



ВЕСТНИК

ЧЕЛЯБИНСКОГО ГОСУДАРСТВЕННОГО УНИВЕРСИТЕТА

ISSN 2409-4102

НАУЧНЫЙ ЖУРНАЛ

Основан в 2014 году

ОБРАЗОВАНИЕ И ЗДРАВООХРАНЕНИЕ

2014 № 1

УЧРЕДИТЕЛЬ

Федеральное государственное бюджетное образовательное учреждение
высшего профессионального образования
«Челябинский государственный университет»

Главный редактор

доктор биологических наук, профессор *Е. В. Елисеев*

Заместитель главного редактора

доктор биологических наук, доцент *Е. Г. Кокорева*

РЕДАКЦИОННЫЙ СОВЕТ

- А. А. Жайтапова**, доктор педагогических наук, профессор (Бишкек, Кыргызстан)
Н. П. Ким, доктор педагогических наук, профессор (Костанай, Казахстан)
К. Ж. Кожаметова, доктор педагогических наук, профессор (Алматы, Казахстан)
А. Ф. Матушак, доктор педагогических наук, профессор (Щецин, Польша)
Т. А. Муравницкая, доктор философских наук, профессор (Новый Орлеан, США)
В. В. Нестеренко, доктор педагогических наук, профессор (Одесса, Украина)
Б. А. Тургунбаева, доктор педагогических наук, профессор (Алматы, Казахстан)
Д. Шустер, доктор философии, PhD (Сент-Луис, США)
Е. В. Быков, доктор медицинских наук, профессор (Челябинск, Россия)
М. А. Галагузова, доктор педагогических наук, профессор (Екатеринбург, Россия)
Р. С. Димухаметов, доктор педагогических наук, профессор (Челябинск, Россия)
А. М. Егорычев, доктор философских наук, профессор (Москва, Россия)
О. Р. Зиганшин, доктор медицинских наук, профессор (Челябинск, Россия)
Р. А. Литвак, доктор педагогических наук, профессор (Челябинск, Россия)
Л. В. Мардахаев, доктор педагогических наук, профессор (Москва, Россия)
А. В. Морозов, доктор педагогических наук, профессор (Москва, Россия)
Г. П. Сикорская, доктор педагогических наук, профессор (Екатеринбург, Россия)
Н. А. Соколова, доктор педагогических наук, профессор (Челябинск, Россия)
А. В. Чукичев, доктор медицинских наук, профессор (Челябинск, Россия)
Е. Ф. Яценко, доктор психологических наук, доцент (Санкт-Петербург, Россия)

Редакция журнала может не разделять точку зрения авторов публикаций

Ответственность за содержание статей и качество перевода аннотаций
несут авторы публикаций

Ранее журнал выпускался под названием «Вестник Челябинского
государственного университета» (ISSN 1994-2796) в виде тематических выпусков

Журнал выходит
четыре раза в год

Адрес редакции:
Россия, 454021, г. Челябинск,
ул. Молодогвардейцев, 57 а,
каб. 213
Тел.: (351) 799-71-58

Адрес для писем:
Россия, 454001, г. Челябинск,
ул. Братьев Кашириных, 129,
редакция журнала «Вестник
Челябинского государственного
университета. Образование
и здравоохранение»

С требованиями
к оформлению статей можно
ознакомиться на сайте
журнала
www.vestnikoiz.jimdo.com

Журнал зарегистрирован
в Роскомнадзоре.
Св-во ПИ № ФС77-58492

Редактор *М. В. Трифонова*
Вёрстка *М. В. Трифоновой*

Подписано в печать 18.11.14.
Формат 60×84 1/8. Бумага офсетная.
Гарнитура Times.
Усл. печ. л. 17,5. Уч.-изд. л. 16,4.
Тираж 100 экз. Заказ 89.
Цена свободная

Издательство
Челябинского государственного
университета
Россия, 454001, г. Челябинск,
ул. Братьев Кашириных, 129

Полиграфический участок
Издательства ЧелГУ
Россия, 454021, г. Челябинск,
ул. Молодогвардейцев, 57 б



BULLETIN

OF CHELYABINSK
STATE UNIVERSITY

ISSN 2409-4102

ACADEMIC PERIODICAL

Founded in 2014

ОБРАЗОВАНИЕ
И ЗДРАВООХРАНЕНИЕ

2014 № 1

FOUNDER

Chelyabinsk State University (CSU)

Editor-in-Chief

E. V. Eliseev, Doctor of Biology, Professor (Chelyabinsk, Russia)

Deputy editor

E. G. Kokoreva, Doctor of Biology, Associate Professor (Chelyabinsk, Russia)

EDITORIAL BOARD

- A. A. Zhaytapova*, Doctor of Pedagogy, Professor (Bishkek, Kyrgyzstan)
N. P. Kim, Doctor of Pedagogy, Professor (Kostanay, Kazakhstan)
K. J. Kozhakhmetova, Doctor of Pedagogy, Professor (Almaty, Kazakhstan)
A. F. Matushak, Doctor of Pedagogy, Professor (Szczecin, Poland)
T. A. Muravitskaya, Doctor of Philosophy, Professor (New Orleans, USA)
B. A. Turgunbaeva, Doctor of Pedagogy, Professor (Almaty, Kazakhstan)
V. V. Nesterenko, Doctor of Pedagogy, Professor (Odessa, Ukraine)
D. Schuster, Doctor of Philosophy, Professor (St. Louis, USA)
E. V. Bykov, Doctor of Medicine, Professor (Chelyabinsk, Russia)
M. A. Galaguzova, Doctor of Pedagogy, Professor (Ekaterinburg, Russia)
R. S. Dimuhametov, Doctor of Pedagogy, Professor (Chelyabinsk, Russia)
A. M. Egorychev, Doctor of Philosophy, Professor (Moscow, Russia)
O. R. Ziganshin, Doctor of Medicine, Professor (Chelyabinsk, Russia)
R. A. Litvak, Doctor of Pedagogy, Professor (Chelyabinsk, Russia)
L. V. Mardahaev, Doctor of Pedagogy, Professor (Moscow, Russia)
A. V. Morozov, Doctor of Pedagogy, Professor (Moscow, Russia)
G. P. Sikorskaya, Doctor of Pedagogy, Professor (Ekaterinburg, Russia)
N. A. Sokolova, Doctor of Pedagogy, Professor (Chelyabinsk, Russia)
A. V. Chukichev, Doctor of Medicine, Professor (Chelyabinsk, Russia)
E. F. Yaschenko, Doctor of Psychology, Associate Professor (St. Petersburg, Russia)

The journal is published
four times per year

Editorial office's address:
57 a, Molodogvardeitsev str.,
Chelyabinsk, 454021, Russia
Telephone: + 7(351) 799-70-51

Juridical address
(for correspondence):
129, Bratiev Kashirinykh str.,
Chelyabinsk, 454001, Russia
Editorial Board "Bulletin
of Chelyabinsk State University.
Education and Healthcare"

All the requirements
are available on the web-site
www.vestnikoiz.jimdo.com

Academic periodical
is registered
in Federal Supervision Agency
for Information Technologies
and Communications
Certificate ПИ № ФС77-58492

Editors *M. Trifonova*
Imposition: *M. Trifonova*

Passed for printing 18.11.14.
Format 60×84 1/8. Litho paper.
Font Times.
Conventional print. sh. 17,5.
Ac.-publ. sh. 16,4.
Circulation 100 copies. Order 89.
Open price

Publishing office
Chelyabinsk State University
129, Bratiev Kashirinykh str.,
Chelyabinsk, 454001, Russia

Printwork of CSU Publishing office
57 b, Molodogvardeitsev str.,
Chelyabinsk, 454021, Russia

The Editorial Board may not share the views of the authors

Authors are responsible for the article content and quality of annotations' translation

Previously the journal was published under the name
of «Bulletin of Chelyabinsk State University» (ISSN 1994-2796)
in the form of thematic issues

СОДЕРЖАНИЕ

ПЕРЕДОВАЯ

- Артемьев А. А.* Организация физкультурно-оздоровительной работы в структуре здоровьесберегающей деятельности образовательных учреждений 9

ЭКСПЕРИМЕНТАЛЬНЫЕ МАТЕРИАЛЫ

- Абрамов Д. С.* Распределение нагрузок у единоборцев с учётом особенностей их психофизиологической адаптации 31
- Бакиштов И. А., Потехин И. А.* Индивидуальный профиль защитных действий в четырёхраундовом бою боксёров высокой квалификации 35
- Елисеев Е. В.* Интервалокардиографическое определение механизмов адаптации кардиореспираторной системы у квалифицированных айкидоистов 38
- Бардина М. Ю., Таратынова О. В., Попков В. И.* Структура и динамика управленческой деятельности в профессиональном спорте 42
- Белоедов А. В.* Вариативность психомоторики квалифицированных айкидоистов в меняющихся условиях спортивной тренировки 52
- Бурлаков И. Ю., Верченнова А. В., Корольков А. Н.* Результаты антропологического мониторинга игроков в гольф высокой квалификации 57
- Елисеев Е. В., Белоедов А. В.* Связь динамики омега-потенциала головного мозга квалифицированных айкидоистов с показателями их психомоторики 63
- Иванова С. П.* «Детская деревня SOS» и особенности социально-психологической адаптации воспитанников 68
- Кокорева Е. Г.* Реакции сердца на локальную работу мышц у взрослых с нарушениями зрительной функции 76
- Куликова Ю. П.* Основные направления развития восприимчивости промышленных предпринимательских структур к современным инновациям в образовании 81
- Трегубова М. В.* Реактивность организма спортсменов на двигательный стресс и долговременную физическую нагрузку 89
- Ярушин С. А.* Проектирование самостоятельной физкультурно-спортивной деятельности студентов 93

СООБЩЕНИЯ МОЛОДЫХ УЧЁНЫХ

- Каримов А. М.* Проявление патологии, купированной спортивной формой и волей спортсменов, на разных этапах годичного цикла тренировки 97
- Рыжков Р. Е.* Анализ эффективности дифференцированного подхода к физическому воспитанию школьников (по материалам педагогической практики) 101
- Сизов А. А.* Оценка подготовленности и отбор в спортивной борьбе 105
- Тарасов С. С.* К вопросу о физическом развитии и здоровье учащихся средних школ Челябинска (по материалам педагогической практики). 109

ОБЗОР МНЕНИЙ

- Алдакушева Е. С.* Эффективность реализации модели формирования нравственных ориентиров у детей младшего подросткового возраста с отклоняющимся поведением 113
- Гринечко Е. Д.* Критериально-диагностический инструментарий оценки экологической компетенции в учреждениях дополнительного образования 118
- Макаров А. О.* Семантика социально-педагогического сопровождения в контексте семейного воспитания ребёнка с ограниченными возможностями здоровья 124
- Хадиева Р. Т., Петров Б. М., Макарьев И. В.* Здоровьесберегающие образовательные технологии на занятиях по лечебному плаванию со студентами 128

ОБМЕН ОПЫТОМ

- Бурмагина Н. П.* Использование современных технологий на уроках русского языка и литературы с целью формирования базовых компетенций учащихся 133
- Гурова В. Я.* Организационно-методические аспекты подготовки одарённых детей в общеобразовательных учреждениях 138
- Иванов В. Д.* Адаптация детей с ограниченными способностями к инклюзивному образованию в условиях школы 142
- Дорогина О. И., Николаева М. А.* Рекламное образование: профиограмма специалиста 145

CONTENT
ADVANCED

- Artemiev A. A.* Organization of Sports and Recreation Activities in the Structure of Health Care Activities of Educational Institutions 9

EXPERIMENTAL MATERIALS

- Abramov D. S.* The Distribution of Loads among Athletes with Consideration of their Psychophysiological Adaptation 31
- Bakshutov I. A., Potekhin I. A.* Individual Protection Profile Action in the Fight Fourround Boxers High Qualification 35
- Eliseev E. V.* Intervalocardiographic Definition Cardiorespiratory System Adapts a Qualified Aikidoists 38
- Bardina M. Yu., Taratynova O. V., Popkov V. I.* Structure and Performance Management in Professional Sports 42
- Beloedov A. V.* The Variability of Psychomotoric Skilled Aikidoka in a Changing Environment Sports Training 52
- Burlakov I. Yu., Verchenova A. V., Korolkov A. N.* Results of Anthropological Monitoring of High Qualification Golfers 57
- Eliseev E. V., Beloedov A. V.* Communication Dynamics Omega-Brain Potential Qualified Aikidoists on the Performance of their Psychomotor 63
- Ivanova S. P.* «Children's Village SOS» and Peculiarities of Social-Psychological Adaptation of Adopted Children 68
- Kokoreva E. G.* The Heart to Work Locally Muscles in Adults with Visual Function 76
- Kulikova Yu. P.* The Main Directions of Development of Susceptibility of Industrial Business Structures to Modern Innovations in Education 81
- Tregubova M. V.* Reactivity of the Organism Athletes Stress on Motor and Long-Term Physical Xertion 89
- Yarushin S. A.* Design of Students' Self Athletic and Sports Activity 93

BY YOUNG SCIENTISTS

- Karimov A. M.* Manifestations of Pathology Cropped Fit and Will Athletes at Different Stages Year Cycle of Training 97
- Ryzhkov R. E.* Effectiveness Differentiated Approach to the Physical Training of Schoolboys (Based on Materials Teaching Practice) 101
- Sizov A. A.* Readiness Assessment and Selection in Wrestling 105
- Tarasov S. S.* The Question of Physical Development and Health High School Students Chelyabinsk (Based on Materials Teaching Practice) 109

OVERVIEW OF OPINIONS

- Aldakusheva E. S.*** Effectiveness Implementation Model of Formation Moral Guidelines
in Children Younger than Teens with Behavioral. 113
- Grinechko E. D.*** Criterion-Referenced Strategy Diagnostic Tools for Assessing the Ecological
Competence of the Institutions of Additional Education 118
- Makarov A. O.*** The Semantics of Socio-Pedagogical Support in the Context of a Family Raising
a Child with Disabilities 124
- Hadieva R. T., Petrov B. M., Makariev I. V.*** Health Saving Educational Technology for Students
in the Classroom for Therapeutic Swimming. 128

EXCHANGE OF EXPERIENCE

- Burmagina N. P.*** Use of Modern Technologies Lessons for Russian Language and Literature
to Form the Basic Competence of Pupils 133
- Gurova V. I.*** Organizational and Methodological Aspects of the Preparation of Gifted Children
in Educational Institutions 138
- Ivanov V. D.*** Adaptation of Children with Disabilities to Inclusive Education in the Schools 142
- Dorogina O. I., Nikolaeva M. A.*** Advertising Education: Professiogram Specialist 145

ПЕРЕДОВАЯ (ADVANCED)

*Вестник Челябинского государственного университета.
Образование и здравоохранение. 2014. № 1. С. 9–30.*

УДК 371.72
ББК 75.4

ОРГАНИЗАЦИЯ ФИЗКУЛЬТУРНО-ОЗДОРОВИТЕЛЬНОЙ РАБОТЫ В СТРУКТУРЕ ЗДОРОВЬЕСБЕРЕГАЮЩЕЙ ДЕЯТЕЛЬНОСТИ ОБРАЗОВАТЕЛЬНЫХ УЧРЕЖДЕНИЙ

А. А. Артемьев

НФИ ФГБОУ ВПО «Кемеровский государственный университет», Новокузнецк, Россия

Проблема организации профилактической работы в образовательных учреждениях является одной из наиболее актуальных. Основным вопросом состоит в повышении устойчивости организма к неблагоприятным условиям среды, сохранении и укреплении здоровья детского организма. Грамотная систематизация профилактической работы способна повысить устойчивость растущего организма к физическим и эмоциональным нагрузкам, поддержать жизненный тонус, улучшить способности к адаптации.

Ключевые слова: *здоровьесберегающая деятельность образовательных учреждений, физкультурно-оздоровительная работа, двигательная активность обучающихся.*

Современная школа ищет пути построения образовательного процесса, обеспечивающего сохранение и укрепление здоровья обучающихся. Предпосылки к построению такого образовательного процесса прослеживаются в нормативно-правовых документах последних лет, в частности, в федеральных законах «Об образовании в Российской Федерации», «О физической культуре и спорте в Российской Федерации», постановлениях Правительства РФ и указах Президента, Основах охраны здоровья граждан в Российской Федерации, Конвенции ООН о правах ребёнка и многих других. Принятие подобного рода документов привело к появлению массы научных разработок, направленных на поиск путей организации физкультурно-оздоровительной работы в структуре здоровьесберегающей деятельности образовательных учреждений.

Цель работы: определить и экспериментально проверить организационные условия физкультурно-оздоровительной работы в структуре здоровьесберегающей деятельности образовательных учреждений.

Задачи работы:

1. Проанализировать исторические аспекты становления и развития физкультурно-оздоровительной работы и определить её состояние в современной педагогической теории и практике.

2. Определить содержание физкультурно-оздоровительной работы в структуре здоровьесберегающей деятельности образовательного учреждения.

3. Разработать универсальную модель организации физкультурно-оздоровительной работы в структуре здоровьесберегающей деятельности образовательных учреждений.

4. Выявить организационные условия физкультурно-оздоровительной работы.

Содержание работы: На сегодняшний день в педагогической практике разработано множество подходов к осуществлению здоровьесбережения в образовательных учреждениях: дифференцированный, адаптивный, системный, комплексный и др. (Г. Л. Апанасенко, Р. И. Айзман, И. И. Брехман, Г. К. Зайцев, Э. М. Казин, Н. Г. Коновалова, И. Л. Левина, Ю. В. Науменко, С. И. Петухов, Г. К. Сухарев и др.).

Предложенные подходы к осуществлению здоровьесбережения реализуются в образовательных учреждениях путём организации здоровьесберегающей деятельности, которая, в свою очередь, должна базироваться на основе комплексного, разностороннего подхода.

На необходимость такого подхода, обеспечивающего сохранение и укрепление здоровья обучающихся в образовательных учреждениях, указывается в письме Министерства образова-

ния РФ от 24 июля 2003 г. № 15-52-522/15-01-21 (Практические рекомендации по организации системной комплексной работы по сохранению и укреплению здоровья подростков в образовательной среде). В этом документе представлена базовая модель организации здоровьесберегающей деятельности в образовательных учреждениях. Данная модель состоит из шести блоков: 1. Здоровьесберегающая инфраструктура образовательного учреждения. 2. Рациональная организация учебного процесса. 3. Организация физкультурно-оздоровительной работы. 4. Просветительно-воспитательная работа с учащимися, направленная на формирование ценности здоровья и здорового образа жизни. 5. Организация системы просветительской и методической работы с педагогами, специалистами и родителями, направленная на повышение квалификации работников образовательного учреждения и повышение уровня знаний родителей по проблемам охраны и укрепления здоровья. 6. Профилактика и динамическое наблюдение за состоянием здоровья.

На наш взгляд, наиболее существенными из недостатков и проблем организации здоровьесберегающей деятельности в образовательных учреждениях, выявленных в процессе методологического анализа, являются низкая эффективность физкультурно-оздоровительной работы, просветительно-воспитательной работы с учащимися, направленной на формирование ценности здоровья и здорового образа жизни, просветительской и методической работы с педагогами, специалистами и родителями, направленной на повышение квалификации работников образовательного учреждения и повышение уровня знаний родителей по проблемам охраны и укрепления здоровья, профилактики и динамического наблюдения за состоянием здоровья. Низкая эффективность этих блоков здоровьесберегающей деятельности образовательного учреждения указывает на необходимость разработки подходов к организации такой деятельности, реализация которой в образовательном учреждении позволила бы объединить данные блоки с целью повышения их эффективности и, как следствие, улучшить здоровьесберегающую деятельность в целом.

В нашем понимании, физкультурно-оздоровительную работу необходимо рассматривать не только как сохранение и укрепление здоровья, но и как оздоровление обучающихся, которое рассматривается в ст. 1 Федерального закона от 24 июля 1998 г. № 124-ФЗ «Об основных гарантиях

прав ребёнка в Российской Федерации» как совокупность мероприятий, обеспечивающих развитие творческого потенциала детей, охрану и укрепление их здоровья, профилактику заболеваний у детей, занятия их физической культурой, спортом и туризмом, формирование у детей навыков здорового образа жизни, соблюдение ими режима питания и жизнедеятельности в благоприятной окружающей среде при выполнении санитарно-гигиенических и санитарно-эпидемиологических требований.

Таким образом, под *физкультурно-оздоровительной работой образовательного учреждения мы рассматриваем одно из ведущих направлений деятельности образовательного учреждения, ориентированной на развитие физических, психических и личностных качеств, социальных потребностей обучающихся, на формирование ценностей здоровья и здорового образа жизни посредством использования психолого-педагогических методов и форм, средств физической культуры.*

Исходя из данного определения, содержание физкультурно-оздоровительной деятельности образовательного учреждения должно включать в себя: оптимизацию двигательной активности обучающихся, укрепление здоровья, развитие психических и личностных качеств обучающихся, организацию целенаправленной профилактики асоциального поведения обучающихся и их родителей, формирование представлений и ценностей здоровья и здорового образа жизни у субъектов образовательного процесса.

Физкультурно-оздоровительная работа в образовательных учреждениях должна нести в себе черты социального взаимодействия и партнёрства. Поэтому для её организации в образовательных учреждениях любого типа и вида на основе деятельностно-аксиологического подхода мы разработали универсальную модель (рис. 1). Универсальность модели заключается в том, что её можно использовать как в общеобразовательных учреждениях, так и в учреждениях высшего профессионального и дополнительного образования детей и подростков.

Целевой блок модели организации физкультурно-оздоровительной работы:

Целевой блок модели включает: совокупность целей и задач, направленных на упорядочение всего спектра влияний (физических, природных, психолого-педагогических, социальных) на обучающегося; принципов (сотрудничества, природосообразности, культуросообразности,

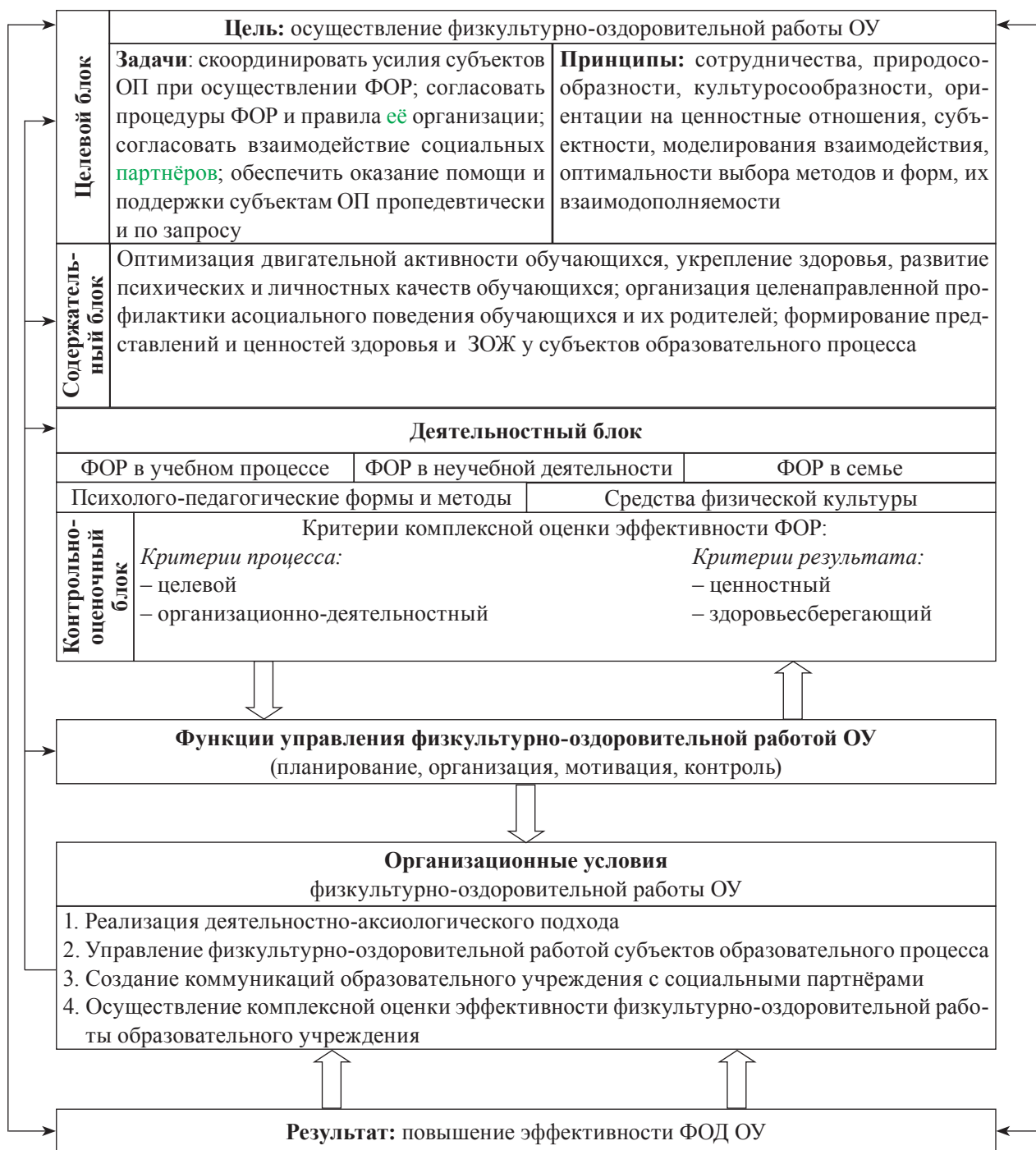


Рис. 1. Модель организации физкультурно-оздоровительной работы в образовательных учреждениях на основе деятельностно-аксиологического подхода

ориентации на ценностные отношения, субъектности, моделирования взаимодействия, оптимальности выбора методов и форм, их взаимодополняемости).

По определению В. И. Загвязинского, «... цель — это обоснованное представление об общих конечных или промежуточных результатах поиска», а под задачами он понимает «цель преобразования конкретной ситуации или, иными

словами, ситуация, требующая своего преобразования для достижения определённой цели».

Цель модели: осуществление физкультурно-оздоровительной работы в образовательном учреждении.

Задачи модели:

– скоординировать усилия субъектов образовательного процесса при осуществлении физкультурно-оздоровительной работы;

– согласовать процедуры физкультурно-оздоровительной работы и правила её организации;

– согласовать взаимодействие социальных партнёров;

– обеспечить оказание помощи и поддержки субъектам образовательного процесса пропедевтические и по запросу.

Организация физкультурно-оздоровительной работы в образовательном учреждении на основе деятельностно-аксиологического подхода находит своё практическое выражение в определённых выше принципах модели:

- принципе гуманистической направленности;
- культуросообразности;
- субъектности;
- моделирования взаимодействия;
- природосообразности;
- оптимальности выбора методов и форм, их взаимодополняемости;

- ориентации на ценностные отношения;
- преемственности, последовательности и систематичности;

- сознательности и активности обучающихся;
- сотрудничества.

Перечисленные цель, задачи и принципы физкультурно-оздоровительной работы реализуются в образовательном учреждении через определённое содержание и направление деятельности, которые представлены в содержательном блоке.

Содержательный блок модели организации физкультурно-оздоровительной работы: включает в себя оптимизацию двигательной активности обучающихся, укрепление здоровья, развитие психических и личностных качеств обучающихся, организацию целенаправленной профилактики асоциального поведения обучающихся и их родителей, формирование представлений и ценностей здоровья и здорового образа жизни у субъектов образовательного процесса.

Деятельностный блок модели: представляет физкультурно-оздоровительную работу в учебном процессе, внеучебной работе и в семье, осуществляемую с применением психолого-педагогических форм и методов средствами физической культуры.

ФОР в учебном процессе включает в себя:

- проведение основных и дополнительных уроков физической культуры;

- психологические тренинги, направленные на развитие личностных качеств (целеустремлённость, экстраверсия, сообразительность, уверенность в себе, эмоциональная невозбудимость,

независимость, благоразумие, добросовестность, смелость, практичность, оптимистичность, самоконтроль, невозмутимость и др.), проводятся в образовательном учреждении штатным психологом один раз в месяц, с целью улучшить психоэмоциональное состояние детей и подростков ОУ, сформировать мотивацию к учебной деятельности, развить их коммуникативные качества и способствовать снятию коммуникативных барьеров между учениками, учениками и учителями, учениками и их родителями.

ФОР во внеучебной деятельности:

- проведение индивидуально-командных конкурсов с субъектами образовательного процесса;

- разработка и внедрение комплексов ЛФК с целью профилактики соматических заболеваний обучающихся в образовательном учреждении и дома;

- участие детей в городских, областных и всероссийских соревнованиях по различным видам спорта.

Проведение индивидуально-командных конкурсов с субъектами образовательного процесса позволяет повысить двигательную активность не только обучающихся детей, но и их родителей и педагогов образовательного учреждения; обратить внимание родителей на собственное здоровье и необходимость активного образа жизни; снять коммуникативные барьеры между субъектами образовательной деятельности. Разработка и внедрение комплексов ЛФК позволяет родителям самостоятельно составить программу профилактики соматических заболеваний детей школьного возраста.

ФОР в семье:

- составление плана индивидуальной двигательной активности;

- соблюдение суточного режима и правил личной гигиены;

- рациональное и умеренное питание.

Организация в образовательном учреждении учебной и внеучебной деятельности способствует не только формированию ценности здоровья и здорового образа жизни, устойчивой мотивации к учебной деятельности, но и формирует у обучающихся привычку к ежедневной двигательной активности.

Средства физической культуры:

- физические упражнения, направленные на развитие физических и личностных качеств;

- профилактика нарушений осанки, зрения, обмена веществ и плоскостопия;

- оздоровительные силы природы;
- гигиенические факторы.

Психолого-педагогические формы: учебная работа, внеурочные и внеклассные формы работы, общешкольные мероприятия, психологические тренинги, система домашних заданий, пропаганда здорового образа жизни среди обучающихся и родителей в средствах массовой информации.

Психолого-педагогические методы: словесные методы, наглядные методы, практические методы, игровые методы, соревновательные методы, метод группового влияния.

Контрольно-оценочный блок модели:

Контрольно-оценочный блок модели необходим для комплексной оценки эффективности физкультурно-оздоровительной работы образовательного учреждения.

Управление физкультурно-оздоровительной работой реализуется в образовательном учреждении с помощью включения в каждый из перечисленных выше блоков модели компонентов структуры управления, позволяющей организовать физкультурно-оздоровительную работу через реализацию следующих функций: планирование, организация, мотивация и контроль. Таким образом, разработанная нами модель организации физкультурно-оздоровительной работы на основе деятельностно-аксиологического подхода состоит из целевого, содержательного, деятельностного и контрольно-оценочного блоков, достигающих цель физкультурно-оздоровительной деятельности через последовательное решение поставленных задач. Реализация модели физкультурно-оздоровительной работы в образовательных учреждениях обеспечивается организационными условиями.

Теоретический анализ становления и развития физкультурно-оздоровительной работы, практический опыт её организации в образовательных учреждениях на основе деятельностно-аксиологического подхода в городе Новокузнецке и Новокузнецком районе, а также данные констатирующего эксперимента, проведённого в период с 2007 по 2012 учебный год, позволили нам выявить организационные условия физкультурно-оздоровительной работы в ходе апробации разработанной нами модели на реальном объекте.

Результаты проведённой нами опытно-экспериментальной работы позволили нам сделать вывод о том, что физкультурно-оздоровительную работу образовательного учреждения необходи-

мо организовывать с помощью следующих организационных условий:

- реализация деятельностно-аксиологического подхода к физкультурно-оздоровительной деятельности образовательного учреждения;

- управление физкультурно-оздоровительной деятельностью субъектов образовательного процесса;

- создание коммуникаций образовательного учреждения с социальными партнёрами для достижения целей физкультурно-оздоровительной деятельности;

- осуществление комплексной оценки эффективности физкультурно-оздоровительной деятельности образовательного учреждения.

Условие 1: реализация деятельностно-аксиологического подхода к физкультурно-оздоровительной работе образовательного учреждения

Выдвигая в качестве организационного условия реализацию деятельностно-аксиологического подхода к физкультурно-оздоровительной работе в образовательном учреждении, мы ориентировались на необходимость формирования ценности здоровья и здорового образа жизни обучающихся и их родителей в процессе оптимизации двигательной активности, развития психических и личностных качеств обучающихся, организации целенаправленной профилактики асоциального поведения обучающихся и их родителей, формирования представлений и ценностей здоровья и ЗОЖ.

В обобщённом виде под оптимизацией (от лат. *optimus* — наилучший) обычно понимают целенаправленную деятельность, заключающуюся в получении наилучших результатов при реализации соответствующих условий. Реализация деятельностно-аксиологического подхода в процессе оптимизации двигательной активности способствовала формированию у обучающихся мотивации к ежедневным занятиям физической культурой и спортом. Это достигалось в ходе реализации разработанной программы, которая состоит из двух основных частей: базовой и вариативной. Для получения необходимого результата нами была усовершенствована вариативная часть программного материала по физической культуре в образовательном учреждении.

Для развития психических и личностных качеств обучающихся разработана система психолого-педагогических воздействий в виде развивающей программы, которая была реализована в образовательном учреждении с помощью раз-

вивающих упражнений и психологических тренингов.

Программа развития личностных качеств обучающихся в образовательном учреждении состоит из следующих направлений деятельности:

– диагностика личностных качеств с помощью элементов психодиагностики;

– развитие личностных качеств с помощью элементов психолого-педагогического воздействия, позволяющих развивать и совершенствовать индивидуальные качества личности каждого ребёнка для достижения цели физкультурно-оздоровительной деятельности с учётом деятельностно-аксиологического подхода;

– оценка эмоционального профиля обучающихся;

– оценка мотивации на занятия физической культурой и спортом.

Разработанная нами программа можно частично реализовываться на дополнительных занятиях физической культуры. Для этого в вводно-подготовительную часть этих занятий необходимо ввести разнообразные психические упражнения, направленные на развитие личностных качеств обучающихся (целеустремлённости, экстраверсии, сообразительности, внимания, эмоциональной устойчивости, независимости, благоразумия, добросовестности, смелости, практичности и др.). Кроме того, с периодичностью один раз в месяц психолог образовательного учреждения может проводить различные психологические тренинги, направленные на развитие личности обучающихся, снятие коммуникативных барьеров в группе, самоидентификацию детей и подростков. Например:

1. Тренинг «Умею ли я видеть плюсы»: аудитории зачитывается ситуация, в которой участники должны найти положительные стороны и как можно больше. Например, «На улице скверная погода, вы спешите на деловую встречу и вас обрызгала машина» и пр. Данный тренинг способствует формированию позитивного мышления, снятию эмоционального напряжения в группе, а также развивает сообразительность обучающихся.

2. Тренинг «Упражнение Джеффа»: аудитории предлагается по очереди ряд утверждений и вопросов, по которым каждый должен выразить своё мнение и подойти к соответствующей табличке. Затем, если у кого-то возникнет желание высказать вслух своё мнение, он сможет сделать это с разрешения ведущего.

3. Тренинг личностного роста «Пойми себя» предназначен для подростков. Оптимальный возраст участников — старше 11–12 лет.

4. Коммуникативный тренинг (сост. А. В. Виноградов) был направлен на решение внутренних конфликтов обучающихся в ситуации отработки навыков межличностного общения, выработки и закрепления социокультурных норм. Организованная игровая методика помогает прочувствовать, пережить своеобразие той или иной роли, выйти за рамки сложившихся личностных стереотипов и получить необходимый опыт. Тренинг разработан и предназначен для обучающихся старшего подросткового и юношеского возраста. Тренинг является одним из личностно-ориентированных, учебно-коррекционных тренингов и призван помочь молодёжи научиться ориентироваться в меняющемся мире, адаптироваться к самостоятельной жизни в обществе, эффективно взаимодействовать с окружающими людьми и решать свои проблемы. Практическое применение данного тренинга осуществлялось психологом и педагогами образовательного учреждения. Тренинг рассчитан на 40 ч интенсивной работы.

Реализация деятельностно-аксиологического подхода при организации целенаправленной профилактики асоциального поведения обучающихся и их родителей предполагает решение проблемы профилактики алкоголизма, наркомании и токсикомании.

Основную деятельность в решении указанной проблемы могут выполнять сотрудники правоохранительных органов в лице Управления Федеральной службы по контролю за оборотом наркотиков. В их задачу входит проведение для обучающихся лекториев о вреде употребления наркотиков и алкоголя, консультаций и профилактических бесед с обучающимися и их родителями.

Таким образом, выделяя в качестве организационного условия реализацию деятельностно-аксиологического подхода к физкультурно-оздоровительной работе, мы ориентировались на необходимость формирования ценности здоровья и здорового образа жизни через деятельность субъектов образовательного процесса. Реализация программ оптимизации двигательной активности обучающихся, развития психических и личностных качеств обучающихся, целенаправленной профилактики асоциального поведения обучающихся и их родителей, формирования представ-

лений и ценностей здоровья и здорового образа жизни у субъектов образовательного процесса позволит повысить двигательную активность обучающихся и их мотивацию к занятиям физической культурой и спортом, обеспечит развитие психических и личностных качеств обучающихся, сформирует ценностное отношение к своему здоровью и здоровому образу жизни не только у обучающихся и их родителей, но и у педагогов образовательного учреждения.

Условие 2: управление физкультурно-оздоровительной работой субъектов образовательного процесса

Управление физкультурно-оздоровительной работой субъектов образовательного процесса позволяет создать в образовательном учреждении чётко определённые и адаптированные механизмы реализации физкультурно-оздоровительной деятельности с учётом приоритетности сохранения, укрепления и оздоровления обучающихся.

Анализ нормативных документов (Федеральный закон «Об образовании в Российской Федерации», Основы охраны здоровья граждан в Российской Федерации, Конвенция ООН о правах ребёнка) показывает, что сфера ответственности руководителя образовательного учреждения не может быть ограничена только обеспечением реализации государственных образовательных стандартов, но и должна включать в себя обеспечение эффективной реализации условий здоровьесбережения и оздоровления.

Проанализировав существующие подходы к управлению образовательными системами, мы пришли к выводу о том, что управление физкультурно-оздоровительной работой субъектов образовательного процесса необходимо рассматривать с позиции процессного подхода, предложенного А. Файоль и усовершенствованного М. Х. Мэсконом, М. Альбертом и Ф. Хедоури. Связано это прежде всего с тем, что данный подход рассматривается как непрерывная серия взаимосвязанных управленческих функций (планирования, организации, мотивации, контроля), которые будут способствовать эффективной реализации всех содержательных компонентов физкультурно-оздоровительной работы в образовательном учреждении.

Как представлено на рис. 2, управление физкультурно-оздоровительной работой включает в себя целевой, содержательный, процессуально-деятельностный и оценочно-результативный компоненты управления, которые позволяют

обеспечить реализацию функций управления физкультурно-оздоровительной работой образовательного учреждения (планирование, организация, мотивация, контроль).

Таким образом, управление физкультурно-оздоровительной работой субъектов образовательного процесса рассматривается как совокупность закономерных, взаимосвязанных компонентов управления (целевого, содержательного, процессуально-деятельностного и оценочно-результативного), представляющих определённую целостность и позволяющих реализовать в образовательном учреждении функции планирования, организации, мотивации и контроля.

Условие 3: Создание коммуникаций образовательного учреждения с социальными партнёрами

Важным организационным условием является создание коммуникаций образовательного учреждения с социальными партнёрами. Именно в рамках социального партнёрства необходимо осуществлять физкультурно-оздоровительную работу.

Под коммуникациями мы понимаем специфическую форму взаимодействия людей, реализуемую в процессе социального партнёрства различных учреждений и ведомств с определённой целью. В данном исследовании социальное партнёрство направлено на организацию и совместную реализацию физкультурно-оздоровительной деятельности в образовательном учреждении. Так, при реализации программы оптимизации двигательной активности обучающихся вокруг образовательного учреждения можно организовать социальное партнёрство с учреждениями дополнительного образования, спортивными клубами по месту жительства и плавательными бассейнами. Это позволит снизить загруженность преподавателей по физической культуре образовательного учреждения, а тренерам-преподавателям осуществить комплектование групп. Сотрудники спортивных клубов по месту жительства могут активно участвовать в проведении и организации физкультурно-массовых мероприятий и спортивных соревнований.

При реализации программы развития психических и личностных качеств обучающихся необходимо создать механизм педагогического взаимодействия взрослых участников образовательного процесса. Проведение психологических тренингов у детей младшего школьного возраста предусматривает присутствие их родителей. В группах, возраст детей в которых превышает

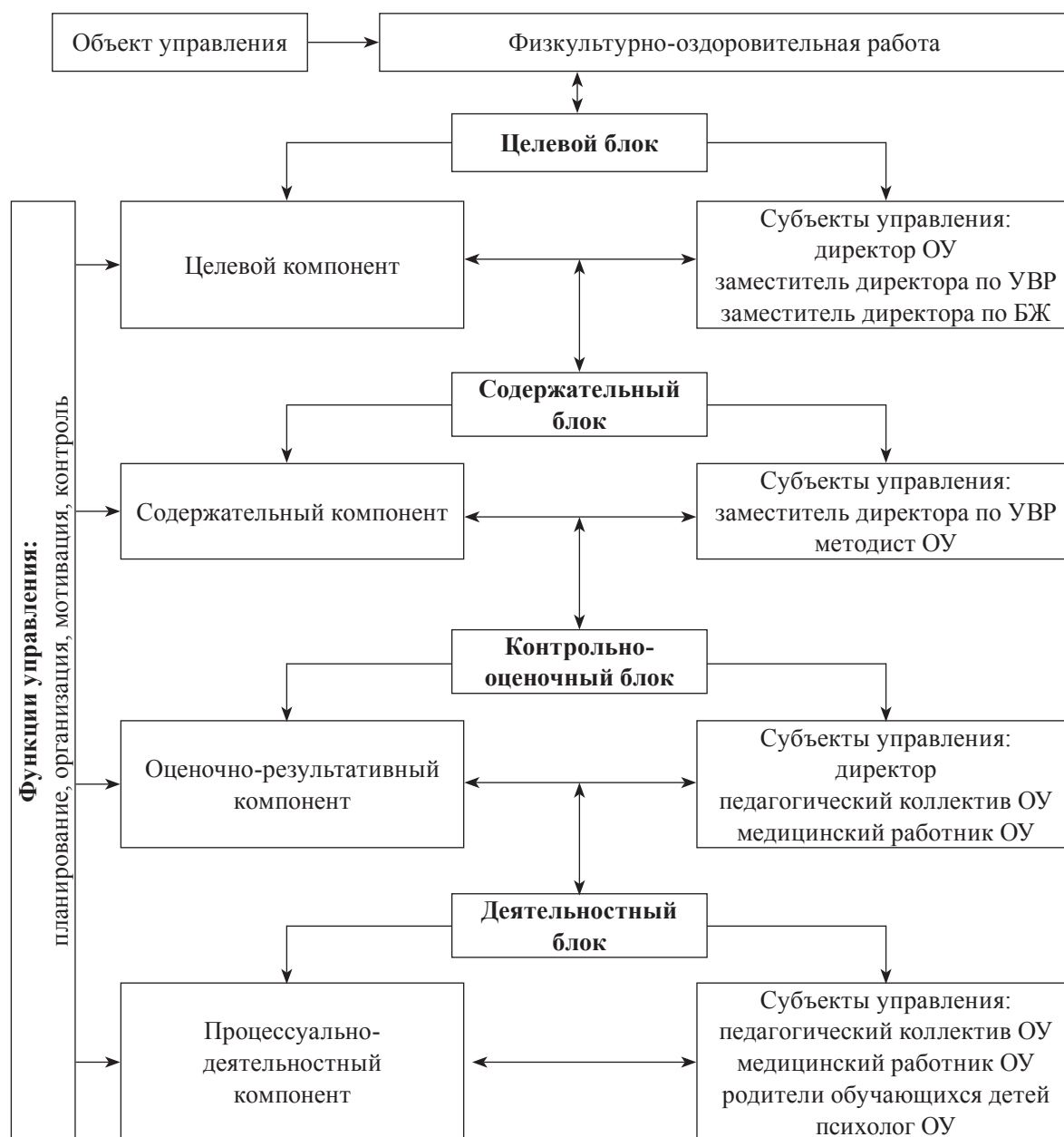


Рис. 2. Структура управления физкультурно-оздоровительной работой образовательного учреждения

13 лет, необходимо присутствие социального педагога и медработника, а при проведении дополнительных уроков физической культуры, в подготовительную часть которых можно включить психологические упражнения, помимо тренера-преподавателя необходимо присутствие педагога-психолога.

Существующие подходы к организации профилактической работы в учреждениях общего, специального и профессионального образования, направленной на профилактику асоциального поведения субъектов образовательного процесса, тоже содержат в своей основе взаимодействие

взрослых субъектов образовательного процесса. Однако большинство родителей не готовы сотрудничать с педагогами образовательного учреждения, что существенно затрудняет реализацию программы профилактики асоциального поведения и не способствует полноценному социальному и личностному становлению детей школьного возраста.

Для профилактики асоциального поведения субъектов образовательного процесса необходима планомерная и интенсивная работа, которая не может строиться без достаточных знаний о наркомании, алкоголизме и токсикомании. Этими

знаниями в большей степени обладают люди, работающие в учреждениях, созданных для решения данной проблемы: правоохранительные органы, лечебно-профилактические учреждения и православные организации. Разработанная нами программа профилактики асоциального поведения обучающихся и их родителей представлена в виде социального партнёрства этих ведомств.

Таким образом, создание коммуникаций образовательного учреждения с социальными партнёрами как одно из организационных условий физкультурно-оздоровительной работы способствует полноценной реализации разработанных нами программ. Достигается это через организацию социального партнёрства образовательного учреждения с учреждениями дополнительного образования детей, учреждениями здравоохранения, правоохранительными органами, спортивными клубами по месту жительства и общественными организациями.

Условие 4: Комплексная оценка эффективности физкультурно-оздоровительной работы образовательного учреждения

Наличие комплексной оценки эффективности физкультурно-оздоровительной работы позволяет отследить эффективность и результативность деятельности образовательного учреждения по охране и укреплению здоровья субъектов образовательного процесса, выступает в качестве инструмента информационной поддержки организации физкультурно-оздоровительной деятельности и анализа ситуации для принятия решений руководителями образования различных уровней (региональных, городских, районных и учреждений).

Целью разработанной нами системы оценивания физкультурно-оздоровительной работы является оценка её эффективности на основе анализа процессуальных и содержательных характеристик с использованием критериально-оценочного аппарата с последующей разработкой плана корректирующих мероприятий для улучшения физической подготовленности и физического развития детей, укрепления здоровья обучающихся.

Поставленная задача достигается тем, что эффективность физкультурно-оздоровительной деятельности образовательного учреждения оценивается на основании критериально-ориентированной диагностики условий, процесса и результата этой деятельности с использованием четырёх критериев: критериев процесса (целевой и организационно-деятельностный) и критери-

ев результата (ценностный и здоровьесберегающий). На их основе рассчитывается общая оценка уровня организации физкультурно-оздоровительной деятельности в образовательном учреждении с помощью интегрального коэффициента физкультурно-оздоровительной деятельности (I) по формуле

$$I = (K_{\text{цен}} + K_{\text{зд}}) - (K_{\text{цел}} + K_{\text{од}}),$$

где $K_{\text{цен}}$ — показатели ценностного критерия;

$K_{\text{зд}}$ — показатели здоровьесберегающего критерия;

$K_{\text{цел}}$ — показатели целевого критерия;

$K_{\text{од}}$ — показатели организационно-деятельностного критерия.

Чем выше эффективность физкультурно-оздоровительной деятельности, тем значение I ближе к нулю, т. е. суммарное значение показателей критериев процесса ($K_{\text{цел}}$, $K_{\text{од}}$) должно соответствовать суммарному значению показателей результата ($K_{\text{цен}}$, $K_{\text{зд}}$).

Представленная комплексная оценка эффективности физкультурно-оздоровительной работы образовательного учреждения осуществляется в рамках входного и выходного контроля соответственно в начале и конце учебного года.

РЕЗУЛЬТАТЫ

Для оценки результативности разработанной модели организации физкультурно-оздоровительной работы и её организационных условий была проведена опытно-экспериментальная работа, которая осуществлялась в естественных условиях на базе муниципального образовательного учреждения «Средняя общеобразовательная школа № 7» с сентября 2007 г. по февраль 2012 г. По отдельным направлениям исследования привлекались муниципальное образовательное учреждение дополнительного образования детей «Детско-юношеская спортивная школа № 4» и государственное автономное образовательное учреждение дополнительного образования детей Кемеровской области «Детский оздоровительно-образовательный центр «Сибирская сказка»».

Организация физкультурно-оздоровительной работы на базе МОУ «Средняя общеобразовательная школа № 7»

С целью организации физкультурно-оздоровительной работы в структуру образовательного процесса МОУ «Средняя общеобразовательная школа № 7» начиная с 2006/07 учебного года была внедрена комплексная программа, разработанная ведущими специалистами кафедры тео-

ретических и психолого-физиологических основ физической культуры КузГПА.

Структура комплексной программы организации физкультурно-оздоровительной работы в общеобразовательном учреждении представлена в виде взаимосвязанных блоков.

Целевой блок программы

Цель комплексной программы: организовать физкультурно-оздоровительную работу в системе здоровьесберегающей деятельности в общеобразовательном учреждении.

Задачи программы:

1) воспитательные:

- воспитывать потребность в ежедневной двигательной активности;
- повысить мотивацию на занятия физической культурой и спортом;

2) образовательные:

- обучать жизненно важным умениям и навыкам;
- формировать теоретические и эмпирические знания о здоровом образе жизни;
- ознакомить с разнообразием спортивных дисциплин;

3) оздоровительные:

- повысить уровень функционального состояния учащихся;
- улучшить уровень физического состояния школьников;

4) развивающие:

- способствовать увеличению общей двигательной активности;
- развивать личностные качества школьников;
- способствовать гармоническому развитию физических качеств (быстрота, сила, выносливость, ловкость, гибкость).

Содержательный блок программы

Средства организации программы:

- физические упражнения, направленные на развитие физических качеств (естественные движения, видеоизменённые движения, абстрактные движения);
- физические упражнения, направленные на развитие психических качеств;

- физические упражнения, способствующие профилактике нарушения осанки, зрения, обмена веществ, развития плоскостопия;

- виды спорта и спортивных дисциплин (лёгкая атлетика, единоборства, спортивные игры, подвижные игры, плавание, гимнастика);

- оздоровительные силы природы (вода и воздух определённой температуры, солнце, обливание и закаливание).

Гигиенические факторы (мероприятия личной и общественной гигиены, зарядка, режим).

Формы организации программы:

- учебная работа;

- внеурочные и внеклассные формы работы (секции, спартакиады, встречи с выдающимися спортсменами, психологические тренинги);

- общешкольные мероприятия (праздники, слёты, туристические походы, игры на местности);

- система домашних заданий;

- пропаганда здорового образа жизни среди учащихся и родителей в средствах массовой информации.

Методы организации программы:

- словесные (рассказ, описание, объяснение, разбор, задание и т. д.);

- наглядные (показ, демонстрация рисунков, схем, кинофильмов и т. д.);

- практические (строго или частично регламентированные упражнения);

- игровые;

- соревновательные;

- метод группового влияния;

- метод самокритики;

- эйдетические методы.

Контрольно-оценочный блок программы

В содержание контрольно-оценочного блока входит разработанная и запатентованная нами комплексная оценка эффективности физкультурно-оздоровительной работы в общеобразовательном учреждении.

Блок управления программой

Содержание данного блока представлено в виде модели управления комплексной программой. В основу разработки модели легла концепция процессного подхода, разработанная А. Файолом. Эта концепция стала серьёзным прорывом в развитии менеджмента и имеет огромное значение и по сей день. Идея процессного подхода изначально была предложена школой административного управления, которая стремилась описать основные функции управления. Однако она, как правило, рассматривала эти функции независимо одну от другой, а процессный подход рассматривает их как тесно взаимосвязанные.

Процесс управления здоровьесберегающей деятельностью включает четыре взаимосвязанные функции: планирование → организацию → мотивацию → контроль.

Функции управления

Функция планирования связана с определением целей организации и того, что должны делать

её члены для их достижения. Она по сути призвана ответить на три фундаментальных вопроса:

– Какое место занимает здоровьесберегающая деятельность в образовательных учреждениях на данном этапе?

– В каком направлении необходимо двигаться для достижения намеченных целей?

– Как возможно достичь намеченные цели?

В процессе планирования вырабатываются общие указания по направлению усилий и решений, которые обеспечат единство цели для всех участников педагогического процесса.

Организовать — значит создать определённую структуру. Чтобы организация здоровьесберегающей деятельности могла достичь своей цели, необходимо преобразовать в структуру множество элементов, в том числе конкретные задачи организации.

Основным направлением здоровьесберегающей деятельности в образовательных учреждениях, на наш взгляд, будет совершенствование физкультурно-оздоровительной работы с помощью комплексной программы.

Поскольку любую работу в организации выполняют люди, другим важным аспектом функции организации является определение, кто именно должен выполнять конкретные задачи в организации здоровьесберегающей деятельности, в том числе и управленческие.

Необходимо помнить, что самые лучшие план и структура организации физкультурно-оздоровительной работы будут бессмысленны, если кто-то из участников педагогического процесса не выполняет фактическую работу. Задача *функции мотивации* именно в том, чтобы весь коллектив, участвующий в здоровьесберегающей деятельности ОУ, выполняли свои обязанности в соответствии с имеющимся планом. Сегодня многие знают, что для эффективной мотивации работников необходимо определить их истинные потребности и обеспечить их возможностью удовлетворять эти потребности благодаря хорошей работе.

Функция контроля состоит в процессе обеспечения фактического достижения организацией намеченных целей. Различают три аспекта управленческого контроля здоровьесберегающей деятельности:

1. Установление стандартов: точное определение целей, которые должны быть достигнуты в определённый период. Эта деятельность базируется на учебно-тематических планах, разработанных в процессе планирования.

2. Оценка результатов, фактически достигнутых за указанный период, и сравнение этих показателей с ожидаемыми.

3. Принятие мер, необходимых для исправления серьёзных отклонений от первоначального плана (рис. 3).

Содержание технологического блока программы

В технологический блок программы физкультурно-оздоровительной работы в общеобразовательном учреждении входит основное содержание и направление деятельности.

Организация физкультурно-спортивной деятельности:

Содержание программного материала физкультурно-спортивной деятельности состоит из двух основных частей: базовой и вариативной. Освоение базовых основ физической культуры, по мнению В. И. Ляха, объективно необходимо и обязательно для каждого ученика. Базовый компонент составляет основу общегосударственного стандарта общеобразовательной подготовки в сфере физической культуры и не зависит от региональных, национальных и индивидуальных особенностей ученика. Вариативная часть физической культуры связана с углублённым изучением одного из видов спорта (рис. 4).

Комплексная программа имеет три раздела, которые описывают содержание основных форм физической культуры в 1–4, 5–9-х и 10–11-х классах, составляющих целостную систему физического воспитания в общеобразовательной школе (см., напр., табл. 1).

Базовая часть содержания программного материала:

Спортивные (подвижные) игры. Игры в школе являются незаменимым средством решения комплекса взаимосвязанных задач воспитания личности школьника, развития его разнообразных двигательных способностей и совершенствования умений. В этом возрасте они направлены на развитие творчества, воображения, внимания, воспитание инициативности, самостоятельности действий. Достижение этих задач в большей мере зависит от умелой организации и соблюдения методических требований к проведению игр, нежели к их собственному содержанию.

Многообразие двигательных действий, входящих в состав подвижных игр, оказывает комплексное воздействие на совершенствование координационных и кондиционных способностей.

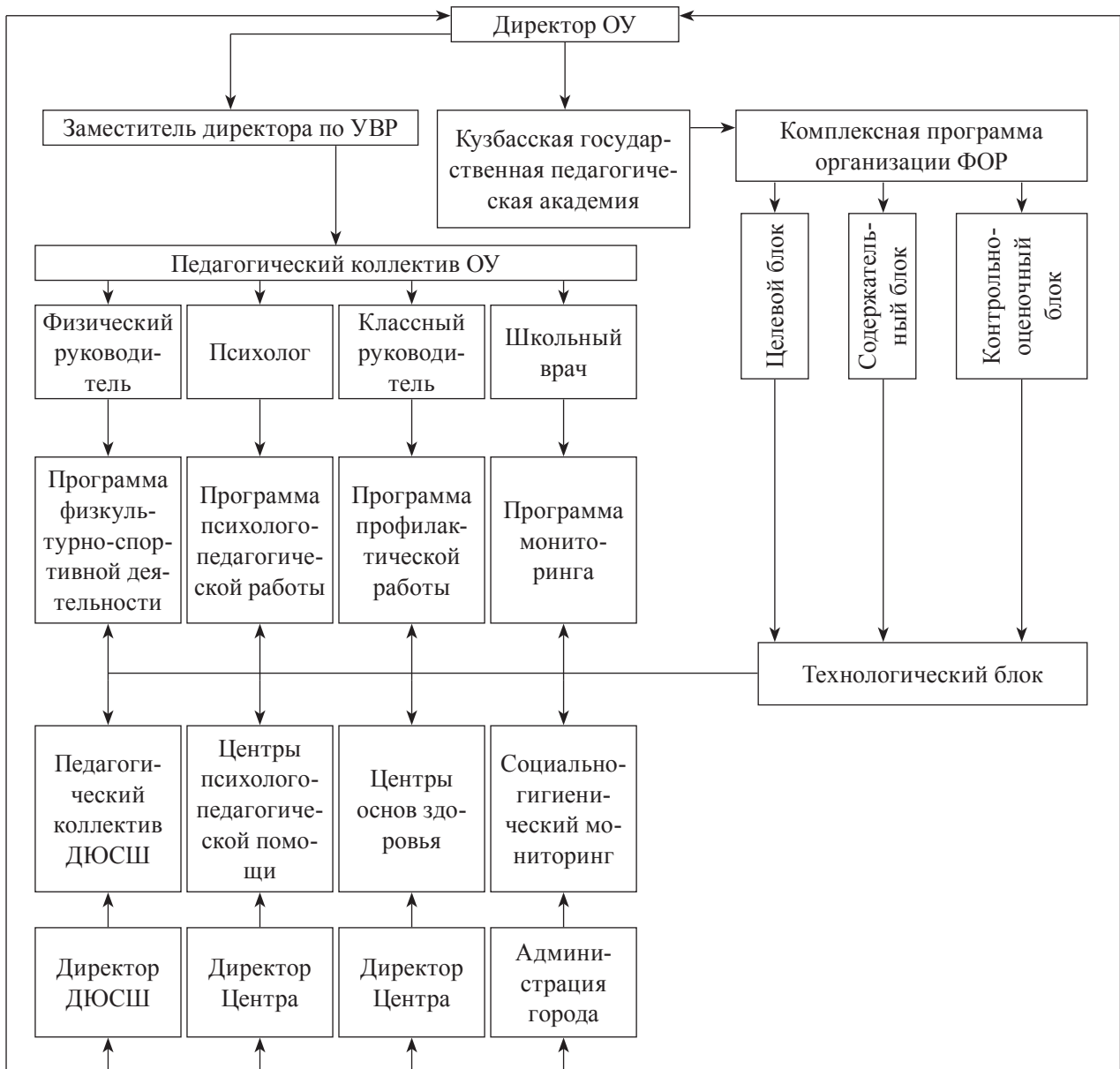


Рис. 3. Модель управления программой

В этом возрасте закладываются основы игровой деятельности, направленные на совершенствование прежде всего естественных движений (ходьба, бег, прыжки, метания), элементарных игровых умений (ловля мяча, передачи, броски) и технико-тактических взаимодействий, необходимых при дальнейшем овладении спортивными играми в средних и старших классах.

В результате обучения ученики должны познакомиться со многими играми, что позволит воспитывать у них интерес к игровой деятельности, умение самостоятельно подбирать и проводить их с товарищами в свободное время.

Гимнастика с элементами акробатики. Гимнастические упражнения являются одной из основных частей содержания уроков

ФК. В программный материал входят различные виды построений и перестроений, общеразвивающие упражнения без предметов и с разнообразными предметами, упражнения в лазанье и перелезании, в равновесии, несложные акробатические и танцевальные упражнения, упражнения на гимнастических снарядах.

Большое значение имеют общеразвивающие упражнения без предметов. С их помощью можно решать самые разнообразные задачи, и прежде всего образовательные. Выполняя эти упражнения по заданию учителя, а затем самостоятельно, учащиеся получают представления о разнообразном мире движений. Количество общеразвивающих упражнений фактически безгранично. При их выборе для каждого урока следует идти

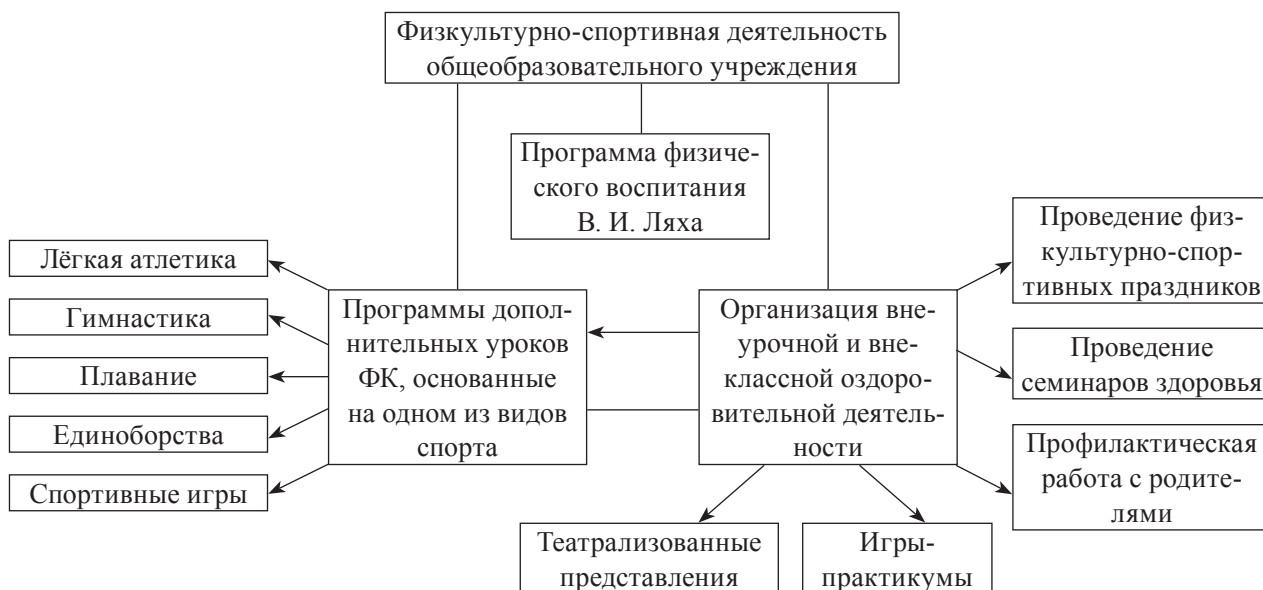


Рис. 4. Содержание программного материала физкультурно-спортивной деятельности

Таблица 1

Примерное распределение программного материала физкультурно-спортивной работы при трёхразовых занятиях в неделю

№ п/п	Вид программного материала	Количество уроков ФК			
		Класс			
		1-й	2-й	3-й	4-й
1	Базовая часть	78	78	78	78
1.1	Основы знаний о физической культуре	В процессе урока			
1.2	Спортивные (подвижные) игры	18	18	18	18
1.3	Гимнастика с элементами акробатики	18	18	18	18
1.4	Легкоатлетические упражнения	21	21	21	21
1.5	Плавание	18	18	18	18
2	Вариативная часть	24	24	24	24
2.1	Дополнительные уроки ФК с углублённым изучением одного из видов спорта	24	24	24	24
3	Организация внеурочной и внеклассной оздоровительной деятельности	45	45	45	45
3.1	Проведение физкультурно-спортивных праздников	9	9	9	9
3.2	Проведение семинаров здоровья	9	9	9	9
3.3	Профилактическая работа с родителями	9	9	9	9
3.4	Игры-практикумы	9	9	9	9
3.5	Театрализованные представления	9	9	9	9

от более простых к более сложным в своём освоении. В урок следует включать от 3–4 до 7–8 таких упражнений. Затрачивая на каждом занятии примерно 3–6 мин на общеразвивающие упражнения

без предметов, уже через несколько месяцев регулярных занятий можно значительно улучшить у учащихся начальной школы кинестезические восприятия и представления о скорости, ритме,

темпе, амплитуде и степени мышечных усилий. Учитель должен постоянно уделять внимание правильному (т. е. адекватному и точному), а также своевременному (например, под счёт или музыку) выполнению общеразвивающих упражнений. В каждый урок следует включать новые общеразвивающие упражнения или их варианты, так как многократное повторение одних и тех же упражнений не даст нужного эффекта, будет неинтересно ученикам.

Большое значение в физическом развитии младших школьников имеют также акробатические и танцевальные упражнения. Это связано с их разнообразием, высокой эмоциональностью, возможностью разносторонне влиять на организм, минимальной потребностью в специальном оборудовании.

Выполняя программный материал по построению и перестроению, желательно чаще проводить их в игровой форме. Особое значение следует придавать сохранению правильной осанки, точности исходных и конечных положений, движений тела и конечностей.

Легкоатлетические упражнения. Бег, прыжки и метания, будучи естественными видами движений, занимают одно из главных мест в физическом воспитании школьников. Применяя эти упражнения, учитель решает две задачи. Во-первых, он содействует освоению основ рациональной техники движений, необходимой в средних и старших классах. Во-вторых, обогащает двигательный опыт ребёнка, используя для этого всевозможные варианты упражнений и меняя условия их проведения. В результате освоения данного раздела программы ученики приобретают основы умений бега на короткие и длинные дистанции, прыжков в длину и в высоту с места и с разбега, метаний в цель и на дальность.

Бег, прыжки и метания отличаются большой вариативностью выполнения и применения в различных условиях, поэтому они оказывают существенное воздействие на развитие прежде всего координационных способностей.

Одновременно велико их воздействие на развитие кондиционных способностей (скоростных, скоростно-силовых, выносливости). Следует учесть, что одно и то же упражнение можно использовать как для обучения двигательному умению, так и для развития координационных и кондиционных способностей. Их преимущественное воздействие в этом возрасте на умения или спо-

собности определяется только методической направленностью.

Легкоатлетические упражнения рекомендуется проводить преимущественно в игровой и соревновательной форме, что доставляет детям радость и удовольствие, а также позволит овладеть простейшими формами соревнований и правилами.

Всё это в совокупности будет содействовать формированию морально-волевых качеств личности ребёнка, таких как дисциплинированность, уверенность, выдержка, честность, а также чувства товарищества и коллективизма.

Легкоатлетические упражнения рекомендуется проводить преимущественно на открытом воздухе, благодаря чему достигается выраженный оздоровительный эффект.

П л а в а н и е. Овладение навыком плавания жизненно необходимо для каждого учащегося. За время занятий школьники должны овладеть основами плавания в глубокой воде: научиться нырять, проплывать под водой с закрытыми глазами, правильно дышать и плавать различными способами плавания (кроль на груди, кроль на спине, брасс). Плавание предъявляет высокие требования к координационным способностям занимающегося, равновесию, ориентированию в пространстве, дифференцированию временных, пространственных и силовых параметров движений. Систематические занятия плаванием содействуют также развитию выносливости, нормальному физическому развитию, улучшению деятельности сердечно-сосудистой и дыхательной систем. Оно является одним из важнейших средств закаливания.

Вариативная часть содержания программного материала

В качестве инновации вариативной части использовали содержание третьего урока ФК. Для этого в школьное расписание был введён третий урок физкультуры, в содержание которого были включены подвижные игры с элементами различных видов спорта (плавание, спортивные игры, гимнастика, единоборства, лёгкая атлетика). В структуру урока физкультуры, а именно в его подготовительную часть, были включены элементы психотренинга по развитию личностных качеств детей — целеустремлённости, взаимовыручки, самообладания и др. (рис. 5, табл. 2). Это позволило увеличить интерес обучающихся к занятиям физиче-



Рис. 5. Структура дополнительных уроков по физической культуре

Таблица 2

Содержание дополнительных уроков ФК

Структура урока	Упражнения
Единоборства	
<i>Подготовительная часть:</i> ОРУ в беге	1. Бег в колонне по одному; 2. Бег «ёлочкой» правым, левым боком; 3. Бег приставными прыжками правым, левым боком; 4. Бег с высоким подниманием бедра; 5. Бег с захлестыванием голени; 6. Бег на прямых ногах
<i>Основная часть:</i> Упражнения, направленные на изучение отдельных элементов единоборств	1. Борьба «пуш-пуш»; 2. Чехарда; 3. Пятнашки в плечо; 4. Отработка нырков и уклонов в парах; 5. Сайстеп; 6. Петушиные бои; 7. Разножка 8. 9-й этаж; 9. Куба
Подвижные игры, направленные на развитие силовых способностей организма	Игры, направленные на умение передвигаться в боевой стойке; развитие атакующих действий; контратакующих действий; чувства дистанции
<i>Заключительная часть</i>	Упражнения, направленные на восстановление организма
Гимнастика	
<i>Подготовительная часть:</i> серия строевых и беговых упражнений	1. Построение в шеренгу, в колонну; 2. Повороты на месте, в движении; 3. Строевой шаг, походный шаг; 4. Ходьба на носках, на пятках, приставными прыжками, в полуприседе и приседе, выпадами
<i>Основная часть:</i> Серия ОРУ, игры и эстафеты	ОРУ для мышц рук и плечевого пояса; шеи; ног; туловища и всего тела; ОРУ в парах
Прикладные упражнения	Упражнения в равновесии; перелазании и преодолении препятствий; метании и ловле мяча; переползании
Акробатические упражнения	1. Группировка; 2. Перекаты; 3. Кувырки
Подвижные игры	Игры, направленные на развитие ловкости, координационных способностей; подвижности и эластичности суставов. Эстафеты, направленные на развитие силы различных мышечных групп
<i>Заключительная часть</i>	Упражнения, направленные на восстановление организма

Окончание табл. 2

Структура урока	Упражнения
Лёгкая атлетика	
<i>Подготовительная часть:</i> Серия беговых упражнений	1. Бег в колонне по одному; 2. Бег с высоким подниманием бедра; 3. Бег с захлестыванием голени; 4. Семенящий бег; 5. Бег на прямых ногах; 6. Бег с ускорением по узкому коридору; 7. Бег с прыжками на каждый третий шаг; 8. Бег в колонне по одному с изменением темпа
Прыжки	1. В длину с места; 2. В высоту; 3. На двух и одной ногах; 4. С высоты; 5. В длину с разбега
Метания	1. Метание мяча в цель; 2. Метание набивного мяча из-за головы
<i>Основная часть:</i> Игры и эстафеты, направленные на развитие скоростных возможностей	1. Игры и эстафеты, направленные на развитие скоростных качеств взрывного характера 2. Игры, направленные на развитие скоростно-силовых качеств 3. Эстафеты с использованием эстафетной палочки 4. Игры и эстафеты, направленные на точность броска 5. Игры и эстафеты, направленные на развитие выносливости
<i>Заключительная часть</i>	Упражнения, направленные на восстановление организма
Спортивные игры	
<i>Подготовительная часть:</i> серия беговых упражнений	1. Бег в колонне по одному; 2. Бег с захлестыванием голени; 3. Бег с высоким подниманием бедра; 4. Семенящий бег; 5. Бег с прыжками на третий шаг
<i>Основная часть:</i> игры и эстафеты, направленные на развитие командного чувства	Игры, направленные на развитие командного чувства; игрового мышления; точности приёма и передачи мяча; точности броска; ловкости и внимания
<i>Заключительная часть</i>	Упражнения, направленные на восстановление организма; игры, направленные на развитие внимания
Плавание	
<i>Подготовительная часть:</i> общеподготовительные упражнения	Для мышц плечевого пояса; разгибателей туловища; разгибателей ног; упражнения общего воздействия; для развития быстроты движений при выполнении стартов; для развития подвижности суставов
<i>Основная часть:</i> Упражнения для разучивания спортивных способов плавания, игры и эстафеты, способствующие закреплению необходимых навыков	Упражнения для разучивания спортивных способов плавания (кроль на груди, кроль на спине, брасс, дельфин); упражнения для разучивания движений ногами и дыхания; руками и дыхания; для разучивания общей согласованности движений
Подвижные игры	Игры, способствующие развитию умения продвигаться в воде Игры, направленные на совершенствование отдельных элементов техники спортивного плавания Игры и эстафеты, способствующие закреплению необходимых навыков
<i>Заключительная часть</i>	Игры, направленные на восстановление организма

ской культурой и повысить уровень их двигательной активности.

Организация внеурочной и внеклассной оздоровительной деятельности

Ежегодно проводится большое количество разнообразных внеклассных и внеурочных меропр-

ятий, направленных на пропаганду здорового образа жизни,— театрализованные представления «О вредных и полезных привычках», «Мы против...», индивидуально-командные конкурсы «Мама, папа, я — спортивная семья», «А ну-ка, парни!», просветительские семинары для детей

и их родителей по профилактике алкогольной и наркотической зависимости, лекции «Беседы с участковым инспектором о...» и т. д. Одной из форм физкультурно-оздоровительной работы, направленной на повышение мотивации к занятиям физкультурой и спортом, были встречи с выдающимися спортсменами Кемеровской области, победителем первенства Европы по боксу Михаилом Алояном, победителем первенства мира по самбо Денисом Черенцовым, членом олимпийской сборной России Романом Константиновым и др.

Организация психолого-педагогической работы

Психолого-педагогическая работа в общеобразовательных учреждениях ведётся в следующих направлениях:

- определение эмоционального профиля школьника;
- определение личностных качеств;
- развитие личностных качеств (рис. 6).

Организация психолого-педагогической работы позволяет определять и развивать личностные качества каждого школьника, способствует гармоническому развитию не только физических, но и психических качеств ребёнка.

Организация профилактической работы

Проблема организации профилактической работы в образовательных учреждениях является одной из наиболее актуальных. Основной вопрос состоит в повышении устойчивости организма к неблагоприятным условиям среды, сохранении и укреплении здоровья детского организма. Массовые нарушения физического и функционального состояния здоровья детей напрямую связаны с недостаточным вниманием взрослых участников воспитательного процесса. Грамотная систематизация профилактической работы способна повысить устойчивость расту-

щего организма к физическим и эмоциональным нагрузкам, поддержать жизненный тонус, улучшить способности к адаптации.

Организация физкультурно-оздоровительной работы в ГАОУ ДОД «Детский оздоровительно-образовательный центр “Сибирская сказка”»

Основная цель деятельности детского оздоровительно-образовательного центра «Сибирская сказка» заключается в организации оздоровительного досуга, реализации потребности в физическом, духовном и творческом развитии детей с учётом их возраста, пола, состояния здоровья и физической подготовки. Совместными усилиями КузГПА и ГАОУ ДОД ДООЦ «Сибирская сказка» была разработана и внедрена комплексная программа организации физкультурно-оздоровительной работы, результативность которой контролировалась ведущими специалистами кафедры теоретических и психолого-физиологических основ физической культуры КузГПА.

Целевой блок программы

Цель комплексной программы: организовать физкультурно-оздоровительную работу в системе здоровьесберегающей деятельности детского оздоровительно-образовательного центра.

Задачи программы:

- 1) воспитательные:
 - воспитывать потребность в ежедневной двигательной активности;
 - повысить мотивацию на занятия физической культурой и спортом;
- 2) образовательные:
 - формировать теоретические и эмпирические знания о здоровом образе жизни;
 - ознакомить с разнообразием спортивных дисциплин;
- 3) оздоровительные:



Рис. 6. Психолого-педагогическая работа в общеобразовательных учреждениях

- повысить уровень функционального состояния учащихся;

- улучшить уровень физического состояния школьников;

4) развивающие:

- способствовать увеличению общей двигательной активности;

- способствовать гармоническому развитию физических качеств (быстрота, сила, выносливость, ловкость, гибкость).

Содержательный блок программы

Средства организации программы

- физические упражнения, направленные на развитие физических качеств (естественные движения, видоизменённые движения, абстрактные);

- физические упражнения, способствующие профилактике нарушения осанки, зрения, обмена веществ, профилактике плоскостопия;

- виды спорта и спортивных дисциплин (волейбол, бокс, борьба, пионербол, баскетбол, футбол, стрельба из пневматической винтовки, лёгкая атлетика, единоборства, подвижные игры, плавание, гимнастика и т. д.);

- оздоровительные силы природы (вода и воздух определённой температуры, солнце, обливание и закаливание);

- гигиенические факторы (мероприятия личной и общественной гигиены, зарядка, режим).

Формы организации программы

- учебная работа;

- внеурочные и внеклассные формы работы (секции, спартакиады, праздники, слёты, туристические походы, игры на местности);

- пропаганда здорового образа жизни среди учащихся и родителей в средствах массовой информации (лагерная газета, радио «Сказка FM»).

Методы организации программы:

- словесные (рассказ, описание, объяснение, разбор, задание и т. д.);

- наглядные (показ, демонстрация рисунков, схем, кинофильмов и т. д.);

- практические (строго или частично регламентированные упражнения);

- игровые;

- соревновательные;

- метод группового влияния;

- метод самокритики;

- эйдети́ческие методы.

Контрольно-оценочный блок программы

В содержание контрольно-оценочного блока входит программа мониторинга здоровья и адаптации детей, подростков, учащейся молодёжи.

Мониторинг проводится не чаще двух раз в течение лагерной смены. В нашей программе представлена система медико-физиологических мероприятий по наблюдению, измерению, анализу, оценке и прогнозу состояния здоровья субъектов образовательного процесса, элементы которой являются достаточно дешёвыми и апробированными в различных регионах России.

Программа мониторинга осуществляется в следующих направлениях:

- определение группы здоровья;

- определение физкультурной группы;

- определение уровня функционального состояния ребёнка;

- определение уровня физической подготовленности.

Результаты проводимого мониторинга отражают динамику индивидуального физического развития детей, темпы роста двигательных качеств. Данные экспресс-тестирования, так же как и в общеобразовательных учреждениях, заносятся в индивидуальную карту ребёнка, с помощью которой можно отследить изменение результатов.

Содержание технологического блока программы

В технологический блок программы физкультурно-оздоровительной работы в общеобразовательном учреждении входит основное содержание и направление деятельности.

Физкультурно-оздоровительная работа, проводимая в ДОД ДООЦ «Сибирская сказка» во время летнего сезона 2013 г., предполагала физкультурно-спортивные и оздоровительные мероприятия с обязательным учётом особенностей режима дня, возраста и пола ребёнка, а также его физической подготовленности. Так, исследование уровня физической подготовленности (бег 1 000 м, комплексно-силовое упражнение, бег 30 м, метание дротиков, подтягивание, прыжок в длину с места) проводилось два раза в смену каждого сезона для установления эффективности воздействия спортивно-массовых мероприятий на организм детей. Исследование функционального состояния (рост, вес, САД, ДАД, ЧСС) проводилось два раза в смену для выявления индекса физического состояния детей. Такие оздоровительные процедуры, как массаж, ЛФК, витаминизация, йодопрофилактика, закаливание, проводились ежедневно в каждом сезоне для укрепления здоровья детского организма, профилактики простудных заболеваний, нарушения осанки. Занятия в спортивных секциях (волейбол, бокс, борьба, пионербол,

баскетбол, футбол, стрельба из пневматической винтовки) проводились в каждом сезоне и носили обучающий характер.

Задачей туристических походов и индивидуально-командных конкурсов было выявление наиболее сплочённого коллектива, а также само-го подготовительного и эрудированного ребёнка.

Наибольший интерес у ребят на протяжении всех сезонов вызывали занятия в спортивных секциях, основной целью которых являлась мотивация детей на занятия физической культурой и спортом, а также знакомство с многообразием видов спорта. Помимо спортивных секций особый интерес вызывали индивидуально-командные конкурсы, поскольку весь лагерь принимал в них участие. Наименьший интерес у детей каждого сезона вызывала утренняя зарядка, что связано с нежеланием детей просыпаться в ранние часы. Однако проведённые исследования уровня физической подготовленности показали результаты эффективности внедрения модели в структуру лагерной жизни.

Критерии оценивания результатов

Эффективность физкультурно-оздоровительной работы оценивается по критериям: ценностному ($K_{цен}$), целевому ($K_{цел}$), организационно-деятельностному ($K_{од}$), здоровьесберегающему ($K_{зд}$).

Оценка осуществляется следующим образом. Проводят опрос педагогов по физической культуре, 100 обучающихся и их родителей путём заполнения анкет и рассчитывают оценку ценностного критерия $K_{цен}$ по формуле

$$K_{цен} = MA_{пед} + MA_{об} + MA_{род},$$

где $K_{цен}$ — оценка ценностного критерия, балл;

$MA_{пед}$ — оценка педагогами по физической культуре организации физкультурно-оздоровительной деятельности в учреждении; равна среднему арифметическому значению анкет, заполненных педагогами по физической культуре учреждения, участвующих в опросе, балл;

$MA_{об}$ — оценка обучающимися организации физкультурно-оздоровительной деятельности в учреждении; равна среднему арифметическому значению анкет, заполненных обучающимися, участвующими в опросе, балл;

$MA_{род}$ — оценка родителями обучающихся организации физкультурно-оздоровительной деятельности в учреждении; равна среднему арифметическому значению анкет, заполненных 100

родителями обучающихся, участвующих в опросе: из которых 30 % составляют родители обучающихся начального звена, 30 % — родители обучающихся среднего звена и 40 % — родители обучающихся старшего звена, балл.

Проводят опрос представители администрации и медицинский работник учреждения путём заполнения анкет и рассчитывают оценку целевого критерия $K_{цел}$ по формуле

$$K_{цел} = HMC + MTO + MЗД,$$

где $K_{цел}$ — оценка целевого критерия, балл;

HMC — оценка представителем администрации учреждения научно-методического сопровождения физкультурно-оздоровительной деятельности; равна сумме баллов анкеты, балл;

MTO — оценка представителем администрации учреждения материально-технического обеспечения физкультурно-оздоровительной деятельности; равна сумме баллов анкеты, балл;

$MЗД$ — оценка медицинским работником учреждения мониторинга состояния здоровья и физического развития обучающихся; равна сумме баллов анкеты, балл.

Проводят опрос педагогов и медицинского работника учреждения и находят организационно-деятельностный критерий $K_{од}$ по формуле

$$K_{од} = ФСД + ПР + СДО,$$

где $K_{од}$ — организационно-деятельностный критерий, балл;

$ФСД$ — оценка педагогами по физической культуре уровня организации физкультурно-спортивной деятельности; равна среднему арифметическому значению анкет, заполненных педагогами по физической культуре учреждения, участвующими в опросе, балл;

$ПР$ — оценка медицинским работником уровня организации профилактической работы; равна сумме баллов анкеты, балл;

$СДО$ — оценка педагогами по физической культуре уровня спортивных достижений обучающихся, равна среднему арифметическому значению анкет, заполненных педагогами по физической культуре учреждения, участвующими в опросе, балл.

Проводят наблюдение за 100 обучающимися и их опрос, оценивают личностные качества обучающихся и находят здоровьесберегающий критерий ($K_{зд}$) по формуле

$$K_{зд} = П_к + Ф_к + С_к,$$

где $K_{зд}$ — здоровьесберегающий критерий, балл;

Π_k — психологический компонент, балл;

Φ_k — физиологический компонент, балл;

C_k — соматический компонент, балл.

Рассчитывают Π_k по формуле

$$\Pi_k = MK + MA + MM,$$

где Π_k — психологический компонент, балл;

МК — оценка личностных качеств обучающихся; равна среднему арифметическому значению тестов, заполненных обучающимися, участвующими в опросе по методике Р. Б. Кеттела, при этом, МК высокая при 88–110, средняя — при 44–77, низкая — при 11–33 у. е.;

МА — оценка эмоционального профиля обучающихся; определяется психологом образовательного учреждения по шкале оценки адаптации; равна среднему арифметическому значению результатов оценки обучающихся, при этом, МА ≥ 50 и — течение адаптации благоприятное, МА = 49(+10) — функциональное напряжение, МА менее (+10) — перенапряжение и снижение адаптационных возможностей, у. е.;

ММ — оценка обучающимися мотивации к занятиям физической культурой и спортом в учреждении; равна среднему арифметическому значению анкет, заполненных обучающимися, участвующими в опросе, ММ = 120–150 у. е. — уровень мотивации ведущий; 75–105 у. е. — уровень мотивации средне выраженный, менее 75 у. е. — уровень мотивации малозначимый.

Устанавливают психологический компонент (Π_k) при сумме оценок 258–310 у. е. — 10 баллов, при 109–201 у. е. — 5 баллов, менее 109 у. е. — 1 балл.

Рассчитывают Φ_k по формуле

$$\Phi_k = ИФС + ПШ + ПМ,$$

где Φ_k — физиологический компонент, балл. Проводят определение массы тела, роста 100 обучающихся, определяют гемодинамические показатели сердечно-сосудистой системы: измеряют артериальное давление в покое, подсчитывают частоту сердечных сокращений (ЧСС), проводят спирометрию и динамометрию, обследуемые делают 20 приседаний за 30 с, и у них определяют время восстановления пульса.

Определяют уровень здоровья 100 обучающихся по экспресс-оценкам по Г. Л. Апанасенко, находят ИФС — интегральный коэффициент функционального состояния обучающихся — среднее арифметическое значение экспресс-оценок обучающихся, участвующих в обследовании. ИФС

4–6 — уровень функционального состояния обучающихся — хороший, 3–3,9 — удовлетворительный, менее 2,9 — плохой, у. е.

Проводят обследование 100 обучающихся, выполняющих задержку дыхания на вдохе, при подсчёте частоты пульса по пробе Штанге, сравнивают их со средневозрастными значениями для оценки общего уровня тренированности обучающихся и кардиореспираторного резерва, находят:

ПШ — оценку уровня тренированности обучающихся как среднее арифметическое значение полученных результатов; ПШ ≥ 50 у. е. — хорошая оценка; 40–49 у. е. — удовлетворительная, ≤ 39 у. е. — плохая.

Проводят обследование 100 обучающихся с выполнением степ-теста по пробе Мастера, находят индекс напряжения, оценивают результат, находят:

ПМ — оценку резервных возможностей организма как среднее арифметическое значение полученных результатов; ПМ ≥ 80 у. е. — хорошая оценка, 65–79 у. е. — удовлетворительная, ≤ 64 у. е. — плохая.

Устанавливают физиологический компонент (Φ_k): при ≥ 134 у. е. — 10 баллов, 133–108 у. е. — 5 баллов, менее 107 у. е. — 1 балл.

Рассчитывают соматический компонент по формуле

$$C_k = ОУФК + \Gamma_3 + \Gamma_{мед}$$

где C_k — соматический компонент, балл.

Обучающимся (100 человекам) назначают тестовые задания (сгибание и разгибание рук в упоре лёжа, тестирование силы, поднятие туловища, тестирование скоростных и скоростно-силовых качеств, выносливости, челночный бег); затем выполняют расчёт физической подготовленности по формулам, сравнивают их с нормативами и по таблице находят ОУФК — оценку уровня физической кондиции обучающихся как процентное отношение обучающихся с хорошим уровнем физической кондиции от (–0,2) до 0,61 и выше к обучающимся, участвующим в тестировании, ОУФК при более 75 % — хорошая, 50–75 % — удовлетворительная, менее 50 % — плохая, принимают 1 % за 1 у. е.

Проводят тестирование по тесту-опроснику и определяют группу здоровья обучающихся:

Γ_3 — оценка распределения обучающихся на группы здоровья; означает общее число обучающихся I и II групп здоровья среди 100 обучающихся, участвующих в тестировании; рассчитывают их процентное соотношение. $\Gamma_3 > 75$ % —

хорошо, 50–75 % — удовлетворительно, <50 % — плохая, принимают 1 % за 1 у. е.;

$\Gamma_{\text{мед}}$ — оценка распределения обучающихся по физкультурным группам; определяется как общее число обучающихся основной физкультурной группы среди 100 обучающихся, участвующих в тестировании. Рассчитывают их процентное соотношение. $\Gamma_{\text{мед}} > 75\%$ — хорошо, 50–75 % — удовлетворительно, <50 % — плохая, принимают 1 % за 1 у. е.

Устанавливают соматический компонент ($C_{\text{к}}$) при 225–300 у. е.— 10 баллов, 150–224 у. е.— 5 баллов, менее 150 у. е.— 1 балл.

Рассчитывают интегральный коэффициент физкультурно-оздоровительной деятельности (I) (см. формулу выше).

При $I = 0$ уровень организации физкультурно-оздоровительной деятельности в образовательном учреждении считают оптимальным, при –12–1 балл или 1–12 баллов — допустимым, при <–12 или >12 баллов — недопустимым.

Оценка проводится одними и теми же обучающимися в количестве 100 человек, из которых 30 % составляют обучающиеся начального звена, 30 % — среднего звена, 40 % — старшего звена образовательного учреждения.

Список литературы

1. Артемьев, А. А. Организация психолого-педагогического сопровождения физкультурно-оздоровительной работы в структуре здоровьесберегающей деятельности общеобразовательных учреждений / А. А. Артемьев // Образование и культура в развитии современного общества : материалы Междунар. науч.-практ. конф. Ч. II. Новосибирск : БАК, 2009. С. 498–501.
2. Артемьев, А. А. Организационно-педагогические условия физкультурно-оздоровительной работы в структуре здоровьесберегающей деятельности общеобразовательных учреждений / А. А. Артемьев // Современные педагогические и информационные технологии в физической культуре и спорте : материалы XIII Всерос. науч.-практ. конф. Томск : ТГПУ, 2010. С. 176–181.
3. Елисеев, Е. В. Архитектоника и системогенез помехоустойчивости организма спортсмена : монография / Е. В. Елисеев. Челябинск : Экодом, 2002. 256 с.
4. Иванов, В. Д. Психофизиологические свойства личности и двигательная активность студентов первого курса / В. Д. Иванов, Е. Г. Кокорева // Вестн. Челяб. гос. ун-та. 2014. № 13 (342). Образование и здравоохранение. Вып. 4. С. 60–68.
5. Кокорева, Е. Г. Гетерохронизм развития психофизиологических функций у детей с сенсорными нарушениями : автореф. дис. ... д-ра биол. наук / Е. Г. Кокорева. Челябинск : ЧГПУ, 2010. 28 с.

Сведения об авторе

Артемьев Антон Александрович — кандидат педагогических наук, доцент кафедры теоретических и психолого-физиологических основ физической культуры Новокузнецкого института — филиала Кемеровского государственного университета, Новокузнецк, Россия. a.a.artemiev@mail.ru

*Bulletin of Chelyabinsk State University.
Education and Healthcare. 2014. № 1. P. 9–30.*

ORGANIZATION OF SPORTS AND RECREATION ACTIVITIES IN THE STRUCTURE OF HEALTH CARE ACTIVITIES OF EDUCATIONAL INSTITUTIONS

A. A. Artemiev

*Candidate of Pedagogy, Assistant Professor of Theoretical and Psycho-physiological Foundations of Physical Education
Theoretical and Psycho-physiological Bases of Physical Culture Novokuznetsk Institute,
a Branch of Kemerovo State University, Novokuznetsk, Russia. a.a.artemiev@mail.ru*

The problem of the organization of preventive work in educational institutions is one of the most important. The main issue is to increase the body's resistance to adverse conditions of environment, conservation and health promotion of the child's body. Proper systematization of preventive work could improve the stability of a growing organism to physical and emotional stress, to maintain vitality, improve the ability to adapt.

Keywords: *school health activities of educational institutions, sports and physical training, motor activity of students.*

References

1. Artemjev, A. A. Organizaciya psikhologo-pedagogicheskogo soprovozhdeniya fizkulturno-ozdorovitel'noy raboty v strukture zdorovjesberegayutheyj deyatel'nosti obtheobrazovatel'nykh uchrezhdeniy [Organization of psychological-pedagogical support of sports and recreation activities in the structure of health care activities of educational institutions] / A. A. Artemjev // *Obrazovanie i kul'tura v razvitii sovremennogo obshchestva : materialy Mezhdunar. nauch.-prakt. konfer. Ch. II. Novosibirsk : BAK, 2009. S. 498–501.*
2. Artemjev, A. A. Organizacionno-pedagogicheskie usloviya fizkulturno-ozdorovitel'noy raboty v strukture zdorovjesberegayutheyj deyatel'nosti obtheobrazovatel'nykh uchrezhdeniy [Organizational-pedagogical conditions of sports and recreation activities in the structure of health care activities of educational institutions] / A. A. Artemjev // *Sovremennye pedagogicheskie i informacionnye tekhnologii v fizicheskoy kul'ture i sporte : materialy XIII Vseros. nauch.-prakt. konf. Tomsk : TGPU, 2010. S. 176–181.*
3. Eliseev, E. V. Arkhitektonika i sistemogenez pomekhoustoychivosti organizma sportsmena [Architectonics and systemogenesis noise immunity of an athlete] : monografiya / E. V. Eliseev. Chelyabinsk : Ehkodom, 2002. 256 s.
4. Ivanov, V. D. Psikhofiziologicheskie svoystva lichnosti i dvigatel'naya aktivnost' studentov pervogo kursa [Psychophysiological personality traits and locomotor activity first year students] / V. D. Ivanov, E. G. Kokoreva // *Vestn. Chelyab. gos. un-ta. 2014. № 13 (342). Obrazovanie i zdravookhranenie. Vihp. 4. S. 60–68.*
5. Kokoreva, E. G. Geterokhronizm razvitiya psikhofiziologicheskikh funktsiy u detey s sensornymi narusheniyami [Geterokhronizm of psychophysiological functions in children with sensory impairments] : avtoref. dis. ... d-ra biol. nauk / E. G. Kokoreva. Chelyabinsk : ChGPU, 2010. 28 s.

ЭКСПЕРИМЕНТАЛЬНЫЕ МАТЕРИАЛЫ (EXPERIMENTAL MATERIALS)

*Вестник Челябинского государственного университета.
Образование и здравоохранение. 2014. № 1. С. 31–34.*

УДК 796.8
ББК 75.7

РАСПРЕДЕЛЕНИЕ НАГРУЗОК У ЕДИНОБОРЦЕВ С УЧЁТОМ ОСОБЕННОСТЕЙ ИХ ПСИХОФИЗИОЛОГИЧЕСКОЙ АДАПТАЦИИ

Д. С. Абрамов

ФГБОУ ВПО «Челябинский государственный университет», Челябинск, Россия

Динамика ведущих параметров нагрузок у пауэрлифтеров 15–16 лет массовых спортивных разрядов в годичном макроцикле распределяется не равномерно. В соревновательном периоде (декабрь–март) с учётом особенностей психофизиологической адаптации у всех спортсменов отмечалось снижение суммарных значений объёмов нагрузок.

Ключевые слова: *пауэрлифтеры 15–16 лет, массовые спортивные разряды, соревновательный период, особенности психофизиологической адаптации.*

Современное понимание тренированности и совершенствования спортивного мастерства во многом связано с их системным изучением общих и частных медико-биологических закономерностей адаптации человека к экстремальным условиям среды и деятельности, к сложному и многостороннему процессу спортивной подготовки [1; 3–5]. Сочетаемость нагрузочных («ударных») и разгрузочных («восстановительных») микроциклов, отдельных тренировочных дней и занятий (комбинирование развивающих, поддерживающих и восстанавливающих тренировок) в последние годы является предметом исследования многих научных работ в области интегративной теории спорта [6]. В соревновательном периоде годичного цикла подготовки выявлены многие особенности динамики абсолютных объёмов задаваемых нагрузок у единоборцев [2; 4; 7]. Но проблемы распределения тренировочных нагрузок у пауэрлифтеров в специальной литературе фактически нами не обнаружены. Это актуализирует исследование фактической картины такого распределения с учётом особенностей психофизиологической адаптации спортсменов данной специализации в динамике суммарных значений объёмов их нагрузки за тренировочный год. Следовательно, распределение нагрузок у пауэрлифтеров 15–16 лет с учётом особенностей психофизиологической адаптации спортсменов актуально и своевременно.

Материалы и методы исследования. В работе на фоне изучения литературных источников про-

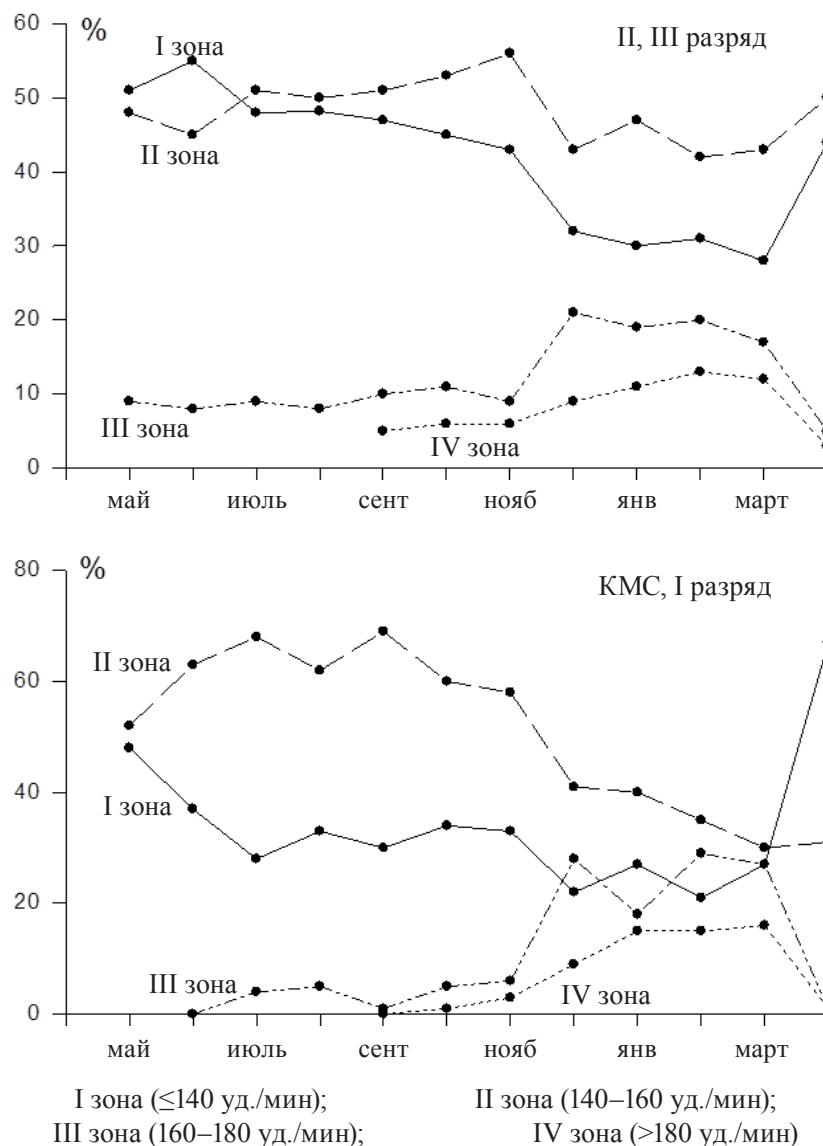
водились анализ и обобщение документальных материалов; физиологическое и психофизиологическое наблюдение. В течение первого года исследования в рамках годичного макроцикла был подвергнут сравнительному анализу комплекс психофизиологических модельных характеристик у более квалифицированных (КМС и перворазрядники) пауэрлифтеров (24 чел.) и у пауэрлифтеров (36 чел.), имеющих квалификацию II и III разрядов. Возраст всех обследуемых спортсменов составлял 15–16 лет. У этих групп спортсменов также фиксировались ведущие параметры задаваемых нагрузок, определяющие данные уровни физической подготовленности. Последнее позволило выявить критерии спортивного мастерства и факторы, их определяющие. Обработка результатов исследования проводилась на ПЭВМ с использованием стандартных программ параметрической и непараметрической статистики с использованием электронных таблиц Excel-5.0 и статистической программы Statistica for Windows v.6 (StatSoft, USA) с использованием общепринятых методов вариационной статистики.

Результаты исследования и их обсуждение. Фронтальный анализ относительных характеристик задаваемых нагрузок и анализ динамики ведущих параметров выполненных нагрузок по месячным циклам у единоборцев показал, что у КМС и перворазрядников наблюдалась большая вариативность в использовании нагрузок более высокой интенсивности (рисунок). У данной

группы спортсменов нагрузки I зоны занимали 28,4 % от общего объема тренировочных средств, нагрузки II зоны — 52,5 %, III зоны — 13,8 % и IV зоны — 5,3 %. У пауэрлифтеров II и III разряда аналогичные показатели находились в иных границах и составляли соответственно 38,8; 46,6; 10,2 и 4,4 %. В результате наблюдений было выявлено, что, например, для подготовительных периодов (май–ноябрь) характерны: в 1,3 раза больший объем циклической и в 1,5 раза — ациклической подготовки у КМС и перворазрядников. В то же время количество тренировочных дней и занятий было практически одинаково у спортсменов обеих групп. Это определяет значительно большую «дозу» отдельного тренировочного воздействия у квалифицированных атлетов как в циклических, так и в ациклических упражне-

ниях; волнообразность динамики показателей объема нагрузок с двумя «пиками» концентрации циклических и ациклических упражнений. Объем ациклических средств повышается в моменты снижения объема циклических нагрузок (май, октябрь), что свидетельствует о «разведении» во времени контрастного способа включения преимущественно циклических и ациклических упражнений.

При детальном рассмотрении годичного цикла подготовки пауэрлифтеров видна большая выраженность волнообразности динамики показателей объема тренировочных нагрузок у КМС и перворазрядников. У данной категории спортсменов минимальный и максимальный месячные объемы ациклических средств составили $15,4 \pm 1,7$ ч (ноябрь) и $27,5 \pm 3,3$ ч (май). У пауэр-



Динамика тренировочных нагрузок различной интенсивности у квалифицированных пауэрлифтеров в годичном цикле

лифтеров II разряда и III разряда данные значения составляли соответственно $16,7 \pm 2,7$ ч (май) и $9,2 \pm 2,7$ ч (ноябрь). Аналогичная картина наблюдалась в комплексировании наиболее нагруженных («ударных») и разгрузочных («восстановительных») микроциклов, отдельных тренировочных дней и занятий (сочетание развивающих, поддерживающих и восстанавливающих тренировок). В соревновательном периоде (декабрь–март) выявлены следующие особенности динамики абсолютных объёмов задаваемых нагрузок: у спортсменов обеих групп отмечалось снижение суммарных значений объёмов нагрузок. Вместе с тем незначительно менялись величины среднего объёма отдельной тренировки на протяжении данного периода.

Выводы. Динамика ведущих параметров выполненных нагрузок по месячным циклам у па-

уэрлифтеров 15–16 лет массовых спортивных разрядов в годичном макроцикле распределяется не равномерно. Для подготовительных периодов (май–ноябрь) характерны: в 1,3 раза больший объём циклической и в 1,5 раза — ациклической подготовки у КМС и перворазрядников. У КМС и перворазрядников минимальный и максимальный месячные объёмы ациклических средств составили $15,4 \pm 1,7$ ч (ноябрь) и $27,5 \pm 3,3$ ч (май). У пауэрлифтеров II и III разряда данные значения составляли соответственно $16,7 \pm 2,7$ ч (май) и $9,2 \pm 2,7$ ч (ноябрь). В соревновательном периоде (декабрь–март) выявлены следующие особенности динамики абсолютных объёмов задаваемых нагрузок: у спортсменов обеих групп отмечалось снижение суммарных значений объёмов нагрузок.

Список литературы

1. Байгужин, П. А. Особенности проявления нейродинамических процессов организма студенток в основе вариативности срочных реакций на ментальную нагрузку / П. А. Байгужин // Вестн. Урал. мед. акад. науки. 2009. № 2. С. 192–193.
2. Белоедов, А. В. Психофизиологический профиль подростков, ориентированных на занятия спортом / А. В. Белоедов, Р. Е. Рыжков, Г. Г. Худяков // Науч. обозрение. 2014. № 8. С. 154–156.
3. Быков, Е. В. Программы тренировочных режимов для студентов с различным уровнем функционального состояния / Е. В. Быков, Г. В. Усков, В. В. Белов // Теория и практика физ. культуры. 2003. № 6. С. 17–19.
4. Елисеев, Е. В. Факторы роста физической работоспособности единоборцев в динамике их физического развития и подготовленности / Е. В. Елисеев, М. В. Трегубова // Фундамент. исслед. 2014. № 1. С. 55–58.
5. Кокорева, Е. Г. Возрастные особенности реакции сердца на локальные и общие нагрузки у лиц с ранней депривацией / Е. Г. Кокорева, С. С. Тарасов // Фундамент. исслед. 2014. № 1. С. 64–66.
6. Платонов, В. Н. Система подготовки спортсменов в олимпийском спорте. Общая теория и её практические предложения : учеб. тренера высш. квалификации / В. Н. Платонов. М. : Совет. спорт, 2005. 820 с.
7. Трегубова, М. В. Динамика функциональной реактивности организма спортсменов в зависимости от характера, объёма и интенсивности тренировочных нагрузок / М. В. Трегубова, С. С. Тарасов // Фундамент. исслед. 2014. № 9. С. 2232–2235.

Сведения об авторе

Абрамов Дмитрий Сергеевич — преподаватель кафедры физического воспитания и спорта Челябинского государственного университета, Челябинск, Россия. salage@bk.ru

*Bulletin of Chelyabinsk State University.
Education and Healthcare. 2014. № 1. P. 31–34.*

THE DISTRIBUTION OF LOADS AMONG ATHLETES WITH CONSIDERATION OF THEIR PSYCHOPHYSIOLOGICAL ADAPTATION

D. S. Abramov

*Lecturer of the Department of Physical Education and Sport of the Chelyabinsk State University, Chelyabinsk, Russia
salage@bk.ru*

Dynamics of the major parameters of loads of powerlifters 15–16 years of mass sports categories in the annual macrocycle not distributed evenly. In the competitive period (December–March), taking into account characteristics of psychophysiological adaptation of all athletes there was a decrease in total volume of loads.

Keywords: *powerlifter 15–16 years, mass sports categories, competition, features of psychophysiological adaptation.*

References

1. Bayjguzhin, P. A. Osobennosti proyavleniya neyrodinamicheskikh processov organizma studentok v osnove variativnosti srochnnikh reakciy na mentaljnyyu nagruzku [Features displays neurodynamic processes of organism of students in the basis of the variability of the term reactions to mental stress] / P. A. Bayjguzhin // Vestnik Uraljskoy medicinskoy akademicheskoy nauki. 2009. № 2. S. 192–193.
2. Beloedov, A. V. Psikhofiziologicheskij profilj podrostkov, orientirovannih na zanyatiya sportom [Psychophysiological profile of adolescents, focused on sports] / A. V. Beloedov, R. E. Rihzhkov, G. G. Khudyakov // Nauchnoe obozrenie. 2014. № 8. C. 154–156.
3. Bihkov, E. V. Programmih trenirovochnnikh rezhimov dlya studentov s razlichnim urovnem funkcionlnogo sostoyaniya [Workout regimes for students with different levels of functional status] / E. V. Bihkov, G. V. Uskov, V. V. Belov // Teoriya i praktika fizicheskoy kuljturh. 2003. № 6. S. 17–19.
4. Eliseev, E. V. Faktorih rosta fizicheskoy rabotosposobnosti edinoborcev v dinamike ikh fizicheskogo razvitiya i podgotovlennosti [The growth factors of physical performance athletes in the dynamics of their physical development and preparedness] / E. V. Eliseev, M. V. Tregubova // Fundamentaljnihe issledovaniya. 2014. № 1. C. 55–58.
5. Kokoreva, E. G. Vozrastnihe osobennosti reakcii serdca na lokaljnihe i obthie nagruzki u lic s ranneyj deprivaciej [Age characteristics of the reaction of the heart on the local and total load in individuals with early deprivation] / E. G. Kokoreva, S. S. Tarasov // Fundamentaljnihe issledovaniya. 2014. № 1. C. 64–66.
6. Platonov, V. N. Sistema podgotovki sportsmenov v olimpijskom sporte. Obthaya teoriya i eyo prakticheskie predlozheniya [The system of preparation of sportsmen in Olympic sport. General theory and its practical suggestions] : uchebnik trenera vihssheyj kvalifikacii / V. N. Platonov. M. : Sovetskiyj sport, 2005. 820 s.
7. Tregubova, M. V. Dinamika funkcionaljnoy reaktivnosti organizma sportsmenov v zavisimosti ot kharktera, objhyoma i intensivnosti trenirovochnnikh nagruzok [Dynamics of functional reactivity of the organism of athletes, depending on the nature, volume and intensity of training loads] / M. V. Tregubova, S. S. Tarasov // Fundamentaljnihe issledovaniya. 2014, № 9. C. 2232–2235.

УДК 796.83
ББК 75.7

ИНДИВИДУАЛЬНЫЙ ПРОФИЛЬ ЗАЩИТНЫХ ДЕЙСТВИЙ В ЧЕТЫРЁХРАУНДОВОМ БОЮ БОКСЁРОВ ВЫСОКОЙ КВАЛИФИКАЦИИ

И. А. Бакиуттов, И. А. Потехин

ФГБОУ ВПО «Челябинский государственный университет», Челябинск, Россия

Показана динамика тактики защитных действий в структуре четырёхраундового боя боксёров высокой квалификации. Результаты исследования выявили, что значимость тактики защиты занимает промежуточное значение по сравнению с другими тактическими действиями. В структуре боя значимость защитных тактических действий имеет тенденцию к повышению от раунда к раунду.

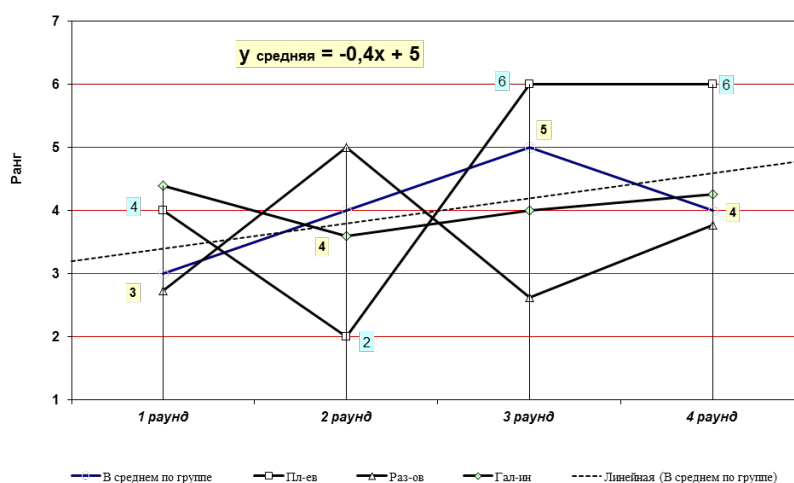
Ключевые слова: боксёры, тактика, раунд, защитные действия.

Защитные действия в боксе наряду с атакующими являются одними из значимых показателей технико-тактического мастерства и определяют в целом структуру технической подготовленности спортсменов [1; 3; 6; 8]. В работах по боксу неоднократно указывалось на то, что эффективность защиты является основой из основ спортивного мастерства [2; 4; 7; 9]. При этом следует отметить и тот факт, что значимость защитных тактических действий в структуре четырёхраундового боя до настоящего времени не изучалась. В связи с этим необходимы специальные исследования, направленные на изучение динамики защитных тактических действий в структуре боя в боксе.

Материалы и методы исследования. В работе ставилась задача: изучить значимость тактического действия «Защититься» в структуре четырёхраундового боя. Обследовалась группа боксё-

ров высокой квалификации в возрасте 18–23 лет со стажем занятий боксом 5–10 лет. Спортивная квалификация — КМС, МС и МСМК. Всего было выделено 7 тактических действий (ТД): выиграть очко, удержать преимущество, защититься, контратаковать, провести разведку, маскировать действия, снизить активность. Боксёру предлагалось разложить каждое тактическое действие в порядке значимости с его точки зрения по каждому из четырёх раундов. Дальнейшей математико-статистической обработке подвергалась ранговая оценка индивидуальных значений ТД боксёров по методике Е. В. Елисеева с соавторами [5]. Далее в работе нас интересовала динамика показателя «Защититься» по раундам боя.

Результаты исследования и их обсуждение. На рисунке представлен ранг значимости индивидуальных значений тактического действия



Сравнительная характеристика индивидуальных значений тактического действия «Защититься» в структуре четырёхраундового боя боксёров высокой квалификации

«Защититься». Большому численному значению ранга тактического действия соответствует и его бо́льшая значимость.

В среднем по группе выявлена следующая динамика. В первом раунде тактическое действие «Защититься» имеет третий ранг значимости, во втором раунде его значение повышается до четырёх, в третьем — до пятого ранга, а в четвёртом значимость несколько снижается по сравнению с предыдущим раундом и понижается, как и во втором до четвёртого ранга значимости.

В целом в структуре тактическое действие «Защититься» по уровню значимости по сравнению с другими тактическими действиями, занимает примерно среднее значение и составляет четвёртый ранг.

Анализ индивидуальных значений показал значительное расхождение со среднегрупповыми значениями. Например, у боксёра Раз-ова имеются отклонения на один ранг во втором и третьем раундах, соответственно выше и ниже средних значений. Боксёр Пл-ев имеет значительные расхождения со среднегрупповыми данными; линия графика имеет выраженный индивидуальный характер. Уже в первом раунде индивидуальные значения выше на один ранг, во втором ниже средней ли-

нии на два ранга, а в третьем и четвёртом раундах имеет наивысшее значение — шестой ранг значимости. Наряду с этим боксёр Гал-ин не имеет принципиальных отличий в динамике четырёх-раундового боя по сравнению со среднегрупповыми значениями.

Отмечена очевидная тенденция к повышению значимости защитных тактических действий от раунда к раунду. Об этом свидетельствует линия тренда (пунктирная линия), рассчитанная на основе уравнения регрессии, показанного на поле графика. Линия показывает направление к повышению значимости тактического действия «Защититься» в динамике боя.

Выводы. Таким образом, тактическое действие «Защититься» в структуре четырёхраундового боя является индивидуально выраженной характеристикой тактики боксёров. Тактическое действие «Защититься» в первом раунде по значимости занимает третье место, во втором — четвёртое, в третьем — пятое, а в четвёртом перемещается на четвёртое из семи по значимости мест. При совершенствовании тактики защитных действий следует учитывать общую тенденцию к увеличению их значимости от раунда к раунду.

Список литературы

1. Галкин, П. Ю. Направленность методики тренировки боксёров на развитие готовности к выбору тактики боя : автореф. дис. ... канд. пед. наук / П. Ю. Галкин. Челябинск, 2002. 23 с.
2. Градополов, К. В. Бокс : учеб. пособие для тренеров / под. ред. К. В. Градополова. М. : Физкультура и спорт, 2003. 287 с.
3. Джероян, Г. О. Тактическая подготовка боксёра / Г. О. Джероян, Н. А. Худадов // Бокс : ежегодник. М., 2001. С. 9–12.
4. Еганов, В. А. Структура защитных тактико-технических ударных действий в армейском рукопашном бое / В. А. Еганов, Г. В. Гусаров // Спорт и личность : материалы науч.-практ. конф. Челябинск : УралГАФК, 2001. С. 46–51.
5. Елисеев, Е. В. Методика выявления и устранения ошибочных действий в соревновательных поединках айкисидоистов 13–15 лет стиля айкисидо Тенсинкай / Е. В. Елисеев, А. В. Белоедов, М. В. Трегубова // Вестн. Юж.-Урал. гос. ун-та. Сер. : Образование, здравоохранение, физ. культура. 2012. № 21 (280). Вып. 31. С. 123–127.
6. Кокорева, Е. Г. Влияние психофизической коррекции на нейродинамические функции школьников младших классов с нарушением зрения / Е. Г. Кокорева // Теория и практика физ. культуры и спорта. 2012. № 3. С. 19–23.
7. Миллер, А. Е. Повышение уровня надёжности защитных тактико-технических действий дзюдоистов высокой квалификации : автореф. дис. ... канд. пед. наук / А. Е. Миллер. Челябинск, 1999. 20 с.
8. Пилюян, Р. А. Совершенствование тактики ведения поединка / Р. А. Пилюян, В. Т. Джапаралиев // Спортивная борьба : ежегодник. М., 2004. С. 54–57.
9. Романов, Ю. Н. Методика оценки индивидуальных характеристик и тактики распределения атакующих действий в боксе / Ю. Н. Романов, П. Ю. Галкин // Спорт и личность : материалы Междунар. науч.-практ. конф. (24–25 сент. 1999 г.). Челябинск, 1999. С. 60.

Сведения об авторах

Бакшутлов Иван Александрович — преподаватель кафедры физического воспитания и спорта Челябинского государственного университета, Челябинск, Россия. salage@bk.ru

Потехин Игорь Алексеевич — преподаватель кафедры физического воспитания и спорта Челябинского государственного университета, Челябинск, Россия. salage@bk.ru

*Bulletin of Chelyabinsk State University.
Education and Healthcare. 2014. № 1. P. 35–37.*

INDIVIDUAL PROTECTION PROFILE ACTION IN THE FIGHT FOURROUND BOXERS HIGH QUALIFICATION

I. A. Bakshutov

Lecturer, Department of Physical Education and Sport in Chelyabinsk State University, Chelyabinsk, Russia. salage@bk.ru

I. A. Potekhin

Lecturer, Department of Physical Education and Sport in Chelyabinsk State University, Chelyabinsk, Russia. salage@bk.ru

In work dynamics of tactics of protective actions in frame fourround of fight of the boxers of high qualification is shown. The findings of investigation has revealed, that the significance of tactics of protection borrows intermediate value in comparison with other tactical activities. In frame of fight the significance of protective tactical activities tends to rising from a round to a round.

Keywords: *the boxers, tactics, round, protective actions.*

References

1. Galkin, P. Yu. *Napravlennoy metodiki trenirovki bokserov na razvitie gotovnosti k vikhboru taktiki boya* [Oriented approach to the development of training boxers ready for battle tactics selection] : avtoref. dis. ... kand. ped. nauk / P. Yu. Galkin. Chelyabinsk, 2002. 23 s.
2. Gradopolov, K. V. *Boks* [Boxing] : ucheb. posobie dlya trenerov / pod. red. K. V. Gradopolova. M. : Fizkultura i sport, 2003. 287 s.
3. Dzheroyan, G. O. *Takticheskaya podgotovka boksyora* [Tactical training a boxer] / G. O. Dzheroyan, N. A. Khudakov // *Boks : ezhegodnik*. M., 2001. S. 9–12.
4. Eganov, V. A. *Struktura zashitnykh taktiko-tekhnicheskikh udarnykh deystviy v armeyjskom rukopashnom boe* [Structure of protective tactical and technical action of shock in the army hand-fight] / V. A. Eganov, G. V. Gusarov // *Sport i lichnostj : mater. nauch.-prak. konf.* Chelyabinsk : UralGAFK, 2001. S. 46–51.
5. Eliseev, E. V. *Metodika vihyavleniya i ustraneniya oshibochnykh deystviy v sorevnovatelnykh poedinkakh aykidoistov 13–15 let stilya aykido Tensinkay* [Methods of identification and elimination of erroneous actions in competitive matches aikidoists 13–15 style aikido Tensinkay] / E. V. Eliseev, A. V. Beloev, M. V. Tregubova // *Vestn. Yuzhno-Uraljskogo gos. un-ta. Ser. : Obrazovanie, zdavookhranenie, fizicheskaya kuljtura*. 2012. № 21 (280). Vihp. 31. S. 123–127.
6. Kokoreva, E. G. *Vliyanie psikhofizicheskoy korrektsii na neyrodinamicheskie funktsii shkolnikov mladshikh klassov s narusheniem zreniya* [Effect of psychophysical compensation neyrodinamicheskie function schoolchildren with visual impairment] / E. G. Kokoreva // *Teoriya i praktika fizicheskoy kuljturi i sporta*. 2012. № 3. S. 19–23.
7. Miller, A. E. *Povishshenie urovnya nadyozhnosti zashitnykh taktiko-tekhnicheskikh deystviy dzyudoistov vihsokoy kvalifikatsii* [Increased reliability of protective tactical and technical action judo qualifications] : avtoref. dis. ... kand. ped. nauk / A. E. Miller. Chelyabinsk, 1999. 20 s.
8. Piloyan, R. A. *Sovershenstvovanie taktiki vedeniya poedinka* [Improving the tactics of the fight] / R. A. Piloyan, V. T. Dzheparaliev // *Sportivnaya borjba : ezhegodnik*. M., 2004. S. 54–57.
9. Romanov, Yu. N. *Metodika ocenki individualnykh kharakteristiki taktiki raspredeleniya atakuyutnykh deystviy v bokse* [Methodology to evaluate the individual characteristics of the distribution tactics of attacking moves in boxing] / Yu. N. Romanov, P. Yu. Galkin // *Sport i lichnostj : mater. mezhd. nauch.-prak. konf.* (24–25 sent. 1999 g.). Chelyabinsk, 1999. S. 60.

УДК 616:796
ББК 75.0

ИНТЕРВАЛОКАРДИОГРАФИЧЕСКОЕ ОПРЕДЕЛЕНИЕ МЕХАНИЗМОВ АДАПТАЦИИ КАРДИОРЕСПИРАТОРНОЙ СИСТЕМЫ У КВАЛИФИЦИРОВАННЫХ АЙКИДОИСТОВ

Е. В. Елисеев

ФГБОУ ВПО «Челябинский государственный университет», Челябинск, Россия

При исследовании границы изменения частоты сердцебиения у квалифицированных спортсменов айкидо автором определялась разность верхней и нижней границ таких изменений. Далее полученная разность сопоставлялась с индексом напряжения регуляторных механизмов адаптации систем транспорта кислорода у наблюдаемых и показателем дисперсии интервалокардиоцикла. В результате были установлены параметры нормальных изменений частоты сердцебиений, характеризующих оптимальный уровень функционального состояния организма у занимающихся.

Ключевые слова: функциональная проба, форсированное дыхание, функциональное состояние, кардиореспираторная система.

Возрастание объёма и интенсивности соревновательных нагрузок в айкидо Тенсинкай предъявляет повышенные требования к кардиореспираторной системе (КРС). Она функционально лимитирует транспорт кислорода, тем самым, влияя на потенциальные возможности физически тренированных людей [2; 5; 6]. Следовательно, выявление и апробация универсальных методов экспресс-диагностики функционального состояния КРС у айкидоистов вполне актуально и своевременно. Более того, экспресс-диагностика должна отвечать как минимум четырём условиям: простота, наглядность, информативность, срочность. В связи с этим представляет интерес проба с форсированным дыханием и возможность её применения в спортивной практике. В практике клинической медицины подобные функциональные пробы применяются для выявления скрытых патологических состояний, так как гипервентиляция лёгких (5–10 быстрых и максимально глубоких вдохов и выдохов) приводит к быстрому «вымыванию» углекислоты из крови [1; 8]. Следствием данного «вымывания» являются значительные изменения в работе различных систем организма. Особенно ярко подобные изменения проявляются в функционировании КРС, что отражается, в частности, и на частоте сердечных сокращений (ЧСС) [1; 2; 5; 6]. Однако величина изменения ЧСС будет зависеть и от нейрогуморального звена, а также различных механизмов сердечной и внесердечной регуляции существенного ряда функций КРС. О чём же тогда свидетельствует динамика ЧСС в пробах с форсированным дыха-

нием? С чем и с каким звеном КРС генерализировать объяснение увеличения или уменьшения ЧСС? В каких параметрах подобные изменения интерпретировать как физиологическую норму, а в каких — как отклонение от неё? К чему же, в конце концов, наиболее чувствительна проба с форсированным дыханием: к общему функциональному состоянию КРС либо к напряжениям деятельности конкретных её структурных элементов (например, к миокарду и т. п.)? Ответом на эти вопросы и посвящена настоящая работа, что, в том числе, и актуализирует проблему обеспечения надёжности, а с ней и помехоустойчивости функционирования КРС к возникшим неблагоприятным условиям.

Материалы и методы исследования. В обследовании приняло участие 64 айкидоиста в возрасте 18–25 лет с квалификацией от I разряда до мастера спорта согласно требованиям Единой спортивной классификации айкидо Тенсинкай [3]. Проба с форсированным дыханием выполнялась наблюдаемыми 97 раз. Перед пробой на ЭКГ по широко описанному в специальной литературе методикам [5; 6] регистрировалось 100 кардиоциклов в покое (проводилась запись интервалокардиограммы). Затем каждый обследуемый выполнял 5 быстрых и глубоких дыхательных циклов. Далее за 10 с проходила запись интервалокардиограммы. С целью получения результатов для обсуждения проводился подсчёт ЧСС за минуту до пробы и за минуту после неё. Конечной величиной расчёта считалось значение, полученное с помощью разности между послед-

ним и первым подсчётами. Чтобы найти границы изменения ЧСС, указывающие на отклонения в функциональном состоянии КРС, найденные разности ЧСС сопоставлялись с индексом напряжения регуляторных механизмов (ИН) и показателем дисперсии ($R-R$), а также учитывались перенесённые накануне заболевания и большие физические нагрузки. Поиск зависимости между результатами пробы и данными интервалокардиограммы осуществлялся путём построения корреляционного поля. Обработка результатов проводилась на ПЭВМ с использованием стандартных, общепринятых программ параметрической и непараметрической статистики для Windows 95: Excel 7.0, StatisticsforWindows 4.5.1. Результаты считались статистически значимыми при $p < 0,05$.

Результаты исследования и их обсуждение. Согласно результатам исследования по всей группе наблюдения в 86 случаях после пробы ЧСС увеличилась в среднем на $15,8 \pm 6$ уд./мин ($p < 0,01$). При сопоставлении результатов пробы с $R-R$, которая является одной из главных и наиболее информативных статистических характеристик сердечного ритма [3; 4; 7], обнаружено, что в тех случаях, когда $R-R$ выходило за пределы физиологической нормы, разность ЧСС превышала исходную меньше чем на 9 уд./мин ($r = 0,796$, $p < 0,05$). В среднем показатель ЧСС по всей группе обследуемых уменьшается на $5,8 \pm 2,6$ уд./мин ($p < 0,01$). Большинство этих случаев совпадали с жалобами обследованных на усталость и вялость, вызванными, по субъективному мнению респондентов, предыдущей ударной физической нагрузкой.

В 11 случаях ЧСС после пробы была меньше исходной. Её общая динамика колебалась в пределах от 0 до 10 уд./мин. В среднем динамика ЧСС по этим случаям составила $4,7 \pm 2,8$ уд./мин ($p < 0,01$). У данных обследованных было отмечено предшествующее простудное заболевание либо тяжёлая физическая нагрузка. Углублённое ЭКГ-исследование, связанное с субмаксимальными пробами и анализом восстановления обследуемых по результатам велоэргометрических наблюдений, убедительно показало все симптомы перенапряжения. Это, несомненно, отразилось и на сопоставлении разности ЧСС с ИН регуляторных систем. Так, $R-R$ тесно коррелирует с ИН миокарда ($r = 0,894$, $p < 0,01$). Общая вариативность корреляции $R-R$ с остальными регуляторными механизмами составляла от $r = 0,632$ ($p < 0,01$) до $r = 0,925$ ($p < 0,01$).

Представленные результаты убеждают, что увеличение ЧСС после пробы является физиологической защитной реакцией организма обследуемых. Очевидным физиологическим механизмом подобной реакции вполне может быть то, что при падении артериального давления и депонировании в периферических сосудах регуляторные системы КРС компенсируют увеличением ЧСС недостаток в циркулирующей крови. Однако в случае уже имеющегося ухудшения функционального состояния такой механизм защитной реакции нарушается. В ослабленном организме ЧСС увеличивается незначительно, а при дальнейшем ухудшении функционального состояния (например, вследствие применения на тренировках ударных нагрузок и т. п.) — вовсе не увеличивается. Подобную описанной выше реакцию организма вполне можно считать проявлением гипореактивности или ареактивности компенсаторных функций у единоборцев. Более того, анализ с помощью корреляционного поля показал, что в зоне с минимальным напряжением механизмов адаптации КРС увеличение ЧСС составляло в среднем $17,8 \pm 6,2$ уд./мин ($r = 0,735$, $p < 0,01$), в зоне адаптации — $23,0 \pm 6,8$ уд./мин ($r = 0,842$, $p < 0,01$), а в зоне напряжения механизмов адаптации — $27,0 \pm 8,6$ уд./мин ($r = 0,798$, $p < 0,01$). Таким образом, с ростом напряжения механизмов адаптации растёт и величина разности ЧСС. Случаи с разностью ЧСС меньше 9 уд./мин разделились следующим образом: в первой зоне был проявлен 21,0 % от общего числа полученных результатов ($r = 0,832$, $p < 0,01$), во второй — 38,0 % ($r = 0,794$, $p < 0,01$), в третьей — 41,0 % ($r = 0,826$, $p < 0,01$). Факт расположения 59,0 % результатов в 1-й и 2-й зонах свидетельствует о большей чувствительности к анализируемой динамике пробы с форсированным дыханием, нежели чем ИН регуляторных механизмов у составных частей КРС. В пользу этого суждения говорит и тот факт, что из 11 результатов пробы с отрицательной разностью -8 оказались в зоне с напряжением механизмов адаптации. Однако в данной зоне у этих значений не было выявлено жёсткой корреляционной связи ($r = 0,238$, $p < 0,05$).

Выводы. Организованные и проведённые исследования показали, как минимум два положительных аспекта. С одной стороны, рассмотренные нами вопросы, а с ними результаты и точка зрения в обсуждении полученных величин, открывают простор для более широкого применения метода пульсометрии в теории и практике

айкидо Тенсинкай — как метода срочного, наглядного, простого и информативного (интервалокардиографического метода врачебно-педагогического контроля за функциональным состоянием и уровнем физической подготовленности занимающихся). Применение подобного метода не требует специального оборудования и может быть выполнено тренером либо самим единоборцем.

С другой стороны, освященные результаты несут в себе новое диагностическое значение в применении интервалокардиографии для анализа и интерпретации регуляторных механизмов адаптации квалифицированных айкидоистов к увеличению нагрузок в айкидо. Более того, наравне с анализом функционального состояния и процес-

сов адаптации КРС проба с форсированным дыханием может быть использована и для экспресс-диагностики функционального состояния сердца. Если в её состоянии нет отклонений от нормы, то проба сопровождается увеличением ЧСС. В случае ухудшения функционального состояния КРС разность ЧСС составляет рубеж меньше 9 уд./мин (или меньше исходной величины). Проба с форсированным дыханием более чувствительна к общему функциональному состоянию КРС, нежели чем к динамике ИН регуляторных механизмов её составных элементов. Последний вывод актуализирует более детальное изучение природы доминирования регуляторных механизмов в КРС квалифицированных единоборцев.

Список литературы

1. Быков, Е. В. Спорт и кровообращение: возрастные аспекты / Е. В. Быков, А. П. Исаев, С. Л. Сашенков. Челябинск : Интерполиарт и К, 1998. 64 с.
2. Гаркави, Л. Х. Адаптационные реакции и резистентность организма / Л. Х. Гаркави, Е. Б. Квакина, М. А. Уколова. Ростов-н/Д. : РГУ, 2000. 224 с.
3. Елисеев, Е. В. Динамика эхокардиографических показателей высококвалифицированных айкидоистов в восстановительном периоде после субмаксимальных нагрузок / Е. В. Елисеев, А. В. Панов, А. В. Белоедов // Теория и практика физ. культуры. 2011. № 4. С. 30–35.
4. Кокорева, Е. Г. Закономерности гетерохронных изменений комплекса психофизиологических функций у детей с нарушениями зрения и слуха / Е. Г. Кокорева // Вестн. Юж.-Урал. гос. ун-та. Сер. Образование, здравоохранение, физ. культура. 2013. Т. 13, № 3. С. 57–62.
5. Меерсон, Ф. З. Адаптация, стресс, профилактика / Ф. З. Меерсон. М. : Наука, 2001. 178 с.
6. Судаков, К. В. Физиология. Основы функциональных систем : курс лекций / под общ. ред. К. В. Судакова. М. : Медицина, 2000. 784 с.
7. Трегубова, М. В. Влияние различной интенсивности физических нагрузок на динамику структуры сердечного цикла дзюдоистов / М. В. Трегубова // Бьдешетовъпроси от света на науката : материали за 9-а Междунар. науч.-практ. конф., 17–25 дек., 2013. Том 29. Биология. Лекарство. София : Бял ГРАД-БГ ООД, 2013. С. 64–68.
8. Шубик, В. М. Иммунология и здоровье спортсменов / В. М. Шубик, М. Я. Левин. М. : Физкультура и спорт, 2005. 175 с.

Сведения об авторе

Елисеев Евгений Вадимович — доктор биологических наук, профессор, заведующий кафедрой физического воспитания и спорта Челябинского государственного университета, Челябинск, Россия. salage@bk.ru

*Bulletin of Chelyabinsk State University.
Education and Healthcare. 2014. № 1. P. 38–41.*

INTERVALOCARDIOGRAPHIC DEFINITION CARDIORESPIRATORY SYSTEM ADAPTS A QUALIFIED AIKIDOISTS

E. V. Eliseev

*Doctor of Biology, Professor, Head of Department of Physical Education and Sports of Chelyabinsk State University,
Chelyabinsk, Russia. salage@bk.ru*

Researching borders of change of frequency of palpitation at the qualified sportsmen aikido, the author defined a difference of the top and inferior borders of such changes. Further received difference was compared to an index of a strain regularizing of mechanisms of acclimatization of systems of transport of Oxygenium at observable and parameter of a dispersion intervalcardiocyte. In result the parameters of normal changes of a cardiac rhythm describing an optimum level of a functional state of an organism at fixed engaged.

Keywords: *a functional trial, forced ventilation, functional state, cardiac-raspiration system.*

References

1. Bykov, E. V. Sport ikrovoobratnenie: vozrastnihe aspektih [Sports and circulation: age aspects] / E. V. Bykov, A. P. Isaev, S. L. Sashenkov. Chelyabinsk : Interpoliart i K, 1998. 64 s.
2. Garkavi, L. Kh. Adaptacionnihe reakcii i rezistentnostj organizma [Adaptive response and resistance of the body] / L. Kh. Garkavi, E. B. Kvakina, M.A. Ukolova. Rostov-n/D. : RGU, 2000. 224 s.
3. Eliseev, E. V. Dinamika ehkhokardiograficheskikh pokazateleyj vihsokokvalificirovannihkhayj kidoistov v vosstanoviteljnom periode posle submaksimaljnihkh nagruzok [Dynamics of echocardiographic indicators of highly aikidoists during the recovery period after submaximal loads] / E. V. Eliseev, A. V. Panov, A. V. Beloev // Teoriya i praktika fizicheskoyj kuljturii. 2011. № 4. S. 30–35.
4. Kokoreva, E. G. Zakonomernosti geterokhronnihkh izmeneniyj kompleksa psikhofiziologicheskikh funkcijj u detejj s narusheniyami zreniya i slukha [Laws of heterochronic change complex psychophysiological functions in children with visual and hearing disabilities] / E. G. Kokoreva // Vestn. Yuzhno-Ural. gos. un-ta. Ser. Obrazovanie, zdravoohranenie, fizicheskayakuljtura. 2013. T. 13, № 3. S. 57–62.
5. Meerson, F. Z. Adaptaciya, stress, profilaktika [Adaptation, stress prevention] / F. Z. Meerson. M. : Nauka, 2001. 178 s.
6. Sudakov, K. V. Fiziologiya. Osnovih funkcionaljnihkh sistem [Physiology. Basics of functional systems]: kurs lekciyj / pod obth. red. K. V. Sudakova. M. : Medicina, 2000. 784 s.
7. Tregubova, M. V. Vliyanie razlichnoyj intensivnosti fizicheskikh nagruzok na dinamiku strukturih serdechnogo cikla dzyudoistov [Effect of different intensities of physical activity on the dynamics of the structure of the cardiac cycle judokas] / M. V. Tregubova // Bjhdethetovjhprosi ot sveta na naukata : materializa 9-a mezhdunarodna nauchna prakt. konf., 17–25 dekemvri, 2013. T. 29. Biologii. Lekarstvo. Sofiya : Byal GRAD-BG OOD, 2013. S. 64–68.
8. Shubik, V. M. Immunologiyai zdorovje sportsmenov [Immunology and health of athletes] / V. M. Shubik, M. Ya. Levin. M. : Fizkuljturai sport, 2005. 175 s.

УДК 796
ББК 75.7

СТРУКТУРА И ДИНАМИКА УПРАВЛЕНЧЕСКОЙ ДЕЯТЕЛЬНОСТИ В ПРОФЕССИОНАЛЬНОМ СПОРТЕ

М. Ю. Бардина, О. В. Таратынова, В. И. Попков

ФГБОУ ВПО «Челябинский государственный университет», Челябинск, Россия

Рассматриваются социально-педагогические проблемы изучения человека в спорте. Основная идея настоящей работы лежит в плоскости физкультурного образования и подготовки спортивного педагога. Предполагается, что с развитием профессионального спорта спортсмен из вектора управления спортивной тренировкой должен перейти в вектор самоуправления физическим образованием личности.

Ключевые слова: *самооценка, управленческая деятельность, профессиональный спорт, стиль управления.*

Скачкообразный переход в условиях рынка в России детерминировал в широком смысле слова многие процессы, которые дифференцировали общество на разные слои населения и, размежевывая разные группы людей, стали активно влиять на индивидуальную активность человека [1–3]. На фоне общей пассивности населения появились суперактивные личности с ускоренными «квантами» жизненного пути [5]. Спорт как социальное явление проходит путь своего величия и также находится в стадии перестройки, прежде всего, экономической, программной, человековедческой [8; 9]. Опираясь на классификацию жизни, данную [1] и адаптируя её к массовому и спорту высоких достижений, необходимо добавить к периоду детства кроме восприятия, обучения, аутологических способностей — приучение к спортивным нагрузкам. Во втором периоде — юности к широкопрофильному обучению, профильному образованию, общению, широко развитые коммуникативные способности, социальную ориентацию и адаптацию в звеньях образовательных и учебных заведений. В период зрелости наряду с профессиональным и социальным самоопределением личности необходимо завершить этапное формирование гражданской ответственности, самооценку страт человекопознания.

Динамичность жизни требует изменить оценочную деятельность личности, деградирующей в период застоя. Особенно важно изначально формировать установку на преодоление трудностей, а не только на успешность деятельности. Возникает необходимость сформировать уверенность в себе, умение опираться на собственные силы, толерантность и резистентность как помехоустойчи-

вость личности и организма к трудностям, кванты опережающего поведения в экстремальных условиях агрессивной среды [7; 10]. В конечном итоге, установки, интересы, мотивации, устойчивость к трудностям могут трансформироваться в условиях реального времени в своеобразную личностную потребность. Действительно, окружающая среда в условиях переходного периода, аномально геометрически агрессивна, и поэтому опрос, вербальная информация, анкеты, личностные шкалы, оценивание другими, проективные методы должны стать атрибутом повседневной жизни. Исключительно важно изучение модели агрессии в различных динамических ситуациях, устойчивости агрессивного поведения, социальной детерминации агрессии, внешних и индивидуальных детерминант агрессии (личность, установки и гендер), биологических аспектов агрессивного поведения, превентивных мер и управления агрессией.

Материалы и методы исследования. Мирозозрение, оценочная деятельность, изучение посылов к агрессии определяют поведение, тем самым выступая регулятором человековедения в условиях созидательной деятельности. Самопознание и самооценка человеком своей деятельности, поведения приобретают на этом эпохальном этапе человекопознания социально-биологическое значение. Экстремальность и агрессивность окружающей среды возрастает, что приводит порою к дисгармонии, беспорядку, хаосу и нестабильности. Наличие всеобщей интеграции и всеобщего взаимодействия, взаимопроникновения при самооценочной деятельности составляет основу системообразующих положений и аксиом.

Всеобщий принцип самоорганизации, самоактивности, самодвижения, саморазвития, саморазрушения может по-разному трансформироваться в системах помехоустойчивых и нестабильных и у индивидуумов успешных и неуспешных, мотивированных и немотивированных, спокойных и агрессивных, бесконфликтных и конфликтных. Человек, как объект «информационно-интеллектуальной новизны» [5], в новом российском социуме с его переходом на высокий уровень организованности, однозначно связан с такими временными явлениями энтропии, как бифуркации, хаос, которые требуют наличия оценочной деятельности, самооценок, самоконтроля [1; 2].

Психическая саморегуляция начинается там, где в гармонии и согласии находятся две точки зрения исследователей. Психическая саморегуляция — это сознательное самосовершенствование, которое позволяет предвидеть те варианты развития индивида, когда одному сопутствует неудача, а другому успех. Без психической саморегуляции невозможно развитие и цивилизация будет ингибировать. Психическая саморегуляция — это профилактика различных негативных воздействий [6]. Современный спорт с его нагрузками экстремального характера воздействий требует профилактики таких бесчисленных воздействий. В противном случае наступят психосоматические болезненные состояния [4; 11].

Эффективность тренерской деятельности, профессионализм во многом зависят от условий, в которых реализуют задачи спорта наставники молодежи. В число наших респондентов вошли тренеры команд мастеров — 4,3 %, школ высшего спортивного мастерства — 39,1 %, специализированных детско-юношеских спортивных школ олимпийского резерва — 19,5 %, детско-юношеских спортивных школ — 28,2 %. Каждый второй тренер из числа опрашиваемых занимается со стар-

шим юношеским возрастом, 43,6 % — со средней возрастной группой юношей и девушек, каждый третий — с младшими возрастными группами, 23,9 % — с молодёжными группами и 21,7 % — с основными возрастными группами.

Результаты исследования и их обсуждение. Педагогический процесс в спортивной тренировке строится с учётом управленческого подхода, где деятельность тренеров, спортсменов рассматривается в качестве менеджеров, когда часть управленческих функций систематически делегируется самим занимающимся. Совершенствование управленческого механизма, обеспечивающего одновременное и стабильное функционирование спортивных подразделений, роста спортивной результативности и их непрерывное развитие, исключительно важно в современных условиях [8]. Методологической основой управления в спорте является интегрированные в проблему человековедения теория деятельности, общенаучные принципы системного личностно-ориентированного и информационно-потребностного подхода в развивающем обучении, тренировке и воспитании. В настоящей работе изучалась рефлексия интегративной деятельности педагогов спортивных школ, которая зависит от стиля управления (табл. 1).

Комментируя материалы табл. 1, следует сказать, что большинство тренеров относились к стилю руководителя творческого направления (33,9 %). Они руководствуются в управленческой деятельности знаниями типологии личности занимающихся. Их авторизованная модель менеджера в спорте основывается на экзогенных и эндогенных установках свободы действий. В порядке ранжирования авторитарный стиль управления в спорте занимает высокое место (37,8 %). Далее в порядке значимости следует демократический стиль управления (28,3 %).

Таблица 1

Тренерский стиль управления, %

№ п/п	Стиль	Всего	Из них по видам спорта			
			Лёгкая атлетика	Биатлон	Лыжные гонки	Борьба (дзюдо)
1	Авторитарный	37,8	—	38,5	27,3	55,5
2	Демократический	28,3	50,0	7,6	50,0	—
3	Либеральный	2,2	—	—	4,5	—
4	В зависимости от типологии личности занимающегося	31,7	50,0	76,9	18,2	44,4

Из четырёх видов спорта, культивируемых в ШВМН Тюменской и Свердловской областей, в спортивной борьбе в среде тренеров доминирует авторитарный стиль (55,5 %) и в зависимости от познания личностных характеристик спортсменов (44,4 %). В лыжных гонках у тренеров преобладал демократический стиль управления (50 %), затем авторитарный (27,3 %) и в зависимости от знаний типологии личности занимающихся (18,2 %). В биатлоне большинство тренеров руководят с помощью знаний типологии личности занимающихся (76,9 %), далее следуют тренеры авторитарного (38,5 %) и демократического (7,6 %) стилей управления. В лёгкой атлетике тренеры управляют с учётом знания типологии и личности (50,0 %) и с применением демократического стиля (50 %) управления. Действительно, организация педагогического процесса — сложный этап управления физическим образованием личности [6]. Из алгоритмов формирования цели функционирования педагогического процесса, в том числе и управления им, авторы предполагают на организационном этапе провести: диагностику физического образования молодёжи, целеполагание, дифференциально-личностную ориентацию, планирование управленческого взаимодействия, интеграцию факторов педагогического процесса.

Особенности руководимого коллектива — его структура и уровень подготовленности, характер сложившихся в нём формальных и неформальных взаимоотношений, его традиций и ценностных ориентаций, в конечном итоге стиля управления. Стиль управления представляет собой социальное явление, так как в нём отражается мировоззрение, убеждение тренера, и он предопределяет результаты деятельности. По признаку характера отношений между руководителем и подчинёнными выделяют три стиля руководства: авторитарный, демократический и либеральный.

Опрос тренеров показал, что 37,8 % из опрошенного числа в педагогической деятельности

используют авторитарный стиль управления (табл. 1), который характеризуется централизацией руководства, приверженностью к единоначалию в гипертрофированных формах, сознательным ограничением контактов с подчинёнными. В вопросах взаимоотношений тренера и спортсмена, на наш взгляд, этот стиль не всегда оправдывает себя. Установлено, что 28,3 % респондентов используют демократический стиль, который в отличие от авторитарного предполагает спортсменам представление самостоятельности в постановке целей, оценки их тренировочной деятельности, участия в разработке планов тренировочных занятий. К сожалению, 2,2 % опрошенных отметили, что в своей тренерской деятельности используют либеральный стиль. Мы считаем, что это несовместимо с педагогической работой, так как либеральный стиль сопровождается безынициативностью со стороны каждого (руководителя).

Мы считаем, что в тренерской работе, как и в другой педагогической деятельности, неэффективно использование какого-либо одного стиля управления, и поэтому считаем, что 31,7 % ответили правильно, отметив свой стиль работы со спортсменом как зависящий от типологии личности занимающихся и ситуации.

Развитие профессиональных знаний, умений и навыков в избранном виде спорта, образование в интеграции со специальной мотивированностью, мобильностью, познание и менеджмент зависят от отношения к своей деятельности (табл. 2).

Нами выявлены главные принципы управленческой деятельности и её основные задачи:

- обеспечение разумного сочетания самостоятельности всех занимающихся и интегративных возможностей их взаимодействия;
- направление всей управленческой деятельности на развитие ШВСМ;
- постепенный отход от административных (авторитарных) форм руководства;

Таблица 2

Отношение к работе тренеров, %

№ п/п	Вас удовлетворяет работа тренера?	Всего	Из них по видам спорта			
			Лёгкая атлетика	Биатлон	Лыжные гонки	Борьба (дзюдо)
1	Да, устраивает	95,6	100	92,3	95,5	100
2	Не очень устраивает	4,3	–	7,6	4,5	–
3	Нет, не устраивает	–	–	–	–	–

– поиск новых форм контрольно-корректирующих воздействий (тестирование, этапные старты, семинары и т. д.);

– индивидуализация спортивной подготовки при высочайших требованиях к организму и личности занимающихся под воздействием тренировочно-соревновательной деятельности.

Профессиональная сторона управления связана с ценностным подходом и организациями в спорте. Сами ценности выступают в форме факторов, условий, умений, знаний, средств достижения образовательной цели.

Как следует из материалов, представленных в табл. 2, большинство специалистов (95,6 %) устраивает работа в качестве тренера. Лишь 4,3 % опрошенных не вполне удовлетворены своей работой. Более критично выглядели тренеры по биатлону и лыжным гонкам. Возможность повышения авторитета тренера, реализация его статуса как наставника и педагога находится в непосредственной зависимости от стиля его работы. Во все времена стилю управления (тренера мы рассматривали как руководителя команды, коллектива и т. д.) придавалось и придаётся исключительное значение в человеческом общении. Стиль управления рассматривается как совокупность типичных и относительно устойчивых приёмов воздействия руководителей на подчинённых с целью эффективного выполнения управленческих функций, в нашем вопросе это — достижение цели в спорте высокой квалификации и получение необходимых знаний для тренерской работы.

Стиль управления тренера проявляется в том, какими приёмами он побуждает спортсмена инициативно и творчески осознанному выполнению задач для достижения поставленной цели. То есть стиль деятельности тренера как воспитателя является характеристикой его профессионально-педагогической деятельности и должен обеспечивать совместную эффективную деятельность коллектива, воспроизводить особую атмосферу взаимопонимания и взаимного сотрудничества по формуле «тренер – спортсмен – тренер».

Стиль управления при всей его индивидуальности имеет объективную основу и формируется в зависимости от особенностей социально-экономической системы. Б. С. Гершунский [5] к числу факторов, определяющих стиль управления, относит:

– требования к руководителям в отношении компетентности, деловитости, ответственности,

личностных качеств, нравственности, характера, темперамента и т. д.;

– специфику системы – её цели и задачи, управленческие структуры и технологии управления, а также функциональное содержание деятельности руководителя;

– окружающую производственную среду — технологический уровень производства, формы организации труда, обеспеченность материальными ресурсами и т. д.

К этому нам хотелось добавить проблему человековедения, сложного и ещё до конца не сформированного понятия. Предмет человековедения в спорте ставит ряд задач: изучение строения и состава спортивного общества (команды, подразделения, коллектива) взаимоотношения людей и социальных процессов, исследования подразделения (например, ШВСМ) с точки зрения его развития. Мы видим в человековедении спортсмена его продвижения в карьере, сохранность, социально-психологическую, демографическую, биологическую, генетическую эффективность (результативность) в конкретных климато-географических, профессиональных и экономических условиях. Внутри системы ШВСМ рассматривается общественное здоровье, культура, наука, социальная значимость (человекопотребление).

Итак, получается некая шкала человековедения, включающая естественно-природный феномен человека в спорте, элементы человековедения: дифференциация членов команды, школы, придание социально-валеологического звучания спорта, мотивационно-потребностные и индивидуальные аспекты.

Воспитание и образование — непрерывные процессы (родители, школы, вузовское обучение, здоровый образ жизни). В таком направлении меняются сегодня контур и организация программ человековедения. Интеграция составляющих, их разделение приводят к необходимости создания системы жизнеобеспечения в профессиональной деятельности любого направления.

Специалисты видят свои основные задачи в работе, которые связаны, в первую очередь, с подготовкой спортсменов высокой квалификации, воспитании личности и отвлечении детей от неблагоприятных воздействий социальной среды (табл. 3).

Как видно из табл. 3, структура задач по видам спорта специфична. Например, тренеры по борьбе ставят на ведущее место воспитание человека. Тренеры по биатлону и лёгкой атлетике отводят

Таблица 3

Основные задачи работы тренера, %

№ п/п	В чём заключается работа тренера?	Всего	Из них по видам спорта			
			Лёгкая атлетика	Биатлон	Лыжные гонки	Борьба (дзюдо)
1	Подготовка спортсменов высокой квалификации	48,0	100	100	72,7	55,5
2	Воспитание личности	39,0	—	61,5	63,6	88,8
3	Отвлечение детей от негативных воздействий	13,0	—	15,4	13,6	55,5
4	Что-то ещё	—	—	—	—	—

ведущее место спортивным достижениям занимающихся. Изменение профессионального самосознания специалистов должно быть направлено на овладение ими новыми способами индивидуальной и социальной рефлексии, а также на развитие их творческих способностей.

Рассматривая тренерскую деятельность через квалификационную характеристику, мы попытались выявить мнение профессионалов спорта об их основных задачах в работе со спортсменами: почти каждый второй (48,0 %) из них отметил, что их основной задачей является подготовка спортсменов высокой квалификации; 39,0 % указали, что их основная цель — воспитание личности; 13,0 % считают, что они своей основной деятельностью отвлекают детей от негативного влияния окружающей среды. Мы же считаем, что процесс подготовки спортсмена высокой квалификации неотделим от его воспитания как личности, а полученные ответы респондентов лишь раскрывают место их работы и уровень спортивной квалификации занимающихся.

В этой связи особый интерес представляет понимание мнения тренеров о ведущих качествах спортсменов. Как следует из анализируемого материала, целеустремлённость как ведущее психическое качество занимало главное место в оценке тренеров. При этом большое значение придавали этому качеству тренеры по лёгкой атлетике, биатлону (100 и 92,3 %). Чуть меньше значение этому качеству придали эксперты — тренеры по борьбе и лыжным гонкам (77,7 и 72,7 %). Второе место, соответственно, в ранжировании психических качеств эксперты отдали исполнительности (52,2 % по всем видам спорта). Однако тренеры по лёгкой атлетике не нашли место этому качеству. Тренеры по биатлону отдали этому качеству 76,1 %, наставники по борьбе — 66,6 % и лыжным гонкам — 54,5 %. Третью позицию за-

няли умение спортсменами анализировать неудачи (поражения) на соревнованиях (36,9 %). При этом тренеры по лёгкой атлетике отдали этому качеству ведущее место, затем соответственно борцы, биатлонисты и лыжники. Часть респондентов (15,2 %) считали, что логическое мышление играет роль в спортивной результативности. Ещё меньшее количество опрошенных отмечали, что коммуникабельность важна для спортсменов (10,8 %). В порядке ранжирования, по видам спорта соответственно, придавали значение этому качеству тренеры по биатлону, борьбе и лыжным гонкам. Тренеры по лёгкой атлетике не нашли место этому качеству в оценке параметров спортсменов. Итак, среди факторов, влияющих на спортивные достижения, формирование и совершенствование интегративных характеристик психофизиологического потенциала, отмечены следующие психические качества: ориентированная реактивность, мобильность, динамичность, установки, доминантность, стресс-устойчивость, надёжность, готовность, коммуникабельность, нравственно-этические нормы, указанные выше. Развитие профессиональных знаний в избранном виде спорта, образование в интеграции со специальной мотивированностью, мобильностью, познание и менеджмент позволяют формировать через занятия спортом культурологические, гуманистические и личностные характеристики. Особо следует остановиться на проблеме самоорганизации личности в процессе обучения и тренировки. Очевидно, ни одно звено единой системы непрерывного образования не может обойти вниманием вопросы человековедения, культуры личности и важнейшего его компонента — самоорганизованности. «Самоорганизация — это сознательная работа над собой в целях совершенствования эмоциональных, морально-волевых черт характера, мотивационно-потребностных

аспектов деятельности, направленной на развитие и разрешение социальных и индивидуально-значимых задач» [1]. Переплетение социально-биологического в процессе познавательной образовательно-спортивной, учебно-тренировочной деятельности, по мнению авторов, раскрывает способности к самоорганизации.

Создание условий для соединения тренировок с учёбой, включение теоретических занятий в спортивную тренировку, направленных на овладение современными знаниями, умениями и навыками, способами действия и решения проблем, установление адекватных целей деятельности, формирование мышления информационной цивилизации [5] способствуют разрешению проблемы человековедения. По мнению авторов, спортивная подготовка, моделируемая в информационно-обучающем пространстве, интегрирует знания, умения и навыки из ряда научно-педагогических, психофизиологических, медико-биологических и экономических дисциплин, общекультурной подготовки; спортивной метрологии, информатики, математической статистики; предметной подготовки, входящих в план учебного процесса училищ олимпийского резерва, и транслируется нами в образовательное пространство ШВСМ. Важное место в системе подготовки отводилось самостоятельной работе.

В соответствии с п. 3.3 типового положения в школе высшего спортивного мастерства, в целях повышения качества подготовки спортсменов высшей квалификации, функционирует педагогический совет, основными задачами которого являются координация работы отдельной школы, оказание тренерам помощи в организационно-методической и воспитательной работе, а также прогнозирование деятельности школы в рамках олимпийских циклов. Деятельность педагогического совета осуществляется согласно плану работы, утверждённому директором школы. Ретроспективный анализ проводимых заседаний педагогического совета в течение трёх лет показал следующие распределения рассматриваемых вопросов по функциям управления в порядке ранжирования:

- информационная — 29,1 %;
- контрольная — 29,1 %;
- распорядительная — 20,8 %;
- консультативно-методическая — 12,5 %;
- исполнительная — 4,2 %;
- координирующая — 4,2 %.

Данные анализа свидетельствуют о том, что педагогический совет школы высшего спортивного мастерства Тюменской области информационные педагогические технологии рассматривает как одно из условий, обеспечивающих в период рыночных отношений функционирование сферы физической культуры, спорта и туризма. Повышение информационных потоков предусматривает соответствующую систему прямой и обратной связи между субъектом и объектом управления, а также через систему образования и самообразования [8].

В спорте высокой квалификации, как в отечественной, так и в международной практике, накоплен фактический и теоретический материал, освещающий различные аспекты и проблемы большого спорта. Знание социологических, педагогических, медико-биологических, организационных и экономических проблем позволяет педагогам школы ясно выделить и определить научные закономерности, тенденции и функционирование системы спорта высокой квалификации. Глубокая, содержательная информация активизирует деятельность тренера школы и стимулирует спортсмена как к физической, так и к умственной работоспособности.

Система обратной связи в управлении педагогическим процессом школы высшего спортивного мастерства на уровне педагогического совета реализуется в контрольной функции, которой посвящено 29,1 % рассматриваемых вопросов. Информационное обеспечение, междисциплинарный системный подход, комплексность научного подхода к достижению наивысших результатов в спорте — пути совершенствования образовательного процесса в ШВСМ.

Результаты научных исследований [8–10] говорят о том, что своевременное и объективное информационное обеспечение и управление способствует устойчивому состоянию системы подготовки спортсменов высокой квалификации на основе научных данных международного и отечественного опыта работы. Но данные социологического опроса спортсменов высокой квалификации Уральского региона дают нам основания сделать вывод о том, что респонденты, к сожалению, недооценивают роль информационных технологий в системе подготовки спортсмена высокой квалификации (табл. 4). Так, лыжники-гонщики и легкоатлеты из числа 16 предлагаемых условий, обеспечивающих эффективность тренировочного процесса, информационное обеспечение

Таблица 4

Мнение респондентов о роли информационного обеспечения в подготовке спортсмена

№ п/п	Фактор, по мнению респондентов, влияющий на эффективность тренировок	Вид спорта			
		Лёгкая атлетика	Биатлон	Лыжные гонки	Борьба (дзюдо)
1	Информация о состоянии и реакции организма на нагрузку (место по ранжированию)	9	6	9	10
2	Информация о теории и методике подготовки ведущих спортсменов мира (место по ранжированию)	10	15	10	5

поставили на 9–10-е места; борцы — на 5–10-е; биатлонисты — на 6–15-е.

Трансформация образования, адаптация новой модифицированной модели в ШВСМ идёт по пути цивилизационного развития, включения опережающих педагогических технологий. Перед образованием ставятся задачи «рефлексии будущего в настоящее» [5].

Широко известны философско-методические работы в области физкультурного образования [9]. Содержательно-процессуальная сторона управления физическим образованием включает выделение и ранжирование проблем учебного процесса, организацию алгоритмов интеграции участников педагогического процесса, постепенную трансляцию образования в самообразование. Педагогическое управление выступает как практическая деятельность тренера по социальному образованию спортсменов, основанная на интеграции, взаимном соглашении действий сторон.

Практически отсутствуют специальные исследования, посвящённые системе физкультурного образования через учебно-тренировочный процесс ШВСМ. Моделирование через УТП профессиональной физкультурной компетентности, функциональной грамотности спортсмена — в перспективе тренера — путь человековедения.

Каждый второй опрошиваемый тренер считает, что спортсменам высокой квалификации нет необходимости получать специальное физкультурное образование, так как в процессе занятий тем или иным видом спорта спортсмен получает необходимые знания, а некоторые из этого числа тренеров считают, что теоретические знания спортсменам высокой квалификации не нужны. Это явно противоречит мнению самих спортсменов. Опрос учащихся ШВСМ показал, что 26,1 % выразили желание получить физкультурное образование.

Оценивая личностные качества спортсменов (необходимо было выделить два наиболее важные), тренеры в порядке ранжирования расставили их в следующем порядке:

- целеустремлённость — 80,4 %;
- исполнительность — 52,2 %;
- умение анализировать своё поражение на соревнованиях — 36,9 %;
- логическое мышление — 15,2 %;
- коммуникабельность — 10,8 %.

На наш взгляд, целеустремлённость и исполнительность без теоретического анализа своих действий в тренировочном процессе соревновательного периода не могут привести спортсмена к достижению поставленной цели. В свою очередь, способность к анализу событий и явлений возможна не только на опыте практических действий, но теоретических знаний, а лучше всего в их интеграции. Формула успеха зависит от интеграции компонентов, не имеющих взаимной преемственности.

Исследование отношения специалистов к теоретическим занятиям в учебно-тренировочном процессе подготовки спортсменов высокой квалификации показало, что все опрошиваемые тренеры по лёгкой атлетике, биатлону и лыжным гонкам уделяют внимание теоретической подготовке спортсменов.

В период отбора занимающихся в спорте высокой квалификации многое зависит от профессиональных способностей тренера к определению исполнительных возможностей спортсмена и прогнозированию его результатов. Так, 82,6 % из числа опрошиваемых тренеров ШВСМ (по их мнению) способны определить потенциальные возможности молодых спортсменов; 4,3 % признались в том, что они не смогут определить возможности спортсмена; 13,0 % не могли дать утвердительный ответ. В числе критериев определения потенциальных возможностей спортсмена тренеры отнесли в порядке ранжирования:

- физические качества;
- психологические;
- морфофункциональные.

Современные знания по этому вопросу несколько расходятся с респондентами, так как физические качества можно воспитать в более короткие сроки, нежели развитие параметров морфофункциональной системы. Таким образом, динамическая структура поведения личности в спорте включает как экзогенную, так и эндогенную сторону вербального и невербального поведения. Спорт высших достижений базируется на средствах, отпущенных на оздоровление населения.

Развитие современного спорта подвержено кризисам, бифуркациям, переоценке ценностей с последующей трансформацией в переходе от сугубо физического приоритета в интеграции трансляций физического и духовного аспектов. Спорт способен раскрыть заложенные в человеке потенции, но для этого ему нужны привлекательные ориентиры. Спорт, как величайшее достижение человечества, является полигоном для испытания человеческих способностей. К сожалению, в силу коммерческих причин спортивная результативность стала основой спорта, а человек — его номинальным носителем.

Поведение человека в спорте связано с агрессией. Особенно это характерно для тренеров авторитарного стиля управления и игроков противоборствующих команд, спортивных единоборств (борьба, бокс, кикбоксинг и др.). Насилие пронизывает бытие человека, и общество не способно справиться с «машиной агрессии» — терроризмом. Сам по себе спорт не воспитывает человека, но с помощью его средств и методов можно не-

сколько снизить агрессивное поведение. Не случайно 39 % опрошенных тренеров к ключевым задачам отнесли отвлечение детей от негативных воздействий (13,0–55,5 % респондентов). Больше внимание этим вопросам уделяли тренеры по спортивной борьбе (55,5–88,8 %). Ранжирование ведущих качеств спортсмена в управлении, оценочной деятельности исключительно важно в спортивном педагогическом процессе. Среди функций управления доминируют информационно-контролирующие (29,1–20,8 %). Ключевые функции педагогического процесса, к сожалению, занимают, по мнению тренеров, лишь в 4,2–12,5 %, что неоправданно мало.

Из личностных качеств в порядке ранжирования выделили следующие характерные для профессионального спорта. Удивительно, что логическому мышлению уделено столь малое внимание (15,2 %), что несколько противоречит умению анализировать своё поражение на соревнованиях (36,9 %), которое целесообразно рассматривать в интеграции.

Вывод. Следовательно, человекопознание как категория социальная, исключительно важна для изучения человека в спорте. Эту задачу разрешить в границах статьи, конечно же, невозможно. Мы рассмотрели лишь фрагменты теоретического и социологического анализа проблемы, которая ждёт своих исследователей. Основная идея настоящей работы лежит в плоскости физического образования и подготовки спортивного педагога и спортсмена из вектора управления спортивной тренировкой в самоуправление физическим образованием личности.

Список литературы

1. Абульханова-Славская, К. А. Стратегия жизни / К. А. Абульханова-Славская. М. : Мысль, 2011. 299 с.
2. Бэрон, Р. Агрессия : пер. с англ. / Р. Бэрон, Р. Дебора. СПб. : Питер, 2008. 336 с.
3. Бызов, А. П. Мировоззренческие аспекты спортоведения / А. П. Бызов. Красноярск : НПЦ КГТУ, 2012. 183 с.
4. Быков, Е. В. Спорт и кровообращение: возрастные аспекты / Е. В. Быков, А. П. Исаев, С. Л. Сашенков. Челябинск : Интерполиарт и К, 1998. 64 с.
5. Гершунский, Б. С. Философия образования для XXI века: (В поисках практико-ориентированных образовательных концепций) / Б. С. Гершунский. М. : Мысль, 2008. 171 с.
6. Дуранов, М. Е. Общая педагогика / М. Е. Дуранов, Ю. М. Чернецкий. Челябинск : ЮУрГУ, 1999. 186 с.
7. Елисеев, Е. В. Помехоустойчивость как функциональная система, регулирующая психофизиологические механизмы адаптации спортсмена : дис. ... д-ра биол. наук / Е. В. Елисеев. Тюмень, 2001. 350 с.

8. Жолдак, В. И. Современные проблемы управления в сфере физической культуры и спорта / В. И. Жолдак // Современные проблемы и концепции развития физической культуры и спорта. Челябинск : УралГАФК, 2007. С. 96–113.

9. Камалетдинов, В. Г. Культура управленческой деятельности в спорте / В. Г. Камалетдинов, А. Е. Кенжибаев // Спорт и личность : материалы междунар. науч.-практ. конф. Челябинск : УралГАФК, 2009. 68 с.

10. Кокорева, Е. Г. Влияние психофизической коррекции на нейродинамические функции школьников младших классов с нарушением зрения / Е. Г. Кокорева // Теория и практика физ. культуры и спорта. № 3. 2012. С. 19–23.

11. Потапов, В. Н. Формирование индивидуального стиля саморегуляции у спортсменов высшей квалификации : автореф. дис. ... д-ра пед. наук / В. Н. Потапов. Тюмень, 2002. 49 с.

Сведения об авторах

Бардина Марина Юрьевна — старший преподаватель кафедры физического воспитания и спорта Челябинского государственного университета, Челябинск, Россия. salage@bk.ru

Таратынова Ольга Владимировна — преподаватель кафедры физического воспитания и спорта Челябинского государственного университета, Челябинск, Россия. salage@bk.ru

Попков Владимир Ильич — преподаватель кафедры физического воспитания и спорта Челябинского государственного университета, Челябинск, Россия. salage@bk.ru

Bulletin of Chelyabinsk State University.

Education and Healthcare. 2014. № 1. P. 42–51.

STRUCTURE AND PERFORMANCE MANAGEMENT IN PROFESSIONAL SPORTS

M. Yu. Bardina

Senior Lecturer, Department of Physical Education and Sports of Chelyabinsk State University, Chelyabinsk, Russia. salage@bk.ru

O. V. Taratynova

Lecturer, Department of Physical Education and Sport in Chelyabinsk State University, Chelyabinsk, Russia. salage@bk.ru

V. I. Popkov

Lecturer, Department of Physical Education and Sport of Chelyabinsk State University, Chelyabinsk, Russia. salage@bk.ru

The authors survey theoretical and sociological problems of learning of the person in sports. The basic idea of the present work lays in a plane of sports formation and preparations of the sports teacher. It is supposed, that with development of professional sports the sportsman from a vector of management of sports aging should proceed in a vector of self-management by physical formation of the person.

Keywords: *a self-rating, administrative activity, professional sports, style of management.*

References

1. Abuljkanova-Slavskaya, K. A. Strategiya zhizni [Life strategy] / K. A. Abuljkanova-Slavskaya. М. : Mihsli, 2011. 299 s.
2. Behron, R. Agressiya [Aggression] : per. s angl. / R. Behron, R. Debora. SPb. : Piter, 2008. 336 s.
3. Bihzov, A. P. Mirovozzrencheskie aspektih sportovedeniya [Ideological aspects of sportovedenie] / A. P. Bihzov. Krasnoyarsk : NPC KGTU, 2012. 183 s.
4. Bykov, E. V. Sport i krovoobratnenie: vozrastnihe aspektih [Sports and circulation: age aspects] / E. V. Bykov, A. P. Isaev, S. L. Sashenkov. Chelyabinsk : Interpoliart i K, 1998. 64 s.
5. Gershunskiy, B. S. Filosofiya obrazovaniya dlya XXI veka: (V poiskakh praktiko-orientirovannihkh obrazovatel'nykh koncepciy) [Philosophy of Education for the XXI century: (In search of practice-oriented educational concepts)] / B. S. Gershunskiy. М. : Mihsli, 2008. 171 s.

6. Duranov, M. E. Obshaya pedagogika [General pedagogy] / M. E. Duranov, Yu. M. Cherneckiy. Chelyabinsk : YuUrGU, 1999. 186 s.

7. Eliseev, E. V. Pomekhoustoychivostj kak funkcionaljnaya sistema, reguliruyutaya psikhofiziologicheskie mekhanizmi adaptacii sportsmena [Noise immunity as a functional system, regulating physiological mechanisms of adaptation of the athlete] : dis. ... d-ra biol. nauk / E. V. Eliseev. Tyumenj, 2001. 350 s.

8. Zholdak, V. I. Sovremennihe problemih upravleniya v sfere fizicheskoy kuljturih i sporta [Modern problems of governance in the field of physical culture and sports] / V. I. Zholdak // Sovremennihe problemih i koncepcii razvitiya fizicheskoy kuljturih i sporta. Chelyabinsk : UralGAFK, 2007. S. 96–113.

9. Kamaletdinov, V. G. Kuljtura upravlencheskoy deyatelnosti v sporte [Culture of management in sport] / V. G. Kamaletdinov, A. E. Kenzhibaev // Sport i lichnostj : mater. mezhdunar. nauch.-prakt. konf. Chelyabinsk : UralGAFK, 2009. 68 s.

10. Kokoreva, E. G. Vliyanie psikhofizicheskoy korrekcii na nejrodynamiccheskie funkcii shkoljnikov mladshikh klassov s narusheniem zreniya [Effect of psychophysical compensation neurodynamic function schoolchildren with visual impairment] / E. G. Kokoreva // Teoriya i praktika fizicheskoy kuljturih i sporta. 2012. № 3. S. 19–23.

11. Potapov, V. N. Formirovanie individualjnogo stilya samoregulyacii u sportsmenov vihsshey kvalifikacii [Formation of individual style of self-regulation in athletes of the highest qualification] : avtoref. dis. ... d-ra ped. nauk / V. N. Potapov. Tyumenj, 2002. 49 s.

УДК 796.9
ББК 75.7

ВАРИАТИВНОСТЬ ПСИХОМОТОРИКИ КВАЛИФИЦИРОВАННЫХ АЙКИДОИСТОВ В МЕНЯЮЩИХСЯ УСЛОВИЯХ СПОРТИВНОЙ ТРЕНИРОВКИ

А. В. Белоедов

ФГБОУ ВПО «Челябинский государственный университет», Челябинск, Россия

Показано, что организм спортсменов адаптируется к тренировочным нагрузкам посредством перегруппировки и полярного изменения (усиления/ослабления) взаимосвязей между показателями, отражающими временные параметры регулирования психомоторных функций. Ослабление связей между временными показателями после тренировочного процесса говорит об утомлении, усиление связей или появление новых — о мобилизации и вхождении борцов айкидо в спортивную форму.

Ключевые слова: *психомоторика, айкидо, тренировочная и соревновательная деятельность, межполушарная асимметрия мозга.*

Анализ современных представлений о роли психомоторики в спортивной тренировке показал, что проблема исследования механизмов управления движениями спортсменов в различных условиях тренировочной и соревновательной деятельности несёт в себе научно-интегративный характер поиска решения целого ряда вопросов адаптации функциональной системы движений к нагрузкам полисостязательного характера, лежащих на стыке естественнонаучных дисциплин [3; 8]. При этом весь нервно-мышечный аппарат, участвующий в организации движения [3; 8], поведенческая регуляция [1; 2], обратная биологическая связь [7; 9] выполняют сложнейшую функцию многоуровневого и многомерного осуществления собственно двигательного акта, природа управления которым до конца не изучена, а значит — до сих пор не осознана и представляет собой множество загадок. Следовательно, исследование вариативности психомоторики квалифицированных айкидоистов в меняющихся условиях спортивной тренировки актуально и своевременно.

Материалы и методы исследования. В условиях учебно-тренировочного и соревновательно-го процессов было обследовано 120 спортсменов айкидо Тенсинкай: III спортивный разряд — $n = 42$, II разряд — $n = 40$, I разряд — $n = 38$. Деление спортсменов на возрастные и спортивно-квалификационные категории было произведено в соответствии с Единой спортивной классификацией в айкидо Тенсинкай [3]. Так, в группу III разряда вошли 42 спортсмена юношеской возрастной квалификационной группы (ЮВКГ) в возрасте от 16 до 17 лет включительно. Группу II разря-

да составили спортсмены трёх возрастных групп: ЮВКГ — 12 человек; молодёжной возрастной квалификационной группы (МВКГ) в возрасте от 18 до 20 лет включительно — 15 единоборцев, взрослой возрастной квалификационной группы (ВВКГ) в возрасте от 21 года и старше — 13 спортсменов. Группу спортсменов I разряда составили — 20 и 18 айкидоистов, МВКГ и ВВКГ соответственно.

Психомоторные способности исследовались с помощью системы «НС-ПсихоТест». Из числа исследуемых психомоторных способностей, согласно общепринятым и широко описанным в литературе методикам [3; 6; 9], выделяли: реагирующую, дифференцировочную, ориентационную, ритмическую способности, а также способность к переключению внимания, где реагирующая способность (мс) на световой раздражитель оценивалась по времени простой зрительно-моторной реакции (ПЗМР). Испытуемому предлагали, как можно быстрее нажать на кнопку при появлении светового сигнала на экране монитора (интервалы времени между двумя сигналами колебались от 2 до 5 с и определялись компьютером по таблице случайных чисел). Для оценки реакции выбора (мс) (сложная зрительно-моторная реакция — СЗМР) испытуемому предлагали, как можно быстрее нажать на соответствующую кнопку при появлении на экране монитора компьютера основного и второстепенного (красного и зелёного) световых сигналов. Скорость переключения внимания оценивалась при помощи таблицы Шульце — Платонова. Испытуемому предлагали последовательно найти на красно-чёрной табли-

це числа от 1 до 25 и нажать на соответствующие кнопки. Для оценки способности к воспроизведению заданного временного интервала, мы использовали миллисекундомер (ПВЗ-53). Испытуемый выполнял пять попыток, чтобы запомнить промежуток времени затем ему предлагали воспроизвести данный промежуток с контрольным интервалом 1; 5; 10 с. Скоростные характеристики двигательного аппарата, темп и устойчивость моторного действия оценивали, с помощью датчика теппинг-теста (ТТ). Испытуемому предлагали как можно чаще постукивать по пластине карандашом, пока на экране монитора не появится сообщение об окончании теста. Фиксировали количество нажатий за 60 с. Теппинг-тест выполняли правой и левой рукой поочередно. Точность дифференцирования пространственных параметров движения определялась по воспроизведению заданного расстояния, равного 50 % от максимального прыжка в длину. Испытуемый выполнял максимальный прыжок, затем 50 % от его длины. Данное движение выполнялось 3 раза с открытыми глазами, затем — без контроля зрения. Вычислялась средняя величина ошибки (%).

Соотношение видов функциональной межполушарной асимметрии (ФМА) определялось по схеме «рука – глаз – ухо». Для оценки мануальной асимметрии использовались опросник Аннета [9] и три широко описанные в специальной литературе [5; 6; 9], моторные пробы: переплетение пальцев рук, или «замок»; скрещивание рук на груди, или «поза Наполеона»; «аплодирование», где ведущей считалась рука, которая совершала более активные движения. С целью оценки мануальной асимметрии также применялись динамометрия, тесты оценки зрительной асимметрии (проба Розенбаха и тест «Карта с дырой»), а также тесты оценки асимметрии слуха с использованием метода дихотического прослушивания [4; 7].

Результаты исследования и их обсуждение.

До тренировки наименьшее время ПЗМР было зафиксировано у спортсменов II разряда в возрасте 16–17 лет и в возрасте 21 года и старше. Анализ межгрупповых различий с учётом возраста выявил, что у единоборцев II разряда показатели времени реакции выбора лучше в МВКГ и ВВКГ. Мы предполагаем, что повышение скорости сенсомоторной реакции происходит за счёт внедрения в тренировочный процесс айкидоистов II разряда методов, сокращающих временной фактор сложной сенсомоторной реакции. Отсутствие межгрупповых различий скорости переключения

внимания у спортсменов II и I разрядов в МВКГ и ВВКГ говорит о том, что данное качество, скорее всего, зависит от возраста спортсмена, чем от его спортивной квалификации, где распределение внимания достигает самого высокого уровня в МВКГ, т. е. в возрасте 18–20 лет.

При воспроизведении заданного интервала времени после задержки, равной 5 с, спортсмены всех массовых разрядов хорошо справились с заданием, а восприятие малых (1 с) и больших (10 с) временных отрезков лучше развито у более квалифицированных спортсменов. Следовательно, с ростом спортивной квалификации спортсмены айкидо Тенсинкай учатся более точно дифференцировать временные отрезки.

Анализ теппинг-теста, отражающего уровень проявления скоростных качеств, показывает, что спортсмены II разряда за 60 с совершили на 38,9 движений больше, чем представители III разряда, и на 52 движения больше, чем айкидоисты I разряда. Наилучшие показатели в данном тесте продемонстрировали спортсмены II разряда: МВКГ выполнили за 60 с $348,5 \pm 9,42$ движений, ВВКГ — $400 \pm 2,78$ движений. Следовательно, наибольший прирост данного показателя приходится на возраст 21 года и старше.

Точность определения дистанции ВВКГ в два раза выше, чем у айкидоистов ЮВКГ. Наименьший процент ошибки дифференцирования пространственных параметров зафиксирован у спортсменов II разряда.

Тесты на оценивание временных интервалов, отражающие величину индивидуального восприятия масштаба времени, наиболее точно выполняли спортсмены II и I разрядов. Наибольшие ошибки при восприятии времени допускали единоборцы III разряда. В тестах на восприятие пространства более точные результаты также отмечены у спортсменов II и I разрядов.

Таким образом, есть основание считать, что организм спортсменов адаптируется к тренировочным нагрузкам посредством перегруппировки и полярного изменения (усиления/ослабления) взаимосвязей между показателями, отражающими временные параметры регулирования психомоторных функций. Временные характеристики психомоторики, как наиболее чувствительные к спортивным нагрузкам, можно рассматривать в качестве критериев оценки психофизиологического состояния спортсменов (ослабление связей между временными показателями после тренировочного процесса говорит об утомлении, уси-

ление связей или появление новых — о мобилизации и вхождении единоборцев в спортивную форму).

Изучение особенностей психомоторики айкидоистов с различным сочетанием функциональной межполушарной асимметрии мозга выявило, что до тренировочной нагрузки удержание ведущей рукой максимального темпа выше у левшей, а ниже — у амбидекстров. Сравнительный анализ работы отдельных рук показал, что до тренировочной нагрузки при работе в максимальном темпе левая рука у левшей работает быстрее, чем правая у правшей и амбидекстров. Удержание максимального темпа у правшей и амбидекстров хуже на левой руке, а у левшей — на правой.

Тренировочная нагрузка значительно уменьшает максимальный темп движений. Так, достоверные различия отмечены нами до и после тренировки в показателях правой ($p = 0,336$) и левой рук ($p = 0,351$) у правшей и амбидекстров ($p = 0,483$; $p = 0,400$) и в показателях левой руки левшей после тренировки ($p = 0,322$). Тренировочная нагрузка не повлияла на изменение показателей правой руки у левшей до и после нагрузки.

Анализ времени ПЗМР показывает, что время реакции и правой, и левой рукой у левшей меньше, чем у амбидекстров и у правшей. Это указывает на более скоростные качества лиц с преобладающей левой рукой. Одновременно с этим у амбидекстров время реакции больше, чем у левшей, но достоверно меньше, чем у правшей. Иными словами, амбидекстры занимают промежуточное место между правшами и левшами по скорости реагирования на зрительный стимул. Подобная картина наблюдается и после тренировочной нагрузки.

Анализ времени сложной зрительно-моторной реакции (реакции выбора) показывает, что в целом правши при реализации СЗМР являются более быстрыми, чем левши и амбидекстры. Так, в тесте ПЗМР более быстрыми являлись левши, а в сложной реакции выбора они уступили свои лидирующие позиции правшам. Если учесть, что усложнение реакции связано с усложнением зрительного стимула, можно предположить, что именно зрительно-гностический компонент вызывает такую инверсию.

Группа амбидекстров оказывается самой медлительной, хотя в простой зрительно-моторной реакции они были достаточно успешны. Ситуация выбора является для них проблемной и заметно тормозит их реакцию. Данная тенденция

прослеживается как до тренировочной нагрузки, так и после неё. Тот факт, что правши оказываются значительно более быстрыми, чем левши, можно связать с особенностями переработки информации и характером восприятия правшей и левшей.

Выводы:

1. Границы вариативности психомоторики айкидоистов разных возрастных и спортивно-квалификационных групп зависят от изменения условий спортивной деятельности, где:

– в процессе тренировочных нагрузок у всех айкидоистов массовых спортивных разрядов в возрасте от 16 лет и старше одинаково хорошо проявляется воспроизведение заданного интервала времени после задержки, равной 5 с, а в условиях соревнований — восприятие малых (1 с) и больших (10 с) временных отрезков лучше развито у спортсменов II и I разрядов молодёжной (18–20 лет) и взрослой (21 год и старше) возрастной группы;

– диапазон проявления скоростных качеств (теппинг-тест) показывает, что спортсмены II разряда за 60 с совершили на 38,9 движений больше, чем представители III разряда, и на 52 движения больше, чем айкидоисты I разряда. При этом спортсмены II разряда МКВГ выполнили за 60 (с) $348,5 \pm 9,42$ движений, а ВВКГ — $400 \pm 2,78$ движений, что свидетельствует о наибольшем приросте скоростных характеристик психомоторики у спортсменов в возрасте 21 года и старше.

2. Сохранение или усиление взаимосвязей между временными характеристиками психомоторики у айкидоистов II и I разрядов ВВКГ свидетельствует о лучшей способности выполнения спортсменами в возрасте 21 года и старше точных временных и скоростных дифференцировок.

3. Между айкидоистами массовых спортивных разрядов с разными типами функциональной межполушарной асимметрии существуют различия в скорости психомоторных реакций. Особая роль в этом принадлежит зрительно-когнитивному компоненту реакции. При этом реакции, не требующие серьёзного зрительного контроля или гнозиса (теппинг-тест, ПЗМР), быстрее выполняются левшами, в то время как увеличение требований к зрительно-когнитивному компоненту (СЗМР) более эффективно преодолевается правшами. Самое значительное увеличение времени для опознания различных цветовых предъятий у амбидекстров.

Список литературы

1. Байгужин, П. А. Особенности нейровегетативной регуляции сердечного ритма у студенток с разным уровнем вербальной креативности [Электронный ресурс] / П. А. Байгужин, В. П. Мальцев // Современ. проблемы науки и образования. 2012. № 4. URL: www.science-education.ru/
2. Баландин, В. И. Асимметрия мозга и потенциальные возможности спортсменов / В. И. Баландин, Г. А. Вайник // Тезисы научной практической конференции по итогам научной работы НИИФК. СПб. : НИИФК, 2006. С. 16–17.
3. Елисеев, Е. В. Архитектоника и системогенез помехоустойчивости организма спортсмена : монография / Е. В. Елисеев. Челябинск : Экодом, 2002. 256 с.
4. Кокорева, Е. Г. Гетерохронизм развития психофизиологических функций у детей с сенсорными нарушениями : автореф. дис. ... д-ра биол. наук / Е. Г. Кокорева. Челябинск : ЧГПУ, 2010. 28 с.
5. Короткая, Г. П. Роль асимметрии головного мозга в регуляции двигательных и вегетативных функций организма у спортсменов : автореф. дис. ... канд. биол. наук / Г. П. Короткая. Киев : НАН, 2002. 20 с.
6. Марищук, В. Л. Методики психодиагностики в спорте / В. Л. Марищук, Ю. М. Блудов, В. А. Плахтиенко, Л. К. Серова. М. : Просвещение, 1994. 229 с.
7. Попова, Т. В. Вариабельность биоэлектрической активности мозга при различных состояниях спортсменов / Т. В. Попова, Ю. И. Корюкалов, О. Г. Коурова // Теория и практика физ. культуры. 2006. № 8. С. 20–22.
8. Трегубова, М. В. Помехоустойчивость и адаптация нервно-мышечного аппарата единоборцев в меняющихся условиях спортивной деятельности / М. В. Трегубова // Устойчивое развитие в неустойчивом мире : тр. Междунар. междисциплинар. науч. конф. (26–28 июня 2014 г.). Челябинск : ЧелГУ, 2014. С. 47–51.
9. Хомская, Е. Д. Нейропсихологическая диагностика / Е. Д. Хомская. М. : Ин-т общегуманитар. исслед., 2007. 93 с.

Сведения об авторе

Белоедов Александр Владимирович — старший преподаватель кафедры физического воспитания и спорта Челябинского государственного университета, Челябинск, Россия. salage@bk.ru

*Bulletin of Chelyabinsk State University.
Education and Healthcare. 2014. № 1. P. 52–56.*

THE VARIABILITY OF PSYCHOMOTORIC SKILLED AIKIDOKA IN A CHANGING ENVIRONMENT SPORTS TRAINING

A. V. Beloedov

*Senior Lecturer, Department of Physical Education and Sports of Chelyabinsk State University, Chelyabinsk, Russia.
salage@bk.ru*

It is shown that the athletes adapt to the training load through rearrangement and polar changes (gain/attenuation) of the relationship between indicators of the timing regulation of psychomotor functions. The weakening of the ties between temporary performance after the training process says about the fatigue, the strengthening of ties or new — on mobilization and the occurrence of Aikido fighters in the sports form.

Keywords: *psychomotor, Aikido, training and competitive activities, interhemispheric asymmetry of the brain.*

References

1. Bayjguzhin, P. A. Osobennosti neyrovegetativnoy regulyacii serdechnogo ritma u studentok s raznim urovnem verbal'noy kreativnosti [Features of autonomic regulation of heart rate in students with different levels of verbal creativity] / P. A. Bayjguzhin, V. P. Maljcev // Sovremennih problemih nauki i obrazovaniya. 2012. № 4. URL: www.science-education.ru

2. Balandin, V. I. Asimetriya mozga i potencialnihe vozmozhnosti sportsmenov [Brain asymmetry and potential athletes] / V. I. Balandin, G. A. Vayjnik // Tezisih nauchn. praktich. konf. po itogam nauchn. rabotih NIIFK. SPb. : NIIFK, 2006. S. 16–17.
3. Eliseev, E. V. Arkhitektonika i sistemogenez pomekhoustoyjchivosti organizma sportsmena [Architectonics and systemogenesis noise immunity of an athlete] : monografiya / E. V. Eliseev. Chelyabinsk : Ehkodom, 2002. 256 s.
4. Kokoreva, E. G. Geterokhronizm razvitiya psikhofiziologicheskikh funkciy u detey s sensornimi narusheniyami [Geterokhronizm development asihofiziologicheskikh functions in children with sensory impairments] : avtoref. dis. ... d-ra biol. nauk / E. G. Kokoreva. Chelyabinsk : ChGPU, 2010. 28 s.
5. Korotkaya, G. P. Rolj asimetrii golovno mozga v regulyacii dvigateljnihkh i vegetativnihkh funkciy organizma u sportsmenov [The role of brain asymmetry in the regulation of motor and autonomic functions of the body in athletes] : avtoref. dis. ... kand. biol. nauk / G. P. Korotkaya. Kiev : NAN, 2002. 20 s.
6. Marithuk, V. L. Metodiki psikhodiagnostiki v sporte [Psychodiagnostic techniques in sport] / V. L. Marithuk, Yu. M. Bludov, V. A. Plakhtienko, L. K. Serova. M. : Prosvethenie, 1994. 229 s.
7. Popova, T. V. Variabelnostj bioelektricheskoy aktivnosti mozga pri razlichnihkh sostoyaniyakh sportsmenov [Variability of brain activity during different states of athletes] / T. V. Popova, Yu. I. Koryukalov, O. G. Kourova // Teoriya i praktika fiz. kuljturih. 2006. № 8. S. 20–22.
8. Tregubova, M. V. Pomekhoustoyjchivostj i adaptaciya nervno-mihshechnogo apparata edinoborcev v menyayuthikhsya usloviyakh sportivnoy deyateljnosti [Noise immunity and adaptation of the neuromuscular apparatus edinobortcev in a changing environment of sports activity] / M. V. Tregubova // Ustoyjchivoe razvitie v neustoyjchivom mire : materialy Mezhdunarodnoj mezhdisciplinarnoj nauch. konf. (26–28 iyunya 2014 g.). Chelyabinsk : ChelGU, 2014. S. 47–51.
9. Khomskaya, E. D. Neyjropsikhologicheskaya diagnostika [Neuropsychological diagnosis] / E. D. Khomskaya. M. : Institut obthegumanitarnihkh issledovaniyj, 2007. 93 s.

УДК 572.51:796.352.081
ББК 75.0

РЕЗУЛЬТАТЫ АНТРОПОЛОГИЧЕСКОГО МОНИТОРИНГА ИГРОКОВ В ГОЛЬФ ВЫСОКОЙ КВАЛИФИКАЦИИ

И. Ю. Бурлаков, А. В. Верченова, А. Н. Корольков*

*ФГБОУ ВПО «Российский государственный университет физической культуры, спорта, молодёжи и туризма»,
Москва, Россия*

**ФГБОУ ВПО «Московский педагогический государственный университет», Москва, Россия*

Представлена методика определения антропометрических и возрастных параметров игроков в гольф на основе анализа статистических данных с 1986 по 2013 г. Приводятся результаты такого анализа, определены морфологические критерии отбора юных спортсменов для занятий гольфом. Обсуждаются проблемы эффективности игровых действий в гольфе в зависимости от типа телосложения игроков. Выявлены тенденции в изменении со временем индекса массы тела ведущих игроков в гольф, сделан прогноз изменения роста-весовых параметров спортсменов-гольфистов. Произведена оценка среднего возраста высших достижений в гольфе среди мужчин и женщин.

Ключевые слова: *гольф, мониторинг, антропометрические параметры, индекс массы тела, тип телосложения, возраст высших спортивных достижений.*

Известно, что антропометрические параметры и тип телосложения во многих видах спорта являются одной из весомых предпосылок достижения высоких спортивных результатов, критериями предрасположенности к тому или иному виду двигательной активности [1; 2; 5]. Тип телосложения и соотношения размеров звеньев тела также оказывают некоторое влияние на результаты тестирования физической подготовленности [4; 5]. Следует предположить, что и в гольфе эти факторы имеют важное значение, тем более что правилами игры накладываются ограничения на геометрические параметры клюшек: их длина не может быть больше 1219,2 мм, а конструктивный угол между стержнем клюшки и вертикалью (угол α) не должен превышать 80° [8]. Геометрические ограничения длины клюшки и угла α определяют удобство совершения дальних ударов спортсменами с определёнными размерами звеньев тела и ростом не более 200 см.

Морфологическим проблемам отбора юных спортсменов и контроля эффективности построения тренировок посвящено множество научных работ, например [1–3; 7; 9–11]. Гольф, как олимпийский вид спорта, в этом смысле не является исключением. Рост-весовые параметры оцениваются с точки зрения биомеханики совершения игровых действий в ряде работ зарубежных авторов [15; 17], но оценки их средних величин и тенденций их изменения на длительных промежутках времени в этих работах не проводится.

В отечественной практике теоретических и методических разработок, посвящённых гольфу, эти вопросы также не нашли пока достойного отражения.

По этой причине тема нашего исследования представляется актуальной. При этом нами решались следующие задачи:

- установление средних значений антропометрических параметров игроков в топ-50 мирового рейтинга;
- установление преимущественного типа телосложения игроков в гольф и его возможного влияния на результаты игры;
- установление тенденций в изменении антропометрических параметров ведущих игроков в гольф за последние 28 лет.

Материалы и методы исследования. Для решения этих задач нами использовались данные статистических справочников и баз данных о роста-весовых параметрах игроков в гольф: мужчин и женщин, входящих в топ-50 мирового рейтинга, на октябрь 1986, 1993, 2003 и 2013 г. [12; 13; 14]. При этом оказалось, что для большинства игроков женщин отсутствуют данные об их весе. Для определения типа телосложения и его влияния на результаты игры нами использовались статистические данные о дальности ударов драйвером, точности попадания на фервей и точности попадания на грин игроками мужчинами, входящими в топ-200 мирового рейтинга на начало 2014 г. [16].

Тип телосложения игроков определялся двенадцатью экспертами, тренерами по гольфу, на основе визуальной оценки их изображений, найденных в различных интернет-источниках. Эксперты классифицировали игроков на три морфотипа: экто-, мезо- и эндоморфов, в соответствии с классификацией У. Шелдона, имея в виду условное соотношение этой классификации с другими классификациями типов телосложения, систематизированных нами в табл. 1. Также в эту таблицу нами был включён индекс массы тела (ИМТ) А. Кетле, равный отношению массы тела в килограммах к квадрату роста, выраженному в метрах.

В результате проведённого статистического анализа нами было установлено, что успехов в гольфе достигают игроки со средними антропометрическими параметрами: мужчины с ростом $183,5 \pm 5,3$ см и массой $81,6 \pm 6,5$ кг и женщины с ростом $168,1 \pm 8$ см и массой $63,0 \pm 9,9$ кг.

Для установления возможного влияния типа телосложения на результаты игры с использованием стандартных статистических процедур

были осуществлены оценки эффективности осуществления игровых действий по дальности и точности драйва и точности попадания на грин. К рассмотрению принимались статистические данные трёх групп игроков по 10 мужчин, входящих в топ-200 мирового рейтинга и отнесённые экспертами к одному из трёх типов телосложения (всего 30 игроков). Полученные результаты представлены в табл. 2.

Для определения статистической значимости различий данных табл. 2 была осуществлена проверка справедливости гипотезы: «Распределение не отличается от нормального» по критериям Хи-квадрат, Колмогорова и омега-квадрат. Затем проводились сравнения выборочных данных с использованием критериев Стьюдента и Фишера. Все сравнения проводились для уровня статистической значимости $p=0,05$.

Несмотря на то что эктоморфы имеют преимущество в дальности ударов драйвером, по сравнению с игроками других типов телосложения в среднем на 5 м, эти различия статистически не значимы. Также оказались статистически не зна-

Таблица 1

Классификация типов телосложения

Автор	Тип телосложения				
	Л. Г. Харитоновна	Торакальный	Астенический	Неопределённый	Мышечный
В. М. Черноуц-кий	Астенический (гипостенический)		Нормостенический	Гиперстенический	
–	Легкокостный		Среднекостный	Ширококостный	
У. Шелдон	Эктоморфы		Мезоморфы	Эндоморфы	
–	Долихоморфы Короткое туловище, длинные конечности		Мезоморфы	Брахиморфы Длинное туловище, короткие конечности	
В. П. Петленко	Астенический	Грациальный (изящный)	Нормостенический	Атлетичный	Гиперстенический
–	Костный		Мышечный	Жировой	
ИМТ Кетле	22–24		24–26	26 и больше	

Таблица 2

Эффективность игровых действий в зависимости от типа телосложения

Соматотип	Дистанция драйва, м	Точность драйва, %	Точность удара на грин, %
Эктоморф	271,14	59,30	66,14
Мезоморф	265,61	62,20	64,98
Эндоморф	265,98	59,97	64,57

чимыми различия между остальными показателями эффективности игровых действий.

Исключение составил показатель стабильности драйвов по дальности, выполняемых эндоморфами (установлена справедливость гипотезы: «Есть различия между выборочными дисперсиями»). То есть игроки с гиперстеническим телосложением выполняют драйвы не дальше других

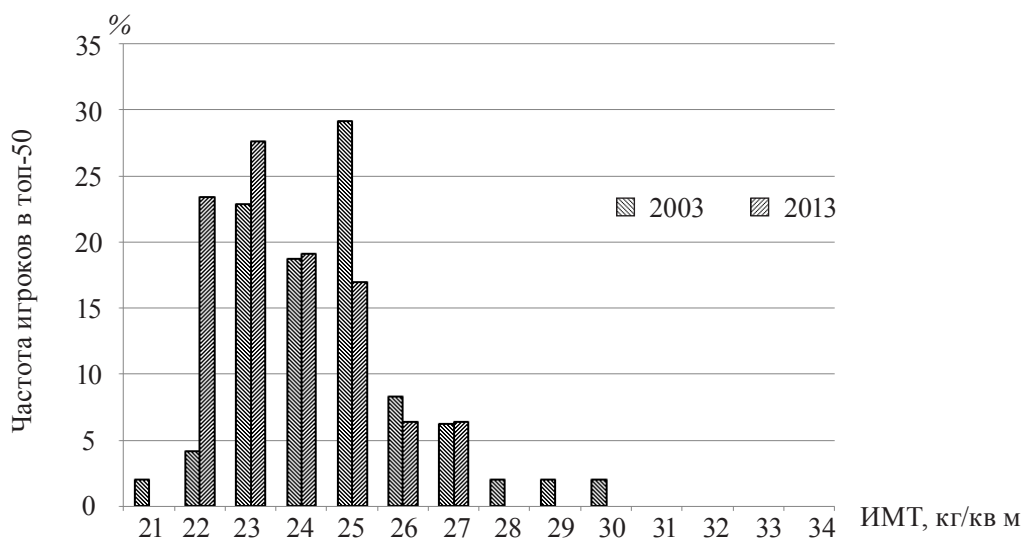
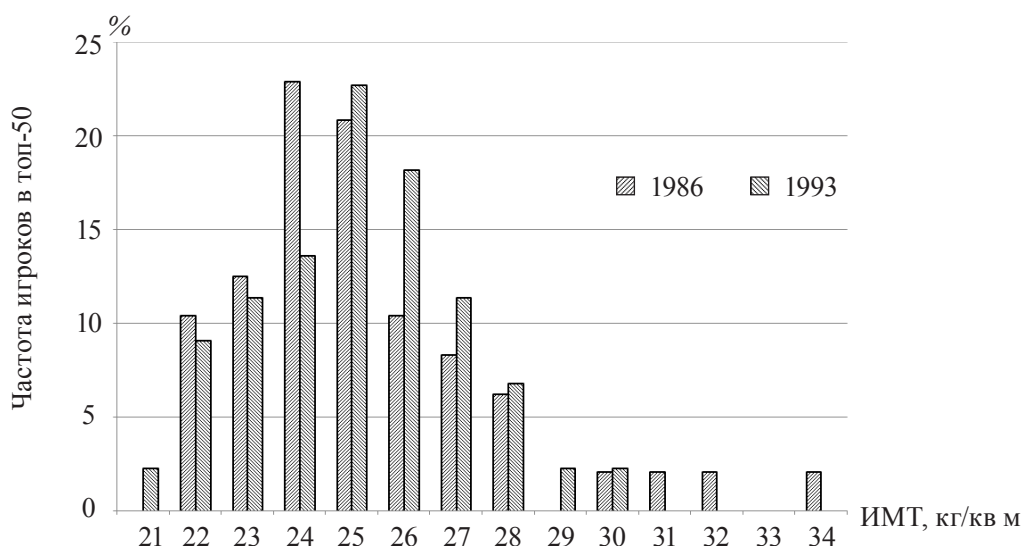
игроков, но вариации дальности их ударов минимальны: $\pm 2,7$ м против ± 8 м у других игроков.

Результаты исследования и их обсуждение. Результаты статистического анализа ростовых параметров ведущих игроков мужчин за 1986–2013 гг. представлены в табл. 3 и на рисунке. По критерию Стьюдента ($p = 0,05$) установлены статистически значимые различия в средних зна-

Таблица 3

Средние ростовые параметры и возраст игроков мужчин в топ-50 мирового рейтинга в 1986-2013 гг.

Параметр	1986	1993	2003	2013
Средний рост, см	181,2 \pm 6,1	181,1 \pm 6,0	182,2 \pm 6,0	183,5 \pm 5,3
Средний вес, кг	84,4 \pm 10,3	83,9 \pm 8,0	84,3 \pm 8,7	81,6 \pm 6,5
Средний возраст, лет	32,9 \pm 5,1	35,4 \pm 5,5	34,8 \pm 6,8	33,4 \pm 5,7
Индекс массы тела, кг/м ²	25,7 \pm 2,6	25,6 \pm 4,3	25,39 \pm 2,2	24,23 \pm 1,4



Распределение игроков мужчин в топ-50 по индексу массы тела

чениях роста, веса и индекса массы тела для данных 1986 и 2013 гг.

Как следует из этих данных, рост ведущих игроков в гольф постепенно увеличивается, что соответствует мировой тенденции акселерации человека, а вес постепенно снижается. Снижение веса у ведущих игроков, по-видимому, связано прежде всего с уменьшением жировой массы тела [6]. Соответственно, и индекс массы тела ведущих гольфистов также имеет отчётливую тенденцию к уменьшению. Эти изменения антропометрических параметров свидетельствуют о постепенном увеличении в топ-50 доли игроков с астеническим типом телосложения, которые имеют некоторое (статистически не подтверждённое, табл. 2.) преимущество в дальности первых ударов. Косвенное подтверждение этому факту установлено и в работе [17], в которой показано, что каждые 10 лет дальность драйвов в среднем возрастает на 6 %. При этом одной из причин увеличения дальности ударов является возрастание мастерства игроков и их скоростно-силовых качеств, а не только модернизация клюшек и мячей.

Анализируя изменения в виде распределения игроков по индексу массы тела (см. рисунок), представляется ясным, что внешний облик ведущих игроков в гольф в начале XXI в. по сравнению с концом XX в. является более выраженным: игроки в среднем более астеничны и морфологические различия между ними не столь разнообразны. Это объясняется своего рода естественным отбором: более атлетичные игроки достигают более высоких спортивных достижений в гольфе, что вызвало и соответствующие изме-

нения в содержании тренировочных программ в части увеличения объёма целенаправленной общей и специальной физической подготовки, которые начали происходить, начиная с середины 1990-х гг.

Заключение. В связи с этим следует предположить увеличение индекса массы тела игроков в следующих десятилетиях, которое будет вызвано увеличением веса игроков за счёт возрастания мышечной массы в результате дальнейшего увеличения в тренировочных нагрузках объёмов скоростно-силовой работы.

Осуществлённый нами антропологический мониторинг ведущих игроков в гольф позволяет определить морфологические критерии предрасположенности к занятиям гольфом: некоторым преимуществом в этом виде двигательной активности будут обладать юные спортсмены астенического телосложения и средним ростом в зрелом возрасте от 174 до 194 см.

Нашими исследованиями также установлено, что средний возраст гольфистов топ-50 мирового рейтинга составляет $33,4 \pm 5,7$ лет, гольфисток $26,7 \pm 5,4$ лет; а приблизительная средняя продолжительность занятий гольфом составляет 21,4 и 16,7 лет соответственно. Такие величины позволяют отнести гольф к «возрастным» видам спорта, наиболее близким в этом отношении к легкоатлетическим метаниям и бегу на длинные дистанции. Но при этом можно предположить, что успехи в гольфе связаны скорее с игровым опытом, чем с непосредственным проявлением физических качеств.

Список литературы

1. Ахметов, И. И. Методика и организация занятий атлетической гимнастикой с учётом типа телосложения мужчин и их генетической предрасположенности / И. И. Ахметов, И. Ю. Яновский // Теория и практика физ. культуры. 2007. № 1. С. 22–25.
2. Блинков, С. Н. Влияние двигательных режимов различной направленности на физическую работоспособность девочек 10–17 лет разных типов телосложения / С. Н. Блинков, С. П. Лёвушкин // Теория и практика приклад. и экстремал. видов спорта. 2010. № 3 (18). С. 41–44.
3. Корольков, А. Н. Некоторые дидактические особенности усвоения игровых действий в гольфе / А. Н. Корольков // Детский тренер : журн. в журн. «Физическая культура: воспитание, образование, тренировка». 2012. № 6. С. 40–43.
4. Корольков, А. Н. О надёжности результатов тестов на гибкость в комплексе тестов ОФП / А. Н. Корольков // Тренер : журн. в журн. «Теория и практика физической культуры». 2011. № 4. С. 70–72.
5. Корольков, А. Н. Оценка общей физической подготовленности с помощью центроидного метода главных компонентов для многих переменных / А. Н. Корольков // Вестн. спорт. науки. 2013. № 1. С. 15–19.
6. Корольков, А. Н. Факторы, определяющие положение игроков в гольф в мировом рейтинге / А. Н. Корольков, Д. С. Жеребко // Теория и практика физ. культуры. 2013. № 2. С. 53–55.

7. Пауткин, А. В. Соматотипологический подход в прогностической оценке двигательной одарённости юных спортсменов / А. В. Пауткин, М. М. Самсонов, С. Д. Антонюк // Тренер : журн. в журн. «Теория и практика физической культуры». 2007. № 8. С. 40–42.
8. Сидоров, А. М. Правила гольфа. Решения 2010–2011 / А. М. Сидоров. Ульяновск : Ульянов. дом печати, 2012. 600 с.
9. Рудерман, Г. Метания в XX веке: тенденции развития / Г. Рудерман // Лёгкая атлетика. 2002. № 3–4. С. 18–26.
10. Скворцов, Ю. Ф. Основные показатели физического развития, спортивных результатов и возможность их использования для прогнозирования индивидуальных результатов в плавании / Ю. Ф. Скворцов, К. А. Киселёва // Тренер : журн. в журн. «Теория и практика физической культуры». 2007. № 2. С. 34–36.
11. Харитонов, Л. Г. Отбор шпажистов с учётом типа телосложения на этапе начальной спортивной специализации / Л. Г. Харитонов, Я. А. Куценко, И. Ю. Горская // Физ. культура: воспитание, образование, тренировка. 1998. № 4. С. 48–51.
12. URL: <http://www.databasegolf.com/players>
13. URL: <http://www.nationmaster.com/encyclopedia>
14. URL: <http://www.pgatour.com/players>
15. Larkey, P. D. Comparing players in professional golf // Science and Golf III / Proceedings of the 1998 World Scientific Congress of Golf ; Ed. M. R. Farrally, A. J. Cohhran. Human Kinetics, UK, 1998. P. 235–242.
16. Official World Golf Ranking [Электронный ресурс]. URL: <http://www.officialworldgolfranking.com>
17. Wiseman, F. An analysis of performance statistics for players on the US PGA, Senior PGA and LPGA tours / F. Wiseman, S. Chatterjee, D. Wiseman, N. S. Chatterjee // Science and Golf III / Proceedings of the 1998 World Scientific Congress of Golf ; Ed. M. R. Farrally, A. J. Cohhran. Human Kinetics, UK, 1998. P. 243–250.

Сведения об авторах

Бурлаков Илья Юрьевич — магистрант первого года обучения Российского государственного университета физической культуры, спорта, молодёжи и туризма (ГЦОЛИФК), Москва, Россия. korolkov07@list.ru

Верченова Анна Витальевна — соискатель в аспирантуре Педагогического института физической культуры Московского педагогического государственного университета, Москва, Россия. korolkov07@list.ru

Корольков Алексей Николаевич — кандидат технических наук, доцент кафедры теории и методики гольфа Российского государственного университета физической культуры, спорта, молодёжи и туризма (ГЦОЛИФК), Москва, Россия. korolkov07@list.ru

*Bulletin of Chelyabinsk State University.
Education and Healthcare. 2014. № 1. P. 57–62.*

RESULTS OF ANTHROPOLOGICAL MONITORING OF HIGH QUALIFICATION GOLFERS

I. Yu. Burlakov

*Graduate First Year of Studies, Russian State University of Physical Culture, Sport, Youth and Tourism, Moscow, Russia.
korolkov07@list.ru*

A. V. Verchenova

*Applicant Postgraduate Pedagogical Institute of Physical Culture, Moscow State Pedagogical University, Moscow, Russia.
korolkov07@list.ru*

A. N. Korolkov

Candidate of Technical Sciences, Senior Lecturer of the Department of Theory and Technique of Golf of Russian State University of Physical Culture, Sports, Youth and Tourism, Moscow, Russia. korolkov07@list.ru

The technique of determination of anthropometrical and age parameters of golfers on the basis of the analysis of statistical data from 1986 to 2013 is described in the article. Results of such analysis are given, morphological selection criteria of young athletes for occupations by golf are defined. Problems of dependence of efficiency of game actions in golf depending on type of a constitution of players are discussed. Tendencies in change an Quetelet BMI of leading golfers are revealed over time, expected changes of anthropometrical pa-

rameters of athletes golfers are assumed. The assessment of average age of the highest achievements in golf among men and women is made.

Keywords: *golf, monitoring, anthropometrical parameters, body mass index, constitution type, age of the highest sporting achievements.*

References

1. Akhmetov, I. I. Metodika i organizatsiya zanyatij atleticheskoy gimnastikoy s ucheto tipa teloslozheniya muzhchin i ikh geneticheskoy predispozitsii [Methodology and organization of the practice of athletic exercises with regard to body type men and their genetic predisposition] / I. I. Akhmetov, I. Yu. Yanovskiy // *Teoriya i praktika fiz. kulturih*. 2007. № 1. S. 22–25.
2. Blinkov, S. N. Vliyanie dvigatelnykh rezhimov razlichnoy napravlenosti na fizicheskuyu rabotosposobnost devochek 10–17 let raznykh tipov teloslozheniya [The influence of locomotor modes of different orientation on the physical health of girls 10–17 years of different body types] / S. N. Blinkov, S. P. Levushkin // *Teoriya i praktika prikladnykh i ehkstremaalnykh vidov sporta*. 2010. № 3 (18). S. 41–44.
3. Koroljov, A. N. Nekotorye didakticheskie osobennosti usvoeniya igrovnykh deystviy v golfe [Some didactic features learning games action in Golf] / A. N. Koroljov // *Fizicheskaya kuljtura: vospitanie, obrazovanie, trenirovka: Detskiy trener : zhurnal v zhurnale*. 2012. № 6. S. 40–43.
4. Koroljov, A. N. O nadezhnosti rezul'tatov testov na gibkost v komplekse testov OFP [About the reliability of the test results on flexibility in the complex of physical performance tests OFP] / A. N. Koroljov // *Teoriya i praktika fizicheskoy kuljurih: Trener : zhurnal v zhurnale*. 2011. № 4. S. 70–72.
5. Koroljov, A. N. Ocenka obshchey fizicheskoy podgotovlennosti s pomosh'yu tsentroidnogo metoda glavnnykh komponentov dlya mnogikh peremennykh [An assessment of the overall physical fitness by using the centroid method of principal components for many variables] / A. N. Koroljov // *Vestn. sportiv. nauki*. 2013. № 1. S. 15–19.
6. Koroljov, A. N. Faktori, opredelyayushie polozhenie igrokov v golfe v mirovom reytinge [The factors that determine the position of the golfers in the world rankings] / A. N. Koroljov, D. S. Zherebko // *Teoriya i praktika fizicheskoy kuljurih*. 2013. № 2. S. 53–55.
7. Pautkin, A. V. Somatotipologicheskij podkhod v prognosticheskoy ocenke dvigatel'noy odarennosti yunihkh sportsmenov [Somatotopically approach in the prognostic assessment of motor gifted young athletes] / A. V. Pautkin, M. M. Samsonov, S. D. Antonyuk // *Teoriya i praktika fizicheskoy kuljurih : Trener : zhurnal v zhurnale*. 2007. № 8. S. 40–42.
8. Sidorov, A. M. Pravila gol'fa. Resheniya 2010–2011 [The rules of Golf. Solutions 2010–2011] / A. M. Sidorov. Ul'yanovsk : Ul'yanovskiy dom pečati, 2012. 600 s.
9. Ruderman, G. Metaniya v XX veke: tendentsii razvitiya [Throwing in the twentieth century: development trends] / G. Ruderman // *Legkaya atletika*. 2002. № 3–4. C. 18–26.
10. Skvorcov, Yu. F. Osnovnye pokazateli fizicheskogo razvitiya, sportivnykh rezul'tatov i vozmozhnost ikh ispol'zovaniya dlya prognozirovaniya individualnykh rezul'tatov v plavanii [Key indicators of physical development, athletic performance and the ability to use them to predict individual performance in swimming] / Yu. F. Skvorcov, K. A. Kiseleva // *Teoriya i praktika fizicheskoy kuljurih : Trener : zhurnal v zhurnale*. 2007. № 2. S. 34–36.
11. Kharitonova, L. G. Otkor shpazhistov s ucheto tipa teloslozheniya na etape nachal'noy sportivnoy spetsializatsii [Tackling fencers with the body type at the initial stage of sports specialization] / L. G. Kharitonova, Ya. A. Kucenko, I. Yu. Gorskaya // *Fizicheskaya kuljtura: vospitanie, obrazovanie, trenirovka*. 1998. № 4. S. 48–51.
12. URL: <http://www.databasegolf.com/players>
13. URL: <http://www.nationmaster.com/encyclopedia>
14. URL: <http://www.pgatour.com/players>
15. Larkey, P. D. Comparing players in professional golf // *Science and Golf III / Proceedings of the 1998 World Scientific Congress of Golf*; Ed. M. R. Farrally, A. J. Cohran. Human Kinetics, UK, 1998. P. 235–242.
16. Official World Golf Ranking [Электронный ресурс]. URL: <http://www.officialworldgolfranking.com>
17. Wiseman, F. An analysis of performance statistics for players on the US PGA, Senior PGA and LPGA tours / F. Wiseman, S. Chatterjee, D. Wiseman, N. S. Chatterjee // *Science and Golf III / Proceedings of the 1998 World Scientific Congress of Golf*; Ed. M. R. Farrally, A. J. Cohran. Human Kinetics, UK, 1998. P. 243–250.

УДК 796.9:616
ББК 75.7

СВЯЗЬ ДИНАМИКИ ОМЕГА-ПОТЕНЦИАЛА ГОЛОВНОГО МОЗГА КВАЛИФИЦИРОВАННЫХ АЙКИДОИСТОВ С ПОКАЗАТЕЛЯМИ ИХ ПСИХОМОТОРИКИ

Е. В. Елисеев, А. В. Белоедов

ФГБОУ ВПО «Челябинский государственный университет», Челябинск, Россия

Полученные данные указывают на то, что биоэлектрические явления составляют важную часть нейрофизиологических процессов и тесно взаимосвязаны с психомоторной деятельностью в айкидо Тенсинкай.

Ключевые слова: *омега-потенциал головного мозга, психомоторика, айкидо, возрастной аспект, спортивная квалификация.*

Современный этап развития физиологии актуализирует поиск надёжных, наглядных и информативных показателей функционального состояния нервной системы (НС), оцениваемых по анализу сверхмедленных электрофизиологических процессов (СМЭФП) [4; 7] и, в частности, омега-потенциала (ОП) мозга человека [5; 7]. И если такие показатели отражают формирование различных функциональных состояний при адаптации организма человека к физическому и психическому стрессу [1; 3; 6], то они представляют значительный интерес и в рамках наших исследований, поскольку для физиологии спорта может проявиться ещё одна сторона инструментального контроля резервных возможностей мозга, психики и когнитивных функций спортсмена с учётом его спортивной квалификации, возраста, утомления и здоровья. Следовательно, определение взаимосвязи динамики омега-потенциала головного мозга квалифицированных айкидоистов с показателями их психомоторики актуально и своевременно.

Материалы и методы исследования. В условиях учебно-тренировочного и соревновательного процессов было обследовано 120 спортсменов айкидо Тенсинкай: III спортивный разряд — $n=42$, II разряд — $n=40$, I разряд — $n=38$. Деление спортсменов на возрастные и спортивно-квалификационные категории было произведено в соответствии с Единой спортивной классификацией в айкидо Тенсинкай [2]. Так, в группу III разряда вошли 42 спортсмена юношеской возрастной квалификационной группы (ЮВКГ) в возрасте от 16 до 17 лет включительно. Группу II разряда составили спортсмены трёх возрастных групп: ЮВКГ — 12 человек; молодёжной

возрастной квалификационной группы (МВКГ) в возрасте от 18 до 20 лет включительно — 15 единоборцев, взрослой возрастной квалификационной группы (ВВКГ) в возрасте от 21 года и старше — 13 спортсменов. Группу спортсменов I разряда составили — 20 и 18 айкидоистов МВКГ и ВВКГ соответственно.

Для исследования динамики омега-потенциала головного мозга обследуемых использовался методический приём дискретной регистрации омега-потенциала в отведении от макушки по отношению к тенару правой и левой рук. В наших исследованиях мы использовали серийно выпускаемые приборы Ц4313 в режиме милливольтметра, имеющие необходимые характеристики (диапазон измеряемых напряжений от -25 до $+75$ мВ, погрешность измерений собственно прибора менее $\pm 2\%$, входное сопротивление 50 МОм, чувствительность 1 мВ, дрейф не более $\pm 0,5$ мВ за 8 ч непрерывной работы). Для дискретной регистрации ОП с поверхности головы и тела человека нами применены жидкостные диффузионные хлорсеребряные электроды ЭВЛ-1М3 Гомельского завода измерительных приборов [7]. Конструкция электродов этого типа обеспечивает стабильность и воспроизводимость собственного потенциала электродов и практически исключает влияние поляризационных эффектов [4; 7] на измеряемые величины омега-потенциала. Для минимизации влияния температурного фактора измерения проводили при температуре $18-22$ °С после адаптации испытуемых. Измерения ОП производились в течение 7–10 минут. Для сохранения постоянства условий измерения электрод, устанавливаемый в области вертаса, подключается на вход усилителя со знаком (–), а электрод, устанавли-

ливаемый в области тенара кистей рук — на вход усилителя со знаком (+). Стабильность электродов оценивалась по разности потенциалов между ними (0–1 мВ) и отсутствию дрейфа [7] до и после измерения ОП головного мозга. Характеристикой сохранности системных адаптивных механизмов является время, в течение которого стабилизируется величина ОП, интенсивность и направленность сдвигов этого показателя от первого измерения до момента его стабилизации, при спокойном бодрствовании обследуемого [7].

С учётом отсутствия данных об амплитудно-временных характеристиках ОП головного мозга при отведении вертекс-тенар у квалифицированных айкидоистов проводился стандартный статистический анализ с определением среднего значения ОП как конечного результата всех регуляторных влияний на ОП. Анализировались дисперсия, среднее квадратичное отклонение, а также мода, характеризующие уровень относительно стабильного функционирования регуляторных систем головного мозга. Значения ОП рассматривались как его базовый уровень. Диапазонный анализ проводился в границах: 1) снижение адаптационных возможностей (от –1 до –19 мВ); 2) оптимальное функционирование организма (от –20 до –39 мВ); 3) напряжение систем регуляции (от –40 до –60 мВ). Первый и третий диапазоны рассматривались как диапазоны неоптимальных значений [7].

Математико-статистическая обработка экспериментального материала, проведённая с помощью табличного редактора Microsoft Excel и программного пакета Statistica 6.0, включала в себя непараметрический (Спирмен) и параметрический (Пирсон) корреляционный анализ. Для определения различий в исследуемых показателях использовали метод сравнения групп по *t*-критерию Стьюдента. Статистически значимыми считались значения при $p < 0,05$.

Результаты исследования и их обсуждение. В результате исследований была выявлена отрицательная линейная связь между средними значениями ОП головного мозга и показателями отмеривания временного интервала после задержки, равной 5 с. Коэффициенты корреляции (r) составили: $r = -0,56$ у III разряда, $r = -0,46$ — у II разряда ЮВКГ (16–17 лет), $r = -0,51$ — у II разряда МВКГ (18–20 лет), $r = -0,58$ — у II разряда ВВКГ (21 год и старше), $r = -0,57$ — у I разряда МВКГ, $r = -0,57$ — у I разряда ВВКГ (рисунок). Следовательно, при оптимальных значени-

ях ОП головного мозга спортсмены всех обследуемых спортивных квалификаций могут точно оценивать микроинтервалы времени, в течение которых выполняются скоростные движения и действия. Корреляционный анализ указывает на наличие обратной линейной связи между ОП головного мозга и показателями отмеривания временного интервала после задержки, равной 1 с, у спортсменов ВВКГ, коэффициенты корреляции (r) составили: $r = -0,34$ — у II разряда, $r = -0,36$ — у I разряда. Следовательно, точность антиципирующей реакции, быстрота реакции выбора и точность вероятностного прогнозирования тактической ситуации совершенствуются у спортсменов в айкидо Тенсинкай после 21 года. Из рисунка также видно, что у айкидоистов массовых спортивных разрядов большое количество наиболее значимых парных корреляций наблюдается между величиной ОП головного мозга и показателями, характеризующими скоростные качества. Здесь наибольшая корреляционная связь выявлена у спортсменов II разряда МВКГ ($r = -0,71$) и ВВКГ ($r = -0,78$).

Исследования корреляционных взаимосвязей между оптимальным диапазоном ОП головного мозга и чувством дистанции, как специализированного качества айкидоистов, показали, что единоборцы более высокой квалификации могут очень точно оценивать дистанцию. Об этом говорят отрицательно замыкающие связи между данными показателями у спортсменов II и I разрядов МВКГ и ВВКГ. Таким образом, оценка знака и тесноты взаимосвязи показателей психомоторики с величиной ОП головного мозга показала, что его увеличение в диапазоне оптимальных значений (от –20 до –39 мВ) сопровождается улучшением соответствующих психофизиологических характеристик. Полученные в наших исследованиях данные указывают на то, что биоэлектрические явления составляют важную часть нейрофизиологических процессов и тесно взаимосвязаны с психомоторной деятельностью в айкидо Тенсинкай.

Выводы

1. Отрицательная линейная связь между средними значениями ОП головного мозга и показателями отмеривания временного отрезка (интервала) после задержки, равной 5 с, раскрыла следующую динамику корреляции (r): $r = -0,56$ у спортсменов III разряда, $r = -0,46$ — у спортсменов II разряда 16–17 лет, $r = -0,51$ — у спортсменов II разряда в возрасте 18–20 лет, $r = -0,58$ — у спортс-

III разряд (16-17 лет) n=42



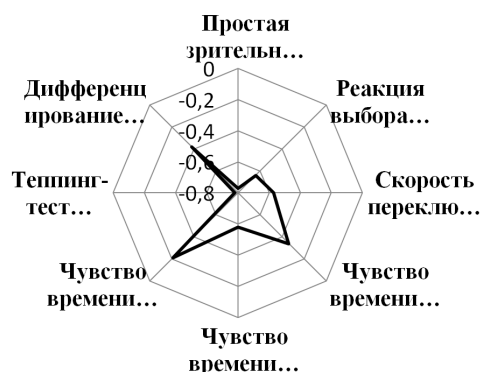
II разряд (16-17 лет) n=12



II разряд (18-20 лет) n=15



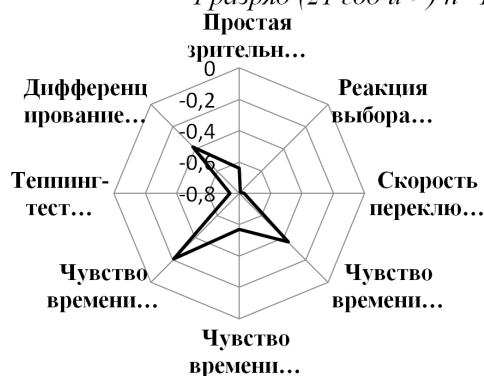
II разряд (21 год и >) n=13



I разряд (18-20 лет) n=20



I разряд (21 год и >) n=18



Коэффициенты корреляции показателей психомоторики с величиной омега-потенциала у айкюдоистов массовых спортивных разрядов в возрастном аспекте

сменов II разряда в возрасте 21 года и старше, $r = -0,57$ — у айкюдоистов I разряда 18–20 лет, $r = -0,57$ — у спортсменов I разряда в возрасте 21 года и старше; после задержки, равной 1 с, коэффициенты корреляции (r) составили: $r = -0,34$ — у айкюдоистов II разряда в возрасте 21 года и старше, $r = -0,36$ — у спортсменов I разряда в возрасте 21 года и старше. Это свидетельствует о том, что точность антиципирующей реакции, быстрота реакции выбора и точность вероятностного прогнозирования тактической ситуации со-

вершенствуются у айкюдоистов массовых спортивных разрядов после 21 года и нескольких лет тренировок.

2. У айкюдоистов массовых спортивных разрядов большое количество наиболее значимых парных корреляций наблюдается между величиной ОП головного мозга и показателями, характеризующими скоростные качества. Здесь наибольшая корреляционная связь выявлена у спортсменов II разряда МВКГ ($r = -0,71$) и ВВКГ ($r = -0,78$).

3. Оценка знака и тесноты взаимосвязи показателей психомоторики с величиной ОП головного мозга показала, что его увеличение в диапазоне оптимальных значений (от -20 до -39 мВ) сопровождается улучшением соответствующих психофизиологических характеристик.

Список литературы

1. Байгужин, П. А. Особенности психогаммы студентов педагогического университета [Электронный ресурс] / П. А. Байгужин // *Соврем. исслед. социал. проблем*. 2012. № 3. URL: <http://sisp.nkras.ru/e-ru/issues/2012/3/bayguzhin.pdf>
2. Елисеев, Е. В. Архитектоника и системогенез помехоустойчивости организма спортсмена : монография / Е. В. Елисеев. Челябинск : Экодом, 2002. 256 с.
3. Кокорева, Е. Г. Гетерохронизм развития психофизиологических функций у детей с сенсорными нарушениями : автореф. дис. ... д-ра биол. наук / Е. Г. Кокорева. Челябинск : ЧГПУ, 2010. 28 с.
4. Короткая, Г. П. Роль асимметрии головного мозга в регуляции двигательных и вегетативных функций организма у спортсменов : автореф. дис. ... канд. биол. наук / Г. П. Короткая. Киев : НАН, 2002. 20 с.
5. Степанова, О. Б. Произвольная регуляция скорости движений рук у лиц с различными профилями латеральной организации мозга : автореф. дис. ... канд. психол. наук / О. Б. Степанова. М. : МГУ, 2000. 20 с.
6. Трегубова, М. В. Помехоустойчивость и адаптация нервно-мышечного аппарата единоборцев в меняющихся условиях спортивной деятельности / М. В. Трегубова // *Устойчивое развитие в неустойчивом мире : материалы Междунар. междисциплинар. науч. конф.* (26–28 июня 2014 г.). Челябинск : ЧелГУ, 2014. С. 47–51.
7. Фокин, В. Ф. Оценка энергозатратных процессов головного мозга человека с помощью регистрации уровня постоянного потенциала / В. Ф. Фокин, Н. В. Пономарёва // *Современное состояние методов неинвазивной диагностики в медицине*. М., 1996. С. 68–72.

Сведения об авторах

Елисеев Евгений Вадимович — доктор биологических наук, профессор, заведующий кафедрой физического воспитания и спорта Челябинского государственного университета, Челябинск, Россия. salage@bk.ru

Белоедов Александр Владимирович — старший преподаватель кафедры физического воспитания и спорта Челябинского государственного университета, Челябинск, Россия. salage@bk.ru

*Bulletin of Chelyabinsk State University.
Education and Healthcare. 2014. № 1. P. 63–67.*

COMMUNICATION DYNAMICS OMEGA-BRAIN POTENTIAL QUALIFIED AIKIDOISTS ON THE PERFORMANCE OF THEIR PSYCHOMOTOR

E. V. Eliseev

Doctor of Biology, Professor, Head of Department of Physical Education and Sports of Chelyabinsk State University, Chelyabinsk, Russia. salage@bk.ru

A. V. Beloedov

Senior Lecturer, Department of Physical Education and Sports of Chelyabinsk State University, Chelyabinsk, Russia. salage@bk.ru

References

1. Bayjguzhin, P. A. Osobennosti psikhogrammih studentok pedagogicheskogo universiteta [Features psychograms students Pedagogical University] / P. A. Bayjguzhin // *Sovremennihe issledovaniya socialjnihkh problem*. 2012. № 3. URL: <http://sisp.nkras.ru/e-ru/issues/2012/3/bayguzhin.pdf>
2. Eliseev, E. V. Arkhitektonika i sistemogenez pomekhoustoyjchivosti organizma sportsmena [Architectonics and systemogenesis noise immunity of an athlete] : monografiya / E. V. Eliseev. Chelyabinsk : Ekhodom, 2002. 256 s.

3. Kokoreva, E. G. Geterokhronizm razvitiya psikhofiziologicheskikh funkciy u detey s sensornimi narusheniyami [Geterokhronizm of psychophysiological functions in children with sensory impairments] : avtoref. dis. ... d-ra biol. nauk / E. G. Kokoreva. Chelyabinsk : ChGPU, 2010. 28 s.

4. Korotkaya, G. P. Rol' asimmetrii golovnoy mozga v regulyatsii dvigatelnykh i vegetativnykh funkciy organizma u sportsmenov [The role of brain asymmetry in the regulation of motor and autonomic functions of the body in athletes:] : avtoref. dis. ... kand. biol. nauk / G. P. Korotkaya. Kiev : NAN, 2002. 20 s.

5. Stepanova, O. B. Proizvol'naya regulyatsiya skorosti dvizheniy ruk u lic s razlichnymi profilyami lateral'noy organizatsii mozga [Voluntary regulation of the speed of hand movements in persons with different profiles of the lateral organization of the brain] : avtoref. dis. ... kand. psikh. nauk / O. B. Stepanova. M. : MGU, 2000. 20 s.

6. Tregubova, M. V. Pomekhoustoychivost' i adaptatsiya nervno-mihshechnogo apparata edinoborcev v menyayutikhsvyay usloviyakh sportivnoy deyatel'nosti [Noise immunity and adaptation of the neuromuscular apparatus of fighters in a changing environment of sports activity] / M. V. Tregubova // Ustoychivoe razvitiye v neustoychivom mire : Mezhdunar. mezhdisciplinarnaya nauch. konf. (26–28 iyunya 2014 g.). Chelyabinsk : ChelGU, 2014. S. 47–51.

7. Fokin, V. F. Ocenka ehnergozatrattnykh processov golovnoy mozga cheloveka s pomothjyu registratsii urovnya postoyannogo potentsiala [Evaluation of energy-intensive processes of the human brain by recording the level of constant potential] / V. F. Fokin, N. V. Ponomareva // Sovremennoe sostoyanie metodov neinvazivnoy diagnostiki v medicine. M., 1996. S. 68–72.

УДК 373
ББК 74.26

«ДЕТСКАЯ ДЕРЕВНЯ SOS» И ОСОБЕННОСТИ СОЦИАЛЬНО-ПСИХОЛОГИЧЕСКОЙ АДАПТАЦИИ ВОСПИТАННИКОВ

С. П. Иванова

ФГБОУ ВПО «Псковский государственный университет», Псков, Россия

Публикация подготовлена в рамках поддержанного РГНФ научного проекта № 13-16-60002

Излагаются результаты эмпирического исследования особенностей социально-психологической адаптации воспитанников НОУ «Детская деревня SOS — г. Псков», которые позволили разработать и внедрить в воспитательный процесс комплекс коррекционно-развивающих программ для эффективной социально-психологической адаптации детей к новым условиям жизнедеятельности, а также систему психологических семинаров для мам, испытывающих трудности в работе с приёмными детьми.

Ключевые слова: *«Детская деревня SOS», социализация, социально-психологическая адаптация, психические состояния, агрессивность, тревожность, дезадаптация, маргинальная личность, психологические защиты, коррекция.*

Одна из новых форм организации процесса социализации детей-сирот, детей без попечения родителей и детей, которым грозит потеря семьи, НОУ «Детская деревня SOS» (SOS-Kinderdorfer, SOS Children's Villages International). Аббревиатура SOS появилась в названии организации от сокращения фразы «социальная поддержка» (англ. social support), которое также соотносится с международным обозначением сигнала бедствия и символизирует острую потребность самых уязвимых представителей общества-детей — в помощи и защите [1]. НОУ «Детская деревня SOS — г. Псков», основана в 2010 г. Здесь дети-сироты и дети, лишённые родительского попечения, живут и воспитываются в семьях, жизнедеятельность которых строится по типу многодетной неполной семьи — «мама» вместе с шестью детьми в возрасте от 1 года до 14 лет. Воспитанники живут по общепринятому распорядку, однако процесс их социализации и адаптации сопряжён с определёнными трудностями психологического характера. Об этом свидетельствуют результаты проведённого нами исследования, целью которого было выявление психических состояний (агрессии, тревожности) и социально-психологической адаптации воспитанников.

Материалы и методы исследования. В экспериментальных целях использовались следующие методы и методики: интервью с «мамами» НОУ «Детская деревня SOS — г. Псков», включающее анамнез жизнедеятельности воспитан-

ников, а также характеристику их поведения; наблюдение за поведением детей с помощью их ответов на вопросы в специальном бланке, а также карты наблюдения Стотта (КНС) [6], заполняемой педагогами и воспитателями образовательных учреждений, в которых обучались воспитанники; методики: А. Басса-А. Дарки в адаптации А. К. Осницкого, направленная на выявление агрессивности и враждебности; «Шкала явной тревожности (СМАС)», позволяющая определить уровень тревожности как относительно устойчивого образования и выявить степень её проявления уровня; «Тест школьной тревожности Филипса», предназначенный для изучения уровня и характера тревожности, связанной со школой у детей младшего и среднего школьного возраста; «Диагностика социально-психологической адаптации» К. Роджерса, Р. Даймонда [17], и «Незаконченные предложения» (детский вариант) В. М. Михала [18], проясняющая отношение воспитанников к себе и окружающим: к «маме» (по просьбам «мам» обследуемых подростков были исключены предложения, выявляющие отношение к родственникам), братьям, сёстрам, к детской неформальной и формальной группам, учителям, школе, своим собственным способностям, а также на выявление целей, ценностей, конфликтов и значимых переживаний.

Результаты исследования и их обсуждение. Интервью с мамами показало, что все воспитанники НОУ «Детская деревня SOS — г. Псков» —

дети из неблагополучных семей с синдромом материнской депривации. У одних детей мать и отец лишены родительских прав; у других — мать оставила ребёнка на воспитание соседке, а сама уехала на заработки, отца нет; у кого-то мать состоит на учёте у психиатра, лишена родительских прав, отца нет. Есть и такие дети, от которых мать написала отказ от ребёнка в роддоме; отец отбывает наказание, а мать умерла. Как следствие, дефицита родительской теплоты одной из главных характеристик этих детей, по словам «мам», является агрессивность, проявляющаяся во внешнем недовольстве, неадекватных протестующих действиях, враждебном отношении к другим; желаний «взять своё» любой ценой, конфликтности, грубости; жёстких и резких реакциях на чьи-либо действия; излишней негативной активности, несдержанности, неумении контролировать себя, открытом выступлении против всех и др.

Включённое наблюдение за поведением детей в разных сферах жизнедеятельности в условиях Детской деревни SOS выявило у 53 % подростков высокий уровень агрессивного поведения, проявляющийся в озлобленности, задиристости, враждебности, гневе, склонности к насильственным действиям. Данные наблюдения подтвердили результаты тестирования подростков с помощью методики Басса — Дарки: у 55 % детей выявлен высокий индекс враждебности. Большинство подростков (80 %) склонны к вербальной агрессии. Их отличают психическая неуравновешенность, постоянные тревожность, сомнения и неуверенность в себе. Для них характерен постоянный внутриличностный конфликт, который влечёт за собой состояния напряжения и возбуждения. Малейшие неприятности выбивают их из колеи, вызывают у них вспышки раздражения, гнева и страха (особенно при любых реальных или мнимых умалениях их значимости, престижа или чувства личного достоинства). При этом воспитанники не умеют и не считают нужным скрывать свои чувства и отношение к окружающим и выражают их в агрессивных вербальных формах. 50 % подростков испытывают чувство вины, выражающееся в возможном убеждении в том, что они являются плохими детьми, поступают зло, а также угрызения совести. 40 % воспитанников склонны к проявлению физической агрессии — любят демонстрировать свою силу и власть, доминировать над другими людьми и проявлять садистские тенденции, отличаются малой рассудительностью и сдержанностью,

плохим самоконтролем. У 40 % подростков выявлена косвенная агрессия, которая проявляется чрезмерной импульсивностью, слабым самоконтролем, низкой осознанностью своих действий; они очень плохо переносят критику и замечания в свой адрес, поэтому люди, критикующие их (учителя, родители, сверстники), вызывают у них чувства раздражения, обиды и подозрительности. 55 % детей испытывают раздражительность, т. е. готовность к проявлению негативных чувств (вспыльчивость, грубость и др.) при малейшем возбуждении. У 45 % младших подростков имеет место негативизм — всё, что задевает их личность, вызывает чувство протеста, поэтому критику и равнодушие окружающих они воспринимают как обиду и оскорбление и начинают сразу же активно выражать своё негативное отношение. У многих воспитанников выявлены также обида (25 %), проявляющаяся в зависти и ненависти к окружающим за действенные и вымышленные действия, а также подозрительность (30 %), проявляющаяся в различном диапазоне от недоверия и осторожности по отношению к людям до убеждения в том, что другие люди планируют и приносят вред.

Выявленные показатели поведения воспитанников Детской деревни SOS (немотивированная злость, повышенная раздражительность, эмоциональная неуравновешенность, несдержанность, озлобленность, рассерженность, обида, подозрительность, чувство вины) указывают на наличие у многих из них негативных эмоциональных состояний. Изучение уровня тревожности как относительно устойчивого образования при помощи методики SMAS выявило три группы воспитанников. В первую группу (40 %) вошли спокойные, уравновешенные, оптимистичные подростки с низким и нормальным уровнем тревожности, что обеспечивает им эмоциональный комфорт, адаптацию и продуктивную деятельность. Во вторую группу (47 %) были включены подростки с повышенным уровнем тревожности, который хотя и обеспечивает оптимальный уровень «включенности» в ситуацию и создаёт условия для своевременного реагирования на изменение требований и правил, но ограничивает ресурсы взаимодействия в новой ситуации. В третью группу (13 %) вошли подростки с явно повышенной тревожностью как личностным образованием, носящим «разлитой», генерализованный характер.

Исследование уровня и характера тревожности с помощью «Теста школьной тревожности

Филипса» подтвердило факт наличия у преобладающего большинства воспитанников (50 %) повышенного уровня тревожности. Эта тревожность часто бывает связана с ограниченным кругом ситуаций, в частности, со школьной сферой жизни. Так, выявлен повышенный уровень: общей школьной тревожности — у 52 % девочек; страха ситуации проверки знаний — у 68,3 % девочек и у 50 % мальчиков; страха самовыражения — у 58,3 % девочек; страха несоответствовать ожиданиям окружающих — у 50 % девочек. Установлены также близкий к повышенному уровень общей тревожности в школе — у 41 % мальчиков; проблемы и страхи в отношениях с учителями — у 48,8 % девочек и 39 % мальчиков; фрустрация потребности в достижении успеха — у 40,8 % девочек; переживания социального стресса — у 38,2 % девочек; низкая физиологическая сопротивляемость стрессу — у 38 % девочек; страх несоответствовать ожиданиям окружающих — у 45 % мальчиков.

Как видим, большинство воспитанников Детской деревни SOS пребывают в негативном самооценочном состоянии, недовольстве собой и другими, застойных негативных эмоциональных состояниях. Эмоциональные состояния принято определять как отражение переживания человеком своего отношения к себе и к другим — в зависимости от актуальной жизненной ситуации (ситуативная составляющая), предшествующего состояния (транситуативная составляющая), особенностей личности (личностная составляющая). Переживание выступает как активный внутренний процесс, реально преобразующий психологическую ситуацию, восстанавливающий душевное равновесие, позволяющий найти смысловое соответствие сознания и бытия. В данном контексте эмоциональные состояния выступают как индикатор трудности и оценка значимости ситуации для личности, а также как фактор, приводящий к изменению поведения в ситуации. Трудную ситуацию обычно рассматривают как целостную совокупность внешних объективно сложных условий и внутренних субъективных психически напряжённых состояний. Основными признаками трудной ситуации межличностного взаимодействия выступают непродуктивный стиль общения и негативные эмоциональные состояния всех вовлечённых в ситуацию лиц. Негативные эмоциональные состояния определённым образом влияют на разворачивание трудной ситуации. Через эмоциональный фон потенциальная проблема,

свойственная любой ситуации, становится непосредственной трудностью, реализующейся в межличностном взаимодействии. Можно предполагать, что проблемы и страхи в отношениях с учителями у воспитанников Детской деревни SOS создают общий негативный фон отношений с взрослыми, снижающий не только успешность обучения детей, но и самооценку личности в целом, осложняя процесс социально-психологической адаптации в целом.

Это подтвердили результаты исследования социально-психологической адаптации воспитанников Детской деревни SOS, полученные с помощью карты наблюдения Стотта. Анализ эмпирических данных показал, что 50 % детей имеют значительные нарушения механизмов личностной адаптации — их коэффициент дезадаптации находится в пределах от 31 до 75 баллов (вместо максимально допустимых 25 баллов). Эти дети находятся на грани клинических нарушений и нуждаются в специальной помощи, вплоть до вмешательства психоневролога. Нарушения проявляются и у девочек, и у мальчиков прежде всего по показателям враждебности по отношению к взрослым (у 35,7 % детей); глубокого состояния депрессии (у 32,1 % детей) и недоверия к новым людям (у 28,6 % детей). Кроме того, у большинства девочек Детской деревни SOS (64,3 %) также выражена тревожность по отношению к взрослым, а у большинства мальчиков (64,3 %) достаточно выраженными являются тревожность по отношению к другим детям, неуговорность (50 %), недостаток социальной нормативности (35,7 %).

Дополнительная информация о характере социально-психологической адаптации воспитанников Детской деревни SOS была получена с помощью методик «Диагностика социально-психологической адаптации (СПА)» и «Незаконченные предложения». Результаты тестирования с помощью СПА выявили у 53 % детей низкий результат по шкале эмоционального комфорта и у 33 % воспитанников Детской деревни SOS низкий уровень адаптации, что указывает на определённые трудности детей в привыкании к жизнедеятельности в новых условиях; насторожённое отношение ко всему новому, которое часто «принимают в штыки». Процесс адаптации к новым условиям жизнедеятельности осложняется наличием у всех подростков высоких показателей самопринятия (100 %) и стремления к доминированию (75 %), с одной стороны, и низких показателей принятия

других (67 %) и интернальности (75 %), с другой стороны. Это говорит о том, что воспитанники воспринимают себя как самодостаточных, имеющих свою точку зрения на всё, поскольку они, по их мнению, «очень хорошо ориентируются в житейских ситуациях», грамотно решают практические вопросы, по отношению же к другим демонстрируется авторитарный стиль отношения: большая часть подростков предпочитает вести себя так, как считает нужным, не склоняясь к устоявшимся мнениям и способам действий окружающих. При этом подростки не считают себя ответственными за своё поведение ни в области достижений, ни в области неудач, ни в области межличностных отношений. Бесспорно, такие качества, как энергичность, лидерство, упорство и настойчивость, несомненно, могли бы положительно сказываться на реализации адаптационных возможностей воспитанников Детской деревни SOS (они могли бы быть авторитарными лидерами, успешными в делах и требующими к себе уважения), однако стремление к доминированию на данном этапе характеризуется более жёсткой моделью поведения по отношению к окружающим с такими преобладающими чертами как: жестокость, резкость, доминантность, самодовольство, склонность к соперничеству.

Это проявилось и в ответах детей при выполнении проективной методики «Незаконченные предложения». Контент-анализ эмпирических данных показал, что в целом все подростки к своей новой семье относятся положительно, любят её; свою новую «маму» большинство детей (67 %) уважают, ценят и слушаются, однако считают её очень строгой («всё находится под её строгим контролем») и не могут сказать, что любят её. 47 % подростков ответили, что не любят своих братьев/сестёр, т. к. они «завидуют им во всём: в учёбе, в общении с другими детьми». На вопрос «Как вы относитесь к учителям и школе?» 40 % подростков ответили, что испытывают страх, 60 % сказали, что в школе ведут себя агрессивно, «много дерутся». По отношению к людям в целом все подростки ответили, что «испытывают насторожённость». Свои способности большинство подростков (67 %) не смогли оценить; 20 % детей оценили как «средние»; 13 % считают, что у них низкие способности, т. к. они «хотят учиться лучше, но у них не получается». На вопрос «Какие негативные переживания, страхи у них есть?» 47 % подростков указали, что боятся, что «мама не всегда будет с ними»; 33 % сказа-

ли, что испытывают негативные переживания из прошлого, 20 % детей испытывают страх за каждый прожитый день. На вопрос, выявляющий их отношение к болезни, 20 % подростков ответили, что у них очень низкий иммунитет («сколько мама не покупала бы витаминов, овощей и фруктов, им ничего не помогает»).

Таким образом, процесс социально-психологической адаптации воспитанников Детской Деревни SOS проходит достаточно болезненно: многим из них сложно привыкнуть и полюбить свою новую «маму»; привыкнуть к опекающей роли по отношению к сиблингам; испытывают страхи за свою жизнь. Школа и встречи с учителями вызывают чувство тревоги и страх своей несостоятельности; насторожённость встречи с новыми людьми. Они часто болеют, не смотря на заботу со стороны новой «мамы». Перед нами агрессивная, но очень ранимая, неуверенная в себе личность, защищающаяся от внешнего мира, а не взаимодействующая с ним. Высокая напряжённость и фрустрированность не позволяют воспитанникам гибко и адекватно реагировать на изменяющиеся требования, что снижает их социализационный потенциал (имеют трудности в общении, часто оказываются изолированными в группе сверстников, у многих отмечается агрессия от тревоги, которая носит защитный характер) и затрудняет процесс вхождения в новую социальную группу, принятия правил.

Причины трудностей социально-психологической адаптации и особенностей взаимодействия с миром и другими людьми воспитанников Детской деревни SOS кроются в прошлом опыте. В современной науке жизнь и деятельность человека рассматриваются как обусловленные единством и взаимодействием биологического и социального факторов при ведущей роли социального фактора [14; 16; 19]. Человек обретает свою родовую сущность, главным образом, благодаря осуществляемому под контролем окружающих (взрослых и старших) нормированию поведения и мышления индивида посредством введения общепринятых норм поведения и ценностей, позволяющих «правильно», т. е. адаптивным образом, взаимодействовать с другими людьми. Основные направления социализации соответствуют ключевым сферам жизнедеятельности человека — поведенческой, эмоционально-чувственной, познавательной, бытийной, морально-нравственной, межличностной, а её основу составляют такие социально-психологические механизмы,

как идентификация, то есть отождествление индивида с некоторыми людьми или группами, позволяющее усваивать разнообразные нормы поведения, которые свойственны окружающим; подражание является сознательным или бессознательным воспроизведением индивидом модели поведения, опыта других людей (в частности, манер, движений, поступков и т. п.); внушение — процесс неосознанного воспроизведения индивидом внутреннего опыта, мыслей, чувств и психических состояний тех людей, с которыми он общается; социальная фасилитация — стимулирующее влияние поведения одних людей на деятельность других в результате которого их деятельность протекает свободнее и интенсивнее; конформность — осознание расхождения во мнениях с окружающими людьми и внешнее согласие с ними, реализуемое в поведении [14].

В процессе первичной социализации в условиях родительской семьи развивающаяся личность «усваивает» социальные значения категорий объектов, явлений и ситуаций, составляющих основное содержание повседневной жизни, благодаря чему ребёнок в состоянии правильно понять то, что происходит в доме, на улице, в общественных местах и, соответственно, правильно выстраивать своё поведение. Воспринимая поведение старших членов семьи как нормальное, обычное, ребёнок эмоционально отождествляется с родителями и воспроизводит стереотипы их поведения, не задумываясь над тем, насколько они правильны с точки зрения общества [12]. В процессе вторичной социализации человек усваивает системы социальных значений, характеризующих специфические подобласти человеческой культуры, — образцы, помогающие решить, что существует (представления и понятия об окружающем мире), что может быть (взаимосвязи), как относится к тому, что есть, и что может быть (ценности), что с этим делать и как это делать (нормы) [2; 8; 11]. В связи с этим онтогенетическую социализацию можно определить как такой процесс взаимодействия индивида и социальной среды, в ходе которого, оказываясь в различных проблемных ситуациях, возникающих в сфере межличностных отношений, индивид приобретает механизмы и нормы социального поведения, установки, черты характера и их комплексы и другие особенности и подструктуры, которые в целом имеют адаптивное значение.

Понятия «социализация» и «адаптация» тесно взаимосвязаны: ребёнок социализируется, ак-

тивно адаптируясь к требованиям среды, а эффективная адаптация во многом определяется успешностью предшествующей социализации. Социально-психологическая адаптация — это процесс приведения основных параметров социальной и личностной характеристик человека в состояние динамического равновесия с новыми условиями среды жизнедеятельности как внешнего фактора по отношению к личности. Таким образом, адаптация может рассматриваться в двух направлениях: адаптация личности к новой внешней среде и адаптация как становление на этой основе её новых качеств. Причём данный процесс приспособления и реализации новых норм и ценностей должен иметь волевой и осознанный характер, иначе результатом этого процесса будет не адаптация, а внешнее приспособление, ведущее к конформному поведению, к лжеадаптации. Существенное отклонение личностных норм от общепринятых приводит к социальной дезадаптации либо к созданию новой общественной группы, если имеются единомышленники.

Адаптация ребёнка в новой для него приёмной семье это не только функционирование, взаимосвязь личности с широким кругом новых внешних обстоятельств, но и его саморазвитие. Выросшие в социально и материально неблагополучных семьях дети по прибытии в НОУ «Детская деревня SOS» сталкиваются с иными ценностями, нормами, типами поведения. Новые реальности жизнедеятельности в сочетании с внутренними противоречиями, когда одновременно продолжают действовать и старые уклады жизни, прочно закреплённые в психологии и менталитете предшествующих поколений и используемые биологическими родителями и близкими людьми, создают сложный конгломерат социальных позиций, полей, отношений. Все эти процессы в той или иной степени отражаются в сознании и поведении детей, вызывая у них состояние амбивалентности, проявляющееся в нерешительности, ощущении внутренней неустойчивости, тревоги, которые при оптимуме интенсивности приводят к психологическим расстройствам и срывам, заставляя прибегнуть к той или иной форме психологической защиты [3; 4; 7; 20]. На индивидуально-личностном уровне (ситуации межличностного взаимодействия) психологическая защита реализуется посредством формирования специфической регулятивной системы и комплекса защитных механизмов и алгоритмов поведения: уход — увеличение дистанции, прерывание контакта, выход

за пределы досягаемости воздействия; изгнание (вытеснение) — увеличение дистанции, удаление, вытеснение источника воздействия; блокировка (ограждение, преграда) — контроль воздействия, достигающего субъекта защиты, выставление преград, ограждение психики от внешнего воздействия; управление — контроль за процессом воздействия, влияние на его характеристики и источник (воздействия); затаивание (маскировка) — контроль информации о самом субъекте защиты, её искажение, сокрытие или сокращение подачи; игнорирование — контроль информации об источнике воздействия, наличии или характере угрозы (опасности); ограничение количества такой информации или её искажённое восприятие.

Следствием внутренней психологической дестабилизации личности является нарушение межгрупповых механизмов взаимопонимания, регулирующих контакты между людьми [9; 15]. Если в привычных условиях межгрупповые механизмы взаимопонимания (физиогномическая редукция, социальная категоризация, групповая идентификация, социальное сравнение, стереотипизация, атрибуция, децентрация и др.) дают готовые права, обязанности, привилегии, освобождающие от необходимости думать и создавать новые правила поведения, то в непривычных социокультурных условиях контакта с малознакомыми и незнакомыми людьми их использование

может стать причиной взаимного непонимания, появления внутреннего напряжения в отношениях, растущего сопротивления партнёру, желания добиться своих целей за счёт ущемления другого, недоверчивого отношения к устремлениям тех, с кем человек взаимодействует. Даже если возникшее противоречие не манифестируется в асимметричных способах социального поведения (доминировании, манипуляции, соперничестве) и межличностном конфликте, само его наличие вызывает к жизни взаимное стремление защищаться. Постепенно у ребёнка формируется психология «пешки», глобальное ощущение своей зависимости от других (феномен «выученной беспомощности»), сознание вины и стыда за себя; создаётся культ «самокритики», признания даже в совершении тех неодобряемых поступков, которые он никогда не совершал [5; 7; 13]. Дальнейшая социальная деградация личности приводит к разделению людей на «хороших» и «плохих», «своих» и «чужих», поскольку из сложного, противоречивого, неопределённого реального мира он переходит в «нереальный мир ясности, упрощённости» [4; 10; 20]. Вместе с тем именно совмещения элементов разного опыта воспитанников НОУ «Детская деревня SOS» могут привести к обогащению личности, создавая предпосылки для развития её творческих способностей.

Список литературы

1. Анализ опыта организации сопровождения замещающих семей на примере детских деревень SOS. М. : Спутник+, 2011. 39 с.
2. Асп, Э. Введение в социологию / Э. Асп. СПб. : Алетей, 1998. 151 с.
3. Бассин, Ф. В. О силе «Я» и психологической защите / Ф. В. Бассин // *Вопр. философии*. 1969. № 2. С. 11–15.
4. Берн, Э. Трансактный анализ и психотерапия / Э. Берн. СПб. : Братство, 1994.
5. Грачёв, Г. Информационно-психологическая безопасность личности: состояние и возможности психологической защиты / Г. Грачёв. М., 1998.
6. Гурова, Е. В. Диагностика психического развития детей : учеб.-метод. пособие / Е. В. Гурова, Н. Ф. Шляхта, Н. Н. Седова. М. : Ин-т молодёжи, 1992.
7. Доценко, Е. Л. Психология манипуляции: феномены, механизмы, защита / Е. Л. Доценко. М. : МГУ, 1997.
8. Ерастов, Б. С. Социальная культурология / Б. С. Ерастов. М., 1994. Ч. 1. 256 с.
9. Здравомыслов, А. Г. Потребности. Интересы. Ценности / А. Г. Здравомыслов. М., 1986.
10. Зеличенко, А. Психология духовности / А. Зеличенко. М., 1996.
11. Кармин, А. С. Основы культурологии. Морфология культуры / А. С. Кармин. СПб., 1997.
12. Ключко, В. Е. Коммуникативная среда как фактор становления ментального пространства человека / В. Е. Ключко // *Менталитет и коммуникативная среда в транзитивном обществе* / под ред. В. И. Кабрина, О. И. Муравьёвой. Томск : Томск. гос. ун-т, 2004. 282 с.
13. Ковалёв, Г. А. О системе психологического воздействия: (К определению понятия) / Г. А. Ковалёв

// Психология воздействия (проблемы теории и практики) : сб. науч. тр. АПН СССР, НИИ общ. и пед. психологии / ред. А. А. Бодалев. М., 1989.

14. Мудрик, А. В. Социализация человека / А. В. Мудрик. М. : Академия, 2004. 304 с.
15. Панфёров, В. Н. Когнитивные эталоны и стереотипы взаимопонимания людей / В. Н. Панфёров // Вопр. психологии. 1982. № 2. С. 139–141.
16. Парыгин, Б. Ф. Социальная психология: проблемы методологии, истории и теории / Б. Ф. Парыгин. СПб., 1999.
17. Практикум по возрастной психологии / под ред. Л. А. Головей, Е. Ф. Рыбалко. СПб. : Речь, 2001. 688 с.
18. Психологические тесты : в 2 т. / под ред. А. А. Карелина. М. : Владос, 2002.
19. Розум, С. И. Психология социализации и социальной адаптации человека / С. И. Розум. СПб. : Речь, 2006. 362 с.
20. Фрейд, З. Психология «Я» и защитные механизмы / З. Фрейд. М., 1993.

Сведения об авторе

Иванова Светлана Павловна — доктор психологических наук, профессор, заведующая кафедрой психологии развития и образования Псковского государственного университета, Псков, Россия. Svetlana97551@mail.ru

*Bulletin of Chelyabinsk State University.
Education and Healthcare. 2014. № 1. P. 68–75.*

«CHILDREN'S VILLAGE SOS» AND PECULIARITIES OF SOCIAL-PSYCHOLOGICAL ADAPTATION OF ADOPTED CHILDREN

S. P. Ivanova

*Doctor of Psychology, Professor, Head of the Department of Psychology of Development and Education
of Pskov State University, Pskov, Russia. Svetlana97551@mail.ru*

Presents the results of empirical research of social-psychological adaptation of students «Children's Village SOS — Pskov», which helped to develop and implement educational process in the complex management programs for effective socio-psychological adaptation of children to the new conditions of life, and psychological workshops for mothers who are experiencing difficulties in working with foster children.

Keywords: *«Children's village SOS», socialization, social-psychological adaptation, psychological states, disadaptation, state of marginality, psychological defenses.*

References

1. Analiz opitna organizacii soprovozhdeniya zamethayuthikh semey na primere Detskikh derevenj SOS [Analysis of experience in organizing support replacement lo-mei on the example of SOS Children's Villages]. М. : Sputnik+, 2011. 39 s.
2. Asp, Eh. Vvedenie v sociologiyu [Introduction to Sociology] / Eh. Asp. SPb. : Aleteyjya, 1998. 151 s.
3. Bassin, F. V. O sile «Ya» i psikhologicheskoyj zathite [The power of “I” and the psychological defense] / F. V. Bassin // Voprosih filosofii. 1969. № 2. S.1 1–15.
4. Bern, Eh. Transaktnihj analiz i psikhoterapiya [Transactional analysis and psychotherapy] / Eh. Bern. SPb. : Bratstvo, 1994.
5. Grachev, G. Informacionno-psikhologicheskaya bezopasnostj lichnosti: sostoyanie i vozmozhnosti psikhologicheskoyj zathitih [Information-psychological security of the person: the state and the possibility of psychological defense] / G. Grachev. М., 1998.
6. Gurova, E. V. Diagnostika psikhicheskogo razvitiya detej [Diagnosis of mental development of children] : ucheb.-metod. posobie / E. V. Gurova, N. F. Shlyakhta, N. N. Sedova. М. : Institut molodezhi, 1992.
7. Docenko, E. L. Psikhologiya manipulyacii: fenomenih, mekhanizmih, zathita [Psychology manipulation: phenomena, mechanisms, protection] / E. L. Docenko. М. : MGU, 1997.

8. Erastov, B. S. Social'naya kul'turologiya [Social Cultural Studies] / B. S. Erastov. M., 1994. Ch. 1. 256 s.
9. Zdravomihslav, A. G. Potrebnosti. Interesih. Cennosti [Needs. Interests. Values] / A. G. Zdravomihslav. M., 1986.
10. Zelichenko, A. Psikhologiya dukhovnosti [Psychology spirituality] / A. Zelichenko. M., 1996.
11. Karmin, A. S. Osnovih kul'turologii. Morfologiya kul'turih [Foundations of Cultural Studies. The morphology of the culture] / A. S. Karmin. SPb., 1997.
12. Klochko, V. E. «Kommunikativnaya sreda kak faktor stanovleniya mental'nogo prostranstva cheloveka [Communicative environment as a factor of mental Space Affairs Human] / V. E. Klochko // Mentalitet i kommunikativnaya sreda v tranzitivnom obthestve / pod red. V. I. Kabrina, O. I. Muravjevoj. Tomsk : Tomskiy gos. un-t, 2004. 282 s.
13. Kovalev, G. A. O sisteme psikhologicheskogo vozdeystviya (K opredeleniyu ponyatiya) [About the psychological impact (the definition of the concept)] / G. A. Kovalev // Psikhologiya vozdeystviya (problemih teorii i praktiki) : sb. nauch. tr. APN SSSR, NII obtheyj i pedagogicheskoyj psikhologii / red. A.A. Bodalev. M., 1989.
14. Mudrik, A. V. Socializaciya cheloveka [Socialization of human] / A. V. Mudrik. M. : Akademiya, 2004. 304 s.
15. Panferov, V. N. Kognitivnihe ehtalonih i stereotipih vzaimo-ponimaniya lyudej [Cognitive standards and stereotypes understanding people] / V. N. Panferov // Voprosih psikhologii. 1982. № 2. S. 139–141.
16. Parihgin, B. F. Social'naya psikhologiya: problemih metodologii, istorii i teorii [Social psychology: problems of methodology, history and theory] / B. F. Parihgin. SPb., 1999.
17. Praktikum po vozrastnoj psikhologii [Workshop on developmental psychology] / pod red. L. A. Golovej, E. F. Rihbalko. SPb.: Rechj, 2001. 688 s.
18. Psikhologicheskie testih [Psychological tests] : v 2 t. / pod red. A. A. Karelina. M. : Vldos, 2002.
19. Rozum, S. I. Psikhologiya socializacii i social'noj adapta-cii cheloveka [Psychology of socialization and social adaptation of the person] / S. I. Rozum. SPb. : Rechj, 2006. 362 s.
20. Frejyd, Z. Psikhologiya Ya i zathitnihe mekhanizmih [Psychology «I» and protective mechanisms] / Z. Frejyd. M., 1993.

УДК 612.66
ББК 56.7:75.0

РЕАКЦИИ СЕРДЦА НА ЛОКАЛЬНУЮ РАБОТУ МЫШЦ У ВЗРОСЛЫХ С НАРУШЕНИЯМИ ЗРИТЕЛЬНОЙ ФУНКЦИИ

Е. Г. Кокорева

ФГБОУ ВПО «Челябинский государственный университет», Челябинск, Россия

Результаты проведённой работы показали большую степень функционального напряжения сердца при нагрузке у слабовидящих людей, а также большее количество гипертензивных реакций по сравнению со здоровыми. Повышение показателей ЧСС и АД, а также индекса напряжения по Р. М. Баевскому при локальных нагрузках наблюдалось и у здоровых, но в значительно меньшей степени. Таким образом, использование локальных нагрузочных тестов позволяет выявить функциональное напряжение сердца, которое связано как с нарушением сенсорных потоков, так и с ограничением общего двигательного режима у лиц с нарушением зрения.

Ключевые слова: нарушение зрения, локальная работа мышц, адаптационные реакции сердца, вариабельность сердечного ритма.

Связь между физическим и функциональным развитием у детей с состоянием зрительного анализатора отмечают многие авторы [1; 2; 6]. Считается, что гипертоническая болезнь и атеросклероз закладываются в детском возрасте [5]. При нарушениях зрения уровень двигательной активности снижается. Известно, однако, что любая степень гипокинезии в детском возрасте отрицательно влияет на развитие сердечнососудистой, нервной системы, опорно-двигательного аппарата; снижает функциональные резервы организма, устойчивость к заболеваниям [6].

У взрослых лиц, страдающих нарушениями зрительной функции, с детства также снижается объём так называемой привычной двигательной активности, т. е. деятельности, выполняемой в процессе повседневного профессионального труда и в быту. Как правило, на производстве им предлагается несложная ручная работа (локальные нагрузки). Такое естественное снижение уровня двигательной активности влияет на состояние сердца у лиц с нарушением зрения.

Показано, что длительное применение локальных нагрузок на производстве может приводить к развитию гипертонической болезни и другим неблагоприятным изменениям в системе кровообращения и двигательном аппарате [2; 7]. В свою очередь известно, что состояние кровообращения, развитие гипертонической болезни, особенно у лиц старше 40 лет, влияет на все функции организма, в том числе — на зрение [4].

Цель работы заключалась в изучении адаптационных реакций сердца на локальный нагрузоч-

ный тест у взрослых лиц с нарушениями зрительной функции.

Материалы и методы исследования. Обследования проводили дважды в течение года. Обследовали здоровых и лиц, страдающих с детства нарушением зрения, трёх возрастных категорий: 31–40, 51–60 и 61–75 лет. Значительную часть в структуре глазной патологии у всех испытуемых занимали аномалии рефракции (близорукость, дальнозоркость, астигматизм), косоглазие, амблиопия. Средний трудовой стаж этих людей составил 20–25 лет. Большинство обследуемых работали на предприятиях, где использовался ручной труд (изготовление электрических розеток, крышек и т. д.), сочетающийся со статическим напряжением мышц спины и верхних конечностей. Испытуемые контрольных групп не занимались спортом, в их повседневной и трудовой деятельности также преобладали нагрузки на мышцы рук. Количество испытуемых в каждой группе составило от 14 до 16 человек.

Применяли комплекс методов исследований, включающий в себя пульсометрию; электрокардиографию; кардиоинтервалографию; измерение артериального давления (АД) по Короткову. В положении сидя испытуемые производили локальную статическую работу по удержанию усилия в $\frac{1}{3}$ от максимального на кистевом динамометре ДК-50 до появления утомления (невозможность удержания заданного усилия).

До, во время пробы и после нагрузок в течение трёх минут восстановительного периода измеряли ЧСС, АД, регистрировали кардиоинтервало-

граммы и электрокардиограммы. Для изучения адаптивных реакций организма и оценки функционального состояния рассчитывали показатели структуры сердечного ритма (СР): моды (Мо), вариационного размаха (ΔX), амплитуды моды (АМо) и индекса напряжения (ИН) [3].

Использовали также предложенные Т. В. Алфёровой-Поповой [2] три типа адаптационных реакций сердца на локальную работу: I — удовлетворительная адаптация, то есть напряжение центральных симпатических механизмов регуляции при исходно низком их уровне; II — напряжение адаптации, то есть повышение активности центрального контура при исходно его высоком уровне; III — недостаточность адаптации, то есть снижение активности центральных механизмов и усиление парасимпатических воздействий на сердце при работе, на фоне высокого напряжения центральных симпатических влияний в состоянии покоя.

Результаты исследования и их обсуждение. У взрослых испытуемых с нарушением зрения частота сердечных сокращений (ЧСС) с возрастом снижается, в период 51–65 лет отмечается тенденция к её увеличению у мужчин (табл. 1). Увеличение значений систолического артери-

ального давления (АДс) с возрастом выражено у всех испытуемых, особенно заметно — у мужчин в возрасте 51–60 лет. Диастолическое артериальное давление (АДд) с возрастом практически не изменяется. У трёх человек из группы мужчин 51–65 лет с нарушением зрения выявляется гипертензия как по значениям АДс (до 170 мм рт. ст.), так и АДд (до 105 мм рт. ст.), им рекомендовано обязательное наблюдение и лечение у терапевта.

У взрослых при локальной работе более выраженные изменения показателей ЧСС и АД, особенно АДд, отмечались у лиц с нарушением зрения (табл. 1). Лица с выраженной гипертонией локальную нагрузку не выполняли.

У всех взрослых людей с возрастом также отмечались изменения структуры сердечного ритма. У женщин показатели Мо с возрастом увеличивались, а у мужчин — уменьшались (табл. 2). Показатели ΔX , как у мужчин, так и у женщин, с возрастом снижались. Показатель АМо у женщин с возрастом практически не изменился, а у мужчин — увеличился. Показатель ИН с возрастом изменялся незначительно, у женщин выявлена тенденция к снижению, а у мужчин к увеличению, что свидетельствует о повышении уровня

Таблица 1

Реакция ЧСС и АД на локальную нагрузку

Группа	ЧСС, уд./мин		АДс, мм рт. ст.		АДд, мм рт. ст.		ДП, усл. ед.	
	1	2	1	2	1	2	1	2
61–75 НЗ	60,6±3,3	65,2±2,9	151,4±4,2	173,4±5,1	85±3,4	104,6±4,5	91,7±3,2	113,0±5,8
	77,8±2,5	82,8±5,2	156,5±5,4	164,1±7,9	88,4±5,3	102,2±5,2	121,7±4,7	135,8±4,4
61–75 З	74,3±3,7**	77,5±3,2	124,0±7,2	135,0±6,8	75,4±4,8	80,2±3,9	92,0±3,5	104,0±4,8
	81,3±2,9	85,6±3,5	135,0±5,4*	145,0±6,3	87,4±4,5**	92,5±4,1	109,0±4,1*	120,0±5,2
51–60 НЗ	85,5±2,7	86,5±3,8	170,5±4,8	177,4±5,2	94,0±4,6	105±3,3	145,7±4,9	153,4±3,7
	67,0±2,3	72,8±2,8	139,0±4,1	153,4±5,6	85,8±3,6	99±3,4	93,1±4,7	111,6±5,4
51–60 З	73,4±2,2	80,6±2,9	122,3±3,1	133,3±3,2	78,3±1,9	82,4±2,3	89,7±3,2	104,3±2,8
	75,4±2,7	78,6±2,9	128,3±2,1	129,3±3,5	76,3±2,9	89,4±3,2	91,2±2,2	99,3±1,8
31–40 НЗ	82,5±3,4	90,1±2,7	142,5±5,3	157,5±4,8	92,5±4,2	104,5±3,6	117,5±5,6	141,9±5,0
	80,0±3,7	78,8±3,5	129,5±4,7	139,8±3,8	89,3±3,4	96,3±4,6	103,6±5,2	110,1±4,8
31–60 З	63,3±2,5**	68,8±3,8	121,7±4,1	125,0±3,5	75,0±3,4	75,0±4,2	76,0±2,5*	86,0±3,4*
	70,4±3,0	72,1±2,7	106,9±3,8	113,9±5,2	76,9±4,8	78,8±4,2	74,0±1,7*	82,0±2,8*

Условные обозначения: З — здоровые; НЗ — лица с нарушением зрения; первая строка в группе — мужчины, вторая — женщины; 1 — до, 2 — после работы; * — достоверные различия с исходными показателями; ** — между З и НЗ в возрастно-половой группе.

Таблица 2

Изменение статистических показателей сердечного ритма при локальной нагрузке у лиц с нарушением зрения

Группа	Мо		ΔХ		АМо		ИН	
	1	2	1	2	1	2	1	2
51–60	1,07±0,01	1,02±0,03*	0,15±0,05	0,14±0,03	43,0±2,3	46,5±3,1	134,2±6,8	165,4±6,9*
	1,15±0,15	1,11±0,01	0,15±0,05	0,13±0,03	42,7±3,1	44,1±2,4	137,7±8,3	175,3±4,8*
41–50	0,81±0,15	0,80±0,14	0,15±0,06	0,11±0,05*	46,6±3,2	50,3±3,5	260,0±7,7	351,2±8,1*
	1,04±0,07	1,1±0,09	0,16±0,06	0,14±0,06	41,6±8,1	46,1±3,0	139,9±3,5	187,8±11,1*
31–40	1,12±0,14	1,07±0,15	0,19±0,02	0,17±0,09	35,6±4,5	42,7±3,2	97,9±6,1	147,8±10,5*
	0,98±0,13	0,95±0,11	0,16±0,02	0,13±0,03*	40,5±3,5	48,3±3,9*	146,2±6,8	282,2±12,1*

Условные обозначения: первая строка в группе — мужчины, вторая — женщины; 1 — до, 2 — после работы; * — достоверные различия с исходными показателями.

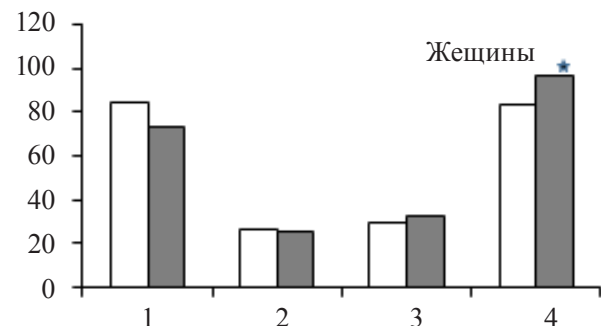
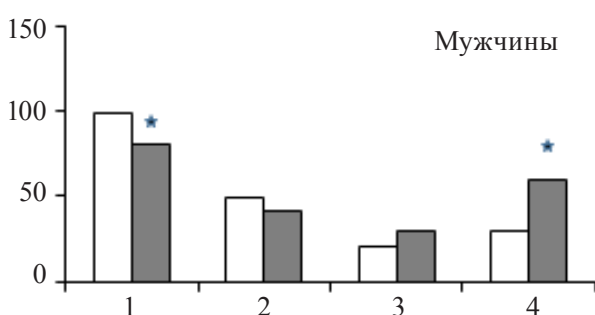
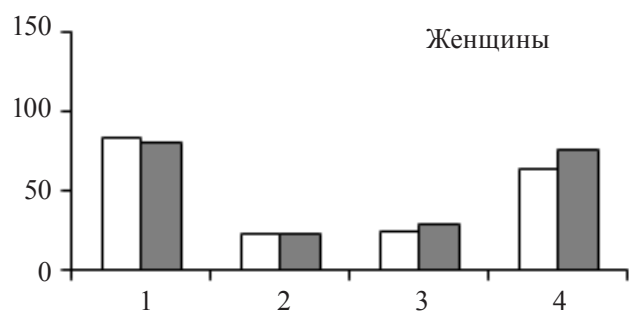
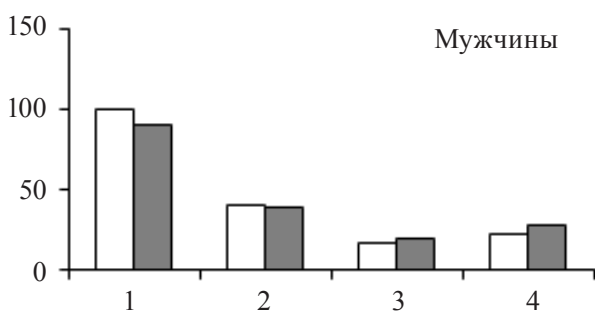
напряжения центральных механизмов регуляции сердца.

После выполнения локальной мышечной работы показатели моды изменились не значительно в сторону снижения. Показатели АМо и ИН увеличились, особенно у женщин 31–40 и 41–50 лет.

У здоровых взрослых испытуемых при нагрузке также отмечено усиление активности центральных механизмов регуляции, но изменения показателей АМо и ИН у них были менее выражены, чем у слабовидящих (рисунок). Адаптационные реакции сердца у них в основ-

ном носили характер «удовлетворительной адаптации».

У здоровых лиц пожилого возраста, в отличие от лиц с НЗ, в 5–10 % случаев наблюдался III тип реакции, который характеризуется снижением ИН относительно исходных величин и чаще отмечается у людей с высокой степенью напряжения симпатических механизмов регуляции в состоянии покоя. Во время работы у этих испытуемых выявлялся рост активности симпатических влияний (I–II типы), сменяющийся в первые минуты отдыха её спадом (III тип). Как пра-



Изменения структуры сердечного ритма у здоровых после локальной работы: 1 — Мо, мс; 2 — ΔХ, мс; 3 — АМо, %; 4 — ИН, усл. ед.; левый столбец — до, правый — после нагрузки; верхний ряд: 30–35 лет; нижний — 60–74 лет; * — достоверные различия с исходными показателями

вило, недостаточность адаптации и напряжение центральных механизмов регуляции в состоянии покоя наблюдалось у лиц с высокой ЧСС покоя, предрасположенных к гипертензивным состояниям, или с факторами риска (увеличение веса, относительно средних величин по группе, курение и т. д.).

Заключение. Таким образом, можно говорить о специфическом влиянии локальной мышечной деятельности, направленной на активацию симпатических влияний у большинства обследуемых взрослых лиц. При предъявлении нагрузок гомеостаз может быть сохранён путём активации энергетических механизмов, повышения тонуса симпатической нервной системы. Такого рода изменения нередко возникают у людей в процессе их повседневной социальной деятельности. Эти физиологические изменения остаются вне сферы внимания медицинских работников до тех пор, пока не обнаруживается заметный выход за пределы общепринятой «клинической нормы» одного из жизненно важных показателей — артериального давления или частоты пульса.

По мнению Ж. Шеррер [9], воздействие локальной работы мышц имеет сходство с психоэмоциональными нагрузками; назначение локальной работы в двигательном режиме должно происходить под контролем функционального состояния организма. Это особенно актуально для слабовидящих детей и взрослых, в двигательном режиме которых преобладают локальные виды мышечной деятельности.

Наше исследование показало, что у некоторых взрослых лиц с нарушением зрения и слепых, занятых на производстве длительными локаль-

ными нагрузками, развивается гипертензивный синдром. Примеры и жизненные наблюдения за людьми с ограничением зрительной функции свидетельствуют, что без специальных корректирующих мероприятий им очень трудно также достичь жизненного успеха.

У большинства здоровых испытуемых на всех возрастных этапах также выявлено повышение всех видов артериального давления, но менее значительное, чем у слабовидящих, и реакция удвоительной адаптации на локальную физическую нагрузку. Таким образом, применение локального нагрузочного теста позволяет выявить степень функционального напряжения сердца.

В экономически развитых странах за последние 100 лет удельный вес мышечной работы как генератора энергии, используемой человеком, сократился почти в 200 раз. Резкое ограничение двигательной активности в последние десятилетия привело к снижению функциональных возможностей людей среднего возраста. [6]. Показано также, что повреждения сердечной функции оказывают влияние на области мозга, занятые объединением информации от различных систем организма, в частности от зрительной [8]. Двигательный режим здоровых лиц априори выше, чем при нарушении зрения. Оптимизация двигательного режима способствует нормализации функционального состояния сердца при сенсорных нарушениях в разных возрастных периодах. Как показали наши исследования [1; 8], расширение объёма и характера движений у детей приводит не только к улучшению психофизического развития, но и к снижению функционального напряжения системы кровообращения.

Список литературы

1. Александров, А. А. Основные факторы риска сердечно-сосудистых заболеваний у детей и подростков и возможности их профилактики / А. А. Александров. М. : Медицина, 2001. 72 с.
2. Алфёрова-Попова, Т. В. Утомление и восстановление при локальной работе / Т. В. Алфёрова-Попова. Челябинск : ОГИФК, 1990. 27 с.
3. Баевский, Р. М. Математический анализ изменений сердечного ритма при стрессе / Р. М. Баевский, О. И. Кириллов, С. З. Клецкин. М. : Наука, 1984. 221 с.
4. Елисеев, Е. В. Архитектоника и системогенез помехоустойчивости организма спортсмена : монография / Е. В. Елисеев. Челябинск : Экодом, 2002. 256 с.
5. Кокорева, Е. Г. Влияние психофизической коррекции на нейродинамические функции школьников младших классов с нарушением зрения / Е. Г. Кокорева // Теория и практика физ. культуры и спорта. 2012. № 3. С. 19–23.
6. Толстова, В. А. Зависимость эквивалентных источников разных поддиапазонов α -ритма от состояния зрительной системы у детей 8–10 лет / В. А. Толстова, Ю. М. Котелов // Физиология человека. 1996. Т. 22, № 5. С. 13–15.

7. Lieberman, L. Health related fitness of children who are visually impaired / L. Lieberman, E. McHugh // *J. of Visual Impairment&Blindness*. 2001. Vol. 95. P. 272–288.
8. Longmuir, P. E. Factors influencing the physical activity levels of youths with physical and sensory impairments / P. E. Longmuir // *Adapted Physical Activity Quarterly*. 2000. Vol. 17. P. 40–53.
9. Sherrer, J. *Physiologic du travail (Ergonomic)* / J. Sherrer. Paris : Maisson et cie edit, 1967. 527 p.

Сведения об авторе

Кокорева Елена Геннадьевна — доктор биологических наук, профессор кафедры физического воспитания и спорта Челябинского государственного университета, Челябинск, Россия. keg-28@mail.ru

*Bulletin of Chelyabinsk State University.
Education and Healthcare. 2014. № 1. P. 76–80.*

THE HEART TO WORK LOCALLY MUSCLES IN ADULTS WITH VISUAL FUNCTION

E. G. Kokoreva

Doctor of Biology, Professor of the Department of Physical Education and Sport in Chelyabinsk State University, Chelyabinsk, Russia. keg-28@mail.ru

The results of the study showed a greater degree of functional voltage under load at the heart of visually impaired people, as well as more hypertensive reactions, compared with healthy. Improving the performance of heart rate and blood pressure, as well as the stress index for RM Baevsky when local loads observed in healthy, but to a much lesser extent. Thus, the use of local load test reveals functional stress of the heart, which is associated with both a violation of the sensory streams, and with a fixed total motor mode for persons with visual impairment.

Keywords: *blurred vision, local muscle work, the adaptive response of the heart, variability heart rhythm.*

References

1. Aleksandrov, A. A. Osnovnihe faktorih riska serdechno-sosudistikh zabolovaniy u detey i podrostkov i vozmozhnosti ikh profilaktiki [Major risk factors for cardiovascular disease in children and adolescents and their possible prevention] / A. A. Aleksandrov. M. : Medicina, 2001. 72 s.
2. Alferova-Popova, T. V. Utomlenie i vosstanovlenie pri lokalnoy rabote [Fatigue and recovery in the local paper] / T. V. Alferova-Popova. Chelyabinsk : OGIFK, 1990. 27 s.
3. Baevskiy, R. M. Matematicheskiy analiz izmeneniy serdechnogo ritma pri stresse [Mathematical analysis of changes in heart rate during stress] / R. M. Baevskiy, O. I. Kirillov, S. Z. Kleckin. M. : Nauka, 1984. 221 s.
4. Eliseev, E. V. Arkhitektonika i sistemogenez pomekhoustoychivosti organizma sportsmena [Architectonics and systemogenesis noise immunity of an athlete] : monografiya / E. V. Eliseev. Chelyabinsk : Ehkodom, 2002. 256 s.
5. Kokoreva, E. G. Vliyanie psikhofizicheskoy korrektsii na neyrodinamicheskie funktsii shkolnikov mladshikh klassov s narusheniem zreniya [Effect of psychophysical compensation neurodynamic function schoolchildren with visual impairment] / E. G. Kokoreva // *Teoriya i praktika fizicheskoy kul'turii i sporta*. 2012. № 3. S. 19–23.
6. Tolstova V.A. Zavisimostj ehkvivalentnihk istochnikov raznihk poddiapazonov a-ritma ot sostoyaniya zritel'noy sistemih u detey 8–10 let [The dependence of the equivalent source of different sub-bands a-rhythm on the state of the visual system in children 8–10 years] / V. A. Tolstova, Yu. M. Kotelov // *Fiziologiya che-loveka*. 1996. T. 22, № 5. S. 13–15.
7. Lieberman, L. Health related fitness of children who are visually impaired / L. Lieberman, E. McHugh // *J. of Visual Impairment&Blindness*. 2001. Vol. 95. P. 272–288.
8. Longmuir, P. E. Factors influencing the physical activity levels of youths with physical and sensory impairments / P. E. Longmuir // *Adapted Physical Activity Quarterly*. 2000. Vol. 17. P. 40–53.
9. Sherrer, J. *Physiologic du travail (Ergonomic)* / J. Sherrer. Paris : Maisson et cie edit, 1967. 527 p.

УДК 334.7
ББК 65.09:74.04

ОСНОВНЫЕ НАПРАВЛЕНИЯ РАЗВИТИЯ ВОСПРИИМЧИВОСТИ ПРОМЫШЛЕННЫХ ПРЕДПРИНИМАТЕЛЬСКИХ СТРУКТУР К СОВРЕМЕННЫМ ИННОВАЦИЯМ В ОБРАЗОВАНИИ

Ю. П. Куликова

*ФГБОУ ВПО «Российская академия народного хозяйства и государственной службы
при Президенте Российской Федерации», Москва, Россия*

Рассматриваются условия глобальной конкуренции, где России для модернизации экономики и обеспечения социально-экономического роста необходимы устойчивость и масштабность инновационного развития. Активы в виде интеллектуальной собственности обеспечивают различным корпоративным участникам лидерство в конкурентоспособности на внутреннем и внешнем рынках, а также выступает важнейшим элементом производительных сил инновационной экономики и экономическими знаниями.

Ключевые слова: *инновации, модернизация экономика, управление инновационным развитием, интеллектуальный капитал, интеллектуальное производство, промышленно-ориентированные предпринимательские структуры.*

Современный экономический кризис в России, затянувшийся на несколько десятилетий, требует качественного преобразования производственного потенциала страны через переход от ресурсного типа экономического развития к инновационному.

Новая модель развития экономики видится в смещении акцентов в сторону информационных и коммуникационных технологий, развития рынка инноваций и интеллектуальной собственности. Речь идёт не только о приобретении, внедрении и использовании, но и о разработке инноваций внутри страны под нужды и потребности развития отечественной экономики.

Во всём мире налицо процесс повышения интеллектуальной составляющей экономики, при котором инновации выступают как материальная основа повышения эффективности производства, качества и конкурентоспособности продукции, снижения издержек. Рост объёмов наукоёмких производств, повышение роли интеллектуального капитала, усиление роли человеческого фактора являются признаками данного процесса.

Важность развития инновационной экономики на современном этапе для нашей страны объясняется как конкуренцией со странами Запада, имеющими по сравнению с нами продукцию с гораздо более высоким технологическим уровнем, так и конкуренцией с развивающимися семимильными шагами азиатскими странами, выступающими как непреложный аргумент низких

цен на производимую продукцию имеющуюся у них в достаточном количестве дешёвую рабочую силу.

Как показывает практика, наиболее восприимчивыми к инновациям являются хозяйствующие субъекты малого и среднего уровня, и, как правило, предпринимательского типа. Однако существующее количество такого рода структур в нашей стране недостаточно для формирования инновационной экономики в обозримом будущем. А формирование инновационной экономики в ближайшей перспективе остро необходимо.

За последние годы российская экономика была чрезмерно монополизирована и не по секторам, а в основной массе отраслей. Наблюдаемые в ней коррупция и высокий уровень инфляции — следствие именно крайней монополизации и практически полного отсутствия рыночных механизмов. Поэтому задача возврата к рыночным условиям и создания благоприятных условий для развития малого и среднего бизнеса является одной из важнейших. Если такие условия будут созданы, это послужит началом снижения зависимости российской экономики от экспорта природных ресурсов, делающей её ранимой и чувствительной к любым изменениям на политической арене.

Однако следует отметить, что важным является не только создание условий формирования, но и инновационных технологий развития бизнес-единиц, достаточного количества которых на современном этапе в России не наблюдается.

О явной нехватке технологий говорит то обстоятельство, что при достаточно высоком спросе на инновации, существующем в промышленном секторе российской экономики, и возможности российского бюджета выделить средства на удовлетворение данной потребности в полном объёме, эффективность модернизации промышленности страны на инновационной основе по темпам роста и масштабам освоения не удовлетворяет в полной мере потребности отечественного рынка.

Проблема, по-нашему мнению, кроется в недостатке научно-методического обоснования применяемых стратегий инновационного развития промышленной сферы российской экономики. Наличие научно обоснованных чётких концептуальных подходов к формированию промышленно-ориентированного хозяйственного субъекта на современном, качественно новом уровне и построению стратегии его обновления и развития во многом облегчит и значительно ускорит инновационное развитие страны в целом.

Следует отметить, что в настоящее время не предложено достаточного научно обоснованного содержания промышленно-ориентированного хозяйственного субъекта, универсальность которого удовлетворила бы российский промышленный сектор. Кроме этого, методология построения стратегии модернизации промышленно-ориентированного хозяйственного субъекта, используемая на современном этапе, также не может способствовать выявлению и использованию в полной мере имеющихся у субъекта резервов и привлекаемых ресурсов для перехода на качественно новый, инновационный уровень развития с максимальным эффектом и оптимальными затратами.

В связи с этим пристальное внимание учёных-экономистов к методологии и методам определения уровня технического развития промышленно-ориентированного хозяйственного субъекта, степени его восприимчивости к инновациям вполне объяснимо. Немаловажный вклад в разработку подходов в определении понятия и содержания промышленно-ориентированного хозяйственного субъекта и теоретических основ стратегии модернизации промышленного сектора внесли М. Альберт, А. Водачек, П. Дракер, М. Мескон, Б. Санто, Б. Твисс, А. А. Томпсон, Ф. Хедоури, М. Хучек, Й. Шумпетер, Ю. П. Анисимов, И. В. Барщук, С. В. Валдайцев, П. Н. Завлин, С. Д. Ильенкова, В. И. Кушлин, А. И. Пригожіш, З. П. Румянцева,

Р. А. Фатхутдинов, А. Н. Фоломьев, А. И. Хорев, Ю. В. Шленов и др.

Однако следует отметить, что, во-первых, большинство авторов понимают промышленно-ориентированный хозяйственный субъект как единое предприятие, а не сообщество экономически тесно связанных и близких по роду деятельности фирм, взаимно способствующих общему развитию и росту конкурентоспособности друг друга, центральным звеном которого является «промышленное предприятие», что несколько сужает и ограничивает максимально полное раскрытие возможностей его вклада в совокупный экономический продукт.

И во-вторых, рассматривая проблему повышения восприимчивости промышленно-ориентированного хозяйственного субъекта к инновациям, авторы не выделяют направления восприимчивости, что резко снижает эффект оценки её уровня. А такие направления должны охватывать как весь промышленный сектор страны в целом, так и каждый промышленно-ориентированный хозяйственный субъект в частности, так как уровень инновационного развития их крайне неравномерен и носит не системный, а скорее всего спонтанный характер. Кроме того, сами направления восприимчивости должны на начальной стадии в большей степени исходить извне, чем изнутри самого промышленного субъекта и, по нашему мнению, сводиться к структурным преобразованиям промышленности на всех уровнях, ресурсному обеспечению и формированию мотивационных механизмов инновационного развития.

Однако эффективность включения всех этих механизмов возможна только при наличии чёткой научно обоснованной методики оценки, анализа состояния инновационного уровня хозяйствующего субъекта, на базе которой можно будет выработать рекомендации его дальнейшего развития.

Промышленно-ориентированные предпринимательские структуры (далее — ПОПС) — это легитимные субъекты предпринимательской деятельности, деятельность которых осуществляется по любым из направлений: добыча полезных ископаемых; обрабатывающее производство; производство и распределение электроэнергии, газа и воды.

Имеющаяся практика внедрения инноваций в развитых странах способствует выделению факторов, которые ограничивают инновационную восприимчивость, поскольку существуют причины, препятствующие или сдерживающие

инновационное развитие, например:

- экономические факторы высоких цен или отсутствия спроса;
- корпоративные факторы отсутствия квалификации персонала или необходимых знаний;
- организационно-юридические факторы слабых регуляционных установлений, неэффективных таможенных или налоговых правил и пр.;
- инфраструктурные факторы отсутствия необходимых технических сетей присоединения (подключения) к ресурсным источникам обеспечения инновационной деятельности (табл. 1).

Обозначенные факторы, которые ограничивают восприимчивость к инновациям, дают информацию о различных проблемах в сфере инновационной политики. Например, средние и малые ПОПС важным препятствием инвестированию в инновации могут обозначить недостаток необходимых финансовых средств. Вместе с этим любое предприятие может беспокоиться о недостатке спроса на новый продукт по ценам, оправдывающим рентабельность инноваций. Важное препятствие для развития инноваций, особенно за пределами крупных городов, отсутствие инфраструктурных

Таблица 1

Факторы, ограничивающие инновационную восприимчивость

Факторы	Инновации			
	продукто- вые	процесс- ные	организа- ционные	маркетин- говые
Стоимостные факторы				
Чрезмерные предвидимые риски	*	*	*	*
Слишком высокая стоимость	*	*	*	*
Недостаток внутренних финансовых средств предприятия	*	*	*	*
Отсутствие или недостаточность финансирования из внешних источников:				
венчурный капитал	*	*	*	*
государственные источники финансирования	*	*	*	*
Факторы, связанные со знаниями				
Недостаточный инновационный потенциал (в сфере ИР, дизайна и пр.)	*	*		*
Отсутствие или недостаток квалифицированного персонала				
на предприятии	*	*		*
на рынке труда	*	*		*
Отсутствие или недостаток информации о технологиях	*	*		
Отсутствие или недостаток информации о рынках	*			*
Дефицит внешних услуг	*	*	*	*
Трудности нахождения партнёров для совместной разработки				
продукта или процесса	*	*		
маркетингового проекта				*
Жёсткость внутренней организации предприятия				
отношение персонала к переменам	*	*	*	*
отношение руководителей к переменам	*	*	*	*
управленческая структура предприятия	*	*	*	*
Неспособность выделить персонал для инновационной деятельности из-за потребностей производства	*	*		

Окончание табл. 1

Факторы	Инновации			
	продукто- вые	процесс- ные	организа- ционные	маркетин- говые
Рыночные факторы				
Неопределённый спрос на инновационные товары или услуги	*			*
Господство на потенциальном рынке уже укоренившихся на нём предприятий	*			*
Институциональные факторы				
Отсутствие или слабость инфраструктуры	*	*		*
Слабость защиты права собственности	*			*
Законодательство, правила, стандарты, налогообложение	*	*		*
Прочие причины отказа от инновационной деятельности				
Отсутствие необходимости в инновациях благодаря осуществлённым ранее	*	*	*	*
Отсутствие необходимости в инновациях из-за отсутствия или недостаточности спроса на них	*			*

систем ресурсообеспечения, необходимых институтов для скорейшего оформления проектирования и строительства и т. д.

Анализ влияния результатов инновационной деятельности на техническое развитие национально-го уровня предполагает в отличие от международных рекомендаций Осло обязательное отражение в деятельности ПОПС установленных Росстатом критериев инновационной деятельности:

– для всех ПОПС кроме малых и микро-предприятий согласно приложению № 7 к приказу Росстата от 29.08.13 № 349 «Сведения об инновационной деятельности организации» (табл. 2);

– для ПОПС в форме малых и микро-предприятий в соответствии с приложением № 16 к приказу Росстата от 29.08.2013 № 349 «Сведения о технологических инновациях малого предприятия».

Следует полагать, что анализ влияния результатов инновационной деятельности на техническое развитие национального уровня согласно приказу Росстата в настоящее время является наряду с соответствующими бизнес-планами предприятия основным аналитическим документом для вовлечения ПОПС в федеральные, региональные и муниципальные программы инновационного развития.

Наряду с вышеизложенным, представляет логичным включение в мероприятия оценки влияния инноваций на техническое развитие и эффективность производства конкретной ПОПС

актуальных методов и средств оценки и анализа тенденций формирования и динамики развития ПОПС.

Целесообразность включения указанных факторов подтверждается следующим:

1) разделение оценки влияния на процессы инновационного развития ПОПС анализа для частной и государственной сферы — позволяет формировать инновационную стратегию ПОПС с учётом возможности оперативных и долгосрочных инвестиций государства в соответствующие проекты;

2) безусловный приоритет использования и развития собственной российской научно-производительной и интеллектуальной сфер влияния на прогресс ПОПС — способствует аргументации для участия предприятия в публичных инновационных программах, реализуемых в рамках государственных и региональных стратегий (см. например, целевые показатели развития предпринимательства в УФО, прогноз развития минерально-сырьевой базы УФО, прогноз по крупным инвестиционным проектам, реализуемым в зонах (территориях) опережающего развития Урала согласно утверждённой Стратегии);

3) дифференциация критериев инновационных ПОПС на малые (хоззоны), средние (технополисы) и крупные (акселераторы) — необходима для устранения критических диспропорций промышленного и инновационного развития, а также для

Таблица 2

Результаты инновационной деятельности

Результат	№ строки	Оценочные коды
Расширение ассортимента товаров, работ, услуг	601	
Сохранение традиционных рынков сбыта	602	
Расширение рынков сбыта	603	
в России	604	
в странах СНГ	605	
в странах Европейского союза, а также Албании, Боснии и Герцеговины, Исландии, Косово, Лихтенштейна, Македонии, Норвегии, Сербии, Турции, Черногории, Швейцарии	606	
в США и Канаде	607	
в других странах	608	
Улучшение качества товаров, работ, услуг	609	
Замена снятой с производства устаревшей продукции	610	
Увеличение занятости	611	
Повышение гибкости производства	612	
Рост производственных мощностей	613	
Сокращение затрат на заработную плату	614	
Сокращение материальных затрат	615	
Повышение энергоэффективности производства (сокращение потребления или потери энергетических ресурсов)	616	
Улучшение условий и охраны труда	617	
Сокращение времени на взаимодействие с клиентами или поставщиками	618	
Повышение мотивации к осуществлению инновационной деятельности	619	
Улучшение информационных связей внутри организации или с другими организациями	620	
Снижение загрязнения окружающей среды	621	
Обеспечение соответствия современным техническим регламентам, правилам и стандартам	622	
Маркетинговые инновации		
Внедрение товаров, работ, услуг на новые рынки сбыта в новые группы потребителей	623	
Внедрение товаров, работ, услуг на новые географические рынки	624	

координации субсидирования социально значимых отраслей промышленного производства;

4) отражение позитивных результатов интеграционного взаимодействия России со странами ОЭСР — особенно важно для интеграции элементов развитого инновационного производства на международный рынок;

5) использование критериев затрат на исследования и разработки, сопоставимые с категорией ЮНЕСКО R&D — целесообразно для построения в дальнейшем унифицированной системы использования интеллектуальной собственности и развития отечественной патентной системы (например, для уральской фармацевтики пред-

ставляется особенно важной интеграция в систему Международного центра патентной документации (INPADOC);

б) разделение ответственности между частным и государственным секторами в вопросах образования, развития технологий и в том числе создания объектов инновационной инфраструктуры в сфере развития ПОПС — необходимо для построения эффективной российской системы социальной ответственности бизнеса, которая находится на стадии формирования;

7) использование ресурса государственных предпочтений для гармоничного развития взаимодействия государства с элементами ПОПС — безусловно способствует повышению объёма активов и ОПФ любого предприятия, а также позволяет государственным регуляторам проводить выборочную политику поддержки и развития наиболее важных отраслей промышленности;

8) критерии тесного взаимодействия государства, общества и экономической системы — крайне важны для разработки и внедрения прагматичных организационно-правовых механизмов развития, которые формируют в целом инновационную систему России.

С учётом вышеизложенного следует акцентировать внимание на критериях тесного взаимодействия государства, общества и экономической системы, которые обусловлены множеством точек взаимозависимой деятельности. Актуальным примером взаимообусловленных действий целесообразно выделить систему оценки регулирующего воздействия нормативных правовых актов (далее — ОРВ). Внедрение системы ОРВ продолжается не первый год и требует ещё много времени, чтобы гражданское общество и экономическая система стали продуктивно применять её достоинства. Поэтому с учётом результатов работы Минэкономразвития России и материалов Международной конференции «Развитие государственного управления в России» 2012 г. в мероприятии оценки влияния инноваций на техническое развитие и эффективность производства логично внедрять соответствующие конструкции ОРВ на ранней стадии с целью обеспечения позитивной инновационной динамики необходимыми документами эффективного государственного (муниципального) регулирования методов и средств инноваций.

Предпосылками перехода к ОРВ на ранней стадии обозначены:

– наличие некоторого опыта ОРВ в России;

– понимание ограничений проведения ОРВ на этапе согласования проекта НПА;

– нестабильность российского и регионального законодательства (один из основных факторов, снижающих инвестиционную привлекательность и инновационную восприимчивость России (её регионов), а также качество деловой среды посредством низкого уровня портфельных инвестиций к ВВП, а также стагнации темпов развития среднего (малого) бизнеса);

– повышающие требования к росту качества подготовки НПА;

– необходимый рост эффективности расходов бюджета с учётом программ Правительства РФ повышения эффективности бюджетных расходов, а также внедрения инструмента государственных программ, планирования мер госрегулирования инновационного развития.

Целью ОРВ на ранней стадии представляется обеспечение выбора оптимального варианта решения проблемы в рассматриваемой сфере государственного регулирования (достижения цели регулирования) на основе сопоставления выгод и издержек хозяйствующих субъектов, граждан и региона в целом.

Принципы проведения ОРВ на ранней стадии включают факторы:

– прозрачности посредством доступности информации об ОРВ на всех стадиях принятия решений;

– публичности путём обеспечения участия всех заинтересованных сторон в процедурах разработки принимаемого решения и мониторинга уже принятых документов;

– сбалансированности посредством обеспечения баланса интересов всех заинтересованных сторон при проведении ОРВ;

– рациональности путём обеспечения прагматического соотношения затрат и выгод при принятии решений, минимизации издержек, которые связаны с введением (действием) НПА при условии достижения целей;

– экономичности в рамках обеспечения разумного соотношения выгоды от проводимой ОРВ и расходов на её проведение.

Таким образом, одним из основных критериев тесного взаимодействия государства, общества и экономической системы, крайне важного для разработки и внедрения прагматичных организационно-правовых механизмов инновационного развития, целесообразно указать систему ОРВ на ранней стадии.

Из вышесказанного можно сделать вывод о том, что актуальность и неоспоримая значимость выработки универсальной методологии построения стратегии модернизации промышленно-ориентированного хозяйственного субъекта на основе повышения его восприимчивости к инновациям как в целом для российской экономики, так и для каждого конкретного хозяйственного субъекта бесспорна. А наблюдаемая на сегодняш-

ний день недостаточная разработанность методических основ и практических рекомендаций по формированию промышленно-ориентированного хозяйственного субъекта существенно тормозит как разработку такой методологии, так и скорейший переход отечественной экономики на качественно новый, инновационный уровень развития с максимальным эффектом и оптимальными затратами.

Список литературы

1. Воронина, Н. В. Управление инновационными ресурсами предприятий / Н. В. Воронина. Хабаровск : Тихоокеан. гос. ун-т, 2010. 255 с.
2. Байдаков, М. Ю. Геоэкономика и конкурентоспособность России / М. Ю. Байдаков, Н. Ю. Коница, Э. Г. Кочетов, Е. В. Сапир. М. : Кн. и бизнес, 2010. 388 с.
3. Киреева, А. В. Государственно-частное партнёрство как инструмент поддержки инноваций / А. В. Киреева, И. А. Соколов, Т. В. Тищенко, Е. В. Худько. М. : Дело, 2012. 516 с.
4. Клочкова, Е. Экономика предприятия / Е. Клочкова, В. Кузнецов, Т. Платонова. М. : Юрайт, 2014. 448 с.
5. Грэхэм, Л. Имена бесконечности. Правдивая история о религиозном мистицизме и математическом творчестве / Л. Грэхэм, Ж.-М. Кантор. СПб. : ЕУСПб, 2011. 232 с.
6. Межов, С. И. Планирование операционно-инновационной деятельности промышленного предприятия : дис. ... д-ра экон. наук / С. И. Межов. Новосибирск, 2014. 302 с.
7. Петров, А. П. Теоретико-методологические основы формирования социально-ориентированного кластера в регионе : дис. ... д-ра экон. наук / А. П. Петров. Екатеринбург, 2014. 420 с.
8. Руководство Осло «Рекомендации по сбору и анализу данных по инновациям». 3-е изд. М. : ОЭСР и Евростата, 2006. 190 с.

Сведения об авторе

Куликова Юлия Павловна — соискатель учёной степени кандидата экономических наук, MBA, эксперт Российского совета по международным делам (РСМД), эксперт ARMA International, Российская академия народного хозяйства и государственной службы при Президенте Российской Федерации, Москва, Россия.

*Bulletin of Chelyabinsk State University.
Education and Healthcare. 2014. № 1. P. 81–88.*

THE MAIN DIRECTIONS OF DEVELOPMENT OF SUSCEPTIBILITY OF INDUSTRIAL BUSINESS STRUCTURES TO MODERN INNOVATIONS IN EDUCATION

Yu. P. Kulikova

Applicant of a Scientific Degree of Candidate of Economic Sciences, MBA, Expert of the Russian International Affairs Council (RIAC), Expert ARMA International, the Russian Presidential Academy of National Economy and State Service under the President of the Russian Federation, Moscow, Russia

Examine the conditions of global competition, where Russia to modernize the economy and socio-economic growth requires stability and scale innovative development. Assets in the form of intellectual property provides various corporate participants leadership in competitiveness on domestic and foreign markets, as well as the most important element of the productive forces of innovation Economics and economic knowledge.

Keywords: *innovation, modernization of economy, management of innovative development, intellectual capital, intellectual production, industry-oriented business structure.*

References

1. Voronina, N. V. Upravlenie innovacionnimi resursami predpriyatij [Management of innovative enterprise resource] / N. V. Voronina. Khabarovsk : Tikhookean. gos. un-t, 2010. 255 s.
2. Bayjdakov, M. Yu. Geoeconomika i konkurentosposobnostj Rossii [Geo-Economics and competitiveness of Russia] / M. Yu. Bayjdakov, N. Yu. Konina, Eh. G. Kochetov, E. V. Sapir. M. : Kniga i biznes, 2010. 388 s.
3. Kireeva, A. V. Gosudarstvenno-chastnoe partnerstvo kak instrument podderzhki innovacij [Public-private partnership as a tool to support innovation] / A. V. Kireeva, I. A. Sokolov, T. V. Tithenko, E. V. Khudjko. M. : Delo, 2012. 516 s.
4. Klochkova, E. Ehkonomika predpriyatiya [Economics of enterprise] / E. Klochkova, V. Kuznecov, T. Platonova. M. : Yurayjt, 2014. 448 s.
5. Grehkhehm, L. Imena beskonechnosti. Pravdivaya istoriya o religioznom misticizme i matematicheskom tvorcestve [The names of infinity. The true story of religious mysticism and mathematical creativity] / L. Grehkhehm, Zh.-M. Kantor. SPb. : EUSPb, 2011. 232 s.
6. Mezhov, S. I. Planirovanie operacionno-innovacionnoj deyateljnosti promishlennogo predpriyatiya [Planning operationally innovative activity of industrial enterprises] : dis. ... d-ra ehkon. nauk / S. I. Mezhov. Novosibirsk, 2014. 302 s.
7. Petrov, A. P. Teoretiko-metodologicheskie osnovih formirovaniya socialjno-orientirovannogo klastera v regione [Theoretical and methodological bases of formation of socially oriented cluster in the region] : thesis dis. ... d-r ehkon. nauk / A. P. Petrov. Ekaterinburg, 2014. 420 s.
8. Rukovodstvo Oslo «Rekomendacii po sboru i analizu dannihkh po innovacijam» [The Oslo manual "Recommendations for the collection and analysis of data on innovation"]. 3-e izd. M. : OEhSR i Evrostata, 2006. 190 s.

УДК 612.06
ББК 75.0:75.7

РЕАКТИВНОСТЬ ОРГАНИЗМА СПОРТСМЕНОВ НА ДВИГАТЕЛЬНЫЙ СТРЕСС И ДОЛГОВРЕМЕННУЮ ФИЗИЧЕСКУЮ НАГРУЗКУ

М. В. Трегубова

ФГБОУ ВПО «Челябинский государственный университет», Челябинск, Россия

Приведённые исследования свидетельствуют о том, что чем шире диапазон резервных возможностей организма, тем он более приспособлен к физическому напряжению. Феномен адаптации организма квалифицированных спортсменов к долговременным физическим нагрузкам заключается и состоит из срочного специализированного интегративного проявления стресс-лимитирующих и стресс-реализующих систем.

Ключевые слова: *стресс, адаптация, физическая нагрузка, иммунологические показатели, кардио-динамика, игровики, единоборцы.*

Механизмы перехода сложной адаптации в долговременную включают не только адаптацию к конкретному фактору и стандартную активацию стресс-реакций (например, в сердечно-сосудистой системе), но и активацию стресс-лимитирующих и стресс-реализующих систем (ПОЛ, лимфоциты, эозинофилы, НСТ-тест, фагоцитарная активность нейтрофилов, ЭФП-эритроцитов) [2]. Более того, несмотря на относительное постоянство внутренней среды организма, величина стимуляции обменных процессов под воздействием мышечных нагрузок во многом лимитирована и свойствами крови [4]. При анализе у спортсменов механизмов долговременной адаптации Е. В. Елисеев выделяет наличие наибольшего числа связей между показателями метаболических процессов и стрессогенными параметрами в деятельности функциональных систем [3]. Он также рассматривает иммунологическую реактивность этих процессов в связи с другими показателями резистентности организма. Следовательно, с точки зрения медико-биологических основ управления и дозирования тренирующих воздействий, изучение динамики стресс-лимитирующих и стресс-реализующих систем при адаптации организма спортсменов актуально и своевременно.

Материалы и методы исследования. Исследования проводились в два этапа. Первый этап — перед долговременной физической нагрузкой, второй — после. Долговременная физическая нагрузка моделировалась на велоэргометре, согласно методике функциональной пробы субмаксимального характера [3]. В обследовании

приняло участие 27 представителей игровых видов спорта (гандбол, спортивная квалификация КМС) и 32 единоборца (айкидо Тенсинкай, спортивная квалификация та же). Все наблюдаемые находились на этапе соревновательного периода и были, согласно своим субъективным ощущениям, здоровы. С целью изучения динамики стресс-лимитирующих и стресс-реализующих систем при адаптации организма спортсменов было исследовано 10 иммунологических показателей, характеризующих активацию лимфоцитов, ферментативную активность нейтрофилов, а также отражающих функциональную активность фагоцитов, таких, например, как уровень спонтанной и латексиндуцированной люминолзависимой хемилюминесценции (СХЛ) и (ИХЛ) нейтрофилов (Нф) по В. Н. Волкову с соавт. [2]; внутриклеточный кислородозависимый метаболизм Нф и моноцитов (Мн) с помощью НСТ-теста по [2]; лизосомальную активность (ЛА) Мн и Нф, а также активность и интенсивность фагоцитоза частиц латекса Мн и Нф по [2]. Исследования изменений в системе крови и кровообращения предполагали анализ динамики гемоглобина, гематокрита, моноцитов, ретикулоцитов, ЧСС, САД, ДАД по известным и широко описанным в специальной литературе методикам [2]. Динамика метаболического состояния определялась с помощью анализа изменений ПОЛ-гептана-1,2; ПОЛ-изопропанола-1,2, электрофоретической подвижности эритроцитов [2]. Исследование вариативных границ изменения вышеприведённых иммунологических показателей позволило на этапе обработки и интерпретации полученных данных

анализировать иммунологическую реактивность организма спортсменов в динамике физических нагрузок. В частности, такому анализу способствовали исследования активности фагоцитоза нейтрофилов и интенсивности фагоцитоза нейтрофилов [2]. Параллельно велоэргометрии проводилось кардиологическое обследование [3; 7]. Анализировалась динамика частоты сердечных сокращений, ритмография, что позволяло диагностировать нарушение сердечного ритма.

Математическая обработка результатов исследования проводилась на компьютере с использованием стандартных общепринятых программ параметрической и непараметрической статистики для Windows 7: Excel 7.0, StatisticsforWindows 4.5.1. Для более наглядного представления материала в данной статье результаты интерпретировались в процентном эквиваленте, что позволяло анализировать качественную величину и направленность выявленных нами изменений.

Результаты исследования и их обсуждение. Согласно выявленным нами изменениям, показатели лимфоцитов до нагрузки на велоэргометре находились в диапазоне повышенной активации в 47,5 % случаев, переактивации — 8,5 %; спокойной активации — 40,3 %; хронического стресса — 3,7 %. Спустя пять минут после нагрузки данные показатели равнялись соответственно 49,5; 10,3; 38,7; 1,5 %.

Анализ и синтез полученных результатов исследования свидетельствуют о том, что можно выделить спортсменов с удовлетворительной адаптацией, с напряжением адаптационных механизмов и с их срывом. Секреторная дегрануляция нейтрофилов крови лежит в основе снижения фагоцитарной функции клеток, что связано, очевидно, с возрастанием секреции кортикоидов. Показатели ферментативной активности нейтрофилов у спортсменов двух представленных видов спорта превышают, согласно данным специальной литературы, таковые у лиц, не занимающихся спортом [3; 7]. Анализ показателей ферментативной активности нейтрофилов у спортсменов-игровиков и единоборцев показал, что величины такой активности у обследованных нами групп различаются между собой по уровню содержания лимфоцитов. Более низкие показатели отмечались у гандболистов: $34,4 \pm 2,2$ % до и $33,4 \pm 3,03$ % после нагрузки. У единоборцев эти величины соответствовали $41,2 \pm 2,7$ % и $47,2 \pm 2,6$ %. Результаты между группами были различны и по содержанию сегментоядерных нейтрофилов

($52,6 \pm 2,8$ % и $52,4 \pm 3,3$ % соответственно у гандболистов; $45,3 \pm 2,5$ % и $49,2 \pm 3,2$ % соответственно у единоборцев). Знаковая направленность всех изменений была достоверной. Стресс-напряжение исследуемых нами лимитирующих систем организма спортсменов было выявлено у 8,0 % из общего числа обследованных. У игровиков этот показатель составил 5 %, у единоборцев — 3 %.

Реакции частоты сердцебиений у всех спортсменов на моделируемые нагрузки были одинаковыми и свидетельствовали о физиологических изменениях в миокарде обследуемых. Однако у спортсменов со стресс-напряжением отмечались изменения в миокарде, выходящие за границы нормы.

Реакции сердечно-сосудистой системы гандболистов и единоборцев при всей идентичности различались по показателям периодических волновых характеристик сердечного ритма. Так, у единоборцев в отличие от игровиков, исследуемые характеристики проявлялись специфически волнообразно как до, так и после нагрузки. Здесь наши наблюдения согласуются с результатами [1; 5; 6] и лишней раз подтверждают необходимость разработки волновой периодической классификации характеристик сердечного ритма спортсменов в зависимости от тренированности и реактивности их сердечно-сосудистой системы.

Корреляционная ритмография наглядно позволяла диагностировать нарушение сердечного ритма спортсменов и определять индекс функционального состояния их кардиодинамики. У 7 игровиков и 5 единоборцев были выявлены патологические изменения. У 4 игровиков и 9 единоборцев наблюдались сдвиги сердечного ритма на уровне предпатологических.

Выводы. Наши исследования свидетельствуют о том, что чем шире диапазон резервных возможностей организма, тем он более приспособлен к физическому напряжению. Феномен адаптации организма квалифицированных спортсменов к долговременным физическим нагрузкам состоит из срочного специализированного интегративного проявления стресс-лимитирующих и стресс-реализующих систем. Например, после долговременной физической нагрузки у всех обследуемых нами спортсменов наблюдалось увеличение ПОЛ и уменьшение антиоксидантной активности. Адаптационные перестройки в организме спортсменов сопровождались изменением качества и количества корреляционных зависимостей в иммунологических и кардиологических показателях до и после долговременной физической нагрузки.

Список литературы

1. Белоедов, А. В. Психофизиологический профиль подростков, ориентированных на занятия спортом / А. В. Белоедов, Р. Е. Рыжков, Г. Г. Худяков // Науч. обозрение. 2014. № 8. С. 79–81.
2. Волков, В. Н. Иммунология спорта / В. Н. Волков, А. П. Исаев, Х. М. Юсупов. Челябинск, 1996. 388 с.
3. Елисеев, Е. В. Помехоустойчивость организма спортсмена: структура, механизмы, адаптация : монография / Е. В. Елисеев. Челябинск : Экодом, 2001. С. 67–78.
4. Кассиль, Г. Н. Внутренняя среда организма / Г. Н. Кассиль. М. : Наука, 2003. 221 с.
5. Кокорева, Е. Г. Влияние психофизической коррекции на нейродинамические функции школьников младших классов с нарушением зрения / Е. Г. Кокорева // Теория и практика физ. культуры и спорта. 2012. № 3. С. 19–23.
6. Ариунцэцэг, Н. Особенности адаптационных реакций дзюдоистов к физическим нагрузкам в течение годового макроцикла подготовки по данным динамической оценки систем кровообращения, кроветворения, биохимических и иммунологических показателей : дис. ... канд. мед. наук / Н. Ариунцэцэг. Челябинск : ЧГМА, 1996. 108 с.
7. Судаков, К. В. Стресс: постулаты с позиций общей теории функциональных систем / К. В. Судаков // Патолог. физиология и эксперимент. терапия. 2002. № 4. С. 86–93.

Сведения об авторе

Трегубова Марина Владимировна — кандидат биологических наук, доцент кафедры физического воспитания и спорта Челябинского государственного университета, Челябинск, Россия. salage@bk.ru

*Bulletin of Chelyabinsk State University.
Education and Healthcare. 2014. № 1. P. 89–92.*

REACTIVITY OF THE ORGANISM ATHLETES STRESS ON MOTOR AND LONG-TERM PHYSICAL EXERTION

M. V. Tregubova

Candidate of Biology, Assistant Professor of Physical Education and Sport of Chelyabinsk State University, Chelyabinsk, Russia. salage@bk.ru

The given examinations testify that the more widely gamut of reserve opportunities of an organism, the it more adjusted to a physical strain. The phenomenon of acclimatization of an organism of the qualified sportsmen to long-time exercise stresses consists and the stress-limiting and stress-implementing of systems consists from specialized integrativing of exhibiting.

Keywords: *stress, acclimatization, exercise stress, immunological parameters, cardiodynamic, play sportsmans, single combat.*

References

1. Beloedov, A. V. Psikhofiziologicheskijj profilj podrostrkov, orientirovannihkh na zanyatiya sportom [Psychophysiological profile teen-oriented sports] / A. V. Beloedov, R. E. Rihzhkov, G. G. Khudyakov // Nauchnoe obozrenie. 2014. № 8. S. 79–81.
2. Volkov, V. N. Immunologiya sporta [Immunology sports] / V. N. Volkov, A. P. Isaev, Kh. M. Yusupov. Chelyabinsk, 1996. 388 s.
3. Eliseev, E. V. Pomekhoustojchivostj organizma sportsmena: struktura, mekhanizmih, adaptaciya [Noise immunity of an athlete: structure, mechanisms, adaptation] : monografiya / E. V. Eliseev. Chelyabinsk : Ehkodom, 2001. S. 67–78.
4. Kassilj, G. N. Vnutrennyaya sreda organizma [The internal environment of the body] / G. N. Kassilj. M. : Nauka, 2003. 221 s.
5. Kokoreva, E. G. Vliyanie psikhofizicheskoyj korrekcii na neyjrodinapmicheskie funkcii shkoljnikov mladshikh klassov s narusheniem zreniya [Effect of psychophysical compensation neyjrodinapmicheskie func-

tion schoolchildren with visual impairment] / E. G. Kokoreva // *Teoriya i praktika fizicheskoy kul'tur i sporta*. 2012. № 3. S. 19–23.

6. Ariunchehg, N. Osobnosti adaptacionnykh reaktsiy dzyudoistov k fizicheskim nagruzkam v techenie godovogo makrocikla podgotovki po dannim dinamicheskoy ocenki sistem krovoobratneniya, krovetvoreniya, biokhimicheskikh i immunologicheskikh pokazateley [Features adaptive responses to physical stress judo during the annual macrocycle preparation according to the dynamic assessment of the circulatory, blood, biochemical and immunological parameters] : dis. ... kand. med. nauk / N. Ariunchehg. Chelyabinsk : ChGMA, 1996. 108 s.

7. Sudakov, K. V. Stress: postulaty s pozitsiy obshchey teorii funktsionalnykh sistem [Stress: postulates from the standpoint of the general theory of functional systems] / K. V. Sudakov // *Patologicheskaya fiziologiya i eksperimental'naya terapiya*. 2002. № 4. S. 86–93.

УДК 379.8
ББК 75.1:75.4

ПРОЕКТИРОВАНИЕ САМОСТОЯТЕЛЬНОЙ ФИЗКУЛЬТУРНО-СПОРТИВНОЙ ДЕЯТЕЛЬНОСТИ СТУДЕНТОВ

С. А. Ярушин

ФГБОУ ВПО «Челябинский государственный университет», Челябинск, Россия

Рассмотрена проблема совершенствования физкультурно-спортивной деятельности студентов посредством стимулирования их самостоятельной работы на основе метода проектов.

Ключевые слова: физическая культура личности, формирование, самостоятельная работа.

Изменение социально-экономических и экологических условий, интенсификация труда требуют от подрастающего поколения высокого уровня социальной и профессиональной компетентности, конкурентоспособности и толерантности, самостоятельности и активности, развитие которых невозможно без гармонизации духовного и физического развития человека. Показана тесная связь между степенью включённости в самостоятельную физкультурно-спортивную деятельность студентов и активностью проявления её жизненной позиции. Молодёжь, регулярно занимающаяся физической культурой и спортом дополнительно к обязательным занятиям, серьёзнее относится к учёбе, самостоятельнее и ответственнее других, более активно включена в общественную жизнь.

В то же время в массовой практике прослеживается недостаточная физкультурно-спортивная активность подрастающего поколения и, как следствие, устойчивая тенденция к снижению уровня здоровья и физических кондиций детей, подростков и студенческой молодёжи. Всё сказанное актуализирует проблему совершенствования физического и спортивного воспитания студентов, ориентированного на формирование физической и спортивной культуры личности, важнейшим критерием эффективности которого является его постепенный переход в процесс самовоспитания и самосовершенствования, обеспечиваемый соответствующими внутренними (мотивационная, инструментальная и рефлексивная готовность личности к физкультурному самосовершенствованию) и внешними (пространственно-предметное и социальное окружение) условиями [1; 4].

Одним из действенных средств формирования готовности субъекта к физкультурному самосовершенствованию является специально организованная самостоятельная работа по дисциплине «Физическая культура» [5].

Понятие «самостоятельная работа» используется в педагогической литературе в различных значениях. Это обусловлено сложностью самого педагогического процесса, а также тем, что данное понятие, как и многие другие, находится в постоянном развитии.

В частности, под самостоятельной работой понимают такую деятельность студентов по усвоению знаний и умений, которая протекает без непосредственного руководства преподавателя, хотя и направляется им [2].

Но наиболее полное определение понятия «самостоятельная работа» представлено следующим образом: «...это целенаправленная, внутренне мотивированная, структурированная самим объектом [субъектом.— *Авт.*] в совокупности выполняемых действий и корректируемая им по процессу и результату деятельность. Её выполнение требует достаточно высокого уровня самосознания, рефлексивности, самодисциплины, личной ответственности, доставляет ученику удовлетворение как процесс самосовершенствования и самопознания» [3].

В основе самостоятельной работы лежит одно из ведущих свойств личности — самостоятельность, характеризующаяся совокупностью средств (знаний, умений и навыков, которыми обладает личность) и отношением личности к процессу деятельности, её результатам и условиям осуществления, а также складывающимися в процессе деятельности связями с другими людьми [6].

В числе слагаемых комплекса условий продуктивной самостоятельной работы студентов, кроме оптимизации объёмов, методик и видов её нормирования, планирования и реализации, большинство авторов выделяют:

а) последовательную проблемность изложения материала и методическую направленность содержания обучения;

б) демократические взаимоотношения сотрудничества педагога и студента;

в) расширение самоуправления;

г) сближение и преемственность условий аудиторной и внеаудиторной самостоятельной работы;

д) перенос основных усилий по контролю результатов самостоятельной работы и обучения с итогового на текущий и взаимный контроль.

По форме организации самостоятельной работы студентов различают аудиторную (самостоятельная работа на лекциях и в процессе проведения методико-практических и учебно-тренировочных занятий) и внеаудиторную (работа над индивидуальной программой (проектом) самосовершенствования, посещение факультативов, организация и участие в спортивно-массовой жизни вуза по собственной инициативе).

Самостоятельная работа в аудиториях обуславливает такие содержательные её элементы, как умение слушать и записывать лекции и сообщения на методико-практических занятиях; критически оценивать выступления товарищей на методико-практических занятиях, конференциях; продуманно и творчески строить своё выступление, доклад; самостоятельно и при поддержке преподавателя (товарищей) разрабатывать содержание и формы организации: утренняя гигиеническая гимнастика, физкультпаузы, вводная часть занятий, практико-ориентированный исследовательский проект по развитию физических кондиций, коррекции осанки и телосложения и др., продуктивно готовиться к зачётам и экзаменам.

Самостоятельная работа студентов в аудитории может заключаться в более глубоком и подробном изучении отдельных разделов программы, методов и способов решения проблем, которое требует в разной степени участия преподавателя (воздействия, взаимодействия, содействия, соучастия, поддержки, сотворчества).

К самостоятельной работе вне аудитории относятся: конспектирование и работа с книгой, документами, первоисточниками; доработка и оформление записей по лекционному материалу; проработка материала по учебникам, учебным пособиям и другим источникам информации; выполнение рефератов, курсовых, дипломных работ; подготовка к зачётам и экзаменам и др. Для внеаудиторного изучения традиционно предлагаются вопросы по темам, основной материал которых рассмотрен в аудитории, индивидуальные задания для закрепления и углубления знаний, а так-

же задания творческого характера по проектированию и реализации практико-ориентированных исследовательских проектов.

Понимание того, что, наряду с приобретением готовых знаний, важнейшим для современного студента является формирование способности к самостоятельному поиску, овладению новыми знаниями и творческому мышлению, требует изменения подхода к самостоятельной работе студентов в плане смещения приоритета её познавательной функции в пользу саморазвивающей.

Основным методом реализации самостоятельной работы студентов является метод проектов. В информационном письме Министерства образования РФ (от 12.04.2000 № Б85/11-13) под методом проектов понимается способ организации познавательной деятельности учащихся для проектирования, создания и изготовления реального объекта (продукта труда). В основе метода проектов лежит развитие познавательных, творческих навыков учащихся, умений самостоятельно конструировать свои знания и ориентироваться в информационном пространстве, развитие критического мышления.

В настоящее время педагогическое проектирование рассматривается как деятельность субъекта (субъектов) образования, направленная на конструирование моделей преобразования педагогической действительности. Сущность педагогического проектирования состоит в выявлении и анализе педагогических проблем и причин их возникновения, построения ценностных основ и стратегий проектирования, определения целей и задач, поиске методов и средств реализации педагогического проекта.

Процесс проектирования включает в себя рефлексию объекта и определение целей проектирования, выделение проблем, выдвижение проектных гипотез по совершенствованию объекта проектирования, разработку модели объекта в соответствии с гипотезой, реализацию проекта, оценку результатов проекта. Основными положениями проекта являются его социальная преемственность, соответствие требованиям заказчиков и потребителей, ценностные ориентации проекта, регионализация, конструктивная целостность, реализуемость.

Применительно к повышению резервов здоровья студентов предложена следующая технология разработки проекта (таблица).

Реализация совместной (педагог-учащийся)

Технология разработки проекта

Этап	Название этапа	Содержание деятельности
1	Информационно-аналитический (диагностический)	Анализ оздоровительного потенциала образовательного учреждения, мониторинг физического здоровья студентов
2	Целеполагание	Определение целей деятельности
3	Моделирование	Разработка структуры и содержания проекта, определение основных направлений деятельности
4	Программирование	Планирование мероприятий, составление программы работы школы по реализации проекта
5	Реализация (целеосуществление)	Осуществление правового, организационного, финансового, ресурсного обеспечения реализации проекта
6	Контрольно-коррекционный	Анализ хода реализации проекта; корректировка проекта в соответствии с обнаружившимися просчётами; выбор вариантов оптимального решения поставленных задач

проектно-исследовательской деятельности осуществляется на основе алгоритма:

1) постановка проблемы и изучение её состояния в аспекте «сущего» и «желаемого» применительно к конкретному субъекту;

2) целеполагание на основе смыслополагания через поиск субъективных смыслов и актуализацию значимого мотива деятельности;

3) проектирование процесса достижения цели с допустимыми вариантами отклонений;

4) реализация проекта в процессе достижения цели с допустимыми вариантами отклонений;

5) текущий контроль и коррекция;

6) оценка достижения результата и обмен опытом [5].

Реализация проектов в первую очередь направлена на повышение уровня развития «проблем-

ных», «отстающих» двигательных качеств и способностей, отдельных компонентов физического здоровья (осанка, масса тела и т. д.) и свойств личности (настойчивость и упорство, смелость и решительность), овладение способами увеличения резервов здоровья и работоспособности (рациональное питание и дыхание, закаливание, внутренний самоконтроль, самомассаж и т. д.).

Таким образом, продуктивность самостоятельной работы обусловлена готовностью студента к физкультурному самосовершенствованию, т. е. таким состоянием ценностно-мотивационного, операционального и рефлексивно-деятельностного компонентов физкультурно-спортивной деятельности студентов, которое направлено на формирование физической и спортивной культуры личности.

Список литературы

1. Бальсевич, В. К. Здоровьеформирующая функция образования в Российской Федерации: материалы к разработке национального проекта оздоровления подрастающего поколения России в период 2006–2026 гг. / В. К. Бальсевич // Физ. культура: воспитание, образование, тренировка. 2006. № 5. С. 2–6.

2. Загвязинский, В. И. Теория обучения: современная интерпретация : учеб. пособие для студентов высш. пед. учеб. заведений / В. И. Загвязинский. М. : Академия, 2001. 192 с.

3. Зимняя, А. И. Педагогическая психология : учеб. для вузов / А. И. Зимняя. 2-е изд., доп. и перераб. М. : Логос, 2000. 384 с.

4. Лубышева, Л. И. Физическая и спортивная культура: содержание, взаимосвязи и диссоциации / Л. И. Лубышева // Теория и практика физ. культуры. 2002. № 3. С. 11–14.

5. Манжелей, И. В. Самостоятельная работа студентов по дисциплине «Физическая культура» : учеб.-метод. пособие / И. В. Манжелей, А. Г. Молодкин. Тюмень : Вектор-Бун, 2006. 82 с.

6. Низамов, Р. А. Дидактические основы активизации учебной деятельности студентов / Р. А. Низамов. Казань : Казан. ун-т, 1975. 302 с.

Сведения об авторе

Ярушин Сергей Алексеевич — кандидат педагогических наук, доцент кафедры физического воспитания и спорта Челябинского государственного университета, Челябинск, Россия. lza@csu.ru

*Bulletin of Chelyabinsk State University.
Education and Healthcare. 2014. № 1. P. 93–96.*

DESIGN OF STUDENTS' SELF ATHLETIC AND SPORTS ACTIVITY

S. A. Yarushin

Candidate of Pedagogy, Associate Professor of Physical Education and Sport of Chelyabinsk State University, Chelyabinsk, Russia. lza@csu.ru

The problem of students' self athletic and sports activity improvement through self study stimulation is analyzed drawing on project-based learning.

Keywords: *physical culture of the personality, organization, self study.*

References

1. Baljsevich, V. K. Zdorovjeformiruyutaya funkciya obrazovaniya v Rossijskoy Federacii: materialy k razrabotke nacional'nogo proekta ozdorovleniya podrastayuthego pokoleniya Rossii v period 2006–2026 gg. [Healthforming function of education in the Russian Federation (Development materials for the Russian younger generation health improvement national project of Russia in the period from 2006 to 2026)] / V. K. Baljsevich // *Fizicheskaya kul'tura: vospitanie, obrazovanie, trenirovka*. 2006. № 5. S. 2–6.
2. Zagvyazinskiy, V. I. Teoriya obucheniya: sovremennaya interpretaciya [Training theory: modern interpretation] : ucheb. posobie dlya studentov vshsh. ped. ucheb. zavedeniy / V. I. Zagvyazinskiy. M. : Akademiya, 2001. 192 s.
3. Zimnyaya, A. I. Pedagogicheskaya psikhologiya [Educational psychology] : ucheb. dlya vuzov / A. I. Zimnyaya. 2-e izd., dop. i pererab. M. : Logos, 2000. 384 s.
4. Lubihsheva, L. I. Fizicheskaya i sportivnaya kul'tura: sodержanie, vzaimosvyazi i dissociacii [Physical culture and sports: meaning, interrelations and dissociation] / L. I. Lubihsheva // *Teoriya i praktika fiz. kul'tur*. 2002. № 3. S. 11–14.
5. Manzheley, I. V. Samostoyatel'naya rabota studentov po discipline «Fizicheskaya kul'tura» [Students' self study on "Physical culture" classes] : ucheb.-metod. posobie / I. V. Manzheley, A. G. Molodkin. Tyumenj : Vektor-Bun, 2006. 82 s.
6. Nizamov, R. A. Didakticheskie osnovih aktivizacii uchebnoy deyatelnosti studentov [Didactic foundation of students' educational activity activation] / R. A. Nizamov. Kazanj : Kazan. un-t, 1975. 302 s.

СООБЩЕНИЯ МОЛОДЫХ УЧЁНЫХ (BY YOUNG SCIENTISTS)

*Вестник Челябинского государственного университета.
Образование и здравоохранение. 2014. № 1. С. 97–100.*

УДК 616-01/09
ББК 75.0:75.7

ПРОЯВЛЕНИЕ ПАТОЛОГИИ, КУПИРОВАННОЙ СПОРТИВНОЙ ФОРМОЙ И ВОЛЕЙ СПОРТСМЕНОВ, НА РАЗНЫХ ЭТАПАХ ГОДИЧНОГО ЦИКЛА ТРЕНИРОВКИ

А. М. Каримов

ФГБОУ ВПО «Челябинский государственный университет», Челябинск, Россия

Высокие физические и психоэмоциональные нагрузки увеличивают толерантность организма, что проявляется в том, что болезнь купируется высокой спортивной формой, которая мешает ей проявляться на определённых этапах. После прекращения высоких нагрузок патология вновь обостряется.

Ключевые слова: *патология в спорте, индекс воли, годичный цикл тренировки, толерантность организма.*

Проблема здоровья имеет для спорта особое значение, поскольку оно оказывает непосредственное влияние на сохранение правильной интегративной реакции организма на физические нагрузки, а тем самым на спортивную работоспособность и результаты. Научный интерес проблемы выходит за пределы спорта, ведь спорт высших достижений — наилучшая модель изучения максимальных возможностей организма человека в экстремальных условиях. И не случайно именно исследования спортивных медиков, накопленные на большом материале данные о здоровье и морфофункциональных особенностях организма в процессе напряжённой тренировки и соревнований [5], о диапазоне его функциональных резервов и возможностей [1; 2], о переходных состояниях от здоровья к болезни и ранних признаках предпатологических состояний [3; 6], внесли существенный вклад в становление науки о здоровом человеке и теории адаптации, в понимание физиологической нормы как оптимума жизнедеятельности в конкретных условиях [2; 4], что весьма существенно для ряда отраслей теоретической, клинической и профилактической медицины и биологии.

Материалы и методы исследования. Использовался метод анализа и обобщения литературных данных и передового практического опыта. Современная литература имеет много примеров аналитических материалов о том, что многолетние наблюдения фиксируют 1 000 спортсменов высшей квалификации, например [6],— 750

из них наблюдались непрерывно на протяжении 4–15 лет, а 250 человек — после прекращения направленной тренировки, в возрасте 45–70 лет. При этом использовалась комплексная методика врачебно-физиологического исследования, включая определение состояния основных физиологических систем организма, внутренней среды и реакции на физические нагрузки. Литературные данные о частоте тех или иных заболеваний у спортсменов и их сравнение с таковыми у занимающихся многочисленны [1; 3–5], но весьма разноречивы, что обусловлено разной методикой сбора и анализа материала, различиями в квалификации, возрасте обследованных, условиях обследования. Не всегда приводится и степень выраженности заболевания, его влияние на состояние и работоспособность человека и прочее. Следует также учесть, что благодаря диспансеризации и постоянному врачебному контролю за спортсменами в процессе тренировки у них регистрируются даже малейшие признаки заболеваний, проявляющиеся главным образом в условиях больших физических нагрузок, которые у других категорий населения, как правило, не учитываются. Кроме того, сведения о заболеваемости населения чаще всего основываются на результатах обращаемости или однократных осмотров, что, как известно, далеко не отражает истинной картины здоровья.

Результаты исследования и их обсуждение. Исследование соматической (внутренних органов) патологии спортсменов в разные периоды

годовой тренировки выявило стойкие закономерности, ранее не описанные в спортивной науке. Исследовались борцы и лыжники-гонщики квалификации от 1-го разряда до МСМК, имеющих патологию. Комплексное обследование включало: клинические, физиологические, биохимические, психологические и иридологические методы исследования на протяжении всего тренировочного года. Вначале методом иридодиагностики были отмечены исчезновения в соревновательный период и появления в переходный период иридознаков на радужке спортсменов, что в последующем подтвердилось при сравнении клинических и иммунологических методов диагностики внутренних болезней.

Оценка «индекса воли» (ИВ) на способность перенесения спортсменами тканевой гипоксии ($ИВ = \frac{ВП}{КП} \times 100\%$), где ИВ — индекс воли; ВП — волевая пауза, сдерживающая желание дышать; КП — контрольная пауза до естественного желания дышать, взятая у тех же спортсменов, показала, чем тяжелее заболевание, тем выше «ин-

декс воли». Если у практически здорового спортсмена ИВ находится в пределах от 40 до 100 %, тогда как ИВ больше 100 % или меньше 40 % вызывает подозрение на заболевание или присутствие очага хронической инфекции (гайморит, тонзилит, геморрой и т. д.). Например, наблюдались два МСМК, у практически здорового ИВ = 40 %, у больного язвой желудка ИВ = 600 %, на чемпионате России дистанцию пробежали с одинаковым результатом. Создается впечатление, что один бежит на здоровье, которого достаточно для высокого показателя, тогда как больной бежит на «силе воли».

Интересными в связи с этим является сравнение тяжести заболевания с показателями ИВ и универсальной кардиореспираторной пробы (УКРП). УКРП рассчитывается путём замера ЧСС (частоты сердечных сокращений) и ЧД (частоты дыхания) за один промежуток времени (например, за 15 с), затем показатель ЧСС делят на показатель ЧД и получают значение УКРП. В норме у здорового человека вне зависимости от

Таблица 1

**Число случаев обнаружения внутренних болезней
у квалифицированных спортсменов в годичном цикле**

Пол		Годичные периоды							
		Втягивающий	Базовый первый	Развивающий первый	Стабилизирующий	Базовый второй	Развивающий второй	Соревновательный	Переходный
М	Абс	80	78	67	70	65	33	10	80
	%	100	97,5	83,7	87,5	81,2	41,2	12,5	100
Ж	Абс	78	78	60	56	49	37	12	78
	%	100	100	76,9	71,7	62,8	47,4	15,3	100

Таблица 2

**Сравнительный анализ тяжести заболевания спортсменов
с показателями «индекса воли» и УКРП**

Степень заболевания	Недостаточность	Индекс воли, %	УКРП = ЧСС/ЧД
Очень тяжёлая	Лёгочная	300–600	8–10
Тяжёлая	Лёгочная	200–300	7–8
Лёгкая	Лёгочная	100–200	5–6
Здоровье	Норма	40–100	5,0±0,5
Лёгкая	Сердечная	30–40	4–5
Тяжёлая	Сердечная	20–30	3–4
Очень тяжёлая	Сердечная	0–20	1–3

возраста и пола на один дыхательный цикл приходится пять ударов пульса (УКРП = 5,0 + 0,5).

Заключение. Таким образом, высокие физические и психоэмоциональные нагрузки увеличивают «защитные слои» организма, что проявляется в «исчезновении» патологии. Болезнь купируется

высокой спортивной формой, которая мешает проявляться болезни на определённых этапах. После прекращения высоких нагрузок, патология вновь даёт о себе знать. Данный феномен ещё не до конца осмыслен, в том числе и с точки зрения «качества жизни» спортсмена.

Список литературы

1. Гаркави, Л. Х. Адаптационные реакции и резистентность организма / Л. Х. Гаркави, Е. Б. Квакина, М. А. Уколова. Ростов н/Д. : РГУ, 2010. 224 с.
2. Елисеев, Е. В. Помехоустойчивость как функциональная система, регулирующая психологические механизмы адаптации спортсмена : дис. ... д-ра биол. наук / Е. В. Елисеев. Тюмень, 2001. 374 с.
3. Кокорева, Е. Г. Возрастные особенности реакции сердца на локальные и общие нагрузки у лиц с ранней депривацией / Е. Г. Кокорева, С. С. Тарасов, Д. С. Абрамов // *Фундамент. исслед.* 2014. № 1. С. 64–66.
4. Никитюк, Б. А. Механизмы адаптации мышечных волокон к физическим нагрузкам и возможности управления этим процессом / Б. А. Никитюк, Н. Г. Самойлов // *Теория и практика физ. культуры.* 2010. № 5. С. 11–14.
5. Пешков, В. Ф. Физиологические и психологические средства восстановления работоспособности в процессе спортивной и учебной деятельности : автореф. дис. ... д-ра пед. наук / В. Ф. Пешков. Омск : СибГАФК, 2001. 46 с.
6. Шубик, В. М. Иммунология и здоровье спортсменов / В. М. Шубик, М. Я. Левин. М. : Физкультура и спорт, 2005. 175 с.

Сведения об авторе

Каримов Артур Маратович — выпускник Военно-медицинской академии им. С. М. Кирова (г. Санкт-Петербург), аспирант первого года обучения кафедры физического воспитания и спорта Челябинского государственного университета, Челябинск, Россия.

*Bulletin of Chelyabinsk State University.
Education and Healthcare. 2014. № 1. P. 97–100.*

MANIFESTATIONS OF PATHOLOGY CROPPED FIT AND WILL ATHLETES AT DIFFERENT STAGES YEAR CYCLE OF TRAINING

A. M. Karimov

Graduate of the Military Medical Academy name after S. M. Kirov (Saint-Petersburg), a Graduate Student of the First Year of the Department of Physical Education and Sports of Chelyabinsk State University, Chelyabinsk, Russia

High physical and psycho-emotional stress increases the tolerance of the organism, which is manifested in the fact that the disease is stopped by high sportswear, which prevents her appear at certain stages. After the cessation of heavy loads, pathology re-aggravated.

Keywords: *pathology in the sport, the index will, a one-year training cycle, tolerance of an organism.*

References

1. Garkavi, L. Kh. Adaptacionnihe reakcii i rezistentnostj organizma [Adaptive response and resistance of the body] / L. Kh. Garkavi, E. B. Kvakina, M. A. Ukolova. Rostov n/D. : RGU, 2010. 224 s.
2. Eliseev, E. V. Pomekhoustojchivostj kak funkcionaljnaya sistema, reguliruyuthaya psikhologicheskie mekhanizmihi adaptacii sportsmena [Noise immunity as a functional system, which regulates the psychological mechanisms of adaptation athlete] : dis. ... d-ra biol. nauk / E. V. Eliseev. Tyumenj, 2001. 374 s.
3. Kokoreva, E. G. Vozrastnihe osobennosti reakcii serdca na lokaljnihe i obthie nagruzki u lic s ranney

deprivaciej [Age features of the reaction of the heart to the local and general load in patients with early deprivation] / E. G. Kokoreva, S. S. Tarasov, D. S. Abramov // *Fundamentalnihe issledovaniya*. 2014. № 1. S. 64–66.

4. Nikityuk, B. A. Mekhanizmih adaptacii mihshechnihk volokon k fizicheskim nagruzkam i vozmozhnosti upravleniya ehtim processom [Mechanisms of adaptation of muscle fibers to physical activity and ability to manage this process] / B. A. Nikityuk, N. G. Samojlov // *Teoriya i praktika fizicheskoyj kuljturih*. 2010. № 5. S. 11–14.

5. Peshkov, V. F. Fiziologicheskie i psikhologicheskie sredstva vosstanovleniya rabotosposobnosti v processe sportivnoj i uchebnoj deyateljnosti [Physiological and psychological means of disaster recovery in the course of sports and educational activities] : avtoref. dis. ... d-ra ped. nauk / V. F. Peshkov. Omsk : SibGAFK, 2001. 46 s.

6. Shubik, V. M. Immunologiya i zdorovje sportsmenov [Immunology and health of athletes] / V. M. Shubik, M. Ya. Levin. M. : Fizkuljtura i sport, 2005. 175 s.

УДК 796/799
ББК 75.1

АНАЛИЗ ЭФФЕКТИВНОСТИ ДИФФЕРЕНЦИРОВАННОГО ПОДХОДА К ФИЗИЧЕСКОМУ ВОСПИТАНИЮ ШКОЛЬНИКОВ (по материалам педагогической практики)

Р. Е. Рыжков

ФГБОУ ВПО «Челябинский государственный университет», Челябинск, Россия

Технология дифференцированного обучения и тренировка учащихся должна строиться на основе индивидуальных темпов обучения и различных уровней физической подготовленности обучающихся.

Ключевые слова: *дифференцированный подход, физическое воспитание школьников, индивидуализация обучения.*

Технология дифференцированного развития физических качеств и обучения двигательным действиям предполагает специфичную организацию учебного материала в виде дифференцированной методики обучения и тренировки для групп учащихся с различным уровнем подготовленности и различным темпом обучения [2; 4; 6; 8]. Технология — это система форм, методов и средств обучения, которая соответствует стандарту образования по физической культуре, строится на основе учёта индивидуальных темпов обучения и различных уровней физической подготовленности школьников [4; 6]. Цель технологии — совершенствование учебно-воспитательного процесса по предмету «физическая культура» на основе учёта индивидуальных возможностей учащихся и дифференциации процесса обучения и развития физических качеств [1; 6].

Технология дифференцированного обучения преследует решение следующих задач:

1. Обучение жизненно важным двигательным умениям и навыкам, применению их в различных по сложности условиях.
2. Повышение уровня физической и функциональной подготовленности.
3. Развитие индивидуальных особенностей ученика, ликвидация слабых сторон физической подготовленности.

Следовательно, анализ эффективности дифференцированного подхода к физическому воспитанию школьников по материалам педагогической практики аспиранта на базе образовательного учреждения актуален и своевременен.

Материалы и методы исследования. Для определения уровня физической подготовлен-

ности, согласно рекомендациям специальной литературы [1; 3; 5; 6; 7], были использованы контрольные упражнения, характеризующие уровень развития базовых качеств: силовых, скоростных, скоростно-силовых, общей выносливости, координационных способностей, гибкости, а также измерялись показатели антропометрии у девушек 16-летнего возраста.

Дифференцированную оценку различных сторон физической подготовленности целесообразно проводить с помощью метода перцентильной шкалы [1; 3; 6]. В ряде стран для оценки физических способностей школьников используется метод перцентильной шкалы, которая имеет пять ступеней оценки результатов тестов, т. е. пять уровней подготовленности: высокий, выше среднего, средний, ниже среднего, низкий [6]. Этот расчёт необходимо использовать для каждого контрольного задания. Таким образом, анализ профиля отдельных результатов позволяет выявить дифференцированную оценку сильных и слабых сторон физической подготовленности ученика.

Результаты и их обсуждение. В результате распределения по уровням подготовленности (табл. 1) выяснилось, что 42 % учащихся имеют средний уровень физической подготовленности: по 19 % учащихся — уровни выше и ниже среднего; 13 % — низкий уровень физической подготовленности. Следовательно, 42 % учащихся, имеющих средний уровень физической подготовленности, должны иметь за свой результат оценку «хорошо». Уровни выше среднего (19 %) и высокий (7 %) соответствуют в сумме 26 % результатов учащихся, за что предлагается выстав-

Таблица 1

**Уровень физического развития двигательной и функциональной подготовленности девушек
16-летнего возраста с различной ориентацией на физической самовоспитание**

№ п/п	Показатель	Занимающиеся	Незанимающиеся	Достоверность различий
1	Рост, см	165,4	165,1±4,8	>0,05
2	Вес, кг	57,1±7,5	53,7±5,8	>0,05
3	Весо-ростовой индекс, г/см	246,7±1,6	320,9±33,6	<0,05
4	Окружность грудной клетки, см	87,9±7,3	82,9±7,3	<0,05
5	Окружность таза, см	94,8±6,4	91,3±6,1	>0,05
6	Окружность бедра, см	53,8±3,7	50,1±4,9	>0,05
7	Окружность голени, см	34,4±2,8	31,6±3,9	>0,05
8	Прыжок в длину с места, см	198,7±15,6	173,8±20,2	<0,05
9	Прыжок спиной вперёд, см	111,7±11,8	96,6±12,8	<0,05
10	Сгибание-разгибание туловища за 1 мин, кол-во	47,4±8,6	30,1±11,9	<0,05
11	Сгибание-разгибание туловища за 2 мин, кол-во	76,6±14,3	50,9±17,0	<0,05
12	Сгибание-разгибание рук в упоре лёжа, кол-во	26,5±11,1	11,4±6,2	<0,05
13	Вис на согнутых руках, с	50,8±34,1	16,1±12,1	<0,05
14	Темпинг-тест за 5 с, кол-во	35,7±4,5	36,9±4,7	>0,05
15	Бег на 49 м, с	10,18±0,7	12,95±1,1	<0,05
16	Прыжки на скакалке за 1 мин, кол-во	132,6±28,9	113,1±28,4	>0,05
17	Сила сгибания кисти, кг	27,2±3,1	27,3±2,7	>0,05
18	Относительная сила кисти, ед.	45,8±6,8	46,2±7,0	>0,05
19	ЖЕЛ, л., мл	3,34±0,64	2,68±0,33	<0,05
20	Относительная ЖЕЛ, ед.	9,46±1,6	8,16±1,3	<0,05
21	Задержка дыхания на вдохе, с	61,3±23,0	68,3±23,3	>0,05
22	Задержка дыхания на выдохе, с	34,6±13,6	33,6±10,4	>0,05
23	Задержка дыхания после стандартной нагрузки, с	38,4±12,2	23,7±10,0	<0,05
24	Наклон вперёд сидя, см	+17,7±7,6	+11,1±5,3	>0,05
25	Коэффициент подвижности (шпагат — рост), см	+13,3±11,5	-5,1±10,8	<0,05
26	Коэффициент гибкости по Доленко, ед.	40,1±5,1	33,1±4,8	>0,05

лять оценку «отлично». Учащимся, показавшим результат ниже среднего (19 %), предлагается выставлять оценку «удовлетворительно», низкий результат (13 %) — «неудовлетворительно».

В табл. 2 приведены результаты выполнения учащимися г. Челябинска нормативов школьной программы на оценку «хорошо» и «отлично». Дополнительный интерес нормативов проявился и в применении их в различных по сложности условиях. Всё это проектировалось в целях:

1) повышения уровня физической и функциональной подготовленности;

2) развития индивидуальных особенностей ученика, ликвидации слабых сторон физической подготовленности;

3) приобретения знаний в области гигиены, медицины, необходимых понятий и теоретических сведений по физической культуре и спорту.

Воспитания потребности и умения самостоятельно заниматься физическими упражнениями,

Таблица 2

Динамика выполнения школьных нормативов учащимися г. Челябинска*

№ п/п	Контрольные упражнения (норматив)	Пол	Класс				
			5-й	6-й	7-й	8-й	9-й
1	Прыжок в длину с места	м	42,9	41,7	60,0	75,50	93,3
		д	42,4	33,0	42,5	23,30	14,3
2	Челночный бег на 49 м	м	30,0	12,0	52,6	2,30	80,0
		д	3,0	11,1	10,7	9,50	6,8
3	Сгибание-разгибание туловища за 1 мин	м	26,7	44,4	83,3	45,50	93,3
		д	54,5	66,6	29,6	21,80	33,0
4	Наклон вперед	м	36,7	25,0	10,5	8,35	20,0
		д	6,1	66,6	1,4	66,65	7,9
5	Подтягивание	м	2,0	6,6	10,5	3,00	7,9
		д	86,0	62,2	44,3	14,20	9,9

* Указана доля (%) учащихся, выполнивших норматив на «хорошо» и «отлично».

сознательно применять их в период активного отдыха, тренировки.

Для оценки динамики физической подготовленности предлагается сочетать два подхода:

а) с помощью оценочных таблиц, определяющих стандарты физической подготовленности;

б) с помощью оценки приростов результатов (для этого суммируются все приросты одного теста определённой группы учащихся, выводится средний, что соответствует оценке «пять», ниже — оценке «удовлетворительно»). Чтобы показатели были точными, необходимо определять их для каждой параллели классов в школе, отдельно для мальчиков и для девочек.

Таким образом, анализ научно-методической литературы и изучение передового практического опыта показали необходимость дифференцированного подхода к физическому воспитанию учащихся. Технология дифференцированного обучения и тренировка учащихся должна строиться на основе индивидуальных темпов обучения

и различных уровней физической подготовленности учащихся. Использование в уроках физической культуры и при самостоятельных занятиях оценочных таблиц позволяет учитывать профиль различных сторон физической подготовленности учеников и комплектовать группы по результатам тестов ведущих физических качеств, индивидуализировать систему заданий по физической культуре. Оценка физической подготовленности по приросту результатов способствует активизации самостоятельных занятий школьников во внеурочное и урочное время, способствует повышению уровня физической подготовленности учащихся.

Вывод. Использование дифференцированного подхода к физической подготовленности учащихся повышает качественную успеваемость по физической культуре как у мальчиков, так и у девочек 5-х классов соответственно на 27 и 12 %, в 6-х классах — на 32 и 39 %, в 7-х классах — на 20 и 10 %.

Список литературы

1. Аулик, И. В. Определение физической работоспособности в клинике и спорте / И. В. Аулик. М. : Медицина, 2009. 192 с.
2. Булич, Э. Г. Физическое воспитание в специальных медицинских группах / Э. Г. Булич. М. : Высш. шк., 2006. 255 с.
3. Велитченко, В. К. Физкультура для ослабленных детей : метод. пособие / В. К. Велитченко. М. : Тера-Спорт, 2010. 168 с.
4. Елисеев, Е. В. Факторы роста физической работоспособности единоборцев в динамике их физического развития и подготовленности / Е. В. Елисеев, М. В. Трегубова, Д. С. Абрамов // Фундамент. исслед. 2014. № 1. С. 55–58.

5. Кокорева, Е. Г. Эффекты психофизической коррекции у детей 4–10 лет с сенсорными нарушениями / Е. Г. Кокорева // Науч. обозрение. 2014. № 1. С. 138–141.
6. Лях, В. И. Двигательные способности школьников: основы теории и методики развития / В. И. Лях. М. : Тера-Спорт, 2000. 192 с.
7. Рипа, М. Д. Занятия физической культурой со школьниками, отнесёнными к специальной медицинской группе / М. Д. Рипа, В. К. Велитченко, С. С. Волкова. М. : Просвещение, 2008. 175 с.
8. Трегубова, М. В. Помехоустойчивость и равновесность состояний при адаптации организма человека к спортивной тренировке и соревновательной деятельности / М. В. Трегубова // Устойчивость в неустойчивом мире : сб. материалов Междунар. междисциплинар. науч. конф. Челябинск : ЧелГУ, 2014. С. 54–61.

Сведения об авторе

Рыжков Роман Евгеньевич — аспирант третьего года обучения кафедры физического воспитания и спорта Челябинского государственного университета, г. Челябинск, Россия. salage@bk.ru

*Bulletin of Chelyabinsk State University.
Education and Healthcare. 2014. № 1. P. 101–104.*

EFFECTIVENESS DIFFERENTIATED APPROACH TO THE PHYSICAL TRAINING OF SCHOOLBOYS (Based on Materials Teaching Practice)

R. E. Ryzhkov

*Graduate Student of Third Year Students of the Department of Physical Education and Sports of Chelyabinsk State University,
Chelyabinsk, Russia. salage@bk.ru*

Technology differentiated instruction and training of students should be based on individual learning rates and different levels of physical fitness of students.

Keywords: *differential treatment, physical education students, individualized instruction.*

References

1. Aulik, I. V. Opredelenie fizicheskoy rabotosposobnosti v klinike i sporte [Determination of physical performance in the clinic and sports] / I. V. Aulik. М. : Medicina, 2009. 192 s.
2. Bulich, Eh. G. Fizicheskoe vospitanie v special'nykh medicinskih gruppakh [Physical education in special medical groups] / Eh. G. Bulich. М. : Vihssh. shk., 2006. 255 s.
3. Velitchenko, V. K. Fizkultura dlya oslablennikh detey [Physical Education for impaired children] : metod. posobie / V. K. Velitchenko. М. : Tera-Sport, 2010. 168 s.
4. Eliseev, E. V. Faktorih rosta fizicheskoy rabotosposobnosti edinoborcev v dinamike ikh fizicheskogo razvitiya i podgotovlennosti [Growth factors of physical performance in single combat dynamics of their physical development and readiness] / E. V. Eliseev, M. V. Tregubova, D. S. Abramov // Fundamentalniye issledovaniya. 2014. № 1. S. 55–58.
5. Kokoreva, E. G. Ehffektih psikhofizicheskoy korrektsii u detey 4–10 let s sensornymi narusheniyami [Psychophysical effects correction in children 4–10 years old with sensory impairments] / E. G. Kokoreva // Nauchnoye obozrenie. 2014. № 1. S. 138–141.
6. Lyakh, V. I. Dvigatel'nyye sposobnosti shkol'nikov: osnovnykh teorii i metodiki razvitiya [Motor abilities of schoolchildren: basic theory and methodology development] / V. I. Lyakh. М. : Tera-Sport, 2000. 192 s.
7. Ripa, M. D. Zanyatiya fizicheskoy kul'turoy so shkol'nikami, otnesennymi k special'noy medicinskoy grupe [Physical training with the students in the special medical group] / M. D. Ripa, V. K. Velitchenko, S. S. Volkova. М. : Prosvethenie, 2008. 175 s.
8. Tregubova, M. V. Pomekhoustoychivost' i ravnovesnost' sostoyaniy pri adaptatsii organizma cheloveka k sportivnoy trenirovke i sorevnovatel'noy deyatel'nosti [Noise immunity and equilibrium states in the adaptation of the human body for sports training and competitive activities] / M. V. Tregubova // Ustoychivost' v neustoychivom mire : sb. materialov Mezhdunarodnoy mezhdisciplinarnoy nauchn. konferentsii. Chelyabinsk : ChelGU, 2014. S. 54–61.

УДК 796.8
ББК 75.1

ОЦЕНКА ПОДГОТОВЛЕННОСТИ И ОТБОР В СПОРТИВНОЙ БОРЬБЕ

А. А. Сизов

ФГБОУ ВПО «Челябинский государственный университет», Челябинск, Россия

Показано, что спортивный отбор — это самостоятельный вид социальной деятельности, предполагающий организованный поиск талантливой в спортивном отношении молодежи.

Ключевые слова: спортивный отбор, оценка подготовленности спортсменов, дзюдоисты-юниоры.

Вопросы отбора и прогнозирования результатов юных спортсменов являются особо актуальными в теории и практике юношеского спорта [1; 4; 6]. Особый интерес вызывает осуществление комплексного контроля за сторонами подготовленности квалифицированных спортсменов с целью определения их перспективности и отбора к соревнованиям [7]. Учитывая тот факт, что оценка перспективности и подготовленности дзюдоистов-юниоров является важным моментом тренировочного процесса [2; 4; 5], возникает необходимость шире исследовать этот вопрос. Актуальность данного направления обуславливается недостаточностью раскрытия диагностических и прогностических аспектов подготовленности борцов.

Материалы и методы исследования. В своей работе мы определили комплекс показателей для оценки подготовленности и перспективности

борцов 17–20 лет [2; 4]. В комплекс вошли показатели для оценки общей и специальной физической, технической подготовленности, моторики и свойств личности. Оценка перспективности борцов по данному комплексу дополняет исследования по комплексной оценке спортсменов различного возраста и квалификации [3; 6; 7]. Оценив по 9-балльной шкале уровень технической, психологической, общей и специальной физической подготовленности квалифицированных дзюдоистов-юниоров, можно говорить о перспективности занятия борьбой.

Результаты исследования и их обсуждение. Оценка по 9-балльной шкале уровня технической, психологической, общей и специальной физической подготовленности квалифицированных дзюдоистов-юниоров отражена в таблице. Работая над проблемой спортивного отбора, можно прийти к пониманию того, что даль-

Оценка уровня технической, психологической, общей и специальной физической подготовленности квалифицированных дзюдоистов-юниоров

Показатель подготовленности	БАЛЛЫ								
	1	2	3	4	5	6	7	8	9
Специальный тест № 1									
1. Время выполнения, с	51,7 и более	51,6	48,4	47,5	41,8	38,5	35,2	31,9	28,6 и менее
2. Качество бросков, усл. ед.	7,6 и менее	7,7	8,0	8,5	8,9	9,4	9,8	9,9	10,0
Специальный тест № 2									
3. Кол-во бросков	47,0 и менее	48,8	52,0	55,2	58,4	1,6	64,8	67,0	68,0 и более
4. Качество бросков, усл. ед.	8,4 и менее	8,7	9,0	9,3	9,6	9,7	9,8	9,9	10,0
Специальный тест № 3									
5. Время выполнения, с	182,8 и более	165,6	148,7	131,8	114,9	98,0	81,1	64,2	63,8 и менее
6. Качество бросков, усл. ед.	7,6 и менее	8,0	8,4	8,9	9,3	9,7	9,8	9,9	10,0

Окончание таблицы

Показатель подготовленности	БАЛЛЫ								
	1	2	3	4	5	6	7	8	9
7. Тройной прыжок, см	652,0 и менее	671,0	691,0	711,0	731,0	750,0	770,0	789,0	790,0 и более
8. Максимальное кол-во подтягиваний	13,0 и менее	16,0	18,0	21,0	23,0	26,0	28,0	30,0	31,0
9. Время решения оперативных задач, с	6,4 и более	6,3	5,7	5,0	4,3	3,5	2,8	2,1	1,4 и менее
10. Ошибка дозированного усиления, %	34,4 и более	34,3	29,6	24,8	20,1	15,3	10,6	5,8	1,0 и менее
11. Эмоциональная устойчивость, усл. ед.	10,0 и менее	12,0	13,0	14,0	15,0	17,0	18,0	19,0	20,0 и более
12. Фактор F по Кэттелу, усл. ед.	8,0 и менее	10,0	12,0	14,0	17,0	19,0	21,0	23,0	24,0 и менее
13. Фактор Q по Кэттелу, усл. ед.	4,0 и менее	5,0	6,0	7,0	8,0	10,0	11,0	12,0	13,0 и более
14. Соревновательная личностная тревожность, усл. ед.	12,0 и менее	13,0	15,0	16,0	17,0	19,0	20,0	21,0	22,0 и более
15. Ошибка РДО, мл с	57,0 и более	56,0	52,0	47,0	42,0	37,0	32,0	27,0	22,0 и менее
16. Вариативность ошибки РДО, мл с	219,0 и более	218,0	197,0	176,0	155,0	133,0	112,0	90,0	69,0 и менее

нейшее развитие исследований должно идти по пути разработки методологии этого направления спортивной науки. Очевидно, что даже очень высокие задатки к тому или иному виду деятельности, свидетельствующие о природной одарённости человека, служат лишь необходимой основой высоких способностей к занятиям спортом. Действительные способности могут быть выявлены лишь в процессе обучения и воспитания и являются следствием сложного диалектического единства врождённого и приобретённого, биологического и социального. Основная задача спортивной ориентации на этапе начальной подготовки — помочь ребёнку правильно выбрать вид спорта для спортивного совершенствования. Правильное решение этой задачи не только свидетельствует об эффективности работы отдельных тренеров, но и имеет достаточно глубокий социальный смысл. Успешные занятия спортом позволяют молодому человеку раскрыть свои природные задатки, ярко ощутить результаты вложенного труда и уверенность в собственных силах. Всё это создаёт хороший фундамент для последующей жизни и активной позиции в любых сферах деятельности.

Следовательно, отбор — это поиск здорового и сильного спортсмена, ориентированного на повышенную двигательную активность. Ориентация — это выбор для каждого отдельно взятого борца конкретного вида спортивной специализации, исходя из требований вида спорта (межвидовая ориентация) или соответствия спортивному амплуа (внутривидовая ориентация) [5]. Все имеющиеся в настоящее время наиболее значительные образцы отечественных технологий отбора включают диагностику всех сторон подготовленности в соответствии с системной структурой модели спортсмена. В результате спортсмены в процессе мероприятий по отбору проходят углублённые комплексные обследования по многим информативным для видов спорта конституциональным и спортивно-педагогическим показателям [6].

Наиболее распространённым классом математических моделей являются стандартизованные, полученные на основе специальных оценочных шкал для отдельных показателей. Эти модели разрабатывают с помощью методов построения шкал оценок. Есть трёхэтапная стратегия оценки диагностических параметров спортсменов:

– на первом этапе полученные диагностические показатели превращаются на основе шкал в баллы;

– на втором суммируются набранные спортсменом баллы с учётом весовых коэффициентов, в результате чего определяется итоговая оценка спортсмена по результатам углублённого обследования;

– на третьем этапе оценивается итоговый балл на основании выработанных норм.

В результате использования такого подхода из более двух тысяч просмотренных юных спортсменов примерно 9 %, набравших максимальное число баллов, были квалифицированы как перспективные. Однако впоследствии, по наблюдениям одного года, установили, что только 60 % из них выросли в спортивном отношении. Эти данные свидетельствуют, во-первых, о малых сроках отдалённых наблюдений для заключений об эффективности отбора, а во-вторых, об относительно невысокой эффективности используемых в на-

стоящее время методов диагностики спортивной одарённости.

Выводы:

В науке уже сформировалось достаточно устойчивое мнение о том, что спортивный отбор — это самостоятельный вид социальной деятельности, предполагающий организованный поиск талантливой в спортивном отношении молодёжи.

Обобщая сложившиеся представления, можно сформулировать основные задачи спортивного отбора:

– определение модели спортсмена высокого класса по виду спорта;

– диагностика степени одарённости и прогнозирование потенциального уровня спортивного мастерства;

– организация спортивного отбора.

В связи с вышесказанным, специфика рассматриваемого вопроса требует дифференцированного подхода при определении требований к анализируемому процессу.

Список литературы

1. Дембо, А. Г. Спортивная кардиология / А. Г. Дембо, Э. В. Зацюрский. Л. : Медицина, 1999. 364 с.
2. Елисеев, Е. В. Семантика помехоустойчивости в структуре психофизиологической адаптации спортсмена : монография / Е. В. Елисеев. Челябинск : Экодом, 2001. 254 с.
3. Кокорева, Е. Г. Гетерохронизм развития психофизиологических функций у детей с сенсорными нарушениями : автореф. дис. ... д-ра биол. наук / Е. Г. Кокорева. Челябинск, 2010. 26 с.
4. Трегубова, М. В. Вариативность морфофункциональных характеристик сердца спортсменов высокой квалификации / М. В. Трегубова, Е. В. Елисеев, А. В. Панов // Актуальные проблемы подготовки и сохранения здоровья спортсменов : материалы Всерос. науч.-практ. конф. с междунар. участием, посв. 40-летию каф. спорт. медицины и физ. реабилитации (г. Челябинск, 20 дек. 2013 г.) / под ред. Е. В. Быкова. Челябинск : УралГУФК, 2013. С. 519–526.
5. Спортивная медицина : учеб. для ин-тов физ. культуры / под ред. В. Л. Карпмана. М. : Физкультура и спорт, 1996. 349 с.
6. Хитров, Н. К. Адаптация сердца к гипоксии / Н. К. Хитров, В. С. Пауков. М. : Медицина, 2008. 235 с.
7. Fukuda, H. The oxygen dependence of energy state of cardiac tissue / H. Fukuda, H. Yasuda, S. Shimokawa. Adv. York : London : Plenum Press, 2013. 248 p.

Сведения об авторе

Сизов Андрей Александрович — аспирант первого года обучения кафедры физического воспитания и спорта Челябинского государственного университета, Челябинск, Россия. salage@bk.ru

*Bulletin of Chelyabinsk State University.
Education and Healthcare. 2014. № 1. P. 105–108.*

READINESS ASSESSMENT AND SELECTION IN WRESTLING

A. A. Sizov

Graduate First Year Students of the Department of Physical Education and Sports of Chelyabinsk State University, Chelyabinsk, Russia. salage@bk.ru

The materials of the article shows that the selection of sports — it is an independent social activities involving organized search for talented youth in the sport.

Keywords: *sports selection, assessment of athletes, wrestlers-juniors.*

References

1. Dembo, A. G. Sportivnaya kardiologiya [Sports cardiology] / A. G. Dembo, Eh. V. Zaciorskiy. L. : Medicina, 1999. 364 s.
2. Eliseev, E. V. Semantika pomekhoustoychivosti v strukture psikhofiziologicheskoy adaptacii sportsmena [Semantics noise immunity in the structure of coping athlete] : monografiya/ E. V. Eliseev. Chelyabinsk : Ehkodom, 2001. 254 s.
3. Kokoreva, E. G. Geterokhronizm razvitiya psikhofiziologicheskikh funkciy u detey s sensornimi narusheniyami [Geterokhronizm of psychophysiological functions in children with sensory impairments] : avtoref. dis. ... d-ra biol. nauk / E. G. Kokoreva. Chelyabinsk, 2010. 26 s.
4. Tregubova, M. V. Variativnostj morfofunkcionalnihkh kharakteristik serdca sportsmenov vihsokoj kvalifikacii / M. V. Tregubova, E. V. Eliseev, A. V. Panov // Aktualjnihe problemih podgotovki i sokhraneniya zdorovjyasportsmenov : materialy Vseros. nauch.-prakt. konf. s mezhdunar. uchastiem, posvyathennoj 40-letiyu kafedrih sportivnoj medicinih i fizicheskoy reabilitacii (g. Chelyabinsk, 20 dekabrya 2013 g.) / pod red. E. V. Bihkova. Chelyabinsk : UralGUFK, 2013. S. 519–526.
5. Sportivnaya medicina : ucheb. dlya in-tov fiz. kuljture / pod red. V. L. Karpmana. M. : Fizkuljtura i sport, 1996. 349 s.
6. Khitrov, N. K. Adaptaciya serdca k gipoksii [Variability of morphological and functional characteristics of heart sportsmen of high qualification] / N. K. Khitrov, V. S. Paukov. M. : Medicina, 2008. 235 s.
7. Fukuda, H. The oxygen dependence of energy state of cardiac tissue / H. Fukuda, H. Yasuda, S. Shimokawa. Adv. York : London : Plenum Press, 2013. 248 p.

УДК 796/799
ББК 75.1:74.2

К ВОПРОСУ О ФИЗИЧЕСКОМ РАЗВИТИИ И ЗДОРОВЬЕ УЧАЩИХСЯ СРЕДНИХ ШКОЛ ЧЕЛЯБИНСКА (по материалам педагогической практики)

С. С. Тарасов

ФГБОУ ВПО «Челябинский государственный университет», Челябинск, Россия

Для улучшения состояния физического развития школьников и уровня здоровья учащихся средних школ необходимо увеличить число уроков физкультуры в неделю до четырёх, где этот урок должен стать интегративным.

Ключевые слова: физическое развитие школьников, здоровье, четвёртый урок по физической культуре.

Современную эпоху развития нашего государства справедливо называют эпохой перемен [1; 3; 4]. Реформы произошли во всех сферах жизни нашего общества, в том числе и в образовании. И мы в своей работе используем новые технологии, так как этого требует время. При разработке нашего урока мы обратились к литературе и определили форму урока — интегрированный урок [1; 2; 4]. В основе содержания интегративного урока лежат межпредметные связи при изучении различных учебных дисциплин. Как говорит ряд исследователей [2; 4; 5], особенно тесно связаны два школьных предмета — физическая культура и биология, а точнее физическая культура и курс анатомии, физиологии и гигиены человека. По утверждению русского анатома, основоположника науки о физической культуре П. Ф. Лесгафта: «...анатомия является естественнонаучной основой физического воспитания» [4]. Вот почему и мы считаем, что знания, полученные на уроках биологии, помогают школьникам рационально распределять учебную нагрузку на уроках физкультуры и анализировать результаты занятий.

Материалы и методы исследования. Исследования проводились на базе средней школы № 153: обследовались учащиеся с 1-го по 9-й класс, всего 1238 детей. В основу исследования была положена методика Е. В. Елисеева [1], которая основана на введении 4-го интегрального урока физической культуры на основе связи его с биологией. Физическое развитие имело оценку: среднее; выше среднего; среднее; дефицит массы 1-й и 2-й степени; избыток массы 1-й и 2-й степени. По состоянию здоровья, заболеваемости, наследственности и конституции тела школьни-

ка и его развития определялась группа здоровья: I — здоровые (без отклонений); II — практически здоровые (функциональные отклонения, группа риска); III — состояние компенсации; IV — состояние субкомпенсации; V — состояние декомпенсации.

Результаты исследования и их обсуждение. Динамика среднего (нормативного) уровня физического развития имеет два спада, в 1-м классе (53,6 %), в 6-м классе (59,4 %) и в 9-м классе (59,2 %) от общего количества учащихся в этих классах. Средний процент нормативного физического развития с 1-го по 9-й класс составил 60,5 % (табл. 1).

Динамика выше среднего физического развития учащихся имеет два спада: в 3-м классе (11,1 %) и в 6-м классе (12,1 %). Наивысший процент отмечается в 8-м классе (18,3 %). Средний процент выше среднего развития с 1-го по 9-й класс составляет 14,7% (табл. 1).

Динамика ниже среднего физического развития учащихся имеет наименьший процент в 8-м классе (4,7 %), наибольший процент во 2-м (10,7 %) и в 4-м классе (10,8 %). В среднем доля учащихся с уровнем развития ниже среднего составляет с 1-го по 9-й класс 8,0 %.

Дефицит массы тела 1-й и 2-й степени чаще наблюдается в 1-м (13,5 %) и 6-м (15,5 %) классах, реже — во 2-м (8,0 %) и 3-м (5,1 %) классах. Средний дефицит массы у учащихся с 1-го по 9-й класс составляет 5,6 % (табл. 1).

Избыток массы тела 1-й и 2-й степени чаще наблюдается в 8-м классе (8,8 %), в 4-м классе дети с избытком массы тела отсутствуют (0,0 %). Избыток массы тела 1-й и 2-й степени у учащихся 1–9-х классов в среднем составляет 2,7 % (табл. 1).

Таблица 1

Физическое развитие учащихся школы № 153 г. Челябинска в 2013/14 учебном году

Уровень физического развития		Класс								
		1-й	2-й	3-й	4-й	5-й	6-й	7-й	8-й	9-й
Обследовано, чел.		149	132	124	120	138	137	168	115	158
Средний	Абс.	80	93	90	80	78	88	87	90	64
	%	53,6	62,4	67,1	66,6	62,4	59,4	61,2	53,2	59,2
Выше среднего	Абс.	25	20	15	20	17	18	20	31	18
	%	16,7	13,4	11,1	16,6	13,6	12,1	14,1	18,3	16,7
Ниже среднего	Абс.	14	16	13	10	8	13	8	8	7
	%	9,4	10,7	9,7	10,8	6,4	8,8	5,4	4,7	6,5
Дефицит массы 1-й степени	Абс.	11	6	4	7	7	12	9	11	6
	%	7,4	4,0	2,9	5,8	5,6	8,1	6,3	6,5	5,5
Дефицит массы 2-й степени	Абс.	9	6	3	3	12	11	8	13	4
	%	6,1	4,0	2,2	2,5	9,6	7,4	5,6	7,6	3,7
Избыток массы 1-й степени	Абс.	6	4	4	0	0	3	5	4	1
	%	4,0	2,6	2,9	0,0	0,0	2,0	3,5	2,3	0,9
Избыток массы 2-й степени	Абс.	4	4	4	0	4	3	5	1	8
	%	2,7	2,6	2,9	0,0	3,2	2,0	3,5	6,5	7,4

Таблица 2

Группы здоровья учащихся школы № 153 г. Челябинска в 2013/14 учебном году

Группа здоровья		Класс								
		1-й	2-й	3-й	4-й	5-й	6-й	7-й	8-й	9-й
Обследовано, чел.		149	132	124	120	138	137	165	115	158
I	Абс.	40	35	34	32	18	17	29	10	10
	%	27,0	23,5	25,3	26,6	14,4	11,8	20,4	5,9	9,2
II	Абс.	50	60	53	48	32	82	59	85	37
	%	33,5	40,3	39,5	40,0	25,6	55,4	41,5	50,2	34,2
III	Абс.	59	53	46	38	74	49	51	72	60
	%	39,5	35,5	34,3	31,6	59,2	33,1	35,9	42,6	55,5
IV	Абс.	0	0	1	2	2	0	3	1	1
	%	0,0	0,0	0,7	1,6	1,4	0,0	2,1	0,6	0,9

Таким образом, учащиеся школы № 153, с 1-го по 9-й класс имеют следующий уровень физического развития: средний — 60,5 %; выше среднего — 14,7 %; ниже среднего — 8,0 %; дефицит массы 1-й и 2-й степени — 5,6 %; избыток массы 1-й и 2-й степени — 2,7 %. Что может свидетель-

ствовать о хорошем показателе физического развития учащихся школы № 153.

Учащихся с 1-го по 9-й класс по уровню здоровья распределились следующим образом. В первой группе здоровья наибольшую долю составляют учащиеся 1-го (27 %) и 4-го (26,6 %) классов,

наименьшую — 8-го (5,9 %) и 9-го (9,2 %). Общая тенденция — с 1-го по 9-й класс идёт к снижению доли здоровых детей. В среднем число здоровых детей с 1-го по 9-й класс составляет 18,2 %. Во второй группе практически здоровых наибольшую долю составляют учащиеся 6-х классов (55,4 %), наименьшую — 5-х классов (25,6 %). Тенденции к увеличению или снижению не наблюдается. Среднее число по 2-й группе здоровья с 1-го по 9-й класс составило 40,0 %. В третьей группе детей с повышенным фактором риска к заболеванием наименьший процент отмечается в 4-м классе (31,4 %), наибольшей — в 5-м (59,2 %) и 9-м (55,5 %) классе. Отмечается общая тенденция увеличения к 9-му классу числа больных детей. Средний процент учащихся с 1-го по 9-й класс в третьей группе здоровья составил 40,8 %. В чет-

вёртой группе больных детей ученики 1, 2-го и 6-го классов отсутствуют, наибольшую долю больных составляют 7-й класс (2,1 %). Средний процент учащихся четвёртой группы здоровья с 1-го по 9-й класс составил 0,8 % (табл. 2). Общий процент по школе составил: здоровые дети — 18,2 %, практически здоровые — 40,0 %, в сумме две группы — 58,2 %, больные дети — 41,8 %.

Вывод. Исходя из объективного положения показателей, характеризующих состояние физического развития и уровня здоровья учащихся средних школ, практика настоятельно требует уделять первостепенное внимание медико-биологическому физкультурному просвещению и оздоровлению детей. Для этого необходимо увеличить число уроков физкультуры в неделю до 4, где четвёртый урок должен стать интегративным.

Список литературы

1. Елисеев, Е. В. Архитектоника и системогенез помехоустойчивости организма спортсмена : монография / Е. В. Елисеев. Челябинск : Экодом, 2002. 256 с.
2. Кокорева, Е. Г. Гетерохронизм развития психофизиологических функций у детей с сенсорными нарушениями : автореф. дис. ... д-ра биол. наук / Е. Г. Кокорева. Челябинск, 2010. 26 с.
3. Родионов, А. В. Методические подходы к изучению психологических факторов эффективности спортивной деятельности / А. В. Родионов // Теория и практика физ. культуры. 2006. № 12. С. 30–31.
4. Сиротин, О. А. Психолого-педагогические основы индивидуализации спортивной подготовки / О. А. Сиротин. Челябинск : УралГАФК, 2006. 315 с.
5. Трегубова, М. В. Влияние различной интенсивности физических нагрузок на динамику структуры сердечного цикла / М. В. Трегубова // Бъдешето въпроси от света на науката : материалы за 9 международ. науч. практ. конф., 17–25 декември, 2013. Т. 29. Биологии. Лекарство. София : Бял ГРАД-БГ ООД, 2013. С. 64–68.

Сведения об авторе

Тарасов Сергей Сергеевич — аспирант третьего года обучения кафедры физического воспитания и спорта Челябинского государственного университета, Челябинск, Россия. salage@bk.ru

*Bulletin of Chelyabinsk State University.
Education and Healthcare. 2014. № 1. P. 109–112.*

THE QUESTION OF PHYSICAL DEVELOPMENT AND HEALTH HIGH SCHOOL STUDENTS CHELYABINSK (Based on Materials Teaching Practice)

S. S. Tarasov

*Graduate Student of Third Year Students of the Department of Physical Education and Sports of Chelyabinsk State University,
Chelyabinsk, Russia. salage@bk.ru*

To improve the physical development of pupils and the level of health of middle school students, it is necessary to increase the number of physical education lessons a week to four, where the lesson should be integrative.

Keywords: *physical development of schoolchildren, health, the fourth lesson of physical culture.*

References

1. Eliseev, E. V. Arkhitektonika i sistemogenez pomekhoustoyjchivosti organizma sportmena [Architectonics and systemogenesis noise immunity of an athlete: monograph] : monografiya / E. V. Eliseev. Chelyabinsk : Ehkodom, 2002. 256 s.
2. Kokoreva, E. G. Geterokhronizm razvitiya psikhofiziologicheskikh funkciy u detey s sensornimi narusheniyami [Geterokhronizm of psychophysiological functions in children with sensory impairments] : avtoref. dis. ... d-ra biol. nauk / E. G. Kokoreva. Chelyabinsk, 2010. 26 s.
3. Rodionov, A. V. Metodicheskie podkhodih k izucheniyu psikhologicheskikh faktorov ehffektivnosti sportivnoy deyatelnosti [Methodological approaches to the study of the effectiveness of psychological factors of sports activity] / A. V. Rodionov // Teoriya i praktika fizicheskoy kuljturh. 2006. № 12. S. 30–31.
4. Sirotin, O. A. Psikhologo-pedagogicheskie osnovih individualizacii sportivnoy podgotovki [Psychological and pedagogical foundations of individualization of sports training] / O. A. Sirotin. Chelyabinsk : Ural-GAFK, 2006. 315 s.
5. Tregubova, M. V. Vliyanie razlichnoy intensivnosti fizicheskikh nagruzok na dinamiku strukturh serdechnogo cikla [Effect of different intensities of physical activity on the dynamics of the structure of the cardiac cycle] / M. V. Tregubova // Bjhdetheto vjhprosi ot sveta na naukata : materiali za 9 mezhdunarodna nauchna prakt. konf., 17–25 dekemvri, 2013. T. 29. Biologii. Lekarstvo. Sofiya : Byal GRAD-BG OOD. 2013. S. 64–68.

ОБЗОР МНЕНИЙ (OVERVIEW OF OPINIONS)

*Вестник Челябинского государственного университета.
Образование и здравоохранение. 2014. № 1. С. 113–117.*

**УДК 376.54
ББК 74.3**

ЭФФЕКТИВНОСТЬ РЕАЛИЗАЦИИ МОДЕЛИ ФОРМИРОВАНИЯ НРАВСТВЕННЫХ ОРИЕНТИРОВ У ДЕТЕЙ МЛАДШЕГО ПОДРОСТКОВОГО ВОЗРАСТА С ОТКЛОНЯЮЩИМСЯ ПОВЕДЕНИЕМ

Е. С. Алдакушева

ФГБОУ ВПО «Челябинский государственный педагогический университет», Челябинск, Россия

Рассмотрена особая роль проблем воспитания детей, особенно детей «группы риска», определены педагогические условия и важность их организации при реализации модели формирования нравственных ориентиров у детей младшего подросткового возраста с отклоняющимся поведением в фасилитационном взаимодействии. Данные педагогические условия сформулированы не абстрактно, а нацелены на разрешение реальной задачи — формировать нравственные ориентиры и воспитывать привычки нравственного поведения.

Ключевые слова: педагогические условия, воспитание, нравственные ориентиры, нравственное воспитание, социализация, дети с девиантным поведением, ценностные ориентации, нравственные качества, фасилитация.

Нравственное воспитание подростков с отклоняющимся поведением в школьной среде как система и деятельность функционирует и развивается при соблюдении определённых условий. «Под условием мы понимаем отношение предмета к окружающим явлениям, без которых он существовать не может. Условия составляют ту среду, в которой предмет возникает, существует и развивается» [5]. Содержание термина «педагогические условия» представлено совокупностью мер, направленных на повышение эффективности педагогических процессов и явлений, в том числе и модели формирования нравственных ориентиров у детей младшего подросткового возраста с отклоняющимся поведением. Выявление комплекса педагогических условий осуществляется исходя из анализа и оценки влияния отдельных аспектов, компонентов, свойств объекта (нравственные качества подростка) на эффективность его функционирования и развития [9]. Мы говорим о комплексе условий, поскольку они взаимосвязаны и взаимозависимы.

Исходя из содержания модели формирования нравственных ориентиров у детей младшего подросткового возраста с отклоняющимся поведением, мы выделили комплекс педагогических условий эффективности формирования нравственных

качеств: 1) социальное партнёрство общеобразовательной школы и церкви; 2) социально-педагогическое взаимодействие с семьёй в повышении её воспитательного потенциала; 3) формирование профессиональной компетентности и готовности педагогов к формированию нравственных ориентиров у детей младшего подросткового возраста с отклоняющимся поведением.

Первым условием выступает социальное партнёрство общеобразовательной школы и церкви.

Социальное партнёрство, согласно Национальной стратегии действий в интересах детей на 2012–2017 гг., объявлено одним из стратегических направлений модернизации российского образования [7].

Социальное партнёрство общеобразовательной школы и церкви — это тип совместной деятельности между общеобразовательной школой и церковью, предполагающее соединение духовно-образовательных ресурсов, преодоления разрыва нравственности и православной культуры [7].

Русская Православная церковь не ограничивается религиозной деятельностью, она всё больше заявляет об особом статусе государства — быть интегрирующей все происходящие в обществе процессы силой, предлагая свои идеологические

разработки, а также и формы взаимоотношений: сотрудничество, «соратничество», диалог, терпимость, ненасилие [5].

Социальное партнёрство двух институтов — школы и церкви позволяет: 1) показать подросткам особенности православной культуры с более компетентной стороны, чем это может сделать любой другой институт; 2) раскрыть смысл и содержательную программу православной культуры в их устремлениях за духовное возрождение данной культуры; 3) перевести мировоззренческие принципы православной культуры в конкретные правила и приёмы светской педагогики; 4) показать новый образ учительства православной культуры, способствующий формированию органической целостности духовного и светского образования.

Углубление концепции церкви как социально-духовного института способствует раскрытию огромного потенциала, которым обладает церковь как фактор нравственного воспитания. Систематизирующие качества модели формирования нравственных ориентиров у детей младшего подросткового возраста с отклоняющимся поведением ориентированы практически и позволяют внести нравственное начало в общественную и личную жизнь. Благодаря этому началу преобразуются культурные процессы. Православная культура всё больше одухотворяется и приобретает качества исторически непреходящего содержания.

Таким образом, создаются предпосылки для реального преодоления разрыва между нравственностью и культурой. На базе модели формирования нравственных ориентиров у детей младшего подросткового возраста с отклоняющимся поведением возможно изучение методики и методологии школьного воспитания, преобразования его на началах нравственности.

Таким образом, выявив образовательный статус церкви как духовно-социального института, выяснив её образовательные и воспитательные возможности, которые содержатся в её практическом духовном опыте и в православном познании, социальное партнёрство общеобразовательной школы и церкви будет эффективным, нравственное воспитание детей — качественным.

Вторым условием является социально-педагогическое взаимодействие с семьёй в повышении её воспитательного потенциала.

Семья является важнейшим институтом социализации личности. Именно в семье человек

получает первый опыт социального взаимодействия [1].

Современная семья зачастую не выполняет своих непосредственных воспитательных функций: успешной социализации детей, обеспечения психологического комфорта, эмоционального благополучия ребёнка. Определённая доля родителей устраняется от воспитания.

Социально-педагогическое взаимодействие с семьёй в целях повышения её воспитательного потенциала рассматривается как индивидуальный подход, что позволяет использовать социально-педагогический процесс при решении социально-педагогических проблем у ребёнка; он направлен на удовлетворение потребностей как общества, так и самой личности в её развитии и саморазвитии [3].

Под воспитательным потенциалом семьи следует понимать совокупность имеющихся средств и возможностей для формирования личности ребёнка, как объективных, так и субъективных, реализуемых родителями как сознательно, так и интуитивно.

Критерии оценки воспитательного потенциала семьи:

- 1) возможность семьи удовлетворить социально-психологические потребности личности;
- 2) уровень педагогической культуры родителей;
- 3) характер взаимоотношений в семье;
- 4) способность семьи обратиться за помощью в случае критических ситуаций к различным социальным институтам.

Оценивая воспитательные возможности семьи, целесообразно использовать комплекс приёмов и методов: наблюдение за поведением и учёбой детей, воспитательной деятельностью родителей, посещение семей, индивидуальные беседы с семьями и их воспитанниками, анкетирование и тестирование детей и их родителей, а также рисунок семьи глазами ребёнка, методика «Незаконченные предложения» о семье, которые предлагается продолжить родителям и детям по очереди [2].

В соответствии с результатами проведённой работы можно определить следующие уровни воспитательного потенциала семьи [6]:

1. Высокий уровень: в семье полностью удовлетворяются социально-психологические потребности каждого её члена, создан домашний очаг. Во внутрисемейных отношениях доминируют взаимопонимание, демократический стиль обще-

ния и поведения, господствует нравственная атмосфера, культурный и рациональный досуг.

2. Средний уровень воспитательного потенциала. В семье родители стремятся удовлетворить социально-психологические потребности, свойственные ребёнку, но сам ребёнок не ощущает того, что он любим своими родителями всегда.

3. Низкий уровень. В семье почти не удовлетворяются социально-психологические потребности её членов.

Как видно из нашего исследования, уровень воспитательного потенциала семьи является критерием успешного нравственного воспитания детей.

Таким образом, повышение воспитательного потенциала семьи способствует уменьшению количества семей, относящихся к различным категориям неблагополучия; повышению компетентности или педагогической состоятельности родителей по вопросам нравственного воспитания детей; отсутствию ситуаций самоустранения родителей от воспитания детей и переложения родительских обязанностей с семьи на школу; повышению уровня правовой культуры родителей; формированию семейных ценностей; постоянный родительский контроль и надзор за детьми; «прививка» от негативного влияния современного социума на семью. Комплексное воздействие на проблемы семьи может способствовать их решению или смягчению [6].

Третьим педагогическим условием реализации модели является развитие профессиональной компетентности и методической готовности педагогов к процессу формирования нравственных ориентиров у детей младшего подросткового возраста с отклоняющимся поведением.

Методическое сопровождение является элементом организационно-управленческого компонента системы, который предполагает выявление профессиональных приоритетов педагогов, оказание помощи педагогам в разработке и реализации образовательных программ, систему повышения квалификации педагогов, обеспечение принципа научности в деятельности педагогов дополнительного образования [8].

Профессиональная компетентность педагога — это профессионально-личностная характеристика, определяемая готовностью и способностью выполнять профессионально-педагогические функции в соответствии с принятыми в социуме на настоящий момент нормами и стандартами [4].

Основными методами осуществления методического сопровождения деятельности педагогов, осуществляющих нравственное воспитание, можно обозначить следующие: моделирование, лекции, тренинги, деловые и ролевые игры, индивидуальное и групповое консультирование. Организационно-педагогическими формами будут целесообразны творческие лаборатории, стажёрские площадки, методические объединения, групповые занятия [9].

В условиях открытого, информационно насыщенного пространства и информационных технологий, отмечает Р. С. Димухаметов, работники образования столкнулись с совершенно новой ситуацией, где целью образования становится фасилитация изменения и учения (*to facilitate* — облегчать, способствовать, содействовать, создавать благоприятные условия). «Единственный, кто образовывается — это тот, кто научился учиться, кто способен адаптироваться и изменяться» (К. Роджерс). До тех пор, пока природа обучения, творчество учителя остаются неуловимыми, построение программ обучения будет оставаться неопределённой. Можно только обозначить общие контуры и фасилитировать (облегчать, инициировать) процесс личностного роста педагога [4].

Профессионально-педагогическая компетентность педагога, осуществляющего нравственное воспитание, реализующего модель формирования нравственных ориентиров у детей младшего подросткового возраста с отклоняющимся поведением, определяется следующими составляющими: профессиональная компетентность в области педагогики — знание закономерностей педагогики, содержания предметных областей социального знания и т. д.; психологическая компетентность — знание возрастных и индивидуальных особенностей развития личности подростка; методическая компетентность — умение разрабатывать образовательные программы, умение определять эффективные формы и способы организации воспитательного процесса, умение планировать и прогнозировать; социально-личностная компетентность — знание педагогом своего личностного потенциала и умение реализовывать его в социально значимой деятельности [9].

Результат изучения аспектов профессиональной компетентности педагога, реализующего модель формирования нравственных ориентиров у детей младшего подросткового возраста с отклоняющимся поведением, позволяет нам сде-

лать вывод, что процессом развития профессионального потенциала педагогов можно и нужно управлять. Это является важным условием повышения эффективности и качества педагогической деятельности.

Подводя итоги рассмотрению педагогических условий реализации модели формирования нравственных ориентиров у детей младшего подросткового возраста с отклоняющимся поведением, остановимся на наиболее существенных моментах. Первым педагогическим условием эффективной реализации модели является социальное партнёрство общеобразовательной школы и церкви, который заключается в использовании воспитательных и образовательных возможностей церкви в изучении православной культуры. Второе педагогическое условие — социально-педагогическое взаимодействие с семьёй в повышении её воспитательного потенциала ориентировано на формирование нравственных ценностей

в семье. Третье педагогическое условие — формирование профессиональной компетентности и методической готовности педагогов к нравственному воспитанию детей младшего подросткового возраста из неблагополучных семей посредством изучения православной культуры, которое строится на основе создания условий, способствующих формированию и развитию профессиональной психолого-педагогической компетенции педагогических работников и повышению эффективности их профессиональной деятельности. Эти условия реализуются посредством апробации и внедрения представленной в данном исследовании модели формирования нравственных ориентиров у детей младшего подросткового возраста с отклоняющимся поведением в педагогическую деятельность муниципального специального (коррекционного) образовательного учреждения VIII вида № 60 г. Челябинска.

Список литературы

1. Александрова, Е. Открыть школу родителям и для родителей / Е. Александрова // Народ. образование. 2008. № 5. С. 219–224.
2. Бочарова, В. Что означает работа с семьёй: как её спланировать, в чем её содержание / В. Бочарова // Социал. педагогика в России. 2009. № 5. С. 67–75.
3. Варламова, С. Н. Семья и дети в жизненных установках россиян / С. Н. Варламова, А. В. Носкова, Н. Н. Седова // Социал. педагогика в России. 2006. № 11. С. 61–73.
4. Димухаметов, Р. С. Обновление научных основ педагогики повышения квалификации: принцип фасилитации / Р. С. Димухаметов. Алматы, 2005. 115 с.
5. Загвязинский, В. И. Методология и методы психолого-педагогического исследования / В. И. Загвязинский, Р. Атаханов. М. : Академия, 2005. 208 с.
6. Кожурова, О. Социальное партнёрство школы и семьи в сфере воспитания: результаты и эффекты / О. Кожурова // Народ. образование. 2009. № 6. С. 225–228.
7. Крячко, А. Д. Семейный клуб родительского опыта «Рождество»: стратегия формирования культуры семьи / А. Крячко // Социал. педагогика в России. 2009. № 3. С. 47–56.
8. Попкова, Т. Д. Духовно-нравственное воспитание детей дошкольного возраста. Ч. 1 : Источник духовности / Т. Д. Попкова. Пермь : ПГУ ; ПКИПКРО. 2010. 190 с.
9. Соколова, Н. А. Теоретико-методологические основы социально-педагогической поддержки ребёнка в дополнительном образовании : монография / Н. А. Соколова. Челябинск : ЧГПУ, 2006.

Сведения об авторе

Алдакушева Евгения Сергеевна — аспирант кафедры социальной работы, педагогики и психологии Челябинского государственного педагогического университета, социальный педагог муниципального бюджетного специального (коррекционного) образовательного учреждения VIII вида № 60 (МБСКОУ), г. Челябинск, Россия. aldakusheva@bk.ru

*Bulletin of Chelyabinsk State University.
Education and Healthcare. 2014. № 1. P. 113–117.*

EFFECTIVENESS IMPLEMENTATION MODEL OF FORMATION MORAL GUIDELINES IN CHILDREN YOUNGER THAN TEENS WITH BEHAVIORAL

E. S. Aldakusheva

Graduate Student of Social Work, Pedagogy and Psychology Chelyabinsk State Pedagogical University, Social Pedagogue Municipal Budget Special (Correctional) Educational Institutions VIII kind № 60, Chelyabinsk, Russia. aldakusheva@bk.ru

The article discusses the special role of the educational problems of children, especially children “at risk” in the article the pedagogical conditions and the importance of their organizations in the implementation of the model of formation of moral guidelines in young adolescents with behavioral problems. These pedagogical conditions are not formulated in the abstract, and focus on resolving the real problem — to shape the moral guidance and nurture the habits of moral behavior.

Keywords: *pedagogical conditions, education, moral guidance, moral education, socialization, children with deviant behavior, values, and moral qualities.*

References

1. Aleksandrova, E. Otkrihtj shkolu roditelyam i dlya roditel'ej [To open a school for parents and for parents] / E. Aleksandrova // *Narodnoe obrazovanie*. 2008. № 5. S. 219–224.
2. Bocharova, V. Chto oznachaet rabota s semjey: kak ee splanirovatj, v chem ee sodержanie [That means working with the family: how to plan, what is its content] / V. Bocharova // *Socialjnaya pedagogika v Rossii*. 2009. № 5. S. 67–75.
3. Varlamova, S. N. Semjya i deti v zhiznennihk ustanovkakh rossijan [Family and children in the attitudes of Russians] / S. N. Varlamova, A. V. Noskova, N. N. Sedova // *Socialjnaya pedagogika v Rossii*. 2006. № 11. S. 61–73.
4. Dimukhametov, R. S. Obnovlenie nauchnihk osnov pedagogiki povihsheniya kvalifikacii: princip fasilitacii [Update of the scientific fundamentals of pedagogy training: the principle of facilitation] / R. S. Dimukhametov. Almatih, 2005. 115 s.
5. Zagvyazinskiyj, V. I. Metodologiya i metodih psikhologo-pedagogicheskogo issledovaniya [Methodology and methods of psychological and pedagogical research] / V. I. Zagvyazinskiyj, R. Atakhanov. M. : Akademiya, 2005. 208 s.
6. Kozhurova, O. Socialjnoe partnerstvo shkolih i semji v sfere vospitaniya: rezul'tatih i ehffektih [Social partnership between the school and family education: results and effects] / O. Kozhurova // *Narodnoe obrazovanie*. 2009. № 6. S. 225–228.
7. Krjachko, A. D. Semejnyj klub roditel'skogo opyta «Rozhdestvo»: strategija formirovanija kul'tury sem'i [Family club parental experience “Christmas”: the strategy of building a culture of family] / A. Krjachko // *Social. pedagogika v Rossii*. 2009. № 3. S. 47–56.
8. Popkova, T. D. Dukhovno-nravstvennoe vospitanie detej doshkoljnogo vozrasta. Ch. 1. Istochnik dukhovnosti [Spiritually-moral education of children of preschool age. H. 1. The source of spirituality] / T. D. Popkova. Perm: PGU; PKIPKRO, 2010. 190 s.
9. Sokolova, N. A. Teoretiko-metodologicheskie osnovih socialjno-pedagogicheskoyj podderzhki rebenka v dopolnitel'nom obrazovanii [Theoretical and methodological foundations of socio-pedagogical support of the child in further education] : monografiya / N. A. Sokolova. Chelyabinsk : ChGPU, 2006.

УДК 378.1
ББК 20.1:74.1

КРИТЕРИАЛЬНО-ДИАГНОСТИЧЕСКИЙ ИНСТРУМЕНТАРИЙ ОЦЕНКИ ЭКОЛОГИЧЕСКОЙ КОМПЕТЕНЦИИ В УЧРЕЖДЕНИЯХ ДОПОЛНИТЕЛЬНОГО ОБРАЗОВАНИЯ

Е. Д. Гринечко

ФГБОУ ВПО «Челябинский государственный университет», Челябинск, Россия

Достоверность результатов педагогического эксперимента зависит от качества измерения эмпирических данных, полученных в процессе его осуществления, а также от корректности теоретических выводов, сделанных на основании этих данных. При разработке оценочно-критериального инструментария диагностики нами были определены критерии и показатели оценки уровня развития экологической компетенции, методы и методики их диагностики (показатель — обоснованность).

Ключевые слова: *экологическая грамотность, учреждения дополнительного образования, социальное партнёрство.*

Разработка программы диагностики связана с проблемой выделения уровней развития изучаемого объекта. Каждый объект может иметь несколько уровней или состояний развития. При выделении и описании уровней мы учитывали общие требования к их выделению: уровни должны выступать как чётко различимые индикаторы развития объекта; переход от одного уровня к другому должен отражать степень развития объекта, при этом каждый уровень должен взаимодействовать как с предшествующим, так и с последующим, являясь либо условием, либо результатом развития объекта (В. А. Беликов, Т. Е. Климова, Н. М. Яковлева и др.).

Формирование экологической компетентности подростков закрепляется в определённой организационной структуре, которая выступает в виде уровней проявления экологических компетенций и обладает уровневой характеристикой. В основе каждого уровня лежит степень сформированности экологических компетенций (гносеологических, аксиологических, праксиологических, рефлексивных) в виде индивидуально-личностного развития подростка.

Низкий уровень экологической компетентности характеризуется тем, что подросток экологически ориентирован, но ещё не занимает сознательно выраженной экологической позиции как личность, освоившая систему экологических знаний, умений и навыков и имеющая сформированные экологические ценности и отношения, а также опыт экологически целесообразного поведения. Иначе говоря, данная позиция носит сопутствующий, ситуативно-конкретный характер.

На этом уровне освоенные экологические компетенции выступают как предпосылка экологического мировоззрения и экологического мышления и сформирована экологическая направленность, однако реальность включения в экологическую деятельность не согласуется с экологической ответственностью подростка.

Средний уровень экологической компетентности характеризуется более чёткими экологическими знаниями, достаточно высокой устойчивостью экологических ценностей и отношений, наличием некоторого опыта индивидуальной и самостоятельной экологической деятельности в объединениях. Отмечается проявление творческих, рефлексивных способностей в экологической деятельности. Но следует отметить, что проявление экологического сознания, мышления носит преимущественно теоретический характер, а в ролевой позиции подросток выступает как потребитель и созерцатель экологической деятельности.

Уровень экологической компетентности выше среднего отличается сформированностью экологического мировоззрения, владением экологическими ценностями, стремлением к социальной активности в экологической деятельности, высоким уровнем экологической ответственности. Однако на этом уровне у подростков не всегда высоко развито экологическое прогнозирование, а экологическая деятельность не выступает объектом всей жизнедеятельности подростка, перехода на стадию профессии, остаётся общей жизненной позицией и стратегией развития в социуме.

Высокий уровень экологической компетентности подростков отличается полной реализацией её гносеологического, аксиологического, праксиологического и рефлексивного компонентов. Это уровень завершения экологической подготовки подростков в учреждении дополнительного образования и стадия перехода к профессиональному образованию. Экологическая компетентность на этом уровне обретает характер профессиональной ориентации. Вместе с тем отмечается высокий уровень потребности в самосовершенствовании экологических знаний, пополнении опыта разнообразной экологической деятельности, а также устойчивость привычек экологически целесообразного поведения.

Уровень экологической компетентности определяется системой критериев. При этом под системой критериев понимается идеальная модель, с которой сравнивается реальное явление и устанавливается степень их соответствия. Предлагаемые критерии можно отнести к объективным, поскольку с их помощью устанавливается, насколько подросток соответствует экологическим императивам.

Каждый из критериев раскрывается посредством системы эмпирических показателей, отражающих степень сформированности отдельно взятого компонента. Анализ изученной литературы и результатов педагогической практики формирования экологической компетентности позволяет говорить о том, что эти показатели должны

удовлетворять требованиям конкретности, диагностичности, простоты фиксации, доступности для понимания и применения.

В табл. 1 представлены специальные диагностические методики для выявления наиболее точных характеристик показателей, в соответствии с которыми осуществлялось прогнозирование социального партнёрства по формированию экологической компетентности подростков.

Помимо этого нами использовались:

- экспертные оценки (педагогов, социальных партнёров, родителей и др.) по итогам наблюдения за экологической деятельностью подростка;
- оценка ролевой активности, связанная с открытым участием в конкурсах, проектах, выступлениях на конференциях, которая переводилась нами в количественную через ранжирование (табл. 2.);
- самооценивание и взаимная оценка экологической компетентности подростков;
- творческий тренинг проявления представления о картине мира, поскольку экологическая картина мира — это картина целостного мира в его экологическом аспекте, отражающем общие закономерности системно-структурного взаимодействия предметов мира и их сред;
- обобщённый терминологический показатель экологической грамотности, а также дополнительный (не более 30 % в количественном составе от пунктов основного) терминологический показатель для каждого направления экологической деятельности в частности.

Таблица 1

Критерии, показатели и методы диагностики экологической компетентности подростков в УДО

Критерий	Показатель	Метод диагностики
Гносеологический компонент		
Экологическое мировоззрение	– объём, осознанность, прочность усвоения экологических знаний; – степень освоения способов мыслительной деятельности, обеспечивающих выявление и решение проблем окружающей среды; – способность оперировать экологическими взаимосвязями и отношениями в познании мира и своего «Я» в нём; – непрерывное самообразование в сфере экологических отношений	Опросник «Натурафил» [7], оценка экологического знания (полнота и прочность усвоения)
Экологическое мышление	– независимость в экологических суждениях; – потребность в творческом освоении окружающей среды: охране, восстановлении и возобновлении	Опросник «Субъектификация природных объектов — «СПО» [3]
Экологическое прогнозирование	– умения правильно анализировать и устанавливать причинно-следственные связи экологических проблем; – умения прогнозировать экологические последствия человеческой деятельности (основа — развитое воображение)	Участие в проектной деятельности, наблюдение, тренинговые методики диагностики

Окончание табл. 1

Критерий	Показатель	Метод диагностики
Аксиологический компонент		
Экологические ценности	– чувство сопереживания и сочувствия природе; – личностная значимость экологической деятельности; – ценность природы, её красота, её сохранение и др.; – созидание; окружающая среда; – жизнь, человек; – собственное «Я» воспринимается как продолжение природного мира; – любовь к природе и ко всему живому; – эстетическое восприятие природы; – гармоничная жизнь с природным миром; – сбережение природной среды; – экологическая работа и др.	Диагностика социальной эмпатии [2]; методика изучения социализированности личности учащихся М. И. Рожкова [5]; опросник «Экологические ценностные ориентации» (ЭЦО), представляющий собой модификацию классической методики «Ценностные ориентации» М. Рокича [4]
Экологическая направленность	– устойчивый интерес подростков к лично и социально значимой экологической деятельности; – степень мобилизации энергии, воли, эмоциональная настройка на экологическую деятельность; – потребность в познании экологических отношений, интерес к ним в процессе обучения	Тест Томаса — Килмена ведущая стратегия; познавательные потребности Л. М. Митина [2]
Экологическое сознание	– убеждённость в необходимости повседневного соблюдения меры, норм и правил природопользования, бережного отношения к природной среде в повседневной жизни	Эколога-психологический тесты «Развитость моего экологического сознания» [6], «Доминанта» [6. С. 84]
Праксиологический компонент		
Экологическая деятельность	– умения взаимодействия с природной средой; – умения вести экологическую работу, применять экологические знания на практике и в своей повседневной жизни; – наличие навыков и практических умений природоохранной, природосберегающей и созидательной деятельности; – практическое освоение различных видов экологической деятельности	Диагностические методики «Альтернатива» и «Заповедные мифы» [6]
Рефлексивный компонент		
Экологическая ответственность	– умение противостоять проявлениям экологического вандализма в повседневной жизни и социальной деятельности; – привычка к соблюдению экологических норм поведения и проявления экологической инициативы	Тест саморазвития В. И. Андреева [1], самооценка

Таблица 2

Ранжирование ролевой активности подростков

Количество баллов	Результат активной деятельности
0,6	Участие в научно-исследовательской экспедиции
0,5	Дипломант конкурсов, олимпиад, слётов, конференций и пр. международного уровня
0,4	Дипломант конкурсов, олимпиад, слётов, конференций и пр. всероссийского уровня
0,3	Дипломант конкурсов, олимпиад, слётов, конференций и пр. городского уровня
0,2	Дипломант конкурсов, олимпиад, слётов, конференций и пр. районного уровня
0,1	Дипломант конкурсов, олимпиад, внутренних соревнований уровня объединения или между несколькими объединениями
0,1	Участие в походе, организации выставки, мастер-класса и пр.

При этом обобщённый терминологический показатель экологической грамотности (с позиции формирования в учреждении дополнительного образования) представлен в табл. 3.

Диагностический инструментарий выявления комфортности социального партнёрства в учреждениях дополнительного образования представлен в табл. 4.

Таблица 3

Обобщённый терминологический показатель для оценки экологических знаний подростков

№	Терминологический показатель
Блок общих экологических знаний	
1	Представление о проблемах взаимодействия общества и природной среды в исторической ретроспективе
2	Об экологической этике и религиозных воззрениях народов мира по проблемам взаимодействия человека и природы
3	О возможных последствиях техногенного влияния производства на водные, земельные, лесные и другие ресурсы, составляющие основу жизнедеятельности человека
4	О концепции устойчивого развития и перспективах безопасного выживания человечества
5	О нравственных основах экологической деятельности
Блок нормативных знаний	
6	О системе правовых принципов, определяющих отношение общества к окружающей среде
7	О правилах и нормах экологического поведения в городской среде
8	О правилах и нормах экологического поведения в сельской среде
9	О правилах и нормах экологического поведения в лесу
10	О правилах и нормах экологического поведения в других условиях
11	О системе ответственности за нанесение вреда экологии
Блок знаний по видам экологической деятельности	
12	Общие основы экологических действий по предотвращению отрицательного воздействия на окружающую среду
13	Общие основы очистки и уборки территории
14	Основы безопасности в природном массиве
15	Основы участия в экологических акциях
16	Основы осуществления экологического контроля

Таблица 4

Диагностический инструментарий выявления комфортности социального партнёрства ДОУ по формированию экологической компетентности подростков

Критерий, показатель	Содержание оценивания	Диагностический инструментарий
Характер взаимодействия	УДО воспринимается потребителями образовательных услуг только как предприятие сферы услуг; СП и образовательное учреждение рассматриваются как соучастники образовательного процесса; отстранённая позиция потребителей и СП	Опрос, экспресс-интервью
Социальная ответственность	Ответственный за результаты экологической деятельности только УДО; УДО и подростки; УДО и СП; УДО, СП и подростки	Опрос
Воспитательные ориентиры	Воспитательная задача только для УДО; только для УДО и семьи; для всех СП	Экспертиза
Педагогические приоритеты	Уровень обмена педагогическим опытом: оптимальный, низкий, односторонний	Экспертиза
Комфортность психологической атмосферы	Атмосфера комфортная; атмосфера комфортная только в УДО; атмосфера дискомфортная	Тест, наблюдение

Окончание табл. 4

Критерий, показатель	Содержание оценивания	Диагностический инструментарий
Имидж социального партнёрства	Высокий престиж всех партнёров; относительный престиж участия в данном виде партнёрства; стремление поднять престиж одного из социальных партнёров; отсутствие престижа	Опрос, метод ранжирования
Дополнительные методики		
Методика диагностики межличностных и межгрупповых отношений (Дж. Морен); «Социально-психологическая самооценка коллектива» (Р. С. Немов); «Оценка уровня общительности» (тест В. Ф. Ряховского) и др.		

В нашем исследовании было реализовано две группы диагностик, ко второй группе мы относим критерии оценивания комфортности социального партнёрства (на уровне деятельности),

что выступает значимым показателем выявленной специфики организации экологической деятельности.

Список литературы

1. Андреев, В. И. Актуальные проблемы ориентации воспитания на саморазвитие интеллигентности и конкурентоспособности личности / В. И. Андреев // Ориентация воспитания на саморазвитие интеллигентности и конкурентоспособности личности : материалы XIX Всерос. науч. конф., 29 июня — 1 июля 2009 г. Казань : Центр инновац. технологий, 2009. С. 3–6.
2. Немов, Р. С. Психология / Р. С. Немов. М. : Педагогика, 1995. 512 с.
3. Папуткова, Г. А. Концептуальная модель компетентностно-ориентированного профессионального экологического образования студентов в вузе / Г. А. Папуткова // Гуманизация образования. 2008. № 1. С. 76–81.
4. Рокич, М. Природа человеческих ценностей / М. Рокич. М. : Просвещение, 1998. 327 с.
5. Ромейко, Н. В. Научно-педагогические основы проектирования содержания дополнительного послеузовского экологического образования : автореф. дис. ... канд. пед. наук / Н. В. Ромейко ; Тюмен. гос. ун-т. Тюмень, 2000. 21 с.
6. Экологическая культура и образование : тез. докл. сессии науч. совета по проблемам эколог. образования / под ред. Л. П. Симоновой, С. Н. Глазачёва. М., 1998. 115 с.
7. Ясвин, В. А. Методика проведения эколого-психологического тренинга / В. А. Ясвин, С. Д. Дерябо // Шк. здоровья. 1995. № 2. С. 114–115.

Сведения об авторе

Гринечко Елена Дмитриевна — кандидат педагогических наук, доцент кафедры физического воспитания и спорта Челябинского государственного университета, Челябинск, Россия. univer-ed@inbox.ru

*Bulletin of Chelyabinsk State University.
Education and Healthcare. 2014. № 1. P. 118–123.*

CRITERION-REFERENCED STRATEGY DIAGNOSTIC TOOLS FOR ASSESSING THE ECOLOGICAL COMPETENCE OF THE INSTITUTIONS OF ADDITIONAL EDUCATION

E. D. Grinechko

Candidate of Pedagogy, Associate Professor of Physical Education and Sport of Chelyabinsk State University, Chelyabinsk, Russia. univer-ed@inbox.ru

The reliability of the results of pedagogical experiment depends on the quality of measurement of empirical data obtained in the process of its implementation, as well as the correctness of the theoretical conclusions

made on the basis of these data. When developing evaluation criteria of the diagnostic tools we have defined the criteria and indicators for assessing the level of development of environmental competence, methods, and methods of their diagnosis (index — validity).

Keywords: *ecological literacy, institutions of additional education, social partnership.*

References

1. Andreev, V. I. Aktualjnihe problemih orientacii vospitaniya na samorazvitie intelligentnosti i konkurentosposobnosti lichnosti [Actual problems of orientation training on the development of intelligence and the competitiveness of personality] / V. I. Andreev // Orientaciya vospitaniya na samorazvitie intelligentnosti i konkurentosposobnosti lichnosti : materialih XIX Vseros. nauch. konf., 29 iyunya — 1 iyulya 2009 g. Kazanj : Centr innovac. tekhnologiyj, 2009. S. 3–6.
2. Nemov, R. S. Psikhologiya [Psychology] / R. S. Nemov. M. : Pedagogika, 1995. 512 s.
3. Paputkova, G. A. Konceptualjnaya modelj kompetentnostno-orientirovannogo professionaljnogo ehkologicheskogo obrazovaniya studentov v vuze [A conceptual model of competence-oriented professional environmental education of students in the University] / G. A. Paputkova // Nauchno-prakticheskiyj mezhdunarodnihyj zhurnal «Gumanizaciya obrazovaniya». 2008. № 1. S. 76–81.
4. Rokich, M. Priroda chelovecheskikh cennosteyj [The nature of human values] / M. Rokich. M. : Pros- vethenie, 1998. 327 s.
5. Romeyjko, N. V. Nauchno-pedagogicheskie osnovih proektirovaniya sodержaniya dopolniteljnogo poslevuzovskogo ehkologicheskogo obrazovaniya [Scientific-pedagogical bases of designing the content of additional postgraduate environmental education] : avtoref. dis. ... kand. ped. nauk / N. V. Romeyjko ; Tyum. gos. un-t. Tyumenj, 2000. 21 s.
6. Ehkologicheskaya kuljtura i obrazovanie : tezisih dokladov sessii nauchnogo soveta po problemam ehkologicheskogo obrazovaniya [Ecological culture and education] / pod red. L. P. Simonovoyj, S. N. Glazacheva. M., 1998. 115 s.
7. Yasvin, V. A. Metodika provedeniya ehkologo-psikhologicheskogo treninga [Methodology for ecological-psychological training] / V. A. Yasvin, S. D. Deryabo // Shk. zdorovjya. 1995. № 2. S. 114–115.

УДК 376.2
ББК 74.9:74.3

СЕМАНТИКА СОЦИАЛЬНО-ПЕДАГОГИЧЕСКОГО СОПРОВОЖДЕНИЯ В КОНТЕКСТЕ СЕМЕЙНОГО ВОСПИТАНИЯ РЕБЁНКА С ОГРАНИЧЕННЫМИ ВОЗМОЖНОСТЯМИ ЗДОРОВЬЯ

А. О. Макаров

ФГБОУ ВПО «Челябинский государственный педагогический университет», Челябинск, Россия

Рассматривается происхождение и развитие понятия социально-педагогического сопровождения в контексте семейного воспитания ребёнка с ограниченными возможностями здоровья. Сравниваются различные подходы учёных по вопросу интерпретации понятия «сопровождение», «социально-педагогическое сопровождение», а также рассматриваются индивидуальное и системное сопровождения.

Ключевые слова: *взаимодействие, сопровождение, социально-педагогическое сопровождение, индивидуальное сопровождение, системное сопровождение, фасилитация.*

Современная социальная ситуация в стране характеризуется широким развитием процессов интегрирования разных жизненных укладов, формированием единого культурного, образовательного пространства. Глобальные процессы интеграции затрагивают все стороны жизни общества, оказывают существенное влияние на его социальные институты, к числу которых принадлежат воспитание и образование ребёнка. Под влиянием этих процессов происходят изменения в подходах к образованию ребёнка, имеющего ограниченные возможности здоровья.

В настоящее время в России накоплен небольшой опыт социально-педагогического сопровождения семейного воспитания ребёнка с ограниченными возможностями здоровья. При этом возникает потребность в диалоге, нацеленном на усиление процессов согласования ценностных позиций семьи и ориентаций педагогов, на формирование толерантных отношений, обеспечивающих понимание друг друга в решении педагогических проблем.

Термин «сопровождение» является новым в педагогическом образовании. Он требует осмысления и анализа.

Словарь русского языка С. И. Ожегова раскрывает понятие «сопровождения» следующим образом: «сопровождать — значит сопутствовать чему-либо, служить приложением, дополнением к чему-либо» [8].

Развитие педагогики как науки породило многообразие в толковании термина «сопровождение», и это привело к возникновению нескольких подходов к восприятию социальной педагогики, что впоследствии сказалось на определении термина «сопровождение».

Первым подходом в трактовке понятия «сопровождение» являются работы Я. А. Коменского в книге «Великая дидактика», где автор связывал данное понятие с поддержкой и содействием педагога в развитии личности ребёнка [4]. У Ж.-Ж. Руссо в теории естественного, свободного воспитания в центре находится личность ребёнка, «сопровождение» рассматривается как содействие и взаимодействие [9]. И. Г. Песталоцци, автор теории элементарного обучения, связывал понятие «сопровождение» с термином «взаимодействие»: с одной стороны, это взаимодействие умственного, физического и нравственного обучения, а с другой — взаимодействие педагогов, родителей и ребёнка [9].

Вторым подходом в изучении понятия «сопровождение» стало авторитарное направление в педагогике, представленное в трудах И. Ф. Гербарта. Гербарт рассматривает «сопровождение» как воздействие, которое подкрепляется такими методами, как угроза, надзор, приказание, запреты и наказания. Исходя из этого сопровождение понимается как система воздействий с целью развития и обучения детей [6].

Следующий подход — подход М. Монтессори, которая рассматривала термин «сопровождение» как взаимодействие с ребёнком для активизации его собственных потенциальных латентных возможностей, т. е. главный смысл сводится к следующему высказыванию: «Помоги мне это сделать самому» [1].

Понятие «сопровождение» введено в отечественную педагогику относительно недавно и получило развитие в работах А. В. Байбородовой, О. С. Газмана, Е. И. Казаковой, Л. В. Марда-

хаева, Н.Н. Михайловой, Л.Я. Олиференко, А.П. Тряпицыной, С.М. Юсфина и других исследователей, которые рассматривают её как педагогическую деятельность, направленную на оказание помощи семье, воспитывающих детей с ограниченными возможностями здоровья, в решении их проблем.

Сопровождение в современной педагогике рассматривается как взаимодействие сопровождающего и сопровождаемого, направленное на решение жизненных проблем сопровождаемого [3].

Необходимо отметить, что понятие «сопровождение» тесно связано с понятием «взаимодействие». «Взаимодействие» — это философская категория, отражающая процессы воздействия объектов (субъектов) друг на друга, их взаимную обусловленность и порождение одним объектом другого.

Таким образом, можно сделать вывод о том, что под сопровождением в педагогике понимается особый вид взаимодействия, целью которого является создание благоприятных условий развития субъектов взаимодействия.

Рассмотрим теперь понятие «социально-педагогическое сопровождение».

Социально-педагогическое сопровождение — это, во-первых, один из видов социального патронажа как целостной и комплексной системы социальной поддержки, педагогической и психологической помощи, осуществляемой в рамках деятельности социально-психологических и педагогических служб; во-вторых, интегративная технология, сердцевинной которой является создание условий для восстановления потенциала развития и саморазвития семьи и личности как результат эффективного выполнения отдельным человеком или семьёй своих основных функций; в-третьих, процесс особого рода бытийных отношений между сопровождающим и теми, кто нуждается в помощи (Г. А. Качан).

По Л. В. Мардахаеву, «социально-педагогическое сопровождение» — это взаимодействие социального педагога или социального работника (и других специалистов) с ребёнком и его семьёй в процессе построения индивидуальной траектории решения проблемной ситуации [5].

Понятие «социально-педагогическое сопровождение» тесно связано с понятием «фасилитация». Сам термин «фасилитация» восходит к латинскому «упрощать, способствовать, ускорять, стимулировать» [7]. Фасилитация — это стимулирование, инициирование и поощрение само-

развития и самовоспитания семьи в процессе деятельности за счёт особого стиля взаимодействия педагога и ребёнка, педагога и родителей, а также особенностей личности педагога. Механизм фасилитации заключается в стимулирующем влиянии деятельности субъектов совместной деятельности друг на друга. В контексте социально-педагогического сопровождения фасилитация включает в себя помощь и поддержку, направленную на стимулирование семьи в принятии самостоятельных решений при возникновении трудных жизненных ситуаций. С одной стороны, помогает интеграции членов семьи для расширения возможностей помощи и поддержки, с другой — повышает вариативность деятельности, позволяющую обеспечить адресный и индивидуальный подход.

Таким образом, фасилитация становится ключевым понятием в педагогике, выступает ведущим механизмом социально-педагогического сопровождения.

Ряд исследователей в социально-педагогическом сопровождении семей, воспитывающих детей с ограниченными возможностями здоровья, считают важным положение о том, что носителем проблемы в каждом конкретном случае выступает и сам ребёнок, и его родители, и педагоги, и ближайшее дружеское окружение ребёнка.

Важно отметить, что сопровождение направлено на обеспечение двух согласованных процессов: индивидуальное сопровождение детей в образовательных учреждениях; системное сопровождение, направленное на профилактику или коррекцию проблемы, характерной не для одного ребёнка, а для системы в целом.

Индивидуальное сопровождение детей с ограниченными возможностями здоровья в образовательном учреждении предполагает создание условий для выявления потенциальной и реальной «групп риска» (то есть детей, находящихся под воздействием одного или нескольких факторов риска) и гарантированную помощь тем детям, которые в ней нуждаются. Такой метод работы является противоположностью так называемому, заявительному сопровождению, в логике которого центры (или соответствующие службы) работают только с теми детьми, по поводу которых в центр обратились родители (или педагоги). Часто именно те, кто более всего нуждается в поддержке, выпадают из круга заботы и внимания взрослых [12].

Системное сопровождение и социально-педагогическое сопровождающее проектирование

осуществляется центрами и службами в нескольких направлениях:

1. Участие в разработке и реализации программ развития образовательных систем с учётом создания более благоприятных условий для развития детей с ограниченными возможностями.

2. Проектирование новых типов образовательных учреждений (школа индивидуального обучения, инклюзивное образование и т. д.), в которых нуждаются дети с ограниченными возможностями.

3. Создание профилактико-коррекционных программ, направленных на преодоление проблем, характерных для многих детей с ограниченными возможностями. Такой программой может быть программа «Дети-инвалиды». Она проектируется с учётом специфики современного теоретического понимания сути проблемы и возможности её разрешения, с учётом территориаль-

ной специфики, знания потенциала образовательной системы, других ресурсов [12].

Таким образом, сущность происхождения и развития понятия социально-педагогического сопровождения в контексте семейного воспитания ребёнка с ограниченными возможностями здоровья заключается в следующем: во-первых, понятие «социально-педагогическое сопровождение» является относительно новым в педагогической среде; во-вторых, понятие «социально-педагогическое сопровождение» является мультидисциплинарным и интегрирующим; в-третьих, проблема социально-педагогического сопровождения развивалась в отношении здоровых детей, но недостаточно исследована в отношении нашей категории, об этом свидетельствует небольшой понятийно-категориальный аппарат, неполное содержание сопровождения.

Список литературы

1. Генденштейн, Л. Э. Домашняя школа Монтессори / Л. Э. Генденштейн. М. : Карапуз, 1998. 204 с.
2. Димухаметов, Р. С. Обновление научных основ педагогики повышения квалификации: принцип фасилитации / Р. С. Димухаметов. Алматы, 2005. 115 с.
3. Казакова, Е. И. Педагогическое сопровождение. Опыт международного сотрудничества / Е. И. Казакова. СПб., 1995.
4. Коменский, Я. А. О воспитании / Я. А. Коменский. М. : Шк.-пресса, 2003. 192 с.
5. Мардахаев, Л. В. Социальная педагогика / Л. В. Мардахаев. М. : Гардарики, 2005. 269 с.
6. Михайлова, Н. Н. Педагогика поддержки / Н. Н. Михайлова, С. М. Юсфин. М. : МИРОС, 2002. 208 с.
7. Пепе, Н. Справочник фасилитатора, или История о том, как фасилитатор Григорий Лосик привел компанию к впечатляющим результатам / Н. Пепе. М. : Ин-т консультирования и системных решений, 2012. 144 с.
8. Ожегов, С. И. Толковый словарь русского языка / С. И. Ожегов, Н. Ю. Шведова. М. : Азбуковник, 2000. 940 с.
9. Педагогическое наследие: Я. А. Коменский, Д. Локк, Ж.-Ж. Руссо, И. Г. Песталоцци / сост. В. М. Кларин, А. Н. Джурицкий. М. : Педагогика, 1989. 416 с.
10. Соколова, Н. А. Социально-педагогическая поддержка самореализации старшеклассников в учреждениях дополнительного образования : дис. ... д-ра пед. наук / Н. А. Соколова. Челябинск, 2007. 352 с.
11. Шипицына, Л. М. Интегрированное обучение детей с проблемами в развитии / Л. М. Шипицына // Вестн. психосоциал. и коррекц.-реабилитационной работы. 1995. № 3. С. 29–36.
12. Ямбург, Е. А. Организационные основы компенсирующего обучения / Е. А. Ямбург // Народ. образование. 1998. № 6. С. 146–153.

Сведения об авторе

Макаров Антон Олегович — аспирант кафедры социальной работы, педагогики и психологии Челябинского государственного педагогического университета, Челябинск, Россия. makarov_a_o@mail.ru

*Bulletin of Chelyabinsk State University.
Education and Healthcare. 2014. № 1. P. 124–127.*

THE SEMANTICS OF SOCIO-PEDAGOGICAL SUPPORT IN THE CONTEXT OF A FAMILY RAISING A CHILD WITH DISABILITIES

A. O. Makarov

*Post-graduate of Department of Social Work, Pedagogy and Psychology Chelyabinsk State Pedagogical University,
Chelyabinsk, Russia. makarov_a_o@mail.ru*

The article discusses the origins and development of the concept of socio-pedagogical support in the context of family education of a child with disabilities. Comparing different approaches of scientists on the interpretation of the concept of “support”, “socio-educational support”, and discusses the individual and systemic support.

Keywords: *cooperation, support, social and educational support, individual support, system support, facilitation.*

References

1. Gendenshteyn, L. Eh. Domashnyaya shkola Montessori [Home Montessori School] / L. Eh. Gendenshteyn. M. : Karapuz, 1998. 204 s.
2. Dimukhametov, R. S. Obnovlenie nauchnikh osnov pedagogiki povysheniya kvalifikatsii: princip fasilitatsii [Update the scientific foundations of pedagogy training: the principle of facilitation] / R. S. Dimukhametov. Almaty, 2005. 115 s.
3. Kazakova, E. I. Pedagogicheskoe soprovozhdenie. Opiht mezhdunarodnogo sotrudnichestva [Pedagogical support. Experience of international cooperation] / E. I. Kazakova. SPb., 1995.
4. Komenskiy, Ya. A. O vospitanii [On education] / Ya. A. Komenskiy. M. : Shkol'naya pressa, 2003. 192 s.
5. Mardakhaev, L. V. Social'naya pedagogika [Social pedagogy] / L. V. Mardakhaev. M. : Gardiriki, 2005. 269 s.
6. Mikhaylova, N. N. Pedagogika podderzhki [Pedagogy Support] / N. N. Mikhaylova, S. M. Yusfin. M. : MIROS, 2002. 208 s.
7. Pepe, N. Spravochnik fasilitatora, ili Istoriya o tom, kak fasilitator Grigoriy Losik prived kompaniyu k vpechatlyayutim rezul'tatam [Directory facilitator, or a history of how the facilitator Gregory Losik led the company to impressive results] / N. Pepe. M. : Institut konsul'tirovaniya i sistemnikh resheniy, 2012. 144 s.
8. Ozhegov, S. I. Tolkoviy slovar' russkogo yazhka [Dictionary of Russian] / S. I. Ozhegov, N. Yu. Shvedova. M. : Azbukovnik, 2000. 940 s.
9. Pedagogicheskoe nasledie: Ya. A. Komenskiy, D. Lokk, Zh.-Zh. Russo, I. G. Pestalocci [Pedagogical heritage: J. A. Comenius, J. Locke, J.-J. Rousseau, I. G. Pestalozzi] / sost. V. M. Klarin, A. N. Dzhurinskiy. M. : Pedagogika, 1989. 416 s.
10. Sokolova, N. A. Social'no-pedagogicheskaya podderzhka samorealizatsii starsheklassnikov v uchrezhdeniyakh dopolnitel'nogo obrazovaniya [Socio-pedagogical support self seniors in additional education establishments] : dis. ... d-ra ped. nauk / N. A. Sokolova. Chelyabinsk, 2007. 352 s.
11. Shipichna, L. M. Integrirovannoe obuchenie detey s problemami v razvitiy [Integrated education of children with developmental problems] / L. M. Shipichna // Vestn. psichosocial. i korrektsionno-reabilitatsionnoy rabot. 1995. № 3. S. 29–36.
12. Yamburg, E. A. Organizatsionniye osnovniye kompensiruyuthego obucheniya [Organizational basis of compensatory education] / E. A. Yamburg // Narodnoe obrazovanie. 1998. № 6. S. 146–153.

УДК 371.72
ББК 75.1:74.00

ЗДОРОВЬЕСБЕРЕГАЮЩИЕ ОБРАЗОВАТЕЛЬНЫЕ ТЕХНОЛОГИИ НА ЗАНЯТИЯХ ПО ЛЕЧЕБНОМУ ПЛАВАНИЮ СО СТУДЕНТАМИ

Р. Т. Хадиева, Б. М. Петров, И. В. Макарьев

ФГБОУ ВПО «Челябинский государственный университет», Челябинск, Россия

Актуальность проблемы снижения уровня здоровья студентов и необходимость проведения систематической работы в области повышения уровня здоровья у обучающейся молодежи, доказано различными исследованиями, продиктовано современными нормативными документами. Оптимальным средством профилактической, общеукрепляющей, коррекционной работы в области здоровья у студентов является плавание.

Ключевые слова: *уровень здоровья студентов, качество жизни, уровень жизни, уклад жизни, стиль жизни, социальная адаптация.*

Актуальность проблемы здоровья признавали учёные и мыслители во все времена. А. Шопенгауэр утверждал, что девять десятых нашего счастья зависят от здоровья. Т. Карейль вторит, что здоровье человека есть самое драгоценное произведение природы. Л. Н. Толстой устами Андрея Болконского говорил, что «в мире есть лишь две абсолютные ценности: чистая совесть и здоровье...».

К значимости здоровья на современном этапе всё чаще обращаются законодатели. Федеральный закон № 323-ФЗ «Об основах охраны здоровья граждан РФ» значительно расширяет права человека в области здоровья. В п. 5 ст. 5 Федерального закона «Об образовании в Российской Федерации» № 273-ФЗ от 29 декабря 2012 г. сказано, что в целях реализации права каждого человека на образование федеральными государственными органами, органами государственной власти субъектов Российской Федерации и органами местного самоуправления создаются необходимые условия для получения без дискриминации качественного образования лицами с ограниченными возможностями здоровья; коррекции нарушений развития и социальной адаптации; оказания ранней коррекционной помощи на основе специальных педагогических подходов и наиболее подходящих для этих лиц языков, методов и способов общения, а также условия, в максимальной степени способствующие получению образования определённого уровня и определённой направленности, а также социальному развитию этих лиц, в том числе посредством организации инклюзивного образования лиц с ограниченными возможностями здоровья.

В ст. 28 к компетенции образовательной организации в установленной сфере деятельности относятся наряду со многими: создание необходимых условий для охраны и укрепления здоровья, организации питания обучающихся и работников образовательной организации; создание условий для занятия обучающимися физической культурой и спортом. Ст. 41 полностью посвящена охране здоровья обучающихся [4].

Официальные данные также подтверждают наличие проблемы, связанной со здоровьем населения. На состояние здоровья, несомненно, оказывает влияние множество факторов. Эксперты ВОЗ в 1980-х гг. выделили четыре основных группы факторов, формирующих здоровье человека, и определили их соотношение. В 1994 г. в федеральных концепциях «К здоровой России» и «Охрана здоровья населения» Межведомственной комиссией Совета безопасности РФ по охране здоровья населения это соотношение было определено для жителей нашей страны следующим образом (в скобках данные ВОЗ):

- состояние внешней среды 20–25 % (20 %);
- биологические факторы 15–20 % (20 %);
- медицинское обеспечение 10–15 % (7–8 %);
- условия и образ жизни 50–55 % (52–53 %).

Как видно из приведённых данных экспертов ВОЗ и России, в общей структуре факторов, формирующих здоровье, главную роль играет образ жизни. Образ жизни включает в себя четыре категории: экономическую — «уровень жизни», социологическую — «качество жизни», социально-психологическую — «стиль жизни» и социально-экономическую — «уклад жизни». Ю. П. Лисицын (1992) рассматривает качество

жизни как «восприятие индивидами их положения в жизни в контексте культуры и системы ценностей, в которых они живут и в соответствии с их собственными целями, ожиданиями, стандартами и заботами»; уровень жизни — как количественную характеристику размера и структуры материальных и духовных ценностей; уклад жизни — как временной регламент явлений общественной жизни (труда, отдыха и т. д.), в рамках которого проходит жизнедеятельность людей; стиль жизни — как индивидуальные особенности поведения [2].

Исследование различных аспектов здоровья у студентов проводилось в разных профильных высших образовательных организациях.

Данные исследования распространённости хронических неинфекционных заболеваний среди студентов Московской медицинской академии им. Сеченова свидетельствуют о том, что если на первом курсе почти половина студентов (47,6 %) были здоровыми, около четверти (23,6 %) имели функциональные нарушения, примерно треть (28,8 %) студентов была больна хроническими заболеваниями, то уже ко второму курсу произошли существенные сдвиги в показателях здоровья студентов. Уменьшилось число лиц, относящихся к первой группе, причём все они перешли в третью группу здоровья, доля которой возросла до 40,6 %. Указанная закономерность сохранилась до конца обучения. К старшим курсам увеличилось и число лиц с функциональными нарушениями (Т. Н. Грошева, Е. В. Боровкова, 1988). Обращают на себя внимание более высокие показатели заболеваемости студенток по сравнению с лицами мужского пола (Н. А. Агаджанян, В. П. Дегтярёв, Е. И. Русанова, 1997) [2].

Диссертационные исследования Л. Д. Царегородцевой показывают, что многие студенты (47 % юношей и 52 % девушек) не осуществляют никаких целенаправленных действий для сохранения своего здоровья, но связывают занятия физической культурой со своим будущим. Основные интересы в области самосовершенствования у студентов распределяются следующим образом: состоянием своего здоровья интересуются 32 % юношей и 35 % девушек, уровнем физической подготовленности — 34 % юношей и 32 % девушек.

По проблемам формирования здоровья, здорового образа жизни и культуры здоровья в педагогическом вузе были проведены диссертационные исследования следующих авторов: Н. В. Багаудиновой (2004), Е. А. Багнетовой (2004), Л. Б. Бу-

лановой (2006), О. Ф. Волочаевой (2005), Е. В. Волынской (2004), Т. В. Гиголаевой (2006), М. Б. Добrorадных (2003), С. Г. Добротворской (2003), О. А. Завьяловой (2002), В. М. Кабаевой (2002), Л. Г. Качан (1998), О. В. Ковалёвой (2004), Д. Ю. Коптевым (2004), Н. А. Краснопёровой (2004), Л. В. Куклиной (1999), С. Ю. Лебедченко (2000), И. В. Наливайко (2004), В. А. Околеловой (2004), Е. В. Осолодковой (2003), Е. В. Перевозчиковой (2001), И. В. Пичугиной (2000), Н. И. Резановой (2000), Н. А. Рыбачук (2003), И. А. Сорокиной (2004) [2].

В государственной программе Российской Федерации «Развитие образования на 2013–2020 годы» признаётся проблема здоровья молодого поколения: так, приводятся данные, что общая заболеваемость подростков за последние годы увеличилась на 29,4 %.

Мониторинг поступивших в ЧелГУ студентов в различных медицинских группах за 2008–2011 гг. показывает, что за эти годы произошло снижение доли студентов в основной группе с 32 до 22,9 %; максимальное значение в данный период студентов с основной группой приходится на 2008–2009 гг., что составляет 78,9 %. По сравнению с предыдущим учебным годом в 2009–2010 гг. значительно увеличилась численность студентов с подготовительной группой — на 29,4 %. А в 2010–2011 гг. было отмечено максимальное значение студентов со специальной группой — 11,2 % по сравнению с предыдущими годами.

Повышенное внимание исследователей, имеющие данные, нормативно-правовые документы о здоровье свидетельствуют о необходимости разработки и реализации мероприятий по сохранению и укреплению здоровья. В образовательных организациях и, в частности, в Челябинском государственном университете (ЧелГУ) решение проблем здоровья студентов связано с реализацией здоровьесберегающих технологий.

По мнению М. А. Бербина, здоровьесбережение — это создание таких условий образования (образовательного процесса, материально-технического и бытового обеспечения), в которых имеющийся ресурс здоровья не растрачивался бы [3].

Здоровьесберегающая технология — это система мер, включающая взаимосвязь и взаимодействие всех факторов образовательной среды, направленных на сохранение здоровья ребёнка на всех этапах его обучения и развития.

Понятие «здоровьесберегающие педагогические технологии» является дискуссионным,

и у разных авторов встречаются различные его трактовки. Н. К. Смирнов, как родоначальник понятия «здоровьесберегающие образовательные технологии», утверждал, что их можно рассматривать как технологическую основу здоровьесберегающей педагогики, как совокупность форм и методов организации обучения детей без ущерба для их здоровья, как качественную характеристику любой педагогической технологии по критерию её воздействия на здоровье. Он считает, что как прилагательное понятие «здоровьесберегающая» относится к качественной характеристике любой педагогической технологии, показывающей, насколько при реализации данной технологии решается задача сохранения здоровья участников образовательных отношений. Здоровьесберегающие технологии можно рассматривать как сертификат безопасности для здоровья и как совокупность тех принципов, приёмов, методов педагогической работы, которые дополняют традиционные педагогические технологии задачами здоровьесбережения. По определению Т. В. Карасёвой, под здоровьесберегающими образовательными технологиями понимают совокупность целей, форм, средств и методов образования, способствующих повышению эффективности образовательного процесса за счёт минимизации факторов риска для здоровья обучающегося и педагога.

Плавание может использоваться как эффективное средство здоровьесбережения студентов. Плавание позволяет давать адекватную физическую нагрузку, обеспечивает комплексную профилактику развития патологий опорно-двигательного аппарата, улучшает работу системы кровообращения, развивает сердечно-сосудистую систему, комплексно укрепляет костно-мышечную систему, повышает работоспособность.

На морфофункциональном уровне плавание положительно влияет на разгрузку позвонков, межпозвоночные диски, увеличивается амплитуда суставов, тренируются разные группы мышц, улучшается вентиляция лёгких и вообще плавание оказывает положительное эмоциональное воздействие.

Исследования Л. Д. Царегородцевой показывают, что плавание является одним из приоритетных видов физкультурно-оздоровительных занятий студенческой молодёжи. Абсолютное большинство (95–98 %) относится к таким занятиям положительно, 85 % юношей и 69 % девушек от-

мечают улучшение своего психоэмоционального состояния после занятий.

Плавание используется для коррекции проблем опорно-двигательного аппарата, связанных как с приобретёнными в ходе развития дефектами, так и после травматических явлений. Так, при плоскостопии рекомендовано использовать движения ногами стилем «кроль». При проведении лечебного плавания со студентами, больными сколиозом, необходимо выполнять ряд требований: индивидуальный подбор упражнений с учётом типа сколиоза; имитацию упражнений на суше; контроль правильного дыхания; исключение динамичных упражнений, мобилизующих позвоночник. При сколиозе I степени используются только симметричные плавательные упражнения: «брасс» на груди, удлинённая пауза скольжения, «кроль» на груди для ног, проплывание скоростных участков. При сколиозе II–III степени задача коррекции деформации вызывает необходимость применения асимметричных сходных положений. При сколиозе IV степени на первый план выдвигается задача не коррекции деформации, а улучшения общего состояния организма, функционального состояния сердечно-сосудистой и дыхательной систем. В связи с этим используют, как правило, симметричные сходные положения [1].

О. А. Мельникова разработала классификацию, определив способы плавания для обучения людей с проблемами здоровья:

- при астенической конституции (длинные конечности, малая слабая мускулатура, воронкообразная грудная клетка) — «кроль» на груди;
- при астенической конституции (длинные конечности, малая слабая мускулатура, гипермобильность плечевого и локтевого суставов, Х-образные руки, плосковальгусная стопа, килевидная грудная клетка) — «кроль» на спине;
- при дигестивной конституции (средняя мускулатура, повышенная подвижность коленных и голеностопных суставов, Х-образные ноги, плоскостопие поперечное, сандалевидная стопа, короткая, широкая книзу грудная клетка, синдром «прямой спины») — «брасс».

Плавание будет рассматриваться в качестве здоровьесберегающей технологии при выполнении следующих условий: использование в качестве основных показателей результативности педагогического процесса параметров здоровья обучающихся; наличие мотивации на сохранение и укрепление индивидуального здоровья; описа-

ние (алгоритм) процесса, совокупность целей, содержания, методов и средств для достижения планируемых результатов; учёт индивидуальных возможностей, проблем здоровья; ориентация на положительное воздействие на здоровье.

Необходимо применять и ряд принципов:

- нанесение вреда;
- приоритет действенной заботы о здоровье;
- триединое представление о здоровье;
- непрерывность и преемственность;
- соответствие содержания и организации обучения возрастным особенностям;
- сочетание охранительной и тренирующей стратегий;

– формирование ответственности за своё здоровье;

- принцип отсроченного результата;
- принцип контроля за результатами.

Таким образом, актуальность проблемы снижения уровня здоровья студентов и необходимость проведения систематической работы в области повышения уровня здоровья у обучающейся молодёжи доказано различными исследованиями, продиктовано современными нормативными документами. Оптимальным средством профилактической, общеукрепляющей, коррекционной работы в области здоровья у студентов является плавание.

Список литературы

1. Булич, Э. Г. Физическое воспитание в специальных медицинских группах / Э. Г. Булич. М. : Высш. шк., 1986.
2. Опыт, проблемы и перспективы комплексной организации здоровьесберегающего образования : сб. науч.-метод. материалов / под. ред. Н. И. Фуниковой. Челябинск : Образование, 2004. 298 с.
3. Педагогика и психология здоровья / под ред. Н. К. Смирнова. М. : АПКИПРО, 2003.
4. Селевко, Г. К. Современные образовательные технологии : учеб. пособие / Г. К. Селевко. М. : Народ. образование, 1998.
5. Федеральный закон № 273-РФ «Об образовании в Российской Федерации» от 29 декабря 2012 г.

Сведения об авторах

Хадиева Разиля Тагировна — старший преподаватель кафедры физического воспитания и спорта Челябинского государственного университета, Челябинск, Россия. salage@bk.ru

Петров Борис Михайлович — старший преподаватель кафедры физического воспитания и спорта Челябинского государственного университета, Челябинск, Россия. salage@bk.ru

Макарьев Иван Валерьевич — преподаватель кафедры физического воспитания и спорта Челябинского государственного университета, Челябинск, Россия. salage@bk.ru

*Bulletin of Chelyabinsk State University.
Education and Healthcare. 2014. № 1. P. 127–132.*

HEALTH SAVING EDUCATIONAL TECHNOLOGY FOR STUDENTS IN THE CLASSROOM FOR THERAPEUTIC SWIMMING

R. T. Hadieva

*Senior Lecturer, of Department of Physical Education and Sports of Chelyabinsk State University, Chelyabinsk, Russia.
salage@bk.ru*

B. M. Petrov

*Senior Lecturer, of Department of Physical Education and Sports of Chelyabinsk State University, Chelyabinsk, Russia.
salage@bk.ru*

I. V. Makariev

Lecturer, Department of Physical Education and Sport of Chelyabinsk State University, Chelyabinsk, Russia. salage@bk.ru

The problem of reducing the level of health of students and the need for systematic work in the field to enhance health students, proved in various studies-studies dictated by the modern regulatory documents. The

best means of preventive, restorative, corrective-traditional work in the field of health among students is swimming.

Keywords: *level of students ' health, quality of life, UrB-standard of living, lifestyle, lifestyles, social adaptation.*

References

1. Bulich, Eh. G. Fizicheskoe vospitanie v special'nykh medicinskikh gruppakh [Physical education in special medical groups] / Eh. G. Bulich. M. : Vihsshaya shkola, 1986.
2. Opiht, problemih i perspektivih kompleksnoj organizacii zdorovjesberegayuthego obrazovaniya [Experience, problems and prospects of the complex organization of healthy education] : sb. nauch.-metod. materialov / pod. red. N. I. Funikovoj. Chelyabinsk : IIUMC «Obrazovanie», 2004. 298 s.
3. Pedagogika i psikhologiya zdorov'ya [Pedagogy and Psychology of Health] / pod red. N. K. Smirnova. M. : APKiPRO, 2003.
4. Selevko, G. K. Sovremenniye obrazovatel'niye tekhnologii [Modern educational technology] : uchebnoe posobie / G. K. Selevko. M. : Narodnoe obrazovanie, 1998.
5. Federal'nyj zakon ot 29 dekabrya 2012 g. № 273-FZ «Ob obrazovanii v Rossijskoj Federacii» [Federal Law № 273 «On Education in the Russian Federation» dated December 29, 2012].

ОБМЕН ОПЫТОМ (EXCHANGE OF EXPERIENCE)

*Вестник Челябинского государственного университета.
Образование и здравоохранение. 2014. № 1. С. 133–137.*

УДК 373
ББК 74.26

ИСПОЛЬЗОВАНИЕ СОВРЕМЕННЫХ ТЕХНОЛОГИЙ НА УРОКАХ РУССКОГО ЯЗЫКА И ЛИТЕРАТУРЫ С ЦЕЛЮ ФОРМИРОВАНИЯ БАЗОВЫХ КОМПЕТЕНЦИЙ УЧАЩИХСЯ

Н. П. Бурмагина

*КГУ «Школа-интернат для одарённых детей “Озат”» Управления образования акимата Костанайской области,
Костанай, Республика Казахстан*

Компетентностный подход к определению целей школьного образования даёт возможность согласовать ожидания учителей и обучаемых. Определение целей школьного образования с позиций компетентностного подхода означает описание возможностей, которые могут приобрести школьники в результате образовательной деятельности. Курс русского языка и литературы создаёт все условия для формирования личности учащегося.

Ключевые слова: *компетентностный подход в обучении, школьное образование, одарённые учащиеся.*

Понятия «компетентностный подход» и «базовые компетентности» получили распространение сравнительно недавно в связи с дискуссиями о проблемах и путях модернизации казахстанского образования. Сейчас уже появились крупные научно-теоретические и научно-методические работы, в которых анализируются сущность компетентностного подхода и проблемы формирования базовых компетентностей. Так, И. А. Зимняя под компетентностью понимает «актуальное, формируемое личностное качество как основывающаяся на знаниях, интеллектуально и личностно обусловленная социально-профессиональная характеристика человека» [1], а компетенция понимается «как совокупность правил (порождения речи), как знание (языка), его структуры» [2]. Несколько по-другому разделяет эти понятия А. В. Хуторской: «Компетенция в переводе с латинского *competentia* означает круг вопросов, в которых человек хорошо осведомлён, обладает познаниями и опытом. Компетентный в определённой области человек обладает соответствующими знаниями и способностями, позволяющими ему судить об этой области и эффективно действовать в ней» [3]. Компетентность в рамках обсуждаемой темы обозначает уровень образованности. В одной из педагогических дискуссий по вопросам компетентностного подхода было предложено следующее определение: ком-

петентность — это способность действовать в ситуации неопределённости.

Главное изменение в обществе, влияющее на ситуацию в сфере образования,— ускорение темпов развития общества. В результате школа должна готовить своих учеников к жизни, о которой сама школа мало что знает. Дети, которые пришли в первый класс в 2010 г., будут продолжать свою трудовую деятельность примерно до 2060 г. Каким будет мир в середине XXI в., трудно себе представить. Поэтому школа должна готовить своих учеников к переменам, развивая у них такие качества, как мобильность, динамизм, конструктивность.

Материалы и методы исследования. Круг компетентностей, к формированию которых у современных школьников следует стремиться, не определён окончательно, как и само понятие «компетентность», поэтому перед учителем стоит вопрос: каким именно он хочет видеть выпускника школы? Общеобразовательная школа не в состоянии сформировать уровень компетентности учеников, достаточный для эффективного решения проблем во всех сферах деятельности и во всех конкретных ситуациях, тем более в условиях быстро меняющегося общества, в котором появляются и новые сферы деятельности, и новые ситуации. Цель школы — формирование базовых компетентностей. В среде педагогов-практиков в основе понятия «компетентный человек» выде-

ляется способность человека брать на себя ответственность при решении возникающих проблем, обучаться на протяжении всей жизни, проявлять самостоятельность в постановке задач и их решении. Курс русского языка и литературы создаёт все условия для формирования личности учащегося. Отсюда вытекают требования к уроку: постановка актуальных проблем и их обсуждение, установка на полноценное восприятие художественного произведения, извлечение из него уроков нравственности.

По современным педагогическим технологиям можно построить целостный урок или использовать элементы технологий на любом этапе урока. В своей практике мы используем технологию развития критического мышления и проектные технологии. Рассмотрим некоторые примеры компетентностного подхода в обучении на уроках русского языка и литературы.

Результаты исследования и их обсуждение.

Под *коммуникативной компетентностью* казахстанские учёные понимают «владение всеми видами речевой деятельности, основами культуры устной и письменной речи». Этот вид компетентности учителя-филолога формировали всегда. На своих уроках я использую такие формы работы: устный ответ и рецензия на ответ одноклассника, творческие работы (эссе, грамматические сказки, интервью с литературным героем, «визитная карточка литературного героя», аннотация, отзыв о книге или о кинофильме, описание по картине), редактирование текста. Грамматические сказки на уроках русского языка помогают не только «оживить» тему, но и наглядно показывают ученикам среднего звена, что один и тот же материал можно излагать в научном и художественном стиле. Такие жанры, как эссе и аннотация, помогают развитию критического мышления учащихся, а «интервью с литературным героем» или «визитная карточка» заменяют привычную характеристику героя и помогают учащимся применять знания в нестандартной ситуации. В наше время незаслуженно забыта такая форма, как описание по картине. Технология развития критического мышления предполагает сравнительное описание. Например, на уроке по изучению биографии М. Булгакова мы предлагаем учащимся сравнить фотографии писателя с репродукциями портретов, которые были созданы на основе этих фотографий. Оказалось, что даже одиннадцатиклассникам было сложно описать отличия портретов и фотографий, пото-

му что для этого необходимы знания по теории живописи. Им пришлось самостоятельно поработать со справочной литературой, прежде чем они приступили к описанию. Редактирование помогает воспитывать лингвистическую культуру у современных школьников. И можно ещё раз доказать, что Интернет — это не панацея от всех бед, что сочинение из Интернета не гарантирует хорошую отметку.

Культурологическая компетентность — это «обладание познанием и опытом деятельности на основе достижения общечеловеческой культуры и национальных особенностей, позволяющих освоить этнокультурные явления и традиции в обществе». Здесь у учителя-предметника может быть большой выбор: проблемная технология, проектная технология, информационная технология, игровая технология. На примере анализа стихотворения М. Ю. Лермонтова можно увидеть, как работают методы критического мышления и информационной технологии. Я предлагаю учащимся прочитать дословный перевод стихотворения Гейне «Сосна» и стихотворения М. Ю. Лермонтова «На севере диком» и оформить информацию в виде диаграммы Венна. Затем найти в Интернете описание картины И. И. Шишкина по мотивам данного стихотворения и дополнить диаграмму ещё одним кругом-описанием картины.

При работе с одарёнными учащимися следует учитывать, что они предпочитают выполнять «трудные задания», а не упражнения из школьного учебника. Использование проектной технологии на уроках русского языка и литературы показывает, что проекты предоставляют новые возможности для решения методических задач. Учащиеся с интересом работают над мини-проектами на уроках русского языка при изучении раздела «Лексика». Очень много дополнительной информации о культуре народов, о различных профессиях можно представить на уроках по темам «Диалектная лексика», «Устаревшая лексика», «Специальная лексика», «Фразеологизмы», «Заимствованная лексика». В то же время для успешного использования данного метода необходимо учитывать специфику не только конкретной учебной дисциплины, но особенности каждого типа проектов. Проекты, предназначенные для обучения русскому языку, обладают как общими для всех проектов чертами, так и отличительными особенностями, среди которых главными являются следующие:

– использование языка в ситуациях, максимально приближённых к условиям реального общения;

– акцент на самостоятельной работе учащихся (индивидуальной и групповой);

– выбор темы, вызывающей большой интерес для учащихся и непосредственно связанной с условиями, в которых выполняется проект;

– отбор языкового материала, видов заданий и последовательности работы в соответствии с темой и целью проекта;

– наглядное представление результата.

Система интеллектуальных игр (именно система!) выступает как инструмент целенаправленного формирования ценностей подростково-молодёжной субкультуры, стимулирующей развитие личности. Например, игра «Колесо истории» позволяет учащимся изучать литературное произведение в историческом и литературном контексте. Игра состоит из трёх заездов и финала, учащиеся работают в группах-командах. Каждый заезд — это определённый этап знакомства с произведением. В первом заезде учащимся предлагаются вопросы по истории создания произведения, его жанровым особенностям; во втором заезде учитель готовит вопросы по анализу текста (композиция, язык, средства художественной выразительности); третий заезд — это вопросы, которые помогают определить восприятие произведения (тема, проблема, образы героев). В основу такой игры положена идея, чтобы накопленная человечеством культура предстала перед школьником как система неразгаданных загадок и вопросов. Такие путешествия мы с учениками совершили по разным произведениям: «Читая “Слово о полку Игореве”», «По страницам комедии Н. В. Гоголя “Ревизор”», «В гостях у помещиков» (Н. В. Гоголь «Мёртвые души»), «Собрание пёстрых глав» (А. С. Пушкин «Евгений Онегин»).

Информационная компетентность включает «умение осуществлять библиографический поиск, извлекать информацию из различных источников, умение работать с текстом, сохранять, интерпретировать и осуществлять перенос информации и знаний при помощи современных информационных технологий». С какими источниками информации мы работаем на уроке? Во-первых, это лингвистические словари на уроках русского языка. Во-вторых, это интернет-ресурсы при подготовке мини-проектов. Интернет-ресурсы оказывают большую помощь учащимся при подготовке презентаций, когда ученики не

только приобретают риторические навыки, но и учатся работать с разными источниками информации.

В-третьих, это различные монографии и статьи, которые учащиеся используют при подготовке долгосрочных проектов (научный реферат или научная работа для творческого экзамена).

В-четвёртых, это социальные сети. В рамках технологии критического мышления мы придумали такую форму работы, как «форум». На этапе знакомства с литературным произведением одному ученику даётся задание провести опрос в социальных сетях о данном произведении. Ученик анализирует все отзывы одноклассников, оформляет это в виде презентации и представляет на уроке. Класс оценивает наиболее интересные отзывы. Это своего рода кумулятивная беседа, когда каждый имеет право остаться при своём мнении и выслушать мнение окружающих. Таким образом, учащиеся имеют возможность выйти за пределы школьного класса в реальную жизнь.

Ценностно-ориентированная компетентность — это «способность адекватно воспринимать окружающий мир, умение находить свою роль в жизни общества на основе высших эстетических ценностей, гражданственности и патриотизма». На своих уроках я использую такие формы, как лекция, сочинение, исследовательская беседа, просмотр кинофильма и отзыв о нём, дебаты.

Сочинение по литературе предполагает рассуждение о проблемах, поставленных автором произведения. Но в наше время Интернета и готовых сборников сочинений очень сложно научить школьников думать самостоятельно. Тема сочинения, сформулированная как проблемный вопрос, помогает избежать речевых шаблонов и сочинений-близнецов. Помимо сочинений учащимся можно предложить литературное изложение. Это помогает ребятам «войти в образ» литературного героя, увидеть проблему изнутри. Пожалуй, самый сложный вид творческой работы — это сочинение-полифония. Старшеклассники имеют возможность рассматривать проблему с разных точек зрения, «перевоплощаясь» в героев произведения, литературных критиков, писателей. В этом случае они не только передают своё личностное восприятие проблемы, но и пытаются показать разные духовные миры. А это предполагает полное осмысление и переработку прочитанного.

В старших классах на уроки литературы отводится два часа в неделю. Поэтому большой объём материала приходится давать в виде обзора. При лекционном ведении урока мы можем использовать приёмы и формы, позволяющие сделать учеников активными участниками. Существуют разные виды лекций. Мы используем в своей работе следующие:

1. Проблемная лекция. В ней моделируются противоречия реальной жизни через их представление в теоретических концепциях. Главная цель такой лекции — приобретение знаний учащимися как бы самостоятельно.

2. Лекция вдвоём. Представляет собой работу двух учителей (учителя и ученика), читающих лекцию по одной и той же теме и взаимодействующих на проблемно-организационном материале, как между собой, так и с учащимися. Проблематизация происходит как за счёт формы, так и за счёт содержания.

3. Лекция-провокация (или лекция с запланированными ошибками). Формирует умение учащихся оперативно анализировать, ориентироваться в информации и оценивать её. Может использоваться как метод «живой ситуации».

4. Лекция-диалог. Содержание подаётся через серию вопросов, на которые ученик должен отвечать непосредственно в ходе лекции. К этому типу примыкает лекция с применением техники обратной связи, а также программированная лекция-консультация.

Совсем недавно мы открыли для себя такую стратегию, как «шесть шляп критического мышления». Мы использовала её как ведущую стратегию на уроке при изучении романа Л. Н. Толстого «Война и мир». Стратегия «шесть шляп критического мышления» позволила активизировать работу всего класса. Ученики работали в группах по три человека. Каждая группа выбрала для себя, шляпу, которая определяла направление деятельности на всех этапах урока. Той группе, которая выбрала «белую шляпу», необходимо было подбирать нейтральные факты, группа «жёлтая шляпа» отмечала положительные моменты, а «чёрная шляпа» — отрица-

тельные, «зелёная шляпа» предполагала самые фантастические идеи, «синяя шляпа» обязывала анализировать ситуацию, а «красная шляпа» ориентировала учеников на описание эмоций. Самым сложным и интересным заданием для учеников был анализ и обсуждение эпизодов, которое я назвала «Слухи высшего общества». Для каждой семьи (Ростовы, Болконские, Курагины) мы подобрали по шесть эпизодов (по количеству групп и шляп), которые необходимо было «обсудить в свете». Ученики имели возможность рассматривать все эпизоды с разных позиций. Они не просто воспроизводили известную им информацию, а переосмысливали её в соответствии с цветом шляпы и доказывали свою точку зрения. Даже домашнее задание «Письмо семье» мы несколько усложнили. Школьникам нравится писать письмо от лица литературного героя. Но на этом уроке они выбирали «своего» героя критически. Группа «синих» решила, что их герой — это Андрей Болконский, потому что это человек аналитического склада ума, а группа красных выбрала Наташу Ростову, потому что она живёт эмоциями. Думается, что такая работа развивает не только интеллект учащихся, но и формирует их нравственность, учит уважать чужое мнение и находить возможности ведения диалога в любой ситуации.

Вся жизнь человека постоянно ставит перед ним всё новые и новые проблемы. Поэтому какие бы новые веяния, рождённые требованиями времени, ни проникали в школу, как бы ни менялись программы и учебники, формирование культуры интеллектуальной деятельности учащихся и ориентация на усвоение общечеловеческих ценностей всегда были и остаются одними из основных общеобразовательных и воспитательных задач. Компетентностный подход к определению целей школьного образования даёт возможность согласовать ожидания учителей и обучаемых. Определение целей школьного образования с позиций компетентностного подхода означает описание возможностей, которые могут приобрести школьники в результате образовательной деятельности.

Список литературы

1. Зимняя, И. А. Компетентностный подход: каково его место в системе современных подходов к проблеме образования? / И. А. Зимняя // Высш. образование сегодня. 2006. № 8. С. 20.
2. Компетенции в образовании: опыт проектирования : сб. науч. тр. / под ред. А. В. Хуторского. М. : ИНЭК, 2007. С. 17–25.

3. Иванова, Н. Д. Научно-теоретические основы конструирования содержания общего среднего образования в 12-летней школе Республики Казахстан : метод. пособие / Н. Д. Иванова, М. А. Мергалиева. Алматы, 2006. С. 52.

Сведения об авторе

Бурмагина Наталья Павловна — учитель областной специализированной школы-интерната для одаренных детей «Озат», Костанай, Республика Казахстан. baizhanovasholpan@mail.ru

*Bulletin of Chelyabinsk State University.
Education and Healthcare. 2014. № 1. P. 133–137.*

USE OF MODERN TECHNOLOGIES LESSONS FOR RUSSIAN LANGUAGE AND LITERATURE TO FORM THE BASIC COMPETENCE OF PUPILS

N. P. Burmagina

Boarding School for Gifted Children "Ozat" Education Department of the akimat of the Kostanai Region, Kostanai, Republic of Kazakhstan baizhanovasholpan@mail.ru

Competence approach to the definition of goals for school education provides an opportunity to align the expectations of teachers and learners. The definition of the objectives of the school education from the standpoint of the competence-based approach means the description of the features that can be purchased by the pupils of the educational activity. Course of Russian language and literature creates all conditions for formation of the student's personality.

Keywords: *competence approach in education, school education, gifted students.*

References

1. Zimnyaya, I. A. Kompetentnostniy podkhod: kakovo ego mesto v sisteme sovremennikh podkhodov k probleme obrazovaniya? [Competence approach: what is its place in the modern approaches to education?] / I. A. Zimnyaya // *Vihsshee obrazovanie segodnya*. 2006. №8. S. 20.
2. Kompetencii v obrazovanii: opit proektirovaniya : sb. nauch. tr. / pod red. A.V. Khutorskogo. M. : INEhK, 2007. S. 17-25.
3. Ivanova, N. D. Nauchno-teoreticheskie osnovy konstruirovaniya soderzhaniya obshchego srednego obrazovaniya v 12-letney shkole Respubliki Kazakhstan [Theoretical bases of designing the content of secondary education in the 12-year-old school of the Republic of Kazakhstan] : metod. posobie / N. D. Ivanova, M. A. Mergalieva. Almatih, 2006. S. 52.

УДК 373
ББК 74.26

ОРГАНИЗАЦИОННО-МЕТОДИЧЕСКИЕ АСПЕКТЫ ПОДГОТОВКИ ОДАРЁННЫХ ДЕТЕЙ В ОБЩЕОБРАЗОВАТЕЛЬНЫХ УЧРЕЖДЕНИЯХ

В. Я. Гурова

БОУ ОО ДПО (ПК) С «Орловский институт усовершенствования учителей», Орёл, Россия

Показано, что при работе с одарёнными детьми педагоги должны стать наставниками, которые не только готовы всегда оказать ребёнку психологическую и интеллектуальную поддержку, но и которым присуща высокая степень эмпатии и социорефлексии.

Ключевые слова: *одарённые дети, научный потенциал, стратегия обучения.*

Одарённость — это системное, развивающееся в течение жизни качество психики, которое определяет возможность достижения человеком более высоких, незаурядных результатов в одном или нескольких видах деятельности по сравнению с другими людьми.

Одарённый ребёнок — это ребёнок, который выделяется яркими, очевидными, иногда выдающимися достижениями (или имеет внутренние предпосылки для таких достижений) в том или ином виде деятельности.

В этом определении содержатся следующие характеристики:

1) высокий уровень развития способностей, являющихся системообразующими для того или иного типа одарённости;

2) высокая мотивация, т. е. стремление к той или иной деятельности;

3) сформированность эффективных способов деятельности — обучения, познания и/или творчества в указанной сфере деятельности.

Виды одарённости:

— в практической деятельности, в частности, можно выделить одарённость в ремёслах, спортивную и организационную;

— в познавательной деятельности — интеллектуальную одарённость различных видов в зависимости от предметного содержания деятельности (одарённость в области естественных и гуманитарных наук, интеллектуальных игр и др.);

— в художественно-эстетической деятельности — хореографическую, сценическую, литературно-поэтическую, изобразительную и музыкальную одарённость;

— в коммуникативной деятельности — лидерскую и аттрактивную одарённость;

— в духовно-ценностной деятельности — ода-

рённость, которая проявляется в создании новых духовных ценностей и служении людям.

По критерию «степень сформированности одарённости» можно дифференцировать на актуальную и потенциальную.

По критерию «особенности возрастного развития» можно дифференцировать на раннюю и позднюю.

Существует определённая зависимость между возрастом, в котором проявляется одарённость, и областью деятельности. Наиболее рано дарования проявляются в сфере искусства, особенно в музыке. Несколько позднее одарённость проявляется в сфере изобразительного искусства. В науке достижение значимых результатов в виде выдающихся открытий, создания новых областей и методов исследования происходит обычно позднее, чем в искусстве. Это связано, в частности, с необходимостью приобретения глубоких и обширных знаний, без которых невозможны научные открытия.

Основными проблемами одарённых детей являются:

1) навыки саморегуляции;

2) креативность;

3) социальные связи;

4) трудности профессионального самоопределения – специализации способностей.

Далее следует указать основные стратегии обучения одарённых детей.

И первой в этом ряду будет стратегия ускорения обучения. Все специалисты в области образования сходятся в том, что в любую программу обучения детей с высоким умственным развитием должно входить своего рода ускорение.

Основные требования при включении учащихся в учебные программы, построенные с исполь-

зованием ускорения, следующие:

1) учащиеся должны быть заинтересованы в ускорении, демонстрировать явный интерес и повышенные способности в той сфере, где оно будет использоваться;

2) учащиеся должны быть достаточно зрелыми в социально-эмоциональном плане;

3) необходимо согласие родителей, но при этом необязательно их участие.

Признано, что ускорение — наилучшая стратегия обучения детей с математическими способностями и с предрасположенностью к изучению иностранных языков.

Стратегия обогащения обучения включает несколько направлений:

- расширение кругозора;
- освоение знаний об окружающем мире;
- самопознание;
- углубление в предметы;
- освоение метазнаний (знаний о знаниях).

Работа с одарёнными детьми в практике обучения реализуется через:

- идею укрупнения единиц содержания за счёт содержательного обобщения (В. В. Давыдов);
- проблемное обучение (А. М. Матюшкин);
- использование опорных схем, сигналов (В. Ф. Шаталов);
- использование укрупнённых дидактических единиц (П. М. Эрдниев);
- личностно-ориентированное обучение (И. А. Якиманская);
- каникулярные формы и программы:
 - для расширения кругозора (экскурсии, театр, музей);
 - различные виды деятельности — познание себя и своих интересов;
 - погружение в изучение предметов.

Таким образом, задача работы с одарёнными детьми, в конечном итоге, формулируется следующим образом: формирование и развитие их способности к самоактуализации, к эффективной реализации их повышенных возможностей в будущем, в зрелой профессиональной деятельности.

Основная проблема работы с особо одарёнными детьми заключается в формулировании и разработке такого психолого-педагогического метода, который учитывал бы особенности развития личности и обстоятельства формирования навыков одарённых школьников, решал бы в первую очередь проблему высокой успешности их будущей профессиональной деятельности.

Условия успешной работы с одарёнными учащимися следующие:

1) осознание важности этой работы каждым членом педагогического коллектива и усиление внимания к проблеме формирования положительной мотивации к учению;

2) создание и постоянное совершенствование школьной методической системы и предметных подсистем работы с одарёнными учащимися;

3) признание руководством и коллективом того, что реализация системы работы с одарёнными детьми является одним из приоритетных направлений в её работе;

4) включение в работу с одарёнными учащимися в первую очередь учителей, обладающих определёнными качествами:

– учитель для одарённого ребёнка является личностью, оперативно реагирующей на вызов, умеющей воспринимать критику и не страдающей от стресса при работе с людьми более способными и знающими, чем он сам. Взаимодействие учителя с одарённым ребёнком должно быть направлено на оптимальное развитие способностей, должно иметь характер помощи, поддержки, должно быть недирективным;

– учитель верит в собственную компетенцию и решает возникающие проблемы. Он готов нести ответственность за последствия принимаемых им решений и одновременно ощущает себя человеком, заслуживающим доверия;

– учитель считает окружающих способными самостоятельно решать свои проблемы, он верит в то, что они имеют положительные намерения, что им присуще чувство собственного достоинства, которое следует ценить, уважать и оберегать;

– учитель стремится к интеллектуальному самосовершенствованию, охотно работает над пополнением собственных знаний, готов учиться у других и заниматься самообразованием и саморазвитием;

5) постоянная работа по совершенствованию учебно-воспитательного процесса с целью неуклонного снижения психологической нагрузки учащихся.

Безусловно, особые требования предъявляются к педагогам, работающим с одарёнными детьми. Это должны быть не только профессионалы высочайшего класса, великолепно знающие свой предмет, обладающие высоким научным потен-

циалом, но и готовые сами к непрерывному обучению. Это учителя-наставники, которые видят в ребёнке не только воспитанника, но и коллегу, которому всегда готовы оказать психологическую и интеллектуальную поддержку. Поэтому педагогу, работающему с одарёнными детьми, должна быть присуща высокая степень эмпатии и социорефлексии.

Существует большое количество форм работы с одарёнными детьми: урочная и внеурочная деятельность, выработка индивидуальных образовательных траекторий, спецкурсы, проектная деятельность, создание научных обществ учащихся, участие детей в конкурсах и олимпиадном движении.

Наиболее эффективной формой выявления, поддержки и сопровождения талантливых учащихся в регионе, на наш взгляд, является Школа для одарённых детей, которая существует в Орле с сентября 1997 г. В ШОД «Интеллект» ведётся преподавание по 11 предметам, обучаются 33 группы детей, включающие около 500 школьников. Занятия проходят в течение 4 академических часов 1 раз в неделю. В школе для одарённых детей занятия ведут 27 преподавателей, из которых 1 доктор наук, 8 кандидатов наук, 4 заслуженных учителя, остальные — учителя высшей категории. Эта школа создана и функционирует на базе Орловского института усовершенствования учителей, который стал инициатором создания подобной образовательной системы.

В школу принимаются ученики 9-х классов, которые изъявляют желание поступить в неё. Обучение ведётся в течение 3 лет (9–11-е классы). Традиционно отбор проходит в форме тестирования. Так, по русскому языку предлагаются определённые лингвистические задания, а по литературе — интерпретация художественного текста. Кроме того, в школу автоматически зачисляются ученики, ставшие призёрами и победителями ежегодно проходящего в мае конкурса для учащихся 5–8-х классов «Любители русской словесности». Русский язык и литература преподаются по специальным программам углублённого изучения предметов, утверждённым на совете института.

Главная цель, которую ставят перед собой преподаватели русского языка в ШОД «Интеллект», заключается в формировании и развитии филологического мышления учащихся, популяризации филологических знаний среди школьников.

Учащиеся 9–11-х классов углубляют знания о лингвистике как науке, о языке как многофункциональной развивающейся системе, взаимосвя-

зи основных единиц и уровней языка, языковой норме, её функциях. Особое внимание уделяется истории языка, формированию умения давать исторический комментарий к языковым явлениям. Учащиеся овладевают умениями опознавать, анализировать, сопоставлять, классифицировать языковые явления и факты с учётом их различных интерпретаций и т. д.

Личностно-ориентированный подход в обучении в ШОД «Интеллект» позволяет подготовить учащихся к различным конкурсам и олимпиадам по русскому языку, о чём свидетельствуют результаты региональных и всероссийских этапов олимпиад, на которых учащиеся ШОД из года в год занимают призовые места.

Задачами изучения литературы в нашей школе мы видим формирование настоящего читателя, обладающего не только высокими интеллектуальными возможностями и потребностями, но и высоким эстетическим вкусом, эрудицией и богатым духовным потенциалом. Наша стратегия: от филологического знания — к филологическому сознанию.

Преподавание литературы строится на линейном концепте, т. е. школьники знакомятся с историко-литературным процессом, начиная с истоков отечественной литературы (мифология, фольклор, древнерусская литература) до авторов и произведений XXI в.

Большое внимание при изучении литературы уделяется истории и теории, литературоведческой критике, знакомству с научно-исследовательскими работами по творчеству и произведениям писателей. Приоритетным направлением в преподавании является обучение филологическому анализу художественного текста. Занятия по литературе проходят в форме лекций и семинаров, творческих отчётов, защиты проектов. Кроме того, мы посещаем литературные музеи г. Орла, знакомимся с театральными премьерными, встречаемся с создателями спектаклей, участвуем в мероприятиях, проводимых библиотеками города. Наши ученики — постоянные и активные участники видеоконференцсвязи, проводимой «Гимназическим союзом России».

В течение нескольких лет прослеживается положительная динамика в подготовке учащихся ШОД «Интеллект» к заключительному этапу Всероссийской олимпиады.

Показателями результативности работы ШОД «Интеллект» являются победы в различных творческих конкурсах, участие в научных конферен-

циях, поддержка олимпиадного движения в целом. Выпускники ШОД становятся студентами престижных вузов России (МГУ, Высшая школа экономики, МПГУ и др.), учатся в аспирантурах, защищают диссертации, сами становятся преподавателями в университетах и институтах.

Список литературы

1. Елисеев, Е. В. Архитектоника и системогенез помехоустойчивости организма спортсмена : монография / Е. В. Елисеев. Челябинск : Экодом, 2002. 256 с.
2. Кокорева, Е. Г. Закономерности гетерохронных изменений комплекса психофизиологических функций у детей с нарушениями зрения и слуха / Е. Г. Кокорева // Вестн. Юж.-Урал. гос. ун-та. Сер. Образование, здравоохранение, физ. культура. 2013. Т. 13, № 3. С. 57–62.
3. Компетенции в образовании: опыт проектирования : сб. науч. тр. / под ред. А. В. Хуторского. М. : ИНЭЖ, 2007. С. 17–25.
4. Иванова, Н. Д. Научно-теоретические основы конструирования содержания общего среднего образования в 12-летней школе Республики Казахстан : метод. пособие / Н. Д. Иванова, М. А. Мергалиева. Алматы, 2006. С. 52.

Сведения об авторе

Гурова Валерия Яковлевна — кандидат педагогических наук, заведующая кафедрой методики преподавания языков и литературы Орловского института усовершенствования учителей, Орёл, Россия.

Bulletin of Chelyabinsk State University.

Education and Healthcare. 2014. № 1. P. 138–141.

ORGANIZATIONAL AND METHODOLOGICAL ASPECTS OF THE PREPARATION OF GIFTED CHILDREN IN EDUCATIONAL INSTITUTIONS

V. I. Gurova

Candidate of Pedagogy, Head of Department of the Methodology of Teaching Languages and Literature Orlovsky Institute of Teachers Training, Orel, Russia

The paper shows that when working with gifted children, teachers should become mentors, who not only have to be always ready to provide the child psychological and intellectual support, but which must be characterized by a high degree of empathy and sotsioreflksi.

Keywords: *gifted children, scientific potential, training strategy.*

References

1. Eliseev, E. V. Arkhitektonika i sistemogenez pomekhoustoychivosti organizma sportsmena [Architectonics and systemevent immunity of the body of an athlete] : monografiya / E. V. Eliseev. Chelyabinsk : Ehkodom, 2002. 256 s.
2. Kokoreva, E. G. Zakonomernosti geterokhronnikh izmeneniy kompleksa psikhofiziologicheskikh funktsiy u detey s narusheniyami zreniya i slukha [Patterns heterochronic changes of the complex psychophysiological functions in children with visual impairments and hearing] / E. G. Kokoreva // Vestn. Yuzhno-Uraljsk. gos. un-ta. Ser. Obrazovanie, zdavookhranenie, fizicheskaya kuljtura. 2013. T. 13, № 3. S. 57–62.
3. Kompetencii v obrazovanii: opiht proektirovaniya [Competence in education: experience design] : sb. nauch. tr. / pod red. A. V. Khutorskogo. M. : INEhK, 2007. S. 17–25.
4. Ivanova, N. D. Nauchno-teoreticheskie osnovih konstruirovaniya sodержaniya obthego srednego obrazovaniya v 12-letneyj shkole Respubliki Kazakhstan [Theoretical bases of designing the content of secondary education in the 12-year-old school of the Republic of Kazakhstan] : metod. posobie / N. D. Ivanova, M. A. Mer-galiev. Almatih, 2006. S. 52.

УДК 373
ББК 74.26

АДАПТАЦИЯ ДЕТЕЙ С ОГРАНИЧЕННЫМИ СПОСОБНОСТЯМИ К ИНКЛЮЗИВНОМУ ОБРАЗОВАНИЮ В УСЛОВИЯХ ШКОЛЫ

В. Д. Иванов

ФГБОУ ВПО «Челябинский государственный университет», Челябинск, Россия

Основная задача воспитания и обучения ребёнка с ограниченными способностями — подготовка его к жизни в обществе в процессе взросления, чтобы человек не чувствовал себя в обществе лишним. В результате решения такой задачи человек оказывается интегрированным в социум. Приближение к этой цели — серьёзный труд родителей и педагогов. Для такого ребёнка должно быть особое образование.

Ключевые слова: *дети с ограниченными способностями, адаптация к обучению, инклюзивное образование.*

Современное общество ставит перед учителем новую задачу не просто дать знания, но и вырастить социально адаптированную личность, активного гражданина страны. Школы принимают всех детей, вне зависимости от их физических, социальных, языковых особенностей, потому в стенах школы мы встречаемся с разными учениками. Это и те, кто с лёгкостью овладевает учебными навыками, и те, у кого обучение вызывает определённые трудности. Особое место в ряду таких обучающихся стоят дети с ограниченными физическими возможностями. Именно поэтому современная школьная система образования сталкивается с рядом определённых проблем. В настоящее время государство уделяет большое внимание инклюзивному образованию.

Результаты исследования показали, что в настоящее время 4,5 % детей в России относятся к категории лиц с ограниченными физическими возможностями и, значит, нуждаются в специальном образовании, которое отвечает особенностям их развития.

Цель работы с такими детьми — всесторонне развивать их интеллектуальные, речевые и лингвистические способности, способности межличностного общения. Дети с особенностями в развитии, обучающиеся в образовательных учреждениях, находятся зачастую не в одинаковых условиях с остальными детьми. Плохое зрение, ослабленный слух, проблемы с опорно-двигательным аппаратом оказывают негативное влияние на обучение. Быстрая утомляемость, пропуски занятий по болезни — все это наносит ущерб системе знаний ребёнка. Поэтому педагогу важно правильно организовать работу, сделать её макси-

мально адаптированной к ученику с ограниченными возможностями.

Обучение ребёнка в учебном учреждении необходимо проводить в соответствии с его физиологическими способностями, психологическим состоянием, с опорой на темперамент ребёнка. Для этого необходима длительная практика, требующая от ребёнка с ограниченными возможностями максимального напряжения.

Сталкиваясь с обучением детей с ограниченными возможностями в вузе, необходимо правильно организовывать учебную работу. Иногда такая работа превращается в индивидуальную на протяжении всего времени. Важно при работе с такой категорией учеников чаще менять виды учебной деятельности, чередовать разные формы работы, проводить релаксационные минуты. Регулярная связь с куратором такого ребёнка родителями позволит наиболее эффективно использовать возможности урочной системы.

Весь объём работы, предполагаемый обучающимся как на простой учебной, так и на интерактивной доске, такому студенту недоступен. Поэтому для него индивидуально подготавливается раздаточный материал, распечатки презентаций, таблиц, иллюстраций, которые находятся непосредственно перед ним на столе. Уступая в скорости и аккуратности, этот студент довольно быстро находит ответы на устные вопросы, составляет монологические высказывания, умело пользуется сигнальными карточками.

Для детей с ограниченными возможностями в школьных учебных заведениях широко используется такая форма, как обучение на дому. В первую очередь это то, что ученик изолирован от

внешнего мира, не имеет возможности общаться с детьми своего возраста в классном коллективе. Расписание уроков администрация школы согласовывает с родителями ребёнка, учитывая при этом режим дня воспитанника. Занятия с таким учеником проводятся в форме урока-общения. И важно создать дружеский эмоциональный контакт с учащимся. Фактически преподаватели используют принцип сотрудничества, когда учитель стремится передать свой опыт, а ребёнок хочет его усвоить. При построении диалогового общения на уроке важно помнить, что дети, ограниченные в физическом плане, очень ранимы и болезненно реагируют на замечания. Поэтому корректировка ответа должна происходить ненавязчиво, тактично, не задевая самолюбия ребёнка.

На протяжении всего времени обучения преподаватель должен наблюдать за физическим состоянием обучающегося (ученика), при необходимости нужно сократить время занятий во избежание переутомления.

Отдельным компонентом, расширяющим образовательные возможности детей с ограниченными возможностями, является развитие дистанционного обучения посредством сети Интернет. Система дистанционного обучения необходима, во-первых, тем обучающимся, которые в силу особых ограничений, определяемых болезнью, не могут ежедневно посещать учебное учреждение, а во-вторых, обучающимся, не имеющим возможность посещать образовательное учреждение по медицинским показателям. Дистанционное об-

разование значительно расширяет возможности обучающегося, обеспечивает его необходимым образовательным минимумом. Интернет-технологии дают возможность передачи оперативной информации на любые расстояния (как визуальной, так и текстовой, графической). Сеть Интернет расширяет возможности доступа к различным базам данных.

Работа с помощью дистанционного обучения даёт возможность педагогу и студенту использовать много различных программ и способов взаимодействия. Одним из таких способов является работа в программе TeamViewer. Эта программа предназначена для удалённого доступа к компьютеру студента. Как одну из форм работы на онлайн-занятии можно использовать PiratePad в качестве виртуальной доски. Она даёт возможность создать в режиме реального времени текстовый документ, где цветом будет маркировано участие каждого. PiratePad может быть использован в качестве инструмента для практического разбора на занятиях.

Основная задача воспитания и образования ребёнка с особенностями в развитии — подготовка его к жизни в обществе в процессе взросления, чтобы человек не чувствовал себя в обществе лишним. В результате решения такой задачи человек оказывается интегрированным в социум. Движение к этой цели — серьёзный и нелёгкий труд родителей и педагогов. Важно помнить, что для особого ребёнка должно быть особое образование.

Список литературы

1. Елисеев, Е. В. Архитектоника и системогенез помехоустойчивости организма спортсмена : монография / Е. В. Елисеев. Челябинск : Экодом, 2002. 256 с.
2. Кокорева, Е. Г. Закономерности гетерохронных изменений комплекса психофизиологических функций у детей с нарушениями зрения и слуха / Е. Г. Кокорева // Вестн. Юж.-Урал. гос. ун-та. Сер. Образование, здравоохранение, физ. культура. 2013. Т. 13, № 3. С. 57–62.
3. Макарова, О. Г. Управление развитием работы с одарёнными школьниками в многопрофильной гимназии на основе системно-целевого подхода / О. Г. Макарова // Профил. шк. 2007. № 6.

Сведения об авторе

Иванов Валентин Дмитриевич — кандидат педагогических наук, доцент кафедры физического воспитания и спорта Челябинского государственного университета, Челябинск, Россия. vdy-55@mail.ru

*Bulletin of Chelyabinsk State University.
Education and Healthcare. 2014. № 1. P. 142–144.*

ADAPTATION OF CHILDREN WITH DISABILITIES TO INCLUSIVE EDUCATION IN THE SCHOOLS

V. D. Ivanov

Candidate of Pedagogy, Associate Professor of the Department of Physical Education and Sports of Chelyabinsk State University, Chelyabinsk, Russia. vdy-55@mail.ru

The main task of upbringing and education of a child with disabilities is preparing him for life in society in the process of growing up, so people do not feel in a society of excess. The solution of this task, people are integrated into society. The approach to this goal is a serious work of parents and teachers. For such a child needs special education.

Keywords: *children with disabilities, adaptation to training, inclusive education.*

References

1. Eliseev, E. V. Arkhitektonika i sistemogenez pomekhoustojchivosti organizma sportsmena [Architectonics and systemevent immunity of the body of an athlete] : monografiya / E. V. Eliseev. Chelyabinsk : Ehkodom, 2002. 256 s.
2. Kokoreva, E. G. Zakonomernosti geterokhronnikh izmeneniy kompleksa psikhofiziologicheskikh funkciy u detey s narusheniyami zreniya i slukha [Patterns heterochronic changes of the complex psychophysiological functions in children with visual impairments and hearing] / E. G. Kokoreva // Vestn. Yuzhno-Uraljsk. gos. un-ta. Ser. Obrazovanie, zdravookhranenie, fizicheskaya kuljtura. 2013. T. 13, № 3. S. 57–62.
3. Makarova, O. G. Upravlenie razvitiem rabotih s odaryonnihmi shkoljnikami v mnogoprofiljnoj gimnazii na osnove sistemno-celevogo podkhoda [Development management of work with gifted students in multidisciplinary gymnasium on the basis of system-oriented approach] / O. G. Makarova // Profiljnaya shkola. 2007. № 6.

УДК 659.1:37
ББК 76.006.5

РЕКЛАМНОЕ ОБРАЗОВАНИЕ: ПРОФЕССИОГРАММА СПЕЦИАЛИСТА

О. И. Дорогина, М. А. Николаева

ФГБОУ ВПО «Уральский государственный педагогический университет», Екатеринбург, Россия

Рассмотрены аспекты развития рекламного образования в России, особенности подготовки специалистов для области рекламы; представлена профессиограмма, которая раскрывает специфику профессиональной деятельности, ключевые ценности профессии, психофизиологические требования и т. д. Данная статья будет полезна специалистам-практикам, преподавателям, студентам, а также специалистам кадровых служб.

Ключевые слова: *профессиональная подготовка, рекламное образование, профессиограмма специалиста по рекламе.*

Специалист по рекламе — одна из самых креативных, модных и высокооплачиваемых профессий современности. Несмотря на то что история рекламной деятельности насчитывает период существования более трёх тысяч лет (так, ещё в древнем Вавилоне торговцы носили таблички с информацией о продаваемом товаре), только с начала XX в. с появлением особых информационных технологий профессиональная рекламная деятельность получила своё активное развитие. Сущностные характеристики содержания рекламной деятельности пришли к нам с Запада. Анализ истории становления и развития рекламной деятельности в России и за рубежом (Ф. Г. Панкратов, М. Тангейт, В. В. Учёнова и Н. В. Старых и др.) свидетельствует о том, что потребность в профессиональных специалистах по рекламе возрастает в связи с развитием социально-экономических отношений в обществе.

В настоящее время лицензию на осуществление образовательной деятельности по рекламе имеют около 250 вузов страны. В некоторых вузах предлагается специализация «реклама» на факультетах филологии, менеджмента, журналистики, социологии, психологии, маркетинга, экономики и др. Потребности рынка труда в квалифицированных рекламных специалистах удовлетворяются далеко не полностью. По экспертным оценкам, в московском регионе потребность в специалистах по рекламным технологиям удовлетворена на 59 %, а по России в целом — на 28 %. Спросом стали пользоваться специалисты, обладающие видением управленца, способностью не только создавать, но и руководить рекламными кампаниями, консультировать руководителей об особенностях позиционирования организации на современном рынке.

В 1905 г. в Нью-Йоркском университете впервые был прочитан курс под названием «Реклама». Сегодня в США специалистов для рекламного и коммуникационного бизнесов готовят 148 университетов и колледжей. Число студентов достигло 27 тысяч, а штатных преподавателей всех категорий — 600 человек. Необходимо заметить, что европейские вузы практически не ведут подготовку по данной специальности. Например, Чехия сравнима по населению с Москвой, ни в одном из своих вузов не имеет аналогичной специальности. Исключение в Европе составляет Высшая школа рекламы во Франции, которая основана в 1986 г. В этом вузе действует система трёхлетней теоретической подготовки и ещё двух лет обучения по принципу стажировок на рекламных предприятиях. Основные профессиональные требования к выпускнику: активный, креативный, требовательный и инициативный [4]. В России на данный момент начинается формироваться рекламное образование, содержание которого раскрыто в исследованиях А. Д. Бородай, С. Ю. Горлова, В. Л. Музыканта, В. С. Павловой и др. Содержание педагогической деятельности в сфере подготовки специалистов для рекламной индустрии заключается в освоении педагогических технологий методологической работы с «инструментальными» для рекламы и маркетинговых коммуникаций оппозиционных понятийных пар. С. Ю. Горлов приводит следующие примеры: «целое — единое», «коммуникация — информация», «управление — менеджмент», «программа — проект», «эксперимент — часть», «предпринимательство — бизнес», «брендинг — реклама», «клиент — покупатель», «ресурс — резерв» и т. п. Данная интеграция понятий являет-

ся не случайной; это можно объяснить тем, что методологическая основа педагогики как науки выстраивалась на протяжении многих веков, в то время как «рекламное образование» достаточно молодое явление, насчитывающее всего несколько десятилетий [4].

В России ещё формируется маркетинговая культура, следовательно, реклама представляет собой один из важнейших институтов, обеспечивающих социально-экономическое развитие общества. По мнению Г. А. Васильева и В. А. Полякова зарождение, становление и генезис рекламы как эффективного средства коммуникации тесно связаны с изменениями в системе средств массовой коммуникации, которая чутко реагировала на экономические преобразования, происходившие в государствах с различной социально-политической системой [1. С. 50]. Своеобразие рекламного рынка в России заключается в его динамике. Границы этого рынка непрерывно расширяются за счёт появления новых организаций, предприятий и, соответственно, новых клиентов. Реклама в интересах рынка настойчиво навязывает аудитории свои ценности, активно формирует массовое сознание, распространяя и закрепляя нравственный рыночный кодекс и жизненные ориентации её заказчиков; начинает оказывать положительное влияние на рынок: путём организации покупательского спроса способствует продвижению товаров. В стране начинает формироваться «русская реклама», которая в отличие от западной не в такой степени подвержена рационализму, прагматизму и бездуховности.

На сегодняшний день не существует чётко разработанной профессиограммы специалиста по рекламе, в которой были бы определены профессиональные качества, требования, умения и т. п., предъявляемые к специалистам данного профиля. Мы считаем, что подготовка специалистов в данной области должна основываться не только на стандартах образования, требованиях профессиональных сообществ, но и на базовых системных характеристиках профессии, одной из которых является профессиограмма. Для разработки профессиограммы «Специалист по рекламе» необходимо определить классификационные критерии для выделения психологического типа профессии. Кроме того, практически не изученным остаётся вопрос о том, какими качествами должен обладать специалист по рекламе для успешного выполнения профессиональной деятельности, какие индивидуальные особенности студен-

тов важно развивать в процессе обучения, чтобы способствовать его конкурентоспособности на рынке труда.

Одним из основополагающих принципов профессиографирования является дифференцированный подход к изучению профессиональной деятельности, сущность которого заключается в подчинении профессиографирования решению конкретных практических задач. Данный принцип обуславливает методы изучения профессии, содержание их характеристики, а также область использования [5]. Профессиограмма — это система личностных, социальных, профессиональных, акмеологических и психологических характеристик, требующихся для успешного овладения профессией и плодотворной работы по этой профессии [11. С. 311].

Е. И. Гарбер выделяет следующие принципы в основе разработки профессиограмм: 1) комплексный подход в изучении профессиональной деятельности; 2) целенаправленное составление профессиограммы, подчинённое достижению конкретной практической цели; 3) типизация и дифференциация профессиографических характеристик, отражающих типовые и специфические признаки профессии; 4) реальное отражение состояния профессии в конкретных социально-экономических условиях; 5) учёт перспектив профессионального роста и карьеры; 6) надёжность, предполагающая описание профессий в экстремальных и нестандартных условиях; 7) научность [3]. В аспекте психологического изучения профессиональной деятельности и аналитического подхода к профессиограммам Е. М. Иванова определяет психограмму как «портрет» профессии, составленный на основе интерпретационного психологического анализа операционально-технологического содержания конкретной трудовой деятельности, который характеризуется группой профессионально важных качеств — психологических и психофизиологических, — актуализируемых в данной деятельности и обеспечивающих её исполнение [6]. Следовательно, психограмма профессии — это система профессионально важных качеств, составляющих психологическую квалификацию профессии. На основе анализа дифференцированного профессиографирования Е. М. Иванова предлагает четыре типа профессиографии: информационную, диагностическую, прогностическую и методическую [6. С. 49].

Основой разработки профессиограммы «Специалист по рекламе» являются:

– образовательно-ориентированное профиографирование (идея о субъектности профессии), где носитель профессии является подлинным субъектом деятельности и характеризуется рядом специфических признаков (по В. В. Бажутину, З. З. Кириковой, Н. В. Крохиной [8]);

– информационное психографирование, цель которого заключается в описании психологических характеристик деятельности: мотивационных, когнитивных, эмоционально-волевых (по Е. М. Ивановой).

Профиограмма «Специалист по рекламе» разработана с учётом

– содержания профессиональной деятельности;

– позиции личностной готовности специалиста (профессиональная компетентность с акцентом на личностные образования интегративного характера: профессиональную картину мира, профессиональную направленность, позицию и стиль жизнедеятельности специалиста);

– анализа сложившихся мнений работодателей и профессиональных рекламных сообществ.

В основе информационного психографирования и образовательно ориентированного профиографирования разработки профиограммы «Специалист по рекламе» лежат исследования Б. С. Волкова [2], Е. С. Романовой [10], которые предлагают проекты профиограмм: «рекламный агент», «имиджмейкер», «маркетолог», «дизайнер», «web-дизайнер», «клипмейкер», частично отражающих некоторые направления деятельности специалиста по рекламе; анализ должностных инструкций работников рекламного дела; квалификационные справочные характеристики должностей служащих, утверждённые приказом Минтруда России от 21.08.1997 № 37 (в ред. от 30.06.2009), а также результаты социологического исследования «Выделение ключевых компетенций в процессе подготовки выпускника по направлению “Связи с общественностью и реклама”» [9. С. 76–88].

Профиограмма «Специалист по рекламе»

Блок 1. Паспорт профессии «Специалист по рекламе». Профессиональная область: реклама, маркетинг, связи с общественностью, сфера услуг, торговля. Уровень образования: высшее профессиональное.

Базовые знания: теоретические знания (высокий уровень): экономика, психология, математика, основы экономики, статистика, социология, маркетинг, менеджмент, русский язык и культу-

ра речи, риторика, литература, история искусств и мировой художественной культуры; практическое использование знаний: прикладная социология, маркетинг, менеджмент, прикладная психология, иностранный язык, информационные технологии, стилистика и др.

Специальные знания: знание нормативно-правовых документов, документооборота, деловое общение, коммуникационный менеджмент, стратегическое планирование, теория и технология производства рекламных продуктов, основы проектирования, медиапланирование, графический дизайн, технологии копирайтинга, маркетинговые и рекламные исследования и др.

Типичные для данной профессии предприятия или учреждения: рекламные агентства полного цикла; рекламные группы, компании; рекламно-производственные объединения; отделы по маркетингу и рекламе в крупных организациях/предприятиях; типографии; творческие студии; отделы по рекламе в СМИ; торговые объединения и др.

Условия труда: ненормированный график труда. Форма оплаты: оклад + % (гонорарное или комиссионное вознаграждение).

Блок 2. Сфера профессиональной деятельности. Связь с другими профессиями: торговый представитель, страховой агент, юрист, управляющий рекламным агентством, переводчик, маркетолог, специалист по связям с общественностью, имиджмейкер, дизайнер и др. Варианты внутри профессии или специальности: маркетинг в рекламе, копирайтинг, медиапланирование, интернет-реклама, нейминг, дизайн в рекламе, наружная реклама, мерчендайзинг, креативная реклама, бренд-менеджмент, менеджмент в рекламе, промоушен в рекламной деятельности, сетевой маркетинг, личные продажи, прямой маркетинг, событийный маркетинг, психология рекламы.

Предмет труда:

– знаковые системы (занимается чтением и анализом маркетинговой информации, составлением рекламных текстов, медиапланированием, анализом рейтингов рекламных сообщений, определением эффективности рекламных сообщений (экономическая эффективность), проведением маркетинговых исследований в ходе рекламной кампании и т. д.);

– художественный образ (занимается разработкой креативной концепции рекламной кампании, фирменного стиля (визуализация имиджа организации, товара, услуги и т. д.), дизайном рекламных носителей и т. д.);

– человек (осуществляет взаимодействие с заказчиком (рекламодателем), реализует управленческую функцию (сопровождение рекламного проекта/заказа, руководство отделом, рекламным агентством), проводит презентации разного уровня, ведёт деловые переговоры и т. д.).

Блок 3. Ключевые ценности профессии:

– знание и строгое соблюдение нормативно-правовых актов в области рекламы, средств массовой информации, интеллектуальной собственности, объектов авторских и прав и фирменных наименований (Федеральный закон «О рекламе» от 13.03.2006 № 38-ФЗ; Российский рекламный кодекс; Международный кодекс рекламной практики и др.);

– реализация принципа саморегулирования в сфере рекламы (согласно гл. 4 ФЗ «О рекламе»);

– информирование потенциальных рекламодателей о требованиях к рекламной информации, предъявляемых российским законодательством;

– не осуществлять разработку рекламных продуктов, подрывающих репутацию рекламораспространителя, рекламопроизводителя, конкурентов;

– знание и соблюдение профессионально-этических норм и правил в рекламе;

– решение всех профессиональных вопросов в строгих рамках моральных и правовых норм;

– соблюдение договорных обязательств перед рекламодателем и партнёрами, не противоречащих российскому законодательству.

Блок 4. Предметно-профессиональная компетентность. Характеристика профессиональной среды. Содержание профессиональной деятельности специалиста по рекламе включает процесс взаимодействия участников рекламного процесса, результатом чего является производство, продвижение (разработка креативной составляющей рекламного продукта) и исследование рекламного продукта с целью стимулирования потребительской активности (проведение маркетинговых исследований). Рекламная деятельность тесно связана с маркетингом, менеджментом, брендингом, связями с общественностью и т. д.

Доминирующие задачи профессиональной деятельности, определяющие её результат: проектирование и проведение рекламных кампаний разного уровня; стимулирование сбыта и формирование потребности в товаре или услуге; проведение рекламных акций и презентаций продвигаемого продукта; подготовка проектов по продвижению и реализации полученного резуль-

тата; разработка, создание и формирование благоприятного образа (имиджа) рекламного продукта, торговой марки, товара (услуги), фирмы и т. д.; разработка концепции фирменного стиля и её основных составляющих; изучение целевой аудитории; привлечение внимания потенциального покупателя и формирование у потребителя определённого уровня знаний о товаре или услуге; предоставление дополнительной информации о товаре потребителям; работа, связанная с упаковкой и рекламой изделий; анализ деятельности конкурентов: сбор информации о торговых марках, фирмах, занимающихся выпуском схожих товаров, коммерческой информации; продвижение товаров, услуг или идей; формирование лояльного клиента; формирование образа надёжного партнёра; определение эффективности рекламной кампании, проекта, акции, рекламного носителя; владение специализированным программным обеспечением: компьютерные программы: пакет программ Microsoft (Word, Excel, Power Point), Adobe Photoshop, Illustrator, Corel Draw, Outlook, Интернет, мессенджеры (Skype, ICQ, FTP-менеджеры), базисные навыки управления типичными системами управления контентом (WordPress, Joomla, OpenCMS, Битрикс), Lotus Notes, программы мониторинга (Factiva, Медиалогия, Public.ru). В профессиограмме «Специалист по рекламе» отражается система требований, предъявляемых к деятельности специалиста по рекламе, которые в свою очередь должны быть включены в содержание их профессиональной подготовки. Профессиограмма имеет многофункциональное значение и предназначена для научно обоснованного содержания образования специалиста по рекламе, определения уровня сформированности профессиональной компетентности; основные программы по медиапланированию: Excel, Excom Media Planer, основы медиапланирования по GDP, составление и оптимизация медиаплана, Excom Media Planer, Proba-Media, Galileo, TV Planet, Super Nova (радио); InfoSYS (для ТВ).

Блок 5. Социально-профессиональная компетенция

Качества, обеспечивающие успешность выполнения профессиональной деятельности — способности:

– коммуникативные способности (умение войти в контакт, налаживать взаимоотношения, умение правильно и понятно изъясняться, развитость каналов вербального и невербального

общения, умение вести переговоры, умение слушать, способность убеждать, владение техникой делового общения и построения взаимоотношений и т. д.);

– ораторские способности (навыки публичных выступлений);

– организаторские способности (умение принимать решения в неопределённых ситуациях; способность управлять собой; целеустремлённость, решительность, творческий подход, способность влиять на окружающих и т. д.);

– управленческие способности;

– навыки работы в команде: подготовленность к работе в составе профессиональных групп разного рода коллективов (рекламных, маркетинговых, коммерческих и т. д.);

– способность к принятию решений с учётом связанных с ними рисков;

– развитые специальные способности: творческие, организационные, аналитические, прогностические (в зависимости от направления рекламной деятельности);

– творческие способности (умение нестандартно мыслить; обладание творческой интуицией; чувство гармонии и вкуса; развитая образная и словесно-логическая память);

– художественные способности (способность воспринимать, различать широкий спектр цветов и их оттенков; умение донести, передать основной замысел (идею) с помощью графического изображения, макета);

– аналитические способности (способность к комплексному и ситуационному анализу процессов; умение получать и обрабатывать нужную информацию, оценивать, сравнивать и усваивать её);

– способность к самореализации и самовыражению себя в рекламной деятельности, к успешной профессиональной карьере;

– профессиональная мобильность в современных рыночных условиях.

Блок 6. Специальные психофизиологические требования

Доминирующий способ мышления: адаптация — координация. Интерес: доминирующий — предпринимательский; дополнительный — социальный, эстетический. Пол: мужской/женский. Медицинские противопоказания: нет. Преобладающие виды памяти: двигательная и образная.

Деятельность специалиста по рекламе характеризуется рядом специфических особенностей: частые перегрузки, жёсткий лимит времени, необ-

ходимость постоянно предвосхищать ситуации и принимать согласованные решения, эмоциональное напряжение, обусловленное неполнотой информации, внезапное или системное отвлечение внимания (неожиданные раздражители). Работа в таких условиях требует сильной нервной системы. С другой стороны, специалист по рекламе осуществляет взаимодействие с заказчиком, целевой аудиторией, занимается разработкой креативной концепции рекламной кампании, дизайном рекламных носителей и т. д., а это требует высокого вербального интеллекта и творческой направленности личности.

В. С. Мерлин отмечает, что среди лиц со слабой нервной системой более высокий вербальный интеллект встречается чаще, чем у обладателей сильной нервной системы [7]. Работники со слабой нервной системой быстро устают и снижают продуктивность работы. Наиболее эффективно они смогут трудиться в условиях довольно стабильной по содержанию деятельности с умеренной интенсивностью поступления информации. В связи с этим можно прогнозировать психологический дискомфорт, внутриличностные конфликты и профессиональные кризисы у специалиста по рекламе, в момент пока ещё работник не приспособился к деятельности за счёт формирования её стиля. Мы полагаем, что успешность в профессии специалиста по рекламе (с точки зрения психофизиологических требований) будет связана с величиной функциональных резервов организма, то есть выработанной в процессе эволюции адаптационной способностью во много раз усиливать интенсивность своей деятельности по сравнению с состоянием относительного покоя. Большое значение имеют и психические процессы, такие как мнемические свойства (свойства памяти). Важнейшее из требований — устойчивость внимания. Специалисту по рекламе следует уметь распределять внимание между несколькими функциями в зависимости от ситуации. Для работы в обычных условиях он должен обладать следующими психомоторными (динамическими) качествами: терпеливостью (устойчивость нервной системы к раздражителям), точностью, аккуратностью. В стрессовых ситуациях необходимы уравновешенность (эмоциональная стабильность) и гибкость (приспособляемость к изменяющимся условиям).

Качества, обеспечивающие успешность выполнения профессиональной деятельности, — личностные качества, интересы и склонности:

Интеллектуальная сфера: внимательность; требовательность (самокритичность); наблюдательность; креативность (наличие развитой интуиции); высокая степень запоминания; аналитические способности (не только знать, но и предугадывать намерения заказчика); гибкость мышления (умение гибко и быстро реагировать на разные изменения в ситуациях); высокий уровень развития понятийного мышления, переключения и распределения внимания (способность быстро переводить с одного предмета на другой, а также удерживать в центре внимания одновременно несколько объектов или совершать несколько действий); профессиональная эрудированность.

Эмоционально-волевая сфера: ответственность (способность брать на себя ответственность за результаты своей деятельности); стремление к личностному росту; способность к планированию организаторской деятельности; энергичность; решительность; исполнительность; достижение поставленных целей.

Динамические психологические факторы производительности: высокая степень адаптации к различным профессиональным ситуациям и условиям работы; действенность; оригинальность; находчивость; умение быстро переключаться с одного вида деятельности на другой.

Индивидуально-психологические особенности: направленность на результат в профессиональной деятельности; высокая степень коммуникабельности (подготовленность к решению профессиональных задач во взаимодействии с партнёрами, потребителями); целеустремлённость; активность (решительность, смелость,

самостоятельность, инициативность); организованность (выдержка, самоконтроль, уверенность в себе и в принимаемых решениях); дисциплинированность; стойкость (настойчивость, выносливость, терпение); способность к самопознанию и саморазвитию (постоянное совершенствование своего профессионализма).

Качества, препятствующие эффективности профессиональной деятельности: низкая степень адаптации к быстро изменяющимся профессиональным ситуациям; агрессивность, замкнутость, ригидность; неумение управлять собой (вспыльчивость, импульсивность); неорганизованность, недисциплинированность, безынициативность; нерешительность, неуверенность в себе; неспособность сопоставлять и анализировать факты; неумение противостоять внешним факторам; низкий уровень развития или отсутствие организаторских и коммуникативных способностей; отсутствие склонности к работе с людьми; склонность перекладывать ответственность на других; отсутствие воображения и узость кругозора; отсутствие интереса к выполняемой работе и др.

В разработанной профессиограмме отражена система требований, предъявляемых к деятельности специалиста по рекламе, которые в свою очередь должны быть включены в содержание их профессиональной подготовки. Профессиограмма имеет многофункциональное значение и предназначена для научно обоснованного содержания образования специалиста по рекламе, определения уровня сформированности профессиональной компетентности.

Список литературы

1. Васильев, Г. А. Рекламный маркетинг : учеб. пособие / Г. А. Васильев, В. А. Поляков. М. : Вузов. учеб., 2008. 276 с.
2. Волков, Б. С. Основы профессиональной ориентации : учеб. пособие для вузов / Б. С. Волков. М. : Акад. проект, 2007. 333 с.
3. Гарбер, Е. И. Методика профессиографии / Е. И. Гарбер, В. В. Козача. Саратов : СГУ, 1992. 200 с.
4. Горлов, С. Ю. Гуманитарные технологии и рекламное образование [Электронный ресурс]. URL: <http://www.iaa.ru/rector/806.php>
5. Зеер, Э. Ф. Психология профессионального образования : учеб. пособие / Э. Ф. Зеер. 2-е изд., перераб. М., 2003. 480 с.
6. Иванова, Е. М. Психологическая системная профессиография : монография / Е. М. Иванова. М. : ПЕР СЭ, 2003. 208 с.
7. Мерлин, В. С. Свойства личности как способности / В. С. Мерлин // Проблемы экспериментальной психологии личности. Пермь, 1970. С. 8–50.
8. Образовательно ориентированный подход к профессиографии / В. В. Бажутин, З. З. Кирикова, Н. В. Крохина. Екатеринбург : Урал. гос. пед. ун-та, 1997. 165 с.

9. Попова, О. И. Определение уровня сформированности компетентностей выпускника по направлению «Связи с общественностью и реклама»: результаты социологического исследования // Подготовка PR-специалиста в вузе: теория и практика : материалы IV Всерос. науч.-практ. конф., Ин-т международ. связей, Екатеринбург. Екатеринбург : ИМС, 2009. С. 76–88.

10. Романова, Е. 99 популярных профессий. Психологический анализ и профессиограммы / Е. Романова. СПб. : Питер, 2008. 464 с.

11. Тюмасева, З. И. Словарь-справочник современного общего образования: акмеологические, валеологические и экологические тайны / З. И. Тюмасева, Е. Н. Богданов, Н. П. Щербак. СПб. : Питер, 2004. 464 с.

12. Черниченко, В. И. Дидактика высшей школы. История и современные проблемы : монография / В. И. Черниченко. 2-е изд. М. : Вузов. кн., 2007. 136 с.

Сведения об авторах

Дорогина Ольга Ивановна — кандидат психологических наук, доцент кафедры акмеологии и психологии управления Уральского государственного педагогического университета, Екатеринбург, Россия. dorogina_olga@mail.ru

Николаева Марина Алексеевна — кандидат педагогических наук, доцент кафедры рекламы и связей с общественностью Уральского государственного педагогического университета, Екатеринбург, Россия. nikolaeva250381@list.ru

Bulletin of Chelyabinsk State University.

Education and Healthcare. 2014. № 1. P. 145–152.

ADVERTISING EDUCATION: PROFESSIOGRAM SPECIALIST

O. I. Dorogina

Candidate of Psychology, Associate Professor of Acmeology and Psychology of Management, Ural State Pedagogical University, Ekaterinburg, Russia. dorogina_olga@mail.ru

M. A. Nikolaeva

Candidate of Pedagogy, Associate Professor of Advertising and Public Relations, Ural State Pedagogical University, Ekaterinburg, Russia. nikolaeva250381@list.ru

In the article aspects of development of advertising education in Russia, features of training of specialists for advertising area are considered; profессиограмм which opens specifics of professional activity, key values of a profession, psychophysiological requirements, etc are presented. This article will be useful to experts, teachers, students, and to specialists of personnel services.

Keywords: *vocational training, advertising, education, profессиограмм specialist on advertising.*

References

1. Vasiljev, G. A. Reklamnihyj marketing [Promotional Marketing] : ucheb. posobie / G. A. Vasiljev, V. A. Polyakov. M. : Vuzovskiyj uchebnyk, 2008. 276 s.
2. Volkov, B. S. Osnovih professional'nojy orientacii: uchebnoe posobie dlya vuzov [Fundamentals of vocational counseling: a training manual for schools] / B. S. Volkov. M. : Akademicheskijj Proekt, 2007. 333 s.
3. Garber, E. I. Metodika profессиоgrafii [Methodology profессиоgrafii] / E. I. Garber, V. V. Kozacha. Saratov : SGU, 1992. 200 s.
4. Gorlov, S. Yu. Gumanitarniye tekhnologii i reklamnoe obrazovanie [Humanities and advertising technology education]. URL: <http://www.iaa.ru/rector/806.php>
5. Zeer, Eh. F. Psihologiya professional'nogo obrazovaniya: uchebnoe posobie [Psychology of professional education: Proc. benefit] / Eh. F. Zeer. 2-е изд., pererab. M. : Mosk. Psih.-social. in-ta ; Voronezh: NPO «МО-DEhK», 2003. 480 s.

6. Ivanova, E. M. Psikhologicheskaya sistemnaya professiografiya [Psychological system professiografiya]: monografiya / E. M. Ivanova. M. : PER SEh, 2003. 208 s.
7. Merlin, V. S. Svoystva lichnosti kak sposobnosti [Personality traits as the ability] / V. S. Merlin // Problemy eksperimental'noy psikhologii lichnosti. Perm', 1970. S. 8–50.
8. Obrazovatel'no orientirovanniy podkhod k professiografii [Educational oriented approach to professiogram] / V. V. Bazhutin, Z. Z. Kirikova, N. V. Krokhtina. Ekaterinburg : Ural. gos. ped. un-ta, 1997. 165 s.
9. Popova, O. I. Opredelenie urovnya sformirovannosti kompetentnostey vihpusknika po napravleniyu «Svyazi s obshchestvennost'yu i reklama»: rezul'tatov sociologicheskogo issledovaniya [Determination of the level of formation of competences of graduates in the direction of «public relations and advertising» : the results of sociological research] // Podgotovka PR-specialista v vuze : teoriya i praktika: materialy IV Vseros. nauch.-prakt. konf., In-t mezhdunarodnykh svyazey, g. Ekaterinburg. Ekaterinburg: IMS, 2009. S. 76–88.
10. Romanova, E. 99 populyarnykh professiy. Psikhologicheskyy analiz i professiogrammy [99 popular professions. Psychological analysis and professional-diagramme] / E. Romanova. SPb. : Piter, 2008. 464 s.
11. Tyumaseva, Z. I. Slovarj-spravochnik sovremennogo obshchego obrazovaniya: akmeologicheskie, valeologicheskie i ekhologicheskie tajny [Dictionary of modern General education: acmeological, valeological and environmental mysteries] / Z. I. Tyumaseva, E. N. Bogdanov, N. P. Terbak. SPb. : Piter, 2004. 464 s.
12. Chernichenko, V. I. Didaktika vshshey shkoly. Istoriya i sovremennyye problemy: monografiya [Didactics of higher school. History and contemporary issues: a monograph] / V. I. Chernichenko. 2-e izd. M. : Vuzovskaya kniga, 2007. 136 s.