизации аэробного энергообеспечения, превышающий аэробный максимум испытуемых в teste на МПК на 119, а индивидуально - на 160% (Милодан В.А., 2008). В наших исследованиях время (T) наступления МПК зависит от предшествующей экономизации и напряженности в аэробном метаболизме. T наступления МПК имеет высокую корреляцию (0,85-0,96) с T бега в teste с нарастающей нагрузкой (Милодан В.А., 1984, 2008). Видимо, этот показатель следует считать одним из основных при определении аэробных возможностей. Конечно, известную ценность имеет и величина процента O_2 , которая зависит от диффузационной способности легких для кислорода (ДЛО $_2$).

В наших исследованиях испытуемые тестировались дважды через 1,5 месяца тренировок. Во втором тестировании при такой же VE, как в первом тестировании, процент O_2 оказался почти на 0,5 выше, чем в первом тестировании. Соответственно, стало выше потребление кислорода VO_2 . При этом T наступления одинаковых VE во втором тестировании стало больше почти на 30 секунд, чем в первом. В этом случае решающим становится ДЛО $_2$, максимальный резерв которой при специализированной тренировке в наших исследованиях достигает диапазона 180-206%.

Определенную значимость в оценке аэробных возможностей может играть величина T удержания (VO_2) в пределах 96-98% от МПК, что характеризует устойчивость в аэробной мощности на уровне около максимальных величин в тестах с повышающейся нагрузкой. Но в этом случае вопрос касается аэробной работоспособности на уровне определенной мощности нагрузки. Величина T удержания МПК, если испытуемый еще не отказался от нагрузки и еще не началось некоторое снижение VO_2 и его можно зарегистрировать в течение нескольких 30-секундных промежутков времени, видимо, может иметь высокую корреляцию с T бега.

МПК является количественным выражением уровня здоровья, т.е. показателем «количества» здоровья и чем больше мощность и емкость реализуемого энергопотенциала, эффективность его расходования, тем выше уровень индивидуального здоровья, считает Г.А. Апанасенко с соавт. (1988), а оздоровительный эффект (по мнению автора) связывают только с величиной общей выносливости и работоспособности, критерием которых является величина МПК. В том то и дело, что мощность и емкость энергопотенциала вовсе не следует так плотно увязывать между собой. Емкость энергопотенциала марафонца вовсе не предусматривает огромную мощность энергопотенциала – в данном случае МПК - максимальную скорость потребления кислорода - всего лишь скорость.

Имеются сведения о том, что группа бегунов за 1,5 месяца тренировок не увеличила (даже несколько снизила) МПК, однако, достоверно увеличила работоспособность в teste на МПК (Милодан В.В., 1984, 2008). Это стало возможным за счет пред-

шествующей экономизации в аэробном и анаэробном энергообразовании на стандартных участках нагрузки. В этой группе не было достоверной взаимосвязи величины МПК с Т бега. Была высокая взаимосвязь между показателями Т наступления МПК и Т бега.

Можно полагать, что скорость МПК не является определяющим фактором аэробной работоспособности. Допустимо считать, что состояние сердечно-сосудистой системы играет более важную роль в разделе аэробной работоспособности, чем скорость МПК, а понятие «максимальные аэробные возможности» не должно включать в себя только максимальную скорость потребления кислорода ($VO_2 \text{ max}$), иначе в реальности такие возможности так и останутся возможностями и не будут отражать в действительности других факторов аэробной работоспособности. В противном случае, можно разработать много различных модифицированных тестов, в которых потребление кислорода превысит скорость МПК в teste с нарастающей нагрузкой.

Представляется, что понятие «аэробные возможности» должно быть собирательным, включающим в себя качественные и количественные стороны этого процесса: максимальный процент O_2 , максимальный кислородный пульс, скорость МПК и время его наступления, $VE \text{ max}$ и Т ее наступления, состояние сосудистого тонуса, динамику молочной кислоты, дыхательный коэффициент, максимальный объем минутного кровотока и Т его наступления. Возможны другие показатели. При этом часть этих показателей можно получать и в других тестах. Несомненный интерес могут представлять взаимосвязи этих показателей с аэробной работоспособностью.

Для представителей адаптивной физической культуры и для клинических исследований нужна карта показателей аэробного состояния, в которую будут входить различные показатели, связанные с аэробными возможностями и аэробной работоспособностью, а также указаны оценочные зоны аэробных возможностей и аэробной работоспособности.

ЛИТЕРАТУРА

1. Апанасенко, Г.Л. Физическое здоровье и максимальная аэробная способность индивида. / Г.Л. Апанасенко, Р.Г. Науменко // Теория и практика физической культуры. – 1988. – № 6. – С. 29-30.
2. Калиниченко, А.И. Исследование критериев контроля специальной работоспособности и классификация тренировочных беговых средств у стайеров старших разрядов : дис. ... канд. пед. наук / Калиниченко А.И. ; Ленингр. гос. ун-т им. А.А. Жданова. – Л., 1978. – 156 с.
3. Милодан, В.А. Увеличение резервных возможностей дыхательной системы и повышение работоспособности в беге методом регламентированного управления дыханием // Вопросы физического воспитания студентов. Т. Х1У / Ленингр. гос. ун-т. – Л., 1984. – С. 110-120.
4. Милодан, В.А. Влияние регламентированных режимов дыхания на увеличение работоспособности в беге : автореф. дис. ... канд. пед. наук / Милодан В.А. ; С.-Петербург. гос. ун-т физ. культуры им. П. Ф. Лесгафта. – СПб., 2008. – 23 с.

СОЦИАЛЬНО-ПЕДАГОГИЧЕСКИЙ МЕХАНИЗМ УПРАВЛЕНИЯ РАЗВИТИЕМ ХОККЕЯ В СЕВЕРО-ЗАПАДНОМ РЕГИОНЕ РОССИИ

Леонид Владимирович Михно, кандидат педагогических наук, заведующий кафедрой хоккея,

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

Аннотация

В статье дается научное обоснование социально-педагогического механизма управления

шествующей экономизации в аэробном и анаэробном энергообразовании на стандартных участках нагрузки. В этой группе не было достоверной взаимосвязи величины МПК с Т бега. Была высокая взаимосвязь между показателями Т наступления МПК и Т бега.

Можно полагать, что скорость МПК не является определяющим фактором аэробной работоспособности. Допустимо считать, что состояние сердечно-сосудистой системы играет более важную роль в разделе аэробной работоспособности, чем скорость МПК, а понятие «максимальные аэробные возможности» не должно включать в себя только максимальную скорость потребления кислорода ($VO_2 \text{ max}$), иначе в реальности такие возможности так и останутся возможностями и не будут отражать в действительности других факторов аэробной работоспособности. В противном случае, можно разработать много различных модифицированных тестов, в которых потребление кислорода превысит скорость МПК в teste с нарастающей нагрузкой.

Представляется, что понятие «аэробные возможности» должно быть собирательным, включающим в себя качественные и количественные стороны этого процесса: максимальный процент O_2 , максимальный кислородный пульс, скорость МПК и время его наступления, $VE \text{ max}$ и Т ее наступления, состояние сосудистого тонуса, динамику молочной кислоты, дыхательный коэффициент, максимальный объем минутного кровотока и Т его наступления. Возможны другие показатели. При этом часть этих показателей можно получать и в других тестах. Несомненный интерес могут представлять взаимосвязи этих показателей с аэробной работоспособностью.

Для представителей адаптивной физической культуры и для клинических исследований нужна карта показателей аэробного состояния, в которую будут входить различные показатели, связанные с аэробными возможностями и аэробной работоспособностью, а также указаны оценочные зоны аэробных возможностей и аэробной работоспособности.

ЛИТЕРАТУРА

1. Апанасенко, Г.Л. Физическое здоровье и максимальная аэробная способность индивида. / Г.Л. Апанасенко, Р.Г. Науменко // Теория и практика физической культуры. – 1988. – № 6. – С. 29-30.
2. Калиниченко, А.И. Исследование критериев контроля специальной работоспособности и классификация тренировочных беговых средств у стайеров старших разрядов : дис. ... канд. пед. наук / Калиниченко А.И. ; Ленингр. гос. ун-т им. А.А. Жданова. – Л., 1978. – 156 с.
3. Милодан, В.А. Увеличение резервных возможностей дыхательной системы и повышение работоспособности в беге методом регламентированного управления дыханием // Вопросы физического воспитания студентов. Т. Х1У / Ленингр. гос. ун-т. – Л., 1984. – С. 110-120.
4. Милодан, В.А. Влияние регламентированных режимов дыхания на увеличение работоспособности в беге : автореф. дис. ... канд. пед. наук / Милодан В.А. ; С.-Петербург. гос. ун-т физ. культуры им. П. Ф. Лесгафта. – СПб., 2008. – 23 с.

СОЦИАЛЬНО-ПЕДАГОГИЧЕСКИЙ МЕХАНИЗМ УПРАВЛЕНИЯ РАЗВИТИЕМ ХОККЕЯ В СЕВЕРО-ЗАПАДНОМ РЕГИОНЕ РОССИИ

Леонид Владимирович Михно, кандидат педагогических наук, заведующий кафедрой хоккея,

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

Аннотация

В статье дается научное обоснование социально-педагогического механизма управления

развитием хоккея в Северо-Западном регионе России.

Ключевые слова: социально-педагогический механизм, управление, развитие.

SOCIO-PEDAGOGICAL MECHANISM OF MANAGING OF HOCKEY DEVELOPMENT IN THE NORTH-WESTERN REGION OF RUSSIA

Leonid Vladimirovich Michno, the candidate of pedagogical sciences, head of the hockey department,

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

Abstract

The article deals with the scientific – pedagogical basis of complex mechanism in managing hockey development in the North-Western Region of Russia.

Key words: program, pedagogical, mechanism, management, development.

ВВЕДЕНИЕ

Целью настоящего исследования является научное обоснование социально-педагогического механизма управления развитием хоккея в Северо-Западном регионе России.

Разработанный в ходе проведенного нами исследования социально-педагогический механизм управления развитием хоккея в Северо-Западном регионе России представляет собой совокупность элементов управленческой структуры менеджерального типа. Его основное предназначение состоит в расширении возможностей для согласованного и эффективного взаимодействия как внешних, так и внутренних параметров, создающих условия для упорядоченной и рациональной последовательности в принятии и реализации управленческих решений. Главная цель педагогического механизма управления развитием хоккея в регионе состоит в приведении системы управленческих действий в соответствие с требованиями, предъявляемыми спецификой профессиональной деятельности различных категорий управленческого аппарата. Теоретико-методологическую и педагогическую основы совершенствования механизма управления развитием хоккея составляет органичное соединение принципов, методов, условий и критериев, определяющих характер и направленность его воздействия на решение текущих, оперативных и стратегических задач. В свою очередь, они обусловливают организационные формы, функции и структуру управления развитием хоккея, регулируют экономические, организационные, правовые, социально-психологические и нормативные параметры его развития.

РЕЗУЛЬТАТЫ ИССЛЕДОВАНИЯ И ИХ ОБСУЖДЕНИЕ

Экспериментальная проверка эффективности социально-педагогического механизма управления хоккеем в Северо-Западном федеральном округе предполагала определение возможностей реализации основных направлений программы его развития.

С этой целью был организован и проведен педагогический эксперимент, основная научная идея которого заключалась в сравнении ведущих показателей развития хоккея в целом по России и Северо-Западном федеральном округе за период 2005-2007 год.

Показатели развития хоккея в целом по России были взяты из ежегодных отчетов, публикуемых на сайте федерации хоккея России в Интернете. Объективным показателем экспериментального воздействия явились положительные сдвиги в параметрах программы развития хоккея в Северо-Западном федеральном округе.

При проведении эксперимента, прежде всего, важно было определить эффективность ресурсного обеспечения этой программы.

Основными источниками ресурсного обеспечения программы развития хоккея являются поступления из бюджетов: Комитета по физической культуре и спорту Ленинградской области, Комитета по физической культуре и спорту Санкт-Петербурга,

Федерации хоккея России, Северо-Западной межрегиональной федерации хоккея, бюджетов субъектов Северо-Западного федерального округа.

Кроме этих источников, серьезный вклад в ресурсное обеспечение развития хоккея вносят: спонсоры (до 68% от общей суммы средств), рекламодатели (12%) и ежегодные взносы членов федерации (8%). Понимая роль ресурсного обеспечения в развитии хоккея в Северо-Западном федеральном округе, руководство Северо-Западной межрегиональной федерации хоккея проводит активную работу, связанную с осуществлением целенаправленной инвестиционной политики. Это обеспечивает ежегодную положительную динамику привлечения финансовых средств и других материальных ресурсов на развитие хоккея в регионе.

Анализ развития хоккея в различных регионах России показывает, что Северо-Западная межрегиональная федерация хоккея по данному параметру уступает лишь Федерациям хоккея г. Москвы и Казани, где созданы базовые центры по подготовке российских хоккеистов и куда концентрированно направляются основные денежные средства и другие материальные ресурсы.

Сравнительная динамика показателей ресурсного обеспечения основных направлений развития хоккея в Северо-Западном федеральном округе за 2005-2007 гг. свидетельствует о выраженном росте представленных показателей по всем направлениям. При этом наибольший рост инвестиционных ресурсов отмечается в 2006-2007 гг., в период активной подготовки спортсменов Северо-Западного федерального округа к главным международным соревнованиям (чемпионату мира по хоккею с шайбой), которые проводились в Канаде и где российские хоккеисты после тридцатилетнего перерыва завоевали золотые медали. В данный период из всех источников выделялись значительные средства на подготовку и проведение спортивных соревнований, учебно-методических и тренировочных сборов, развитие спортивно-тренировочной базы, материальное и моральное стимулирование спортсменов, тренеров и других работников федерации хоккея.

Благодаря активному взаимодействию руководства Северо-Западной межрегиональной федерации хоккея с федеральными и местными органами исполнительной власти в сфере физической культуры и спорта, а также со спонсорами и рекламодателями удалось привлечь значительные средства для развития хоккея в Северо-Западном федеральном округе. Это нашло прямое отражение в результатах, достигнутых спортсменами Северо-Западной межрегиональной федерации хоккея на всероссийских и международных соревнованиях.

Однако отмеченные достижения нельзя отнести лишь к успехам в ресурсном обеспечении хоккея. Полученные результаты явились следствием активизации профессиональной деятельности по всем направлениям развития хоккея в Северо-Западном федеральном округе и, прежде всего, в совершенствовании учебно-тренировочного и воспитательного процессов. На рисунке 1 представлена динамика некоторых показателей, характеризующих состояние подготовки хоккеистов на различных этапах.

В первую очередь, обращает на себя внимание уровень спортивных достижений; количество проводимых учебно-тренировочных сборов и соревнований; количество занимающихся хоккеем; участие спортсменов Северо-Западной межрегиональной федерации хоккея в международных турнирах.

По всем перечисленным параметрам наблюдается устойчивый рост. Так, уровень спортивных достижений в 2007 г. вырос на 19% по сравнению с показателями 2005 г. Количество занимающихся хоккеем увеличилось на 14%, количество проводимых соревнований - на 8,2%, участие в международных турнирах - на 11,6%.

Вместе с тем, отдельные параметры развития хоккея снизили свои значения по сравнению с 2006 годом. Это относится к количеству проводимых соревнований – 4,8%; участию в международных турнирах – 5,2%; количеству учебно-тренировочных сборов – 0,8%.

Отмеченное обстоятельство можно объяснить, прежде всего, спецификой календаря проводимых спортивных мероприятий международными и Всероссийской федерациями хоккея.

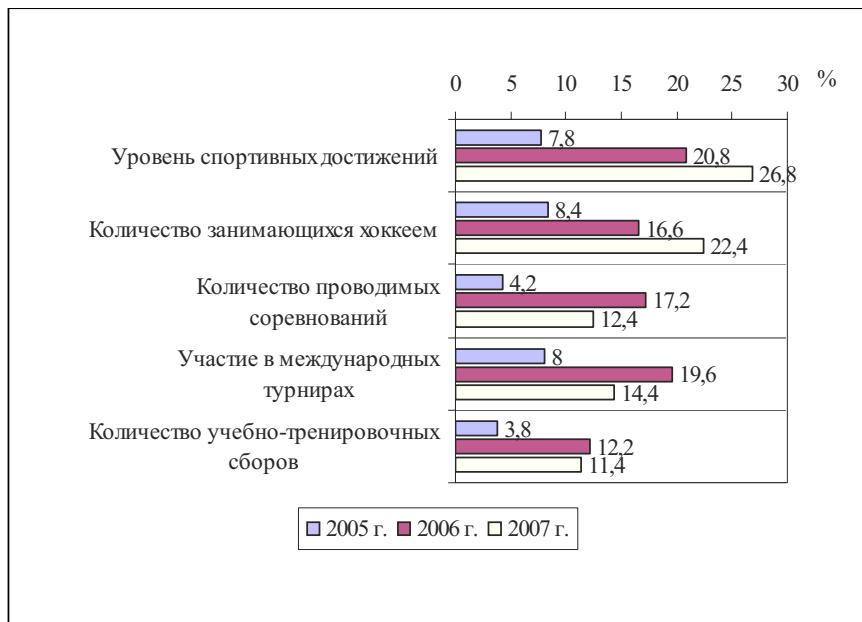


Рис. 1. Динамика показателей, характеризующих состояние тренировочного процесса в сфере хоккея в Северо-Западном федеральном округе в 2005-2007 гг.

Сравнительный анализ эффективности основных параметров развития общероссийской и Северо-Западной межрегиональной федераций хоккея свидетельствует о некотором превышении числовых значений прироста этих параметров в Северо-Западной межрегиональной федерации (рис. 2).



Рис. 2. Сравнительная динамика основных параметров развития общероссийской и Северо-Западной межрегиональной федераций хоккея за 2005-2007 гг.

Установленный факт позволяет сделать заключение о том, что прогрессирующие изменения по большинству направлений развития данного вида спорта, несо-

мненно, связаны с инновационным мышлением и профессиональной активностью руководителей, а также с передовыми методами управления процессом развития хоккея в Северо-Западном федеральном округе.

ЗАКЛЮЧЕНИЕ

Полученные данные позволили разработать социально-педагогический механизм управления процессом развития хоккея в Северо-Западном федеральном округе. Его научное обоснование осуществлялось с учетом ведущих положений социального менеджмента, изложенных в работах И. Ансоффа, О.С. Анисимова, А.А. Деркача, Д.Н. Бобрышева, В.И. Бовыкина, В.Н. Иванова и др. Перечисленные, а также другие авторы сходятся на мысли о том, что механизм управления развитием социального объекта представляет собой систему научно-обоснованных положений и взглядов на процессы и структуры социального воздействия.

В процессуальном плане педагогический механизм управления развитием хоккея в Северо-Западном федеральном округе России определяет совокупность управлеченческих действий, образующих рациональную технологию управления, которая включает в себя: целеполагание, принятие решения, организацию, стимулирование, регулирование, контроль и коррекцию. Экспериментальная проверка эффективности механизма управления развитием хоккея в Северо-Западном регионе России выявила положительную динамику сдвигов в его основных параметрах.

Полученные результаты позволяют утверждать о том, что достигнутые успехи в реализации педагогического механизма управления развитием хоккея в Северо-Западном федеральном округе явились следствием эффективного управления с применением инновационных способов решения управлеченческих задач.

ЛИТЕРАТУРА

1. Агеевец, В.У. Организация как функция управления // Организация физической культуры и спорта. – М. : Физкультура и спорт, 1986. – С. 52-56.
2. Актуальные проблемы управления физкультурно-спортивными организациями / под ред. доктора пед. наук, профессора В.А.Щеголева ; Воен. ин-т физ. культуры. – СПб. : [б.и.], 1997. – 58 с.
3. Ансофф, И. Стратегическое управление : пер. с англ. / И. Ансофф. – М. : Экономика, 1989. – 358 с.
4. Анисимов, О.С. Основы общественно-управленческой акмеологии : учеб. пособие / О.С. Анисимов, А.А. Деркач. – М. : С.Е.Т., 1995. – 268 с. : ил.
5. Бобрышев, Д.Н. Основные категории управления / Д.Н. Бобрышев ; Акад. народ. хоз-ва при Совете Министров СССР. – М. : АНХ СССР, 1987. – 189 с. : ил.
6. Бовыкин, В.И. Новый менеджмент : управление предприятиями на уровне высших стандартов // Теория и практика эффективного управления. – М. : Экономика, 1997. – С. 55-60.
7. Михно, Л.В. Основы хоккейного менеджмента / Л.В. Михно, Б.Н. Винокуров, А.Т. Марьянович. – СПб. : ООО «Издательство Деан», 2004. – 352 с.
8. Михно, Л.В. Менеджмент в профессиональном хоккее / Л.В. Михно, Б.Н. Винокуров, А.Т. Марьянович. – М. : Сов. спорт, 2007. – 378 с. : ил.
9. Чистяков, В.А. Социальные и информационные основы физической культуры : монография / В.А. Чистяков ; С.-Петербург. гос. акад. физ. культуры им. П. Ф. Лесгафта. – СПб. : [б.и.], 2002. – 232 с.

**УПРАВЛЕНИЕ РАВНОВЕСИЕМ КАК ОДИН ИЗ ФАКТОРОВ УСПЕШНОГО
ВЛАДЕНИЯ БОЕВЫМИ ПРИЕМАМИ БОРЬБЫ**

*Владимир Александрович Овчинников, кандидат педагогических наук,
старший преподаватель,
Волгоградская академия МВД России*

Аннотация

На основе многолетних педагогических исследований впервые исследована взаимосвязь между показателями владения устойчивым равновесием, техническим владением боевыми приемами борьбы и спортивным результатом в спортивных единоборствах курсантов высших образовательных учреждений МВД России. Предлагаемая методика позволяет оперативно вносить корректировки в педагогический процесс подготовки сотрудников органов внутренних дел, что существенно повышает её эффективность.

Ключевые слова: управление функцией равновесия, координационные способности, высшие образовательные учреждения МВД России, профессионально-прикладная физическая подготовка.

**MANAGEMENT OF BALANCE AS ONE OF FACTORS OF SUCCESSFUL
POSSESSION OF FIGHTING RECEPTIONS IN WRESTLING**

*Vladimir Aleksandrovich Ovchinnikov, candidate of pedagogical sciences,
senior teacher,
Volgograd Academy of Ministry Internal Affairs of Russia*

Abstract

For the first time on the basis of long-term pedagogical researches interrelation between parameters of possession of stable balance at technical possession of fighting skills and results in combat sports have been investigated for cadets of the higher Ministry of Internal Affairs of Russia. The offered technique allows bringing efficiently corrective amendments in pedagogical process of training employees of above mentioned institutes, that raises essentially there its efficiency.

Key words: stable balance, fighting skills, professional application physical training, coordination abilities.

ВВЕДЕНИЕ

В современных условиях сотрудникам органов внутренних дел (ОВД) России приходится осуществлять большой объем деятельности в вероятностных и неожиданно возникающих ситуациях. В процессе поиска, преследования и силового задержания правонарушителей сотрудники выполняют различные сложнокоординационные двигательные действия. Все это требует от них проявления находчивости, быстроты реакции, способности к концентрации и переключению внимания, пространственной, временной, динамической точности движений и их биомеханической рациональности [7]. Все эти качества относятся к проявлению координационных способностей (КС). А высокий уровень функционального состояния координационных способностей – важнейший фактор, способствующий выполнению сотрудником милиции служебных задач оперативно-служебной и служебно-боевой деятельности [4, 6].

Одним из важнейших видов КС сотрудника ОВД является высокая степень управления равновесием. Даже простейшие повседневные действия, такие как стояние или ходьба, могут производиться успешно только в том случае, когда равновесие постоянно регулируется. И чем больше человек уделяет внимания управлению равновесием, тем меньше у него возможности для выполнения других действий [2, 3]. Владение устойчивым равновесием лежит в основе всей двигательной деятельности курсантов высших учебных заведений МВД России при ведении, как спортивных единоборств, так и противоборства и применении боевых приемов борьбы против правонарушителей. Практически невозможно в противоборстве провести ни одного контролируемого боевого приема борьбы, не обеспечив собственное равновесие и не нарушив его у противника [3]. В спортивных единоборствах, которые составляют основу про-

фессионально-прикладной физической подготовки курсантов, способность ориентироваться в пространстве и времени в значительной степени зависит от достигнутого уровня равновесия [5, 8].

Тем не менее, при столь важнейшем значении данной способности для всей профессиональной деятельности сотрудника ОВД двигательных тестов и функциональных проб по ее оценке в высших образовательных учреждениях МВД России не проводится.

Целью нашего исследования являлось определение степени влияния функции равновесия на успешность владения техническими действиями при выполнении боевых приемов борьбы и ведении единоборств курсантами высших учебных заведений МВД России.

МЕТОДИКА

На протяжении пяти лет на базе Волгоградской академии МВД России обследовалось пятнадцать курсантов. Нами были взяты данные с периодичностью в два года: 2001-02, 2003-04, 2006-07 учебные годы.

Для оценки уровня развития функции равновесия нами использовались четыре теста. В протокол заносился лучший из результатов, показанный курсантом в начале первого, третьего и пятого годов обучения. Для определения статического равновесия мы использовали следующий тест. Испытуемый выполнял 10 предварительных вращений головой за 10 секунд и выполнял усложненную пробу Ромберга: испытуемый стоит на одной ноге, а стопа другой прикладывается к коленной чашке опорной ноги, глаза закрыты, руки вперед - в стороны, пальцы разведены [1]. Определялось время устойчивости в данной позе в секундах. Предоставлялось две попытки, результаты лучшей заносились в протокол. Критерии оценки были следующие: 5 баллов – от 15 секунд и больше; 4 балла – от 10 до 14 секунд; 3 балла – от 5 до 9 секунд; 2 балла – от 2 до 4 секунд; 1 балл – от 0 до 1 секунды.

Для определения динамического равновесия мы использовали следующий тест. Испытуемый выполнял 10 предварительных вращений головой за 10 секунд и продвигался с закрытыми глазами по коридору шириной 50 см и длиной 20 м. Представлялась одна попытка, фиксировалось отклонение в сантиметрах от границ коридора. Критерии оценки: 5 баллов – без отклонения; 4 балла – отклонение от 50 см до 100 см; 3 балла - отклонение от 100 см до 150 см; 2 балла - отклонение от 150 см до 200 см; 1 балл – отклонение более 200 см.

Для определения устойчивости тела после действий, связанных с прямолинейным и угловым ускорением, были использованы два теста.

Испытуемый выполнял пять кувыроков вперед за 10 секунд и после этого с закрытыми глазами принимал исходное положение – основная стойка (пятки вместе, носки врозь, руки вниз и прижаты к ногам). Оценочный критерий был следующим: 5 – баллов, идеальное сохранение позы в течение пяти секунд; 4 балла - сохранение позы в течение пяти секунд с небольшими покачиваниями; 3 балла – сохранение позы в течение пяти секунд с использованием одного шага; 2 балла - сохранение позы в течение пяти секунд с использованием двух шагов; 1 балл – невозможность сохранения устойчивой позы в течение пяти секунд. Это же упражнение выполнялось после пяти кувыроков назад. Данные представлены в таблице 1.

Для оценки уровня развития технической подготовленности в боевых приемах борьбы (БПБ) нами были взяты данные рубежного контроля после первого, третьего и пятого годов обучения. Оценка за техническую подготовленность выставлялась как среднеарифметическое значение оценок, полученных курсантами за выполнение от трех до шести контрольных заданий по боевым приемам борьбы, в зависимости от года обучения.

Таблица 1

Результаты тестирования функции равновесия

№ п/п	Испытуемые	Контрольные упражнения				Х Равновесия	Ср. кв.
		Поза Ромбера	Отклонение от прямой	Пять кувыроков вперед	Пять кувыроков назад		
1.	А-ов	3	3	4	5	3,75	0,83
2.	А-ев	1	3	2	3	2,25	0,83
3.	А-ев	5	5	5	5	5,00	0
4.	Б-ев	2	2	3	3	2,50	0,5
5.	В-ко	1	1	1	2	1,25	0,43
6.	Д-ов	4	5	5	5	4,75	0,43
7.	Д-ев	3	4	4	4	3,75	0,43
8.	Д-ев	2	2	3	4	2,75	0,83
9.	З-ин	2	3	3	4	3,00	0,71
10.	К-ов	1	2	2	2	1,75	0,43
11.	К-ин	2	3	3	3	2,75	0,43
12.	М-ов	3	4	3	4	3,50	0,5
13.	М-ев	3	3	3	3	3,00	0
14.	М-ов	2	4	4	5	3,75	1,09
15.	П-ов	4	5	4	5	4,50	0,5

Также мы учитывали данные выступлений в межгрупповых соревнованиях по борьбе самбо – на первом году обучения, боксу – на третьем году обучения и рукопашному бою – на пятом году обучения. Критерии оценок: 5 баллов – выиграл от 70% до 100% поединков, в которых участвовал; 4 балла - выиграл от 50% до 70% поединков, в которых участвовал; 3 балла - выиграл от 30% до 50% поединков, в которых участвовал; 2 балла - выиграл от 10% до 30% поединков, в которых участвовал; 1 балл - выиграл от 0% до 10% поединков, в которых участвовал. Данные представлены в таблице 2.

Таблица 2

Результаты тестирования технической подготовленности

Испыт.	Курс	Оценка за БПБ		Х БПБ	Ср. кв.	Учебные поединки			Х Един.	Ср. кв.
						Самбо	Бокс	Рук. бой		
А-ов	1	3				5				
	3		5	4,33	0,943		5		5,00	0,01
	5		5					5		
А-ев	1	2				1				
	3		2	2,33	0,471		2		1,67	0,471
	5		3					2		
А-ев	1	5				5				
	3		5	5,00	0,01		5		5,00	0,01
	5		5					5		
Б-ев	1	2				1				
	3		3	2,67	0,471		2		2,00	0,816
	5		3					3		
В-ко	1	2				1				
	3		2	2,00	0,01		1		1,00	0,01
	5		2					1		
Д-ов	1	5				4				
	3		5	5,00	0,01		5		4,67	0,471
	5		5					5		
Д-ев	1	4				4				0,471
	3		5	4,67	0,471		4		4,67	0,471
	5		5					5		
Д-ев	1	3				1				
	3		3	3,00	0		3		2,33	0,943
	5		3					3		

Таблица 2. Продолжение

Испыт.	Курс	Оценка за БПБ	Х БПБ	Ср. кв.	Учебные поединки			Х Един.	Ср. кв.
					Самбо	Бокс	Рук. бой		
З-ин	1	3				3			0,471
	3		4		3,33	0,471		4	3,33 0,01
	5			3				3	
К-ов	1	2				1			
	3		2		2,33	0,471		2	1,33 0,471
	5			3				1	
К-ин	1	2				2			
	3		3		3,00	0,861		3	3,00 0,816
	5			4				4	
М-ов	1	4				3			
	3		4		4,33	0,471		4	4,00 0,816
	5			5				5	
М-ев	1	3				3			
	3		3		3,00	0		3	3,00 0,01
	5			3				3	
М-ов	1	5				5			
	3		5		5,00	0		5	5,00 0,01
	5			5				5	
П-ов	1	4				4			
	3		5		4,67	0,471		5	4,67 0,471
	5			5				5	

РЕЗУЛЬТАТЫ И ИХ ОБСУЖДЕНИЕ

Среднеарифметические значения результатов выполнения курсантами тестов, определяющих уровень развития функции равновесия, технической подготовленности при выполнении боевых приемов борьбы и ведения единоборств, представлены в таблице 3.

Таблица 3

Сравнительный анализ результатов, показанных курсантами

№ п/п	Испытуемые	Х Равновесия	Х БПБ	Х Единоборств
1.	А-ов	3,75	4,33	5,00
2.	А-ев	2,25	2,33	1,67
3.	А-ев	5,00	5,00	5,00
4.	Б-ев	2,50	2,67	2,00
5.	В-ко	1,25	2,00	1,00
6.	Д-ов	4,75	5,00	4,67
7.	Д-ев	3,75	4,67	4,67
8.	Д-ев	2,75	3,00	2,33
9.	З-ин	3,00	3,33	3,33
10.	К-ов	1,75	2,33	1,33
11.	К-ин	2,75	3,00	3,00
12.	М-ов	3,50	4,33	4,00
13.	М-ев	3,00	3,00	3,00
14.	М-ов	3,75	5,00	5,00
15.	П-ов	4,50	4,67	4,67

Как видно из таблицы 3, между оцениваемыми показателями наблюдается нелинейная корреляционная взаимосвязь. Для определения степени этой взаимосвязи нами был рассчитан коэффициент множественной корреляции. Коэффициент множественной корреляции между степенью владения устойчивым равновесием, техникой выполнения БПБ и уровнем владения единоборствами оказался равен 0,90. Для оценки достоверности полученного значения был рассчитан фактический критерий Стьюдента. Он оказался равен 9,75, значительно больше граничного значения ($t_{\phi} = 9,75 > t_{rp} = 2,18$ при $P < 0,05$). Поэтому, можно говорить о статистической значимости полученно-

го коэффициента множественной корреляции. Полученный коэффициент указывает на существенную тесноту корреляции.

ВЫВОДЫ

1. Курсанты, не владеющие устойчивым равновесием, как правило, показывают низкие результаты и при освоении боевых приемов борьбы. Эти трудности они имеют на протяжении всего периода обучения.

2. Показатели, характеризующие уровень владения устойчивым равновесием, находятся в тесной и сильной нелинейной корреляционной зависимости от результатов, показанных в техническом владении БПБ и ведении спортивных единоборств.

3. На вступительных экзаменах при поступлении в высшие образовательные учреждения МВД России необходимо оценивать функцию равновесия абитуриентов. Она является важнейшим из координационных способностей, влияющих на техническую подготовленность сотрудника органов внутренних дел России на протяжении всего периода служебной деятельности.

4. Полученные результаты курсантов высших учебных заведений МВД России, позволяющие оценить уровень владения устойчивым равновесием, необходимо учитывать в их дальнейшей подготовке. Особое внимание уделять координационной подготовке курсантов, имеющих низкие показатели в степени владения данным качеством.

ЛИТЕРАТУРА

1. Граевская, Н.Д. Спортивная медицина : курс лекций и практические занятия : учеб. пособие : в 2 ч. Часть 2 / Н.Д. Граевская, Т.И. Долматова. – М. : Советский спорт, 2004. – 358 с. : ил.
2. Лях, В. И. Развитие координационных способностей у детей школьного возраста : дис. ... д-ра пед. наук : 13.00.04 / Лях В.И. – М., 1990. – 513 с.
3. Назаренко, Л.Д. Содержание и структура равновесия как двигательно-координационного качества // Теория и практика физ. культуры. – 2000. – № 1. – С. 54-58.
4. Непомнящий, С.В. Проблемы профессионально-прикладной физической подготовки работников ОВД : автореф. дис. ... канд. пед. наук / Непомнящий С.В. – М., 1987. – 24 с.
5. Садовски, Е.А. Теоретико-методические основы тренировки и контроля координационных способностей в восточных единоборствах (на примере таэквондо и кикбоксинга) : автореф. дис. ... д-ра пед. наук / Садовски Е.А. – М., 2000. – 39 с.
6. Сидоров, С.Г. Формирование служебно-прикладной физической подготовленности слушателей (курсантов) вузов МВД России : автореф. дис. ... канд. пед. наук / Сидоров С.Г. – Челябинск, 1998. – 23 с.
7. Физическая подготовка : учебное пособие. – М. : ИМЦ ГУК МВД России, 2003. – 120 с.
8. Hirtz, P. Koordinative Fahigkeiten // Trainingswissenschaft. – Berlin : Sportverlag, 1994. – S. 137-145.

ДВИГАТЕЛЬНЫЕ ВОЗМОЖНОСТИ КУРСАНТОВ ВЫСШИХ ВОЕННЫХ УЧЕБНЫХ ЗАВЕДЕНИЙ В РАЗЛИЧНЫХ УСЛОВИЯХ ВЫПОЛНЕНИЯ УПРАЖНЕНИЙ

*Александр Георгиевич Попов, старший преподаватель,
Нижегородское высшее инженерно-командное училище,*

*Арсен Эдуардович Бабашев, кандидат педагогических наук, преподаватель,
Волгоградская государственная академия физической культуры*

Аннотация

Изучено влияние сбивающих факторов на результативность двигательных возможностей

го коэффициента множественной корреляции. Полученный коэффициент указывает на существенную тесноту корреляции.

ВЫВОДЫ

1. Курсанты, не владеющие устойчивым равновесием, как правило, показывают низкие результаты и при освоении боевых приемов борьбы. Эти трудности они имеют на протяжении всего периода обучения.

2. Показатели, характеризующие уровень владения устойчивым равновесием, находятся в тесной и сильной нелинейной корреляционной зависимости от результатов, показанных в техническом владении БПБ и ведении спортивных единоборств.

3. На вступительных экзаменах при поступлении в высшие образовательные учреждения МВД России необходимо оценивать функцию равновесия абитуриентов. Она является важнейшим из координационных способностей, влияющих на техническую подготовленность сотрудника органов внутренних дел России на протяжении всего периода служебной деятельности.

4. Полученные результаты курсантов высших учебных заведений МВД России, позволяющие оценить уровень владения устойчивым равновесием, необходимо учитывать в их дальнейшей подготовке. Особое внимание уделять координационной подготовке курсантов, имеющих низкие показатели в степени владения данным качеством.

ЛИТЕРАТУРА

1. Граевская, Н.Д. Спортивная медицина : курс лекций и практические занятия : учеб. пособие : в 2 ч. Часть 2 / Н.Д. Граевская, Т.И. Долматова. – М. : Советский спорт, 2004. – 358 с. : ил.
2. Лях, В. И. Развитие координационных способностей у детей школьного возраста : дис. ... д-ра пед. наук : 13.00.04 / Лях В.И. – М., 1990. – 513 с.
3. Назаренко, Л.Д. Содержание и структура равновесия как двигательно-координационного качества // Теория и практика физ. культуры. – 2000. – № 1. – С. 54-58.
4. Непомнящий, С.В. Проблемы профессионально-прикладной физической подготовки работников ОВД : автореф. дис. ... канд. пед. наук / Непомнящий С.В. – М., 1987. – 24 с.
5. Садовски, Е.А. Теоретико-методические основы тренировки и контроля координационных способностей в восточных единоборствах (на примере таэквондо и кикбоксинга) : автореф. дис. ... д-ра пед. наук / Садовски Е.А. – М., 2000. – 39 с.
6. Сидоров, С.Г. Формирование служебно-прикладной физической подготовленности слушателей (курсантов) вузов МВД России : автореф. дис. ... канд. пед. наук / Сидоров С.Г. – Челябинск, 1998. – 23 с.
7. Физическая подготовка : учебное пособие. – М. : ИМЦ ГУК МВД России, 2003. – 120 с.
8. Hirtz, P. Koordinative Fahigkeiten // Trainingswissenschaft. – Berlin : Sportverlag, 1994. – S. 137-145.

ДВИГАТЕЛЬНЫЕ ВОЗМОЖНОСТИ КУРСАНТОВ ВЫСШИХ ВОЕННЫХ УЧЕБНЫХ ЗАВЕДЕНИЙ В РАЗЛИЧНЫХ УСЛОВИЯХ ВЫПОЛНЕНИЯ УПРАЖНЕНИЙ

*Александр Георгиевич Попов, старший преподаватель,
Нижегородское высшее инженерно-командное училище,*

*Арсен Эдуардович Бабашев, кандидат педагогических наук, преподаватель,
Волгоградская государственная академия физической культуры*

Аннотация

Изучено влияние сбивающих факторов на результативность двигательных возможностей

и психическое состояние курсантов высшего военного учебного заведения, структурированы данные факторы по степени значимости.

Ключевые слова: двигательные возможности, сбивающие факторы, служебно-боевые задачи, экстремальные условия, физические упражнения.

MOTOR POSSIBILITIES OF CADETS AT HIGHER MILITARY EDUCATION INSTITUTES UNDER VARIOUS CONDITIONS OF PERFORMING EXERCISE

Alexander Georgievich Popov, senior teacher,

Nizhniy Novgorod Supreme Engineering-Command Colledge,

Arsene Eduardovich Babashev, candidate of pedagogical sciences, teacher,

Volgograd State Academy of Physical Education

Abstract

The influence of forced factors on motor possibilities results and psychological conditions of cadets have been formulated according to the degree of its importance.

Key words: forcing factors, fighting problems, extreme conditions, physical exercises.

ВВЕДЕНИЕ

Военные конфликты в Чеченской Республике показали низкий уровень физической подготовленности военнослужащих, их неспособность эффективно решать задачи служебной деятельности в боевой обстановке [3]. Специалисты [1, 2, 4] это объясняют многими причинами, но среди них выделяют отсутствие навыков ведения современного боя, низкий уровень реализации физических способностей и профессионально значимых двигательных умений и навыков в экстремальных условиях. Необходимость разрешения этих проблем в процессе физической подготовки курсантов высших военных учебных заведений обусловило актуальность данной работы.

РЕЗУЛЬТАТЫ И ИХ ОБСУЖДЕНИЕ

Анализ показывает, что сбивающие факторы существенно влияют на двигательные возможности курсантов высшего военного учебного заведения в различных тестовых заданиях учебной программы. Результаты метания гранаты достоверно снижаются под влиянием ограничения двигательного пространства (12,2%, $p<0,01$), утомления (11,9%, $p<0,01$), ограничения поля зрения (8,6%, $p<0,05$), усложнения внешней обстановки (5,0%, $p<0,05$). Результативность бега на 100 м также зависит от условий выполнения упражнения: утомление (8,0%), температурные перепады (4,8%), ограничение двигательного пространства (4,7%), максимальное психоэмоциональное напряжение (2,2%) существенно (пятипроцентный уровень значимости) снижают скоростные возможности военнослужащих (табл. 1).

Результативность подъемов переворотом на перекладине также зависит от степени влияния анализируемых сбивающих факторов: утомление (19,0%) и максимальное психоэмоциональное напряжение (7,2%), температурные перепады (6,4%) существенно (пятипроцентный уровень значимости) снижают эти показатели. Результаты бега на 3000 м достоверно ухудшаются под влиянием факторов утомления (22,2%, $p<0,01$), максимальной психоэмоциональной напряженности (7,6%, $p<0,05$), температурных перепадов (7,2%, $p<0,05$), ограничения двигательного пространства (4,7%, $p<0,05$) и сенсорной перегрузки (3,4%, $p<0,05$). Результативность подтягиваний на перекладине и челночного бега 10×10 м также обусловлена влиянием сбивающих факторов, особенно утомления (однопроцентный уровень значимости).

По нашим данным, наибольшее влияние на двигательные возможности курсантов высшего военного учебного заведения оказывают следующие сбивающие факторы: утомление и максимальное психоэмоциональное напряжение. Эти условия достоверно снижают результативность военнослужащих во всех анализируемых двигательных заданиях учебной программы.

Таблица 1
Сравнительная характеристика двигательных возможностей курсантов высшего военного учебного заведения в зависимости от условий выполнения упражнений

№ п/п	Сбивающие фак- торы	Показатели					
		Метание гранаты, м	Бег 100 м, с	Подъем переворо-том на перекла-дине, раз	Бег 3000 м, с	Подтяги-вание на перекла-дине, раз	Челноч-ный бег 10×10 м, с
1.	Утомление	29,3**	15,73*	4,17*	924,2**	7,9**	30,86**
2.	Усложнение внешней обстановки	32,0**	14,66	5,08	776,2	10,1	29,42
3.	Сенсорная пере-грузка	32,5	14,62	5,04	782,7*	9,6*	29,29
4.	Ограничение двигательного про-странства	29,6**	15,25*	4,96	792,5*	9,8	29,75*
5.	Максимальное психоэмоциональное напряже-ние	31,9	14,88*	4,78*	814,2*	9,2*	29,81*
6.	Ограничение поля зрения	30,8*	14,80	4,90	772,4	9,8	29,72*
7.	Температурные перепады	33,2	14,82*	4,82*	810,7*	10,2	28,96
8.	Обычные условия	33,7	14,56	5,15	756,6	10,7	28,53

Примечание. Выделены достоверные различия показателей (* - $p<0,05$; **- $p<0,01$) в сравнении с результатами в обычных условиях.

Для того чтобы понять причины такого снижения двигательных возможностей курсантов, нами анализировались показатели их психического состояния под воздействием сбивающих факторов. Острота зрения курсантов достоверно снижается при ограничении поля зрения (20,5%, $p<0,01$), температурных перепадах (11,9%, $p<0,05$) и максимальном психоэмоциональном напряжении (10,4%, $p<0,05$). На объем зрительного восприятия оказывают влияние три сбивающих фактора, но наиболее выражено – максимальное эмоциональное напряжение (19,6%, $p<0,01$). Утомление (9,1%) и температурные перепады (8,0%) влияют на объем зрительного восприятия при пятипроцентном уровне значимости. Фактор утомления существенно влияет на показатели точности временного интервала (15,5%, $p<0,01$), объема внимания (9,1%, $p<0,01$) и слуховой памяти (11,5%, $p<0,05$). Наибольшее влияние на психическое состояние военнослужащих оказывают факторы утомления и сенсорной перегрузки, а наименьшее – фактор ограничения двигательного пространства.

Таким образом, сбивающие факторы оказывают существенное влияние на двигательные возможности и психическое состояние курсантов высшего военного учебного заведения, предъявляют к организму занимающихся специфические требования, которые обеспечивают адекватную двигательную реакцию в затрудненных условиях, способствуют эффективному выполнению необходимого двигательного действия в условиях дефицита времени.

Большое значение в системе профессиональной подготовки курсантов высших военных учебных заведений имеют сведения об особенностях взаимосвязи характеристик их физической подготовленности в обычных условиях и в условиях моделирования служебно-боевых задач. Между анализируемыми показателями физической подготовленности курсантов в обычных условиях выявлено 58 достоверных взаимосвязей, а в условиях моделирования служебно-боевой деятельности - всего 18.

Используя метод максимального корреляционного пути, нами структурированы взаимосвязи характеристик физической подготовленности. В обычных условиях данные показатели распределились системно и сгруппировались в шесть ветвей. Стволовую часть составили следующие характеристики: бег 100 м, подтягивание на перекладине, прыжок в длину с места, сгибание и разгибание рук в упоре на брусьях, лыжная гонка 5 км, преодоление специальной полосы препятствий, стрелковое упражнение. Наиболее высокие ветви образовали показатели бега на 3000 м (ветвь 1) и челночного бега 10×10 м (ветвь 2). Характеристики комплексного силового упражнения и плавания на 100 м в обмундировании с оружием составили третью ветвь. Комплекс приемов рукопашного боя с автоматом и подъем переворотом на перекладине – четвертую; поднимание гири весом 24 кг – пятую; прыжок в длину с места, поднимание ног к перекладине – шестую ветвь. Данные показатели в основном распределились по однородным признакам.

В условиях моделирования служебно-боевой деятельности анализируемые характеристики физической подготовленности курсантов сгруппировались в четыре независимые группы. Первая группа состоит из четырех показателей, характеризующих силовые способности: подтягивание на перекладине, поднимание гири весом 24 кг, сгибание и разгибание рук в упоре на брусьях, комплексное силовое упражнение. Во вторую группу включены показатели скоростно-силовой направленности (бег 100 м, челночный бег 10×10 м, прыжок в длину с места), а в третью – военно-прикладного характера (комплекс приемов рукопашного боя с автоматом, стрелковое упражнение, лыжная гонка 5 км). Четвертую группу составили показатели плавания на 100 м в обмундировании с оружием, преодоления специальной полосы препятствий, бега на 3000 м, подъема переворотом на перекладине. Характеристики поднимания ног к перекладине проявились обособленно.

Таким образом, особую значимость в процессе физической подготовки курсантов высших военных учебных заведений приобретают формы работы по моделированию условий и ситуаций выполнения служебно-боевых задач.

ВЫВОДЫ

1. Различные условия выполнения упражнений оказывают существенное влияние на двигательные возможности и психические характеристики курсантов высших военных учебных заведений, особенно выражено утомление, психоэмоциональное напряжение и сенсорная перегрузка.

2. Двигательные возможности курсантов, сформированные в обычных условиях учебного процесса, не могут быть в полной мере реализованы в условиях выполнения служебно-боевых задач. Необходимо существенно увеличить объем их двигательной деятельности в экстремальных условиях, чтобы сформировать двигательные действия, которые можно успешно реализовать в условиях боевой обстановки.

3. Вектор повышения требований к уровню физической подготовленности курсантов необходимо проводить в направлении уровня комплексной реализации специальных физических качеств, военно-прикладных двигательных умений и навыков в обстановке, максимально приближенной к боевой.

ЛИТЕРАТУРА

1. Теория и организация физической подготовки войск : учеб. для курсантов и слушателей ин-та / под ред. Л.А. Вейднер-Дубровина, В.В. Миронова, В.А. Шейченко ; Воен. ин-т физ. культуры. – СПб. : [б.и.], 1992. – 340 с.
2. Горелов, А.А. Методологические аспекты построения системы руководящих документов по физической подготовке в частях и учебных заведениях силовых ведомств / А.А. Горелов ; МВД России. – СПб. : [б.и.], 1998. – 193 с.
3. Демьяненко, Ю.К. Физическая подготовка в системе военно-профессионального обучения / Ю.К. Демьяненко, В.А. Щеголев // Теория и практика

физической культуры. – 1997. – № 3. – С. 68-73.

4. Лобжа, М.Т. Физическая подготовка и военно-профессиональная пригодность / М.Т. Лобжа, В.А. Щеголев ; ВДКИФК. – СПб. : [б.и.], 1993. – 55 с.

ИЗМЕНЕНИЕ ЦЕННОСТНЫХ ОРИЕНТАЦИЙ В ПРОЦЕССЕ ОСВОЕНИЯ КОМПЕТЕНТНОСТЕЙ СОХРАНЕНИЯ ЗДОРОВЬЯ СТУДЕНТОВ

Павел Юрьевич Рыбачук, аспирант,

*Кубанский государственный университет (КГУ),
г. Краснодар*

Аннотация

В статье раскрывается сущность идеи формирования компетентностей сохранения здоровья студентов средних специальных учебных заведений. Рассматривается изменение ценностных ориентаций в процессе освоения компетентностей.

Ключевые слова: компетентность, сохранение здоровья, студент, ценностные ориентации.

CHANGE OF VALUE ORIENTATIONS IN THE PROCESS OF MASTERING COMPETENCE OF PRESERVING STUDENTS' HEALTH

Paul Jurevich Rybachuk, post-graduate student,

*Kuban State University,
Krasnodar*

Abstract

The article discloses the essence of the idea of forming competence of health preserving with technical college students. The change in valued orientation in the process of mastering competence is considered.

Key words: competence, health preserving, valued orientations.

Для выявления отношения к здоровому образу жизни, физическому воспитанию на основании проведенного анализа научной и методической литературы была сформирована структура мотивационной сферы студентов в области физического воспитания, состоящая из четырех блоков:

- психофизиологические мотивы (отношение к игровой и деятельностной составляющей физического воспитания, получение удовольствия и положительных эмоций от самосовершенствования в процессе двигательной деятельности);
- прагматические мотивы, т.е. мотивы, связанные с результатом деятельности (приобретение практических навыков, внутренняя потребность в систематических занятиях, поощрение старших, родителей и сверстников, оценка педагога);
- мотивы, связанные с личностными перспективами, будущим молодого человека (подражание взрослым, самосохранение здоровья, повышение уровня физической подготовленности, развитие потребностей в движении);
- самоутверждение в определенной группе (в группе сверстников и сверстниц, педагогов, родителей и т.п.).

У студентов экспериментальной группы в структуре мотивов относительно равномерно представлены все блоки.

У участников контрольной группы структура мотивов изменилась. Ведущие позиции занимают проблемы самоутверждения в группе сверстников и частично в глазах взрослых, а также мотивы, связанные с самосохранением здоровья, развитием необходимых в будущем качеств. Вместе с тем у них (рис. 1) резко понижены психофизические и прагматические мотивы.

физической культуры. – 1997. – № 3. – С. 68-73.

4. Лобжа, М.Т. Физическая подготовка и военно-профессиональная пригодность / М.Т. Лобжа, В.А. Щеголев ; ВДКИФК. – СПб. : [б.и.], 1993. – 55 с.

ИЗМЕНЕНИЕ ЦЕННОСТНЫХ ОРИЕНТАЦИЙ В ПРОЦЕССЕ ОСВОЕНИЯ КОМПЕТЕНТНОСТЕЙ СОХРАНЕНИЯ ЗДОРОВЬЯ СТУДЕНТОВ

Павел Юрьевич Рыбачук, аспирант,

*Кубанский государственный университет (КГУ),
г. Краснодар*

Аннотация

В статье раскрывается сущность идеи формирования компетентностей сохранения здоровья студентов средних специальных учебных заведений. Рассматривается изменение ценностных ориентаций в процессе освоения компетентностей.

Ключевые слова: компетентность, сохранение здоровья, студент, ценностные ориентации.

CHANGE OF VALUE ORIENTATIONS IN THE PROCESS OF MASTERING COMPETENCE OF PRESERVING STUDENTS' HEALTH

Paul Jurevich Rybachuk, post-graduate student,

*Kuban State University,
Krasnodar*

Abstract

The article discloses the essence of the idea of forming competence of health preserving with technical college students. The change in valued orientation in the process of mastering competence is considered.

Key words: competence, health preserving, valued orientations.

Для выявления отношения к здоровому образу жизни, физическому воспитанию на основании проведенного анализа научной и методической литературы была сформирована структура мотивационной сферы студентов в области физического воспитания, состоящая из четырех блоков:

- психофизиологические мотивы (отношение к игровой и деятельностной составляющей физического воспитания, получение удовольствия и положительных эмоций от самосовершенствования в процессе двигательной деятельности);
- прагматические мотивы, т.е. мотивы, связанные с результатом деятельности (приобретение практических навыков, внутренняя потребность в систематических занятиях, поощрение старших, родителей и сверстников, оценка педагога);
- мотивы, связанные с личностными перспективами, будущим молодого человека (подражание взрослым, самосохранение здоровья, повышение уровня физической подготовленности, развитие потребностей в движении);
- самоутверждение в определенной группе (в группе сверстников и сверстниц, педагогов, родителей и т.п.).

У студентов экспериментальной группы в структуре мотивов относительно равномерно представлены все блоки.

У участников контрольной группы структура мотивов изменилась. Ведущие позиции занимают проблемы самоутверждения в группе сверстников и частично в глазах взрослых, а также мотивы, связанные с самосохранением здоровья, развитием необходимых в будущем качеств. Вместе с тем у них (рис. 1) резко понижены психофизические и прагматические мотивы.

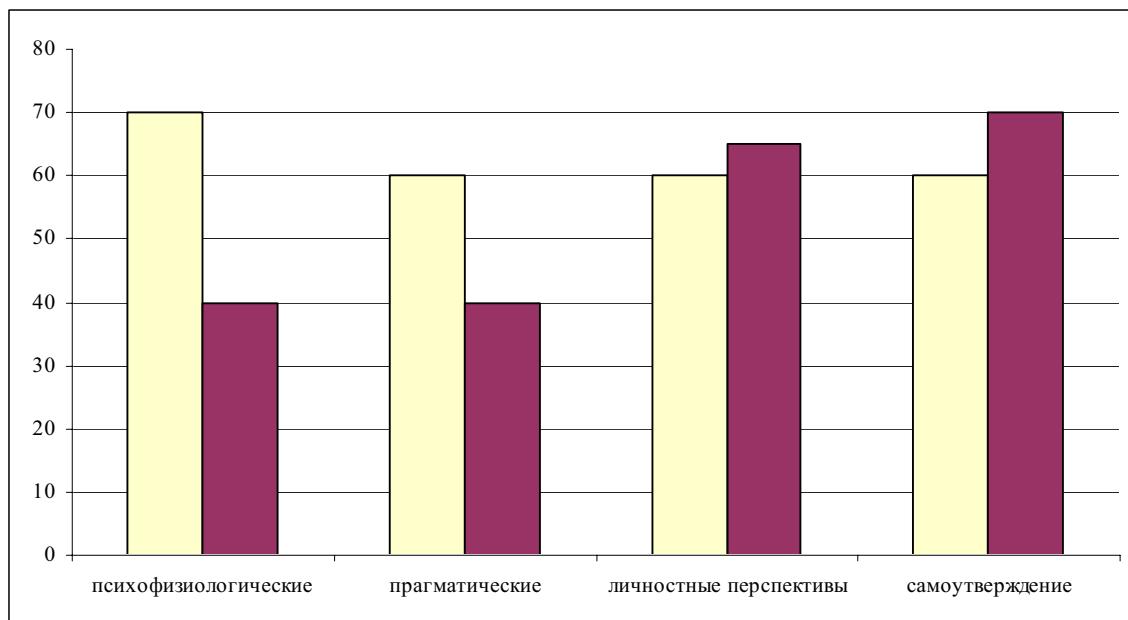


Рис. 1. Формирование и проявление мотивационной сферы участников эксперимента

Они не считают важными для себя мотивами получение удовольствия от игровой и двигательной деятельности, приобретение практических навыков. Несколько изменяет данное мнение треть респондентов. Они считают важным для себя поощрение со стороны сверстников и взрослых.

На вопрос о частоте выполнения зарядки предполагалось три варианта ответа: ежедневно, 2-3 раза в неделю, не делаю. Понятно, что польза такой формы физического воспитания, как утренняя гимнастика, проявляется лишь при систематическом ее применении. Предполагалось, что те, кто делает гимнастику изредка, являются потенциальными приверженцами физической активности, но не реализуют свои потребности в силу недостаточной мотивированности или информированности.

С сожалением приходится констатировать, что на начальном этапе в обеих группах наименьшее число составляют те, которые ежедневно делают зарядку. Так, в экспериментальной группе лишь 11,82% и 9,8% в контрольной выполняют зарядку каждое утро.

Обратная картина - при рассмотрении числа респондентов, не выполняющих упражнения утренней гимнастики. 46,8% экспериментальной и 42,4% контрольной группы не используют данную форму физического воспитания.

Утренняя гимнастика – лишь одно из средств физического воспитания. Студентам был задан вопрос, сколько времени они тратят для сохранения своего здоровья. В группах, где здоровье юношей и девушек хуже (по результатам самооценки), преобладают те, у которых отсутствует время для его сохранения. Такими являются 13,07% здоровых, 30,29% практически здоровых и 54,63% не здоровых студентов. В то же время обратная картина наблюдается при рассмотрении числа респондентов, затрачивающих на это 30 и более минут. В группе здоровых данная категория респондентов составляет более 60%, практически здоровых – более 37%, не здоровых – 15%.

На основании изучения исследований, проведенных учеными в области формирования физической культуры личности, выявлено, что компонентами этого многомерного и многофункционального образования являются образованность в сфере теории и методики физического воспитания и сформированность навыков поведения. В этой связи процесс оценки физической культуры личности должен включать в себя оценку представлений о здоровом образе жизни, убежденности в необходимости соблюдения правил ЗОЖ, знания в этой области и методики физического самовоспитания, включая гигиенические факторы.

Для определения этих и других составляющих физической культуры личности в

анкету были внесены некоторые изменения. Они обусловлены необходимостью учета теоретической и практической подготовленности участников эксперимента.

Уже на начальном этапе было выявлено, что для подавляющего большинства участников экспериментальной группы собственное здоровье является ценностью – 90,4%. Такое распределение не характерно для участников контрольной группы, результаты которых остались неизменными – 43,6%.

Занятия более 10 часов в неделю требуют включения субъекта в организованную и самостоятельную физическую активность, 4–6 часов – в самостоятельную.

Более 12% девушек и юношей из экспериментальной группы имеют режим физической активности более 6 часов, 51,6% – 4–6 часов (допускаемый минимум), 26,1% респондентов придерживаются режима самообмана. В контрольной группе 26,8% имеют 4–6 часов физической активности, 39% – до часа, а остальные не считают необходимым двигаться.

Понимание необходимости ежедневно выполнять комплекс утренней гигиенической гимнастики, выявлено у всех участников экспериментальной и у 76,3% контрольной группы. Однако в контрольной группе 21,4% респондентов считают возможным выполнять зарядку 3–4 раза в неделю, 7,14 % – 1–2 раза в неделю. В контрольной группе все респонденты придерживаются мнения о необходимости ежедневных занятий.

Позитивные изменения, произошедшие в понимании значимости физической активности, привели к изменению отношения к выполнению утренней гигиенической гимнастики. В экспериментальной группе число студентов, ежедневно выполняющих гимнастику, увеличилось с 12,0% до 46,67%, не выполняющих – сократилось с 43,9% до 3,6%. Деятельностная сторона двигательной активности оценена и по балльной шкале.

Полученные данные свидетельствуют о значительных различиях в группах оценки факторов, препятствующих формированию мотивации и активного отношения к двигательной деятельности. Исходное состояние групп характеризовалось наличием трех основных причин, приводящих к отказу от занятий физическими упражнениями и от приобщения к здоровому образу жизни:

- недостаток времени - 37,21%;
- отсутствие соответствующих условий - 25,58%;
- собственная лень - 32,56%.

В процессе эксперимента произошли изменения в позициях отрицательно влияющих факторов. Только 4,65% респондентов, пренебрежительно относившихся к ЗОЖ, изменили свое отношение – данная категория лиц не определяется (0%) ни в одной из групп; до ≈11% уменьшилось число студентов, которые указывают бытовые условия как главную причину отсутствия интересов к ЗОЖ; число респондентов, чувствующих недостаток знаний в области методики физического воспитания, возрастает и выдвигается на ведущую позицию - 25,53%.

Таким образом, в число основных препятствий для поддержания уровня физической подготовленности и здоровья в экспериментальной группе попадают технологические, проявляющиеся лишь при активном внимании к собственному здоровью.

МЕТОДИКА ФОРМИРОВАНИЯ МЕТОДИЧЕСКИХ НАВЫКОВ И УМЕНИЙ У КУРСАНТОВ ВОЕННО-ФИЗКУЛЬТУРНОГО ВУЗА В ПРОЦЕССЕ ЛЫЖНОЙ ПОДГОТОВКИ

*Геннадий Александрович Сергеев, кандидат педагогических наук, доцент,
Национальный государственный университет физической культуры, спорта и здоро-
вья имени П.Ф. Лесгафта, Санкт-Петербург,
(НГУ им. П.Ф. Лесгафта, Санкт-Петербург)*

Аннотация

В статье представлена структура навыков и умений и методика их формирования у кур-

анкету были внесены некоторые изменения. Они обусловлены необходимостью учета теоретической и практической подготовленности участников эксперимента.

Уже на начальном этапе было выявлено, что для подавляющего большинства участников экспериментальной группы собственное здоровье является ценностью – 90,4%. Такое распределение не характерно для участников контрольной группы, результаты которых остались неизменными – 43,6%.

Занятия более 10 часов в неделю требуют включения субъекта в организованную и самостоятельную физическую активность, 4–6 часов – в самостоятельную.

Более 12% девушек и юношей из экспериментальной группы имеют режим физической активности более 6 часов, 51,6% – 4–6 часов (допускаемый минимум), 26,1% респондентов придерживаются режима самообмана. В контрольной группе 26,8% имеют 4–6 часов физической активности, 39% – до часа, а остальные не считают необходимым двигаться.

Понимание необходимости ежедневно выполнять комплекс утренней гигиенической гимнастики, выявлено у всех участников экспериментальной и у 76,3% контрольной группы. Однако в контрольной группе 21,4% респондентов считают возможным выполнять зарядку 3–4 раза в неделю, 7,14 % – 1–2 раза в неделю. В контрольной группе все респонденты придерживаются мнения о необходимости ежедневных занятий.

Позитивные изменения, произошедшие в понимании значимости физической активности, привели к изменению отношения к выполнению утренней гигиенической гимнастики. В экспериментальной группе число студентов, ежедневно выполняющих гимнастику, увеличилось с 12,0% до 46,67%, не выполняющих – сократилось с 43,9% до 3,6%. Деятельностная сторона двигательной активности оценена и по балльной шкале.

Полученные данные свидетельствуют о значительных различиях в группах оценки факторов, препятствующих формированию мотивации и активного отношения к двигательной деятельности. Исходное состояние групп характеризовалось наличием трех основных причин, приводящих к отказу от занятий физическими упражнениями и от приобщения к здоровому образу жизни:

- недостаток времени - 37,21%;
- отсутствие соответствующих условий - 25,58%;
- собственная лень - 32,56%.

В процессе эксперимента произошли изменения в позициях отрицательно влияющих факторов. Только 4,65% респондентов, пренебрежительно относившихся к ЗОЖ, изменили свое отношение – данная категория лиц не определяется (0%) ни в одной из групп; до ≈11% уменьшилось число студентов, которые указывают бытовые условия как главную причину отсутствия интересов к ЗОЖ; число респондентов, чувствующих недостаток знаний в области методики физического воспитания, возрастает и выдвигается на ведущую позицию - 25,53%.

Таким образом, в число основных препятствий для поддержания уровня физической подготовленности и здоровья в экспериментальной группе попадают технологические, проявляющиеся лишь при активном внимании к собственному здоровью.

МЕТОДИКА ФОРМИРОВАНИЯ МЕТОДИЧЕСКИХ НАВЫКОВ И УМЕНИЙ У КУРСАНТОВ ВОЕННО-ФИЗКУЛЬТУРНОГО ВУЗА В ПРОЦЕССЕ ЛЫЖНОЙ ПОДГОТОВКИ

*Геннадий Александрович Сергеев, кандидат педагогических наук, доцент,
Национальный государственный университет физической культуры, спорта и здоро-
вья имени П.Ф. Лесгафта, Санкт-Петербург,
(НГУ им. П.Ф. Лесгафта, Санкт-Петербург)*

Аннотация

В статье представлена структура навыков и умений и методика их формирования у кур-

сантов военно-физкультурного вуза на занятиях по лыжной подготовке.

Ключевые слова: педагогические навыки и умения, лыжная подготовка, задания на методическую практику, составляющие методического мастерства.

METHODIC OF FORMING OF CADETS' SKILLS AT MILITARY INSTITUTE IN SKIING PROCESS

*Gennadiy Aleksandrovich Sergeev, candidate of pedagogical sciences, senior lecturer,
Lesgaft National State University of Physical Education, Sport and Health, St.-Petersburg*

Abstract

Structure of skills and capabilities and methods of their formation with cadets of Military Institute in skiing training has been considered in the article.

Key words: pedagogical skills and capabilities, skiing training, methods, mastering.

ВВЕДЕНИЕ

Для уточнения приоритетности задач и содержания дисциплины «Лыжная подготовка», ее вклада в модель выпускника военно-физкультурного вуза с учетом требований Государственного образовательного стандарта высшего профессионального образования (ГОС ВПО) и квалификационной характеристики (КХ) был проведен сравнительный анализ требований руководящих документов и реальной профессиональной обученности курсантов. За критерий соответствия требований ГОС ВПО и КХ был принят рейтинг задач, определенный преподавателями кафедры лыжной подготовки (в количестве 12 человек).

Таблица 1

Определение приоритетности задач дисциплины «Лыжная подготовка» преподавателями кафедры

№ п/п	Задачи лыжной подготовки	Количество ответов: % от числа опрошенных					Балл	Место
		1	2	3	4	5		
1	Развитие физических качеств	16.7	16.7	16.7	41.7	8.3	37	2
2	Формирование специальных и военно-прикладных навыков и умений	–	33.3	25.0	25.0	16.7	39	3
3	Формирование педагогических навыков и умений	33.3	25.0	16.7	8.3	16.7	30	1
4	Закаливание организма, повышение резистентности, укрепление здоровья		8.3	16.7	8.3	66.6	52	4
5	Воспитание морально-волевых и психических качеств			8.3	8.3	83.3	57	5

РЕЗУЛЬТАТЫ ИССЛЕДОВАНИЯ И ИХ ОБСУЖДЕНИЕ

Разные позиции в определении приоритетности задач в процессе преподавания и изучения дисциплины подтверждают недостаточную ориентированность курсантов в модели своей подготовки.

Вся учебная информация, которая определяет уровень развития командных, методических, организаторских знаний, навыков и умений в сфере лыжной подготовки у курсантов, предполагает их успешное функционирование в качестве руководителей физической подготовки, сведена нами в систему заданий по методической практике. Организационно-методический и педагогический опыт, приобретенный в результате выполнения предыдущего задания, предполагает возможность выполнения следующего. Таким образом, вся учебная информация представляет собой систему приобретения методических навыков.

Концепция формирования профессиональной готовности предполагает гибкость этой системы, возможность планировать достижение определенных целей и задач поэтапно, по курсам обучения в вузе. Учебная практика в процессе обучения, протекаю-

щая в условиях вуза под управлением и контролем преподавателя, рассматривается как начало будущей деятельности офицера – организатора и педагога.

Опираясь на рекомендации по привитию курсантам методических и организаторских знаний, навыков и умений (В.В. Миронов с соав., 1981; В.Г. Калашников с соавт., 1972; П.Н. Ябров, 1983), мы разработали систему заданий для курсантов на методическую практику, эта система представлена в таблице 2. Такая система, на наш взгляд, позволяет планировать и контролировать как достижение конечного результата методической подготовленности в сфере лыжной подготовки выпускника вуза, так и промежуточных уровней на различных этапах обучения. При этом часть заданий отрабатывается в ходе учебно-методических занятий, а часть – во время учебно-тренировочных.

Таблица 2

Система заданий для курсантов на методическую практику по лыжной подготовке и лыжному спорту

Курс	№ задания	Содержание задания
I	1	Обучение строевым приемам и действиям с лыжами и на лыжах
	2	Обучение обычному, одновременному бесшажному, одновременному одноступенчатому, одновременному двухшажному ходам
	3	Проведение подготовительной и заключительной частей занятия
II	4	Проведение тренировки равномерно-переменным методом
	5	Обучение способам подъемов, спусков, поворотов, торможений
	6	Обучение боевым приемам и действиям с лыжами и на лыжах
III	7	Проведение судейства соревнований в качестве старшего судьи на старте, финише, заместителя начальника дистанции
	8	Проведение учебно-тренировочного занятия по лыжной подготовке
	9	Организация и проведение инструкторско-методических и демонстрационных занятий с курсантами учебных частей, командирами подразделений, с курсантами вузов
IV	10	Организация соревнований по лыжной подготовке и лыжному спорту, судейство соревнований в роли главного судьи, главного секретаря
	11	Организация и проведение тренировки интервальным, повторным и соревновательным методами
	12	Практическое ознакомление с судейством соревнований по биатлону, прыжкам на лыжах с трамплина, лыжному двоеборью, сноуборду, фристайлу

На начальных этапах формирования командных и методических навыков и умений у курсантов 1-2 курсов методика обучения предполагала подачу материала небольшими порциями (шагами), расписанными в виде алгоритмических заданий. Такой подход базируется на принципах программированного обучения.

По мере приобретения педагогического опыта и объема сформированных навыков и умений для курсантов старших курсов применялась методика укрупнения дидактических единиц.

При оценке уровня сформированности педагогических умений у курсантов в процессе овладения ими системой заданий по методической практике применялся метод экспертизы оценки. В качестве экспертов выступали преподаватели кафедры лыжной подготовки, которые оценивали значимость составляющих методической подготовленности курсантов. Оценка составляющих осуществлялась из 5 баллов. Значимость каждой составляющей определялась как средняя арифметическая величина, определенная всеми респондентами и округленная до целого числа. В экспертизе оценке участвовали 12 преподавателей, из них 5 кандидатов педагогических наук, 1 профессор, 7 доцентов (табл. 3).

Практическая направленность методической подготовки должна сочетаться с усвоением курсантами фундаментальных теоретических знаний о целях, задачах, сущ-

ности, организации, принципах и методах обучения в сфере лыжной подготовки и лыжного спорта, чего мы добиваемся включением в учебный процесс лекций, групповых и самостоятельных занятий по основным разделам и темам программы.

Таблица 3

Составляющие методического мастерства, критерии их оценки и значимость

№ п/п	Составляющие методического мастерства	Критерии оценки	Значимость, балл
1	Внешний вид	Форма одежды, уверенность, строевая выправка	1
2	Название действия	В соответствии с терминологией, краткое, четкое	1
3	Показ действия	Правильный по содержанию, оптимальный по темпу, хорошо видимый обучающимися	3
4	Объяснение действия	Ясное, полное, с выявлением главного	3
5	Соблюдение последовательности обучения	Соблюдение этапности обучения, выбор метода обучения, последовательность в выполнении действий	2
6	Знание команд и управление обучающимися	Правильные команды, рациональное расположение обучающихся, умение применять команды	2
7	Обнаружение и исправление ошибок	Предупреждение ошибок, обнаружение и исправление грубых ошибок, обнаружение и исправление незначительных ошибок	5
8	Оказание помощи	Проводка по движению, фиксация статических положений всего и отдельных частей тела обучающихся, надежность	2
9	Определение состояния занимающихся	По ЧСС, по внешним признакам, по субъективной оценке занимающихся	3
10	Дозирование нагрузки	По объему, по интенсивности, по координации движений	3

К организации педагогического эксперимента привлекались курсанты 3 и 4 курсов 1 и 2 факультетов в количестве 244 человек. Курсанты 1-го факультета в количестве 116 человек составили экспериментальную группу (ЭГ), а 2-го факультета в количестве 128 человек – контрольную группу (КГ). Курсанты КГ занимались по действующей программе, а курсанты ЭГ – по предлагаемой нами опытной программе. При этом время, отводимое на овладение материалом программ, было одинаковым. Результаты эксперимента представлены в таблице 4. Курсанты ЭГ достоверно превзошли результаты курсантов КГ по всем показателям методической подготовленности.

Таблица 4

Результаты педагогического эксперимента по формированию основ педагогического мастерства

№ п/п	Показатели подготовленности	1 исследование	2 исследование	3 исследование	4 исследование
1	Контрольная группа	4.2 + 0.4	8.3 + 0.4	7.0 + 0.4	11.3 + 0.4
2	Экспериментальная группа	3.9 + 0.4	10.8 + 0.4	9.4 + 0.4	14.6 + 0.4

Совершенствование методики обучения является центральной проблемой оптимизации учебного процесса, создание таких условий, когда обучающиеся в единице времени могут приобрести больше знаний и умений при высоком качестве и прочности их усвоения.

ВЫВОДЫ

На различных этапах образовательного процесса при прохождении методической практики на занятиях по лыжной подготовке применимы различные формы ее организации. Так, на этапе тренировки методических заданий, при изучении несложных педагогических приемов и действий применяется организационная структура управления «руководитель - подразделение», парным или малогрупповым методом, когда курсанты выполняют методическое задание в составе группы, в парах, в подгруппах. Такая организация методической практики характерна для первого и второго

курсов обучения. На старших курсах обучения наиболее объективным является вариант методической практики, когда часть своих корректирующих и контролирующих функций преподаватель передает назначенным в малых группах (по 5-8 человек) или при проведении занятий с учебной группой руководителям из числа курсантов. Такая форма организации методической практики наиболее эффективна при обучении организации ИМЗ и тренировке различными методами. По нашим данным, она повышает плотность занятия по сравнению с принятой организацией в 2,2-2,4 раза.

Рациональное распределение времени, предусмотренного учебным планом на изучение дисциплины, позволило увеличить объем теоретической подготовки, найти оптимальное, на наш взгляд, соотношение между физической и методической подготовкой. Педагогический эксперимент, проведенный нами в естественных условиях, подтвердил правильность наших предположений.

ЛИТЕРАТУРА

1. Барабанщиков, А.В. Основы военной педагогики и психологии / А.В. Барабанщиков [и др.]. – М. : [б.и.], 1988. – 271 с.
2. Кузьмина, Н.В. Методы системного педагогического исследования / Н.В. Кузьмина ; ленингр. гос. ун-т. – Л. : Изд-во ЛГУ, 1980. – 172 с.
3. Методика обучения способам передвижения на лыжах : метод. рекомендации / В.Г. Калашников, Л.И. Кузнецов, И.Ф. Макропуло, П.Н. Ябров ; ВДКФФК. – Л. : [б.и.], 1972 – 58 с.
4. Миронов, В.В. Формирование основ педагогического мастерства на занятиях по гимнастике / В.В. Миронов, Б.П. Кашеваров, С.Н. Мартынов ; ВДКИФК. – Л. : [б.и.], 1981. – 73 с.
5. Миронов, В.В. Военно-педагогические основы формирования методического мастерства по физической подготовке у курсантов учебных частей, военных училищ, слушателей академий : дис. ... д-ра пед. наук / Миронов В.В. – Л., 1991. – 449 с.
6. Проблемы психологии военного коллектива / А.В. Барабанщиков, А.Д. Глотовкин, Н.Ф. Феденко, В.В. Шеляг. – М. : Воениздат, 1973 – 165 с.
7. Сергеев, Г.А. Формирование знаний, навыков и умений у курсантов Военного института физической культуры в процессе лыжной подготовки : дис. ... канд. пед. наук / Сергеев Г.А. – СПб., 1996. – 190 с.
8. Ябров, П.Н. Рекомендации по привитию курсантам методических и организаторских знаний, умений и навыков на занятиях по лыжной подготовке / П.Н. Ябров ; Воен. ин-т физ. культуры. – Л. : [б.и.], 1983. – 57 с.

КВАЛИМЕТРИЯ ПРЕПОДАВАНИЯ ДИСЦИПЛИНЫ «ФИЗИЧЕСКАЯ КУЛЬТУРА» В ВЫСШИХ УЧЕБНЫХ ЗАВЕДЕНИЯХ

Ирина Сергеевна Сырвачева, кандидат педагогических наук, доцент

Владивостокский филиал Российской таможенной академии,

г. Владивосток

*Сергей Николаевич Зуев, доктор педагогических наук, профессор, Российская таможенная академия,
г. Москва*

Аннотация

Фактический материал представленной статьи имеет научную ценность при анализе, оценке и управлении качеством производимой образовательной продукции в области физической культуры с помощью квалиметрии.

Ключевые слова: управление, квалиметрия, качество, эталон, метрология, физическая культура.

курсов обучения. На старших курсах обучения наиболее объективным является вариант методической практики, когда часть своих корректирующих и контролирующих функций преподаватель передает назначенным в малых группах (по 5-8 человек) или при проведении занятий с учебной группой руководителям из числа курсантов. Такая форма организации методической практики наиболее эффективна при обучении организации ИМЗ и тренировке различными методами. По нашим данным, она повышает плотность занятия по сравнению с принятой организацией в 2,2-2,4 раза.

Рациональное распределение времени, предусмотренного учебным планом на изучение дисциплины, позволило увеличить объем теоретической подготовки, найти оптимальное, на наш взгляд, соотношение между физической и методической подготовкой. Педагогический эксперимент, проведенный нами в естественных условиях, подтвердил правильность наших предположений.

ЛИТЕРАТУРА

1. Барабанщиков, А.В. Основы военной педагогики и психологии / А.В. Барабанщиков [и др.]. – М. : [б.и.], 1988. – 271 с.
2. Кузьмина, Н.В. Методы системного педагогического исследования / Н.В. Кузьмина ; ленингр. гос. ун-т. – Л. : Изд-во ЛГУ, 1980. – 172 с.
3. Методика обучения способам передвижения на лыжах : метод. рекомендации / В.Г. Калашников, Л.И. Кузнецов, И.Ф. Макропуло, П.Н. Ябров ; ВДКФФК. – Л. : [б.и.], 1972 – 58 с.
4. Миронов, В.В. Формирование основ педагогического мастерства на занятиях по гимнастике / В.В. Миронов, Б.П. Кашеваров, С.Н. Мартынов ; ВДКИФК. – Л. : [б.и.], 1981. – 73 с.
5. Миронов, В.В. Военно-педагогические основы формирования методического мастерства по физической подготовке у курсантов учебных частей, военных училищ, слушателей академий : дис. ... д-ра пед. наук / Миронов В.В. – Л., 1991. – 449 с.
6. Проблемы психологии военного коллектива / А.В. Барабанщиков, А.Д. Глотовкин, Н.Ф. Феденко, В.В. Шеляг. – М. : Воениздат, 1973 – 165 с.
7. Сергеев, Г.А. Формирование знаний, навыков и умений у курсантов Военного института физической культуры в процессе лыжной подготовки : дис. ... канд. пед. наук / Сергеев Г.А. – СПб., 1996. – 190 с.
8. Ябров, П.Н. Рекомендации по привитию курсантам методических и организаторских знаний, умений и навыков на занятиях по лыжной подготовке / П.Н. Ябров ; Воен. ин-т физ. культуры. – Л. : [б.и.], 1983. – 57 с.

КВАЛИМЕТРИЯ ПРЕПОДАВАНИЯ ДИСЦИПЛИНЫ «ФИЗИЧЕСКАЯ КУЛЬТУРА» В ВЫСШИХ УЧЕБНЫХ ЗАВЕДЕНИЯХ

Ирина Сергеевна Сырвачева, кандидат педагогических наук, доцент

Владивостокский филиал Российской таможенной академии,

г. Владивосток

*Сергей Николаевич Зуев, доктор педагогических наук, профессор, Российская таможенная академия,
г. Москва*

Аннотация

Фактический материал представленной статьи имеет научную ценность при анализе, оценке и управлении качеством производимой образовательной продукции в области физической культуры с помощью квалиметрии.

Ключевые слова: управление, квалиметрия, качество, эталон, метрология, физическая культура.

**QUALITY MANAGEMENT OF THE OF TEACHING “PHYSICAL EDUCATION”
DISCIPLINE AT HIGH EDUCATION INSTITUTIONS**

*Irina Sergeevna Syrvacheva, candidate of pedagogical sciences, senior lecturer,
Vladivostok branch of the Russian Customs Academy,
Sergey Nikolaevich Zuev, doctor of pedagogical sciences, professor,
Russian Customs Academy,
Moscow*

Abstract

The actual material of submitted clause has scientific value at the analysis, estimation and quality management of made the educational production in the field of physical training with the help quality measurement.

Key words: control, quality measurement, quality, standard, metrology, the physical culture.

Концепция модернизации российского образования [1] предполагает обеспечение и управление современным качеством образования на основе сохранения его фундаментальности и соответствия актуальным и перспективным потребностям личности, общества и государства.

Управление качеством высшего физкультурного образования невозможно осуществить без соответствующей квалиметрии. Зачастую только реализация и анализ результатов квалиметрии обеспечивают решение программ научного, научно-методического, материально-технического и информационного обеспечения развития и функционирования системы образования, её соответствие Международной системе ISO - International Standard Organization (МС ИСО 9000:2000).

Обычно квалиметрия (измерение качества) образования проводится в ходе аттестации образовательных учреждений, предусмотренной Законом Российской Федерации «Об образовании». Основой является «Методика внешней экспертизы при аттестации образовательных учреждений высшего профессионального образования», утвержденная Государственной инспекцией по аттестации учебных заведений России 20 декабря 2001 г.

Согласно Государственному образовательному стандарту высшего профессионального образования (ВПО), физическая культура как учебная дисциплина является федеральным компонентом основной образовательной программы подготовки специалистов в цикле ГСЭ – общие гуманитарные и социально-экономические дисциплины и представляется к итоговой государственной аттестации.

В настоящее время такие важнейшие социально-экономические категории, как эффективность производственной деятельности специалиста, производительность труда, его физическое здоровье, работоспособность и др., все в большей степени связываются с качеством выпускаемой продукции учреждения ВПО.

Суть определения качества при квалиметрии в физкультурном образовании студентов ВПО состоит в следующем:

- для каждого выпускника учитываются свои специфические уровни качества, зафиксированные в стандартах, нормативах;
- выбирается эталон качества, например, модель сотрудника таможенных органов, которая должна обладать определенными физическими, психофизическими и морально-нравственными качествами;
- достигнутое качество (выпускник) сопоставляется с эталоном.

Таким образом, выбор и обоснование показателей качества, становится одним из основных этапов подхода к управлению качеством физкультурного образования в подготовке специалистов.

Когда будут разработаны критерии качества, показатели учета и контроля результатов физкультурного образования и обеспечена их интеграция с механизмами управления, то можно будет создать локальную педагогическую систему. В её основу

могла бы быть положена модель выпускника, а также положения, содержащие или учитывающие:

- региональный компонент, составленный на основе учета климатогеографических и экологических особенностей проживания;
- педагогическую технологию формирования устойчивой мотивации к двигательной активности, поддержания и укрепления здоровья, навыки самоконтроля и самооценки достижений как в процессе обучения, так и в профессиональной деятельности;
- многоуровневую программу физкультурного образования, которая позволит педагогу учитывать индивидуальный темп овладения знаниями, умениями и навыками и осуществлять своевременную прямую и обратную связь, коррекцию процесса физического воспитания.

Другой путь подхода к управлению качеством физкультурного образования в подготовке специалистов видится в адекватном метрологическом обеспечении квалиметрии.

Как известно, основным объектом метрологии являются измерения, средства, виды и методы измерений. При этом одной из главных задач метрологии является обеспечение единства измерений [2].

Измерение показателей физкультурного образования видимо целесообразно проводить такими методами измерений, как инструментальный, экспертный и комбинированный.

Если использование инструментального метода при измерении показателей качества не вызывает больших трудностей у экспериментаторов, например, при измерении антропометрических показателей физического развития человека, его биохимических и энергетико-функциональных параметров при оценке работоспособности, то экспертный и комбинированный методы измерений требуют особого подхода и остаются предметом исследования.

Третьим путем подхода к управлению качеством физкультурного образования в подготовке специалистов в ВПО как раз и должна явиться система обеспечения объективности и точности оценок при использовании всех выше указанных методов измерения качества.

На наш взгляд, разработка проблемы, связанной с управлением качеством физкультурного образования в подготовке специалистов на основе обеспеченной системы квалиметрии, является своевременной и позволит значительно повысить уровень эффективности учебно-воспитательного процесса, коммуникабельности и здоровья занимающихся.

ЛИТЕРАТУРА

1. Концепция модернизации российского образования на период до 2010 года. – М. : АПК и ПРО, 2002. – 24 с.
2. Смирнов, Ю.И. Спортивная метрология : учеб. для студ. пед. вузов / Ю.И. Смирнов, М.М. Полевщикова. – М. : Академия, 2000. – 232 с..

ТЕХНОЛОГИЯ УПРАВЛЕНИЯ ПРОФЕССИОНАЛЬНОЙ ПОДГОТОВКОЙ РУКОВОДИТЕЛЕЙ ОХРАННЫХ ПРЕДПРИЯТИЙ

*Александр Иванович Турков, соискатель,
Военный институт физической культуры (ВИФК),
Санкт-Петербург*

Аннотация

В работе представлены результаты проведенного исследования по разработке технологии управления профессиональной подготовкой руководителей охранных предприятий. Автором выявлена ранговая структура педагогических условий, необходимых для повышения эффективности управления профессиональной подготовкой руководителей охранных предприятий.

могла бы быть положена модель выпускника, а также положения, содержащие или учитывающие:

- региональный компонент, составленный на основе учета климатогеографических и экологических особенностей проживания;
- педагогическую технологию формирования устойчивой мотивации к двигательной активности, поддержания и укрепления здоровья, навыки самоконтроля и самооценки достижений как в процессе обучения, так и в профессиональной деятельности;
- многоуровневую программу физкультурного образования, которая позволит педагогу учитывать индивидуальный темп овладения знаниями, умениями и навыками и осуществлять своевременную прямую и обратную связь, коррекцию процесса физического воспитания.

Другой путь подхода к управлению качеством физкультурного образования в подготовке специалистов видится в адекватном метрологическом обеспечении квалиметрии.

Как известно, основным объектом метрологии являются измерения, средства, виды и методы измерений. При этом одной из главных задач метрологии является обеспечение единства измерений [2].

Измерение показателей физкультурного образования видимо целесообразно проводить такими методами измерений, как инструментальный, экспертный и комбинированный.

Если использование инструментального метода при измерении показателей качества не вызывает больших трудностей у экспериментаторов, например, при измерении антропометрических показателей физического развития человека, его биохимических и энергетико-функциональных параметров при оценке работоспособности, то экспертный и комбинированный методы измерений требуют особого подхода и остаются предметом исследования.

Третьим путем подхода к управлению качеством физкультурного образования в подготовке специалистов в ВПО как раз и должна явиться система обеспечения объективности и точности оценок при использовании всех выше указанных методов измерения качества.

На наш взгляд, разработка проблемы, связанной с управлением качеством физкультурного образования в подготовке специалистов на основе обеспеченной системы квалиметрии, является своевременной и позволит значительно повысить уровень эффективности учебно-воспитательного процесса, коммуникабельности и здоровья занимающихся.

ЛИТЕРАТУРА

1. Концепция модернизации российского образования на период до 2010 года. – М. : АПК и ПРО, 2002. – 24 с.
2. Смирнов, Ю.И. Спортивная метрология : учеб. для студ. пед. вузов / Ю.И. Смирнов, М.М. Полевщикова. – М. : Академия, 2000. – 232 с..

ТЕХНОЛОГИЯ УПРАВЛЕНИЯ ПРОФЕССИОНАЛЬНОЙ ПОДГОТОВКОЙ РУКОВОДИТЕЛЕЙ ОХРАННЫХ ПРЕДПРИЯТИЙ

*Александр Иванович Турков, соискатель,
Военный институт физической культуры (ВИФК),
Санкт-Петербург*

Аннотация

В работе представлены результаты проведенного исследования по разработке технологии управления профессиональной подготовкой руководителей охранных предприятий. Автором выявлена ранговая структура педагогических условий, необходимых для повышения эффективности управления профессиональной подготовкой руководителей охранных предприятий.

ятий. Экспериментально доказана высокая эффективность разработанной технологии.

Ключевые слова: управление; профессиональная подготовка; руководители охранных предприятий.

TECHNOLOGY OF PROFESSIONAL TRAINING MANAGEMENT OF HEADS OF THE SECURITY ESTABLISHMENTS

*Alexander Ivanovich Turkov, competitor,
Military Institute of Physical Education,
Saint-Petersburg*

Abstract

In work results of the conducted research on working out of technology of management by professional training of chiefs of the security enterprises are presented. The author reveals structure of the pedagogical conditions necessary for increase of management efficiency by professional training of chiefs of the security enterprises. High efficiency of the developed technology is experimentally proved by the author.

Key words: management; professional training; chiefs of the security enterprises.

На руководителей и сотрудников служб безопасности коммерческих фирм, банков, охранных агентств возлагается большая ответственность по защите жизни и здоровья граждан (П. Закревский, 2008; И.Б. Линдер, 2008). Однако, как свидетельствуют исследования в данной области, уровень профессиональной подготовленности руководителей охранных предприятий остается недостаточным (С. Аргеткин, 2008; Л. Веденов, 2007; В.В. Кабачный, 2007 и др.).

В настоящее время ведется активный поиск путей совершенствования управленческой деятельности руководителей охранных предприятий. Очевидно, что без четко построенной организационной структуры, а также системы управления профессиональной подготовкой руководителей охранных предприятий качественное решение указанных задач невозможно.

В результате проведенного опроса руководителей охранных предприятий были установлены перспективные рубежи, которые они определяют для себя в процессе профессиональной деятельности. К ним относятся: овладение отдельными элементами управления охранным предприятием на максимально возможном уровне; выявление современных, наиболее эффективных методов управления и овладение ими; освоение специфических навыков управления коллективом; разработка своего неповторимого стиля управления охранным предприятием.

В процессе исследования обосновывались педагогические условия, необходимые для повышения эффективности управления профессиональной подготовкой руководителей охранных предприятий, а также выявлялись факторы, определяющие успешность их профессиональной деятельности. Для этого был проведен опрос специалистов в сфере управления. Всего в опросе приняли участие 87 человек. Результаты опроса представлены в таблице 1.

В ходе дальнейшего исследования представителям организаций был задан вопрос о том, какие отрицательные моменты они могут выделить в работе охранных предприятий. Результаты опроса представлены в таблице 2.

Для определения структуры управленческих действий руководителей охранных предприятий нами был проведен факторный анализ их профессиональной деятельности (табл. 3).

Проведенный факторный анализ структуры управленческих действий руководителей охранных предприятий позволил выявить наиболее значимые факторы, определяющие успешность их профессиональной деятельности.

В ходе дальнейшего исследования разрабатывалась технология управления профессиональной подготовкой руководителей охранных предприятий и экспериментально проверялась ее эффективность.

Таблица 1

Ранговая структура педагогических условий, необходимых для повышения эффективности управления профессиональной подготовкой руководителей охранных предприятий (n=87)

Значимость (ранговое место)	Основные педагогические условия, необходимые для повышения эффективности управления профессиональной подготовкой	Ранговый показатель, %
1	Наличие эффективной технологии управления охранным предприятием	18,2
2	Профессиональная компетентность преподавательского состава, осуществляющего обучение руководителей охранных предприятий	17,8
3	Учет индивидуальных способностей руководителей при их подборе и расстановке	15,3
4	Наличие необходимой программы для обучения руководителей охранных предприятий	14,7
5	Методическое обеспечение профессиональной деятельности руководителей охранных предприятий	12,8
6	Обеспечение здорового морально-психологического климата в трудовых коллективах охранных предприятий	11,2
7	Разработка комплекса мер по повышению мотивации руководителей к профессиональной деятельности	6,1
8	Создание необходимых условий для постоянного самосовершенствования субъектов управления	3,9

Таблица 2

Распределение ответов респондентов на вопрос о том, какие отрицательные моменты они могут выявить в работе охранных предприятий Санкт-Петербурга

Варианты ответов	% опрошенных,
Непрофессиональная работа, низкий профессиональный уровень подготовки	4,8
Долго едут на вызов, медленное реагирование	3,6
Высокая, завышенная стоимость услуг	3,6
Безответственность, несерьезное отношение к объектам охраны	3,6
Сами провоцируют хищения, воровство, близость к криминальным структурам	2,4
Невысокая культура по отношению к тем, кого они охраняют	1,8
Возмещение ущерба длительное время, проблемы со страховкой	1,2
Внешний вид, форма	1,4
Нечеткость формулировки договоров	1,0
Пьянство сотрудников охраны	1,2
Не совпадают интересы по пользованию тревожной кнопкой	0,2
Невыполнение своих обязанностей по ночным дежурствам	0,4
Банкротство охранных предприятий	0,6
Невнимательность	0,1
Уровень оборудования	0,6
Узконаправленные полномочия	1,2
Чрезмерная дотошность	0,1
Если забываю пропуск, то проверяют по списку и паспорту	0,1
Раньше на время посещения забирали у посетителей паспорт, хотя не имеют на это права	0,1
Плохая психологическая подготовка охранников	2,1
Большая «текучесть» кадров	0,6
Низкий уровень обслуживания	0,3
Степень доверия к этим структурам	0,9
Плохой отбор сотрудников	0,6
Опоздания	0,1
Пренебрежение служебными обязанностями	1,1
Никаких отрицательных моментов	31,7
Не сталкивался	13,2
Затрудняюсь ответить	21,0

Таблица 3

**Обобщенная факторная структура управленческих действий
руководителей охранных предприятий**

№ п/п	Факторы	Факторные веса			
		1	2	3	4
1	Умение правильно поставить цель и задачи	0,328	0,271	0,752	0,302
2	Согласованность управленческой деятельности	0,476	0,247	0,442	0,108
3	Результативность совместной деятельности по управлению охранной организацией	0,652	0,749	0,102	0,052
4	Способность к коммуникациям и взаимодействию на разных уровнях	0,803	0,034	0,047	0,118
5	Профессиональная компетентность руководителей охранных предприятий	0,565	0,817	0,542	0,307
6	Владение современными методами психолого-педагогического воздействия на процессы и объекты управленческой деятельности	0,718	0,352	0,401	0,111
7	Стратегическое мышление и прогнозирование	0,112	0,211	0,689	0,412
8	Экономическая и юридическая грамотность руководителей охранных организаций	0,228	0,472	0,347	0,728
% в общей дисперсии выборки		21,80	15,68	14,43	7,27

Специальное изучение данного вопроса показало, что управление процессом профессиональной подготовки руководителей охранных предприятий представляет собой специально осуществляющую деятельность, направленную на достижение максимально возможного эффекта в уровне профессиональной подготовленности данной категории лиц.

Сама деятельность по управлению профессиональной подготовкой руководителей охранных предприятий имеет сложную структуру и реализуется поэтапно (рис. 1).

На каждом из них решаются свои специфические задачи.

Разработанная технология была реализована в ходе педагогического эксперимента. Результаты проведенного педагогического эксперимента свидетельствуют о высокой эффективности разработанной технологии управления профессиональной подготовкой руководителей охранных предприятий (табл. 4, 5).

Таблица 4

**Средние результаты освоения экспериментальной программы субъектами
управления (n=23)**

Основные разделы программы	Результаты успешности обучения (в баллах) ($x \pm m$)		P
	до эксперимента	после эксперимента	
Теоретический курс	$2,3 \pm 0,34$	$4,1 \pm 0,19$	<0,05
Методико-практический курс	$3,0 \pm 0,27$	$4,5 \pm 0,28$	<0,05
Реферат на заданную тему	–	$4,2 \pm 0,23$	-
Общая экспертная оценка	$2,7 \pm 0,39$	$4,3 \pm 0,25$	<0,05
Самооценка	$3,2 \pm 0,31$	$4,6 \pm 0,27$	<0,05
Удовлетворенность содержанием и методической проведения занятий	–	$4,5 \pm 0,31$	-

Таблица 5

**Результаты оценки уровня успешности овладения испытуемыми знаниями,
умениями и навыками управления (n=23)**

Уровни успешности овладения программой обучения	Испытуемые (%)	
	до эксперимента	после эксперимента
«Высокий»	5,8	41,6
«Относительно высокий»	8,6	45,2
«Средний»	59,4	9,9
«Низкий»	26,2	3,3

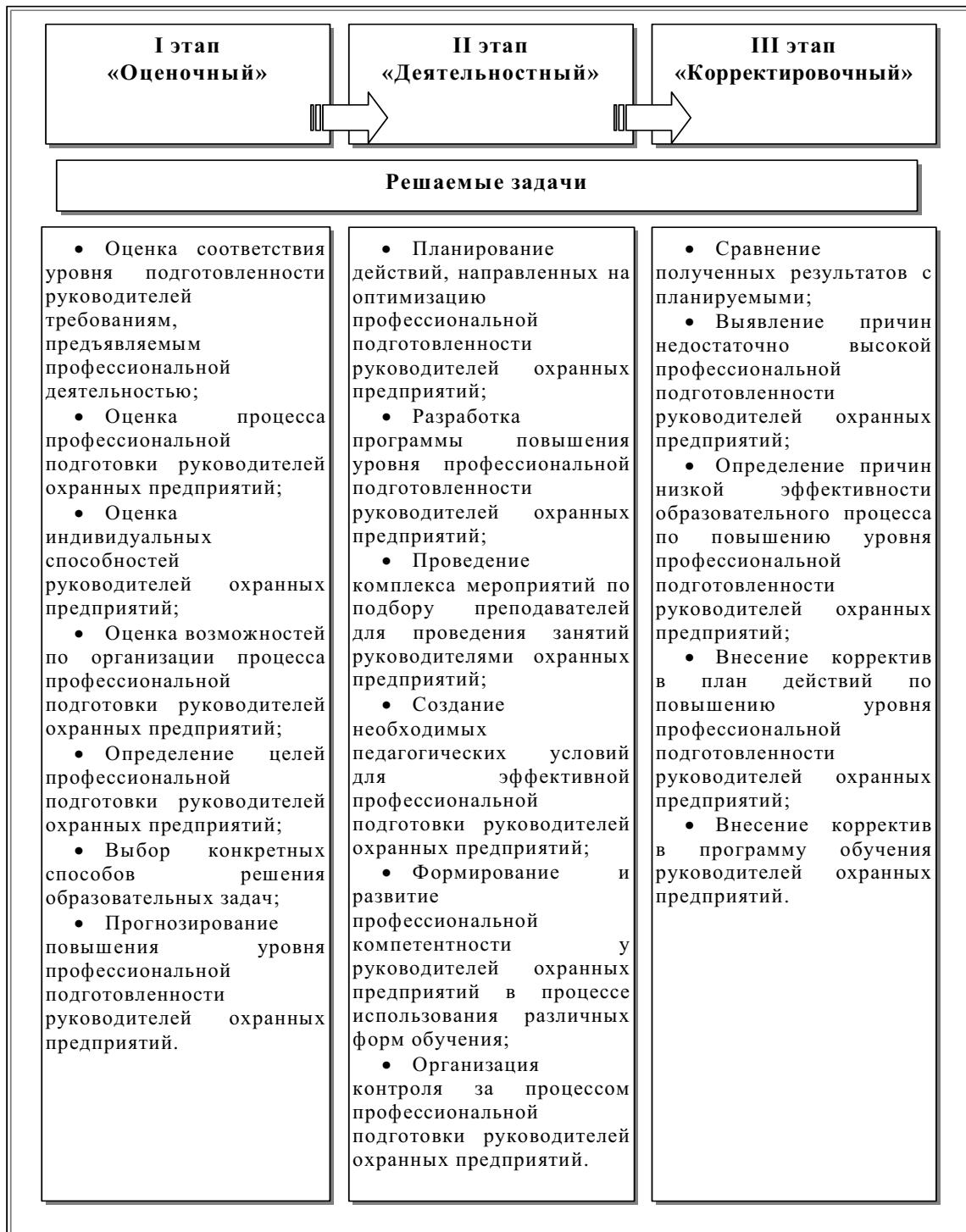


Рис. 1. Технология управления профессиональной подготовкой руководителей охранных предприятий

Объективным показателем высокой эффективности разработанной технологии управления профессиональной подготовкой руководителей охранных предприятий явились положительные сдвиги в оценке уровня успешности овладения испытуемыми знаниями, умениями и навыками управления охранным предприятием.

Таким образом, в ходе проведенного исследования разработанная технология управления профессиональной подготовкой руководителей охранных предприятий показала высокую эффективность.

ЛИТЕРАТУРА

1. Аргеткин, С. Эффективное управление охранным бизнесом / С. Аргеткин // Охранная деятельность. – 2008. – № 5. – С. 32-34.
2. Веденов, Л. 15 лет частной охранно-сыскной деятельности в России / Л. Веденов // Охранная деятельность. – 2007. – № 3 (75). – С. 14-16.
3. Закревский, П. Порядок подготовки и проведения охранного мероприятия: руководство по обеспечению безопасности физических лиц, бизнесменов, представителей деловых кругов / П.Закревский. – М. : ОРГинформ, 2008. – 157 с.
4. Кабачный, В.В. Практическое пособие по работе с кадрами в охранной фирме / В.В. Кабачный. – Донецк : [б.и.], 2007. – 235 с.
5. Линдер, И.Б. Теория и практика контртеррористической подготовки / И.Б. Линдер // Практические аспекты финансового и организационно-кадрового обеспечения работы частных охранных и детективных предприятий : материалы науч.-практ. конф. – М., 2008. – С. 158-164.

РАЗВИТИЕ КОММУНИКАТИВНЫХ СПОСОБНОСТЕЙ СТУДЕНТОВ КАК ФАКТОРА ГОТОВНОСТИ К РЕАЛИЗАЦИИ ЛИЧНОСТНО-ОРИЕНТИРОВАННОГО ПОДХОДА К ДЕЯМ

Венер Фасхетдинович Усманов, кандидат педагогических наук, доцент,

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

Вероника Сергеевна Кругликова, соискатель,

Бирская государственная социально-педагогическая академия

Аннотация

В статье рассматривается проблема готовности будущих специалистов в сфере физической культуры к развитию способностей юных спортсменов.

Представлены результаты исследования по развитию коммуникативных способностей студентов физкультурного профиля как фактора готовности к реализации личностно ориентированного подхода к детям.

Ключевые слова: коммуникативные способности, компонент готовности, контингент.

DEVELOPMENT OF STUDENTS COMMUNICATIVE ABILITIES AS FACTOR OF REALIZATION OF INDIVIDUALLY-ORIENTED APPROACH TO CHILDREN

*Vener Fashetdinovich Usmanov, candidate of pedagogical sciences, senior lecturer,
Lesgaft National State University of Physical Education, Sport and Health, St.-Petersburg*

Veronica Sergeyevna Kruglikova, competitor,

Birsk State Socially-Pedagogical Academy

Abstract

The article deals with a problem of readiness of future physical culture specialists to development of young sportsmen abilities.

The results of the research of development of communicative abilities of physical training profile students as a factor of realization of person-oriented approach to children are presented.

Key words: communicative abilities, readiness component, contingent.

Основной задачей подготовки специалистов в высшем учебном заведении в сфере физической культуры является формирование профессионально важных качеств личности будущего педагога (ПВК). Стратегия современного педагогического образования состоит в развитии и саморазвитии личности учителя, способного свободно ориентироваться в сложных социокультурных обстоятельствах, ответственно и профессионально действовать в условиях решения актуальных образовательных задач. Эта стратегия воплощается в направленности содержания, форм и методов учебного про-

ЛИТЕРАТУРА

1. Аргеткин, С. Эффективное управление охранным бизнесом / С. Аргеткин // Охранная деятельность. – 2008. – № 5. – С. 32-34.
2. Веденов, Л. 15 лет частной охранно-сыскной деятельности в России / Л. Веденов // Охранная деятельность. – 2007. – № 3 (75). – С. 14-16.
3. Закревский, П. Порядок подготовки и проведения охранного мероприятия: руководство по обеспечению безопасности физических лиц, бизнесменов, представителей деловых кругов / П.Закревский. – М. : ОРГинформ, 2008. – 157 с.
4. Кабачный, В.В. Практическое пособие по работе с кадрами в охранной фирме / В.В. Кабачный. – Донецк : [б.и.], 2007. – 235 с.
5. Линдер, И.Б. Теория и практика контртеррористической подготовки / И.Б. Линдер // Практические аспекты финансового и организационно-кадрового обеспечения работы частных охранных и детективных предприятий : материалы науч.-практ. конф. – М., 2008. – С. 158-164.

РАЗВИТИЕ КОММУНИКАТИВНЫХ СПОСОБНОСТЕЙ СТУДЕНТОВ КАК ФАКТОРА ГОТОВНОСТИ К РЕАЛИЗАЦИИ ЛИЧНОСТНО-ОРИЕНТИРОВАННОГО ПОДХОДА К ДЕЯМ

Венер Фасхетдинович Усманов, кандидат педагогических наук, доцент,

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

Вероника Сергеевна Кругликова, соискатель,

Бирская государственная социально-педагогическая академия

Аннотация

В статье рассматривается проблема готовности будущих специалистов в сфере физической культуры к развитию способностей юных спортсменов.

Представлены результаты исследования по развитию коммуникативных способностей студентов физкультурного профиля как фактора готовности к реализации личностно ориентированного подхода к детям.

Ключевые слова: коммуникативные способности, компонент готовности, контингент.

DEVELOPMENT OF STUDENTS COMMUNICATIVE ABILITIES AS FACTOR OF REALIZATION OF INDIVIDUALLY-ORIENTED APPROACH TO CHILDREN

*Vener Fashetdinovich Usmanov, candidate of pedagogical sciences, senior lecturer,
Lesgaft National State University of Physical Education, Sport and Health, St.-Petersburg*

Veronica Sergeyevna Kruglikova, competitor,

Birsk State Socially-Pedagogical Academy

Abstract

The article deals with a problem of readiness of future physical culture specialists to development of young sportsmen abilities.

The results of the research of development of communicative abilities of physical training profile students as a factor of realization of person-oriented approach to children are presented.

Key words: communicative abilities, readiness component, contingent.

Основной задачей подготовки специалистов в высшем учебном заведении в сфере физической культуры является формирование профессионально важных качеств личности будущего педагога (ПВК). Стратегия современного педагогического образования состоит в развитии и саморазвитии личности учителя, способного свободно ориентироваться в сложных социокультурных обстоятельствах, ответственно и профессионально действовать в условиях решения актуальных образовательных задач. Эта стратегия воплощается в направленности содержания, форм и методов учебного про-

цесса на становление духовно развитой, культурной личности учителя, обладающего целостным гуманистическим мировоззрением, глубокими профессиональными знаниями, комплексно реализующего свой творческий потенциал в профессиональной деятельности.

От личностных качеств и способностей учителя зависят методы и приемы работы, производительность и качество труда. Опыт показывает, что формирование личности и профессионально важных ее качеств является результатом долгой целенаправленной деятельности, включающей в себя воздействие на все сферы психики студента, одной из которых является ценностно-мотивационный компонент личности будущих специалистов, так как он регулирует деятельность личности. Ценностные ориентации определяют мировоззрение, взгляды, убеждения и мотивы личности педагога, его гуманный подход к детям, развитие общих и специальных способностей. В работе поставлена задача изучения развития коммуникативных способностей студентов как компонента готовности будущих специалистов в сфере физической культуры к развитию способностей юных спортсменов.

Поэтому развитие способностей своих учеников можно считать ключевой компетенцией педагога и, в частности, учителя физической культуры. От этой компетентности зависит здоровье детей, а компетентность тренера напрямую определяет будущие спортивные достижения юных спортсменов.

Причинами недостаточного уровня готовности выпускников физкультурных вузов к некоторым компонентам педагогической деятельности и, в частности, к развитию способностей юных спортсменов, как показывают исследования, могут быть: случайность сделанного профессионального выбора; внешнее принуждение к такому выбору; изначальная неспособность к освоению данной сферы деятельности; наличие отрицательного опыта, повлекшего формирование синдрома несостоятельности во время педагогической практики и др.

На основе психологической теории деятельности нами выполнен анализ педагогической деятельности учителя физической культуры средней школы. Проанализировано развитие коммуникативных способностей будущих специалистов в сфере физической культуры как компонента готовности к профессиональной деятельности.

ОРГАНИЗАЦИЯ И МЕТОДИКА ИССЛЕДОВАНИЯ

Экспериментальной базой исследования служил факультет физической культуры Бирской государственной социально-педагогической академии. В опытно-экспериментальной работе приняли участие студенты 1-4 курсов факультета. Всего - 81 человек. Тенденции личностных качеств студентов, проявляющихся в межличностных отношениях на протяжении обучения, изучались по методике Т. Лири. Для повышения уровня коммуникативных способностей студентов вначале использовалась методика, включавшая в себя развивающую психодиагностику. Затем качественное отличие занятий обеспечивает последовательная реализация специфических принципов, таких как, принцип активности участников: участники группы постоянно вовлекаются в различные действия; принцип творческой позиции участников: в процессе занятий в группе постоянно создаются ситуации, в которых участникам приходится самим решать проблемы, открывать уже известные психологию закономерности взаимодействия, общения людей. Другим важным принципом проведения занятий был принцип объективации поведения. Поведение участников группы переводится в начале занятий с импульсивного на объективированный уровень и поддерживается на этом уровне, на протяжении занятий. Универсальным средством объективации поведения является обратная связь. Те сведения, которые получает студент от своих товарищей относительно своего поведения; принцип оптимизации познавательных процессов в условиях общения; принцип партнерского или субъект-субъектного взаимодействия: партнерское общение характеризуется равенством психологических позиций участников, признанием ценности личности другого человека, принятием во внимание интересов со-

беседника и стремлением к сопереживанию. Основными средствами обучения на занятиях являлись групповая дискуссия, ролевые игры, психогимнастика, упражнения и технологии нейролингвистического программирования.

РЕЗУЛЬТАТЫ ИССЛЕДОВАНИЯ

Динамика показателей тенденции личностных качеств студентов, проявляемых в общении, представлена в таблице 1. Наиболее выраженным оказалась следующие тенденции личностных черт студентов, проявляющихся в общении: доминантность, общительность, альтруизм, отзывчивость. Можно отметить и показатель, обозначаемый как уверенность в себе. Относительно низкий уровень имели такие черты личности, как отчужденность, скептицизм и пассивная подчиняемость, наивысший уровень которых отмечался на третьем курсе. Динамика изучавшихся личностных черт по курсам говорит о том, что по большинству показателей наивысший уровень имел место на первом курсе, более или менее резкое снижение на втором курсе, а затем наблюдалось относительно плавное повышение показателей к четвертому курсу.

Таблица 1

Тенденции личностных качеств студентов физкультурного профиля, проявляющиеся в межличностных отношениях на протяжении обучения

Показ.	Тенденции личностных черт по Т. Лири							
	I	II	III	IV	V	VI	VII	VIII
Курс								
1	8,92	6,38	6,04	3,79	4,83	7,21	7,75	7,21
2	5,41	4,59	4,67	3,48	3,67	4,48	5,56	5,22
3	7,48	6,39	6,48	5,22	5,00	6,61	7,10	6,17
4	7,55	6,81	6,81	2,67	3,67	4,76	7,14	5,95

Примечание: Показатели тенденции личностных черт по Т. Лири: 1. Доминантность. 2. Уверенность в себе, состоятельность. 3. Настойчивость, некоторый консерватизм. 4. Независимость. 5. Подчиняемость. 6. Доверчивость, зависимость. 7. Общительность. 8. Альтруизм.

После проведения педагогического эксперимента, включавшего в себя упражнения по повышению уровня коммуникативных способностей студентов, большинство показателей повысили свой уровень. Позитивные сдвиги большинства из них превышали статистически значимые величины. Результаты статистического сравнения приведены в таблице 2.

Таблица 2

Тенденции личностных черт студентов физкультурного профиля, проявляющиеся в межличностных отношениях на протяжении педагогического эксперимента

Показатели	Тенденции личностных черт по Т. Лири							
	I	II	III	IV	V	VI	VII	VIII
Ситуации								
До пед. экспер.	7,05	6,81	6,81	2,67	3,67	4,76	7,14	5,95
После пед. экспер.	7,69	7,97	8,75	2,95	3,00	4,15	9,85	7,35
Разница	0,64	2,16	2,94	0,28	0,67	0,61	2,71	2,40
Критерий Т	0,48	2,08	2,85	0,19	0,51	0,71	2,84	2,87
Статист. дост-ть.	>0,05	<0,05	<0,01	>0,05	>0,05	>0,05	<0,01	<0,01

Не менее важной является, на наш взгляд, оптимизация индивидуальных показателей студентов, ранее выходивших за зону адаптивных оценок.

ВЫВОДЫ

1. Готовность студентов физкультурного профиля к развитию способностей юных спортсменов является ключевой компетенцией специалиста. Ведь от этой компетентности учителя физической культуры зависит здоровье детей, а компетентность тренера напрямую определяет будущие спортивные достижения юных спортсменов.

2. Одним из компонентов указанной готовности являются коммуникативные способности выпускников, содействующие реализации личностно ориентированного

подхода к детям, их уровень существенно повысился в процессе педагогического эксперимента.

ЛИТЕРАТУРА

1. Сластенин, В.А. Психология и педагогика / В.А. Сластенин, В.П. Каширин. – М. : Академия, 2001. – 480 с.
2. Личностноориентированное образование : проблемы, опыт, пути поиска / под ред. А.Г. Гостева ; Уральская гос. акад. физ. культуры. – Челябинск : [б.и.], 1997. – 70 с.
3. Основы управления подготовкой юных спортсменов / под ред. М.Я. Набатниковой. – М. : Физкультура и спорт, 1982. – 280 с.

ДИФФЕРЕНЦИРОВАННОЕ ПРИМЕНЕНИЕ ЭРГОГЕНИЧЕСКИХ СРЕДСТВ В ФУНКЦИОНАЛЬНОЙ ПОДГОТОВКЕ ЮНЫХ ФУТБОЛИСТОВ РАЗНЫХ ИГРОВЫХ АМПЛУА

*Александр Александрович Шамардин, кандидат биологических наук, доцент,
ФГОУ ВПО «Волгоградская государственная академия физической культуры»*

Аннотация

Статья посвящена проблемам дифференцированного обучения футболистов различных игровых амплуа путем использования методов повышения уровня функциональных способностей организма с помощью прямого влияния на систему дыхания.

Ключевые слова: направленное влияние на систему дыхания, функциональные способности, молодые футболисты.

DIFFERENTIATED APPLICATION OF ERGOGENIC MEANS IN FUNCTIONAL TRAINING OF YOUNG FOOTBALL PLAYERS OF DIFFERENT GAME ROLES

*Aleksandr Aleksandrovich Shamardin, candidate of biological science, senior lecturer,
Volgograd State Academy of Physical Education*

Abstract

Attention is the problems of differentiated training of different game specialization football players on basic of use of the methods of upraising of the functional abilities of organism by the direct influence on the breathing system.

Key words: direct influence on the breathing system, functional abilities, young football players.

Современный уровень развития футбола требует более дифференцированного подхода к проблеме совершенствования функциональной подготовленности. Непременным условием является учет таких факторов, как возраст, квалификация, период подготовки, игровое амплуа, которые оказывают существенное влияние на уровень специальной работоспособности. В настоящее время отмечается необходимость дифференциации функциональной и физической подготовки игроков разного амплуа [3].

Вследствие выше изложенного, представляется необходимой разработка и внедрение в широкую практику отдельных специальных тренировочных программ для футболистов разной игровой специализации. Эти программы должны учитывать модельную структуру функциональной подготовленности футболистов различных игровых линий и все особенности, характерные для них. Их содержание должно предусматривать развитие доминирующих для каждого игрового амплуа двигательных качеств и ведущих механизмов вегетативного обеспечения специальной работоспособности. Нам представляется целесообразным производить дифференциацию наряду с физическими упражнениями и широким кругом эргогенических средств, так как различные средства обладают различной направленностью воздействия [2].

Исходя из физиологического эффекта дыхательных упражнений и произвольного снижения легочной вентиляции в виде дозированных задержек дыхания, рассмат-

подхода к детям, их уровень существенно повысился в процессе педагогического эксперимента.

ЛИТЕРАТУРА

1. Сластенин, В.А. Психология и педагогика / В.А. Сластенин, В.П. Каширин. – М. : Академия, 2001. – 480 с.
2. Личностноориентированное образование : проблемы, опыт, пути поиска / под ред. А.Г. Гостева ; Уральская гос. акад. физ. культуры. – Челябинск : [б.и.], 1997. – 70 с.
3. Основы управления подготовкой юных спортсменов / под ред. М.Я. Набатниковой. – М. : Физкультура и спорт, 1982. – 280 с.

ДИФФЕРЕНЦИРОВАННОЕ ПРИМЕНЕНИЕ ЭРГОГЕНИЧЕСКИХ СРЕДСТВ В ФУНКЦИОНАЛЬНОЙ ПОДГОТОВКЕ ЮНЫХ ФУТБОЛИСТОВ РАЗНЫХ ИГРОВЫХ АМПЛУА

*Александр Александрович Шамардин, кандидат биологических наук, доцент,
ФГОУ ВПО «Волгоградская государственная академия физической культуры»*

Аннотация

Статья посвящена проблемам дифференцированного обучения футболистов различных игровых амплуа путем использования методов повышения уровня функциональных способностей организма с помощью прямого влияния на систему дыхания.

Ключевые слова: направленное влияние на систему дыхания, функциональные способности, молодые футболисты.

DIFFERENTIATED APPLICATION OF ERGOGENIC MEANS IN FUNCTIONAL TRAINING OF YOUNG FOOTBALL PLAYERS OF DIFFERENT GAME ROLES

*Aleksandr Aleksandrovich Shamardin, candidate of biological science, senior lecturer,
Volgograd State Academy of Physical Education*

Abstract

Attention is the problems of differentiated training of different game specialization football players on basic of use of the methods of upraising of the functional abilities of organism by the direct influence on the breathing system.

Key words: direct influence on the breathing system, functional abilities, young football players.

Современный уровень развития футбола требует более дифференцированного подхода к проблеме совершенствования функциональной подготовленности. Непременным условием является учет таких факторов, как возраст, квалификация, период подготовки, игровое амплуа, которые оказывают существенное влияние на уровень специальной работоспособности. В настоящее время отмечается необходимость дифференциации функциональной и физической подготовки игроков разного амплуа [3].

Вследствие выше изложенного, представляется необходимой разработка и внедрение в широкую практику отдельных специальных тренировочных программ для футболистов разной игровой специализации. Эти программы должны учитывать модельную структуру функциональной подготовленности футболистов различных игровых линий и все особенности, характерные для них. Их содержание должно предусматривать развитие доминирующих для каждого игрового амплуа двигательных качеств и ведущих механизмов вегетативного обеспечения специальной работоспособности. Нам представляется целесообразным производить дифференциацию наряду с физическими упражнениями и широким кругом эргогенических средств, так как различные средства обладают различной направленностью воздействия [2].

Исходя из физиологического эффекта дыхательных упражнений и произвольного снижения легочной вентиляции в виде дозированных задержек дыхания, рассмат-

риваемых нами в качестве дополнительных эргогенических средств, и направленности их воздействия на организм, можно дифференцировать их использование в тренировке футболистов различной игровой специализации.

Как показал анализ специальной литературы, футболисты различных игровых амплуа должны различаться по доминированию в структуре функциональной подготовленности определенных параметров. Так, нападающие отличаются более высоким уровнем скоростных возможностей (а значит и производительностью алактатных анаэробных механизмов энергообеспечения) и скоростной выносливостью (гликолитические анаэробные возможности). В структуре функциональной подготовленности полузащитников ведущее положение занимает физическая работоспособность и аэробная производительность (аэробные механизмы энергообеспечения). Вратари весьма четко превосходят полевых игроков по уровню скоростно-силовых возможностей и отличаются хорошим развитием скоростных качеств.

Применение дыхательных упражнений, направленных на увеличение легочных объемов, силы и выносливости дыхательной мускулатуры, обеспечивает повышение уровня аэробных возможностей организма. Следовательно, именно дыхательные упражнения целесообразно применять в тренировке футболистов – полузащитников и защитников. В то же время гиповентиляция - уменьшение уровня легочной вентиляции (например, в виде дозированных задержек дыхания) совершенствует устойчивость к гипоксии (а значит, оптимизирует развитие анаэробных механизмов энергообеспечения) и мобилизует аэробный механизм энергообеспечения. Ввиду такого физиологического эффекта гиповентиляции, задержки дыхания целесообразно применять в тренировочных программах нападающих, полузащитников и вратарей.

В соответствии с выше изложенным, тренировочная нагрузка, уже дифференцированная по направленности воздействия физических упражнений, может быть дополнена и эргогеническими средствами (дыхательные упражнения и гиповентиляция), также дифференцированными по эффектам воздействия на организм.

Дыхательные упражнения выполнялись после физических нагрузок, а также в паузах отдыха после общеразвивающих упражнений. С целью развития устойчивости к сдвигам во внутренней среде и совершенствования анаэробных механизмов энергообеспечения планировалось применение дозированных задержек дыхания во время выполнения физических нагрузок.

Исходя из выше изложенного, нами была разработана экспериментальная программа дифференцированной функциональной подготовки футболистов разных игровых амплуа, находящихся на этапе углубленной специализации, на основе целенаправленного применения различных эргогенических средств.

При разработке дифференцированной программы физических упражнений, в первую очередь, учитывались структура и модельные уровни основных показателей функциональной подготовленности футболистов разного игрового амплуа. По данным литературы, у нападающих преимущественное развитие получают показатели максимальной аэробной мощности, скоростной выносливости. Для полузащитников характерно преимущественное развитие смешанной выносливости, аэробной производительности и общей физической работоспособности. Для защитников характерно преобладание в структуре функциональной подготовленности аэробной производительности, выносливости, для вратарей – максимальной анаэробной мощности, скоростно-силовых качеств и быстроты [1, 3].

Для футболистов различной игровой специализации в структуре микроциклов предусматриваются акцентированные задания для развития ведущих для каждого амплуа физических качеств:

- для нападающих – упражнения для развития скорости и скоростной выносливости, работа направлена на развитие анаэробной алактатной и гликолитической производительности;
- для полузащитников – упражнения для развития общей (аэробной) и скоро-

стной (анаэробной гликогенитической) выносливости;

- для защитников – упражнения для развития аэробной силовой выносливости; для вратарей – упражнения для развития быстроты, силы и скоростно-силовых возможностей.

При этом объем упражнений, направленных на развитие «доминантных» для того или иного амплуа качеств, акцентирован увеличен на 15-20%.

Для выявления эффективности разработанной экспериментальной программы дифференцированной функциональной подготовки в соответствии с игровой специализацией футболистов на основе дифференциации физических упражнений и эргогенических средств повышения работоспособности был проведен последовательный педагогический эксперимент.

Были сформированы четыре экспериментальные группы футболистов, соответственно игровой специализации (нападающие - 10 человек, полузащитники - 9 человек, защитники - 10 человек, вратари - 7 человек), практически одинакового уровня физического развития и подготовленности в возрасте 13-15 лет.

Педагогический эксперимент проводился в два этапа, последовательно. На первом этапе осуществлялась контрольная тренировка. Все группы юных футболистов в начале подготовительного периода после двух семидневных втягивающих микроциклов в течение четырех недель выполняли тренировочную программу, которая предусматривала дифференциацию тренирующих воздействий (физических упражнений) в соответствии с игровой специализацией юных футболистов.

В начале и в конце этого этапа эксперимента все его участники обследовались по единой программе, которая предусматривала определение величины общей физической работоспособности как основного интегрального показателя функциональной подготовленности. Кроме того, производилась оценка физических качеств, в большой мере определяющих эффективность игровой деятельности футболистов, и некоторых параметров вегетативных систем организма.

Второй этап педагогического эксперимента проводился через две недели после окончания первого этапа. В отличие от контрольной тренировки, реализованной на первом этапе, в этот раз юные футболисты всех групп тренировались по экспериментальной программе. Эта программа состояла из четырех модельных недельных микроциклов, в которых соответственно игровой специализации юных футболистов предусматривалась дифференциация всех тренирующих воздействий: как собственно физических упражнений, так и дополнительных эргогенических средств, в качестве которых выступали целенаправленные воздействия на дыхательную систему (дыхательные упражнения и произвольное снижение легочной вентиляции в виде дозированных задержек дыхания).

Так же как и на первом этапе, в начале и в конце экспериментальной тренировки юные футболисты всех групп были обследованы по единой программе.

Контрольная тренировка, проводимая в группе нападающих, предусматривающая дифференциацию только тренирующих воздействий (физических упражнений), закономерно обеспечила рост уровня функциональной подготовленности юных футболистов по всем изучаемым позициям (табл. 1). Прирост регистрируемых показателей составил в среднем от 0,6 до 5,3% от исходного уровня. Вместе с тем, статистически достоверным оказалось повышение только четырех параметров. Так, стартовая скорость, определяемая в тесте бег на 15 метров с места улучшилась в среднем на 2,7% ($P<0,05$), аэробная выносливость (тест Купера) повысилась на 3,8% ($P<0,05$). Скоростно-силовые возможности (5-й прыжок) возросли в меньшей степени, но также статистически достоверно (на 0,9%, $P<0,05$).

Из показателей вегетативных функций достоверно увеличилась только жизненная емкость легких (на 2,0% $P<0,05$).

Положительная динамика показателей функциональной подготовленности юных футболистов в контрольной тренировке обусловлена рациональным трениро-

вочным процессом, направленным, вследствие дифференциации физических упражнений, на развитие анаэробных возможностей организма, в соответствии с модельным профилем функциональных возможностей нападающих.

Таблица 1

Изменение показателей функциональной подготовленности футболистов нападающих в результате контрольной и экспериментальной тренировок ($X \pm m$)

Показатели	Контрольная тренировка (n = 9)		Экспериментальная тренировка (n = 9)	
	В начале эксперимента	В конце эксперимента	В начале эксперимента	В конце эксперимента
15 м с места, с	2,58±0,02	2,51±0,02*	2,48±0,01	2,37±0,02**
15 м с хода, с	2,19±0,02	2,16±0,03	2,18±0,01	2,10±0,02*
Бег 30 м, с	4,75±0,02	4,67±0,03	4,66±0,02	4,51±0,04**
Бег 7 по 50 м, с	65,9±0,2	65,5±0,3	66,0±0,4	64,6±0,5**
12-мин бег, м	2976,0±47,6	3091,0±31,1*	3108,0±24,3	3212,0±41,7
5-й прыжок, м	11,7±0,1	11,8±0,1*	11,9±0,1	12,2±0,03**
PWC170, кгм/мин	829,0±54,9	911,9±45,4	967,4±54,1	1019,0±33,5
МПК, мл/мин	2649,0±93,3	2790,0±77,2	2885,0±92,1	2973,0±57,0
ЧССп, уд/мин	84,0±1,4	81,6±1,6	80,9±1,6	78,2±1,1
ЖЕЛ, мл	3583,0±120,8	3656,0±107,5*	3706,0±96,9	3750,0±110,6
МВЛ, л/мин	112,8±7,3	117,8±60,5	122,2±5,5	127,2±4,3
ЗД вд., с	50,3±4,2	51,8±2,7	52,4±2,6	59,6±3,3**
ЗД вд., с	21,8±1,4	22,8±1,0	28,0±1,3	33,6±1,3**
W макс, кгм/мин	1079,0±43,1	1086,0±27,9	1078,0±31,9	1117,0±32,3

Примечание. Здесь и далее достоверность различий: * при $P < 0,05$;

** - при $P < 0,01$ (критерий знаков, Z).

На следующем этапе педагогического эксперимента, проводимом после двухнедельного перерыва, в течение которого все юные футболисты тренировались по единой программе, без разделения по игровому амплуа, была осуществлена экспериментальная тренировка. В ее процессе те же самые спортсмены тренировались в течение четырех недель по разработанной нами экспериментальной программе. Основное ее отличие от программы, использованной в контрольной тренировке, состояло не только в дифференциации обычных тренирующих воздействий, но и дифференцированном целенаправленном применении эргогенических средств соответственно модельной структуре функциональной подготовленности нападающих.

Футболистам-нападающим в качестве дополнительных эргогенических средств предлагалось выполнять дозированные задержки дыхания при повторном пробегании коротких дистанций (30, 60 и 100 м) и при интервальном методе тренировки (в сериях 6 x 30м, 4 x 100 и т.п.). Кроме того, в отдельных случаях задержки дыхания использовались и при длительном равномерном и переменном беге.

Предполагалось, что данная структура тренирующих воздействий и дополнительные нагрузки в виде дозированной гиповентиляции будут способствовать приросту доминантных для данного амплуа двигательных качеств (скоростных и скоростно-силовых возможностей), обусловленному совершенствованием анаэробных механизмов энергообеспечения.

Результаты контрольного тестирования изучаемых показателей, осуществленного в начале и в конце экспериментальной тренировки, в полной мере подтвердили данное предположение.

Так же как и в контрольной тренировке, в данном случае произошло улучшение всех показателей функциональной подготовленности футболистов нападающих.

Вместе с тем, после экспериментальной тренировки достоверно повысилось большее количество параметров и, в первую очередь, именно тех, которые являются

ключевыми для нападающих. Достоверно возросли показатели скоростных возможностей, определяемых в тесте бег на 15 м с места (на 4,5%, $P < 0,01$), бег на 15 м с хода (на 3,6%, $P < 0,05$), бег на 30 м (на 3,3%, $P < 0,01$). Существенно повысилась скоростная выносливость в тесте челночный бег 7 × 50 м (на 2,2%, $P < 0,01$) и скоростно-силовые возможности (на 2,5%, $P < 0,01$).

Вполне понятно, что весьма существенно увеличилась и гипоксическая устойчивость юных футболистов нападающих, определяемая в пробах с задержкой дыхания на вдохе (ЗД вд.) и выдохе (ЗД выд.), соответственно на 13,7 и 20,0% ($P < 0,01$).

Контрольная тренировка юных футболистов полузащитников, так же как и нападающих, осуществлялась в течение четырех недель и предусматривала дифференциацию только физических упражнений.

Аналогично нападающим, программа экспериментальной тренировки полузащитников предусматривала в дополнение к дифференциации тренирующих воздействий применение эргогенических средств целенаправленного действия. В отличие от нападающих, у полузащитников было запланировано использование, кроме дозированных задержек дыхания (гиповентиляции), еще и дыхательных упражнений.

Такое комплексное воздействие было предусмотрено вследствие структурных особенностей функциональной подготовленности футболистов полузащитников, которые должны иметь высокий уровень развития как аэробной выносливости и физической работоспособности, так и скоростных возможностей и скоростной (анаэробной гликолитической) выносливости.

В таблице 2 представлены результаты контрольных измерений изучаемых показателей функциональной подготовленности юных футболистов полузащитников в начале и в конце контрольной и экспериментальной тренировок.

Из приведенных данных можно видеть, что контрольная тренировка полузащитников при дифференциации только обычных тренирующих воздействий обеспечила достоверный рост доминантных для них параметров функциональной подготовленности.

Таблица 2

Изменение показателей функциональной подготовленности футболистов-полузащитников в результате контрольной и экспериментальной тренировок ($X \pm m$)

Показатели	Контрольная тренировка (n = 10)		Экспериментальная тренировка (n = 10)	
	В начале эксперимента	В конце эксперимента	В начале эксперимента	В конце эксперимента
15 м с места, с	2,43±0,02	2,42±0,02	2,41±0,02	2,35±0,02
15 м с хода, с	2,19±0,03	2,17±0,02	2,18±0,02	2,12±0,01*
Бег 30 м, с	4,47±0,02	4,44±0,03	4,45±0,03	4,36±0,03**
Бег 7 по 50 м, с	66,3±0,3	66,0±0,3	65,8±0,3	64,8±0,2**
12-мин бег, м	3034,0±28,5	3080,0±38,1*	3065,0±26,9	3215,0±28,9**
5-й прыжок, м	11,9±0,1	12,0±0,1	12,0±0,1	12,2±0,1
PWC170, кгм/мин	1074,5±54,9	1115,0±43,5*	1076,0±32,6	1180,0±48,3**
МПК, мл/мин	3067,0±93,3	3136,0±74,0*	3068,0±55,4	3246,0±82,1**
ЧССп, уд/мин	76,3±2,1	75,0±2,0	76,8±1,1	74,2±1,1
ЖЕЛ, мл	4306,0±143,9	4355,0±132,7	4360,0±132,7	4575,0±115,6*
МВЛ, л/мин	136,5±7,1	138,5±5,6	138,0±5,5	151,0±6,1*
ЗД вд., с	54,3±3,9	56,9±2,9	56,0±2,9	60,3±3,3*
ЗД выд., с	27,5±2,4	29,3±1,9	29,0±1,9	33,2±1,6**
W _{max} , кгм/мин	1268,0±38,8	1308,0±25,8	1324,0±28,4	1360,0±26,7

Достоверно возросли показатели аэробной выносливости в тесте Купера (на 1,5%, $P < 0,05$), физической работоспособности в тесте PWC170 (на 3,8%, $P < 0,05$) и

максимальной аэробной производительности (на 2,3%, $P < 0,05$). Все остальные показатели, включая и параметры вегетативных систем, также улучшились в диапазоне от 0,5 до 6,5%, хотя и статистически не значимо, что было обусловлено большой вариативностью индивидуальных показателей (см. табл. 2).

Экспериментальная тренировка, в программе которой предусматривалось использование наряду с дифференцированными физическими упражнениями и дополнительных эргогенических средств, позволила юным футболистам повысить свои функциональные возможности в гораздо большей степени, чем тренировка контрольная. Все показатели улучшились в среднем в диапазоне от 1,6 до 14,5%.

Так как использовались эргогенические средства, способствующие совершенствованию и оптимизации и аэробных, и анаэробных возможностей, то, соответственно, улучшились и те, и другие компоненты функциональной подготовленности.

Так возросли показатели аэробной выносливости (на 4,9%, $P < 0,01$), физической работоспособности (на 9,6%, $P < 0,01$), максимальной аэробной производительности (на 5,8%, $P < 0,01$). Одновременно наблюдался статистически достоверный рост скоростных возможностей (на 2,1-2,8%, $P < 0,05-0,01$) и скоростной (гликолитической) выносливости (на 1,6%, $P < 0,01$).

При этом достоверно увеличились показатели жизненной емкости легких (на 4,9%, $P < 0,05$) и максимальной вентиляции легких (на 9,4%, $P < 0,05$), что вполне закономерно, так как были использованы дыхательные упражнения, направленные на увеличение вентиляционных возможностей дыхательного аппарата.

Одновременно отмечается рост гипоксической устойчивости организма, оцениваемой в пробах с задержкой дыхания как на вдохе (на 7,7%, $P < 0,05$), так и на выдохе (на 14,5%, $P < 0,01$), что объясняется использованием дозированной гиповентиляции при мышечной работе.

Таким образом, экспериментальная тренировка у полузащитников обеспечила повышение не только двигательного компонента функциональной подготовленности, но и вегетативного потенциала организма.

В таблице 3 представлены начальные и конечные результаты тестирования функциональной подготовленности юных футболистов защитников как после контрольной, так и после экспериментальной тренировок.

Таблица 3

Изменение показателей функциональной подготовленности футболистов-защитников в результате контрольной и экспериментальной тренировок ($X \pm m$)

Показатели	Контрольная тренировка (n = 10)		Экспериментальная тренировка (n = 10)	
	В начале эксперимента	В конце эксперимента	В начале эксперимента	В конце эксперимента
15 м с места, с	2,69±0,04	2,65±0,03	2,65±0,03	2,58±0,03
15 м с хода, с	2,36±0,06	2,33±0,06	2,34±0,05	2,28±0,06
Бег 30 м, с	4,81±0,07	4,75±0,05	4,79±0,05	4,69±0,05
Бег 7 по 50 м, с	73,2±0,4	72,8±0,4	72,8±0,4	71,9±0,5*
12-мин бег, м	3006,0±35,8	3080,0±31,8*	3070,0±20,0	3315,0±29,9**
5-й прыжок, м	11,0±0,1	11,1±0,1	11,0±0,1	11,4±0,1**
PWC ₁₇₀ , кгм/мин	914,4±40,2	960,0±40,7**	952,5±26,7	1075,0±37,1**
МПК, мл/мин	2794,0±68,3	2872,0±69,2**	2859,0±45,5	3067,5±63,1**
ЧССп, уд/мин	78,6±1,9	78,0±1,1	78,0±1,2	72,8±1,8**
ЖЕЛ, мл	3505,0±75,1	3655,0±95,4*	3650,0±95,3	3960,0±122,1**
МВЛ, л/мин	120,5±4,6	124,0±5,0	123,0±4,2	133,5±4,2*
ЗД вд., с	53,1±2,1	54,3±2,2	52,2±1,5	54,3±1,6
ЗД вд., с	27,3±1,4	28,3±1,5	30,3±1,4	31,8±1,3
W _{макс} , кгм/мин	1185,0±21,5	1205,0±37,1	1217,5±36,1	1310,0±14,5

Контрольная тренировка привела к росту всех показателей функциональной

подготовленности футболистов защитников в диапазоне от 0,6 до 5,0%. Вместе с тем, подбор тренирующих воздействий соответственно профилю именно защитников позволил повысить, в первую очередь, уровень доминантных для них компонентов функциональной подготовленности. Статистически достоверно увеличилась физическая работоспособность (на 5,0%, $P < 0,01$) и максимальная аэробная производительность (на 2,8%, $P < 0,01$). Существенно повысилась общая (аэробная) выносливость (на 2,5%, $P < 0,05$). Достоверно увеличилась жизненная емкость легких (на 4,3%, $P < 0,05$).

Остальные показатели как двигательного, так и вегетативного компонентов функциональной подготовленности также улучшились, хотя и статистически не значимо.

У защитников, модельная структура функциональной подготовленности которых характеризуется относительно высоким уровнем физической работоспособности и аэробной производительности, программа экспериментальной тренировки предусматривала использование на фоне дифференцированных тренировочных воздействий дыхательных упражнений.

Вследствие целенаправленного воздействия на организм дополнительных эргогенических средств в процессе экспериментальной тренировки, у защитников еще в большей степени, по сравнению с контрольной тренировкой, произошло повышение уровня функциональных возможностей.

Так же как и после контрольной тренировки, наблюдалось улучшение результатов всех без исключения тестов в диапазоне от 1,3 до 12,8%.

Вместе с тем, достоверные изменения произошли в основном в показателях тех компонентов функциональной подготовленности, на которые были дифференцировано направлены и тренирующие воздействия, и дополнительные эргогенические средства, в данном случае – дыхательные упражнения.

Так, как и ожидалось, весьма существенно увеличились показатели физической работоспособности (на 12,8%, $P < 0,01$), максимальной аэробной производительности (на 7,3%, $P < 0,01$) и аэробной выносливости (на 7,9%, $P < 0,01$).

Параллельно с этим вполне закономерно повысился уровень функциональных возможностей дыхательной системы как основного объекта воздействия дыхательных упражнений. Это выражалось в существенном увеличении показателей жизненной емкости легких (на 8,5%, $P < 0,01$) и максимальной вентиляции легких (на 8,5%, $P < 0,05$).

Весьма примечательно то обстоятельство, что одновременно с этим весьма значительно снизилась величина частоты сердечных сокращений в покое (на 6,7%, $P < 0,01$), что является отражением повышения уровня функциональной экономизации.

Следует отметить и достоверный рост, хотя и не столь значительный (на 1,3%, $P < 0,05$), показателя скоростной выносливости, оцениваемой в тесте челночный бег 7 х 50 метров.

Таким образом, в результате дифференциации тренирующих воздействий, усиленной целенаправленным применением эргогенических средств, у защитников произошло более существенное повышение уровня функциональных возможностей, по сравнению с тренировкой, где предусматривалась дифференциация только физических упражнений.

Вратари по профилю функциональной подготовленности отличаются от полевых игроков весьма значительным преобладанием скоростных и особенно скоростно-силовых возможностей. Ввиду этого и структура тренировочных воздействий при дифференцированной тренировке вратарей предусматривает акцентированное развитие именно этих сторон функциональной подготовленности (двигательного компонента).

В таблице 4 представлены результаты измерения изучаемых показателей в начале и в конце контрольной и экспериментальной тренировок у вратарей.

В контрольной тренировке у вратарей, так же как и у футболистов других игровых специализаций, реализовывался принцип дифференциации тренирующих воздей-

ствий с акцентом на развитие скоростно-силовых возможностей. В результате этого у вратарей, аналогично игрокам других амплуа, произошло улучшение всех показателей функциональной подготовленности в диапазоне от 0,9 до 4,5%. При этом статистически значимыми оказались приросты именно скоростно-силовых возможностей (на 2,4%, $P < 0,05$) и отдельных показателей скоростных качеств (стартовая скорость в teste бег на 15 метров с места, на 2,1%, $P < 0,05$).

Кроме того, достоверно увеличился и показатель аэробной выносливости, определяемой в teste Купера – 12-мин бег (на 4,5%, $P < 0,05$).

Соответственно модельному профилю функциональной подготовленности вратарей в экспериментальной тренировочной программе, для них предусматривалось использование дозированной гиповентиляции в виде задержек дыхания при беговых упражнениях в рамках равномерного, повторного и интервального методов (см. табл. 4). Эти воздействия осуществлялись одновременно с дифференцированием обычных тренирующих воздействий при акценте на скоростные и скоростно-силовые упражнения, точно так же, как и в контрольной тренировке.

В результате четырехнедельной экспериментальной тренировки у вратарей, так же как и у полевых игроков, произошло улучшение всех изучаемых показателей в диапазоне от 1,3 до 13,7%. При этом, по сравнению с контрольной тренировкой, прирост всех доминантных для вратарей компонентов функциональной подготовленности оказался существенно большим.

Таблица 4

Изменение показателей функциональной подготовленности футболистов-вратарей в результате контрольной и экспериментальной тренировок ($X \pm m$)

Показатели	Контрольная тренировка (n = 7)		Экспериментальная тренировка (n = 7)	
	В начале эксперимента	В конце эксперимента	В начале эксперимента	В конце эксперимента
15 м с места, с	2,39±0,03	2,34±0,02*	2,36±0,02	2,25±0,02*
15 м с хода, с	2,15±0,04	2,12±0,04	2,16±0,03	21,0±0,03*
Бег 30 м, с	4,49±0,11	4,45±0,10	4,48±0,08	4,37±0,08*
Бег 7 по 50 м, с	69,7±1,6	68,9±1,4	69,8±1,2	68,9±1,1
12-мин бег, м	2672,9±50,4	2792,9±46,7*	2793,0±46,7	2964,3±30,3*
5-й прыжок, м	12,3±0,1	12,6±0,1*	12,4±0,03	13,0±0,1*
PWC ₁₇₀ , кгм/мин	1034,0±53,6	1071,4±41,9	1089,3±44,8	1139,3±19,5
МПК, мл/мин	2997,8±91,1	3061,4±71,4	3091,8±76,3	3176,8±33,2
ЧСС _р , уд/мин	80,4±1,4	79,7±1,4	79,7±1,4	78,3±1,7
ЖЕЛ, мл	4117,1±49,5	4214,3±32,1	4236,0±37,3	4300,0±61,6
МВЛ, л/мин	142,1±8,0	144,9±5,1	144,8±5,1	147,9±5,9
ЗД вд., с	58,3±7,5	60,6±4,3	60,5±4,3	67,3±5,3*
ЗД вд., с	33,9±2,7	35,0±2,7	35,1±2,9	39,9±3,3*
W _{max} , кгм/мин	1264,3±36,9	1301,4±24,0	1271,4±14,8	1321,4±14,8

В первую очередь, следует отметить достоверное увеличение скоростно-силовых возможностей (анаэробной алактатной мощности), определяемых в teste 5-й прыжок на 4,8% ($P < 0,05$). Статистически значимо улучшились и показатели тестов, отражающих скоростные качества (на 2,5 – 4,7%, $P < 0,05$). Достоверно повысилась и величина аэробной выносливости (на 6,2%, $P < 0,05$) при параллельном увеличении физической работоспособности и аэробной производительности (соответственно, на 4,6 и 2,7%), хотя и не значимо.

ЗАКЛЮЧЕНИЕ

Таким образом, на этапе углубленной специализации, наряду с дифференциацией физических упражнений, в качестве оптимизирующих и структурирующих функциональную подготовленность факторов целесообразно применять широкий круг эр-

гогенических средств – дыхательных упражнений и дозированной гиповентиляции в виде задержек дыхания. При этом эргогенические средства следует применять дифференцированно, в соответствии с игровой специализацией футболистов, так как эти средства обладают различной направленностью воздействия.

Дыхательные упражнения, направленные на увеличение легочных объемов, силы и выносливости дыхательной мускулатуры, обеспечивающие повышение уровня аэробных возможностей организма, целесообразны в тренировке полузащитников и защитников. Гиповентиляция в виде дозированных задержек дыхания, совершающая устойчивость к гипоксии, оптимизирующая развитие анаэробных механизмов энергообеспечения и мобилизующая аэробный механизм энергообеспечения, важна в тренировочных программах нападающих, полузащитников и вратарей. Дифференцированное, в соответствии с игровой специализацией, использование эргогенических средств в тренировке юных футболистов позволяет усиливать тренировочный эффект от применения традиционных тренирующих воздействий и обеспечивает акцентированное и целенаправленное развитие доминантных для каждого игрового амплуа компонентов функциональных возможностей.

ЛИТЕРАТУРА

1. Кириллов, А.А. Исследование физической работоспособности футболистов : автореф. дис. ... канд. пед. наук / Кириллов А.А. – М., 1978. – 18 с.
2. Солопов, И.Н. Оптимизация адаптации посредством направленных воздействий на дыхательную функцию / И.Н.Солопов // Проблемы оптимизации функциональной подготовленности спортсменов. Вып. 2. – Волгоград, 2006. – С. 4-13.
3. Шамардин, А.И. Оптимизация функциональной подготовленности футболистов / А.И. Шамардин. – Волгоград : [б.и.], 2000. – 276 с.

СТОХАСТИЧЕСКОЕ МОДЕЛИРОВАНИЕ РОЗЫГРЫША МЯЧА В ТЕННИСЕ

*Николай Петрович Штуркин, заведующий кафедрой,
Северо-Кавказская межотраслевая академия повышения квалификации,
подготовки и переподготовки кадров
г. Краснодар*

Аннотация

В работе предложена стохастическая модель розыгрыша мяча в теннисе. Модель относится к вероятностным моделям, типичным для представлений, принятых в теории массового обслуживания и теории игр.

Ключевые слова: стохастическая модель, теннис, розыгрыш мяча.

STOCHASTIC MODELLING OF BALL PLAYOFF IN TENNIS

*Nikolay Petrovich Shturkin, managing faculty,
The North-Caucasian Interbranch Academy of Improvement of Professional Skill,
Preparations and Retrainings of Personnel,
Krasnodar*

Abstract

In the work stochastic model of draw of ball in tennis is offered. Model will concern to probabilistic models typical for representations of games taken in theory of queuing and theory.

Key words: stochastic models, tennis, draw of a ball.

ВВЕДЕНИЕ

В литературе, освещающей анализ турнирной практики теннисистов, приводятся как экспертные оценки результатов турниров, так и прогнозы их возможных исходов [4, 3]. Количественные оценки ограничены в основном статистическими данными результатов турнира и рейтинговыми оценками уровня игры теннисистов. Модельные

гогенических средств – дыхательных упражнений и дозированной гиповентиляции в виде задержек дыхания. При этом эргогенические средства следует применять дифференцированно, в соответствии с игровой специализацией футболистов, так как эти средства обладают различной направленностью воздействия.

Дыхательные упражнения, направленные на увеличение легочных объемов, силы и выносливости дыхательной мускулатуры, обеспечивающие повышение уровня аэробных возможностей организма, целесообразны в тренировке полузащитников и защитников. Гиповентиляция в виде дозированных задержек дыхания, совершающая устойчивость к гипоксии, оптимизирующая развитие анаэробных механизмов энергообеспечения и мобилизующая аэробный механизм энергообеспечения, важна в тренировочных программах нападающих, полузащитников и вратарей. Дифференцированное, в соответствии с игровой специализацией, использование эргогенических средств в тренировке юных футболистов позволяет усиливать тренировочный эффект от применения традиционных тренирующих воздействий и обеспечивает акцентированное и целенаправленное развитие доминантных для каждого игрового амплуа компонентов функциональных возможностей.

ЛИТЕРАТУРА

1. Кириллов, А.А. Исследование физической работоспособности футболистов : автореф. дис. ... канд. пед. наук / Кириллов А.А. – М., 1978. – 18 с.
2. Солопов, И.Н. Оптимизация адаптации посредством направленных воздействий на дыхательную функцию / И.Н.Солопов // Проблемы оптимизации функциональной подготовленности спортсменов. Вып. 2. – Волгоград, 2006. – С. 4-13.
3. Шамардин, А.И. Оптимизация функциональной подготовленности футболистов / А.И. Шамардин. – Волгоград : [б.и.], 2000. – 276 с.

СТОХАСТИЧЕСКОЕ МОДЕЛИРОВАНИЕ РОЗЫГРЫША МЯЧА В ТЕННИСЕ

*Николай Петрович Штуркин, заведующий кафедрой,
Северо-Кавказская межотраслевая академия повышения квалификации,
подготовки и переподготовки кадров
г. Краснодар*

Аннотация

В работе предложена стохастическая модель розыгрыша мяча в теннисе. Модель относится к вероятностным моделям, типичным для представлений, принятых в теории массового обслуживания и теории игр.

Ключевые слова: стохастическая модель, теннис, розыгрыш мяча.

STOCHASTIC MODELLING OF BALL PLAYOFF IN TENNIS

*Nikolay Petrovich Shturkin, managing faculty,
The North-Caucasian Interbranch Academy of Improvement of Professional Skill,
Preparations and Retrainings of Personnel,
Krasnodar*

Abstract

In the work stochastic model of draw of ball in tennis is offered. Model will concern to probabilistic models typical for representations of games taken in theory of queuing and theory.

Key words: stochastic models, tennis, draw of a ball.

ВВЕДЕНИЕ

В литературе, освещающей анализ турнирной практики теннисистов, приводятся как экспертные оценки результатов турниров, так и прогнозы их возможных исходов [4, 3]. Количественные оценки ограничены в основном статистическими данными результатов турнира и рейтинговыми оценками уровня игры теннисистов. Модельные

представления исходят из количественных оценок уровня игры теннисиста в контексте абстрактного представления процесса самой игры. Примером классификации теннисистов по уровню игры может служить [1] классификационная система Национальной теннисной рейтинговой программы (NTRP) представляющая разные уровни Лиги USTA (Теннисной ассоциации США). Оценкой потенциальных возможностей теннисиста могут быть модельные параметры, отражающие уровень его мастерства.

Моделирование в теннисе является трудно формализуемой задачей, допускающей различные подходы. Элементарный фрагмент игры – розыгрыш мяча, в своей сущности, является единством случайного и не случайного. Не случайное – это техническое мастерство, уровень физической подготовки, психологической устойчивости и многое другое. Именно множество этих факторов, подверженных изменениям во времени и трудно предсказуемых, заставляют учитывать вероятностный характер розыгрыша мяча.

ПОСТАНОВКА ЗАДАЧИ

Предлагается динамическая, стохастическая модель розыгрыша мяча в виде случайного процесса изменения состояний игровых ситуаций.

Параметрами модели являются интенсивности потоков характерных действий теннисистов. Теннисист рассматривается как генератор потоков трех видов: потока не вынужденных ошибок, потока активностей, приводящих к вынужденной ошибке противника, и потока стабильностей, действий удержания мяча в игре.

Опишем стратегию розыгрыша мяча в терминах теории игр.

Всякая претендующая на адекватность игровая математическая модель должна отражать присущие ей черты конфликта и стратегии действий игроков с целью перевода игровой системы в выгодное для игрока поглощающее состояние. Формализация содержательного описания конфликта представляет собой его математическую модель, которую назовем игрой.

Представим розыгрыш мяча в виде системы характерных ситуационных игровых состояний «A», «B», «VA», «VB», представленных в виде графа (рис. 1).

Ограничимся упрощенным представлением игры, когда будущая игровая ситуация зависит от настоящей и не зависит от предыдущей игровой ситуации. Такая формализация допускает моделирование игрового процесса марковским случайным процессом. Допуская так же однородность, ординарность и отсутствие последействия для потоков активностей, стабильностей и не вынужденных ошибок, определим эти потоки как пуассоновские [2].

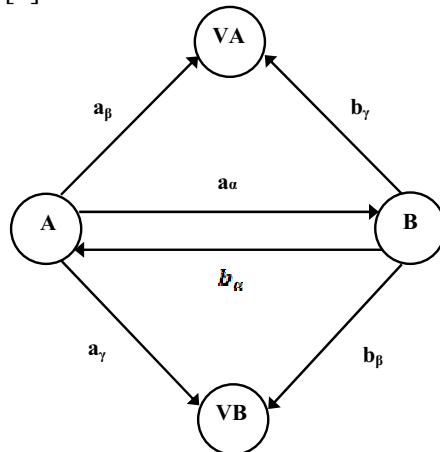


Рис. 1. Граф характерных ситуационных игровых состояний

На рис. 1 использованы следующие обозначения: А – состояние системы, определяемое действиями игрока “А”:

- выигрыш игрока “А” и переход системы в поглощающее состояние VA, определяемое интенсивностью потока активностей a_β ;

- переход системы в состояние В, определяемое действиями игрока “В”, с интенсивностью стабильности a_α ;

- проигрыш игрока “А” (выигрыш игрока “В”), переход в поглощающее состояние VB с интенсивностью не вынужденных ошибок a_γ ;

Аналогично опишем состояние системы В, определяемое действиями игрока “В”:

- выигрыш игрока “В” и переход системы в поглощающее состояние VB, определяемое интенсивностью потока активностей b_β ;

- переход системы в состояние А, определяемое действиями игрока “А”, с интенсивностью стабильности b_α ;

- проигрыш игрока “В” (выигрыш игрока “А”), переход в поглощающее состояние VA с интенсивностью не вынужденных ошибок b_γ ;

Примем для упрощения анализа интенсивности потоков в промежуток времени розыгрыша мяча постоянным, не зависящим от времени. В общем случае интенсивность потока может быть функцией времени.

Воспользовавшись разработанным аппаратом анализа марковских процессов, опишем граф рис 1. системой дифференциальных уравнений Колмогорова [2] относительно функций вероятностей $p_a(t)$, $p_b(t)$, $p_{vb}(t)$, $p_{va}(t)$ пребывания системы в соответствующих состояниях.

Начальные условия: $p_a(0)=\eta a$; $p_b(0)=\eta b$; $p_{vb}(t)=0$; $p_{va}(t)=0$;

где: $\eta a=1$; $\eta b=0$ подача игрока “А”;

$\eta a=0$; $\eta b=1$ подача игрока “В”.

$$\left. \begin{aligned} \frac{d}{dt} p_a(t) &= b_\alpha \cdot p_b(t) - (a_\alpha + a_\beta + a_\gamma) \cdot p_a(t) \\ \frac{d}{dt} p_b(t) &= a_\alpha \cdot p_a(t) - (b_\alpha + b_\beta + b_\gamma) \cdot p_b(t) \\ \frac{d}{dt} p_{vb}(t) &= a_\gamma \cdot p_a(t) + b_\beta \cdot p_b(t) \\ p_a(t) + p_b(t) + p_{va}(t) + p_{vb}(t) &= 1 \end{aligned} \right\}$$

АНАЛИЗ РЕЗУЛЬТАТОВ

Благодаря своей предельной простоте стохастическая модель розыгрыша мяча, представленная системой уравнений (1), имеет аналитическое решение. Качественно решение описывается переходным и установившимся процессом. С течением времени вероятностные процессы стремятся к своим асимптотическим значениям. Представляют практический интерес асимптотические значения вероятностей поглощающих состояний VA и VB. Обозначим их, соответственно, значениями:

$D_{A''}$ – вероятность выигрыша игрока “А”;

$D_{B''}$ – вероятность выигрыша игрока “В”.

Из решения уравнений (1) следует, что в рамках принятых модельных представлений вероятности выигрыша мяча игроками “А” и “В” асимптотически стремятся к величинам:

$$D_{A''} = \frac{\eta a \cdot (a_\beta \cdot B + b_\gamma \cdot a_\alpha) + \eta b \cdot (a_\beta \cdot b_\alpha + b_\gamma \cdot A)}{A \cdot B - a_\alpha \cdot b_\alpha}; D_{B''} = 1 - D_{A''};$$

где: $A = a_\alpha + a_\beta + a_\gamma$; $B = b_\alpha + b_\beta + b_\gamma$.

Представляют интерес так же временные параметры розыгрыша мяча в зависимости от коэффициентов интенсивностей потоков характерных действий теннисистов.

Разработана программа анализа поведения стохастической модели. Результаты исследования модели представлены в таблице.

Таблица

Результаты исследования модели

№ п/п поз. мяча	a_α	a_β	a_γ	b_α	b_β	b_γ	η_α	$D_{A''}$	Время розыгрыша (условные единицы)
1	0,43	0,45	0,28	0,45	0,51	0,35	1	0,558	3,2
2	0,43	0,45	0,28	0,45	0,51	0,35	0	0,459	2,95
3	0,33	0,16	0,43	0,50	0,49	0,18	1	0,271	3,9
4	0,33	0,16	0,43	0,50	0,49	0,18	0	0,269	3,9
5	0,71	0,12	0,11	0,74	0,14	0,09	1	0,467	10,45
6	0,71	0,12	0,11	0,74	0,14	0,09	0	0,449	4,0
7	0,79	0,05	0,09	0,77	0,06	0,09	1	0,473	16,35

Рассмотренные в таблице варианты вероятностей розыгрыша мяча близки к представлениям, принятым в экспертной практике. Так, вариант №2 демонстрирует преимущество подающего игрока “В”, несмотря на его, более высокий индекс (коэффициент) не вынужденных ошибок.

ВЫВОДЫ

Представлена стохастическая модель, основанная на представлениях ситуационных состояний розыгрыша мяча и интенсивностей потоков характерных действий теннисистов. Анализ поведения модели показал, что стохастическая модель адекватно отражает интуитивные представления, принятые в экспертной оценке уровня игры теннисиста, а именно:

1. Игроки с высоким индексом «активности» β и низким индексом «не вынужденных ошибок» γ выигрывают с большей вероятностью.
2. Высокий индекс «стабильности» α обоих игроков и низкие индексы «активности» и «не вынужденных ошибок» приводят к увеличению времени розыгрыша мяча.
3. Вероятность выигрыша подающего увеличивается даже при неблагоприятном для него сочетании индексов «активности» и «не вынужденных ошибок».

ЛИТЕРАТУРА

1. Шварц, Б.К. Теннис для всех : национальная теннисная рейтинговая программа (НТРП) / Бретт К. Шварц, Крис А. Дазет ; [пер. с англ. Т.А. Бобровой]. – М. : АСТ : Астрель, 2006. – 270 с. : ил.
2. Вентцель, Е.С. Теория случайных процессов и ее инженерные приложения / Е.С. Вентцель, Л.А. Овчаров. – М. : Высшая школа, 2000. – 477 с. : ил.
3. Голенко, В.А. Азбука тенниса / В.А. Голенко, А.П. Скородумова, Ш.А. Тарпищев. – М. : Терра Спорт, 1999. – 127 с. : ил. – (Первый шаг).
4. Листратов, И.А. Мертвая зона / И.А. Листратов. – М. : Галерия, 1999. – XX с.
5. Тарпищев, Ш.А. Самый долгий матч / Ш.А. Тарпищев. – М. : Вагриус, 1999. – 382 с.