

ФЕДЕРАЛЬНОЕ ГОСУДАРСТВЕННОЕ БЮДЖЕТНОЕ ОБРАЗОВАТЕЛЬНОЕ
УЧРЕЖДЕНИЕ ВЫСШЕГО ОБРАЗОВАНИЯ
«АДЫГЕЙСКИЙ ГОСУДАРСТВЕННЫЙ УНИВЕРСИТЕТ»

Студенческий научный журнал АГУ

Ab ovo

*Студенческое
Научное
Общество
АГУ*

ТОМ II

ЖУРНАЛ ИЗДАЕТСЯ С 2000 г.

21'2020
МАЙКОП

ББК 72Я5
УДК 001

Печатается по решению редакционно-издательского совета
Адыгейского государственного университета

РЕДАКЦИОННАЯ КОЛЛЕГИЯ

М.Н. Силантьев - проректор по научной работе, кандидат биологических наук, доцент;

С.А. Ляужева - советник ректора по гуманитарным научным исследованиям и диссертационным советам, доктор философских наук, профессор;

Р.Х. Туова – ведущий специалист сектора аналитики и консультирования, кандидат филологических наук.

Ab ovo. Студенческий научный журнал АГУ. – Майкоп: изд-во АГУ, № 21, 2020. – 456 с.

Предлагаемый вниманию читателей студенческий журнал «Ab ovo», №21, составлен на основе материалов научной работы студентов и аспирантов Адыгейского государственного университета. Тематика журнала отражает основные направления научной деятельности Студенческого Научного Общества АГУ.

Восемнадцатый номер журнала «Ab ovo» будет интересен преподавателям высшей и средней школы и, в особенности, представителям научной молодежи – старшеклассникам, студентам, магистрантам, аспирантам, молодым ученым.

©Адыгейский государственный университет, 2020

ФИЗИЧЕСКАЯ КУЛЬТУРА, СПОРТ, БЕЗОПАСНОСТЬ ЖИЗНЕДЕЯТЕЛЬНОСТИ		
<i>Беловицкая П.С., Вержбицкая Е.Г.</i>	ФОРМИРОВАНИЕ У ДЕТЕЙ МЛАДШЕГО ШКОЛЬНОГО ВОЗРАСТА УСТАНОВКИ НА ТРАВМОБЕЗОПАСНОЕ ПОВЕДЕНИЕ	11
<i>Бешиков Т.А., Корохова Н.А.</i>	МЕТОДИКА ФОРМИРОВАНИЯ У МЛАДШИХ ШКОЛЬНИКОВ ОСНОВ БЕЗОПАСНОГО ПОВЕДЕНИЯ В УСЛОВИЯХ ТЕХНОГЕННЫХ ОПАСНОСТЕЙ	15
<i>Богачёв В.Ю., Гунажоков И.К.</i>	ВЛИЯНИЕ ДВИГАТЕЛЬНОЙ АКТИВНОСТИ НА УРОВЕНЬ ФИЗИЧЕСКОГО РАЗВИТИЯ ПОДРОСТКОВ	19
<i>Винокуров А., Карягина Н.В.</i>	БАЗОВЫЕ ОСНОВЫ ТЕХНИКИ ВИН ЧУНЬ	23
<i>Вожжов Г.А., Гунажоков И.К.</i>	ФИЗИЧЕСКАЯ ПОДГОТОВЛЕННОСТЬ ПОДРАСТАЮЩЕГО ПОКОЛЕНИЯ	27
<i>Гладков С.В., Кагазежева Н.Х.</i>	ФОРМИРОВАНИЕ КООРДИНАЦИОННЫХ СПОСОБНОСТЕЙ У ЮНЫХ КАРАТИСТОВ	31
<i>Горлин М., Вержбицкая Е.Г.</i>	ПОДХОДЫ К РЕШЕНИЮ ЗАДАЧ СОЦИАЛЬНО-ПЕДАГОГИЧЕСКОЙ ПРОФИЛАКТИКИ ОТКЛОНЯЮЩЕГОСЯ ПОВЕДЕНИЯ ШКОЛЬНИКОВ	35
<i>Дауров К.Д., Гунажоков И.К.</i>	ФОРМИРОВАНИЕ НРАВСТВЕННЫХ И ВОЛЕВЫХ КАЧЕСТВ ЛИЧНОСТИ ПОДРОСТКОВ, ЗАНИМАЮЩИХСЯ ТХЭКВОНДО	40
<i>Дерган Е.В., Иоакимиди Ю.А.</i>	ТЕХНОЛОГИЯ ФОРМИРОВАНИЯ ПРОФЕССИОНАЛЬНО-ЦЕННОСТНЫХ ОРИЕНТАЦИЙ БАКАЛАВРОВ ПО ФИЗИЧЕСКОЙ КУЛЬТУРЕ И СПОРТУ	44
<i>Дерган В.В., Корохова Н.А.</i>	БЕЗОПАСНОСТЬ КАК КЛЮЧЕВАЯ ПРОБЛЕМА СОВРЕМЕННОСТИ В СИСТЕМЕ ШКОЛЬНОГО ОБРАЗОВАНИЯ	48
<i>Деревянко А.В., Доронина Н.В.</i>	ВЛИЯНИЕ РАЗЛИЧНЫХ ВАРИАНТОВ РАСПРЕДЕЛЕНИЯ ТРЕНИРОВОЧНОЙ НАГРУЗКИ НА ФИЗИЧЕСКУЮ ПОДГОТОВЛЕННОСТЬ ЮНЫХ ФУТБОЛИСТОВ	52
<i>Дохов А., Коломийцева Н.С.</i>	ПРОБЛЕМА ФОРМИРОВАНИЯ МОТИВАЦИИ У ЮНЫХ ДЗЮДОИСТОВ	56
<i>Дровалева И.О., Доронина Н.В.</i>	РАЗВИТИЕ ФИЗИЧЕСКИХ КАЧЕСТВ ДЕТЕЙ МЛАДШЕГО ШКОЛЬНОГО ВОЗРАСТА С УЧЕТОМ ПОЛОВОГО ДИМОРФИЗМА	61
<i>Емкужев Р.Н., Иоакимиди Ю.А.</i>	ФОРМИРОВАНИЕ ПСИХОЛОГИЧЕСКОЙ ПОДГОТОВЛЕННОСТИ ДЗЮДОИСТОВ 10-12 ЛЕТ К СОРЕВНОВАНИЯМ	66
<i>Ефименко В., Шатохина Т.А.</i>	ИННОВАЦИОННЫЕ ТЕХНОЛОГИИ В ПРЕПОДАВАНИИ РАЗДЕЛА «ЗДОРОВЫЙ ОБРАЗ ЖИЗНИ» В КУРСЕ «ОСНОВЫ БЕЗОПАСНОСТИ ЖИЗНЕДЕЯТЕЛЬНОСТИ»	69
<i>Забалуева А.А., Доронина Н.В.</i>	ВЛИЯНИЕ РАЗВИТИЯ КООРДИНАЦИОННЫХ СПОСОБНОСТЕЙ НА ФИЗИЧЕСКУЮ ПОДГОТОВЛЕННОСТЬ ШКОЛЬНИКОВ ТРЕТЬИХ КЛАССОВ	80
<i>Злобин А.А.</i>	МЕТОДИКА РАЗВИТИЯ ПОЗНАВАТЕЛЬНОЙ АКТИВНОСТИ СТАРШЕКЛАССНИКОВ НА УРОКАХ ФИЗИЧЕСКОЙ КУЛЬТУРЫ	85

<i>Ищенко Д.Д., Иоакимиди Ю.А.</i>	ФОРМИРОВАНИЕ ИНТЕЛЛЕКТУАЛЬНОГО КОМПОНЕНТА ФИЗИЧЕСКОЙ КУЛЬТУРЫ ЛИЧНОСТИ В УСЛОВИЯХ ДЕТСКО-ЮНОШЕСКОЙ СПОРТИВНОЙ ШКОЛЫ	89
<i>Камышан М.А., Жуков В.И.</i>	РАЗВИТИЕ БЫСТРОТЫ У ДЕТЕЙ СРЕДНЕГО ШКОЛЬНОГО ВОЗРАСТА НА УРОКАХ ВОЛЕЙБОЛА	93
<i>Каширина М.С., Иоакимиди Ю.А.</i>	ФОРМИРОВАНИЕ МОТИВАЦИОННОГО КОМПОНЕНТА ФИЗИЧЕСКОЙ КУЛЬТУРЫ ЛИЧНОСТИ У ЛЕГКОАТЛЕТОВ 12-15 ЛЕТ	96
<i>Клепущина М.С.</i>	МЕТОДИКА РАЗВИТИЯ СКОРОСТНО-СИЛОВЫХ СПОСОБНОСТЕЙ СПРИНТЕРОВ 12-13 ЛЕТ НА НАЧАЛЬНОМ ЭТАПЕ ПОДГОТОВКИ	99
<i>Коваленко М.</i>	ИСПОЛЬЗОВАНИЕ ПРОЕКТНОЙ ТЕХНОЛОГИИ НА УРОКАХ ФИЗИЧЕСКОЙ КУЛЬТУРЫ В ШКОЛЕ	103
<i>Куадже К., Кагазежева Н.Х.</i>	ИЗМЕНЕНИЕ АРТЕРИАЛЬНОГО ДАВЛЕНИЯ ПОД ВЛИЯНИЕМ ФИЗИЧЕСКОЙ НАГРУЗКИ БОЛЬШОЙ ИНТЕНСИВНОСТИ У МАЛЬЧИКОВ ВОЛЕЙБОЛИСТОВ ШКОЛЬНОГО ВОЗРАСТА	107
<i>Лесных А.А., Доронина Н.В.</i>	ВЛИЯНИЕ КОМПЛЕКСОВ УПРАЖНЕНИЙ ЛФК НА ОРГАНИЗМ ШКОЛЬНИКА	111
<i>Лещенко А.В.</i>	АДАПТАЦИЯ ПЕРВОКЛАССНИКОВ К ОБУЧЕНИЮ В ШКОЛЕ ПОСРЕДСТВОМ ФИЗИЧЕСКОГО ВОСПИТАНИЯ	116
<i>Мишин М.В.</i>	МЕТОДИКА РАЗВИТИЯ ТВОРЧЕСКИХ СПОСОБНОСТЕЙ ШКОЛЬНИКОВ НА УРОКАХ ФИЗИЧЕСКОЙ КУЛЬТУРЫ	119
<i>Мозговая Н.А., Гунажоков И.К.</i>	ДИНАМИКА СОСТОЯНИЕ ЗДОРОВЬЯ ДЕТЕЙ, ОБУЧАЮЩИХСЯ В НАЧАЛЬНОЙ ШКОЛЕ	123
<i>Мустафин Р.А., Корохова Н.А.</i>	МЕТОДИКА ПОДГОТОВКИ ОБУЧАЮЩИХСЯ К ДЕЙСТВИЯМ В ЧРЕЗВЫЧАЙНЫХ СИТУАЦИЯХ ПРИРОДНОГО ХАРАКТЕРА С УЧЕТОМ РЕГИОНАЛЬНОГО КОМПОНЕНТА	126
<i>Мягков К., Шатохина Т.А.</i>	МЕТОДИКА ФОРМИРОВАНИЯ КОГНИТИВНОГО КОМПОНЕНТА НАВЫКОВ ЗДОРОВОГО ОБРАЗА ЖИЗНИ У ШКОЛЬНИКОВ НА ЗАНЯТИЯХ ПО ДИСЦИПЛИНЕ «ОСНОВЫ БЕЗОПАСНОСТИ ЖИЗНЕДЕЯТЕЛЬНОСТИ»	130
<i>Набокова Р.А., Иоакимиди Ю.А.</i>	МЕТОДИКА КОМПЛЕКСНОГО РАЗВИТИЯ ФИЗИЧЕСКИХ КАЧЕСТВ У ЮНЫХ ГИМНАСТОВ 5-6 ЛЕТ С ИСПОЛЬЗОВАНИЕМ ИГРОВОГО МЕТОДА	135
<i>Назарко Д.Ю., Иоакимиди Ю.А.</i>	ФИЗИЧЕСКОЕ ВОСПИТАНИЕ В ШКОЛЕ КАК ПЕДАГОГИЧЕСКОЕ УСЛОВИЕ ФОРМИРОВАНИЯ ГУМАНИСТИЧЕСКИХ ЦЕННОСТНЫХ ОРИЕНТАЦИЙ СТАРШЕКЛАССНИКОВ	139
<i>Онуфриев А.Н., Гонезжук А.Г.</i>	НЕТРАДИЦИОННЫЕ ФОРМЫ ЗАНЯТИЙ ФИЗИЧЕСКОЙ КУЛЬТУРОЙ	142
<i>Панеш Р.Н., Кагазежева Н.Х.</i>	РАЗВИТИЕ СИЛОВЫХ СПОСОБНОСТЕЙ У ЮНОШЕЙ 15-16 ЛЕТ	145
<i>Першин Д.В., Гонезжук А.Г.</i>	КЛЮЧЕВЫЕ ФИЗИОЛОГИЧЕСКИЕ ХАРАКТЕРИСТИКИ ФУНКЦИОНАЛЬНОЙ УСТОЙЧИВОСТИ В КИКБОКСИНГЕ	150
<i>Покрепа М.А., Доронина Н.В.</i>	ВЛИЯНИЕ СИСТЕМАТИЧЕСКИХ ЗАНЯТИЙ ФУТБОЛОМ НА ФИЗИЧЕСКОЕ РАЗВИТИЕ ДЕТЕЙ	153

<i>Поляков М.А., Гонезжук А.Г.</i>	ВОЗРАСТНЫЕ ОСОБЕННОСТИ ФИЗИЧЕСКОГО РАЗВИТИЯ ДЕТЕЙ 11-12 ЛЕТ	159
<i>Пристанский Р., Жуков В.И.</i>	РАЗВИТИЕ ВЫНОСЛИВОСТИ У ДЕТЕЙ СТАРШЕГО ШКОЛЬНОГО ВОЗРАСТА	162
<i>Пучков С.Ю.</i>	ПЕДАГОГИЧЕСКАЯ ТЕХНОЛОГИЯ ОПТИМИЗАЦИИ ДВИГАТЕЛЬНОГО РЕЖИМА ШКОЛЬНИКОВ В ТЕЧЕНИЕ УЧЕБНОГО ДНЯ	166
<i>Пчелинцев Е.Д., Вержбицкий И.В.</i>	РЕЗУЛЬТАТИВНОСТЬ СПОРТИВНОЙ ДЕЯТЕЛЬНОСТИ И ЕЕ СОСТАВЛЯЮЩИЕ	169
<i>Сааков С.А., Вержбицкая Е.Г.</i>	СОДЕРЖАНИЕ И УСЛОВИЯ ОБЕСПЕЧЕНИЯ КОМПЛЕКСНОЙ БЕЗОПАСНОСТИ ОБЩЕОБРАЗОВАТЕЛЬНОЙ ШКОЛЫ	173
<i>Савинова Д.А., Вержбицкая Е.Г.</i>	ПОСЛЕДСТВИЯ ОПАСНЫХ СИТУАЦИЙ СОЦИАЛЬНОГО ХАРАКТЕРА НА ПРИМЕРЕ МАССОВОГО ПОВЕДЕНИЯ ЛЮДЕЙ В УСЛОВИЯХ ТОЛПЫ	177
<i>Семенов А.В., Кагазежева Н.Х.</i>	ФИЗИЧЕСКОЕ ВОСПИТАНИЕ ДЕТЕЙ СТАРШЕГО ДОШКОЛЬНОГО ВОЗРАСТА НА ОСНОВЕ ПРИМЕНЕНИЯ ЭЛЕМЕНТОВ НАСТОЛЬНОГО ТЕННИСА	183
<i>Серебрянская И.А., Гонезжук А.Г.</i>	ДВИГАТЕЛЬНАЯ АКТИВНОСТЬ КАК ОСНОВНОЙ ФАКТОР, ВЛИЯЮЩИЙ НА РАЗВИТИЕ ОРГАНИЗМА РЕБЕНКА	188
<i>Степанова Я., Коломийцева Н.С.</i>	ФИТНЕС КАК ЭТАП РАЗВИТИЯ ИННОВАЦИЙ В СФЕРЕ ФИЗИЧЕСКОЙ КУЛЬТУРЫ	191
<i>Талашок М.А., Вержбицкий И.В.</i>	ПСИХОЛОГИЧЕСКАЯ ПОДГОТОВКА СПОРТСМЕНА В УЧЕБНО-ТРЕНИРОВОЧНОМ ПРОЦЕССЕ	197
<i>Тоджаев Н.С., Вержбицкая Е.Г.</i>	СПОСОБЫ И ПЕДАГОГИЧЕСКИЕ УСЛОВИЯ ФОРМИРОВАНИЯ ОСНОВ КУЛЬТУРЫ ЗДОРОВЬЯ ШКОЛЬНИКОВ В ВОСПИТАТЕЛЬНОМ ПРОЦЕССЕ	201
<i>Трипкош В., Коломийцева Н.С.</i>	ФОРМИРОВАНИЕ РЕЗУЛЬТАТИВНОЙ МОТИВАЦИИ И ИНТЕРЕСА УЧАЩИХСЯ К ЗАНЯТИЯМ ФИЗИЧЕСКОЙ КУЛЬТУРОЙ	205
<i>Тхайшаова С., Кагазежева Н.Х.</i>	АНАТОМИЧЕСКИЕ ОСОБЕННОСТИ ФОРМИРОВАНИЯ ОСАНКИ	209
<i>Усанова Д.В., Жуков В.И.</i>	ФИЗИЧЕСКАЯ КУЛЬТУРА КАК УСЛОВИЕ СПОСОБСТВУЮЩЕЕ РЕАЛИСТИЧЕСКОМУ ФОРМИРОВАНИЮ САМООЦЕНКИ ЛИЧНОСТИ	213
<i>Федоров К.Н., Шрам В.П.</i>	МЕТОДИКА РАЗВИТИЯ МОРАЛЬНО-ВОЛЕВЫХ КАЧЕСТВ У ЮНЫХ СПОРТСМЕНОВ В ПРОЦЕССЕ ЗАНЯТИЙ ТУРИЗМОМ	215
<i>Фоминова П., Коломийцева Н.С.</i>	ОСОБЕННОСТИ ПРОЦЕССА ВОСПИТАНИЯ ЮНЫХ ВОЛЕЙБОЛИСТОВ НА УЧЕБНО-ТРЕНИРОВОЧНЫХ ЗАНЯТИЯХ	219
<i>Хавадж Х., Гунажоков И. К</i>	АНАЛИЗ СОРЕВНОВАТЕЛЬНОЙ ДЕЯТЕЛЬНОСТИ ЮНЫХ ФУТБОЛИСТОВ	222
<i>Хананов Н., Жуков В.И.</i>	РАЗВИТИЕ БЫСТРОТЫ ТХЭКВОНДИСТОВ НА ЭТАПЕ НАЧАЛЬНОЙ ПОДГОТОВКИ	225
<i>Чумбуридзе В., Коломийцева Н.С.</i>	ИСТОРИЯ ВОЗНИКНОВЕНИЯ И РАЗВИТИЯ СПОРТИВНОГО ОРИЕНТИРОВАНИЯ	230

<i>Шаталов Н.В., Гонезжук А.Г.</i>	ПЕДАГОГИЧЕСКИЕ УСЛОВИЯ СПОРТИВНО-ТЕХНИЧЕСКОЙ ПОДГОТОВКИ В ДЗЮДО	233
ПЕДАГОГИКА. ПСИХОЛОГИЯ		
<i>Авдеева А.А.</i>	ПОТРЕБНОСТИ КАК ИСТОЧНИК АКТИВНОСТИ ЧЕЛОВЕКА	237
<i>Авдеева А.А.</i>	МЕХАНИЗМЫ ПСИХОЛОГИЧЕСКОЙ ЗАЩИТЫ У ДЕТЕЙ ДОШКОЛЬНОГО ВОЗРАСТА	238
<i>Бессалов И.</i>	ПСИХОЛОГО-ПЕДАГОГИЧЕСКОЕ СОПРОВОЖДЕНИЕ ФОРМИРОВАНИЯ ОСНОВ ЗДОРОВОГО ОБРАЗА ЖИЗНИ МЛАДШИХ ШКОЛЬНИКОВ	239
<i>Головко Д.Е.</i>	ПСИХОЛОГО-ПЕДАГОГИЧЕСКИЕ АСПЕКТЫ ФОРМИРОВАНИЯ ПОЗНАВАТЕЛЬНОГО ИНТЕРЕСА В ОБУЧЕНИИ	242
<i>Деркачева А. С.</i>	СОВРЕМЕННОЕ ПРЕДСТАВЛЕНИЕ О КУЛЬТУРЕ РЕЧИ. КОМПОНЕНТЫ КУЛЬТУРЫ РЕЧИ	245
<i>Домникова В.Н.</i>	ПСИХОЛОГО-ПЕДАГОГИЧЕСКИЕ УСЛОВИЯ РАЗВИТИЯ ТВОРЧЕСКИХ СПОСОБНОСТЕЙ СТАРШИХ ДОШКОЛЬНИКОВ СРЕДСТВАМИ ТЕАТРАЛИЗОВАННЫХ ИГР	250
<i>Заслонко О.В.</i>	РОЛЬ ТЕХНОЛОГИИ ПРОЕКТНОЙ ДЕЯТЕЛЬНОСТИ В РАЗВИТИИ ЛИЧНОСТИ ОБУЧАЮЩИХСЯ	253
<i>Зубенко Н.</i>	ОСОБЕННОСТИ ПСИХОЛОГО-ПЕДАГОГИЧЕСКОГО СОПРОВОЖДЕНИЯ ПЕРВОКЛАССНИКОВ В ПЕРИОД АДАПТАЦИИ К ШКОЛЕ	255
<i>Коновалова Э.</i>	ДУХОВНО-НРАВСТВЕННОЕ ФОРМИРОВАНИЕ ЛИЧНОСТИ НА УРОКАХ ГЕОГРАФИИ ПОСРЕДСТВОМ УЧЕБНЫХ ИГР	258
<i>Кудряшова И.Д.</i>	СУЩНОСТЬ ФОРМИРОВАНИЯ НРАВСТВЕННЫХ ЦЕННОСТЕЙ В УСЛОВИЯХ ОБЩЕОБРАЗОВАТЕЛЬНОЙ ШКОЛЫ	260
<i>Леднев В.В.</i>	ПСИХОЛОГО-ПЕДАГОГИЧЕСКИЕ УСЛОВИЯ ФОРМИРОВАНИЯ АДЕКВАТНОЙ САМООЦЕНКИ УЧЕБНОЙ ДЕЯТЕЛЬНОСТИ У ПОДРОСТКОВ	263
<i>Лопатина О.С.</i>	СТРУКТУРА И КОНЦЕПЦИИ РАЗВИТИЯ САМОСТОЯТЕЛЬНОСТИ У ОБУЧАЮЩИХСЯ В ПЕДАГОГИЧЕСКОМ ПРОЦЕССЕ	268
<i>Плехневич О.В.</i>	ПСИХОЛОГО-ПЕДАГОГИЧЕСКИЕ УСЛОВИЯ РАЗВИТИЯ ПОЗНАВАТЕЛЬНОГО ИНТЕРЕСА ПОСРЕДСТВОМ СИТУАЦИИ УСПЕХА	269
<i>Положенко А.</i>	ПСИХОЛОГО-ПЕДАГОГИЧЕСКИЕ УСЛОВИЯ ФОРМИРОВАНИЯ САМОРЕГУЛЯЦИИ МЛАДШИХ ШКОЛЬНИКОВ	273
<i>Пономарева Е.В.</i>	КУЛЬТУРНО-ГЕОГРАФИЧЕСКИЕ КОМПЕТЕНТНОСТИ В ШКОЛЬНОЙ ГЕОГРАФИИ	275
<i>Селезнева С.</i>	ПЕДАГОГИЧЕСКИЕ УСЛОВИЯ ФОРМИРОВАНИЯ ЭСТЕТИЧЕСКОГО ВКУСА МЛАДШИХ ШКОЛЬНИКОВ В ОБРАЗОВАТЕЛЬНОМ ПРОЦЕССЕ (НА ПРИМЕРЕ ИЗУЧЕНИЯ ТВОРЧЕСТВА К.Г.ПАУСТОВСКОГО)	277

МЕТОДИКА ПРЕПОДАВАНИЯ ДИСЦИПЛИН

<i>Аннагурбанов С.</i>	ФОРМИРОВАНИЯ УМЕНИЙ РЕШЕНИЯ ЗАДАЧ ПО МОЛЕКУЛЯРНОЙ БИОЛОГИИ У УЧАЩИХСЯ 9 КЛАССА НА ОСНОВЕ ДЕЯТЕЛЬНОСТНОГО ПОДХОДА	281
<i>Ашыров Шазада</i>	ИСПОЛЬЗОВАНИЕ ИНТЕРНЕТ- РЕСУРСОВ ПРИ ИЗУЧЕНИИ ШКОЛЬНОГО КУРСА ГЕОГРАФИИ	283
<i>Баранюк М.Ю.</i>	ДИДАКТИЧЕСКАЯ ИГРА КАК СРЕДСТВО ФОРМИРОВАНИЯ УЧЕБНО-ЯЗЫКОВЫХ УМЕНИЙ И НАВЫКОВ У МЛАДШИХ ШКОЛЬНИКОВ	285
<i>Белоконева В.С.</i>	СРАВНИТЕЛЬНЫЙ АНАЛИЗ ЛИНЕЙНОГО И КОНЦЕНТРИЧЕСКОГО ВАРИАНТА ИЗУЧЕНИЯ БИОЛОГИИ НА ПРИМЕРЕ КУРСА 8 КЛАССА ПО ТЕМЕ «ИНДИВИДУАЛЬНОЕ РАЗВИТИЕ ОРГАНИЗМА»	289
<i>Бешимов Акбар</i>	РЕАЛИЗАЦИЯ МЕЖПРЕДМЕТНЫХ СВЯЗЕЙ В ОБУЧЕНИИ ГЕОГРАФИИ	292
<i>Биболетов Б.</i>	ЦЕЛИ И ЗАДАЧИ КРАЕВЕДЧЕСКОЙ РАБОТЫ В ПРЕПОДАВАНИИ ГЕОГРАФИИ	294
<i>Решетилова Т.А.</i>	ФОРМИРОВАНИЯ ПОЗНАВАТЕЛЬНЫХ УНИВЕРСАЛЬНЫХ УЧЕБНЫХ ДЕЙСТВИЙ У МЛАДШИХ ШКОЛЬНИКОВ ПРИ ИСПОЛЬЗОВАНИИ ЭЛЕКТРОННЫХ ОБРАЗОВАТЕЛЬНЫХ РЕСУРСОВ	297
<i>Темченко К.В.</i>	ФОРМИРОВАНИЕ ВРЕМЕННЫХ ПРЕДСТАВЛЕНИЙ НА ФАКУЛЬТАТИВНЫХ ЗАНЯТИЯХ ИСТОРИКО-МАТЕМАТИЧЕСКОГО СОДЕРЖАНИЯ В НАЧАЛЬНЫХ КЛАССАХ	302
<i>Галлаев Язымырат</i>	ИСПОЛЬЗОВАНИЕ СОДЕРЖАНИЯ ШКОЛЬНОГО КУРСА ГЕОГРАФИИ ДЛЯ РАЗВИТИЯ ТОЛЕРАНТНОСТИ УЧАЩИХСЯ	306
<i>Ивакина Е.</i>	ПРОЕКТНАЯ ДЕЯТЕЛЬНОСТЬ НА УРОКАХ ГЕОГРАФИИ КАК СРЕДСТВО РАЗВИТИЯ ИССЛЕДОВАТЕЛЬСКИХ УМЕНИЙ ШКОЛЬНИКОВ	310
<i>Коваленко Т.В.</i>	СРАВНИТЕЛЬНЫЙ АНАЛИЗ СОДЕРЖАНИЯ УЧЕБНИКОВ ШКОЛЬНОГО КУРСА БИОЛОГИИ ПО РАЗДЕЛУ «ЧЕЛОВЕК» ТЕМЫ «ПСИХИКА И ВЫСШАЯ НЕРВНАЯ ДЕЯТЕЛЬНОСТЬ»	312
<i>Корабельникова А</i>	ТВОРЧЕСКИЕ ЗАДАНИЯ НА УРОКАХ ГЕОГРАФИИ КАК СРЕДСТВО РАЗВИТИЯ КРЕАТИВНОСТИ УЧАЩИХСЯ	316
<i>Куц О.А.</i>	МЕТОДИКА ФОРМИРОВАНИЯ ИССЛЕДОВАТЕЛЬСКИХ УМЕНИЙ МЛАДШИХ ШКОЛЬНИКОВ В ПРОЦЕССЕ ИЗУЧЕНИЯ КУРСА «ОКРУЖАЮЩИЙ МИР»	319
<i>Мардыросьян Р.Э.</i>	МЕТОДИЧЕСКИЕ ОСОБЕННОСТИ ФОРМИРОВАНИЯ ПАТРИОТИЧЕСКИХ ЦЕННОСТЕЙ У ОБУЧАЮЩИХСЯ ПРИ ИЗУЧЕНИИ ШКОЛЬНОГО КУРСА «ГЕОГРАФИЯ РОССИИ» НА ОСНОВЕ СИСТЕМНОГО ПОДХОДА	324
<i>Мельниченко А.</i>	МЕТОДИКА ФОРМИРОВАНИЯ ГЕОГРАФИЧЕСКИХ ПОНЯТИЙ У УЧАЩИХСЯ 8-х КЛАССОВ ПРИ ИЗУЧЕНИИ ТЕМЫ «НАСЕЛЕНИЕ РОССИИ»	328
<i>Мирошниченко А.</i>	ПРИМЕНЕНИЯ КЕЙС-ТЕХНОЛОГИИ НА УРОКАХ ГЕОГРАФИИ В УСЛОВИЯХ РЕАЛИЗАЦИИ ФГОС	332

	ОСНОВНОГО ОБЩЕГО ОБРАЗОВАНИЯ	
<i>Нехай Н.А.</i>	МЕТОДИКА ФОРМИРОВАНИЯ ПОЗНАВАТЕЛЬНЫХ УНИВЕРСАЛЬНЫХ УЧЕБНЫХ ДЕЙСТВИЙ У МЛАДШИХ ШКОЛЬНИКОВ В КУРСЕ «ОКРУЖАЮЩИЙ МИР»	335
<i>Обухов И.</i>	ИСПОЛЬЗОВАНИЕ ТЕХНОЛОГИИ КРИТЕРИАЛЬНОГО ОЦЕНИВАНИЯ НА УРОКАХ БИОЛОГИИ В РАМКАХ НОВЫХ СТАНДАРТОВ	339
<i>Овезов А.</i>	ПОЗНАВАТЕЛЬНЫЙ ИНТЕРЕС КАК ПЕДАГОГИЧЕСКАЯ ПРОБЛЕМА	342
<i>Петренко Е.</i>	ПОВЫШЕНИЕ КАЧЕСТВА ОБУЧЕНИЯ НА УРОКАХ ГЕОГРАФИИ ПОСРЕДСТВОМ ФОРМИРОВАНИЯ УНИВЕРСАЛЬНЫХ УЧЕБНЫХ ДЕЙСТВИЙ УЧАЩИХСЯ	348
<i>Попова Ю.А.</i>	МЕТОДИКА РЕАЛИЗАЦИИ МЕЖПРЕДМЕТНЫХ СВЯЗЕЙ В СИСТЕМЕ ЭКОЛОГИЧЕСКОГО ОБРАЗОВАНИЯ МЛАДШИХ ШКОЛЬНИКОВ	351
<i>Смородина К.В.</i>	МЕТОДИКА ФОРМИРОВАНИЯ ЭКОНОМИЧЕСКИХ ПОНЯТИЙ У ОБУЧАЮЩИХСЯ ПРИ ИЗУЧЕНИИ ШКОЛЬНОГО КУРСА «ГЕОГРАФИЯ РОССИИ»	354
<i>Ягмургельдиева Б.</i>	ПРОБЛЕМА ИСПОЛЬЗОВАНИЯ УЧЕБНЫХ МОДЕЛЕЙ В ОБУЧЕНИИ ГЕОГРАФИИ В ШКОЛЕ	359
<i>Байрамов Э.</i>	МЕТОДИКА ПРИМЕНЕНИЯ КВЕСТ-ТЕХНОЛОГИЙ В ПРОЦЕССЕ ОБУЧЕНИЯ ШКОЛЬНИКОВ 7 КЛАССА КУРСУ «ФИЗИЧЕСКАЯ ГЕОГРАФИЯ МАТЕРИКОВ И ОКЕАНОВ»	361
<i>Касымова Т.</i>	ФОРМИРОВАНИЕ ЭМОЦИОНАЛЬНО-ЦЕННОСТНОГО ОТНОШЕНИЯ К ОКРУЖАЮЩЕЙ СРЕДЕ У ОБУЧАЮЩИХСЯ В ПРОЦЕССЕ ИЗУЧЕНИЯ ГЕОГРАФИИ В ШКОЛЕ	365
<i>Исгендеров Б.</i>	МЕТОДИКА ФОРМИРОВАНИЯ ГЕОГРАФИЧЕСКИХ ЗНАНИЙ У ОБУЧАЮЩИХСЯ О ПРИЧИННО- СЛЕДСТВЕННЫХ СВЯЗЯХ ПРИ ИЗУЧЕНИИ КУРСА «ФИЗИЧЕСКАЯ ГЕОГРАФИЯ РОССИИ»	369
<i>Рахмедова Л.</i>	МЕТОДИКА ФОРМИРОВАНИЯ ГЕОМОРФОЛОГИЧЕСКИХ ПОНЯТИЙ У ОБУЧАЮЩИХСЯ 8-Х КЛАССОВ В ПРОЦЕССЕ ИЗУЧЕНИЯ ФИЗИЧЕСКОЙ ГЕОГРАФИИ В ШКОЛЕ	371
<i>Ашанов Э.</i>	ПЕДАГОГИЧЕСКИЕ УСЛОВИЯ ОРГАНИЗАЦИИ САМОСТОЯТЕЛЬНОЙ РАБОТЫ ПРИ ИЗУЧЕНИИ ТЕМЫ «КЛИМАТ» В КУРСЕ «ФИЗИЧЕСКАЯ ГЕОГРАФИЯ РОССИИ»	374
<i>Ковтунович А.Н.</i>	МЕТОДИКА ФОРМИРОВАНИЯ ТОЛЕРАНТНОСТИ У ОБУЧАЮЩИХСЯ ПРИ ИЗУЧЕНИИ КУРСА «ЭКОНОМИЧЕСКАЯ И СОЦИАЛЬНАЯ ГЕОГРАФИЯ МИРА»	378
<i>Тхакушинова А.Б.</i>	ПСИХОЛОГО-ПЕДАГОГИЧЕСКИЕ УСЛОВИЯ ФОРМИРОВАНИЯ ЭТНОГЕОГРАФИЧЕСКИХ ПОНЯТИЙ У ОБУЧАЮЩИХСЯ ПРИ ИЗУЧЕНИИ КУРСА «ГЕОГРАФИЯ РЕСПУБЛИКИ АДЫГЕЯ» В 8-9-Х	380

<i>Аннагурбанов С.</i>	КЛАССАХ ОБЩЕОБРАЗОВАТЕЛЬНОЙ ШКОЛЫ ФОРМИРОВАНИЯ УМЕНИЙ РЕШЕНИЯ ЗАДАЧ ПО МОЛЕКУЛЯРНОЙ БИОЛОГИИ У УЧАЩИХСЯ 9 КЛАССА НА ОСНОВЕ ДЕЯТЕЛЬНОСТНОГО ПОДХОДА	382
<i>Хазраткулова Г.</i>	СРАВНИТЕЛЬНЫЙ АНАЛИЗ СОДЕРЖАНИЯ ШКОЛЬНЫХ УЧЕБНИКОВ ПО БИОЛОГИИ РАЗДЕЛ «РАСТЕНИЯ. ГРИБЫ. БАКТЕРИИ» РОССИИ И ТУРКМЕНИСТАНА	384
<i>Тацкий А.</i>	ИСПОЛЬЗОВАНИЕ ИНТЕРАКТИВНЫХ МЕТОДОВ НА УРОКАХ ГЕОГРАФИИ В УСЛОВИЯХ ФГОС ОБЩЕГО ОБРАЗОВАНИЯ	386
<i>Тесля Ю.</i>	ИСПОЛЬЗОВАНИЕ ТЕХНОЛОГИИ РАЗВИТИЯ КРИТИЧЕСКОГО МЫШЛЕНИЯ НА УРОКАХ ГЕОГРАФИИ В УСЛОВИЯХ РЕАЛИЗАЦИИ ТРЕБОВАНИЙ НОВЫХ ФГОС ОБЩЕГО ОБРАЗОВАНИЯ	389
<i>Тораев Д.</i>	ВЛИЯНИЕ ПРАКТИЧЕСКИХ РАБОТ НА КАЧЕСТВО ЗНАНИЙ И РАЗВИТИЕ САМОСТОЯТЕЛЬНОСТИ УЧАЩИХСЯ	392
<i>Уджуху З.</i>	ОРГАНИЗАЦИЯ ПРОЕКТНОЙ ДЕЯТЕЛЬНОСТИ ВО ВНЕУРОЧНОЙ РАБОТЕ ПО ХИМИИ	397
<i>Устюжанина А.</i>	ПРОЕКТНАЯ ДЕЯТЕЛЬНОСТЬ НА УРОКАХ ГЕОГРАФИИ КАК СРЕДСТВО РАЗВИТИЯ ИССЛЕДОВАТЕЛЬСКИХ УМЕНИЙ ШКОЛЬНИКОВ	399
<i>Устьян А.</i>	ФОРМИРОВАНИЕ ИНФОРМАЦИОННОЙ КУЛЬТУРЫ У ОБУЧАЮЩИХСЯ ПРИ ИЗУЧЕНИИ ШКОЛЬНОГО КУРСА ГЕОГРАФИИ	401
<i>Хазраткулова Г.</i>	СРАВНИТЕЛЬНЫЙ АНАЛИЗ СОДЕРЖАНИЯ ШКОЛЬНЫХ УЧЕБНИКОВ ПО БИОЛОГИИ РАЗДЕЛ «РАСТЕНИЯ. ГРИБЫ. БАКТЕРИИ» РОССИИ И ТУРКМЕНИСТАНА	403
<i>Хайруллаев К.</i>	ИСПОЛЬЗОВАНИЕ УЧЕБНЫХ КАРТОГРАФИЧЕСКИХ ПОСОБИЙ В ПРОЦЕССЕ ИЗУЧЕНИЯ ШКОЛЬНОГО КУРСА ГЕОГРАФИИ	405
<i>Худайкулов Б.Б.</i>	ФОРМИРОВАНИЕ ПРЕДСТАВЛЕНИЙ ОБ ЭКОЛОГИЧЕСКИХ ПОНЯТИЯХ В ГЕОГРАФИЧЕСКОЙ НАУКЕ КАК УСЛОВИЕ АКТИВИЗАЦИИ ПОЗНАВАТЕЛЬНОГО ИНТЕРЕСА ОБУЧАЮЩИХСЯ	408
<i>Хут Д.</i>	ИСПОЛЬЗОВАНИЕ НА УРОКАХ БИОЛОГИИ ИНФОРМАЦИОННЫХ ТЕХНОЛОГИЙ КАК СРЕДСТВО АКТИВИЗАЦИИ ПОЗНАВАТЕЛЬНОЙ ДЕЯТЕЛЬНОСТИ УЧАЩИХСЯ	411
ГЕОГРАФИЯ		
<i>Васильева В.В.</i>	КОНСТРУИРОВАНИЕ МАЙН – КАРТ (НА МАТЕРИАЛЕ РЕГИОНА) ДЛЯ ОСУЩЕСТВЛЕНИЯ ЭКОЛОГИЧЕСКОГО ОБРАЗОВАНИЯ ОБУЧАЮЩИХСЯ	414
<i>Данилов С.</i>	ПЕЩЕРЫ ПЛАТО ЛАГО-НАКИ	416
<i>Селезнев Е.</i>	ТЕРМИНОЛОГИЧЕСКИЕ ПРОБЛЕМЫ В РЕКРЕАЦИОННОЙ ГЕОГРАФИИ И ТУРИЗМЕ	420
<i>Сташ Д.</i>	О ВЛИЯНИИ РЕКРЕАЦИИ И ТУРИЗМА НА	424

<i>Шауэрман М.</i>	ЭКОСИСТЕМЫ СЕВЕРО-ЗАПАДНОГО КАВКАЗА ОСНОВНЫЕ ПОНЯТИЯ И ОПРЕДЕЛЕНИЯ ТУРИЗМА КАК СФЕРЫ ДЕЯТЕЛЬНОСТИ	427
ФИЗИОЛОГИЯ. БИОЛОГИЯ. ЭКОЛОГИЯ		
<i>Аббасова Л.А.</i>	УМСТВЕННАЯ РАБОТОСПОСОБНОСТЬ МЛАДШИХ ШКОЛЬНИКОВ, ПРОЖИВАЮЩИХ В УСЛОВИЯХ СЕЛЬСКОЙ СРЕДЫ	432
<i>Перепелица С.А.</i>	ФУНКЦИОНАЛЬНОЕ СОСТОЯНИЕ ЗДОРОВЬЯ СТУДЕНТОВ 1-4 КУРСОВ ФАКУЛЬТЕТА ЕСТЕСТВОЗНАНИЯ ПО ПОКАЗАТЕЛЯМ ВАРИАбельНОСТИ СЕРДЕЧНОГО РИТМА	435
<i>Петрова Е.С.</i>	МОРФОЛОГО-АНАТОМИЧЕСКИЕ ОСОБЕННОСТИ РАСТЕНИЙ ЧАЯ СОРТОПОПУЛЯЦИИ «КИМЫНЬ» В ПРЕДГОРЬЯХ АДЫГЕИ	442
<i>Сажина О.А.</i>	ОСОБЕННОСТИ СИСТЕМНЫХ СВЯЗЕЙ ПАРАМЕТРОВ СЕРДЕЧНО-СОСУДИСТОЙ СИСТЕМЫ У СПОРТСМЕНОВ	444
<i>Симболетова Д.М., Шатилова Г.А, Копьева К.О.</i>	ФУНКЦИОНИРОВАНИЕ СЕРДЕЧНО-СОСУДИСТОЙ СИСТЕМЫ ОБУЧАЮЩИХСЯ МЛАДШИХ КЛАССОВ В ПРОЦЕССЕ ОБУЧЕНИЯ ПО ПРОГРАММЕ «ШКОЛА РОССИИ»	448
<i>Шахбулатова А.М.</i>	ПСИХОФИЗИОЛОГИЧЕСКАЯ АДАПТАЦИЯ ИНОСТРАННЫХ СТУДЕНТОВ	452

ФИЗИЧЕСКАЯ КУЛЬТУРА, СПОРТ, БЕЗОПАСНОСТЬ ЖИЗНЕДЕЯТЕЛЬНОСТИ

ФОРМИРОВАНИЕ У ДЕТЕЙ МЛАДШЕГО ШКОЛЬНОГО ВОЗРАСТА УСТАНОВКИ НА ТРАВМОБЕЗОПАСНОЕ ПОВЕДЕНИЕ

*П.С. Беловицкая, магистрант ИФК и дзюдо
Е.Г. Вержбицкая, кандидат педагогических наук, доцент
Институт физической культуры и дзюдо
Адыгейский государственный университет*

Проблема безопасной жизнедеятельности человека с каждым годом актуализируется все более очевидно. В течение многих лет человек создавал и совершенствовал технические средства с целью обеспечения и повышения безопасности и комфортности своего существования, а в результате оказался творцом всех тех угроз, которые связаны с развитием производства и использованием техники. Сегодня очевидно, что в современных условиях необходима тщательная, глубокая и всесторонняя подготовка всего населения к жизни в условиях, при которых как в природном окружении, так и в быту возможно возникновение ситуаций опасности [1, 2, 4 и др.].

Обучать человека, как вести себя в разных обстоятельствах, создающих угрозу для его нормального сосуществования, труда и отдыха, необходимо систематически и планомерно, а не эпизодически, от случая к случаю. Лишь таким образом можно развить умения и навыки, направленные на сохранение жизни, укрепление здоровья человека и улучшение состояния окружающей его природной и социальной среды.

Педагогами установлено: чем раньше начинать работу по просвещению детей о существующих в жизни опасностях и по подготовке к действиям в них, тем быстрее обучающиеся приобретут опыт безопасного поведения [4]. Важную роль в процессе приобретения такого жизненного опыта играет формирование у детей необходимых установок и поведенческих позиций, начало которого следует соотносить с младшим школьным возрастом.

Обучение подрастающей смены основам безопасного поведения является важнейшей составной частью системы безопасности. Безопасное поведение, в свою очередь, подразделяется на многочисленные составляющие, среди которых особое место занимает повседневная двигательная деятельность и ее травмобезопасность [3].

Движение – это естественная потребность организма человека и весомый фактор сохранения нормальных параметров жизнедеятельности. Оно формирует структуру и функции человеческого организма, стимулирует обмен веществ и энергии в организме, улучшает деятельность сердца, дыхательной системы, функции других органов, играющих важную роль в адаптации человека к постоянно изменяющимся условиям внешней среды. Кроме того, большая подвижность детей и подростков оказывает благоприятное воздействие на функционирование их головного мозга, способствуя развитию умственной деятельности, повышая ее результативность.

Под двигательной активностью понимается сумма движений, выполняемых человеком в процессе повседневной жизнедеятельности. Это – естественная или специально организованная двигательная деятельность человека, обеспечивающая его успешное физическое и психическое развитие, безопасность которой определяется, в том числе, и наличием навыков противодействия травмоопасности.

По определению Всемирной организации здравоохранения (ВОЗ), травмой является физическое повреждение, возникающее в случае, если человеческое тело внезапно подвергается воздействию энергии такого уровня, который превышает порог физиологической переносимости, или же является результатом нехватки одного или более жизненно важных элементов, например, кислорода. В соответствии с данным определением под травмоопасностью понимается возможность получить травму, под травматизмом – статистика уже полученных травм.

В нашей стране классификацию видов детского травматизма (статистику уже полученных травм) принято обобщать по следующим категориям: бытовой (дворовой) травматизм, травматизм в организованных детских (неспортивных) учреждениях, к которым относятся учреждения общего образования (детские сады, школы, гимназии и др.), спортивный травматизм, то есть травмы, полученные на занятиях в спортивных секциях, клубах, учреждениях дополнительного образования детей и т.д.

По статистическим данным, на первом месте по распространенности находятся бытовые травмы, то есть полученные во дворе, дома, во время игр и спортивных развлечений и т.д., в том числе – различные виды падений (на травмоопасных поверхностях, с высоты крыш, деревьев и др.). Нередко травмы у школьников возникают при неорганизованных занятиях физкультурно-спортивной деятельностью – при падении с качелей, при нарушении правил катания на санках, прыжках с трамплина, при катании на лыжах с крутых склонов, при езде на велосипеде и т. д.

Характер и причины детского травматизма имеют возрастную специфику. Если травмы у детей дошкольного возраста чаще всего являются результатом недосмотра взрослых, то у школьников, в большинстве случаев, они являются следствием грубых шалостей, опасных игр и т.д. При этом, как правило, детский травматизм связан, в основном, с отсутствием у детей прочных навыков правильного поведения в различных жизненных ситуациях, поэтому травматизму наиболее подвержены дети младшего школьного возраста.

Именно с этой категорией детей в профилактической работе по предупреждению опасности травмирования в повседневной деятельности следует, наряду с решением задач по созданию травмобезопасной среды пребывания детей, уделять внимание вопросам формирования у них установки на травмобезопасное поведение в виде выработки основ безопасного поведения в различных жизненных ситуациях и организации процесса физического развития детей, направленного на укрепление костно-мышечной системы и выработку координации движений.

Все вышесказанное подтверждает актуальность темы исследования и позволяет сформулировать его цель – разработать методику формирования установки на травмобезопасное поведение в повседневной двигательной деятельности у детей младшего школьного возраста.

Объект исследования: процесс формирования у младших школьников основ безопасности жизнедеятельности.

Предмет исследования: совокупность средств и методов формирования установки на безопасную двигательную деятельность у младших школьников.

В соответствии с темой и целью исследования были определены следующие задачи:

1. Проанализировать проблему формирования установки на травмобезопасность повседневной двигательной деятельности как составляющей безопасного поведения младших школьников.

2. Выявить и охарактеризовать влияние различных факторов на безопасность двигательной активности младших школьников.

3. Разработать методику формирования установки на травмобезопасное поведение у младших школьников как основы их безопасной повседневной двигательной деятельности.

Для решения поставленных задач были применены следующие методы: теоретический анализ научно-методической литературы, педагогическое наблюдение, анкетирование школьников, опытная работа, обработка полученных данных.

На основании изучения педагогической литературы нами была выделена профилактическая направленность формирования у младших школьников установки на безопасное поведение. В процессе формирования безопасного поведения школьники осуществляют деятельность, в результате которой развиваются и формируются варианты

их поведения, включающие конструктивные формы безопасной жизнедеятельности, направленные на профилактику и минимизацию ущерба себе и окружающим от вредных и опасных факторов [1].

В противовес конструктивному поведению, при отсутствии необходимых условий для его формирования, развивается деструктивное поведение как склонность к саморазрушению, виктимности, суицидальному поведению; неспособность контролировать свое поведение; недооценивать или переоценивать потенциальную и реально угрожающую опасность.

В опасных ситуациях наблюдается несколько вариантов действий человека. Среди них можно выделить негативно окрашенные реакции – ступор, то есть резкое торможение деятельности человека, его неспособность реагировать на факторы риска; дезорганизация деятельности в опасной ситуации, проявляющаяся в неадекватности и неэффективности действий; и имеющие позитивную оценку: концентрация и переключение внимания, активизация действий, то есть возрастание точности, эффективности действий в опасной ситуации.

Совместные действия педагога и школьников в процессе воспитания приводят к различным изменениям условий и форм деятельности, способностей и личностных качеств школьников. Они, как правило, выражаются в следующих результатах: формирование опыта успешных действий по профилактике, минимизации последствий и преодолению опасных ситуаций; формирование склонности к адекватным эмоциональным реакциям на факторы риска; сохранение личности школьников от негативных внутренних и внешних влияний (прежде всего от влияния информационных, игровых и реальных опасных ситуаций) с использованием различных видов психологической защиты.

Названные варианты результатов учебно-воспитательного процесса заметны в случае, если суть формирования безопасного поведения не сводят только к информированию школьников об опасности и различных видах деятельности в опасных (игровых и реальных) ситуациях: подготовка к безопасной жизнедеятельности осуществляется не только в опасных (информационных, игровых, дозированных, реальных) ситуациях, а в процессе деятельности, в которую вовлечены различные элементы культуры безопасности и контркультуры деструктивности.

В этом процессе школьники взаимодействуют с элементами культуры безопасности, суть которых состоит в том, что они содержат правила, нормы, традиции безопасной жизнедеятельности.

Таким образом, в составе формирования безопасного поведения присутствуют следующие составляющие:

- формирование предметных действий предстоящей деятельности (как условие подготовки к этой деятельности в условиях риска);
- специальная подготовка к безопасности жизнедеятельности.

В этом случае формирование безопасного поведения как составная часть воспитания рассматривается в широком и узком аспектах [4].

В широком смысле формирование безопасного поведения – процесс формирования готовности к различным видам деятельности (познавательной, физической, коммуникативной и т.д.), к выполнению различных социальных функций, присвоения школьниками разнообразных видов и фрагментов культуры (мировоззренческой, нравственной, эстетической и т.д.).

В узком смысле формирование безопасного поведения – это присвоение школьниками фрагментов культуры, основная функция которых заключается в обеспечении безопасности человека и общества. В этом случае формирование безопасного поведения определяется как специальная теоретическая, психологическая и личностная подготовка к безопасной жизнедеятельности, которая осуществляется обычно на материале подготовки к конкретным видам опасных и экстремальных ситуаций, условиям

(вредным, опасным) деятельности, результаты которой имеют обобщенный характер и способствуют безопасности в разнообразных конкретных видах и условиях деятельности.

В таком аспекте формирование безопасного поведения у школьников мы рассматриваем как условие формирования в педагогическом процессе установки на травмобезопасное поведение, являющееся ведущим элементом обеспечения безопасности в детском возрасте.

Из педагогических категорий, фиксирующих максимально широкий спектр педагогических явлений, обозначающих конкретное воплощение практики воспитания и обучения, наиболее приемлемым для продолжения анализа является понятие «педагогический процесс». При соотношении педагогического процесса и формирования безопасного поведения формирование травмобезопасного безопасного поведения выступает как:

- а) компонент педагогического процесса;
- б) этап педагогического процесса;
- в) функция педагогического процесса.

Формирование травмобезопасного поведения как функция педагогического процесса проявляется в постоянном влиянии данного процесса на уровень готовности школьников к профилактике и преодолению вредных и опасных факторов, определяющих возможность получения травмы. Названная функция реализуется на уроках всех школьных учебных дисциплин, поскольку ее осуществление напрямую связано с содержанием обучения и воспитания.

Однако культура безопасного поведения воплощена не только в знаниях, но и в мировоззренческих идеях, нравственных и эстетических ценностях, в опыте общения с другими людьми и т.д. Именно эти элементы культуры осваиваются школьниками независимо от конкретного содержания изучаемых тем на уроках различных учебных дисциплин. Реализация названной функции в данном случае обусловлена возможностями методов обучения и воспитания, морально-психологическим климатом на занятиях, характером общения участников педагогического процесса, личностным воплощением формирования безопасного поведения, то есть уровнем сформированности культуры безопасности у педагога и обучающихся, наличием у них установки на безопасное поведение.

Таким образом, формирование безопасного поведения является закономерностью педагогического процесса, которая заключается в том, что если в педагогическом процессе осуществляется систематическая превентивная работа по подготовке школьников к предупреждению и преодолению вредных и опасных факторов жизнедеятельности, то это способствует повышению уровня их безопасности, снижает вероятность неблагоприятных, вредных последствий от воздействия внешних факторов и от их собственной жизнедеятельности, формирует устойчивую и осознанную установку на недопущение воздействия опасности, в том числе и на травмобезопасность.

Данная закономерность является объективной, повторяющейся, существенной, необходимой связью компонентов процесса воспитания. Прежде всего, это связи между целями, содержанием, средствами воспитания и результатами педагогического процесса.

Из выделенной закономерности вытекают принцип безопасности, который предполагает безопасные условия воспитания, и принцип формирования безопасного поведения, который нацеливает на педагогически грамотное использование опасных ситуаций для формирования у воспитанников опыта деятельности в таких ситуациях.

Выделенные составляющие процесса формирования безопасного поведения отражают разные стороны безопасного поведения: вхождение в состав педагогического процесса, наличие у педагогического процесса функции, закономерный характер формирования безопасного поведения в педагогическом процессе, осознание учителями закономерности в виде педагогического принципа [1].

Педагогический процесс по формированию у школьников основ травмобезопасного поведения, в первую очередь, носит профилактический характер. Как любая системно организованная деятельность, он включает в себя в виде подсистем комплексную работу, направленную на следующие объекты воздействия: социум как окружающая ребенка среда (в целях снижения ее опасности) и как коллектив (школа, детская организация); семья; непосредственно личность.

Всероссийская Межведомственная комиссия по снижению и предупреждению травматизма среди школьников отмечает, что недостаточная эффективность работы по профилактике детского травматизма связана, в том числе, с недостатками систематического воспитания, следствием чего является отсутствие у большинства детей прочных навыков правильного, безопасного поведения в различных ситуациях.

Усиление работы по профилактике детского травматизма необходимо осуществлять по трем основным направлениям, среди которых определены:

- 1) создание травмобезопасной среды, в которой пребывают дети;
- 2) выработка у детей безопасного поведения в различных жизненных ситуациях;
- 3) закаливание и физическое развитие детей, направленное на укрепление костно-мышечной системы и выработку координации движений, формирование установки на травмобезопасное поведение, в том числе и в двигательной деятельности.

ЛИТЕРАТУРА:

1. Адамов, А.К. Новые аспекты философии безопасности / А.К. Адамов // Актуальные проблемы формирования культуры безопасности жизнедеятельности населения. – М., 2009. – С. 25-26.

2. Безопасность жизнедеятельности: Учебник для вузов / Л.А. Михайлов [и др.]. // Под. ред. Л.А. Михайлова. – СПб.: Питер, 2010. – 461 с.

3. Егорова, Э.Я. Педагогические условия формирования у школьников позитивного отношения к здоровью и безопасному поведению: автореф. дисс. ... канд. пед наук / Э.Я. Егорова. – Йошкар-Ола., 2004. – 24 с.

4. Мошкин, В.Н. Воспитание культуры безопасности школьников: Монография / В.Н. Мошкин. – Барнаул, 2002. – 318 с. – [Электронный ресурс]. – Режим доступа: http://obr-resurs.ru/obr_res/safety/monograph.php

МЕТОДИКА ФОРМИРОВАНИЯ У МЛАДШИХ ШКОЛЬНИКОВ ОСНОВ БЕЗОПАСНОГО ПОВЕДЕНИЯ В УСЛОВИЯХ ТЕХНОГЕННЫХ ОПАСНОСТЕЙ

*Т.А. Бешиков, студент ИФК и дзюдо,
Н.А. Корохова, кандидат социологических наук, доцент
зав. кафедрой безопасности жизнедеятельности ИФК и дзюдо
Адыгейский государственный университет*

Жизнедеятельность человека направлена на изменение природы и создание комфортной искусственной среды обитания. Развитие науки и техники вызывает непредсказуемые последствия. Побочные результаты научно-технического прогресса создают серьезные угрозы жизни и здоровью, состоянию генетического фонда людей. Повысилась вероятность возникновения чрезвычайных ситуаций техногенного характера.

Техногенные катастрофы имеют начало, но не имеют завершения, они совершенно непредсказуемы, а степень ущерба после них не уменьшается с годами, поскольку негативные факторы не перестают действовать в среде еще многие годы. За последние десятилетия в мире произошли сотни техногенных катастроф. Некоторые из них имели глобальное влияние на человека и окружающую среду.

Важную роль в этом играет обучение населения правилам поведения в таких ситуациях, ведь в большинстве случаев, безопасность человека в первую очередь зависит от него самого, а от его готовности правильно оценивать ситуацию, найти наиболее безопасный выход из нее [1].

Несомненно, что основам безопасной жизнедеятельности надо учить. Знания о зонах риска в повседневной жизни и способах спасения в них нужны не только взрослым людям. Эти знания, пусть элементарные, в равной степени нужны и учащимся начальной школы, и старшеклассникам и даже маленьким воспитанникам детских учреждений. Чем раньше начинать работу по просвещению детей о существующих в жизни опасностях и подготовке к действиям в них, тем раньше учащиеся приобретут опыт безопасного поведения. Обучать человека, как вести в разных обстоятельствах, создающих угрозу для его нормального сосуществования, труда и отдыха, необходимо систематически и планомерно, а не эпизодически, от случая к случаю. Лишь таким образом можно развить умения и навыки, направленные на сохранение жизни, укрепление здоровья и улучшение состояния окружающей природной и социальной среды [3].

Обучение подрастающей смены основам безопасного поведения является важнейшей составной частью системы общественной безопасности. Только физически и психически здоровый человек может достичь в жизни каких-то высот и максимально реализовать свои способности - это истина, не требующая аргументации.

Понятие о правильном поведении в экстренных ситуациях, в целом, и в частности в чрезвычайных ситуациях техногенного происхождения формируется еще с ранних лет, в процессе освоения общеобразовательного предмета «Основы безопасности жизнедеятельности».

В связи с этим формирование основ безопасного поведения у младших школьников в условиях техногенных опасностей может явиться оптимальным способом повышения безопасности. В средней общеобразовательной школе это комплекс условий, в том числе личный опыт учителя, его культура поведения и воспитательно-образовательная среда, которые оказывают прямое и косвенное влияние на формирование основ безопасного поведения младших школьников [1].

Необходимо отметить то, что основной задачей обучения в начальных классах вопросам безопасности жизнедеятельности является выработка и закрепление у обучающихся общего представления о том, что любая деятельность человека потенциально опасна, а также привитие им знаний и элементарных навыков безопасного поведения дома, на улице, в школе, в природе. Главное здесь - научить детей избегать необоснованного риска, замечать опасности и предотвращать их проявление, а если беда случилась, не растеряться и действовать быстро и грамотно [2].

Сегодняшние дети, поступающие в школу, имеют поверхностные, но для своего возраста достаточно широкие знания об окружающем мире. И главная задача учителя начальных классов – используя естественную детскую любознательность, не столько расширить эти знания, сколько систематизировать и углубить их.

Поэтому важно, как можно раньше, начиная с первого класса, дать целостное представление о многообразии окружающего мира, включая многочисленные опасности природного, техногенного и социального характера. Акцентируя внимание ребенка на повседневно наблюдаемых явлениях ближнего окружения, на привычных объектах окружающей среды и применяя средства, материалы и оборудование, широко используемые в быту и на игровых площадках, необходимо прививать ему чувство опасности, осторожности, элементарные навыки безопасного поведения дома, на улице, в природе [3].

Поисковая деятельность ребенка, основанная на непосредственном наблюдении за обычными явлениями и использовании знакомых предметов и материалов, позволяет увязывать содержание программы с собственным опытом ученика.

Программа по курсу ОБЖ в начальных классах представляет собой единое целое. Ее содержание подчинено принципам систематичности и последовательности в раскрытии сущности понятий и явлений. Учебный материал в программе располагается в определенной системе. Дети изучают сначала опасности, с которыми они могут столкнуться дома, знакомятся с правилами безопасного поведения в быту. Затем

последовательно переходят к рассмотрению опасностей, которые их подстерегают во дворе, на улице, в школе, в природе не только в повседневной жизни, но и в случае стихийных бедствий, производственных аварий и катастроф [3].

В целях формирования целостного представления об окружающем мире во всем его многообразии, включая и многочисленные опасности, курс ОБЖ в начальных классах целесообразно интегрировать с курсом «Ознакомление с окружающим миром». Тематика этих курсов по рассматриваемым объектам идентична, что позволяет совмещать уроки по ним на протяжении всего учебного года.

Например, ознакомление с окружающим миром – основы безопасности жизнедеятельности; наш дом – опасности, подстерегающие дома; наша улица – двор и улица – места повышенной опасности; наша школа – безопасное поведение в школе; наш город (село) – город как источник опасностей; родная страна – природная среда и безопасность.

Такая интеграция двух курсов способствует успешному решению целого ряда образовательных задач. В ходе знакомства с окружающим миром у детей формируются, обогащаются и систематизируются представления о социальном и природном окружении с присущими им опасностями; школьники накапливают социально-нравственный жизненный опыт, учатся правилам безопасного поведения дома, на улице, в школе, в общественных местах, в природе. Именно здесь у детей воспитываются те качества личности, которые определяют их отношение к Отечеству, обществу, товарищам, самому себе. Задача учителя состоит в том, чтобы помочь ребенку осознать себя членом школьного коллектива, полноправным членом современного общества [3].

Практически интеграция курсов реализуется путем рассмотрения на уроках «Ознакомление с окружающим миром» специальных вопросов, связанных с опасными и вредными факторами окружающей среды. Это будет способствовать значительному расширению знаний школьников о доме, своем дворе и улице, школе, о родном городе, стране, а также их систематизации и конкретизации.

Интегрированный курс (его условно можно назвать «Окружающий мир и безопасность жизнедеятельности») обладает определенными особенностями не только в содержании, но и в методике преподавания. Главная характерная особенность курса заключается в том, что каждая тема изучается на протяжении всего учебного года. Это необходимо для того, чтобы систематически выработать у детей умения и навыки поведения, формировать у них объективное представление и рациональное отношение к окружающей действительности [3].

Определяя основное содержание и направление развития детей, за каждым общеобразовательным учреждением остается право на использование различных форм и методов организации обучения с учетом индивидуальных и возрастных особенностей детей, социокультурных различий, своеобразия домашних и бытовых условий, а также общей социально-экономической и криминогенной ситуации. При этом основным ориентиром должен стать учет жизненного опыта детей, особенностей их поведения, предпочтений. Чтобы понять, что именно дети знают, думают, чувствуют, можно использовать беседы, дискуссии, что позволит избежать передачи уже известных им знаний или таких, которые они пока не могут использовать из-за их непонятности или удаленности от реальной жизни. В то же время, опираясь на уже имеющиеся у детей знания и представления, взрослые смогут выделить направления, по которым необходимо провести специальное обучение, и выбрать адекватную методику (занятие, игра, чтение, беседа, мультфильм).

Программа курса «Основы безопасности жизнедеятельности» для младших школьников включает основные принципы его реализации, рекомендации по планированию работы педагогов и специалистов общеобразовательного учреждения, а также предложения по взаимодействию с родителями школьников [1].

Безопасность – это не просто сумма усвоенных знаний, а умение правильно себя

вести в различных ситуациях. Кроме того, дети могут оказаться в непредсказуемой ситуации на улице и дома, поэтому главной задачей взрослых является стимулирование развития у них самостоятельности и ответственности. В связи с этим традиционные формы обучения, принятые в образовательном учреждении, могут использоваться лишь частично и больше внимания надо уделять организации различных видов деятельности, направленных на приобретение детьми определенного навыка поведения, опыта. Ведь все, чему учат детей, они должны применить в реальной жизни, на практике.

Ведущим методом знакомства детей с опасностями окружающего мира является наблюдение. Кроме целенаправленных наблюдений, используются и другие методы, приемы – беседа, рассказ, объяснение с демонстрацией наглядных пособий, сюжетные игры.

Главная организационная форма обучения по курсу – урок. На уроках необходимо выявлять и систематизировать ранее накопленные детьми знания об изучаемом материале; поэтому неотъемлемой частью таких уроков является актуализация опорных знаний, которая позволяет с меньшими затратами усилий формировать представления и понятия и осуществляется с широким использованием наглядных средств обучения [3].

Для развития познавательной деятельности необходимо использование для познания обучающимися окружающего мира методы наблюдения, измерения, опыта, эксперимента, моделирования и др., способствующих определению структуры объекта познания, поиску и выделению значимых функциональных связей и отношений между частями целого, развитию умений разделять процессы на этапы, звенья; выделять характерные причинно-следственные связи.

При изучении чрезвычайных ситуаций техногенного характера для обучающихся младших классов наиболее эффективны: методы организации и осуществления учебно-познавательной деятельности, которые включают в себя словесные, наглядные, практические методы [3].

При ознакомлении школьников младших классов с безопасным поведением в условиях чрезвычайных ситуаций техногенного характера также актуальны следующие методы.

1. Метод сравнения. При использовании этого метода необходимо определить, с какого сравнения начинать - со сравнения по сходству или сравнения по контрасту. Метод сравнения помогает школьникам выполнять задания на группировку и классификацию. Для того чтобы группировать, классифицировать предметы, явления, требуются умения анализировать, обобщать, выделять существенные признаки. Все это способствует осознанному усвоению материала и вызывает интерес к нему. Например: предлагают изображения на картинках, дается задание отобрать предметы, которые будут нужны пожарному при тушении пожара и отобрать предметы, которые горят. Прием классификации способствует познавательной активности, если используется не как самоцель, а в контексте близкой и понятной [2].

2. Метод моделирования ситуаций. Детей младшего школьного возраста целесообразно научить составлять план - карту школы, участка школьного учреждения, дороги в школу и др. Они учатся располагать предметы в пространстве, соотносить их, «читать» карту. Задания типа «Составим план - карту групповой комнаты, отметим опасные места красными кружочками». Моделирование таких ситуаций: дым в классе, дым из соседнего дома, прорвало водопровод, что ты будешь делать, подай ножницы правильно, нашел таблетку в группе, твои действия. Моделирование ситуаций дает школьникам практические умения применить полученные знания на деле и развивает мышление, воображение и готовит ребенка к умению выбраться из экстремальных ситуаций в жизни. Для развития воображения и творческого начала важно ставить школьников в ситуацию поиска решения логических и практических задач. Например, нужно забить гвоздь, а молотка нет. Какой вариант решения задачи предложат сами школьники? Они могут сказать, что можно попросить молоток у плотника. А если сегодня

плотника нет, а работу надо сделать обязательно? Учитель всякий раз усложняет для них задачу. Они предлагают забить гвоздь предметом, который не подходит по материалу, по форме и т.д. Таким образом, учитель постоянно обращает внимание школьников на разные предметы, вызывая интерес к их строению, функции, назначению, и правила безопасного обращения с ними [2].

3. *Метод повторения.* Важнейший дидактический принцип, без применения которого нельзя говорить о прочности усвоения знаний и воспитании чувств. На занятии он может выступать как ведущий метод или методический приём. От школьников требуется умение повторить то, что они усвоили. Повторение приводит к появлению обобщений, способствует самостоятельному формулированию выводов, повышает познавательную активность.

4. *Экспериментирование и опыты.* Дает младшим школьникам возможность самостоятельно находить решение, подтверждение или опровержение собственных представлений. Ценность этого метода в том, что он дает младшему школьнику возможность самостоятельно находить решение, подтверждение или опровержение собственных представлений.

5. Чаще всего для приобретения школьниками навыков и умений на уроках ОБЖ применяют *практические методы*, позволяющие включить в процесс усвоения знаний различные виды деятельности младших школьников. При формировании на уроках ОБЖ безопасного поведения в условиях чрезвычайных ситуациях техногенного характера, практические методы должны применяться широко, потому что они способствуют наилучшему изучению предметов, объектов и явлений окружающей среды, а также повышают познавательную активность школьника.

В связи с этим формирование основ безопасного поведения и приобретение компетенций во внеклассной и внешкольной деятельности в области безопасности может явиться оптимальным способом повышения безопасности. В средней общеобразовательной школе это комплекс реализованных условий (личный опыт, культура поведения, воспитательно-образовательная среда), оказывающих прямое и косвенное влияние на формирование культуры безопасности поведения младших школьников.

ЛИТЕРАТУРА:

1. Арустамов, Э.А. Безопасность жизнедеятельности / Э.А. Арустамов. - М.: "Дашков и К", 2013.
2. Безопасность жизнедеятельности / Под ред. Л.А. Михайлова. – СПб: Питер, 2012. – 461 с.
3. Плешаков, А.А., Новицкая М.Ю. Окружающий мир: 1-4 классы: рабочие программы: предметная линия учебников «Перспектива» пособие для учителей общеобразовательных учреждений. – М.: Просвещение, 2011.

ВЛИЯНИЕ ДВИГАТЕЛЬНОЙ АКТИВНОСТИ НА УРОВЕНЬ ФИЗИЧЕСКОГО РАЗВИТИЯ ПОДРОСТКОВ

*В. Ю. Богачёв, студент ИФК и дзюдо
И. К. Гунажоков, к.п.н., доцент*

Одним из решающих условий, обеспечивающих результативность и продуктивность труда человека любой профессии, является наличие крепкого здоровья и высокой общей работоспособности, базирующейся на необходимой физической подготовленности и нормальном физическом развитии. Здоровье индивида и общества в настоящее время рассматривается как социальная категория.

Здоровье – показатель национального престижа, стабилизирующий фактор доверия к политико-экономической системе в целом, необходимое условие высокого трудового потенциала, показатель уровня культуры, наиболее яркий критерий эффективности государственного управления (Путин В.В., 2003г., Шевченко Ю.Л., 2003г.).

Неудовлетворительное состояние здоровья и физической подготовленности населения, особенно молодежи, связанные не только с ухудшением социально-экономических условий жизни, биологических факторов, экологической среды, но и с недооценкой в обществе оздоровительной роли физической культуры и спорта, отсутствием должной физкультурной образованности (Шаповалов А.В., Гунажоков И. К., 2016).

Самая острая и требующая срочного решения проблема – низкая физическая подготовленность и физическое развитие молодёжи. Реальный объём двигательной активности учащихся и студентов не обеспечивает полноценного развития и укрепления здоровья подрастающего поколения. Увеличивается число учащихся и студентов, отнесённых по состоянию здоровья к специальной медицинской группе. Распространённость гиподинамии среди школьников достигла 80%. Более 30% юношей по состоянию здоровья не могут быть призваны в армию.

Здоровье человека только на 10-15% зависит от деятельности учреждений здравоохранения и на 50-55% - от условий и образа жизни людей, важной составной частью которого являются физкультура и спорт.

В целом в России не менее 60 процентов обучающихся имеют нарушения здоровья. По данным Минздравсоцразвития России, только 14 процентов обучающихся старших классов считаются практически здоровыми. Свыше 40 процентов допризывной молодежи не соответствует требованиям, предъявляемым армейской службой, в том числе в части выполнения минимальных нормативов физической подготовки. Большинство граждан не имеют возможности систематически заниматься физической культурой и спортом. Так, в настоящее время 85 процентов граждан, в том числе 65 процентов детей, подростков и молодежи, не занимаются систематически физической культурой и спортом.

Основу физического здоровья составляют морфологические и функциональные резервы клеток, тканей, органов и систем органов, обеспечивающие приспособление организма к воздействию различных факторов среды.

Главным в этой связи должны стать проблемы оптимизации здорового образа жизни молодёжи, поиск путей гармоничного развития их физического потенциала, осуществление единства всех сторон воспитания личности. Для юношей и девушек особенностью целевой установки процесса физического воспитания, помимо решения проблем физического совершенствования, должны стать следующие задачи:

- подготовка их организма к семейной жизни (у девушек – к будущему материнству) и подготовка к воспитанию детей, обеспечению их здоровья средствами физической культуры;
- формирование установки на собственное самосовершенствование и обучение принципам самоконтроля и контроля за физической нагрузкой во время занятий;
- в процессе учёбы молодёжь должна осваивать такие виды физических упражнений, которые она могла бы использовать в продолжении всей последующей жизни в профессиональной деятельности.

В то же время, органы управления образования и учителя не располагают объективной информацией и аналитическими материалами о физкультурно-спортивной активности школьников, о состоянии их физического и психического здоровья, физической подготовленности.

Результаты социологического опроса учащихся средних общеобразовательных школ Республики Адыгея свидетельствуют о том, что около 12-15 % подростков не вовлечены в занятия физическим воспитанием в школе.

Такое положение дел, на наш взгляд, можно объяснить, с одной стороны, недостаточно сформированным уровнем физической культуры личности самих подростков, с другой – проблемами организации самого процесса физического воспитания в средних общеобразовательных школах с учащимися, относящимися к подготовительной и специальной медицинской группе. Как известно, в специальную медицинскую группу

включают учащихся, имеющих такие отклонения в состоянии здоровья, которые являются противопоказаниями к повышенной физической нагрузке. Занятия по физической культуре со школьниками этой группы должны проводиться по специально разработанной программе. Дети и подростки со значительным отклонением в состоянии здоровья нуждаются в занятиях лечебной физической культурой.

Как показывает практика, в силу объективных и субъективных причин, занятия физическим воспитанием с учащимися специальной медицинской группы, в условиях обычного режима школы, зачастую никак не организованы. В лучшем случае, оцениваются дети этой группы по представленным рефератам по физической культуре.

Данные исследования свидетельствуют о том, что двигательный режим, не соответствующий возрастным требованиям наблюдается у 56 – 57 % подростков, а лишь у 43 – 44 % школьников данного возраста физкультурно-спортивная активность приближается или соответствует оптимальному уровню.

Таблица 1

Время, отводимое на удовлетворение интересов разного плана в сфере физической культуры (в %)

Показатели	мальчики					девочки				
	до 15 минут	15-30 минут	0.5-1 час	1-2 часа	Более 2 часов	до 15 минут	15-30 минут	0.5-1 час	1-2 часа	Более 2 часов
Активные занятия физическими упражнениями	21.6	18.4	15.6	12.5	5.7	32.2	15.8	11.4	3.3	1.8
Просмотр спортивных передач	17.4	17.3	24.6	17.7	9.2	30.7	23.0	17.4	8.0	3.1
Чтение спортивной прессы, информации	29.2	28.8	15.2	3.4	1.4	42.0	16.8	4.7	0.7	0.6

На наш взгляд, наиболее рациональным двигательным режимом, обеспечивающим оптимальный уровень физической подготовленности и необходимый уровень успеваемости по общеобразовательным предметам, можно считать двигательный режим 3 – 4 ч/сут. Данный двигательный режим достигается за счет приобщенности подростков, помимо регламентированных занятий физическим воспитанием и к другим формам физкультурно-спортивной активности (включая в первую очередь самостоятельные занятия физическими упражнениями).

Подростки с двигательным режимом 3-4 ч/сут. имеют средние росто-весовые показатели физического развития для детей этого возраста. Это еще раз подтверждает, что двигательный режим подростков (как девочек, так и мальчиков), включающий в себя помимо регламентированных занятий и другие формы физкультурно-спортивной активности (занятия в школьных спортивных кружках, участие в соревнованиях, спортивных праздниках, в туристических походах, самостоятельные занятия физическими упражнениями) обеспечивает нормальный уровень физического развития детей данного возраста.

Рациональный двигательный режим оказывает существенное влияние на уровень физической подготовленности. Даже по самооценкам видно, что нормальное

распределение по уровню физической подготовленности достигается при режиме 1-3 часа в неделю. До этого отмечается перевес контингента с низкой физической подготовленностью. При включении такого мощного фактора, как средства физической культуры (режим 3-6 часов в неделю - это уже, как правило, режим с включением субъекта в физкультурно-спортивную активность, пусть даже в неорганизованных формах), начинается постепенное возрастание контингента хорошо физически подготовленных. Этот процесс достигает максимума при приобщении к спортивной активности (это режим свыше 6 часов в неделю). В этом случае 45.5% оценивают свою физическую подготовленность как более высокую по сравнению с большинством сверстников (таблица 2).

Таблица 2

Самооценка физической подготовленности школьников в зависимости от двигательного режима (в %)

Двигательный режим час/нед.	Выше средней	средняя	Ниже средней	Трудно сказать
0	6.8	44.8	18.0	30.4
1-3	12.5	55.7	12.5	19.3
3-6	20.8	58.4	6.2	14.6
Свыше 6	45.5	40.4	2.8	11.3

В результате наблюдений, касающиеся заболеваемости подростков в годичном цикле выявлено, что около 40% подростков с двигательным режимом 1-3 ч/сут. болели более двух недель в течение учебного года. Практически вдвое меньше уровень заболеваемости подростков, чья физкультурно-спортивная активность превышает данный двигательный режим. Так, всего лишь около 20% среди подростков с двигательным режимом 3-4 ч/сут., и 18% с двигательным режимом свыше 3 ч/сут. болели в течение года более двух недель. Таким образом, подростки, чей двигательный режим приближается и соответствует оптимальному режиму, гораздо реже болеют.

Подводя итог физическому развитию и физической подготовленности школьников 14-15 лет в зависимости от двигательного режима, хотелось бы отметить, что более чем у 50% подростков, принявших участие в исследовании, двигательный режим не соответствует нормам для данного возраста. И как результат, данный контингент, имеет в большинстве своем низкие и лишь в некоторых случаях приближающиеся к среднему уровню показатели физической подготовленности и физического развития.

Такое положение дел, безусловно, требует корректировки процесса физического воспитания и в частности, особого внимания педагогов к проблеме оптимизации двигательного режима подростков.

Стратегия развития физической культуры и спорта в Российской Федерации на период до 2020 года для модернизации системы физического воспитания различных категорий и групп населения, в том числе в дошкольных, школьных и профессиональных образовательных учреждениях, предусматривает реализацию комплекса следующих мер:

- создание условий и стимулов для расширения сети физкультурно-оздоровительных комплексов, детско-юношеских спортивных клубов и спортивных команд, функционирующих на базе образовательных учреждений и по месту жительства;
- внедрение новых проектов образовательных учреждений с обязательным строительством объектов спорта (спортивных залов, в том числе тренажерных, бассейнов, многопрофильных и комплексных плоскостных спортивных сооружений);
- совершенствование государственных санитарно-эпидемиологических правил и нормативов для детских дошкольных учреждений, обеспечивающих необходимый недельный двигательный режим дошкольников, в том числе средствами физической

культуры и спорта, в зависимости от возраста и состояния здоровья детей; - увеличение охвата детей, посещающих дошкольные образовательные учреждения, обязательными и дополнительными занятиями физической культурой по программам дошкольных образовательных учреждений;

- внедрение в систему образовательных учреждений мониторинга состояния здоровья, физического развития и физической подготовленности; оснащение общеобразовательных школ и учреждений дополнительного образования детей необходимым спортивным инвентарем и оборудованием;

- совершенствование системы физкультурных и спортивных мероприятий для всех категорий обучающихся и студентов;

- внедрение рекомендаций по повышению эффективности проведения обязательных уроков (занятий) физической культуры в системе образовательных учреждений.

ЛИТЕРАТУРА:

1. Путин В.В. Выступление Президента РФ на заседании Совета при Президенте РФ по физической культуре и спорту. // Теория и практика физической культуры. – М., 2003. - № 1. – С.2.

2. Шевченко Ю.Л. Государственные приоритеты охраны здоровья населения. / Доклад Министра здравоохранения РФ на II съезде Российского медицинского союза (19-20 марта 2003 года). – М., 2003. – С. 24.

3. Шаповалов А.В. Организационно-содержательные основы совершенствования здоровьесберегающей деятельности общеобразовательной организации / А.В Шаповалов, И.К Гунажиков, С.А Хазова, С.Н. Бегидова // Вестник Адыгейского государственного университета. – Майкоп: изд-во АГУ. Серия 3: Педагогика и психология. 2016. № 1 (173). С. 151-157

БАЗОВЫЕ ОСНОВЫ ТЕХНИКИ ВИН ЧУНЬ

*Винокуров А., студент Института
физической культуры и дзюдо*

Карягина Н.В., канд. пед. наук, доцент

Вин Чун или Вин Чунь Куэн – это название древнего китайского боевого искусства, возникшего более 300 лет назад. Основой Вин Чунь считается шаолиньское Кунфу. Название стиля Вин Чунь в переводе с китайского означает «Восхваление весны» или «Вечная весна».

С появлением Вин Чун связано много легенд. По одной из версий боевое искусство получило свое название по имени девушки, ученицы китайской монахини Нг-Май, бежавшей из монастыря Шаолинь. Нг-Май был сформирован новый стиль боя, а ее ученицей – девушкой по имени Вань Вин Чунь данный стиль был освоен и усовершенствован.

Согласно другой легенды создание Вин Чунь является результатом совместного творчества пяти мастеров Южного Шаолиня. Однако доподлинных источников его возникновения не сохранилось.

В настоящее время Вин Чунь является самым простым и эффективным восточным единоборством, подходящим для самообороны.

Несмотря на то, что стиль Вин Чунь вышел из шаолиньского кунг-фу его технический арсенал и основные тактические концепции не только не сходны с Шаолиньсы цюань, а скорее направлены против него.

Это практичная, строго научная и компактная система, построенная на логике и постоянном беспристрастном анализе теории и практики реального поединка.

Наиболее важная концепция - не противопоставление силы против силы, которая позволяет бойцу одолевать физически более сильных противников. В Вин Чунь,

практикующий боевые искусства, найдет способы применить силу своего противника против него же самого.

Развитие физической силы приветствуется (как и в любом контактном единоборстве), но не является главным фактором обучения. Основа Вин Чун - это именно технические действия, приводящие к победе.

Данный вид единоборства включает в свой арсенал только собственные виды техник: удар кулаком и ладонью, локтем и коленом, передвижения, удары ногами и подсечки, приемы борьбы.

Вин Чунь предполагает применение классического вида оружия: ножи-бабочки и длинный шест.

Для защиты от приемов и ударов соперника применяется соответствующая экипировка: перчатки с открытыми пальцами, шлем, налокотники, щитки на голень, каппы и паховые раковины. Защитное снаряжение соперников имеет красный или синий цвет.

Для успешного и уверенного ведения поединка необходима совершенная техника выполнения приемов, так как техническое мастерство спортсмена является его «оружием», которое он использует, руководствуясь соображением тактики. В целом, чем большим количеством и более совершенными способами техники приемов владеет спортсмен, тем шире арсенал применения приемов в бою, тем выше мастерство.

Важнейшей проблемой в технической подготовке спортсмена является эффективная методика обучения и совершенствования, которая должна представлять научно обоснованную и логично построенную дидактическую систему, последовательность педагогических действий в тесной связке тренер-спортсмен, адекватную личности спортсмена и задачам обучения. В проблеме двигательного обучения как в теоретических, методологических, так и в чисто практических аспектах основополагающим является выделение в каждом виде технических действий ключевых, базовых пунктов и точек, определяющих эффективность технического приема в целом и служащих опорными звеньями в обучении и совершенствовании индивидуально оптимальной техники движений.

Эффективность технического приема определяется «правильными» положениями и движениями в отдельных базовых, «ключевых» точках, которые могут быть использованы как опорные звенья в обучении и совершенствовании оптимальной техники спортсмена. Такие опорные точки, выделенные во всех технических приемах рукопашного боя, позволяют тренеру построить алгоритм обучения, обращая на них внимание спортсмена, контролируя и корректируя ход процесса обучения специальными, краткими, выразительными и специфическими ключевыми словами и фразами («ключами»), характерными только для данной ключевой точки конкретного приема.

Описание техники Вин Чунь достаточно широко раскрывается в работах различных авторов (Лю Вэйхань, 2002; С.Н. Нескородев, 2011; Дудукчан И.М., 2011). Однако вопросы специальной физической и технической подготовки на различных этапах подготовки спортсменов данного вида спорта остаются слабо изученными.

В настоящее время занятия Вин Чунь вызывают особый интерес не только у взрослых, но и у детей и подростков. Тренировочный процесс детей и подростков имеет существенные отличия от тренировки взрослых спортсменов и требует более глубокой проработки организации тренировочного процесса и более высокой квалификации тренера. В работах авторов (Лю Вэйхань, 2002, Сифу Самуэль Квок, 2006) раскрываются методические особенности совершенствования технической подготовки, занимающихся Вин Чунь. В настоящее время в техническом арсенале детей, занимающихся Вин Чунь широко применяются разнообразные средства из различных видов спорта (гимнастика, борьба, бокс, и др.), которые не получили научного обоснования их применения. Отсутствие научных разработок в этом направлении требует поиска новых путей к формированию базового технического арсенала юных винчуистов.

Важнейшей составляющей частью любого стиля единоборства является базовая техника. Это фундамент, на котором впоследствии будет строиться весь технический арсенал школы. В базовую технику первого года обучения Вин Чун включаются: стойки, позиции и способы передвижений. Основные техники включают: захваты, быстрые удары ногами в нижний уровень, ведение ближнего боя и резкие, очень точные удары рук.

Изучение технических приемов начинается со стоек. Под понятием «стойка» подразумевается положение ног в целом, от ступней до бедер. Тренировочная (фронтальная стойка) используется в парных упражнениях и при отработке формальной техники. Характерной особенностью фронтальной стойки является расположение стоп, напоминающих форму треугольника – носки внутрь, пятки врозь. Освоение стоек позволяет выработать правильное положение борца, укрепить мышцы и связочно-суставной аппарат нижних конечностей.

Одновременно со стойками отрабатываются повороты в стороны на месте, что вырабатывает умение уклоняться от атак противника, используя минимум сил и времени. Так же поворот создает дополнительное усилие для увеличения силы удара рукой. Далее последовательно осваиваются переходы к освоению поворота без принятия промежуточного положения в основной фронтальной стойке. При этом туловище поворачивается на 90 градусов с одновременным поворотом стоп, оставаясь в конечном положении параллельными друг другу. Для повышения эффективности освоения техники поворотов применяются дополнительные отягощения в виде ремня со свинцовыми вставками.

Положение позиции означает состояние равновесия между фазой атаки и обороны для обеспечения готовности к изменению ситуации. В любой из позиции боец должен иметь возможность включить в удар все тело и быстро перейти в другую позицию с сохранением равновесия. Потеря равновесия борца неизбежно приводит к падению и поражению в поединке.

В стиле Вин Чунь особое значение придается передвижениям, которое сопровождается перемещением тела борца в пространстве посредством различных видов шагов. От своевременно выполненного шага (ухода от атаки, сокращение дистанции) зависит надежность обороны и эффективность осуществления контратаки. Быстрый переход (перемещение) от одного технического действия к другому должен совершаться с сохранением равновесия и одновременном контроле ситуации.

Передвижениям борца придается исключительное значение, так как они являются одним из важнейших средств атаки. Все действия и комбинации основаны на различных передвижениях. Приставной шаг как один из основных передвижений в стиле Вин Чунь применяется для сближения с противником при атаке и разрыве дистанции для подготовки контратаки. «Скользящие шаги» составляют основу приставного шага, что позволяет постоянно сохранять равновесие и удобное положение тела во время поединка и легко создавать исходные положения для ударов.

Для повышения эффекта от тренировочных занятий необходимо после освоения приставного шага использовать отягощения (1-2 кг), прикрепляемое к щиколоткам ног.

Кроме приставного шага в Вин Чунь изучаются и другие способы передвижений.

В теоретическом плане описание базовой техники выглядит достаточно просто и понятно. Однако на практике необходимо научиться уверенно и точно ее применять.

Успех в изучении искусства поединка напрямую зависит от качества построения тренировочного процесса. Процесс освоения и совершенствования техники отражает уровень технической подготовленности винчуиста. Уровень технической подготовленности можно охарактеризовать: а) степенью освоения спортсменом системы движений данного вида спорта; б) объемом приемов и действий, которыми он владеет; в) результативностью техники.

Для успешного и уверенного ведения поединка спортсмену необходима совершенная техника выполнения приемов, так как техническое мастерство спортсмена

является его «оружием», которое он использует, руководствуясь соображением тактики. В целом, чем большим количеством и более совершенными способами техники приемов владеет спортсмен, тем шире арсенал применения приемов в бою, тем выше мастерство.

Освоение занимающимися техники Вин Чунь представляет собой процесс становления умений и навыков, обеспечивающих эффективное ведение боя в данном виде единоборства. Этот процесс характеризуется поиском и отработкой оптимального варианта движения и возможностей занимающегося в результате ряда попыток выполнить данное движение в стандартных и вариативных условиях, в разных функциональных состояниях и т. д. Это длительная и кропотливая работа, результатом которой должно стать достижение высокой степени автоматизации и надежности движения, соответствия заданному эталону.

Вин Чунь является достаточно обширным и в то же время структурно упорядоченным стилем единоборства. Процесс изучения и освоения искусства боя строго регламентирован и состоит из нескольких этапов.

Первоначальный уровень спортивного мастерства спортсмена закладывается на этапе начальной подготовки, ведущими задачами которого являются - обучение техническим приемам, воспитание ведущих физических способностей и выявление детей, одаренных относительно к занятиям Вин Чунь.

Один из авторов (А. Евдокимов) публикаций секретов тренировки Вин Чунь рекомендует новичкам приступать к занятиям только после прохождения ряда тестовых заданий:

1. Одновременно выполнить ладонью правой руки вращательные движения, а левой прямолинейные.
2. Подбрасывать и ловить теннисные мячи двумя руками вверх.
3. Бросать и ловить теннисные мячи в стену двумя руками.

Только после успешно пройденного тестирования можно приступать к тренировочным занятиям. Автор публикации считает, что многократное повторение и быстрое освоение описанных выше упражнений позволит легко научиться базовым приемам Вин Чунь.

Особое внимание в технической подготовке юных спортсменов, занимающихся Вин Чунь отводится изучению базовой техники движений. Данный раздел подготовки является важным и предусматривает выполнение движений в строго заданной форме и по четко обозначенной программе действий, определяющей последовательность движений, состав комбинаций и порядок повторений. Однако вопросы методики совершенствования технической подготовки юных спортсменов, занимающихся Вин Чунь остаются недостаточно разработанными.

На начальных этапах обучения особое внимание обращается на основную стойку, которая является основной для всех боевых стоек Вин Чунь. Правильное расположение в стойке развивает способность подсознательно держать колени в наилучшем положении для защиты центральной линии и сохранения устойчивости, а также создает конструкцию необходимую для ощущения целостности – единства движения тела. Стойка должна сохраняться в правильном положении в течение длительного промежутка времени.

Перед контактом с противником используется нейтральная стойка - боец не наклонен вперед, назад, влево или вправо, она похожа на стойку игрока в теннис в ожидании подачи. В наиболее опасных ситуациях обеспечивается подвижность в положении тела спортсмена, что является одним из наиболее существенных требований в занятиях Вин Чунь. Если защищающийся находится в положении, когда его тело подано вперед или назад, наклонено вправо или влево, то его способность защищаться нарушена. Освоение нейтральной стойки Вин Чунь позволяет спортсмену успешно осуществлять правильные боковые перемещения. Для освоения стойки необходимо уделять достаточно много времени, так как она является основой техники.

Юных спортсменов также знакомят с понятием центральная линия, которая представляет собой воображаемую вертикальную линию, проходящей посередине тела и делящая его на две части. Считается, что именно вдоль этой линии расположены наиболее важные органы человеческого организма. В подготовке бойцов уделяется особое внимание защите центральной линии, которая является ключевым моментом техники Вин Чунь.

ЛИТЕРАТУРА:

1. Лю Вэйхань Вин Чунь. Книга первая/Лю Вэйхань, Дудукчан И.М., 2002. - 128 с.
2. Дудукчан, И.М. Ударная техника Вин Чунь (Практическое руководство) / И. М. Дудукчан, - Харьков. ФЛП, 2011. - 200с.

ФИЗИЧЕСКАЯ ПОДГОТОВЛЕННОСТЬ ПОДРАСТАЮЩЕГО ПОКОЛЕНИЯ

Г. А. Вожжов, студент ИФК и дзюдо АГУ

И. К. Гунажоков, к. п. н., доцент

Проблемы совершенствования процесса физического воспитания подрастающего поколения являются предметом пристального внимания специалистов уже многие годы. Актуальными эти проблемы остаются и по сегодняшний день.

Физическое воспитание, как вид воспитания, специфическим содержанием которого являются обучение движениям, развитие физических качеств, овладение специальными физкультурными знаниями и формирование осознанной потребности в физкультурных занятиях имеет самое непосредственное отношение к здоровью, здоровому образу жизни, нравственному воспитанию населения, формированию положительных морально-волевых качеств.

Исследования, проводимые учеными и специалистами в области физического воспитания, наглядно подтверждают снижение уровня физической подготовленности и здоровья подрастающего поколения (А.И. Яруллин, 2000). Такое положение дел, по мнению ряда авторов, в значительной мере связано с ухудшившимися в последние десятилетия социально-экономическими условиями жизни нашего общества, мнение других – существующая система физического воспитания не способна реально решать эту проблему.

Данные ранее проводимых исследований (И.К. Гунажоков, 1995; 2015; А.А. Камбачоков, 2005 и др.) свидетельствуют о том, что от 10 до 15% подростков самоустранились от академических занятий по физическому воспитанию в школе. Практически каждый четвертый подросток не выражает желания вообще – даже с минимальной нагрузкой – приобщаться к физической культуре, а рациональное число занятий в недельном цикле привлекает в лучшем случае всего 60% контингента при реальной рациональной частоте занятий лишь у 38% респондентов. При этом первоочередными мотивами занятий физической культурой и спортом для юношей являются: желание повысить и поддержать на достаточно высоком уровне свою физическую подготовленность, испытывать свои силы, проверить свои возможности, развить определенные физические качества, приобрести необходимые жизненно-важные умения и навыки.

Процессы, протекающие в обществе, неизбежно отражаются на состоянии дел в школе. Сегодня появилась широкая сеть альтернативных учебных заведений: лицеев, гимназий, профильных школ. Общеобразовательная школа отказалась от одного для всей страны варианта учебного плана и способа организации учебного процесса. Ученики и учителя получили возможность выбора учебных предметов и учебных программ, учитывающих специфику региона, конкретной школы, интересы и запросы ученика, возможности учителя (В.Г. Левченко, 2002).

Однако, теоретический анализ ранее проводимых исследований в области педагогики, теории и методики физического воспитания, посвященных физическому воспитанию детей школьного возраста, обобщение педагогического опыта, а также анализ ряда регламентирующих документов в сфере физической культуры позволяет заключить:

1. Система физического воспитания, сложившаяся в общеобразовательных организациях в современных условиях демонстрирует свою неэффективность в решении оздоровительных, образовательных и воспитательных задач, при этом занимает доминирующее положение в большинстве региональных, муниципальных и локальных системах физического воспитания. На протяжении ряда лет, специалистами констатируется снижение уровня физической подготовленности и здоровья подрастающего поколения, и эта тенденция прослеживается в настоящее время.

2. Дефицит двигательной активности стал отличительной чертой образа жизни современных школьников, что приводит к функциональным изменениям в организме, снижению эффективности работы внутренних органов, нарушению устойчивости организма к неблагоприятным воздействиям внешней среды, к снижению уровня физического развития и физической подготовленности и в целом к ухудшению здоровья.

3. Регламентированные занятия в общеобразовательной школе в рамках процесса физического воспитания не позволяют удовлетворить природную потребность ребенка в движении, не позволяют эффективно формировать двигательные навыки и не способствуют повышению уровня физической подготовленности, поскольку нарушаются основные принципы построения занятий физическими упражнениями.

4. Проблема, связанная с разработкой и внедрением технологий формирования мотиваций к систематическим занятиям физическими упражнениями в различные возрастные периоды на основе интереса занимающихся к физкультурно-спортивной деятельности остается актуальной и на сегодняшний день.

6. Первостепенное значение в решении задач, связанных с достижением оптимального уровня физической подготовленности учащихся старших классов, приобретает поиск путей и средств совершенствования процесса физического воспитания, на основе внедрения апробированных и адаптированных методик с ориентацией на культуру спорта, разработанных с учётом потребностей, мотивов, индивидуальных особенностей занимающихся, их интереса к физкультурно-спортивной деятельности.

В рамках собственного исследования проводился констатирующий эксперимент. В нем участвовали подростки 14-15 лет (мальчики) в количестве 24 человек, ранее не занимавшиеся спортом, чей двигательный режим ограничен регламентированными занятиями в школе.

Тестирование, позволяющее оценить исходный уровень физической подготовленности подростков, проводилось в начале учебного года.

Повторное тестирование, дающее возможность судить об изменениях показателей, отражающих уровень физической подготовленности этого же контингента, проводилось по окончании учебного года.

Результаты констатирующего эксперимента, позволили судить об уровне физической подготовленности подростков и послужили основанием для проведения формирующего педагогического эксперимента.

Анализируя данные, представленные в таблице 1, можно констатировать, что показатели, характеризующие уровень физической подготовленности подростков 14 лет, соответствуют «низкому» и «ниже среднего» уровню в соответствии с нормативными требованиями для школьников этого возраста. С целью изучения динамика показателей, характеризующих уровень физической подготовленности мальчиков 14-15 лет, повторное тестирование было проведено по истечении одного года.

Результаты повторного тестирования свидетельствуют о том, что лишь в одном тестовом задании из девяти наблюдается достоверный прирост в показателях, отражающих уровень развития физических способностей. В тесте, отражающем уровень

развития координационных способностей в акробатических упражнениях (три кувырка вперед) этот показатель у 14-летних подростков равен $4,6 \pm 0,12$ с., а через год занятий у 15-летних – $3,9 \pm 0,15$ с. ($p < 0,05$).

Таблица 1

Динамика показателей, характеризующих уровень физической подготовленности мальчиков 14-15 лет

Физические способности	Контрольные упражнения (тесты)	14 лет (n=24)	15 лет (n=24)	Достоверность различий (P)
		M±m	M±m	
Скоростные	Бег 30 м,с	$5,7 \pm 0,31$	$5,6 \pm 0,22$	$>0,05$
Координационные - в циклических локомоциях - в акробатических упражнениях	Челночный бег 3×10 м,с	$8,8 \pm 0,4$	$8,65 \pm 0,35$	$>0,05$
	Три кувырка вперед, с	$4,6 \pm 0,12$	$3,9 \pm 0,15$	$<0,05$
Скоростно-силовые	Прыжок в длину с места, см	$167 \pm 2,1$	$168,5 \pm 1,8$	$>0,05$
	Прыжок вверх с места со взмахом рук, см	$38,4 \pm 1,7$	$39,0 \pm 0,9$	$>0,05$
Выносливость аэробная (общая) статистическая	6-минутный бег, м	$1085 \pm 15,1$	$1092 \pm 18,1$	$>0,05$
	Вис на согнутых руках, с	$9,7 \pm 0,45$	$9,75 \pm 0,25$	$>0,05$
Силовые	Подтягивание на высокой перекладине из вися, количество раз	$3,2 \pm 1,2$	$3,7 \pm 0,7$	$>0,05$
Гибкость	Наклон вперед из положения сидя, см	$3,9 \pm 0,75$	$4,5 \pm 1,05$	$>0,05$

Таким образом, результаты констатирующего эксперимента свидетельствуют о неэффективности процесса физического воспитания в общеобразовательной школе. В восьми тестовых заданиях из девяти, по истечении одного года занятий, показатели, характеризующие уровень развития физических способностей 15-летних подростков, находятся на уровне ниже среднего. Не решаются задачи, связанные с гармоничным развитием физических качеств и, следовательно, процесс физического воспитания должен подвергаться корректировке.

Отсутствие интереса к регламентированным занятиям в рамках процесса физического воспитания не способствует формированию потребности в систематических занятиях физическими упражнениями. Более 60 % подростков, принявших участия в опросе не занимаются самостоятельно и лишь 34 % из числа опрошенных используют самостоятельные занятия помимо регламентированных занятий в школе, при этом лишь у 8% из этого контингента двигательный режим приближается к оптимальному.

Исходя из результатов проведенного исследования, в целях повышения физической подготовленности учащихся старших классов рекомендуется:

1. Для решения задач, связанных с формированием интереса к физкультурно-спортивной деятельности, популяризации здорового образа жизни, создания предпосылок к совместной физкультурно-оздоровительной деятельности учащихся, педагогов, родителей широко использовать возможности рекламы, пропаганды, агитации. Наиболее действенными приемами в этом отношении являются:

- разъяснение информации связанной с физкультурно-спортивной деятельностью;
- распространение информации о культивируемых видах спорта в регионе (в том

числе и национальных), о достижениях спортсменов города, республики;

- показательные выступления высококвалифицированных спортсменов;
- проведение мастер-класса ведущими спортсменами, тренерами.

2. Систематически осуществлять мониторинг, позволяющий выявить интересы, предпочтения учащихся к различным формам физкультурно-спортивной, физкультурно-оздоровительной деятельности, с целью предоставления свободы выбора, создания условий для проявления себя в созидательном творчестве.

3. Регламентированные занятия в рамках процесса физического воспитания в школе должны быть направлены на решение следующих задач:

- повышение физической образованности;
- обучение самостоятельным занятиям физическими упражнениями и формирование установки на самосовершенствование;
- обучение принципам самоконтроля во время занятий и контроля физической нагрузки;
- освоение техники таких видов физических упражнений, которые можно было бы использовать в последующие периоды жизни;
- подготовка организма к семейной жизни (у девушек к будущему материнству).

4. Одним из главных условий повышения уровня физической подготовленности учащихся старших классов в процессе физического воспитания в общеобразовательной школе является повышение уровня их двигательной активности на основе формирования потребности в самостоятельных занятиях физическими упражнениями в повседневной жизни.

Для решения этой задачи представляется целесообразным:

- использовать разработанную систему домашних заданий, в основе которой лежат принципы адекватности и индивидуализации тренировочных воздействий (планировать и регулировать тренировочные нагрузки в зависимости от пола, возраста и уровня подготовленности занимающихся);
- уделять акцентированное внимание, комплексному развитию основных двигательных качеств (руководствуясь принципом прикладности физического воспитания);
- формировать знания научно-практического характера в области физической культуры;
- обеспечить регулярность врачебного и педагогического контроля и самоконтроля за физической подготовленностью и состоянием здоровья.

5. С целью повышения квалификации педагогов и родителей учащихся организовать проведение методических занятий, связанных с проблемами повышения физической подготовленности учащейся молодежи.

ЛИТЕРАТУРА:

1. Гунажоков, И.К. Особенности формирования физической культуры личности в условиях регламентированных занятий в общеобразовательной школе: Автореф. дис. канд. пед. наук / И.К. Гунажоков. – Майкоп, 1995. – 17 с.

2. Гунажоков И.К. Рекомендации тренерам по формированию и поддержанию у детей устойчивой мотивации к занятиям спортом / И.К. Гунажоков, И.В. Вержбицкий, Е.Г. Вержбицкая // Социализация растущего человека в контексте прогрессивных научных идей XXI века: социальное развитие детей дошкольного возраста: сб. науч. трудов I-ой всероссийской научно-практической конференции с международным участием. / под. общ. ред. Т.И. Никифоровой, Т.И. Гризик, Л.А. Григорович – Чебоксары: ЦНС Интер-актив плюс, 2015. – С. 229-232.

3. Камбачоков, А.А. Проблемы формирования физической культуры личности студентов медицинского колледжа: Автореф. дис. канд. пед. наук / А.А. Камбачоков. – Нальчик, 2005. – 24 с.

4. Левченко, В.Г. Медико-биологические основы дифференцированного подхода в физическом воспитании школьников / В.Г. Левченко. – Майкоп: Редакционно-издательский отдел Адыгейского государственного университета, 2002. – 144 с.

5. Яруллин, А.И. Учебный предмет «Физическая культура» - источник получения образования по физической культуре / А.И. Яруллин // Физкультура в школе, 2000. - № 4. – С. 9-11.

ФОРМИРОВАНИЕ КООРДИНАЦИОННЫХ СПОСОБНОСТЕЙ У ЮНЫХ КАРАТИСТОВ

С.В. Гладков, студент ИФК и дзюдо АГУ

*Н.Х. Кагазежева, доцент кафедры биомеханики и
медико-биологических дисциплин ИФК и дзюдо АГ*

Координационные способности имеют огромное значение (смысл) во многих видах спорта в том числе и для занятий каратэ.

В связи с ранней специализацией, сокращением периода обучения и усложнением спортивного снаряжения, к спортсменам предъявляются высокие требования к проявлению координационных способностей. Это требует поиска новых способов, с помощью которых можно научить детей лучше и быстрее управлять движениями своего тела [1].

Под термином «координационные способности» понимают, целостные двигательные акты, во-вторых, способность преобразовывать выработанные формы действий или переключаться от одних к другим соответственно требованиям меняющихся условий. Координационные возможности человека, контролируя его движения, выполняют важную функцию, а именно координацию, упорядочение различных двигательных движений в единое целое соответственной поставленной задачи[1].

Хорошо развитые координационные способности организма человека являются необходимым условием для успешного обучения физическим упражнениям. Координационные возможности позволяют повысить изменчивость процессов управления движениями [2].

Координационные способности обеспечивают экономное использование энергетических ресурсов детей, влияя на объем и величину использования, так как мышечное усилие, точно дозированное во времени, пространстве и степени наполнения, и оптимальное использование соответствующих фаз расслабления приводит к рациональному расходу сил.

Движение каратистов разнообразны и сложны по координации. Каратист должен успешно выходить из затруднительных двигательных ситуаций, быстро и оптимально решать неожиданно возникающие двигательные задачи в бою в условиях крайнего дефицита времени.

В качестве средств развития координационных способностей можно использовать различные двигательные действия (физические упражнения), если они отвечают следующим требованиям:

- связанные с преодолением координационных трудностей;
- требуют от исполнителя правильности, скорости, рациональности при выполнении сложных в координационном отношении двигательных действий;
- являются новыми и необычными для исполнителя;
- хотя и являются привычными, но выполняются при изменении самих движений и двигательных действий или условий.

Упражнения, удовлетворяющие хотя бы одно из этих требований, называются координационными [5].

Как отмечают некоторые специалисты [6], координационные упражнения должны выполнять такие функции:

1. Базовая функция - формирование фундаментальных координационных

способностей в период их ускоренного развития с целью создания широкого координационного базиса для дальнейшего двигательного совершенствования.

2. Подготовительная функция - формирование и совершенствование координационных способностей, соответствующие каждому из этапов двигательного обучения с помощью специально подготовительных упражнений.

3. Функция стабилизации, то есть совершенствование координационных способностей в фазе стабилизации двигательного обучения с помощью варьирования навыков.

4. Развивающая функция - улучшение возможностей усовершенствования координационных способностей с помощью специфического содержания того или иного вида спорта.

5. Функция гармонизации, предусматривающий одновременное совершенствование координационных способностей.

Комплекс методических приемов для совершенствования координационных способностей можно разбить на две группы:

1. Изменение способа выполнения упражнения: направления движения, силовых усилий, темпа движений, объема движений, ритма движений, исходного и конечного положения, зеркальное выполнение упражнения.

2. Изменение условий выполнения движения при сохранении его образа: условия, которые постоянно меняются, постоянная смена упражнений, предварительная нагрузка; предварительное раздражение вестибулярного аппарата, дополнительные задания во время выполнения упражнения, комбинирования с другими упражнениями.

Наиболее широкую и доступную группу средств для совершенствования координационных способностей составляют общие подготовительные упражнения, одновременно охватывающие основные группы мышц.

Это упражнения без предметов и с предметами (мячами, гимнастическими палками, скакалками), относительно простые и достаточно сложные, выполняемые в условиях, которые постоянно изменяются при различных положениях тела и его частей, элементы акробатики (кувырки, различные перекаты и т.п.), упражнения в равновесии. Для совершенствования способности быстро и целесообразно перестраивать двигательную деятельность, внезапно менять обстановку высокоэффективным средством являются подвижные и спортивные игры, кросс и передвижения на лыжах по пересеченной местности.

Наряду с повышением общего уровня координационного подготовленности у юных каратистов на этапе начальной подготовки целесообразно развивать те координационные способности, которые позволят добиваться высоких спортивных результатов на этапе максимальной реализации индивидуальных возможностей.

Для развития координационных способностей спортсменов в научной и методической литературе предлагается целый ряд методов и методических приемов.

Одними из первых методов следует назвать традиционные практические методы: метод обучения двигательных действий в целом, который используется во время многократного повторения упражнений, несложных по своей координационной структурой, и метод обучения двигательным действиям по частям, применяемый в изучении упражнений, сложных по своей структуре. Во время разучивания упражнения по частям и в целом используется метод подводных упражнений. Такие упражнения по своей структуре соответствуют двигательным действиям или их отдельным элементам.

В течение учебно-тренировочного процесса игры следует разнообразить и постепенно усложнять, все действия юных спортсменов при этом регламентируются определенными правилами, также постепенно усложняются. На одном занятии детям следует предлагать 2-4 подвижные игры или эстафеты, в зависимости от задачи конкретного тренировочного занятия. Совершенствуя координационные способности, соревнования и игры проводятся в упрощенных и усложнения техники выполнения

упражнений, использование приборов. Осложненные условия: спортивные и подвижные игры на площадках уменьшенных размеров и с большим количеством игроков, дополнительные обременения.

Метод повторной стандартизированной упражнения используется во время разучивания и исполнения упражнений, сложных по своей координационной структуре. Для совершенствования техники выполнения таких упражнений следует соблюдать относительно стандартных условий и параметров нагрузки и структуры двигательного действия. Метод повторной прогрессирующей упражнения используется для постепенного роста интенсивности нагрузки или продолжительности выполнения двигательного действия в зависимости от задач конкретного тренировочного занятия. Этот метод следует применять тогда, когда дети закрепились техника выполнения упражнений, уровень развития координационных способностей достиг должного уровня, при котором увеличение интенсивности или продолжительности упражнения не нарушало бы структуру выполнения упражнений и способствовало совершенствованию координационных способностей юных спортсменов. Метод повторной регрессирующую упражнения авторы рекомендуют использовать при выполнении двигательных действий с высокой интенсивностью нагрузки в начале и постепенного его уменьшения в конце избежание переутомления и нарушения техники выполнения упражнений с одновременным достаточным влиянием на уровень развития координационных способностей спортсмена.

При применении метода повторной вариативной упражнения изменяются не только параметры нагрузок и отдыха, но и скорости, темпа, ритма движений, исходных и конечных положений, использования в стандартных упражнениях дополнительных движений: «выключения» зрительного и слухового анализаторов, изменение направления, скорости, ускорения, последовательности и величины приложенных усилий. Метод повторной вариативной упражнения для формирования координационных способностей применяют в двух основных вариантах: методы строго регламентированного и нестрого регламентированного варьирования. За использование метода нестрого регламентированного варьирования применялись такие методические приемы: варьирование, связанное с использованием необычных условий природной среды; варьирования, связанное с использованием необычного инвентаря; игровое варьирования, связанное с использованием игрового и соревновательного методов.

При применении методов вариативной (переменной) упражнения нужно учитывать такие основные правила: использование небольшого количества (8-12) повторений разнообразных физических упражнений, выдвигают схожие требования к способу управления движениями; многократное повторение тех упражнений, как можно чаще и целенаправленно, изменяя выполнения отдельных характеристик и двигательного действия в целом, а также условий осуществления этих действий [7].

Способность быстро, точно решать сложные двигательные задачи, впервые встречаются, зависит от функциональных возможностей коры больших полушарий (при достаточно высокой степени развития других физических качеств). Итак, совершенство условно-рефлекторной деятельности коры - основа качества ловкости. Выполнение сложноподчиненных упражнений в боевой практике при тотальном контроле за положением всего тела, взглядом, дыханием является отличным способом воспитания координации движений в каратистов. Проблемой воспитания координационных способностей были также обеспокоены люди, которые были у истоков древнего каратэ. Исходя из современной эволюции каратэ как вида, выделяются три основных его направления: традиционное, спортивное и прикладное (боевое). В независимости от практической направленности, координационные способности каратистов и их совершенствования занимают важное место в составе тренировочного процесса. Для традиционного каратэ — это базовые формальные комплексы («ката»), и выполнения специальных тактических упражнений с использованием традиционных техник. В

спортивном каратэ, как и в любом другом спорте, результат зависит от четкости выполнения, а как следствие и дефективности приема, рядом с периодом двигательной реакции, силой и другими физическими качествами. В прикладном направлении воспитания координационных способностей имеет особенно важный характер, ведь освоение боевого каратэ, чаще всего происходит сотрудниками силовых структур, или другими лицами, которые применяют полученные знания вне спортивного или условного поединка, поэтому ответственность за подготовку координационных способностей бойца в этом направлении значительно выше. Для развития координационных способностей каратиста необходимо [3]:

1) совершенствовать работу различных анализаторов, повышать способность точно дифференцировать внешние и внутренние раздражители;

2) совершенствовать способность координировать различные движения. Совершенствование работы различных анализаторов осуществляется подготовительными (общеразвивающими и специальными) упражнениями. Особое внимание при этом уделяется совершенствованию проприоцептивной чувствительности, точности регистрации положений и движения - различных частей тела, чувство равновесия и др. Для этого применяют общеразвивающие упражнения на равновесие, акробатические упражнения (кувырки, перевороты, сальто и др.), Упражнения с набивными мячами, жонглирование гири, упражнения с партнером. Процесс спортивной борьбы предъявляет высокие требования к способности точно и тонко дифференцировать различные раздражители в поединке. Этому должна быть отведена значительная часть времени в процессе обучения и требование. Давая упражнение для совершенствования работы какого-либо анализатора, тренеру стоит так построить задача, чтобы обострить и усилить деятельность именно данного анализатора. Так, в упражнениях на равновесие можно усилить деятельность вестибулярного и проприоцептивной анализаторов путем выключения зрительного анализатора (выполнять упражнения с закрытыми или завязанными глазами) [8].

Совершенствование способности координировать движения развивается путем усвоения большого количества навыков. Координационные способности совершенствуются путем изучения новых действий и видоизменения изученных действий. Изучение новых действий (упражнений, технических и тактических действий). Чем больше разнообразных действий усвоит каратист, тем выше будут его координационные способности, так как меньше будет встречаться необычных движений или частей действия. Занятия различными видами спорта (гимнастика, акробатика, спортивные игры, велосипедный, конькобежный, лыжный спорт и др.) Помогают каратисту совершенствовать координационные способности [4].

Каратист, который имеет большой запас двигательных умений и навыков, может быстрее выполнить новое действие, которое необходимо для решения, внезапно возникающего в поединке двигательной задачи. Такой боец будет тратить меньше времени на решение разнообразных двигательных задач, следовательно, быстрее прогрессировать как спортсмен. В процессе занятий другими видами спорта следует иметь в виду, что достигать высоких спортивных результатов у них не обязательный. Ему нужна неточность выполнения упражнений, предусмотрена правилами соревнований в гимнастике, акробатике и др., а точный конечный результат при широком диапазоне вариативности действий и отдельных движений. Совершенствовать координационные способности можно, изучая разнообразные технические и тактические действия спортивной борьбы. Этим путем совершенствуется способность координировать действия, необходимые каратисту в поединке. Техника борьбы призвана обеспечить спортсмену необходимый запас двигательных умений и навыков «на все случаи жизни», то есть на все возможные в поединке ситуации.

При подборе методов для тренировки координационных способностей, следует учитывать индивидуальные особенности каратистов, особенности группы в которой

проводится занятие. Например, с юными спортсменами для развития координационных способностей и любой другой физической качества надо чаще использовать игровой метод, в том числе применяя спортивные игры как способ поощрения одновременно способен повысить уровень данной характеристики. Заранее смоделированы, усложненные условия выполнения первичных боевых задач на тренировочное занятие отличный способ для развития координационных возможностей у спортсменов средневековой категории. Влиять на развитие координации у взрослых каратистов надо наиболее серьезными, или смешанными способами в условиях изменения первичной обстановки в спарринге, или условном поединке, осложнения стандартный тренировочный подход к тренировочным задачам. При воспитании координационных способностей во все возрастные группы не стоит забывать об отработке ката, не только как упражнения при подготовке к соревнованиям, а и апробированный древними мастерами каратэ способе для совершенствования координационных способностей.

Максимального результата можно достичь, если сочетать все вышеизложенные методы и способы воспитания координационных способностей в тренировочном процессе, наращивать частоту и плотность, а каратэ. не следует также забывать, что, как и развития координационных способностей, равнозначно, в всех стилях и направлениях каратэ, совершенствованию подлежат и другие физические качества такие как быстрота, сила, выносливость, подвижность суставов и скоростно-силовые способности. Потому что только разностороннее развитие каратиста повышает вероятность завоевания им победы.

ЛИТЕРАТУРА :

1. Абрамова, Т.Ф. Морфологические критерии – показатели пригодности, общей физической подготовленности и контроля текущей и долговременной адаптации к тренировочным нагрузкам: учебно-методическое пособие Т.Ф. Абрамова, Т.М. Никитина, Н.И. Кочеткова – М.: ТВТ Дивизион, 2010. – 104 с.
2. Бернштейн, Н.А. О ловкости и её развитии Н.А. Берштейн. - М.: Физическая культура и спорт, 2001. – 186 с.
3. Бомпа, Тудор О Подготовка юных чемпионов: Пер. с англ. Т. Бомпа.- М.: ООО Издательство Астрель: Издательство АСТ, 2003. – 259 с.
4. Бутин, И.М. Развитие физических способностей детей И.М. Бутин, А.Д. Викулов. - М.: Издательство Владос - Пресс, 2002. - 80 с.
5. Гожин, В.В. Спорт, единоборства. /В.В. Гожин, О.Б. Малков – М.: ФиС, 2008 – 232 с.
6. Зимницкая, Р.Э. Нормирование нагрузок, направленных на развитие координационных способностей младших школьников на уроках физической культуры Р.Э. Зимницкая. - Минск, 2003. - 114 с.
7. Кадочников, А.А. Русский Рукопашный Бой. Научные основы Грааль / А.А. Кадочников, – М.: ФиС, 2003 – 106 с.
8. Лях В.И. Координационные способности школьников: основы тестирования и методика развития / В.И. Лях // Физическая культура в школе. 2010. № 5. С. 310.

ПОДХОДЫ К РЕШЕНИЮ ЗАДАЧ СОЦИАЛЬНО-ПЕДАГОГИЧЕСКОЙ ПРОФИЛАКТИКИ ОТКЛОНЯЮЩЕГОСЯ ПОВЕДЕНИЯ ШКОЛЬНИКОВ

*М. Горлин, студент ИФК и дзюдо
Е.Г. Вержбицкая, канд. пед. наук, доцент
Институт физической культуры и дзюдо*

Как отмечается в научно-педагогической литературе, в последние десятилетия отклонения в поведении несовершеннолетних стали приобретать еще более сложный характер, сформировались новые системообразующие факторы, повлиявшие и на характер отклонений, и на их природу, и на их содержание. Возникла проблема в переосмыслении имеющегося отечественного опыта решения проблемы профилактики девиантного (отклоняющегося, асоциального) поведения подростков [1, 2, 3 и др.].

Традиционно в вопросе организации профилактики основной акцент делался на мероприятия вторичной, связанной с уже имеющимся фактом девиации, а значит – вынужденной профилактики. В этом случае девиантное поведение подростков уже перешло в делинквентное и стало чрезвычайно опасным для всего общества в целом.

Результатом такого отношения стала педагогика исправительного воспитания, которая в условиях советского времени принесла, несомненно, положительные результаты. Была выстроена стройная система педагогических методов работы с трудными подростками, основанная на учете основных ценностей и социальных условий, присущих этому периоду развития.

Сегодня вопросы профилактики девиантного поведения как задача предупреждения проявления правонарушений со стороны несовершеннолетних могут рассматриваться с разных точек зрения: с позиций юридической науки, криминологии, психологии, педагогики и т.д. Накопленный к настоящему времени практический опыт и результаты научных исследований дают представление о системе профилактической работы как о сложной многоуровневой структуре, элементами которой являются:

а) четкая и продуманная регламентация ранней профилактической деятельности, направленной на весь контингент детей и подростков (на стадии до возникновения проблемы);

б) система работы и сеть учреждений для детей «группы риска» (для решения проблем на стадии их возникновения);

в) система работы с детьми, которые уже имеют опыт девиантного поведения (наркотики, алкоголь, насилие, бродяжничество и т.д.) и сеть учреждений для оказания им медицинской, психолого-педагогической и социальной помощи;

г) специальные учреждения для несовершеннолетних различных категорий делинквентов (подсистемных, подсудимых, осужденных и т.д.) с определенной системой воспитания, опирающейся на открытость, связь с жизнью общества;

д) специальная (особая) система ювенального (по делам несовершеннолетних) правосудия;

е) хорошо налаженная ресоциализация (социальная адаптация) несовершеннолетних различных категорий: вышедших из учебно-воспитательных учреждений; освобожденных из колоний, освобожденных из зала суда (независимо от оснований); ведущих асоциальный образ жизни.

Все указанные элементы связаны между собой, что требует системности в определении подходов к организации и совершенствованию мер профилактики.

К основным подходам к решению задач профилактики девиантного поведения школьников относят следующие: информационный, социально-профилактический, медико-биологический, криминологический, социально-педагогический. Рассмотрим содержание данных подходов.

Информационный подход. Он основывается на том, что отклонения в поведении подростков от социальных норм, принятых в обществе в данный исторический период, происходят потому, что несовершеннолетние просто не знают этих самых социальных норм. Следовательно, основным направлением работы должно стать информирование несовершеннолетних об их правах и обязанностях, о требованиях, предъявляемых государством и обществом к выполнению установленных для данной возрастной группы социальных норм. Это можно осуществить через средства массовой информации (печать, радио, телевидение), через киноискусство, театр, художественную литературу и другие средства культуры; через систему обучения с целью формирования правосознания подростка, повышения его образованности, усвоения им морально-нравственных норм поведения в обществе.

Социально-профилактический подход. В качестве основной цели он рассматривает выявление, устранение и нейтрализацию причин и условий, вызывающих негативные девиации. Сущностью данного подхода является система социально-экономических,

общественно-политических, организационных, правовых и воспитательных мероприятий, которые проводятся государством, обществом, конкретными учреждениями и конкретными людьми для выяснения и устранения или минимизации причин девиантного поведения как отдельных групп несовершеннолетних (например, социальных сирот), так и отдельно взятых подростков (индивидуальная профилактическая работа).

Медико-биологический подход. Его сущность состоит в предупреждении возможных отклонений от социальных норм целенаправленными мерами лечебно-профилактического характера по отношению к лицам, страдающим различными аномалиями (в том числе имеющим наследственную предрасположенность, например, к алкоголизму).

Криминологический подход (связанный с применением санкций). Сущностью его является наказание человека, совершившего правонарушение или преступление, на основании существующих юридических законов. В этом случае профилактика девиантного поведения рассматривается как один из элементов системы борьбы с преступностью.

Социально-педагогический подход. Сущность его заключается в восстановлении или коррекции качеств личности подростка с девиантным поведением, особенно его нравственных и волевых качеств; в помощи в социальной адаптации несовершеннолетних. Педагогическая профилактика – это вид профилактической деятельности, которая в первую очередь направлена на устранение тех причин девиаций, которые связаны с недостаточным или неправильным воспитанием.

Подростки отличаются не только повышенной девиантностью, но и повышенной виктимностью (способностью стать жертвой). Вопросам защиты детей от преступных посягательств уделяется большое внимание. Так, ежегодно на заседании Межведомственной комиссии Совета Безопасности Российской Федерации по общественной безопасности рассматривается состояние вопроса о принимаемых мерах по предотвращению насилия в отношении несовершеннолетних.

Полномасштабно проводится работа по совершенствованию законодательства, направленного на защиту прав и законных интересов детей. Так, в принятый от 29 декабря 2010 г. № 436-ФЗ Федеральный закон «О защите детей от информации, причиняющей вред их здоровью и развитию», которым введены дополнительные меры по защите детей от информации, причиняющей вред их здоровью и развитию, внесено за годы его функционирования более 20 поправок, усиливающих его характер при обороте информационной продукции.

Продолжает свое действие Федеральный закон от 23.12.2010 г. № 387-ФЗ «О внесении изменений в Трудовой кодекс Российской Федерации и статью 221 Федерального закона «О государственной регистрации юридических лиц и индивидуальных предпринимателей», в соответствии с которым лица, имеющие или имевшие судимость, подвергающие или подвергавшиеся уголовному преследованию за преступления против жизни и здоровья, свободы, чести и достоинства личности, половой неприкосновенности и половой свободы личности, против семьи и несовершеннолетних, здоровья населения и общественной нравственности, а также против общественной безопасности, не допускаются к трудовой деятельности и государственной регистрации в качестве индивидуальных предпринимателей в сфере образования, воспитания, развития несовершеннолетних, организации их отдыха и оздоровления, медицинского обеспечения, социальной защиты и социального обслуживания, в сфере детско-юношеского спорта, культуры и искусства с участием несовершеннолетних.

Во всех субъектах Российской Федерации внедрен институт «школьных» инспекторов как действенная форма работы подразделений органов внутренних дел по делам несовершеннолетних, ориентированный на работу с семьями «группы риска». Эта работа дает позитивные результаты, которые выражаются в постоянном повышении уровня взаимодействия и информирования о фактах семейного неблагополучия, нарушения прав и законных интересов несовершеннолетних и др.

Решение вопросов предупреждения преступлений, совершаемых несовершеннолетними и в отношении них, невозможно без активного участия в данной работе всех субъектов системы профилактики при координирующей роли комиссий по делам несовершеннолетних и защите их прав всех уровней.

Как отмечается в Государственном докладе «О положении детей и семей, имеющих детей, в Российской Федерации» (2017), в деятельности комиссий важное место занимают вопросы составления и реализации планов индивидуальной работы с семьями, проведения мероприятий, направленных на лечение родителей от алкогольной и наркотической зависимости, оказание помощи в трудоустройстве, оформлении детей на льготных условиях в детские учреждения и т.д., что составляет комплекс мер по совершенствованию государственной системы профилактики правонарушений, расширение практики использования ресурса региональных комиссий по профилактике правонарушений и по делам несовершеннолетних и защите их прав в решении проблем предупреждения правонарушений, требующих комплексного подхода, в том числе усиления контроля за исправлением лиц, освобожденных из мест лишения свободы, снижения негативного влияния на образ жизни детей со стороны взрослых, повышение эффективности участия граждан в обеспечении правопорядка, создание и совершенствование организационно-правовых основ функционирования общественных объединений правоохранительной направленности.

Меры профилактики девиантного поведения, применяемые на современном этапе, составляют две группы: общесоциальные меры и меры специального предупреждения. Общесоциальные меры относятся к значимым для профилактики асоциального поведения несовершеннолетних и включают в себя не только экономические, политические, культурно-воспитательные меры, которые прямо ориентированы на применение к рассматриваемой возрастной группе (например, льготные условия трудоустройства молодежи, установление всеобщности обязательного обучения детей и подростков), но и меры, косвенно достигающие этого эффекта, но создающие условия для нормального формирования поведения молодого поколения.

Содержание *специального (специально-криминологического) предупреждения* образуют меры, непосредственно направленные на профилактику преступлений среди подростков. Они специально предназначены для воздействия на факторы, детерминирующие преступность, и на субъектов, совершивших преступления или способных совершить их в будущем в силу присущих им личностных особенностей.

К *мерам ранней профилактики* относятся меры, направленные на предотвращение, заблаговременное предупреждение действия факторов, отрицательно влияющих на формирование личности и поведение подростков, устранение источников возможных негативных влияний, компенсацию негативных последствий социальных процессов. Например, выявление неблагополучных в воспитательном отношении семей, компенсация недостатков семейного воспитания, помощь в бытовом, трудовом устройстве несовершеннолетних, обеспечение позитивной досуговой занятости. Другую группу образуют *меры собственно предупредительного характера* (непосредственное предупреждение). Их комплекс составляют мероприятия по целенаправленному воспитательному и перевоспитывающему воздействию на несовершеннолетних, поведение которых уже свидетельствует об опасности совершения преступления в будущем, по пресечению действий лиц, отрицательно влияющих на подростков, по устранению факторов, которые привели к нарушению несовершеннолетними моральных и правовых норм. Например, меры контроля за поведением подростков-правонарушителей со стороны подразделений внутренних дел, по предупреждению правонарушений несовершеннолетних; меры, применяемые к родителям, отрицательно влияющим на детей или уклоняющимся от выполнения воспитательных обязанностей; принудительные меры воспитательного воздействия, применяемые судами, комиссиями по делам несовершеннолетних к подросткам-правонарушителям.

Третья группа – это *меры, направленные на профилактику рецидива*. Их цель – перевоспитывающее воздействие, контроль и социальная помощь несовершеннолетним, уже совершившим преступления, нейтрализация факторов социальной среды, способствующих совершению преступления. Например, к таким мерам относятся контроль и помощь в бытовом, трудовом устройстве отбывшим наказание несовершеннолетним, перевоспитывающее воздействие в отношении осужденных к мерам наказания, не связанным с лишением свободы. Раннее предупреждение при этом необходимо рассматривать как самое перспективное, гуманное и экономичное направление профилактики девиантного поведения и преступности несовершеннолетних, оказывающее влияние и на будущие характеристики преступности в целом.

В Российской Федерации существует много различных структур, которые должны решать проблемы профилактики девиантного поведения детей и подростков. Основные субъекты, осуществляющие деятельность в сфере профилактики правонарушений несовершеннолетних, определены в 1999 году Федеральным законом «Об основах системы профилактики безнадзорности и правонарушений несовершеннолетних».

В соответствии с данным правовым актом государственную систему профилактики безнадзорности и правонарушений несовершеннолетних, защиту их прав составляют: комиссии по делам несовершеннолетних и защите их прав (КДНиЗП); органы управления социальной защитой населения и учреждения социального обслуживания; органы управления образованием; органы опеки и попечительства; органы по делам молодежи; органы управления здравоохранением; органы службы занятости; органы внутренних дел; иные органы и учреждения, осуществляющие в пределах своей компетенции меры по профилактике правонарушений несовершеннолетних.

Рассмотрим отдельные направления деятельности *Комиссии по делам несовершеннолетних и защите их прав (КДНиЗП)*. Главными задачами комиссии являются организация работы по предупреждению безнадзорности, правонарушений несовершеннолетних, устройство и охрана прав несовершеннолетних, координация усилий органов государства и общественных организаций по указанным вопросам, рассмотрение дел о правонарушениях несовершеннолетних и осуществление контроля за условиями содержания и проведения воспитательной работы с несовершеннолетними в учреждениях Министерства внутренних дел России и в специальных учебно-воспитательных учреждениях. Комиссии вменяется Федеральным законом «Об основах системы профилактики безнадзорности и правонарушений несовершеннолетних» осуществление мер по защите и восстановлению прав и законных интересов несовершеннолетних, контроль за обращением с детьми и подростками, а также условиями содержания, обучения и воспитания в учреждениях системы профилактики безнадзорности и правонарушений несовершеннолетних. Особое внимание КДНиЗП должна уделять в своей работе выявлению причин и условий, способствующих безнадзорности, беспризорности, правонарушениям и антиобщественным действиям несовершеннолетних. В ведении КДНиЗП также находятся вопросы, связанные с исключением из образовательных учреждений несовершеннолетних, не получивших основного общего образования, и другие вопросы обучения, предусмотренные Федеральным законом «Об образовании в Российской Федерации».

Помимо уже выше отмеченного, в обязанности КДНиЗП входит:

- подготовка совместно с соответствующими органами или учреждениями материалов, представляемых в суд, по вопросам, связанным с содержанием несовершеннолетних в специальных учебно-воспитательных учреждениях закрытого типа, а также по другим вопросам, предусмотренным законодательством Российской Федерации;

- оказание помощи в трудовом и бытовом устройстве несовершеннолетних, освобожденных из учреждений уголовно-исполнительной системы либо вернувшихся из специальных учебно-воспитательных учреждений;

- содействие в определении форм устройства несовершеннолетних, нуждающихся в помощи государства.

ЛИТЕРАТУРА:

1. Нехорошева, И.В. Диагностика предрасположенности молодежи к девиантному поведению / И.В. Нехорошева, В.Н. Зубов // Вопросы психологии. – 2016. – № 5. – С. 28-39.

2. Преступность в России и проблемы борьбы с ней: Сб. статей / Под ред. А.И. Долговой. – М., 2012. – 338 с.

3. Школьники с девиантным поведением: особенности воспитания [Электронный ресурс]. – Режим доступа: <http://www.vashpsixolog.ru/pedagogically-difficult-children/53-aggressive-children/998-shkolniki-s-deviantnym-povedeniem-osobennosti-vospitaniya>

ФОРМИРОВАНИЕ НРАВСТВЕННЫХ И ВОЛЕВЫХ КАЧЕСТВ ЛИЧНОСТИ ПОДРОСТКОВ, ЗАНИМАЮЩИХСЯ ТХЭКВОНДО

К. Д. Дауров, магистрант ИФК и дзюдо АГУ

И. К. Гунажоков, к.п.н., доцент

Воспитание и развитие личности осуществляется под влиянием многих факторов. Личность формируется в процессе общественной жизни: в учебе, труде, общении с людьми, в процессе занятий физической культурой и спортом. Физическая культура и спорт способствует всестороннему развитию личности человека, особенно позитивно развивая нравственно-волевою сферу личности. В целом ряде научных трудов занятия физической культурой и спортом рассматриваются как мощное средство физического и духовного воспитания [1;3;4].

Пьер Кубертен подчеркивал, что спорт способен формировать характер и укреплять нравственную силу, а также развивать инициативность, стойкость, энергичность, стремление к самоусовершенствованию и пренебрежению к возможным опасностям, а значит, содействовать не только физическому совершенствованию, но и гармоничному развитию взрослого человека.

Проблема гармоничного развития духовных и физических способностей человека в течение долгого времени привлекает внимание передовых ученых. Достаточно большая роль в решении связанных с этим задач многими специалистами отводится физической культуре и спорту

Вопросы взаимосвязи физической культуры, спорта и культуры духовной, нашли своё отражение в работах современных ученых Н.Н. Визитея, В.М. Выдрина, М.Я. Виленского, Ю.И. Евсеева, Л.П. Матвеева, Н.Х Хакунова и др. В целом, исследователи подчеркивают, что физическая культура и спорт, как относительно самостоятельная, специфическая часть культуры личности и общества объединяет в систему разнообразные средства и методы, направленные на восстановление и совершенствование физических и тесно связанных с ними интеллектуальных и духовных сил человека, активно способствует формированию высоких моральных, эстетических и интеллектуальных качеств, развивает быстроту реакции, умение устойчиво концентрировать и переключать внимание, а так же смелость, решительность, находчивость, волю и другие важные личностные качества.

Обобщение литературных источников и программных документов позволяют говорить о существовании проблемы развития и воспитания нравственно-волевой сферы личности детей и подростков. Самые большие сложности возникают тогда, когда подростки сталкиваются с проблемой нравственного развития. Возникает противоречие, с одной стороны обусловленное стремлением к романтизму, приключениям, навеянное соответствующей литературой и фильмами; с другой стороны столкновение с прагматизмом, порождаемым экономическими условиями жизни[3;4].

В значительной степени возросли в детской и подростковой среде кризисные проявления агрессивности, жестокости, цинизма, неприятия общественно значимых

идеалов. Поэтому педагог должен стремиться показать воспитанникам, что в действительности прагматические и романтические ценности вполне совместимы друг с другом.

Изучив состояние проблемы развития нравственно-волевой сферы личности подростков, мы можем констатировать, что в настоящее время проблеме воспитания и формирования личностных качеств, как в общеобразовательных учреждениях, так и в учреждениях дополнительного образования уделяется недостаточно внимания, тогда как подростковый возраст является оптимальным для развития и воспитания нравственно-волевых качеств.

Возможные пути решения этой проблемы видятся в активном использовании средств и методов развития нравственно-волевой сферы подростков в процессе начальной спортивной подготовки. Занятия физическими упражнениями и спортом позволяют подростку реально оценить свои возможности, особенности своей личности.

Подростковый возраст это период, когда возникает потребность в самовоспитании, формируется самосознание, самооценка, именно поэтому данный период является оптимальным для развития и воспитания нравственно-волевых качеств личности подростка. В свою очередь, занятия физической культурой и спортом в значительной степени могут способствовать становлению нравственно-волевой сферы подростков, ведь отличительной особенностью тренировочного процесса является тот факт, что физическая нагрузка требует преодоления определенных трудностей. Такие качества, как целеустремленность, дисциплинированность, уверенность в своих действиях должны являться постоянным компонентом воли подростка, основанным на нравственных характеристиках личности.

Целью проведенного нами исследования являлось выявление динамики уровня развития нравственно-волевых качеств у подростков в возрасте 13-15 лет, преступивших к занятиям в секции тхэквондо, а также их сверстников, не занимающихся спортом. В рамках констатирующего эксперимента, осуществлялось экспертная оценка уровня развития наиболее значимых личностных нравственно-волевых качеств подростков в начале учебного года и через год занятий в секции тхэквондо.

Для определения уровня сформированности наиболее значимых личностных качеств (нравственных и волевых) у подростков, принимающих участие в исследовательской работе, использована специально разработанная система пятибалльной оценки. На основании анализа и обобщения данных, полученных в результате анкетирования родителей, тренеров, учителей, руководителей ДЮСШ и самих юных спортсменов были определены наиболее значимые личностные качества (С.В. Кабанов, 2004).

Таким образом, была разработана структурная модель нравственно-волевых качеств личности подростка как выражение «социального заказа».

Структурная модель нравственно-волевых качеств личности подростка как выражение «социального заказа» (С.В. Кабанов, 2004)

Ранг	Качества	Модель (среднее рангов тренеров-родителей)
1	Смелость	1,00
2	Дисциплинированность	2,25
3	Целеустремленность	2,75
4	Трудолюбие	4,25
5	Доброжелательность	5,75
6	Стойкость	5,75
7	Инициатива	6,25
8	Самостоятельность	8,00
9	Уважение	9,50

10	Честность	9,50
----	-----------	------

Содержание каждого личностного качества раскрыто в их основных признаках (компонентах), которые являлись основными показателями их уровня и его развития. Каждый признак оценивается в один балл. Общий оценочный балл каждого признака находится в пределах шкалы от 2 до 5 баллов.

Оценка «5» ставится при положительном выполнении всех пяти признаков (компонентов) личностных качеств;

«4» - хорошо – при невыполнении одного из признаков (компонентов);

«3» - удовлетворительно – при невыполнении двух из признаков;

«2» - неудовлетворительно – при невыполнении трех из признаков (С.В. Кабанов, 2004).

Наиболее значимые личностные качества подростков и их основные признаки (компоненты)		
№	Морально-волевые качества личности	Основные признаки (компоненты) определяющие уровень личностных качеств подростков
1.	Смелость	Умение: 1. Преодолевать страх перед препятствиями, неизвестностью, необычным 2. Принимать самостоятельное решение в сложных, необычных ситуациях 3. Высказывать и обосновывать свое решение 4. Практически защищать принятое решение 5. Варьировать принятое решение в соответствии с изменением ситуационной обстановки
2.	Трудолюбие	Умение: 1. Ответственно относиться к порученному делу 2. Доводить до успешного окончания взятую работу 3. Терпеливо исправлять допущенные в процессе работы ошибки 4. Осуществлять поиск наиболее рентабельных приемов выполнения работы
3.	Целеустремленность	Умение: 1. Правильно определить цель 2. Проявлять твердость в достижении цели 3. Варьировать задачи для достижения цели 4. Решать задачи для достижения цели 5. Определять промежуточные этапы
4.	Инициативность	Умение: 1. Быстро ориентироваться в окружающих ситуациях 2. Проявлять волевое стремление к деятельности 3. Планировать практическую деятельность 4. Осуществлять практическую подготовку к деятельности 5. Варьировать практическую деятельность в соответствии с изменениями ситуационной обстановки
5.	Стойкость	Умение: 1. Преодолевать трудности 2. Владеть самочувствием 3. Не теряться в экстремальной ситуации 4. Твердо отстаивать принятое решение

		5. Стремиться к победе
6.	Дисциплинированность	Умение: 1. Подчиняться установленным правилам и требованиям 2. Разумно следовать общественным нормам поведения в окружающей среде 3. Соблюдать свои обязанности 4. Инициировать соблюдения порядка в коллективе 5. Соблюдать установленные режимы и распорядок дня.
7.	Доброжелательность	Умение: 1. Позитивно реагировать на радость и горе товарищей 2. Совершать добрые поступки 3. Проявлять взаимопомощь, взаимопонимание 4. Находить компромиссные решения 5. Поддерживать дружбу, оказывать радушие
8.	Уважение	Умение: 1. Ценить способности и возможности других 2. Проявлять внимание к возрасту младших и старших 3. Сохранять вежливость в процессе общения с другими 4. Оказывать повседневную заботу о товарищах, родных и близких 5. Требовательно относиться к самому себе
9.	Честность	Умение: 1. Говорить правду 2. Открыто отстаивать свое мнение 3. Выполнять обещания 4. Проявлять порядочность в отношениях с товарищами и коллективом в целом 5. Сохранять чувство долга и ответственности за судьбу товарищей и коллектива в целом
10.	Самостоятельность	Умение: 1. Осуществлять самостоятельно выбор приемов и средств для решения каких-либо задач 2. Самостоятельно осуществлять требования нравственного поведения 3. Самостоятельно, без подсказки выполнять разнообразные задания родителей, тренера-учителя, общественных организаций 4. Справляться с отрицательными эмоциями и желаниями 5. Соблюдать оптимальный режим труда (учебного) и отдыха

В результате проведенного исследования были сделаны следующие выводы:

1. Уровень развития наиболее значимых нравственно-волевых качеств личности подростков, приступивших к занятиям в секции тхэквондо и не занимающихся спортом, может быть охарактеризован, как ниже среднего;

2. Динамика развития нравственно-волевой сферы личности подростков, занимающихся в секции тхэквондо, имеет тенденцию к росту. После года занятий в секции тхэквондо прирост в уровне развития наиболее значимых личностных качеств, по результатам экспертной оценки, в среднем по группе составил 34%. Наиболее выраженные изменения произошли в уровне развития таких качеств как целеустремленность, инициативность, стойкость, трудолюбие, уважение,

самостоятельность;

3. По истечении одного года не происходит достоверных изменений в уровне развития наиболее значимых личностных качеств у подростков, не занимающихся спортом (контрольная группа).

Таким образом, проследив изменения в показателях (по результатам экспертной оценки), отражающих уровень развития наиболее значимых нравственно-волевых качеств личности подростков, занимающихся тхэквондо, можно констатировать, что данный вид спорта является эффективным средством, позволяющим влиять на воспитание наиболее значимых нравственно-волевых качеств личности подростков. Происходят достоверно значимые изменения в развитии нравственно-волевой сферы подростков, занимающихся тхэквондо в отличие от их сверстников, не занимающихся спортом.

ЛИТЕРАТУРА:

1. Гунажоков, И.К. Особенности формирования физической культуры личности в условиях регламентированных занятий в общеобразовательной школе: Автореф. дис. канд. пед. наук / И.К. Гунажоков. – Майкоп, 1995. – 17 с.

2. Степанов, С.В. Научно-методические основы физической подготовки каратистов 12-15 лет: Автореф. дис: канд. пед. наук / С.В. Степанов. – Краснодар, 2001. – 23с.

3. Кабанов, С.В. Развития нравственно-волевой сферы юных боксеров на начальном этапе подготовки: Автореф. дис: канд. пед. наук / С.В. Кабанов. – Ростов-на-Дону, 2004. – 24с.

4. Казанцев, С.В. Методика физического и нравственного воспитания школьников 4-6-х классов, занимающихся каратэ стиля дзесинмон. : Автореф. дис: канд. пед. наук / С.В. Казанцев. – Майкоп, 2005. – 22с.

ТЕХНОЛОГИЯ ФОРМИРОВАНИЯ ПРОФЕССИОНАЛЬНО-ЦЕННОСТНЫХ ОРИЕНТАЦИЙ БАКАЛАВРОВ ПО ФИЗИЧЕСКОЙ КУЛЬТУРЕ И СПОРТУ

*Е.В. Дерган, магистрантка ИФК и дзюдо,
Ю.А. Иоакимиди, к.п.н., доцент кафедры ТОФВ ИФК и дзюдо
науч. руководитель – А.Б. Бзуашев, к.п.н., профессор, директор ИФК и дзюдо*

Современный этап развития системы образования характеризуется переходом к новым педагогическим технологиям во всех учебных заведениях. Высшая школа призвана вести подготовку кадров с опережением, прогнозируя и учитывая потребности общества завтрашнего дня, опираясь на прочный методологический фундамент педагогической науки. От этой позиции зависит правильность построения той системы средств и способов, которые обеспечивают социальное становление индивида в необходимом для общества направлении. В настоящее время таковым выступает подготовка специалиста по физической культуре и спорту высокого уровня профессионального и личностного развития, показателем которых является профессионально-педагогическая направленность [1,2]. Данная характеристика личности предполагает наличие у учителя физической культуры и тренера интереса, любви к педагогической профессии, осознание трудностей и радостей учительской работы, потребности в педагогической деятельности, стремления овладеть основами педагогического мастерства. Однако лишь небольшой процент выпускников физкультурных вузов ориентированы на педагогическую деятельность.

Это, прежде всего, связано с тем, что обучение в вузе рассматривается студентами как возможность повышения своего спортивного мастерства, как перспектива продолжения спортивной карьеры. Доминирование тренировочной направленности снижает интерес к собственно педагогической деятельности. Кроме того, низкий социальный статус педагогической профессии, а в частности учителя физической культуры и тренера, также не стимулирует развитие профессиональной направленности у студентов [2,3].

Поэтому задачей физкультурного вуза становится обеспечение высокого уровня

профессиональной направленности будущего педагога в сочетании с высоким уровнем спортивного мастерства.

Однако, рассмотрены лишь общие пути и механизмы формирования профессионально-ценностных ориентаций, как элемента профессиональной подготовки, что позволяет разрабатывать и применять отдельные эффективные формы и методы организации и проведения теоретических и спортивно-практических занятий в вузе. Ценностные ориентации выступают как процесс, в котором личность субординирует ценности, отбирает и оценивает их, то есть ориентируется в них. Выявлено, что педагогические ориентации – компонент, механизм, процессуальный показатель устойчивости профессиональной направленности. Профессионально-ценностные ориентации обеспечивают соответствующее отношение специалиста к своей педагогической деятельности. Ценности личности проявляются в идеале, убеждениях, установке, деятельности, порядочности, честности, ответственности, точности. Следовательно, констатируется противоречие между необходимостью формирования профессионально-ценностных ориентаций у будущих специалистов по физической культуре и спорту и отсутствием теоретических положений, знаний и технологий его обеспечивающих.

Проблеме изучения ценностных ориентаций личности уделялось определённое внимание в философии (Сержантов В.Ф., Соколов Э.В., Кроник А.А., Дробницкий О.Г., Василенко В.А., Тугаринов В.П., Андреева Г.М., Столович Л.Н., Чавчавадзе Н. З., Сагатовский В.Н., Здравомыслов А.Г., Алексеева В.Г. и др.), социологии (Ядов В.А., Беляев Д.К., Блауберг И.В., Юдин Э.Г., Водзинская В.В., Жуков Ю.М., Ломидзе Л.С., Любимова Т.Б., Магун В.С., Ольшанский В.В., Соколовский Ю.Е., Шорохова Е.В., Щепаньский Я. и др.), психологии (Леонтьев А.Н., Непомнящая Н.И., Абульханова-Славская К. А., Бжалава И.Т., Давыдов В.В., Надирашвили Ш.А., Узнадзе Д.Н., Круглов Б.С.), так как понятие ценности - междисциплинарное.

Учёными-педагогами Казакиной М.Г., Мальковской Т.Н., Кирьяновой А.В., Мухиной В.С., Черкасовым В.А., Чернецовым П.И., Дурановым М.Е. и другими осуществлялось исследование ценностного подхода как педагогической проблемы и оптимизации обучения школьников как средства его осуществления в учебно-воспитательном процессе. Ими был предпринят поиск дидактических условий реализации ценностного подхода в педагогике через новое наполнение литературного и общегуманитарного школьного курса; через воспитание трудолюбия (Матушкин С.Е., Чернецов П.И.), оптимизацию всего учебно-воспитательного процесса (Черкасов В.А.); самого определения «ценностных ориентаций», иерархии ценностей, структуры процесса ориентации (Кирьякова А.В.).

Проблема развития ценностных ориентаций является междисциплинарной и имеет богатую историю развития. Она изучалась философами: Н.А.Бердяевым, Н.О. Лосским, А.А. Лосевым, М. Каганом социологами: У. Томасом, Ф. Знаменским, М. Вебером, психологами: А.Н. Леонтьевым, С.Л. Рубинштейном, В.Н. Мясищевым и Б.Г. Ананьевым, Л. И. Божович и педагогами: В.А. Караковским, В.А. Сластениным, И.Я Лернером, И.Л. Федотенко. Несмотря на значительный литературный материал по проблеме, вне поля зрения ученых оставался такой аспект как развитие ценностных ориентаций у бакалавров физкультурного вуза.

Следовательно, констатируется противоречие между необходимостью формирования профессионально-ценностных ориентаций у бакалавров по физической культуре и спорту и отсутствием теоретических положений, знаний и технологий его обеспечивающих.

Разрешение данного противоречия позволило сформулировать цель нашего исследования:

- разработка и обоснование эффективности технологии формирования профессионально-ценностных ориентаций у бакалавров физкультурного вуза .

Актуальность и недостаточная разработанность проблемы формирования профессионально-ценностных ориентаций у бакалавров по физической культуре и спорту определили выбор темы нашего исследования.

Объект исследования – процесс подготовки бакалавров по физической культуре и спорту.

Предмет исследования – методы и средства формирования профессионально-ценностных ориентаций у бакалавров по физической культуре и спорту в процессе обучения.

В соответствии с целью и предметом исследования были сформулированы следующие задачи:

1. Выявить сущность, содержание профессионально-ценностных ориентаций личности.

2. Проследить динамику формирования профессионально-ценностных ориентаций бакалавров по физической культуре и спорту в процессе их профессиональной подготовки.

3. Экспериментально обосновать технологию формирования профессионально-ценностных ориентаций бакалавров по физической культуре и спорту.

Гипотеза. Предполагается, что процесс подготовки бакалавров по физической культуре и спорту может быть более эффективным, если:

- в содержание занятий ввести средства и методы, стимулирующие развитие профессионально-ценностных ориентаций;

- разработать и реализовать технологию формирования профессионально-ценностных ориентаций бакалавров по физической культуре и спорту.

Под профессионально-ценностными ориентациями мы понимаем духовные ценности, обеспечивающие социальную и профессиональную активность учителя, подчиненную достижению общественнозначимых гуманистических целей. Следовательно, подготовка студентов к профессионально-педагогической деятельности связана с общечеловеческими ценностями, общенациональными ценностями, региональными (национальными) ценностями, профессиональными ценностями, личностными ценностями. Ценности, ориентация в них выступают стержнем направленности личности.

Нами было проведено исследование среди студентов 1-4-х курсов очного отделения физического воспитания института физической культуры и дзюдо АГУ. В исследовании принимали участие 70 человек. Был использован тест М. Рокича, по определению уровня сформированности ценностных ориентаций (приложение 1) и опросник «Ценностно-потребностные ориентации». Полученные результаты позволили определить уровень сформированности и динамики развития профессионально-ценностных ориентаций у студентов в процессе обучения в ВУЗе.

Экспериментально выявлено, что уровень развития педагогических ценностных ориентаций изменяется в процессе обучения в ВУЗе. Профессионально-ценностные ориентации студентов снижаются к 3-му курсу (по всем компонентам профессионально-ценностных ориентаций) и несколько повышается к четвертому, приближаясь к исходному, не превышая его. Что свидетельствует об отсутствии целенаправленной работы по формированию профессионально-ценностных ориентаций личности.

Авторская технология формирования профессионально-ценностных ориентаций бакалавра по физической культуре и спорту, основанная на применении учебно-деловых игр в процессе их профессиональной подготовки, характеризуется наличием диагностически заданной цели, осуществляется через последовательно взаимосвязанные этапы: начальный, основной и заключительный, что обусловлено закономерностями формирования профессионально-ценностных ориентаций, и обеспечивает постепенность и систематичность реализации разработанной технологии.

Авторская технология включала в себя 8 учебно-деловых игр: «Модель руководителя», «Портрет идеального учителя», «Самостоятельная работа студентов»,

«Вступление в должность классного руководителя», «Пресс-конференция», «Кризисная ситуация», «Готовность ребенка к школьному обучению», «Итоговая конференция по педагогической практике». Главным критерием при составлении данного комплекса было наличие профессионально-педагогической направленности содержания деловых игр, а также возможность их организации на семинарских занятиях (таб.1).

Таблица 1

Комплекс учебно-деловых игр	
Этап	Игра
Начальный	«Портрет идеального учителя», «Модель руководителя», «Самостоятельная работа студентов».
Основной	«Пресс-конференция», «Готовность ребенка к школьному обучению», «Вступление в должность классного руководителя»
Заключительный	«Кризисная ситуация», «Итоговая конференция по педагогической практике»

Подготовка к каждому занятию осуществлялась заранее: составлялся регламент игры, оформлялись протоколы, бланки, раздаточный материал и т.п. Занятия в форме игры проводились одним и тем же преподавателем, что обеспечило чистоту эксперимента.

Реализованная авторская технология оказала влияние на развитие профессионально-ценностных ориентаций студентов. Значительно увеличилось количество бакалавров с высоким уровнем профессионально-ценностных ориентаций с 16,67% до 58,33% ($P < 0,05$). По результатам тестирования было выявлено, что к концу эксперимента количество бакалавров 3 курса, имеющих высокий уровень профессионально-ценностных ориентаций, увеличилось в 3,5 раза (рис. 1).

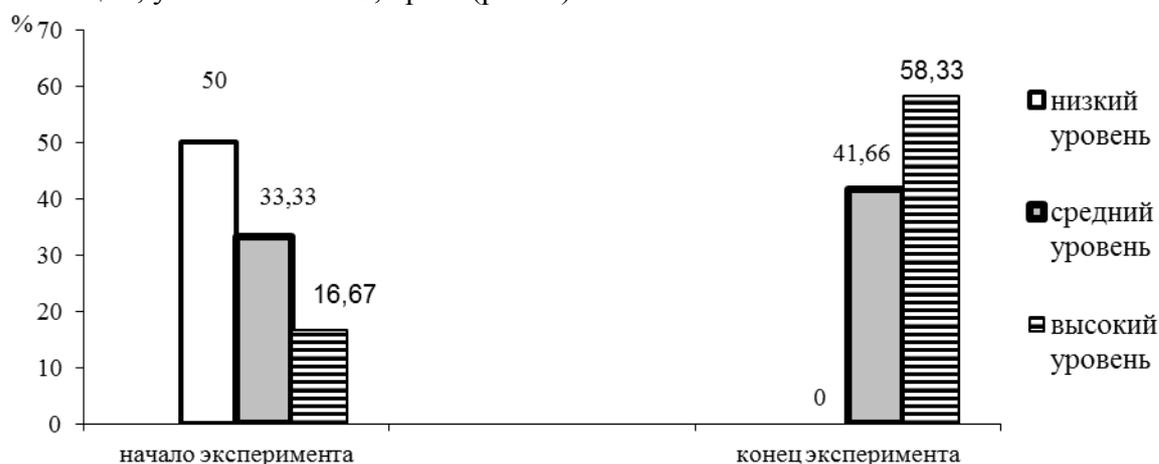


Рис. 1. Показатели развития профессионально-ценностных ориентаций

В целом результаты проведенного эксперимента дают основание утверждать, что использование деловых игр в процессе профессиональной подготовки, способствует повышению профессионально-ценностных ориентаций. Анализ результатов формирующего эксперимента и систематического наблюдения за поведением учащихся доказал эффективность разработанного комплекса деловых игр. Так, достоверно 58,33% студентов, достигли высокого уровня развития профессионально-ценностных ориентаций ($P < 0,05$).

ЛИТЕРАТУРА:

1. Жернов, В.И. Профессионально-педагогическая направленность личности студента: теория и практика ее формирования: Дис...д-ра пед. наук / В.И. Жернов.– Магнитогорск, 1999. – 305с.

2. Зыбина, Л.Н. Структурные компоненты и динамика профессиональной направленности личности. Дис.на соиск. ...к.псих.н. / Л.Н. Зыбина. – Новосибирск. 2009. - 317 с.

3. Иоакимиди, Ю.А. Формирование педагогической установки как детерминанта профессионально-педагогической направленности личности специалиста по физической культуре и спорту Дис. на соиск. канд. пед. наук / Ю.А. Иоакимиди.– Майкоп, 2005.–164 с.

БЕЗОПАСНОСТЬ КАК КЛЮЧЕВАЯ ПРОБЛЕМА СОВРЕМЕННОСТИ В СИСТЕМЕ ШКОЛЬНОГО ОБРАЗОВАНИЯ

В.В. Дерган, студент ИФК и дзюдо,

*Н.А. Корохова, кандидат социологических наук, доцент
зав. кафедрой безопасности жизнедеятельности ИФК и дзюдо*

Адыгейский государственный университет

В последние годы руководством страны и системы образования уделяется самое пристальное внимание вопросам безопасности образовательных учреждений (ОУ) всех видов и уровней. Это обусловлено многочисленными фактами опасных происшествий в образовательных учреждениях: пожары в общежитиях и интернатах, массовые заболевания и отравления учащихся, травматизм, правонарушения, наркомания, акты телефонного, уголовного и политического терроризма.

В связи с ростом количества опасных и чрезвычайных ситуаций (ЧС) одной из важнейших задач общего и профессионального образования становится формирование безопасной, здоровой образовательной среды и культуры безопасности. Работник системы образования, как и любой другой области, не может считать себя профессионалом, если он не владеет основами безопасности жизнедеятельности. Психолого-педагогическая подготовка сотрудников образовательных учреждений к опасностям и освоение ими культуры безопасности являются определяющими факторами в профилактике заболеваний, травматизма, правонарушений и иных происшествий в образовательном учреждении.

Общеизвестно, что всякая деятельность человека, полезная для его существования, одновременно может быть источником опасностей, негативных воздействий, приводить к травматизму, заболеваниям, а порой и к смерти. Вред человеку может наносить любая деятельность: трудовая, учебно-трудовая, а также отдых и развлечения. Анализ заболеваний и происшествий в образовательных учреждениях дает основания утверждать, что любая деятельность обучающихся и персонала ОУ потенциально опасна. В то же время любая деятельность может быть защищена, может быть уменьшен риск ее опасных воздействий и последствий. Эти положения составляют основу теории и методики обеспечения безопасности человека во всех видах его деятельности. Практика показывает теснейшую связь между возникновением опасных ситуаций и происшествий самых различных видов.

Но из этого вытекает и следующая важная особенность: любые меры, принимаемые для повышения защищенности образовательного учреждения от техногенных опасностей или террористических актов, одновременно обеспечивают усиление защищенности образовательного учреждения от социальных, биологических, природных, криминальных, информационных и иных видов угроз [1].

Безопасность образовательного учреждения - система мер, принятых администрацией учреждения и государством, для защиты детей и имущества от внутренних и внешних угроз с учетом фактического состояния, технического состояния школы, условий организации учебно-воспитательного процесса, криминальной и техногенной обстановки, природной территории, предупреждения, пресечения и

ликвидации последствий террористических акций. Безопасность образовательного учреждения охватывает широкий спектр направлений и позиций: охрана труда, радиационная безопасность, экологическая безопасность, взрывобезопасность, электротехническая безопасность, пожарная безопасность. Данные направления в различной степени связаны между собой и влияют друг на друга [2].

Уровень защищенности (безопасности) зависит от имеющихся ресурсов и возможностей, мер и средств противодействия неблагоприятным факторам, которые сотрудники ОУ, родители и обучающиеся умеют применять. Безопасность не бывает абсолютной, она всегда относительна в сравнении с каким-либо стандартом или образцом. Чем больше средств и способов своей защиты человек знает и применяет, тем меньше риск ЧС, тем реже он попадает в неприятные ситуации, тем интереснее и спокойнее он живет.

Охрана труда и других видов жизнедеятельности сотрудников образовательного учреждения, обучающихся (воспитанников) - это неотъемлемая составная часть системы обеспечения безопасности образовательного учреждения, а также часть более общей системы национальной безопасности страны. Защита трудовой и образовательной деятельности - это часть защиты всей жизнедеятельности. То есть охрана труда и образовательного процесса в образовательном учреждении - это составная часть более широкой области - обеспечения безопасности жизнедеятельности.

Часто опасные ситуации являются смешанными. Например, ураганы и землетрясения сопровождаются пожарами, авариями, а наводнения и засухи - эпидемиями и кражами. Техногенные и природные опасности в образовательном учреждении часто переплетаются с социальными факторами и последствиями (например, дорожно-транспортное происшествие, обрушение здания) [1].

В ЧС ежегодно погибает до 2-3 тыс. человек. А основные потери (до 250 тыс.) происходят не в чрезвычайных, а в повседневных, менее опасных ситуациях, которые в силу своей обыденности не попадают в статистику МЧС и не получают адекватного освещения в учебниках, программах и других материалах по безопасности жизнедеятельности. Отчасти поэтому многие нынешние и будущие родители и педагоги плохо подготовлены к обеспечению БЖД своих детей. Актуальность проблемы безопасности в образовательном учреждении обусловлена многочисленными реальными фактами опасных ситуаций в ОУ и высокой смертностью в этих ситуациях. Кроме того, несчастье с ребенком всегда приобретает особый общественный резонанс. Именно этим определяется необходимость выявления и изучения всех видов опасностей в сфере образования [2].

Из природных явлений в образовательное учреждение чаще приносят беду холода, жара, наводнения, штормы, ураганы, реже - оползни, сели, землетрясения, цунами. Из социально-криминальных опасностей в образовательном учреждении чаще отмечаются конфликты среди обучающихся, факты вандализма и хулиганства, кражи, грабежи, вымогательство, телесные повреждения, ложные сообщения о готовящихся терактах; реже имеют место реальные взрывы, поджоги, убийства, захват заложников из числа обучающихся. Техногенный ущерб чаще всего связан с дорожно-транспортными происшествиями, пожарами, протечками и авариями с водой, происшествиями с электропроводкой и приборами. Социальные опасности возникают в тысячи раз чаще, чем природные. Количество пострадавших от всех видов криминальных опасностей по российской статистике - около 3 млн человек ежегодно, а с учетом скрытых и незаявленных фактов преступлений - около 10 млн человек. Принимая во внимание страдания близких и членов семей потерпевших, эту цифру можно увеличить в пять-шесть раз. Эти данные говорят об актуальности и необходимости изучения материалов о социально-криминальных опасностях для каждого работника образовательного учреждения и обучающегося. От природных и техногенных опасностей пострадавших в сотни раз меньше.

Многие опасные, но не чрезвычайные ситуации внешне не сразу воспринимаются как таковые, и мы к ним привыкаем, как к потоку машин, контактам с посторонними. У современного городского жителя значительно снижен порог чувствительности к скрытым опасностям. Для персонала и сотрудников охраны образовательного учреждения это недопустимо. Часто относительно малоопасные ситуации (опыт на уроке химии, занятия в спортзале, дискотека, поездка на автобусе) могут мгновенно перерасти в опасные. Например, едкое вещество попало в глаз, машину начало заносить на скользкой дороге, загорелся электроприбор, завязалась драка и т. д. Чаще всего образовательные учреждения сталкиваются со смешанными происшествиями: социально-криминальными, социально-природными и социально-техногенными. Каждый год обучающиеся на лестницах ломают руки и ноги, травятся пищей, попадают под колеса автотранспорта. Статистика разных лет иногда поразительно сходна, что свидетельствует о некоторых закономерностях в появлении факторов, ведущих к малым и большим происшествиям [3].

В составляемых паспортах и планах обеспечения безопасности образовательного учреждения должны учитываться и отражаться возможные количественные показатели ущерба от этих угроз, характеристики и размеры возможных зон поражения, степень вредного воздействия на жизнь и здоровье людей, а также данные о группировках правонарушителей в прилегающем к образовательному учреждению микрорайоне, о фактах вандализма, угроз, вымогательства, иных возможных противоправных действиях. По каждой возможной опасной ситуации в паспортах безопасности и комплексных планах прогнозируются и планируются (с привлечением специалистов и консультантов) ответные действия персонала образовательного учреждения, аварийных служб и бригад по ликвидации этих угроз, аварий, чрезвычайных ситуаций и их последствий [3].

Среди различных видов безопасности для образовательных учреждений приоритетными являются пожарная, электрическая и техническая. Решить проблему обеспечения жизнедеятельности, безопасности образовательных учреждений и реально почувствовать достижимость конечного результата возможно программным методом.

Программный метод решения проблемы - это создание различных программ, позволяющих сосредоточить (сконцентрировать) финансовые, материальные, организационные ресурсы, привлечение средств разных источников и направление их целевым (адресным) путем на решение наиболее значимых, конкретных проблем образовательных учреждений в оптимальные сроки [2].

Правоохранительные и иные органы обеспечения безопасности не в состоянии полностью обеспечить эффективную защиту одновременно и повсеместно. Поэтому в образовательном учреждении, как и в других организациях, создаются собственные системы безопасности. Это совокупность взаимосвязанных и упорядоченных руководителем различных сил, средств и методов обеспечения безопасности. Правильный подбор этих элементов, их расположение, сочетание и организация взаимодействия многократно повышают защищенность образовательного учреждения. Главная задача руководителя образовательного учреждения состоит в эффективной интеграции всех элементов системы безопасности [2].

Для решения какой-либо проблемы применяется концепция, то есть система взглядов, руководящих идей или принципов. Концепция безопасности образовательного учреждения может быть представлена в виде виртуальной модели, помогающей ответить на ряд вопросов при проектировании систем безопасности образовательного учреждения.

Чтобы выстроить эффективную концепцию безопасности образовательного учреждения, необходимо постоянно осуществлять мониторинг и прогнозирование возможных опасностей и на этой основе определять желаемые параметры элементов будущей системы безопасности.

Главная идея концепции может быть сформулирована следующим образом: безопасность и охрана труда в образовательном учреждении должны быть организованы так, чтобы заранее исключить или уменьшить риск возможных неблагоприятных

происшествий в учебно-воспитательном процессе. Поэтому осуществляемые меры по выполнению требований правил и инструкций должны носить предупредительный, профилактический характер. Выполнение требований безопасности работниками и руководителями образовательного учреждения является обязательным условием организации безопасных и здоровых условий труда работающих, а также при проведении занятий с обучающимися в классах, учебных мастерских, кабинетах химии, физики, электротехники, биологии, спортивных залах и в процессе других учебно-воспитательных мероприятий. Принципы, цели и задачи обеспечения безопасности в образовательном учреждении определяют главную идею концепции безопасности и являются критериями выбора того или иного решения, варианта отдельного элемента системы безопасности [2].

Постоянное совершенствование системы безопасности и ее организации, в т. ч. комплекса мер, знаний, умений и навыков по обеспечению безопасности дает педагогам, обучающимся и родителям следующие преимущества перед лицом потенциальных угроз:

- повышает психологическую устойчивость в чрезвычайных ситуациях. Повышает стабильность мироощущения за счет сознания большей защищенности и выживаемости в чрезвычайных ситуациях. Способствует повышению статуса человека, обладающего знаниями по безопасности жизнедеятельности;

- способствует снижению потерь в условиях ЧС, экономии средств при их предотвращении и ликвидации последствий, позволяет управлять рисками;

- создает благоприятные условия для повышения эффективности и качества образовательного процесса, качества жизнедеятельности образовательного учреждения, для защиты здоровья, благополучия, личного счастья и иных потребностей человека.

Задача руководителя и коллектива образовательного учреждения состоит в выявлении возможных опасностей, в создании адекватных им элементов (подсистем) безопасности и их интеграции в единую систему [2].

В современных условиях проблемы обеспечения безопасности и антитеррористической защищенности в образовательных учреждениях остаются актуальными. Эти проблемы были и будут всегда. Они затрагивают многие стороны жизнедеятельности обучающихся и педагогических коллективов, имеют разносторонний и многоплановый характер. Их решение возможно только путем применения комплексного подхода, сочетающего в себе основные мероприятия по противодействию терроризму, меры по развитию общей культуры обучающихся в области безопасности жизнедеятельности, обучение безопасному поведению в различных опасных и чрезвычайных ситуациях природного, техногенного и социального характера.

Обеспечение безопасности образовательного пространства требует от руководителей и персонала образовательного учреждения новых знаний из различных областей: права, криминологии, медицины, психологии, техники; это связано с освоением новой терминологии, огромного объема правовых норм и методических материалов.

И самое главное, у каждого из обучающихся, должно происходить полноценное формирование сознательного ответственного отношения к личной безопасности и безопасности окружающих, приобретения ими способности сохранить жизнь и здоровье в неблагоприятных, угрожающих жизни условиях.

ЛИТЕРАТУРА:

1. Безопасность жизнедеятельности: Учебник для вузов / С.В. Белов, В.А. Девисилов, А.В. Ильницкая, и др.; Под общей редакцией С.В. Белова. - 8-е издание, стереотипное - М.: Высшая школа, 2009. - 616 с.

2. Микрюков В.Ю. Безопасность жизнедеятельности / В.Ю. Микрюков. – Москва: КноРус, 2015 – 283с.

3. Человеческий фактор в обеспечении безопасности и охраны труда: Учебное пособие / П.П. Кукин, Н.Л. Пономарев, В.М. Попов, Н.И. Сердюк. - М.: Высшая школа, 2008. - 317 с.: ил.

ВЛИЯНИЕ РАЗЛИЧНЫХ ВАРИАНТОВ РАСПРЕДЕЛЕНИЯ ТРЕНИРОВОЧНОЙ НАГРУЗКИ НА ФИЗИЧЕСКУЮ ПОДГОТОВЛЕННОСТЬ ЮНЫХ ФУТБОЛИСТОВ

А.В. Деревянко студент ИФК и дзюдо

Н.В. Доронина к.п.н.,

доцент кафедры биомеханики медико-биологических дисциплин

Существенное влияние на успешность выступления спортсменов на соревнованиях оказывает физическая подготовка. Планирование физической подготовки осуществляется на основе принципов, разработанных в рамках теории и методики физической культуры с учетом опыта и интуиции тренера. Точные знания об уровне развития физических качеств, необходимых для достижения высоких спортивных результатов, позволят разработать систему планирования тренировочных нагрузок.

Подготовка спортсменов должна строиться на основе знаний структуры внутреннего функционирования объектов, на основе междисциплинарного подхода (В.Н. Платонов).

Футбол является одним из популярнейших и массовых видов спорта, как в нашей стране, так и за рубежом. В тоже время футбол является технически сложным видом спорта, где требуется высокая разносторонняя физическая подготовка, высокий уровень развития психологических качеств, высокое техническое и тактическое мастерство. Это обусловлено часто меняющимися игровыми ситуациями, связанными с быстрыми разнообразными индивидуальными и коллективными действиями (А.П. Золотарев, А.П. Лаптев, А.А. Сучилин). Только в том случае, когда все виды подготовки гармонично дополняют друг друга, можно говорить об успехах футбольной команды.

В нашей стране давно сложилась многоуровневая система подготовки спортсменов, начиная с детско-юношеских спортивных школ, но в настоящее время выступления российских футболистов далеки от желаемых результатов.

Эффективность учебно-тренировочного процесса во многом зависит от решения проблемы определения состава средств, соотношения параметров объема и интенсивности тренировочной нагрузки. (В.М. Дьячков, В.М. Зациорский, Л.П. Матвеев, М.Я. Набатникова, Н.Г. Озолин, В.Н. Платонов, С.К. Сарсания, В.Н. Селуянов, В.П. Филин и многие др.).

На этапе начальной подготовки физическая подготовка юных футболистов играет наиболее важную роль. В настоящее время существует потребность в коренном улучшении качества подготовки юных футболистов, поиске и внедрении в практику более эффективных организационных форм, средств и методов тренировки (А.П. Золотарев). Поэтому необходимо провести специальные исследования по различным аспектам данной проблемы. По вопросам оптимальных вариантов распределения нагрузки в учебно-тренировочном процессе у юных футболистов в специальной литературе (С.Н. Андреев, К.Л. Вихров, К. Гриндлер, Х.Пальке, Х. Хемо, С.К. Сарсания, В.Н. Селуянов, В.Н. Селуянов, С.К. Сарсания, К.С. Сарсания, и др.) нет однозначных рекомендаций. Однако, повышение уровня физической подготовленности юных футболистов 12-13 лет будет более эффективным, если в каждом конкретном занятии ставится задача развития одного физического качества, чем в том случае, когда предпринимаются попытки комплексного развития физических качеств (нескольких).

Процесс спортивной тренировки составляют пять органически взаимосвязанных частей: физическая, техническая, тактическая, теоретическая и психологическая подготовки. Следует отметить, что значительную роль в достижении высоких спортивных результатов играет физическая подготовка.

Под физической подготовкой понимается воспитание физических способностей, необходимых в спортивной деятельности (силовых, скоростных, выносливости и т.д.). В то же время физическая подготовка направлена на общее повышение функциональных возможностей организма и сопротивляемости к неблагоприятным воздействиям, укрепление здоровья (Л.П. Матвеев).

По данным Ж.К. Холодова, В.С. Кузнецова, физическая подготовка – педагогический процесс, направленный на воспитание физических качеств и развитие функциональных возможностей, создающих благоприятные условия для совершенствования всех сторон подготовки. Она подразделяется на общую физическую подготовку и специальную.

Общая физическая подготовка спортсмена предполагает разностороннее воспитание физических качеств, которые не сводятся к специфическим способностям, проявляемым в избранном виде спорта, но, так или иначе, обуславливают успех спортивной деятельности. Общая физическая подготовка проводится в течение всего годового цикла тренировки.

Специальная физическая подготовка представляет собой воспитание физических способностей, являющихся специфической предпосылкой достижений в избранном виде спорта; она направлена на максимально возможное развитие данных способностей.

Физическая подготовленность – это результат физической подготовки. Физическая подготовленность спортсмена тесно связана с его спортивной специализацией.

Многими авторами (Л.П. Матвеев, В.Н. Платонов, С.К. Сарсания, В.Н. Селуянов, Ф.П. Сулов, Ж.К. Холодов, В.П. Филин, и др.) отмечается важнейшая роль физической подготовки в процессе многолетней подготовки спортсменов.

Оптимальный уровень физической подготовки создает благоприятные предпосылки для решения задач технической, тактической и психологической подготовки и, таким образом, является фундаментом, на котором строится успех соревновательной деятельности.

В научно-методической литературе имеется много работ по общетеоретическому обоснованию режима и методики тренировки в различных видах спорта. Данной проблеме посвящено большое количество исследований российских и зарубежных специалистов для спортсменов различного уровня и в различных видах спорта (В.Н. Платонов, В.П. Филин др.).

Физическая подготовка спортсменов составляет основу специфического содержания спортивной тренировки во всех видах спорта. Поэтому проблема совершенствования физической подготовки спортсменов с годами не утратила своей актуальности. В настоящее время выдвигаются новые вопросы, решать которые необходимо с помощью современных научных методов, в соответствии с тенденциями и перспективами развития конкретного вида спорта (Л.П. Матвеев, В.Н. Платонов, С.К. Сарсания, В.Н. Селуянов др.).

Физическая подготовленность определяет способность организма к выполнению специфической работы на высоком уровне без снижения ее эффективности и включает в себя качественные и количественные характеристики мышечной деятельности человека (В.П. Филин). Кроме того, уровень физической подготовленности в значительной степени определяется двигательными способностями спортсменов, в том числе способностью к овладению новыми формами движений и возможностью доведения приобретенных двигательных навыков до высокой степени совершенства. Другими словами, проблемы физической подготовки в спорте неразрывно связаны с технической и другими видами подготовки (М.А. Годик).

В процессе физической подготовки спортсмену необходимо повышать уровень общей и специальной тренированности. Развивать двигательные качества вообще и способности к проявлению физических качеств в условиях соревновательной деятельности, в частности (В.Н. Платонов).

Общая физическая подготовка (ОФП) направлена преимущественно на развитие двигательных качеств – силы, выносливости, гибкости, координационных способностей, способностей, определяющих общую работоспособность организма.

Основная проблема возникает в подборе средств, обеспечивающих их совершенствование и проявление для спортсменов различных специализаций.

Специальная физическая подготовка (СФП) спортсмена представляет собой воспитание физических способностей, являющихся специфической предпосылкой достижений в избранном виде спорта; она направлена на максимально возможное развитие данных способностей (Л.П. Матвеев). Функция специальной физической подготовки заключается в интенсификации режима работы организма спортсмена с целью активизации процесса его приспособления к специфическим условиям спортивной деятельности (Ю.В. Верхошанский). Следовательно, для подбора и определения средств физической подготовки, необходимо владеть информацией о воздействии этих средств на организм спортсменов.

Известно, что занятия физической культурой и спортом приводят к существенному развитию всех физических качеств. Однако эффективность их развития во многом обусловлена составом средств и методов их использования в учебно-тренировочном процессе.

Таким образом, все вышеизложенное, приводит к мысли о значимости физической подготовки в плане определения состава средств, методов тренировки, определения величины тренировочной нагрузки и степени ее воздействия на организм спортсмена.

Известно, что основными средствами тренировки спортсменов являются физические упражнения, прямо или косвенно влияющие на становление спортивного мастерства спортсменов (В.Н. Платонов). Они подразделяются на три группы:

- избранные соревновательные;
- специально-подготовительные;
- общеподготовительные (Л.П. Матвеев, В.П. Филин, Н.А. Фомин, и др.).

В.Н. Платонов выделяет дополнительно еще вспомогательные (полуспециальные) упражнения, создающие специальный фундамент для последующего совершенствования в той или иной спортивной деятельности.

Наибольший интерес представляют те упражнения, что направлены на развитие физических качеств (специально-подготовительные), отвечающих специфике избранного вида спорта, и при этом ориентированные на предельную (максимально возможную) степень развития данных качеств (Л.П. Матвеев, Ф.З. Меерсон).

Есть мнение (Ю.В. Верхошанский, В.Н. Платонов), что проблема специальной физической подготовки заключается в интенсификации мышечной работы в специфичном для каждого конкретного вида спорта двигательном режиме.

Рост спортивных результатов зависит от многих факторов, прежде всего, от увеличения объема и интенсивности тренировочной нагрузки (М.А. Годик). Однако общий характер этой взаимосвязи до конца еще не выявлен.

Следует отметить, что практически всеми авторами отмечается бесперспективность совершенствования методики тренировки за счет дальнейшего увеличения общей нагрузочности тренировки. Чрезмерное увеличение объема работы вошло в противоречие с другими компонентами нагрузки, отрицательно сказалось на эффективности процесса специальной физической и технической подготовки спортсменов, что необходимо учитывать при организации тренировочного процесса (Е.В. Чувалов).

К средствам специальной физической подготовки относятся упражнения, которые:

- соответствуют соревновательному упражнению по режиму работы организма;
- содержат тренирующие воздействия, способные повысить уровень функциональных возможностей, которыми организм располагает;
- обеспечивают необходимую энергетическую базу для совершенствования технико-тактического мастерства;
- включают элементы соревновательной деятельности и действия, приближенные к ним по форме, структуре, а также по характеру проявляемых качеств (М.А. Годик, Н.Ж. Булгакова, Ю.В. Верхошанский, В.Н. Платонов).

Ю.В. Верхошанским выделяются три группы средств специальной физической подготовки. Специфические – различные формы выполнения основного

соревновательного упражнения с задачей приспособления организма к режиму его работы в условиях соревнований.

Специализированные – адекватные соревновательным условиям по наиболее существенным двигательным и функциональным параметрам режима работы организма.

Неспецифические – формально не соответствующие соревновательному упражнению по двигательной организации, но способствующие развитию функциональных возможностей организма в требуемом направлении. Их задача заключается в усилении тренирующего эффекта специализированных средств за счёт дополнительного избирательного воздействия на те или иные физиологические системы и функции организма.

Все многообразие средств, применяемых для решения задач специальной физической подготовки в различных видах спорта, подразделяется рядом авторов (Ю.В. Верхошанский, В.В. Кузнецов) следующим образом:

- упражнения с преодолением собственного веса тела: бег и плавание с различной скоростью, прыжки на одной и двух ногах с места и с разбега (различные по длине и скорости), прыжки в глубину, в высоту, на дальность и различные их сочетания, а также силовые упражнения на гимнастических снарядах;

- упражнения с различными дополнительными средствами отягощения (пояс, жилет) в беге, в прыжковых упражнениях, в плавании, в метаниях;

- перемещения с варьированием внешних условий: бег и прыжки в гору, по ступеням, по различному грунту (газон, песок, отмель, опилки), против ветра и по ветру;

- упражнения с преодолением внешних сопротивлений в максимально быстрых движениях, в упражнениях с партнером, с отягощениями различного вида и веса (штанга, гантели, гири, мешки с песком), в упражнениях с использованием блоковых приспособлений;

- метание снарядов различных по форме и весу.

Для спортсменов, занимающихся футболом, возможно применение всех выше перечисленных средств. Однако, большинство из них будут средствами общей физической подготовки.

Изучая проблему классификации физических упражнений, М.А. Годик отмечает, что необходимо учитывать: специализированность, сложность (координационную и психологическую), направленность упражнений (непрерывных равномерных, непрерывных переменных и повторных упражнений), а также величину нагрузки (как внешнюю, так и внутреннюю), т.е. степень воздействия нагрузки при выполнении упражнения на организм спортсмена.

Следует отметить, что в значительно большей мере оказывают влияние на уровень физической подготовленности не подбор средств (физических упражнений), а подбор режимов их выполнения, методов тренировки, использование различных вариантов распределения нагрузки.

Для решения задач специальной физической подготовки используется большой арсенал разнообразных методов тренировки.

Под методами спортивной подготовки следует понимать способы работы тренера и спортсмена, при помощи которых достигается овладение знаниями, умениями и навыками, развиваются необходимые качества (В.Н. Платонов).

Изучая проблему физической подготовки в спортивных играх, С.К. Сарсания, В.Н. Селуянов, отмечают, что основная задача физической подготовки – управление адаптационными процессами в клетках тканей или органов с помощью физических упражнений. Предлагается использование различных методов тренировки не только для развития основных физических качеств, но и для развития различных структурных элементов клетки (различных типов мышечных волокон, митохондрий и т.д.), использовать различные упражнения и режимы их выполнения.

Эффективность организации специальной физической подготовки во многом

зависит от решения проблемы соотношения параметров объема и интенсивности тренировочной нагрузки, их динамики на различных этапах и периодах тренировочного процесса (В.П. Филин, Л.П. Матвеев, Ф.З. Меерсон).

Таким образом, применение различных методов тренировки определяется, прежде всего, целью тренировки и поставленными задачами.

Футбол занимает одно из первых мест среди всех видов спорта по разнообразию двигательных навыков, которыми должен владеть спортсмен. Высокая активность разнообразных двигательных действий в постоянно меняющихся условиях, быстрый темп игры, сложность технических приемов требуют от футболиста всесторонней физической подготовки. Только при ее наличии футболист может реализовать свое техническое мастерство, успешно решать тактические задачи, в полной мере проявлять свои волевые качества.

Проблема повышения уровня физической подготовленности в процессе занятий спортом является одной из важнейших в теории и практике спортивной тренировки. Несмотря на то, что за последнее время учёными, методистами, тренерами, педагогами и физиологами выдвинуто много предложений, направленных на дальнейшее совершенствование физической подготовки спортсменов, проблема распределения средств, методики использования упражнений, сочетания различных сторон и видов подготовки требует дальнейшего изучения и уточнения. Подбор средств и методов общей и специальной физической подготовки, содержание тренировочных занятий зависят от специфических особенностей вида спорта.

В последние годы в работах как методического, так и экспериментального характера, предпринимались попытки решения многих актуальных вопросов, касающихся организации физической подготовки спортсменов, специализирующихся в различных видах спорта (С.К. Сарсания, В.Н. Селуянов, В.Н. Селуянов, С.К. Сарсания, К.С. Сарсания др.).

В специальной литературе не получили должного научного обоснования такие важные вопросы тренировки, как рациональное распределение тренировочных нагрузок.

Выявление влияния различных вариантов распределения нагрузок будет способствовать совершенствованию системы планирования нагрузок в ходе подготовки юных футболистов.

ПРОБЛЕМА ФОРМИРОВАНИЯ МОТИВАЦИИ У ЮНЫХ ДЗЮДОИСТОВ

А. Дохов, магистрант 2 курса ИФК и дзюдо

*Н.С. Коломийцева, к.п.н., доцент, зав. кафедрой биомеханики
и медико-биологических дисциплин ИФК и дзюдо*

Мотивация спортсменов играет важную роль при достижении высоких соревновательных результатов. Возникающие в процессе спортивной деятельности мотивы инициируют, координируют и направляют поведение спортсмена, выступая необходимым условием его эффективности. [2,3]

Проблема спортивной мотивации имеет основательную базу теоретико-методологических изысканий в отечественной науке, о чем свидетельствуют многочисленные работы исследователей психологии спорта: Н.Л. Ильина, Р.А. Пилояна, Е.Г. Бабушкина, Б.П. Яковлева и др.

При этом, как отмечают российские ученые, проблема спортивной мотивации относится к разряду сложнейших и недостаточно изученных проблем современной спортивной психологии. [1,2]

В современной науке мотивация определяется, как явление психологическое и поэтому имеет разные трактовки.

Обычно под мотивацией понимают совокупность побудительных сил человеческой деятельности, как осознаваемых, так и не осознаваемых самим человеком.

Основоположники зарубежного управления М. Мескон, Ф. Хедоури относили к

мотивации «процесс побуждения себя и других к деятельности для достижения личных целей или целей организации».

Современные российские исследователи В.В. Травин, М.Б. Курабатов дают следующее определение «мотивация – это то, что активизирует, стимулирует человека и направляет его действия к достижению поставленной цели».

Таким образом, можно сделать вывод, что в общем понимании российских и зарубежных исследователей, мотивация – это понятие, которое используется для объяснения последовательности действий в поведении человека, направленных на достижение определенной цели, которая в свою очередь может меняться под влиянием обстоятельств.

Применительно к спортивной сфере, спортивная мотивация – это особое состояние личности спортсмена, служащее основой для постановки и воплощения целей, направленных на достижение максимально возможного спортивного результата. Мотивация определяет характер традиционных процессов спортивной деятельности: реакции на спортивную нагрузку, ход периода восстановления, освоение новых техник спортсменом, волю к победе и т.д. Наиболее существенной особенностью спортивной мотивации является ее прямое влияние на итоговый результат соревнований. [3]

Значительную роль для успешного формирования мотивации спортсменов играет знание тренером ее структурных элементов, а также особенностей их взаимосвязи и взаимодействия в процессе мотивации. Соответствующее представление о структурно-функциональных элементах мотивации дает возможность грамотно управлять спортивной мотивацией и оптимизировать сам процесс достижения высокого спортивного результата.

Формирование спортивной мотивации на этапе начальной подготовки предлагает два направления:

- использование мотивационных тренингов;
- удовлетворение актуальных потребностей.

В формировании мотивации широкое распространение получили мотивационные тренинги, используемые в различных сферах деятельности человека:

- тренинг причинных схем,
- тренинг личностной причинности,
- тренинг внутренней мотивации,
- тренинг мотивации достижения.

1. Тренинг причинных схем. Программы тренинга причинных схем заключаются в следующем. Восприятие спортсменом причин события (успех или неудача) является важной и существенной детерминантой его последующих действий. Любые изменения этого восприятия причин (изменения причинных схем) приведут к изменению, перестройке поведения в будущем.

Позитивное действие на мотивацию оказывает такая причинная схема, при которой неуспех объясняется недостатками собственных усилий. В этой связи программы тренинга причинных схем ориентированы:

- на перестройку объяснения спортсменами причин неуспеха;
- на такое изменение объяснений причин неуспеха, при котором любые внешние факторы и внутренний фактор (низкие способности) заменяются на внутренний фактор – «недостаточность усилий».

Именно эта причинная схема «неуспех–недостаточность усилий» является наилучшей для сохранения и формирования мотивации в ситуациях неуспеха.

Программы тренинга мотивации путем изменения причинных схем отдают предпочтение «усилию» как наиболее оптимальной причине, которую можно устранить самому спортсмену. Можно считать, что это единственная причина, которая находится под волевым контролем спортсменов, и, следовательно, она образует единственную причинную схему, не формирующую у спортсменов неуверенность в себе, в своих возможностях улучшить собственные результаты.

2. Тренинг личностной причинности. Сущность этого тренинга мотивации основывается на следующем исходном положении: первичное стремление человека – быть эффективной причиной происходящего. Развитие мотивации рассматривается в этом случае как развитие ощущения того, что сам человек является причиной своего поведения и всех его последствий.

Если к человеку относятся как к «источнику», он начинает смотреть на себя как на причину своих действий, становится в большей степени «источником», чем был им до начала тренинга. Изменение самовосприятия отражается на мотивации и на поведении. Поведение становится конструктивным, компетентным, стабильным и т.п.

Тренинг личностной причинности предполагает оказание помощи занимающимся в следующем:

- в постановке перед собой целей реально достижимых: правильно соразмерять цели со своими возможностями;
- выяснить свои сильные и слабые стороны, заняться самоанализом;
- определить конкретные действия, которые можно сделать в настоящее время, чтобы со временем добиться поставленных перед собой целей, т.е. наметить для себя ближайшую перспективу поведения;
- научиться понимать, действительно ли поведение приближает к цели, обладают ли их действия желаемыми последствиями.

Такое содержание тренинга личностной причинности направлено на развитие у занимающихся способностей к целеобразованию, планированию своего поведения и самоанализу. При организации этого тренинга очень важно учитывать выраженность у занимающихся качества интернальности-экстернальности.

3. Тренинг внутренней мотивации. Мотив считается внутренним, если человек получает удовлетворение непосредственно от самого поведения, от самой деятельности. Внутренний мотив никогда не существует до и вне самой деятельности. Он всегда возникает в самой деятельности, является непосредственным результатом, продуктом взаимодействия человека и его окружения и всегда представлен в непосредственных личностных переживаниях.

4. Тренинг мотивации достижения. Мотив достижения начинает складываться еще в детском возрасте из двух противоположных мотивационных тенденций — стремления к успеху и избегания неудачи. Формирование мотивации достижения у начинающих заниматься будет осуществляться при соблюдении следующего:

- формирование синдрома достижения, т.е. преобладания стремления к успеху над стремлением избегания неудачи;
- самоанализ результатов своей деятельности;
- выработка оптимальной тактики целеобразования в занятиях физической культурой и спортом;
- межличностная поддержка со стороны преподавателя, товарищей по группе.

Основное направление при формировании спортивной мотивации сводится к удовлетворению следующих потребностей: физиологических; в безопасности; в социальных связях; уважения; самоактуализации.

1) Физиологические потребности (обладают гомеостатической и организмической природой).

В них включаются потребности занимающихся в движении, отдыхе, активном отдыхе (как разновидности отдыха), рациональном питании, воде.

2) Потребности в безопасности (включают потребности в защите от физических и психологических опасностей).

Для удовлетворения потребности в безопасности предлагаются следующие направления:

- добиться, чтобы занимающиеся доверяли и постоянно оказывали помощь друг другу во время упражнений;

- создать условия, способствующие отсутствию тревоги, беспокойства, неуверенности перед началом деятельности, перед возможными ошибками, неудачей;
- не допускать проявления грубой силы на занятиях;
- обеспечить психическую и техническую подготовленность к выполнению сложных упражнений, к соревнованиям.

3) Потребности в социальных связях (еще называемые потребностями в причастности, включают чувства социального взаимодействия, привязанности и поддержки).

Характерным для подросткового возраста является то, что юные спортсмены «идут на коллектив», для них очень важно пребывание в коллективе, где бы с ними считались. Учитывая известное в психологии положительное влияние коллектива и благоприятных межличностных взаимоотношений на укрепление мотивации к занятиям физической культурой и спортом у занимающихся, следует уделять значительное внимание этому аспекту.

4) Потребности в уважении (включают потребности в самоуважении, личных достижений, компетентности, уважении со стороны окружающих, признании, одобрении, авторитете). Для удовлетворения потребности в уважении рекомендуется следующее:

- обеспечивать положительную обратную связь с достигнутыми результатами. Это создает позитивный эмоциональный фон, на котором более успешно развивается последующая деятельность;
- обеспечивать учащихся знаниями, которые позволяют повышать уровень их компетентности в данной деятельности;
- оказывать помощь занимающимся в ощущении собственной компетентности. Важно, чтобы оценка носила информационно-конструктивный характер, а не контроля как такового;
- развивать результативность деятельности как качество личности;
- использовать систему поощрений за качество усвоения учебного материала, за трудолюбие, за участие в соревнованиях, за волю к победе, за лучшую технику, за честность и т.д.;
- учитывать интересы и предложения занимающихся при организации учебно-тренировочных занятий;
- давать возможность исполнять лидерские функции тем учащимся, которые испытывают в этом необходимость.

5) Потребности самоактуализации (включают потребности в реализации своих потенциальных возможностей и способностей, целей и росте как личности, а также в понимании и осмыслении). Для удовлетворения потребности в самоактуализации предлагаются следующие направления:

- творчески проводить занятия, ставя каждый раз разные задачи, избегая стандарта и однообразия;
- обеспечивать занимающихся знаниями, которые позволили бы им полностью использовать свой потенциал в данной деятельности;
- поощрять и развивать творческие способности во время учебно-тренировочных занятий;
- ставить реально достижимые цели и обучать самостоятельной их постановке: правильно соразмерять цели со своими возможностями;
- формировать личностный смысл в занятиях физической культурой и спортом через осознание значимости этих занятий в личной жизни;
- отводить время (во время или после занятий) для личного совершенствования;
- оказывать помощь занимающимся в выявлении их сильных и слабых сторон, а также в проведении ими самоанализа.

Таким образом, данный подход в решении проблемы управления спортивной

мотивацией через удовлетворение актуальных потребностей позволяет укреплять у занимающихся уверенность, коллективизм, чувство собственного достоинства, положительное отношение к учебно-тренировочным занятиям (повышает интерес к их содержанию) и преподавателю, готовность к дальнейшему совершенствованию.

Актуальность формирования спортивной мотивации спортсменов-борцов обуславливается быстротечностью спортивного поединка и высокой значимостью данного психологического фактора в соревновательной деятельности. Сильнейшим в спортивном поединке оказывается спортсмен, наиболее подготовленный психологически, с устойчивой соревновательной мотивацией, направленной на достижение успеха. Однако данному психологическому фактору при подготовке борцов-дзюдоистов не уделяется должного внимания в силу недостаточной разработанности самой проблемы спортивной мотивации. В результате соревновательная деятельность дзюдоистов характеризуется как недостаточно высокая. Однако, на основе своевременного развития спортивной мотивации с соответствующей структурой у занимающихся дзюдо можно добиться планируемой результативности в соревнованиях.

Необходимо совершенствование процесса подготовки спортсменов к соревнованиям и повышением эффективности соревновательной деятельности. По мнению специалистов-тренеров за последнее время интерес подростков к занятиям спортивной борьбой значительно снизился, что привело к проблемам с набором групп на отделения спортивных школ.

Анализ литературы позволил выявить проблему, которая заключается в том, что мотивация спортивной деятельности детей школьного возраста, к которому и относится учебно-тренировочный этап подготовки дзюдоистов, представляет собой неустойчивое психологическое образование в структуре развивающейся личности, которое нередко стихийно возникает, развивается в непредсказуемых направлениях и преждевременно нейтрализуется, препятствуя реализации личностного потенциала. В результате немало детей прекращают занятия спортом, демонстрируют равнодушие к собственным спортивным результатам, показывают негативный пример другим и, в конечном итоге, наносят ущерб собственному саморазвитию.

Отсутствие достаточной методической информации по проблемам спортивной мотивации затрудняет работу тренеров и не способствует эффективной подготовки высококвалифицированных борцов.

Целью нашего исследования была разработка и экспериментальное обоснование методики формирования спортивной мотивации у юных дзюдоистов.

Для реализации цели настоящего исследования решались следующие задачи:

1. Изучить по литературным источникам содержание проблемы мотивации в спорте.
2. Выявить уровень сформированности и особенности спортивной мотивации у юных дзюдоистов.
3. Разработать и экспериментально обосновать методику формирования спортивной мотивации у юных дзюдоистов.

Гипотеза исследования. Нами предполагалось, что изучение составляющих компонентов спортивной мотивации юных дзюдоистов и их влияние на результативность соревновательной деятельности позволит разработать методику формирования спортивной мотивации у занимающихся дзюдо, что будет способствовать успешному выступлению на соревнованиях.

В ходе исследования применялись следующие методы:

- анализ литературных источников;
- педагогическое наблюдение;
- тестирование;
- педагогический эксперимент;
- математико-статистические методы.

При выборе направлений в формировании спортивной мотивации у дзюдоистов мы опирались на следующие положения:

- влияние и целенаправленное использование межличностных отношений в спортивной команде на укрепление и сохранение мотивации спортсменов.
- влияние самооценки спортсмена на постановку целей и мотивацию достижения успеха.
- благоприятное и конструктивное педагогическое сотрудничество тренера и спортсмена оказывает положительное влияние на формирование и сохранение спортивной мотивации у занимающихся дзюдо.
- использование влияния положительных эмоций на протекание осуществляемой спортсменом деятельности.

Особенности вида спорта и этап занятий спортом влияют на содержание спортивной мотивации. В этом нас убеждают результаты исследований ряда авторов: Р. А. Пилюна; Г. Д. Бабушкина и других.

Борьба дзюдо характеризуется ярким проявлением спортивного духа, состязательности, стремления к победе. Проведение каждой схватки на тренировках и соревнованиях заканчивается для спортсмена успехом или неудачей. Каждый из этих исходов борьбы может оказывать двойное влияние на спортивную мотивацию (укреплять или ослаблять), что в значительной степени обуславливается личностными особенностями спортсмена.

Основные направления в формировании спортивной мотивации у юных дзюдоистов:

- систематический анализ соревновательной деятельности спортсменов с поиском причин успехов и неудач и обоснование путей предотвращения неудачных выступлений.
- развитие у спортсменов результативности (как качества личности) спортивной (тренировочной и соревновательной) деятельности.
- формирование у спортсменов адекватной самооценки и планирование на основе этого соревновательных целей.
- формирование у спортсменов оптимального соотношения тренировочной и соревновательной мотивации.
- формирование у спортсменов мотивации на достижение успеха.
- обеспечение положительного эмоционального фона на тренировках и соревнованиях.
- формирование благоприятных межличностных отношений в тренировочных группах между спортсменами и между учениками и тренером.
- обеспечение благоприятного педагогического сотрудничества тренера со спортсменами.

ЛИТЕРАТУРА:

1. Алахвердиев А.Ш. Особенности поэтапного формирования спортивной мотивации борцов / А.Ш. Алахвердиев // Спортивная борьба. – М.: СпортАкадемПресс, 2015. – С. 16–17.
2. Бабушкин Е.Г. Диагностика спортивной мотивации / Е.Г. Бабушкин, А.П. Шумилин // Спортивная борьба. - М., 2010. - С. 38-39.
3. Вилюнас В. К. Теория деятельности и проблема мотивации /В.К. Вилюнас // А.Н. Леонтьев и современная психология. - М.: Изд-во Моск. ун-та, 2013. - С. 191-195.

РАЗВИТИЕ ФИЗИЧЕСКИХ КАЧЕСТВ ДЕТЕЙ МЛАДШЕГО ШКОЛЬНОГО ВОЗРАСТА С УЧЕТОМ ПОЛОВОГО ДИМОРФИЗМА

*И.О. Дровалева, студентка ИФК и дзюдо
Н.В. Доронина к.п.н., доцент кафедры биомеханики
медико-биологических дисциплин*

Актуальность. Одной из актуальнейших проблем современного общества является

проблема здоровья подрастающего поколения. Она тесно связана с рядом экологических и социальных факторов. Не последнюю роль здесь играет отсутствие достаточно обоснованной системы физического воспитания с учетом специфики обучения в общеобразовательных школах. В рамках базового физического воспитания основной формой организации занятий физическими упражнениями является урок, в процессе которого должны решаться образовательные, воспитательные и оздоровительные задачи.

В настоящее время физические упражнения широко используются, как эффективное средство развития физических качеств, общего физического развития и профилактики пограничных состояний человека (В.Л. Найдин, В.А. Епифанов, ГЛ. Апанасенко) независимо от его возраста. Вместе с тем, исследования последнего десятилетия убедительно указывают на тот факт, что если первые две задачи физического воспитания на школьных уроках физической культуры решаются относительно успешно, то решение оздоровительной - оставляет желать много лучшего (А.Б.Медников и др.). Необходимость решения данной задачи особенно возрастает в периоды, когда формирование и становление организма человека происходит наиболее интенсивно, в частности у детей младшего школьного возраста.

Развитие физических качеств является основой нормальной жизнедеятельности человека (Л.П.Матвеев и др.). Вместе с тем известно, что развитие двигательных качеств происходит гетерохронно, т.е. неодновременно. Причем, периоды естественного интенсивного прироста отдельных физических качеств сменяются периодами, когда прирост этих качеств несколько замедляется. В период естественного ускоренного прироста какого-либо физического качества целенаправленное их развитие оказывает наиболее существенный эффект, тогда как в критический период использование этих же заданий будет не эффективным (А.А. Гужаловский и др.). Естественно, что эта закономерность обуславливает более тщательный подбор средств физического воспитания с целью развития тех или иных физических качеств в определенном возрасте.

В программах по физической культуре для общеобразовательных школ говорится о необходимости учитывать возрастные и половые особенности при развитии физических качеств детей, однако нет методических и практических рекомендаций для их реализации в процессе физического воспитания. В настоящее время наблюдается стойкая тенденция ослабления здоровья детей на фоне усиления информационной перегрузки в процессе обучения. Очевидна необходимость решения проблемы поиска специальных физических упражнений и методик, обеспечивающих эффективное решение оздоровительной задачи в рамках школьных уроков физической культуры, что и является актуальным.

Гипотеза. Если в процессе физического воспитания сформировать средства и методы развития физических качеств для детей младшего школьного возраста с учетом возрастных и половых особенностей, и динамики развития двигательных качеств, то это позволит эффективнее решать задачи повышения уровня их физической подготовленности.

Формирование двигательных функций у детей и подростков определяется как созреванием опорно-двигательного аппарата, так и степенью зрелости корковых центров регуляции движений (Д.В.Колесов, И.Ф.Мягков, К.Ф. Хобсон с соавт.). Для каждой мышцы или группы мышц характерны конкретные периоды энергичного роста костной и мышечной ткани. Наиболее высокими темпами роста обладают мышцы ног по сравнению с мышцами рук, причем темп роста мышц-разгибателей опережает развитие мышц-сгибателей. Точность и высокая координация движений зависит от хорошо развитого мышечного чувства, является результатом деятельности двигательного анализатора. К 6-7 годам нервные центры подкорковой регуляции движений, обеспечивающие преимущественно тонические влияния, составляют по объему 94-98% нервных ядер мозга взрослого человека. Кортикальное же представительство двигательного анализатора завершается значительно позже, чем периферического аппарата мышечной чувствительности - к 12-13 годам. В то же время, показатели функциональной зрелости

нервно-мышечного аппарата (возбудимость и лабильность) уже в 8-10 лет приближаются к уровню взрослых людей.

Становление двигательного анализатора происходит одновременно с развитием физических качеств. Так, в возрасте от 7 до 12 лет наблюдается интенсивный рост темпа движений, причем у мальчиков от 7 до 9 лет темп движений увеличивается более резко, чем у девочек. Сенситивные периоды развития скорости реакции и времени выполнения одиночного движения наблюдаются с 9 до 11 лет. Точность движений у 9-11-летних детей развита слабо. Ошибка при воспроизведении заданных параметров составляет 45-50%. Развитие пространственной ориентировки связано в первую очередь с повышением мышечной чувствительности, которая достигает высокого уровня развития уже в 7-10 лет. Младший школьный возраст является сенситивным периодом развития наглядно-образного компонента познавательных процессов, который доминирует над словесно-логическим. Несмотря на это, педагоги стремятся любыми способами развить у детей приемы умственной деятельности, поскольку школьное обучение носит преимущественно вербальный характер. Но, вследствие недостаточной произвольности внимания, у учащихся часто наблюдается реакция монотонии. При обучении двигательным действиям дети не различают сходные по структуре стимулы или физические упражнения, плохо воспринимают детали, не могут одновременно быстро и точно выполнить двигательную задачу, вследствие вынужденного распределения внимания на сенсорные и моторные компоненты. Тем не менее, есть доказательства, что учащимся 3-х классов по силам многие сложные гимнастические упражнения. О взаимосвязи уровня развития физических и психических качеств свидетельствуют многие факты. Так, разучивание детьми 7 лет вольных упражнений, требующих координационных способностей, показало прямую связь продуктивности двигательной памяти с показателями мыслительных операций (Н.П. Локалова). Двигательная активность является одним из основных факторов онтогенеза психического развития человека наряду с наследственностью и средой, поскольку физическое упражнение является психическим актом с его моторной и духовной сторонами (Д.Д. Донской). Неспецифическая форма двигательной активности связана с тем, что двигательные зоны в коре больших полушарий головного мозга - это элемент функционирования его как целого. Соответствующая концепция П.Ф. Лесгафта о взаимосвязи физического и умственного развития предполагает включение ребенка в максимально возможное разнообразие движений. Известно, что развитие двигательной активности как элемента физической активности происходит гетерохронно.

В физическом развитии шестилеток выделяется ряд специфических особенностей, без которых первокласснику трудно будет адаптироваться к школьному режиму. К ним относятся: ходьба и бег с разной скоростью, способность перестраиваться в шеренге, колонне (Ю.К. Чернышенко).

Специальными исследованиями установлено, что асимметрия мозга у мальчиков развивается раньше, чем у девочек. К 6 годам у мальчиков уже заметна отчетливая функциональная специализация полушарий. Девочки же до 13 лет сохраняют определенную пластичность мозга, эквивалентность его "половин", т.е. диффузность функционирования (С. Спрингер, Г. Дейч, А.И. Захаров).

Специфическое влияние двигательной активности на психическое развитие подразумевает целенаправленное воздействие на конкретные зоны коры больших полушарий головного мозга упражнениями не только для определенных мышечных групп, но и имеющими конкретную психологическую установку.

Для того, чтобы планировать двигательный режим детей младшего школьного возраста, подобрать оптимальные параметры двигательной активности, необходимо знать возрастные особенности растущего организма. При этом важнейшее значение имеет учет достигнутого в данном возрасте уровня зрелости и темпов возрастного развития всех важнейших проявлений двигательной функции. В этой связи весьма актуальным представляется рассмотрение возрастной динамики двигательных функций (Л.П. Матвеев).

Мышечная сила - одно из основных двигательных качеств. Посредством мышечных усилий устанавливаются и поддерживаются необходимые положения тела и его отдельных звеньев, происходит формирование осанки, выполняются двигательные акты, благодаря которым тело человека взаимодействует с окружающей средой и осуществляет адаптивные изменения, активно уравнивающие средовые воздействия.

Сила различных мышечных групп развивается с возрастом неодинаково. Наиболее часто объектом исследований была и остается сила сгибателей кисти. Сопоставление возрастной динамики абсолютных значений силы сгибателей кисти и темпы ее роста у лиц мужского и женского пола в возрасте от 7 до 20 лет показывает, что во всех возрастных группах мальчики сильнее девочек. И это преимущественно нарастает с 12 и еще более с 14 до 17 лет, когда темпы роста силы начинают снижаться, данный спад у девочек более крутой и глубокий, чем у мальчиков. В целом, первый сенситивный период интенсивного развития силовых и скоростно-силовых двигательных способностей происходит во втором детстве (с 8 до 12 лет) (В.П. Озеров, Г.Л. Апанасенко).

У девочек в возрастной динамике силы мышц-сгибателей плеча и туловища выявляются такие же периоды, как и в динамике кистевой силы.

Сила мышц-разгибателей у девочек развивается более интенсивно, чем сила мышц-сгибателей. Разгибатели туловища уже в 4 года имеют высокий уровень силы и высокую скорость развития, удерживающуюся до 11 лет, в последующие годы, до 17 лет, скорость роста довольно медленно снижается до нуля. Раннее и быстрое развитие мышц-разгибателей объясняется тем, что они участвуют в антигравитационных реакциях.

У мальчиков от 5 до 12 лет интенсивно нарастает сила многих мышечных групп. В возрасте старше 8 лет в развитии становой силы отмечаются три волны интенсивного роста: в 8-9, 10-11 и 12-14 лет. Отмечается зависимость возрастного развития мышечной силы от полового созревания, приуроченность ее сенситивного периода к пубертатному <скачку> роста массы тела и скелетной мускулатуры.

Специалистами выделяются следующие закономерности онтогенеза мышечной силы. От 4-5 до 6-7 лет прирост силы происходит за счет увеличения мышечной массы, так как в данном возрасте темпы роста размеров тела и ее мышечного компонента еще весьма высокая, а процессы дифференцировки, созревания гистологических структур и химических свойств мышечной ткани и механизмов двигательной регуляции протекают очень медленно. Процессы, определяющие уровень относительной силы, разворачиваются после 6-7 лет и заканчиваются в разном возрасте для разных мышечных групп. В пубертатном периоде - новая волна прироста силы опять, в основном, за счет увеличения мышечной массы. В последующие годы продолжается тенденция к росту силы, ее максимум достигается к 25 - 29-году жизни. Лишь с 6-7 лет темпы прироста силы начинает опережать прирост веса и увеличивается относительная сила, что ведет к нарастанию прыгучести ребенка, его скоростно-силовых возможностей (Сологуб Е.Б. и др.). Важнейшим фактором, воздействующим на онтогенез мышечной силы, является двигательная активность, что в свою очередь положительно сказывается и на развитии всех физических качеств.

Скоростно-силовые качества чаще всего оцениваются результатами прыжков с места в высоту или в длину, поэтому для их обозначения нередко используется термин "прыгучесть". Возрастное различие прыгучести происходит относительно равномерно с общей тенденцией к уменьшению темпов по мере биологического созревания у девочек. Это прослеживается в возрасте от 4 до 12-14 лет, а в последующие годы достигнутый уровень стабилизируется. У мальчиков от 7 до 20 лет наблюдается прогрессирование прыгучести. В возрасте 6-7 или 6-8 лет у девочек скорость роста прыгучести временно понижается. У мальчиков находят волны ускоренного развития, возрастные границы которых имеют регионально-групповые различия. Спортивная подготовка способствует более полному выявлению генетически программируемых резервов прыгучести.

Позднее других физических качеств развивается выносливость. Общая

выносливость в беге, ходьбе зависит от развития органов дыхания и кровообращения. Она низка у всех дошкольников и младших школьников. Особенно отстает выносливость у физиологически незрелых детей. Статическая выносливость детей еще очень мала. Следует избегать длительных напряжений и статических нагрузок, которые быстро утомляют детей.

Качество гибкости следует развивать с раннего возраста, используя природную гибкость костно-связочного аппарата и мышц в этом возрасте.

Наиболее заметное развитие ловкости происходит в 7-10 лет, но уже в детском саду быстро растет точность метания в цель, точность прыжка. Необходимо развивать ловкость детей, формируя способность осваивать новые формы движений и улучшая координацию. У девочек от 8 до 12 лет физическое качество ловкости (в показателе челночного бега между препятствиями) улучшается в 1,2 раза. У мальчиков же наибольший достоверный прирост этого показателя наблюдается в период с 8 до 9 лет (А.П.Золотарев).

Важным звеном в физической культуре учащихся младшего школьного возраста является использование физических упражнений и подвижных игр на занятиях в группах продленного дня (А.А.Жалей, Н.В.Карпова), а также физкультминутки в процессе предметных уроков на протяжении всего рабочего дня (В. В. Поваляева).

Известно, что тонизирующее действие физических упражнений выражается - прежде всего, в стимуляции моторно-висцеральных рефлексов. Усиление афферентной импульсации проприорецепторов стимулирует клеточный метаболизм в нейронах центрального звена двигательного анализатора, вследствие чего усиливается трофическое влияние ЦНС на скелетную мускулатуру и внутренние органы, т.е. на весь организм.

Произвольные движения относятся к числу наиболее сложных психомоторных функций человека, представляя собой функциональную систему организации поведения и обучения человека. В то же время, структуру высших психических функций и произвольных движений обеспечивают одни и те же зоны коры больших полушарий головного мозга (А.Р. Лурия, П.К. Анохин). Эта закономерность указывает на реальную возможность развития функциональных систем, связывающих психическую деятельность и двигательные качества, посредством специальных физических упражнений. В частности, в работе Г.Е. Шаниной показана возможность использования учителем специального кинезиологического комплекса, построенного на основе одновременного совмещения двух обучающих принципов (воздействия на сохранное звено регуляции и воздействия на нарушенное звено регуляции психофизиологических функций). Данный комплекс включает в себя определенные движения и приемы, адресованные к разным функциональным блокам коры больших полушарий головного мозга.

Ряд исследований связан с поиском оптимального соотношения времени использования различных видов физических упражнений на уроках физической культуры. Таким образом, разные методики, апробированные на уроках физической культуры в начальных классах, убедительно доказывают возможности общего развития учащихся (в том числе - интеллектуальных функций) посредством применения специальных физических упражнений.

В конечном итоге, задачей уроков физической культуры является развитие не только физических качеств, формирование элементарных двигательных навыков, но и психомоторное развитие, т. е. формирование способности самоконтроля и саморегуляции движений.

Выводы. При планировании учебной нагрузки на уроках физической культуры необходимо ориентироваться на использование сенситивных периодов для развития конкретных физических качеств и двигательных способностей.

Организационные аспекты проведения уроков по физической культуре с младшими школьниками должны учитывать половые особенности уровня и динамики физической подготовленности в каждом конкретном классе.

В условиях школьного урока физической культуры наиболее эффективной является методика построения занятий с направленностью на всестороннюю физическую подготовку с учетом сенситивных периодов развития физических качеств.

ФОРМИРОВАНИЕ ПСИХОЛОГИЧЕСКОЙ ПОДГОТОВЛЕННОСТИ ДЗЮДОИСТОВ 10-12 ЛЕТ К СОРЕВНОВАНИЯМ

*Р.Н. Емкужев, магистрант ИФК и дзюдо,
Ю.А. Иоакимиди, к.п.н., доцент кафедры ТОФВ ИФК и дзюдо
науч. руководитель – А.Б. Бзуашев, к.п.н., профессор, директор ИФК и дзюдо*

Постоянное и неуклонное повышение уровня тренировочных и соревновательных нагрузок является ведущей тенденцией развития мирового спорта.

Спортивная деятельность дзюдоиста часто проходит в условиях, требующих усиленного расхода внутренних резервов психики. Организм дзюдоиста подвергается очень высоким физическим и психическим нагрузкам, в которых необходимо регулировать свое психическое состояние.

Изучение регуляторной функции психики относится к числу фундаментальных проблем психологии. Это связано с тем, что бесконечное множество форм деятельности, поступков, актов общения в ходе активной адаптации человека и его взаимодействия с физическим, предметным и социальным окружением, а также с решением возникающих проблем осуществляется благодаря регуляторной функции психики. Рассматривая регуляцию и саморегуляцию психических состояний, авторы, как правило, подчеркивают отдельные стороны этого процесса (значение воли) или роль определенных психологических качеств (эмоциональная устойчивость).

В спортивной жизни дзюдоиста регуляция психического состояния (в нашей работе контроль и регуляция эмоций) способствует повышению эффективности подготовки спортсменов, в том числе и в экстремальных условиях. Неумение спортсмена грамотно манипулировать и контролировать свои психические состояния - это серьезная помеха в реализации поставленных им целей [1,2].

В связи с этим возникает противоречие между необходимостью более широкой и глубокой разработки проблемы повышения эффективности психологической подготовки спортсменов с помощью новых комплексных педагогических технологий и современных методик психологии и отсутствием теоретических положений, знаний и методик его обеспечивающих. От успешного развития этого актуального научного направления во многом зависит решение важных теоретических и практических задач спортивной подготовки [2,3].

Разрешение данного противоречия позволило сформулировать цель нашего исследования:

- теоретически и экспериментально обосновать эффективность методики повышения психологической подготовленности дзюдоистов 10-12 лет к соревнованиям.

Объект исследования - психологическая подготовка дзюдоистов к соревнованиям.

Предмет исследования – методы и средства повышения психологической подготовленности дзюдоистов 10-12 лет к соревнованиям.

Гипотезу исследования составило предположение о том, что целенаправленное применение в учебно-тренировочном процессе средств и методов повышения психологической подготовленности повысит эффективность процесса спортивной подготовки у дзюдоистов 10-12 лет.

По результатам констатирующего эксперимента были сформированы контрольная (12 человек) и экспериментальная (12 человек) группы из дзюдоистов 10-12 лет, уровень предварительной подготовки которых статистически значимо не различался ($P > 0,05$).

Обе группы занимались 4 раза в неделю, получая одинаковые задания. Только, в тренировочный процесс экспериментальной группы была включена авторская методика повышения психологической подготовленности дзюдоистов к соревнованиям, которая

была реализована тренером после тренировочных занятий в течение 10-15 минут. Контрольная группа не принимала участие в эксперименте. Исследование проводилось в течение 8 месяцев (сентябрь 2018г. – апрель 2019г.). Следует отметить, что педагогический эксперимент проходил в естественных условиях, то есть в условиях реального тренировочного процесса.

Так как исследование проводилось с небольшим количеством участников и в ограниченный период времени, полученные результаты и разница между ними незначительна. То есть по данным проведенных нами тестов в начале эксперимента результаты оказались статически недостоверны, так как различия между контрольной и экспериментальной группой были незначительны. Но к концу эксперимента разница прямо пропорционально начала увеличиваться (Рис. 1).

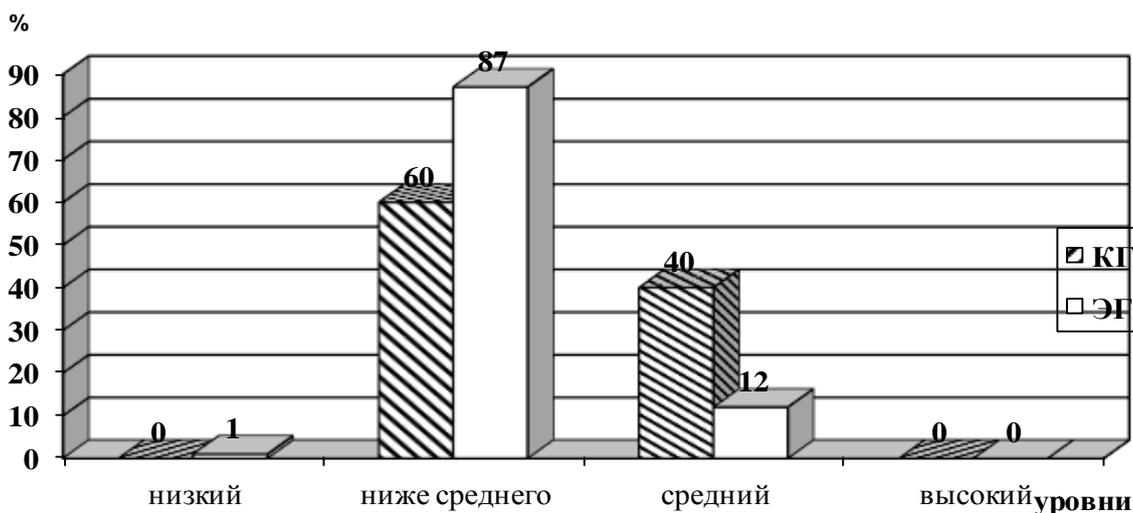


Рис. 1. Диаграмма динамики развития тревожности дзюдоистов в процессе эксперимента.

Относительно компонента тревожности у борцов, к концу эксперимента оптимальный уровень развития данного качества достоверно выше у спортсменов ЭГ (87%) по сравнению с КГ (60%).

Следствием апробации авторской методики у дзюдоистов в ЭГ, к концу эксперимента снизилось предрасположенность к стрессовому состоянию, так у 80% борцов выявлен оптимальный уровень сопротивляемости к стрессу (Рис.2).

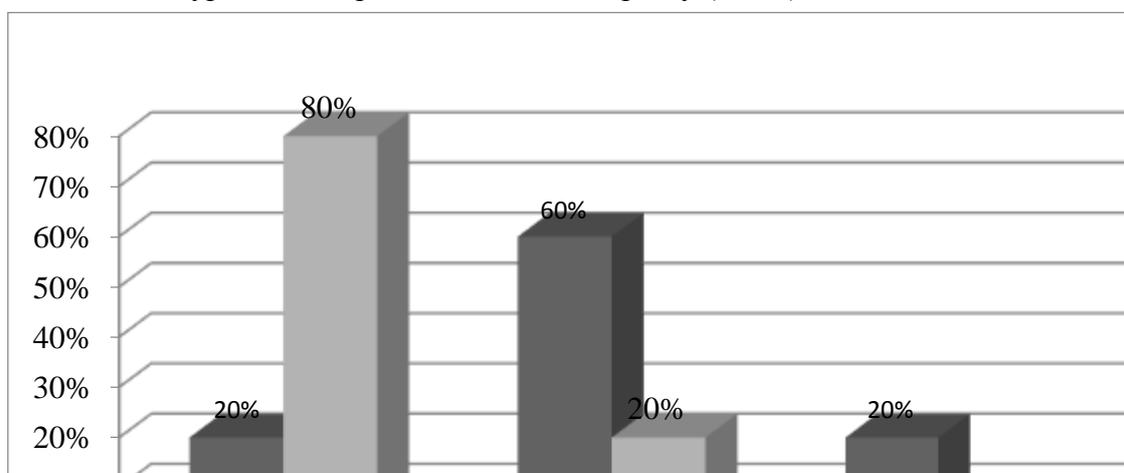


Рис. 2. Диаграмма развития способностей дзюдоистов к преодолению стрессового состояния.

Наиболее ярко продемонстрирована эффективность разработанной нами методики на рисунке 3. В КГ все спортсмены имеют низкий уровень предрасположения к депрессии, в отличие от ЭГ, в которой таких спортсменов наблюдается лишь 28%, и 72% с оптимальным уровнем данного качества.

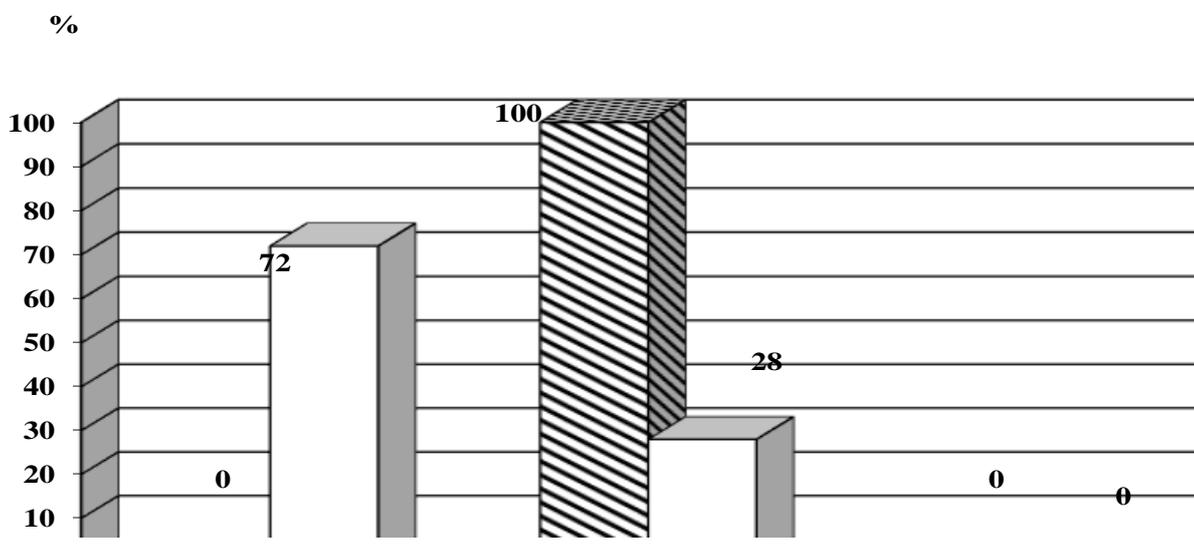


Рис. 3. Диаграмма предрасположенности к депрессии дзюдоистов.

Так же произошли изменения в показателях профессионально мастерства дзюдоистов. За время эксперимента 45% спортсменов экспериментальной группы повысили свою квалификацию, а в КГ лишь 25%.

Таким образом, анализ результатов в ЭГ подтвердил предположение о том, что авторская методика повышения психологической подготовленности дзюдоистов к соревнованиям влияет на эмоции борца и соответственно повышает эмоциональную готовность дзюдоистов к соревнованиям. В целом результаты проведенного эксперимента подтверждают необходимость и возможность регуляции эмоционального состояния, формировать эмоциональную устойчивость у дзюдоистов.

Так же проведенный научный эксперимент говорит об эффективности авторской методики и ее целесообразном использовании в процессе психологической подготовки дзюдоистов, специфика спортивной деятельности которых требует вполне конкретных условий психической стабильности самостоятельных принятий ответственных решений в сложных условиях острого спортивного соперничества.

Для повышения эффективности данного процесса следует выделить следующие практические рекомендации:

1. Для стабилизации психического состояния необходимо, прежде всего, выявить пробелы в психологической подготовке борцов и по возможности устранить их. Для этого необходимо систематически проводить психологические тренировки.
2. Нельзя эффективно повышать эмоциональную устойчивость борцов, используя отдельные приемы, необходим системный подход. Для осуществления мероприятий по повышению эмоциональной устойчивости необходимо иметь правильное представление о системе компонентов, составляющих личность. Нужно уметь обнаруживать в этой системе слабые звенья и воздействуя на них, в первую очередь, одновременно учитывать взаимосвязь и взаимообусловленность всех компонентов.
3. При совершении саморегуляции необходимо в первую очередь опираться на имеющийся жизненный опыт, активизировать, усилить приобретенные в ходе жизни

качества и умения. Необходимо иметь на вооружении набор средств, позволяющих регулировать состояние в зависимости от конкретной ситуации, обладать способностью «изобретать» новые средства при возникновении неповторимых ситуаций, проявить решимость в использовании намеченных мер.

4. Деятельность по повышению эмоциональной устойчивости должна включать в себя:

- повышение знаний в области основ психологии и владение методами психологического воздействия на личность;
- развитие и совершенствование отстающих качеств личности, влияющих на психическое состояние;
- организацию деятельности с учетом влияния ее на эмоциональное состояние;
- управление специфической (профессиональной) деятельностью;
- улучшение режима и условий жизни;
- совершенствование стиля поведения, искусства общения с людьми;
- активизацию сформировавшихся в ходе жизни приемов саморегуляции и овладение новыми приемами;
- перестройку сформировавшихся стихийно негативных эмоциональных форм условно-рефлекторного реагирования на определение ситуации;
- учет индивидуальных особенностей спортсмена, его настроение, период тренировочной работы, время суток, физическое состояние и пр.

ЛИТЕРАТУРА:

1. Туманян Г.С. Психологическая подготовка. Часть III кн. 17 / Г.С. Туманян, В.В. Гожин. М.: Советский спорт, 2000. – с.42.
2. Рубинштейн С.П. Основы общей психологии / С.П. Рубинштейн. – СПб.: Питер, 1999. – с. 711.
3. Платонов, В. Н. Система подготовки спортсменов в олимпийском спорте. Общая теория и ее практические приложения: учебник тренера высшей квалификации / В. Н. Платонов. - М.: Советский спорт, 2005. - 820 с. : ил.

ИННОВАЦИОННЫЕ ТЕХНОЛОГИИ В ПРЕПОДАВАНИИ РАЗДЕЛА «ЗДОРОВЫЙ ОБРАЗ ЖИЗНИ» В КУРСЕ «ОСНОВЫ БЕЗОПАСНОСТИ ЖИЗНЕДЕЯТЕЛЬНОСТИ»

*Ефименко В., студент 5 курса, гр. «А», ИФК и дзюдо,
Шатохина Т.А., доцент кафедры безопасности жизнедеятельности*

Курс «Основы безопасности жизнедеятельности» в школе постоянно претерпевает изменения. Добавляется новая информация, устаревшая в свою очередь исключается. Но вот методики преподавания практически неизменны. Большой проблемой является уменьшения количества уроков ОБЖ, а это означает, что обучающиеся должны изучать материал за меньшее время и хорошо его освоить. Учителю необходим поиск новых методов, которые позволили бы более эффективно передавать информацию учащимся.

В этой связи в учебной деятельности актуальным становится применение новых подходов к организации учебного процесса и применение современных инновационных технологий как методов обучения. Урок, построенный на современных технологиях, в том числе на уроках ОБЖ, позволит сформировать у школьников не только глубокие знания, но и умения самостоятельно добывать знания, использовать их в различных ситуациях, накапливать опыт решения проблем, развивать у учащихся познавательные, интеллектуальные, эмоционально-волевые и физические умения.

Одним из средств такого развития являются инновационные технологии, т.е. это принципиально новые способы, методы взаимодействия преподавателей и учащихся, обеспечивающие эффективное достижение результата педагогической деятельности.

Основной путь развития цивилизации в XXI веке проходит в области информационной сферы. Именно с этим связано появление новых телекоммуникационных

типов средств массовой информации.

Давно доказано, что учащиеся по-разному осваивают новые знания. Ранее преподавателям трудно было найти индивидуальный подход к каждому ученику. Теперь же, с использованием компьютерных сетей и онлайн-средств, школы получили возможность преподносить новую информацию таким образом, чтобы удовлетворить индивидуальные запросы каждого ученика.

Общеизвестно, что информационные технологии могут сделать процесс обучения более интересным, отвечающим реалиям сегодняшнего дня, предоставляя нужную информацию в нужное время. Одним из достоинств применения компьютера в обучении считается повышение мотивации учения. Не только новизна работы с компьютером, которая сама по себе нередко способствует повышению интереса к учебе, но и возможность регулировать предъявление учебных задач по уровню трудности, поощряя правильные решения, не прибегая к нравоучениям и порицаниям, которыми нередко злоупотребляют педагоги, позитивно сказываются на мотивации учения. Что же касается занимательности как источника мотивации учения, то возможности информационных технологий здесь поистине неисчерпаемы, и основная задача, которая уже сегодня приобрела большую актуальность, заключается в том, чтобы занимательность не стала преобладающим фактором в использовании компьютера, не заслоняла собственно учебные цели.

Объектом нашего исследования является процесс преподавания раздела «Здоровый образ жизни» в курсе «Основ безопасности жизнедеятельности». Предмет исследования: использование инновационных технологий в процессе обучения школьников по разделу «Здоровый образ жизни». Цель работы выявить содержание технологий инновационного характера, используемых при преподавании раздела «Здоровый образ жизни». Решению этой цели служат следующие задачи:

- охарактеризовать специфику инновационных образовательных технологий;
- выявить, условия применения инновационных методов преподавания в практике работы образовательных учреждений;
- провести анкетирование школьников по вопросам ЗОЖ;
- обосновать применение квест-метода как инновационной технологии в преподавании раздела «Здоровый образ жизни» в курсе «Основы безопасности жизнедеятельности».

Методологической основой исследования послужили научные идеи и положения теории безопасности жизнедеятельности таких авторов как: Арустамов Э.А., Евсеев В.О., Вишневская Е.Л., Косолапова Н.В. и др.

Если говорить о разделе «Здоровый образ жизни», то учащиеся за очень короткий срок должны узнать, научиться и понять в чём заключается здоровый образ жизни, как его соблюдать, в чем его необходимость, о влиянии вредных привычек на организм человека и многое другое.

В свою очередь учитель ОБЖ должен передать ученикам информацию за короткий промежуток времени, таким образом, чтобы полученная информация запомнилась. В большинстве школ, особенно сельских методика преподавания является традиционной, то есть: рассказ, беседа, показ всевозможных плакатов. На этом всё и останавливается, многие преподаватели не ищут новых методов, технологий преподавания. Особенно это касается учителей, так скажем прошлого поколения. Они привыкли к традициям, и не ищут нового, либо же школа не может предоставить определённую материальную базу (компьютеры, интерактивные доски, плакаты и др.). Но с развитием и изменением курса ОБЖ, уменьшения часов по данному предмету методика преподавания должна изменяться. Учителю необходим поиск новых методов, которые позволили бы более эффективно передавать информацию учащимся. Ведь методы обучения являются одним из важнейших компонентов учебного процесса. Без соответствующих методов деятельности невозможно реализовать цели и задачи обучения, достичь усвоения обучаемыми определенного

содержания учебного материала.

Так же в процессе изучения раздела «Здоровый образ жизни» при применении традиционных методов преподавания отсутствует самостоятельная работа учащихся. Они получают только ту информацию, которую передаёт непосредственно учитель ОБЖ. Ученики самостоятельно не вникают в это. Редко, когда учащиеся самостоятельно для общего кругозора начнут изучать вопросы, касающиеся здорового образа жизни.

Сегодня многими учителями с целью достижения результативности обучения применяются современные технологии и инновационные методы обучения в школе. Эти методы включают активные и интерактивные формы, применяющиеся в обучении. Активные методы предусматривают деятельную позицию учащегося по отношению к преподавателю и к тем, кто получает образование вместе с ним. Во время уроков с их применением используются учебники, тетради, компьютер, то есть индивидуальные средства, используемые для обучения [31].

Благодаря интерактивным методам, происходит эффективное усвоение знаний в сотрудничестве с другими учащимися. Эти методы принадлежат к коллективным формам обучения, во время которых над изучаемым материалом работает группа учащихся, при этом каждый из них несет ответственность за проделанную работу.

Инновационная методика преподавания является нетрадиционной формой обучения. Использование новых информационных технологий, Интернет-ресурсов помогает реализовать личностно-ориентированный подход в обучении, обеспечивают индивидуализацию и культурную идентификацию обучения с учетом способностей детей, их уровня подготовки и склонностей. А разнообразие тем, видов деятельности, красочность, увлекательность компьютерных программ вызывает огромный интерес у учащихся.

Инновационные методики преподавания довольно редко встречаются в школах России. Говоря об уроках ОБЖ, а в частности разделе «здоровый образ жизни» можно сказать, что данные методики преподавания практически отсутствуют. В городских школах постепенно начинают применяться инновационные методики преподавания, как показывает практика они довольно эффективны, так как обладают большим спектром возможностей передачи информации.

Для того, чтобы выяснить насколько школьники имеют представление о здоровом образе жизни, было проведено анкетирование. Цель анкетирования: определение уровня осведомленности (сформированности) о здоровом образе жизни у школьников.

Основными критериями сформированности знаний у школьников о ЗОЖ выступили:

1. Знания детей о строении тела человека, о здоровье и здоровом образе жизни, осознанность этих знаний.
 2. Активное отношение детей к своему здоровью, здоровому образу жизни, желание помогать себе и другим людям в его соблюдении.
 3. Владение навыками, приёмами здорового образа жизни, сформированность привычек гигиенического поведения, готовность осуществлять самоконтроль и самооценку достигнутых результатов.
 4. Стремление детей к расширению своего кругозора в сфере здоровья и здорового образа жизни, интерес к новой информации по заданной теме, получаемой из детских журналов, газет, научно – популярной литературы для детей, радио, телевидения, Интернета.
 5. Проявление потребности в выполнении санитарно-гигиенических норм.
- Результаты осведомленности о требованиях ЗОЖ приведены на рис 1.



Рис 1. Результаты осведомленности о требованиях ЗОЖ 5-6 классы

Анкетирование показало, что у 35% детей сформирован высокий уровень, 27% достаточная осведомленность, у 24% - недостаточное представление о здоровье и здоровом образе жизни и низкий уровень показали 14% школьников. Это означает, что более трети детей имеют крайне смутное представление о ЗОЖ и необходимости его вести.

Таким образом, полученные результаты указывают на необходимость воспитания у учащихся потребностей в здоровье, о правилах личной гигиены, первой помощи, формирования у них научных представлений о сущности ЗОЖ.

Результаты анкетирования учащихся представлены на рисунке 2.



Рис. 2 Личностные ценности школьников 5-6 классов

Результаты анкетирования показали, что быть здоровыми предпочитают большинство школьников (82%), но ведь, все - таки, почти пятая часть детей не осознает важности здоровья в своей жизни.

Семейные ценности в этом возрасте еще очень важны, что демонстрирует

показатель в 71%, но уже половина школьников также ставит в приоритет деньги.

Быть красивым и привлекательным кажется важным почти трети школьников (27%), а друзья (35%), будущая хорошая работа (38%) и приобретение знаний и умений (39%) кажутся важным только чуть больше 1/3 анкетированных. О самостоятельности задумываются всего лишь 14% респондентов.

Анкетирование показало, что личностная ценность здоровья на высоком уровне, но в идеале он должен стремиться к 100%.

На рис. 3 наглядно показано, что для сохранения здоровья школьники считают наиболее важным.

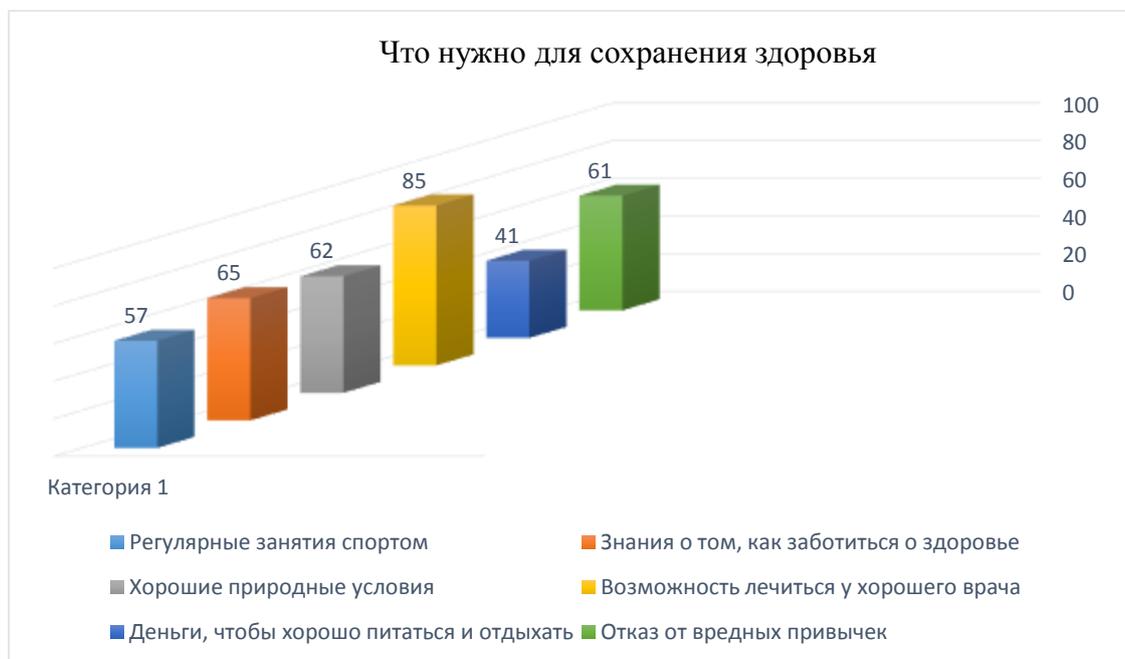


Рис. 3. Что наиболее важно для сохранения здоровья

Итак, чуть больше половины детей (57%) считают для поддержания здоровья необходимым регулярно заниматься спортом. Интересно, что 2/3 детей считают важным хорошие природные условия (62%), знания о том, как именно заботиться о своем здоровье (65%), а также отказ от вредных привычек (61%). Последний показатель особенно настораживает, так как именно отсутствие вредных привычек должно быть нормой для большинства здоровых людей. 41% школьников считает деньги необходимым фактором ЗОЖ, так как они помогают хорошо питаться и отдыхать. Очень большой процент детей (85%) считает важным возможность лечиться у хорошего врача, что также показывает непонимание того, что здоровому человеку в большинстве случаев врачи вообще нужны.

Выводы: понимание роли поведенческого фактора в охране и укреплении здоровья на находится явно на недостаточном уровне.

Анализ распорядка дня учащихся показал недостаточную физическую активность школьников. Так, ежедневно зарядку не делает никто, также практически никто (всего 2%) не занимается спортом ежедневно. В виде физической активности зарядка присутствует только у трети учащихся (33%), остальные не делают ее практически никогда. Занятия спортом отсутствуют напрочь почти у трети (27%) детей. Если добавить, что только половина детей (54%) ежедневно уделяет время прогулкам на свежем воздухе, картина выглядит удручающей.

В режиме питания также наблюдаются существенные перекосы: ежедневно не завтракает почти треть школьников, а 11% не принимают пищу по утрам практически никогда. Зато ужинают почти все школьники.

Недосып наблюдается почти у трети детей – 30% спят менее 8 часов несколько раз

в неделю.

Выводы: Анализ распорядка дня учащихся показал полное его несоответствие требованиям ЗОЖ.

Были проанализированы источники, откуда школьники получают информацию о том, как возможно заботиться о своем здоровье. Результаты анкетирования представлены на рис. 4.



Рис. 4. Источники информации школьника о ЗОЖ

Данные анкетирования показали, что наиболее часто (79% и 72%) соответственно информация получается школьниками из телепередач и в школе. Только две трети школьников часто разговаривают по вопросам ЗОЖ с родителями. От друзей получают информацию также почти 2/3 детей. Очень настораживает тот факт, что 59% детей вообще не пользуется книгами как источником информации.

Итак, по результатам анкетирования учащихся была получена довольно полная и разнообразная информация об информированности школьников о ЗОЖ.

Нами были посещены несколько уроков ОБЖ в школе №17 города Майкоп. Присутствуя на уроках ОБЖ, мы наблюдали, как проводятся уроки, какие применяются методы преподавания, формы проведения уроков, применение инновационных технологий.

При наблюдении уроков ОБЖ в школе №17 города Майкопа мы заметили то, что в процессе преподавания раздела «Здоровый образ жизни» учителем применялись как традиционные методы преподавания, так и инновационные. На одном из уроков учитель после рассказа определённой темы показывал документальный фильм по данной теме. В процессе просмотра этого видеосюжета ученики были очень заинтересованы и пристально наблюдали. Так же на одном из уроков ОБЖ по разделу «Здоровый образ жизни» учитель ОБЖ использовал кабинет информатики. Применив компьютерные программы и рассказ материала, по теме негативное влияние вредных привычек учитель наглядно показал ученикам, к чему может привести, например, курение, как оно действует на организм. Программа была представлена таким образом, что в процессе рассказа материала учителем на компьютере выводилась информация, которую записывали ученики, а также по ходу рассказа представлялись различные фотографии и анимационные картинки,

которые рассказывали о вреде вредных привычек для организма человека.

На некоторых уроках были применены нестандартные методы преподавания, например, один из уроков был проведён в виде конференции, который показал свою положительную сторону. Ученики в процессе такого урока активно дискуссировали по данной теме.

Таким образом, можно сказать, что в школе №17 города Майкопа учителем ОБЖ применяются некоторые инновационные методы преподавания, но не в достаточной мере. Так же нами было замечено, что преподавателю ОБЖ изучение компьютерных технологий даётся с большим трудом, он испытывает большие сложности в процессе подготовки материала к проведению уроков, можно предположить, что это связано с его недостаточным умением обращаться с современными компьютерными программами.

Опираясь на возрастные особенности подросткового и юношеского возрастов, связанные с ними педагогические задачи, а также обращаясь к обозначенной нами выше проблеме слабой компьютерной обеспеченности исследуемой школы, мы предлагаем подробнее рассмотреть, как интерактивный метод формирования навыков здорового образа жизни современную технологию – квест. Наш выбор обусловлен, прежде всего, тем, что данный метод воздействует сразу на три структурных компонента установки: когнитивный, объединяющий представления о сущности здорового образа жизни и путях приобщения к нему; эмоциональный, выражающий эмоциональное отношение к проблемам здорового образа жизни, их субъективную оценку; поведенческий, представленный нормами поведения, соответствующими здоровому образу жизни. Квест как недавно определившаяся педагогическая технология совмещает в себе элементы и мозгового штурма, и тренинга, и игры, а, соответственно, решает ряд задач, возложенных на вышеперечисленные технологии.

Итак, была разработана и проведена с учениками 6-х классов квест-игра «Мы за здоровый образ жизни». В этой главе приведем подробное ее описание.

На рис. 5 представлена общая схема игры.

1 этап. Построение команд. Учащиеся говорят название и девиз своей команды.

2 этап. Вручение маршрутных листов.

3 этап. Объяснение хода игры:

На каждом этапе квест-игры учащиеся будут выполнять конкретное задание, которое будут подробно объяснять судьи, находящиеся на том пункте, куда должны будут прибывать ученики согласно маршрутному листу.

Оценка за выполнение будет выставляться на маршрутных листах. Выигрывает та команда, которая наберет наибольшее количество баллов. На выполнение задание и переход от пункта к пункту дается 10 минут. По звонку учащиеся должны перейти на этап, который указан в маршрутном листе, даже если они не выполнили задание до конца.

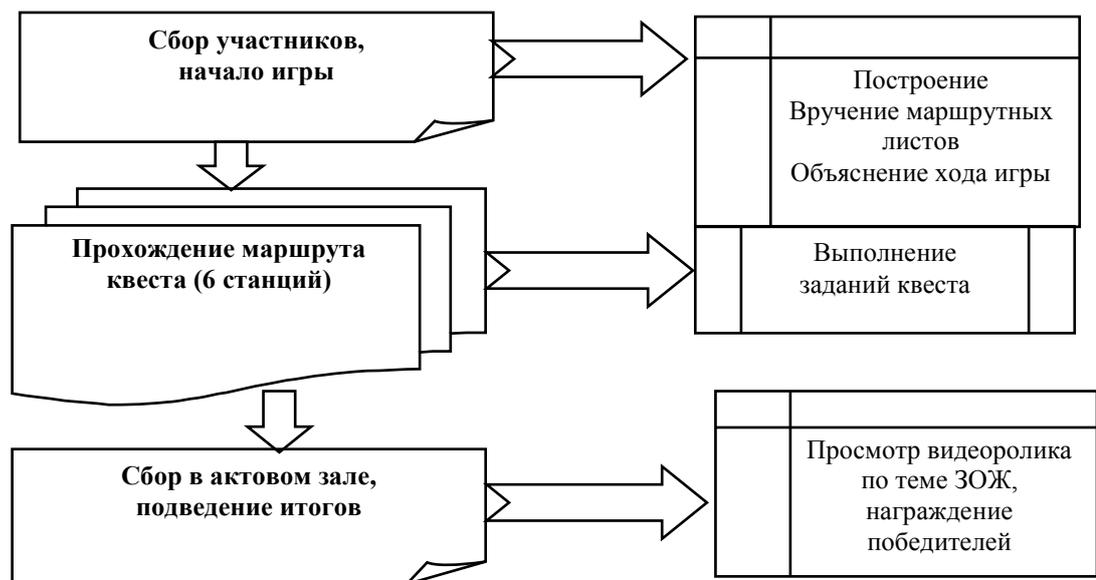


Рис. 5. Краткая схема квеста «Мы за здоровый образ жизни»

Завершая путешествие по городу, все команды собираются в актовом зале. Во время отдыха им будет показан видеоролик по теме мероприятия, судейская бригада подведет итоги и объявит итоги игры, назовет победителей.

Более подробно опишем порядок проведения квеста и использованные задания.

Станция «Маскарадная». Задание: нарисовать маски своих пороков.

Станция «Спортивная». Содержание задания: принять участие в спортивной эстафете.

Критерии оценки: скорость, правильность выполнения, вера в победу.

Спортивная эстафета состояла из следующих заданий:

1. Бег в ластах;
2. Попрыгунчик (на большом мяче);
3. Вести мяч;
4. Прыгалки;
5. Прыжки;
6. Колесница (палка и 2 веревки).

Станция «Здравпункт». Содержание задания: ответить на вопросы, собрать аптечку, определить значение лекарственных трав.

Задание: за 2 минуты собрать медицинскую аптечку.

Критерии оценки: знания, умения, навыки.

Вопросы и ответы, которые были заданы на данном этапе квеста, обобщены в таблице 3.

Таблица 3

Вопросы и ответы к заданию Станция «Здравпункт»

№ п/п	Вопрос	Ответ
1	Вспомните девиз Олимпийского движения	Быстрее, Выше, Сильнее
2	Как называется система защиты организма человека от возбудителей болезней?	Иммунитет
3	Какую болезнь называют «болезнью грязных рук»?	Дизентерия
4	Материал для перевязки	Бинт
5	Что обычно нюхают, отравляя свой мозг, токсикоманы	Клей
6	Травма, нанесенная огнем	Ожог
7	Травма, возникшая из-за неправильного пользования ножом	Порез

Станция «Дом знатоков». Содержание задания: ответить на вопросы, собрать пословицы (текст пословицы разделен на 2 части, необходимо сложить 2 нужные части).

Критерии оценки: эрудиция, кругозор, логика.

Вопросы и ответы, которые были заданы на данном этапе квеста, обобщены в таблице 4.

Таблица 4

Вопросы и ответы к заданию Станция «Дом знатока»

№ п/п	Вопрос	Ответ
1	Кто предупреждает курильщиков о вреде курения	Минздрав
2	Какой орган поражается у курильщиков прежде всего?	Легкие
3	Самая опасная болезнь 21 века	СПИД
4	Его капля убивает лошадь	Никотин
5	Слабоалкогольный напиток, который многие люди считают безвредным.	Пиво
6	Какой цвет зубов у курильщиков?	Желтый
7	Кто может заразить человека бешенством?	Животные: собаки, кошки, лисы и др.

Пословицы:

Здоров будешь - всё добудешь.

Здоровье слаб, так и духом не герой.

Умеренность – мать здоровье.

Та душа не жива, что по лекарям пошла.

В здоровом теле – здоровый дух.

Курить – здоровью вредить.

Здоровье всего дороже.

Береги платье снову, а здоровье смолоду.

Здоров будешь – всё добудешь.

Станция «Художественная»

Содержание задания: нарисовать листовки «Здоровый образ жизни».

Критерии оценки: яркость, аккуратность, оригинальность.

Станция «Кроссвордная»

Содержание задания: разгадать кроссворд (Рис.6).

Рис. 6. Кроссворд Здоровье

Критерии оценки: знания, сообразительность.

Вопросы для заполнения кроссворда обобщены в таблице 5.

Таблица 5

Вопросы и ответы кроссворду «Здоровье»

Вопросы	Ответы	Вопросы	Ответы
По вертикали		По горизонтали	
1. Вещества, необходимые для укрепления организма	витамины	1. Медицинский инструмент для инъекций	шприц
2. Его за деньги не купишь, о нем не думаешь, пока не заболеешь	здоровье	2. На ней сидят, чтобы похудеть	диета
3. То, к чему приводит систематическое переедание	ожирение	3. Состояние организма в инфекционный период	болезнь
4. Острое инфекционное заболевание - воспаление	ангина	4. Упражнения и процедуры,	закаливание

миндалин		способствующие укреплению организма	
5. Растирание тела для лечебных целей	массаж	5. ... - залог здоровья	чистота
6. Этим видом спорта занимается Алина Кабаева	гимнастика		
7. Любимое лекарство доктора Пилюлькина	микстура		
8. Вредная привычка, переходящая в зависимость, вызывающая различные заболевания органов дыхания	курение		

Станция «Театральная». Содержание задания: разыграть ситуации.
Критерии оценки: актерское исполнение, фантазия.

Примеры ситуации:

Изобразите ситуацию, самочувствие и внешний вид человека после:

- ночной дискотеки.
- долгой игры за компьютером или «зависания» в Интернете.
- чрезмерно длительного и агрессивного катания на роликах.

Станция «Алфавит здоровья». Содержание задания: заполнить таблицу соответствующими понятиями (по возможности на каждую букву) (Табл. 6.)

Таблица 6

Задание «Алфавит Здоровье»

Буква алфавита	Понятия о ЗОЖ (на указанную букву)	Буква алфавита	Понятия о ЗОЖ (на указанную букву)	Буква алфавита	Понятия о ЗОЖ (на указанную букву)	Буква алфавита	Понятия о ЗОЖ (на указанную букву)
А		Ж		О		Х	
Б		З		П		Ц	
В		И		Р		Ч	
Г		К		С		Ш	
Д		Л		Т		Э	
Е		М		У		Ю	
		Н		Ф		Я	

Критерии оценки: знания, сообразительность.

6. Сбор в актовом зале.

Общая станция «Релакс»

Тренинг «Освобождение от пороков»

8. Просмотр видеоролика.

9. Построение команд. Награждение команд победителей.

Обобщим результаты проведения квеста. На полное проведение игры было потрачено 90 минут (два урока).

Все учащиеся принимали участие в квесте охотно, выполнение заданий и обсуждение происходило достаточно организовано. Особенный интерес вызвали творческие конкурсы и спортивные эстафеты. При ответах на вопросы учащиеся допустили достаточно много ошибок, но все правильные ответы были озвучены организатором, допущенные ошибки разобраны. По окончании квеста учащиеся выразили пожелание, чтобы подобные мероприятия проводились чаще.

Проанализировав большинство традиционных методов обучения, можно выделить два основных: репродуктивный и объяснительно-иллюстративный. И оба традиционных

метода предполагают передачу знаний для учеников в готовом виде.

У данных традиционных методов можно выделить множество недостатков. Основными являются:

- низкая усвояемость огромного количества подаваемого материала;
- неумение думать и самостоятельно принимать решения;
- стереотипность мышления;
- не заинтересованность в получении знаний о ЗОЖ и не применение их на практике.

Сегодня многими учителями с целью достижения результативности обучения применяются современные технологии и инновационные методы обучения в школе. Эти методы включают активные и интерактивные формы, применяющиеся в обучении.

Использование новых информационных технологий, Интернет-ресурсов помогает реализовать личностно-ориентированный подход в обучении, обеспечивают индивидуализацию и культурную идентификацию обучения с учетом способностей детей, их уровня подготовки и склонностей. А разнообразие тем, видов деятельности, красочность, увлекательность компьютерных программ вызывает огромный интерес у учащихся.

Наряду с открывающимися широчайшими перспективами использования в учебном процессе компьютерной техники, существует ряд проблем применимости подобных технологий.

Недостаточное материальное обеспечение школ (физическое отсутствие компьютерной техники), дорогое лицензионное программное обеспечение, жесткие санитарные нормы о нагрузке не более 15 минут перед монитором для ученика, все это делает проблематичным применение компьютеров на уроках ОБЖ.

Но несмотря на трудности финансового и материального характера есть пути решения данной проблемы. Ведь можно акцентировать свое внимание на применении инновационных методов преподавания без внедрения современных технологий обучения, посредством нестандартных уроков.

Выделяют следующие виды инновационных уроков: уроки самостоятельной деятельности; исследовательские; на основе групповой технологии; проблемные; дифференцированного обучения; на основе проектной деятельности; уроки-тренинги и др.

Таким образом, уроки с применением компьютерных технологий наглядны, красочны, информативны, интерактивны, экономят время учителя и ученика. Они позволяют ученику работать в своем темпе, а учителю дает возможность оперативно проконтролировать и оценить результаты обучения. Применяя элементарные современные технологии можно добиться более высокого уровня знаний у учащихся.

Но если учебный процесс в конкретной школе не имеет соответствующего технического обеспечения, то результативность обучения можно значительно повысить, внедряя разнообразные виды и формы уроков. Это позволит вовлечь учащихся в учебный процесс, повысить результативность обучения, а также, в максимальной степени учесть личностно – ориентированные потребности и особенности учащихся. Использование инновационных педагогических технологий даст учителю возможность продуктивно использовать учебное время и добиться высоких результатов.

Опираясь на возрастные особенности подросткового и юношеского возрастов, связанные с ними педагогические задачи, а также обращаясь к обозначенной нами выше проблеме слабой компьютерной обеспеченности школы, мы предлагаем подробнее рассмотреть как интерактивный метод формирования навыков здорового образа жизни современную технологию – квест. Наш выбор обусловлен, прежде всего, тем, что данный метод воздействует сразу на три структурных компонента установки: когнитивный, объединяющий представления о сущности здорового образа жизни и путях приобщения к нему; эмоциональный, выражающий эмоциональное отношение к проблемам здорового образа жизни, их субъективную оценку; поведенческий, представленный нормами

поведения, соответствующими здоровому образу жизни. Квест как недавно определившаяся педагогическая технология совмещает в себе элементы и мозгового штурма, и тренинга, и игры, а, соответственно, решает ряд задач, возложенных на вышеперечисленные технологии.

Итак, была разработана и проведена с учениками 6-х классов квест-игра «Мы за здоровый образ жизни». На каждом этапе квест-игры учащиеся выполняли конкретное задание, которое были подробно объяснены судьями, находящиеся на том пункте, куда прибыли ученики согласно маршрутному листу.

Оценка за выполнение выставлялась на маршрутных листах. Выиграла команда, которая набравшая наибольшее количество баллов.

По завершении квеста все команды собирались в актовом зале, где им был показан видеоролик по теме мероприятия, судейская бригада подвела итоги и назвала победителей.

Квеста показал, что учащиеся достаточно охотно воспринимают информацию о ЗОЖ, если она представлена в игровой форме.

Но для оценки информированности учеников о ЗОЖ необходимо было применить и научные методы, такие как анкетирование. По результатам анкетирования учащихся была получена довольно полная и разнообразная информация об информированности школьников о ЗОЖ и сформулирована основная рекомендация продолжать работу по формированию активного отношения детей к своему здоровью, здоровому образу жизни, желание помогать себе и другим людям в его соблюдении, расширять кругозор в сфере здоровья и здорового образа жизни у школьников,

Наряду с традиционными методами преподавания становятся инновационные технологии - принципиально новые способы и методы взаимодействия преподавателей и учащихся, обеспечивающие эффективное достижение результата педагогической деятельности.

Несмотря на трудности материально-технического обеспечения в образовательных учреждениях возможно применение не затратных, но высокоэффективных методов, таких как квест-игра.

Анализ знаний обучающихся 5-6 классов о ЗОЖ показал не достаточно серьезное отношение к необходимости ведения ЗОЖ.

Применение на практике квест-метода показало его высокую эффективность в преподавании раздела «Здоровый образ жизни» в курсе «Основы безопасности жизнедеятельности».

ВЛИЯНИЕ РАЗВИТИЯ КООРДИНАЦИОННЫХ СПОСОБНОСТЕЙ НА ФИЗИЧЕСКУЮ ПОДГОТОВЛЕННОСТЬ ШКОЛЬНИКОВ ТРЕТЬИХ КЛАССОВ

А.А. Забалуева, студентка ИФК и дзюдо

*Н.В. Доронина, к.п.н., доцент кафедры биомеханики
медико-биологических дисциплин*

Актуальность. Сохранение здоровья подрастающего поколения относится к числу наиболее актуальных проблем. Как известно, организм человека развивался и формировался в процессе постоянной двигательной деятельности, требующей значительного мышечного напряжения. Поэтому физическая нагрузка является важнейшим фактором жизнедеятельности. Физиологические системы не могут полноценно развиваться и совершенствоваться на должном уровне без адекватной двигательной активности.

Состояние здоровья детей и подростков в настоящее время многие специалисты называют критическим. Необходимо принципиальное изменение сложившейся системы взглядов, где ведущее место в сохранении здоровья отводится медицине. Многими исследователями показано, что медицина в состоянии обеспечить здоровье лишь на 10%, в то время как физическое состояние человека в решающей мере зависит от его образа жизни. Следовательно, своим здоровьем может и должен управлять сам человек. Для этого

требуются новые направления и подходы к организации жизнедеятельности индивида. Одним из важных компонентов здоровья является достижение необходимого уровня двигательного-координационных качеств (ДКК), показатели которых могут быть серьезным ориентиром при оценке физического состояния человека.

В реализации комплексной программы большую роль должна сыграть школа, где в процессе физического воспитания занимающиеся знакомятся с содержанием специальных систем физических упражнений, направленных на формирование ДКК. Школьные уроки физической культуры следует дополнять ежедневными самостоятельными занятиями для достижения оптимального объема двигательной нагрузки. Однако для активизации самостоятельной деятельности учащихся, направленной на физическое самосовершенствование, необходима система мощного стимулирования. В школьные годы задача укрепления здоровья не рассматривается детьми и подростками как значимый стимул, так как определенный запас физических возможностей представляется им естественной закономерностью. Следовательно, определение ведущих стимулов организации физической активности - актуальная задача.

Настоящее время без принципиально нового подхода к всестороннему рассмотрению содержания и структуры двигательной деятельности на основе формирования устойчивых стимулов трудно найти эффективные направления их существенного улучшения.

Формирование ДКК у детей, начиная с раннего возраста, является важным условием обеспечения оптимального объема двигательной активности. Сложность проблемы заключается в недостаточном количестве школьных занятий по физической культуре, ограничивающихся двумя часами в неделю. Доступ в дополнительные внешкольные формы занятий определяется состоянием здоровья, что само по себе уже представляет серьезное препятствие к повышению физической активности детей и круг, таким образом, замыкается. Поэтому, организация регулярных занятий физическими упражнениями для увеличения мышечной нагрузки зависит от родителей и самих учащихся.

В практике трудно найти вид деятельности, требующий одного и того же уровня проявления ловкости, точности, равновесия и других качеств. Соотношение их показателей определяется содержанием и сложностью двигательного действия, уровнем физического развития и физической подготовленности занимающихся, а также другими факторами и условиями.

Всесторонний анализ двигательной деятельности поставил перед необходимостью представить все ДКК как ее различные качественные стороны. Такой подход позволяет более целенаправленно использовать средства и методы для дальнейшего совершенствования организма на основе его гармоничного развития.

Физическая активность, как специфическая форма взаимоотношений с окружающей средой, обеспечивается системой ДКК, находящихся в определенной взаимосвязи.

Недооценка развития хотя бы одной структурной единицы (быстроты, гибкости, равновесия и т.д.) приводит к недостаточному уровню функционирования и рассогласованию действующей системы двигательного действия.

Содержание различных видов контроля предусматривает тестирование их исходной величины и динамики прироста показателей изучаемых координационных качеств. Тесты подбираются с учетом не только их специфики, но и разновидностей и проявлений. Соответствие используемых тестов имеет большое значение для объективности оценки качества занятий.

Системы физических упражнений должны подбираться с учетом разновидностей двигательного-координационных качеств. Для совершенствования качественных сторон двигательной деятельности необходимо подбирать соответствующие системы специальных упражнений. Каждый комплекс упражнений должен отражать специфику

двигательной координации. При этом важно определить последовательность формирования ДКК на данном возрастном этапе с учетом их взаимодействия и экстраполяции. Известно, что на одном занятии нецелесообразно развивать силу и гибкость, силу и быстроту, равновесие и прыгучесть и т.д. Немаловажное значение имеет использование системы упражнений в течение одного занятия. Так, если гибкость лучше совершенствуется на фоне утомления работающих мышц, то ее целесообразнее развивать в конце основной части урока или тренировки. Ловкость, точность, меткость связаны с проявлением более тонких координаций, и лучшие показатели достигаются в первой половине занятия.

При подборе физических упражнений необходимо учитывать исходный уровень развития данного качества с учетом его конкретных разновидностей и проявлений, поскольку в зависимости от их вариантов должно меняться содержание используемых двигательных заданий. Подбор упражнений зависит также от физического и психо-эмоционального состояния на данный момент, определяющего работоспособность, от объема занятий и характера предыдущей деятельности, а также от других факторов.

При планировании работы по формированию ДКК необходимо учитывать различные ситуации и обстоятельства, и своевременно вносить коррективы. Например, неожиданное похолодание может быть компенсировано повышением интенсивности занятий или изменением последовательности развития ДКК (вместо запланированной гибкости на данном уроке развивать пластичность, ритмичность, прыгучесть и т.д.). Повышение показателей прироста ДКК достигается также использованием разнообразных вариантов физических упражнений, направленных на развитие того или иного качества, что позволяет поддерживать необходимый уровень работоспособности.

Таким образом, подбор методов обучения и тренировки, дополняемых рядом методических приемов, оказывает существенно иное влияние на прирост показателей развития ДКК.

В результате анализа научно-методической литературы нами было выявлено, что многие авторы считают, что основой физической подготовки школьников является тренировка, практическая значимость которой подтверждается научно обоснованной концепцией управления физическим воспитанием человека. Организация учебного процесса в физическом воспитании предполагает проведение занятий в группах по возрастным и половым особенностям.

Основой организации обучения в сфере физического воспитания мальчиков является преодоление противоречий между известными законами развития физического потенциала, уровнем накопленного педагогического и биологического знания, с одной стороны, и современной практикой физического воспитания, с другой.

Координационные способности (КС) позволяют человеку строить двигательные акты, преобразовывать выработанные формы действий и переключаться от одних к другим в соответствии с требованиями меняющихся условий. Критерий оценки способности координации, - пишет профессор Ю.В. Верхошанский, - могут быть выражены умением рационально, с точки зрения целевой направленности, организовать движение и усилие в пространстве и времени, повторно воспроизводить движения, сохраняя их смысловую и динамическую структуру, и, наконец, перестраивать движения, изменяя или сохраняя их целевую направленность.

Всякое новое движение, всякий технический элемент строится на основе старых координационных связей, из знакомых человеку двигательных элементов. Поэтому способность быстро и точно выполнять новые движения во многом зависит от того, какой запас этих координационных связей уже имеется у человека. (Назаренко Л.Д.).

Одним из важнейших компонентов здоровья является достижение необходимого уровня двигательных-координационных качеств (ДКК), показатели которых могут быть серьезным ориентиром при оценке физического состояния человека. В реализации комплексной программы большую роль в процессе физического воспитания должны

отводить специальным системам физических упражнений, направленных на формирование ДКК. Формирование ДКК у детей, начиная с раннего возраста, является важным условием обеспечения оптимального объема двигательной активности. Сложность проблемы заключается в не достаточном количестве школьных занятий по физической культуре, ограничивающихся двумя часами в неделю (Хрипкова А.Г., Антропова М.В.). Хотя давно уже известно, что координационные способности позволяют человеку строить двигательные акты, преобразовывать выработанные формы действий и переключаться от одних к другим в соответствии с требованиями меняющихся условий. Критерии оценки способности к координации, - пишет профессор Ю.В. Верхошанский, - могут быть выражены умением рационально, с точки зрения целевой направленности, организовать движения и усилия в пространстве и времени, повторно воспроизводить движения, сохраняя их смысловую и динамическую структуру, и, наконец, перестраивать движения, изменяя или сохраняя их целевую направленность.

Всякое новое движение, всякий технический элемент строится на основе старых координационных связей, из знакомых человеку двигательных элементов. Поэтому способность быстро и точно выполнять новые движения во многом зависит от того, какой запас этих координационных связей уже имеется у человека. Отсюда задача создания этого запаса различных двигательных действий с самого раннего возраста (Хрипкова А.Г., Антропова М.В., Федякина Л.К.).

Сенситивным периодом для лучшего развития координационных способностей у школьников является период приблизительно 7-12 лет. Поэтому основные задачи координационно-двигательного совершенствования детей целесообразнее всего решать в первые шесть лет обучения в школе. Второй сенситивный период для циклических видов спортивной деятельности приходится на возраст 14-15 лет, то есть на 7-8 классы (Лях В.И.).

Использование данных в сенситивных периодах позволяет учителю физической культуры именно в указанное время сосредоточить внимание на создании базы развития координационных способностей у школьников.

Развитие ловкости в период занятий в школе у детей идет по пути образования новых форм координации движений. Чтобы успешно решить эти задачи, детей обучают широкому кругу разнообразных двигательных действий.

Чтобы совершенствовать координацию движений, их точность и экономичность, в уроки включают усложняющие задания, требующие соблюдения заданных пространственных и временных параметров движения, а также упражнения на «расслабление» и на «равновесие». Упражнение на «равновесие» и на тренировку вестибулярного аппарата требуют особого внимания (Филин В.П., Фомин Н.А.).

Следовательно, равновесие - одно из основных двигательных-координационных качеств, развитие и совершенствование которого необходимо в течение всей жизни. Однако до настоящего времени не определена структура данного двигательного-координационного качества, его основные компоненты и проявления, факторы, обуславливающие развитие и критерии оценки устойчивого положения тела (Назаренко Л.Д.).

Биологические аспекты человека вплотную прилегают к понятию ловкости и координационных способностей. Некоторое время эти два понятия не разделялись (Лях В.И.). В дальнейшем мнения исследователей разделились, одни авторы заменили понятие «ловкость» понятием «координационные способности» (КС); другие выделили «КС» из более общего и менее понятного определенного понятия «ловкость»; третьи отстаивают понятие «двигательное качество - ловкость», понимая под ним сложный психомоторный комплекс способностей (Портных Ю.И.).

Наиболее точным отражением уровня координационных способностей по определению Н.А. Бернштейна, является степень соответствия двигательных действий в окружающей обстановке. В структуре координационных способностей выделяют:

- 1) способность к овладению новыми движениями;
- 2) умение дифференцировать различные характеристики движений и управлять ими;
- 3) способность к импровизации и комбинациям в процессе двигательной деятельности.

Способность к овладению новыми движениями особенно важна в сложно-координационных видах спорта, т.е. там, где двигательная деятельность характеризуется особенно большим разнообразием и повышенной координационной сложностью (Васютина А.И., Гатеев В.А., Жилкин А.И. и др.).

Умение дифференцировать различные характеристики движений и управлять ими проявляется в плавности движений, способности поддерживать равновесие. Это умение в равной мере значимо для успешной тренировочной и соревновательной деятельности в самых различных видах спорта (Иоффе М.Е.).

Под двигательными-координационными способностями понимаются способности быстро, точно, целесообразно, экономно и находчиво, т.е. наиболее совершенно, решать двигательные задачи (особенно сложные и возникающие неожиданно).

Объединяя целый ряд способностей, относящихся к координации движений, их можно в определенной мере разбить на три группы.

Первая группа. Способности точно измерять и регулировать пространственные, временные и динамические параметры движений.

Вторая группа. Способности поддерживать статическое (позу) и динамическое равновесие.

Третья группа. Способности выполнять двигательные действия без излишней мышечной напряженности (скованности).

Проявление КС зависит от целого ряда факторов, а именно:

- 1) способности человека к точному анализу движений;
- 2) деятельности анализаторов;
- 3) сложности двигательного задания;
- 4) уровня развития других физических способностей (скоростные способности, динамическая сила, гибкость и т.д.);
- 5) смелости и решительности;
- 6) возраста;
- 7) общей подготовленности занимающихся (т.е. запаса разнообразных, преимущественно вариативных двигательных умений и навыков) и т.д.

В онтогенетическом развитии двигательных координационных способностей ребенка к выработке новых двигательных программ достигает своего максимума в 11-12 лет. Этот возрастной период определяется многими авторами как особенно поддающийся целенаправленной спортивной тренировке.

Замечено, что у мальчиков уровень развития координационных способностей с возрастом выше, чем у девочек (Холодов Ж.К., Кузнецов В.С.).

Сущность координации заключается в согласовании отдельных видов деятельности организма, обеспечивающих выполнение целостных физиологических актов. При известной условности в сфере двигательной деятельности можно выделить три вида координации: нервную, мышечную и двигательную.

Младшие школьники отличаются хорошим восприятием новых движений, но оно носит преимущественно созерцательный характер. Ребенок выделяет наиболее запоминающиеся, бросающиеся в глаза детали движения, а существенные, важные части упражнения упускает. Точный анализ деталей движения подменяется в этом случае угадыванием правильности его выполнения.

Дальнейшая коррекция движения осуществляется путем сопоставления выполнения его с действиями других детей, а также под воздействием указаний учителя, тренера.

Младший школьный возраст является благоприятным периодом для заучивания новых движений, для пространственно-временного восприятия двигательных действий. В этом возрасте ребенок начинает тонко ощущать степень мышечного напряжения при выполнении координированных движений (Лукьяненко В.П.)

Вывод. Анализ научно-методической литературы по проблемам физического воспитания школьников выявил, что в программе по физической культуре общеобразовательных школ не нашли достаточно полного отражения возрастные особенности учащихся 9-10 лет третьих классов при развитии двигательно-координационных способностей. Иными словами, существующая система физического воспитания школьников не достаточно полно учитывает половые особенности растущего организма школьников и поэтому не позволяет в полной мере реализовать развивающий и оздоровительный потенциал физической культуры.

МЕТОДИКА РАЗВИТИЯ ПОЗНАВАТЕЛЬНОЙ АКТИВНОСТИ СТАРШЕКЛАССНИКОВ НА УРОКАХ ФИЗИЧЕСКОЙ КУЛЬТУРЫ

Злобин А.А., магистрант

Институт физической культуры и оздоровления

Научный руководитель - В.П. Шрам, к.п.н., доцент

Система образования в России за два последних десятилетия пережила большие изменения. В Законе Российской Федерации об образовании указывается, что его содержание и направленность является одним из наиболее существенных факторов общественного развития, обеспечивающих создание условий для самореализации личности в новых социальных условиях жизни. Образование должно соответствовать мировому уровню, не снижая требований к традиционным сферам отечественной средней и высшей школы. В числе достаточно сложных проблем, от успешного практического решения которых во многом зависит творческая реализация идей реформы, проблема воспитания у учащихся интереса к знаниям и потребности в самообразовании приобретает первейшее значение [2, 4, 6 и др.].

Стремительно изменяется жизнь, так же быстро меняются взгляды и представления детей, появляются новые объективные причины потери у них интереса к школе. Необходимо обогащать учебный процесс интересным содержанием, новыми формами и приемами работы. Содержание знаний само по себе служит источником стимуляции познавательных интересов. Эту его функцию обосновывает в своих исследованиях Г.И.Щукина: «Стимуляция познавательных интересов школьников поступает из содержания учебного материала, которое несет учащимся новую неизвестную еще ранее информацию, вызывающую чувство удивления перед тем, как богат мир и как мало он еще открыт ему, ученику. Содержание знаний включает в себе возможности по-новому проникнуть в уже известное, открывать в имеющихся знаниях новые грани, рассматривать их под новым углом зрения и испытывать при этом глубочайшее чувство удовлетворения, что теперь ты знаешь предмет лучше, глубже и основательнее. Содержание знаний несет в себе и такой важный стимул познавательного интереса, как осознание и понимание практической роли познания» [9].

Познавательная активность - это действие эмоционально-оценочного отношения обучаемого к процессу и результату познания, которое проявляется в стремлении человека учиться, преодолевая на пути приобретения знаний определенные трудности, прилагая максимум волевых усилий, энергии в умственной работе [4].

В педагогическом словаре познавательная активность определяется как деятельностное состояние личности, которое характеризуется стремлением к учению, умственному напряжению и проявлению волевых усилий в процессе овладения знаниями.

Г.И. Щукина рассматривает познавательную активность как личностное образование, которое выражает интеллектуальный отклик на процесс познания, живое

участие, мыслительно-эмоциональную отзывчивость ребенка в познавательном процессе [9].

С.Н. Лысенкова характеризует познавательную активность как проявление самостоятельности, инициативы, творчества в процессе деятельности. Это, по ее мнению, и стремление узнать, постичь, понять, найти, испытать радость успеха от самостоятельно найденного пути решения познавательной активности [7].

С.Н. Амбурцев, Д.Б. Годовикова, С.Н. Лысенкова считают, что познавательная активность это, прежде всего, внутренняя мотивация, побуждающая ребенка к деятельности [1, 3, 7].

Познавательная активность как педагогическое явление - это двусторонний взаимосвязанный процесс: с одной стороны, познавательная активность - это форма самоорганизации и самореализации учащегося; с другой стороны - познавательная активность рассматривается как результат особых усилий педагога в организации познавательной деятельности учащегося [2, 6].

При этом, в научной литературе представлено крайне мало исследований, раскрывающих сущность развития познавательной активности школьников на уроках физической культуры.

Таким образом, существует противоречие между потребностями социальной образовательной практики в изменении процесса физического воспитания в направлении акцентированного формирования познавательной активности и отсутствием теоретических и практических разработок, направленных на формирование познавательной активности школьников. Слабая изученность особенностей процесса формирования познавательной активности школьников на уроках физической культуры обусловила выбор темы нашего исследования.

Ориентация системы образования на современные и перспективные виды деятельности обуславливает поиск новых подходов к осуществлению образования, способствующего самореализации и творческому развитию личности.

Под образованностью, в отличие от обучения, современная педагогическая наука понимает способность к индивидуальному восприятию мира, широкое использование собственного опыта в оценке окружающей действительности на основе личностно значимых ценностей и внутренних установок. Задача образовательного учреждения - раскрыть потенциальные возможности каждого ребенка для их максимального усвоения и самовыражения и создать условия для учения с увлечением. Л.Н. Толстой заметил, что для того, чтобы ученик учился хорошо, нужно чтобы он учился охотно.

В своей работе мы раскрыли сущность понятия познавательной активности: двусторонний взаимосвязанный процесс: с одной стороны, познавательная активность - это форма самоорганизации и самореализации учащегося; с другой стороны - познавательная активность рассматривается как результат особых усилий педагога в организации познавательной деятельности учащегося; выявили уровни развития, критерии и инструментарий для их определения [1, 4, 7].

Познавательную активность учащихся старших классов можно определить как непрерывный процесс получения новых знаний, самостоятельную целенаправленную учебную деятельность с использованием разнообразных форм и методов обучения.

Старший школьный возраст период становления личности, подготовки к вступлению во взрослую жизнь, к обучению в вузе.

Нами были установлены условия, способствующие эффективному развитию познавательной активности учащихся на уроках физической культуры: эмоциональный фон урока, включение игровой и соревновательной деятельности, элементов проблемного обучения, задач создание «ситуация успеха» для каждого учащегося.

Таким образом, воспитание интереса к физическим упражнениям, и в частности к уроку физической культуры, необходимо учитывать мотивы занятий школьников, их интересы к определенным видам деятельности.

Перед учениками на каждом уроке обязательно должны ставиться конкретные, значимые и выполнимые для них задачи. В содержании занятий должно обязательно войти занятие, связанное с организацией здорового образа жизни, умением подбирать отдельные упражнения и составлять целые программы для воспитания тех или иных двигательных способностей, умением самостоятельно дозировать физическую нагрузку.

Итак, наряду с решением задач по обучению двигательным умениям и навыкам, воспитанию двигательных способностей на современном уроке физической культуры должны решаться следующие задачи:

1. Повышение активности учащихся на уроках физической культуры.
2. Формирование интереса учащихся к урокам физической культуры.
3. Обучение учащихся самостоятельно заниматься физическими упражнениями.
4. Обучение учащихся занятиям в области физической культуры с основами ЗОЖ.
5. Использование межпредметных связей при обучении теоретическим сведениям в сочетании с изучением других предметов.
6. Активизация умственной деятельности на уроках физической культуры.

Наиболее важным условием педагогического руководства по формированию и развитию познавательной активности школьников являются правильный выбор познавательных задач и учет принципов построения деятельности школьников, а именно: принцип оптимальной трудности занятий, принцип прогрессирования трудности учебных заданий, принцип сознательности, принцип связи обучения с жизнью, практикой, принцип подкрепления, принцип дифференцированного подхода к учащимся, принцип проблемности, принцип самообучения, принцип мотивации учебно-познавательной деятельности, принцип индивидуализации.

В числе условий, побуждающих учащихся к активности, можно выделить следующие: элементы проблемного обучения, дидактические игры, задачи практического содержания, «ситуация успеха», эмоциональный фон на уроке (обстановка урока и поведение учителя, использование игрового и соревновательного методов, разнообразие средств и методов, используемых учителем на уроке, музыкальное сопровождение на уроке, правильная постановка задач на уроке, оптимальная загруженность учащихся на уроке, устранение ненужных пауз, осуществление постоянного контроля над учащимися на уроке, максимальное включение в деятельность всех учащихся).

Опираясь на результаты исследований С.Н. Амбурцева, В.Б.Бондаревского, П. К.Дуркина, В.А. Коротаевой, Ф.К.Савиной, Г.И.Щукиной и др. мы выделили следующие компоненты познавательной активности школьников: учебная мотивация, познавательные интересы, самостоятельная работа.

В зависимости от уровня сформированности данных компонентов были определены уровни познавательной активности старшеклассников:

Низкий уровень сформированности познавательного интереса (потребность во впечатлениях вообще) - учащийся пассивен, слабо реагирует на требования учителя, не проявляет желания к самостоятельной работе, предпочитает режим давления со стороны педагога, воспроизводящая активность.

Средний уровень сформированности познавательного интереса (любопытность) - интерпретирующая активность. Характеризуется стремлением учащегося к выявлению смысла изучаемого содержания, стремлением познать связи между явлениями и процессами, овладеть способами применения знаний в измененных условиях.

Высокий уровень сформированности познавательного интереса (связью с социально значимой, в частности будущей для школьника профессиональной, деятельностью) - творческий. Характеризуется интересом и стремлением не только проникнуть глубоко в сущность явлений и их взаимосвязей, но и найти для этой цели новый способ.

Содержание методики развития познавательной активности старшеклассников на уроках физической культуры включало в себя следующие компоненты:

- проведение теоретических занятий со школьниками с использованием дидактических игр (проблемное изложение материала);
- применение информационных технологий для организации самостоятельной работы школьников;
- создание «ситуации успеха» для каждого учащегося.

Были выбраны экспериментальная группа (ЭГ, n=31), которая находилась под влиянием факторов, результаты которых мы исследовали, и контрольная группа (КГ, n=26), не подвергающаяся таким влияниям. Во всех группах в начале и в конце формирующего эксперимента проводилось анкетирование, тестирование, которое позволило получить количественную оценку происходящих изменений и сравнить их между собой.

Условия экспериментальных и контрольных классов по уровню материально-технического обеспечения, квалификации педагогического состава не имели принципиальных отличий. В экспериментальных классах строились индивидуальные профили физической подготовленности, на основе которых составлялся план текущей учебной работы и намечалась программа самостоятельных заданий, а также давались рекомендации по занятиям в спортивных секциях школы.

В экспериментальных классах для повышения интереса школьников к занятиям физической культурой проводилось в физкультурно-оздоровительную и спортивно-массовую работу были внесены изменения, направленные на развития теоретического, мотивационно-ценностного, практического компонентов познавательной активности. Они включали в себя несколько направлений педагогического воздействия:

- теоретический блок был ориентирован на расширение диапазона знаний школьников в вопросах истории развития ФКиС, значимости активного образа жизни человека для ЗОЖ, важности ФКиС как социального явления, основах самостоятельного использования средства физического воспитания, Олимпийских играх и их традициях и т.д.

- мотивационно-ценностный блок был ориентирован на повышение значимости физической культуры как важного направления обучения и желание школьников самостоятельно использовать его средства для физического совершенствования.

- практический блок – формирование у учащихся школы движений, развитие у них необходимых двигательных умений и навыков, совершенствование физических качеств.

Результаты формирующего эксперимента доказывают положительную динамику развития познавательной активности и доказывают правильность выдвинутой гипотезы. Так, к концу эксперимента высокий уровень познавательной активности показали 32,3% школьников ЭГ, относительно 9,21% школьников КГ, средний уровень – 48,4% школьников ЭГ, относительно 38,5% школьников КГ, низкий уровень – 19,3% школьников ЭГ, относительно 42,3% школьников КГ.

ЛИТЕРАТУРА:

1. Амбурцев, С.Н. Влияние соотношения различных методов упражнения на процесс формирования интереса школьников к урокам физической культуры: С.Н. Амбурцев: Дис. ...канд. пед. наук. – Челябинск: УралГАФК. 2003.- 161с.
2. Божович Л.И. Проблемы формирования личности / Божович Л.И. – СПб.: Питер, 2007. – 400 с.
3. Бондаревский, В.Б. Воспитание интереса к знаниям и потребности к самообразованию / Бондаревский В.Б. – М.: Просвещение, 2005. – 513 с.
4. Годовикова, Д.Б. Развивающее обучение /Д.Б. Годовикова. – М.: Просвещение, 2010. – 75 с.
5. Дуркин, П. К. Формирование у школьников устойчивого интереса к занятиям спортом / П. К. Дуркин //Теория и практика физической культуры. – 1995. -№ 11. - С. 45-47.
6. Лернер И.Я. Процесс обучения и его закономерности /Лернер И.Я. - М.: Просвещение, 2007. – 86 с.

7. Лысенкова, С.Н. Когда легко учиться / Лысенкова С.Н. - М.: Просвещение, 2005.- 230 с.
8. Матюшкин, А.М. Проблемные ситуации в мышлении и обучении /А.М. Матюшкин. – М.: Педагогика, 2008. – 290 с.
9. Щукина, Г.И. Активизация познавательной деятельности учащихся в учебном процессе / Щукина Г.И. — М.: Просвещение, 2007 — 160 с.

ФОРМИРОВАНИЕ ИНТЕЛЛЕКТУАЛЬНОГО КОМПОНЕНТА ФИЗИЧЕСКОЙ КУЛЬТУРЫ ЛИЧНОСТИ В УСЛОВИЯХ ДЕТСКО-ЮНОШЕСКОЙ СПОРТИВНОЙ ШКОЛЫ

*Д.Д. Иценко, магистрант ИФК и дзюдо,
Ю.А. Иоакимиди, к.п.н., доцент кафедры ТОФВ ИФК и дзюдо*

На сегодняшний день приобщенность к физкультурно-спортивной деятельности современных подростков еще далека от оптимальной. Многие значительно больше времени уделяют пассивному восприятию спортивной информации, ведь именно двигательный режим является мощным средством оздоровления, средством, снижающим заболеваемость среди молодежи (В.К. Бальсевич, М.Я. Виленский, В.Н. Курьсь, Л.И. Лубышева, Г.М. Соловьев, Н.Х. Хакунов и др.). Предполагается, что особую помощь в этом могут оказать тренеры детско-юношеских спортивных школ (ДЮСШ). Однако подросток практически не задумывается о необходимости занятий физическими упражнениями в тот период, когда его естественная двигательная активность достаточно высока, поэтому важно именно в это время сформировать соответствующую установку. Только в этом случае он в дальнейшем не отойдет от занятий физкультурой и спортом вообще, даже в условиях, когда его спортивная карьера вследствие тех или иных причин будет завершена .

С завершением спортивной карьеры жизнь спортсмена не завершается и молодой человек должен войти в послеспортивную жизнь культурным, а, следовательно, и физкультурно образованным индивидом, что накладывает на спортивного педагога дополнительные обязанности по формированию физической культуры на базе повышения общей образованности спортсмена. Перед тренером стоит уже не единая задача достижения спортивных результатов любым способом, а задача двуединая – формировать такое мастерство на базе формирования сознательного отношения к спортивному совершенствованию. И такая задача под силу тренеру при соответствующей коррекции целевой установки тренировочного процесса [1,2,3].

Одним из содержательных компонентов в процессе формирования физической культуры личности юного спортсмена в условиях ДЮСШ является расширение теоретического раздела знаний. Разумеется, существующие программы для детско-юношеских спортивных школ предполагают овладение определенным минимумом теоретических знаний в сфере физической культуры. Однако, такие требования далеко не всегда реализуются в повседневной деятельности ДЮСШ. Фактически половина спортсменов не получает даже иногда теоретических знаний, необходимых для их дальнейшего совершенствования.

Таким образом, возникает противоречие между потребностью общества в воспитании физически культурной молодежи и технологий, обеспечивающих эффективность данного процесса в учебно-воспитательной среде ДЮСШ.

Выявленное противоречие позволило сформулировать проблему нашего исследования: какой должна быть технология формирования физической культуры личности в условиях ДЮСШ?

Объект исследования: формирование физической культуры личности.

Предмет исследования: технология, обеспечивающая формирование интеллектуального компонента физической культуры личности в условиях ДЮСШ.

Цель исследования: теоретически обосновать и экспериментально проверить

результативность технологии формирования интеллектуального компонента физической культуры личности в условиях ДЮСШ.

Физически культурная личность может быть сформирована при условии организации целенаправленного, системного педагогического процесса, объединенного общей целью – формированию физической культуры личности.

Цель и содержание данного процесса предусматривает направленность на интеллектуальное, нравственно-духовное и профессиональное развитие личности. Для осуществления намеченной цели была использована разработанная нами педагогическая технология формирования физической культуры личности на занятиях по дзюдо в условиях ДЮСШ. Ее эффективность проверялась в ходе экспериментальной работы на теоретических и практических занятиях по дзюдо.

В контексте формирования физической культуры личности педагогическая технология рассматривается нами как функциональная система организационных способов алгоритмизированного управления учебно-познавательной и практической деятельностью учащихся, как упорядоченная совокупность действий, операций и процедур, инструментально обеспечивающих достижение прогнозируемого и диагностируемого результата в изменяющихся условиях образовательно-воспитательного процесса.

Реализация основных задач формирования физической культуры личности спортсменов осуществлялась в основном с использованием комплексных занятий, которые проводились по общепринятой схеме, состоящей из трех частей: подготовительной, основной и заключительной.

Независимо от этапа прохождения учебного материала, упражнения, особенно в подготовительной части занятия, подбирались с учетом всестороннего воздействия на основные мышечные группы, опорно-связочный аппарат и функциональные системы.

Для развития активности в области физической культуры испытуемых вовлекали в спортивную и общественно-значимую деятельность в области физической культуры.

Деятельность спортсменов характеризовалась эмоциональной окрашенностью, высокой степенью самостоятельности. Учащиеся легко находили решение двигательных, методических заданий, а их выполнение характеризовалось качественным творческим подходом.

По результатам констатирующего эксперимента были сформированы контрольная и экспериментальная группы из спортсменов, уровень физкультурной грамотности которых статистически значимо не различался ($P > 0,05$).

Следует отметить, что педагогический эксперимент проходил в естественных условиях, то есть в условиях реального учебно-воспитательного процесса ДЮСШ.

Формирующий эксперимент проводился в течение 2017-2018 уч.г.

На протяжении всего эксперимента особое внимание уделялось теоретическим занятиям по дзюдо (18 занятий). На них рассматривались темы, раскрывающие социально-биологические основы физической культуры и спорта; основы здорового образа жизни; основы теории тренировки организма; закономерности и принципы спортивной тренировки; основы теории и методики оздоровительной тренировки; основы познания физического упражнения и т.д.

Объем полученных знаний спортсменами стал служить интеллектуальным фундаментом для индивидуального поиска средств в процессе самообразования и самосовершенствования школьников в области физической культуры.

Практические занятия (96 занятий) были направлены на освоение основ дзюдо и развитие физической подготовленности спортсменов. Контроль за состоянием здоровья помогал учащимся оценить влияние выбранных средств и раскрыл возможность творческого подхода в создании собственных технологий формирования здоровья и при необходимости соответствующей их коррекции.

Освоение спортсменами системы специальных знаний повлияло на изменение

взглядов на природу двигательной активности человека, тем самым способствовало процессу самообразования в области физической культуры, развитию творческих способностей использования приобретенных знаний при организации самостоятельных занятий и общественных мероприятий рекреационной, оздоровительной и спортивно-тренировочной направленности.

При сравнении результатов интеллектуального компонента физической культуры личности спортсменов до и после эксперимента можно сделать частный вывод о положительной тенденции средней величины уровня знаний, как в контрольной, так и в экспериментальной группах. Однако, в экспериментальной группе она более выражена, так показатель прироста составляет 37,1%, в то время как в контрольной он составил 6,5% ($P < 0,05$) (таб.1).

Таблица 1

Динамика средней величины уровня знаний и методических умений спортсменов по физической культуре

Группа	До эксперимента (баллы)	Первый этап		Второй этап	
		Баллы	Прирост	Баллы	Прирост
КГ (n=24)	3,1	3,2	3,2%	3,3	6,5%
	$P > 0,05$	$P > 0,05$		$P < 0,05$	
ЭГ (n=25)	3,1	3,5	12,9%	4,25	37,1%

Наблюдаются изменения в процентном соотношении относительно спортсменов по уровням усвоения знаний и методических умений по физической культуре (таб.1).

Здесь также наблюдается положительная тенденция в обеих группах по уровням усвоения знаний и методических умений, но в экспериментальной группе показатели значимо выше чем в контрольной ($P < 0,05$).

Повышение образованности подростков в области физической культуры и спорта, как интеллектуального компонента физической культуры личности – эта та база, которая позволяет изменять потребностно-мотивационную сферу участников педагогического процесса и эффективно формировать установку на повседневные физкультурные занятия во время обучения и последующие периоды жизни. При этом еще раз, необходимо подчеркнуть, что полученные знания должны использоваться учащимися на каждом практическом занятии. Только в том случае возникают убеждения о жизненной важности, относительно чего получены эти знания, убеждения, которые трансформируются в потребности личности, связанные с повседневной активностью в области физической культуры и спорта.

Таблица 2

Динамика усвоения знаний и методических умений спортсменов по физической культуре (%)

Уровень	До эксперимента	Первый этап		Второй этап (конец эксперимента)	
		КГ (n=24)	ЭГ (n=25)	КГ (n=24)	ЭГ (n=25)

Ученический	20,9	20	15,97	25	7,6
		P>0,05		P<0,05	
Типовой	47,7	49,2	46,23	42,5	29,4
		P>0,05		P<0,05	
Эвристический	29,3	28,3	33,6	28,3	50,4
		P>0,05		P<0,05	
Творческий	2,1	2,5	4,2	4,2	12,6
		P>0,05		P<0,05	

Таким образом, можно сделать следующие выводы:

- Одной из задач подготовки спортсменов в условиях детско-юношеской спортивной школы является формирование физической культуры личности обучаемых на основе повышения их грамотности в области физической культуры и спорта, переориентации мотивационной сферы на повседневную двигательную активность и достижение оптимального уровня физической подготовленности.

- Одним из доминирующих компонентов физической культуры личности является интеллектуальный, т.к. знания в области физической культуры интегрируются из различных областей наук, что способствует формированию положительной мотивации к занятиям физическими упражнениями и спортом. Это в свою очередь способствует формированию личной физической культуры и положительно сказывается на здоровье.

- Авторская технология формирования физической культуры личности старшеклассников характеризуется наличием диагностически заданной цели (формирование интеллектуального компонента физической культуры личности); последовательностью действий тренера и спортсменов, направленных на достижение намеченных результатов; обоснованным выбором средств и методов взаимодействия, форм организации учебного процесса и предусматривающая осуществление обратных связей с целью коррекции и координации совместной деятельности спортивного педагога и учеников.

- Результаты опытно-экспериментальной работы по апробации и практической реализации разработанной технологии позволяют констатировать ее эффективность – в конце эксперимента 63 % спортсменов в ЭГ достигли эвристического и творческого уровней сформированности интеллектуального компонента физической культуры личности, тогда как в КГ этот результат составляет 32,5 % (P<0,05).

ЛИТЕРАТУРА:

1. Курьсь, В.Н. Формирование знаний по физической культуре в процессе физического воспитания студенческой молодежи /В.Н. Курьсь, Т.Е. Труфанова // Физическая культура в пространстве культуры Ставропольского края: Материалы III научно-практической конференции 4-6 декабря 2003 г./под общ. ред. Р.С. Койбаева, В.Н. Курьсы, Р.Р. Магомедова – Ставрополь: Ст ГАУ «АГРУС», 2003, – С. 158-161.

2. Лифанов А.Д. Компоненты физической культуры студентов в контексте акмеологического подхода [Электронный ресурс] / А. Д. Лифанов, Е.И. Симонова // Ученые записки университета им. П.Ф. Лесгафта: Изд-во: ФГБОУ ВПО "Национальный государственный Университет физической культуры, спорта и здоровья имени П.Ф. Лесгафта, Санкт-Петербург". – 2015. - С. 117-121. – Режим доступа: https://elibrary.ru/publisher_titles.asp?publishid=7323 (дата обращения: 28.03.2018).

3. Лубышева, Л. И. Современный ценностный потенциал физической культуры и спорта и пути его освоения обществом и личностью / Л. И. Лубышева // Теор. и практ. физ. культ. — 1997. - № 6. - С. 10-15.

РАЗВИТИЕ БЫСТРОТЫ У ДЕТЕЙ СРЕДНЕГО ШКОЛЬНОГО ВОЗРАСТА

НА УРОКАХ ВОЛЕЙБОЛА

*Камышан М.А., магистрант ИФК и дзюдо
Жуков В.И., д.п.н, кафедра БМБД*

Развитие физических качеств у детей среднего школьного возраста в последние годы заметно снижается, это обусловлено недостатком двигательной активности в связи с высокой учебной нагрузкой.

Школьный возраст - время, когда активно формируются физические качества, закладывается фундамент разнообразных двигательных навыков, совершенствуются функциональные возможности организма. Регулярные занятия физической культурой позволяют целенаправленно воздействовать на естественные изменения этих показателей и эффективно способствуют их росту (Л.П.Матвеев, 1964; В.И.Лях, 1992; Ю.Ф.Курамшин, 2010). Формирование быстроты на уроках физической культуры выступает как одно из направлений физического воспитания школьников.

Систематические занятия спортивными играми способствует всестороннему развитию школьников, особенно положительно влияют на развитие таких физических качеств, как быстрота, скоростная и силовая выносливость, ловкость, взрывная сил ног. Спортивные игры содействуют воспитанию учащихся морально-волевых качеств: смелости, настойчивости, дисциплинированности, способности к преодолению трудностей (М.В.Зациорский, 1966; М.Я.Набатникова, 1973; Курамшин, 2010). Вот почему спортивные игры, в частности волейбол, в школьной программе представлены как основной материал, который широко используется во внеклассной работе.

Современный волейбол – это атлетическая игра и требования, предъявляемые к волейболистам, самые высокие. Чтобы достичь высокого технико-тактического мастерства, спортсмену, прежде всего, необходим высокий уровень развития физических качеств. (И.А Комкова, 2014; Я.В. Киперман, 2013).

Средний школьный возраст очень важен для развития скоростных способностей. Разработка методик повышения уровня физической подготовленности на сегодняшний день является актуальной, так как их реализация восполняет недостаток двигательной активности, имеет оздоровительный эффект, способствует быстрому и качественному росту показателей быстроты, а также благотворно воздействует на все системы организма.

Средствами развития быстроты являются упражнения, выполняемые с предельной либо околопредельной скоростью (т.е. скоростные упражнения). Их можно разделить на три основные группы.

Упражнения, направленно воздействующие на отдельные компоненты скоростных способностей: а) быстроту реакции; б) скорость выполнения отдельных движений; в) улучшение частоты движений; г) улучшение стартовой скорости; д) скоростную выносливость; е) быстроту выполнения последовательных двигательных действий в целом (например, бега, плавания, ведения мяча).

Упражнения комплексного (разностороннего) воздействия на все основные компоненты скоростных способностей (например, спортивные и подвижные игры, эстафеты, единоборства и т.д.).

Упражнения сопряженного воздействия: а) на скоростные и все другие способности (скоростные и силовые, скоростные и координационные, скоростные и выносливость); б) на скоростные способности и совершенствование двигательных действий (в беге, плавании, спортивных играх и др.).

В спортивной практике для развития быстроты отдельных движений применяются те же упражнения, что и для развития взрывной силы, но без отягощения или с таким отягощением, которое не снижает скорости движения. Кроме этого используются такие упражнения, которые выполняют с неполным размахом, с максимальной скоростью и с резкой остановкой движений, а также старты и спурты. Для развития частоты движений применяются: циклические упражнения в условиях, способствующих повышению темпа движений; бег под уклон за мотоциклом, с тяговым устройством; быстрые движения

ногами и руками, выполняемые в высоком темпе за счет сокращения размаха, а затем постепенного его увеличения; упражнения на повышение скорости расслабления мышечных групп после их сокращения.

Для развития скоростных возможностей в их комплексном выражении применяются три группы упражнений: упражнения, которые используются для развития быстроты реакции; упражнения, которые используются для развития скорости отдельных движений, в том числе для передвижения на различных коротких отрезках (от 10 до 100 м); упражнения, характеризующиеся взрывным характером.

Основными методами воспитания скоростных способностей являются:

- методы строго регламентированного упражнения;
- соревновательный метод;
- игровой метод.

Методы строго регламентированного упражнения включают в себя: а) методы повторного выполнения действий с установкой на максимальную скорость движения; б) методы вариативного (переменного) упражнения с варьированием скорости и ускорений по заданной программе в специально созданных условиях.

При использовании метода вариативного упражнения чередуют движения с высокой интенсивностью (в течение 4—5 с) и движения с меньшей интенсивностью — вначале наращивают скорость, затем поддерживают ее и замедляют скорость. Это повторяют несколько раз подряд.

Соревновательный метод применяется в форме различных тренировочных состязаний (прикидки, эстафеты, гандикапы — уравнивательные соревнования) и финальных соревнований. Эффективность данного метода очень высокая, поскольку спортсменам различной подготовленности предоставляется возможность бороться друг с другом на равных основаниях, с эмоциональным подъемом, проявляя максимальные волевые усилия.

Игровой метод предусматривает выполнение разнообразных упражнений с максимально возможной скоростью в условиях проведения подвижных и спортивных игр. При этом упражнения выполняются очень эмоционально, без излишних напряжений. Кроме того, данный метод обеспечивает широкую вариативность действий, препятствующую образованию «скоростного барьера».

Выполняя имитационные упражнения в сочетании с упражнениями, направленными главным образом на развитие скорости перемещений, нужно, учитывая специфику волейбола, направления перемещений приближать к тем, которые чаще всего встречаются в волейболе.

Имитируемые технические приемы должны быть связаны с направлением перемещение и местом, куда переместился игрок. Так, к примеру, после перемещения к сетке целесообразно выполнять нападающий удар, после перемещения вдоль сетки — блокирование и т.д. Наиболее эффективно упражнения для развития скорости выполнять соревновательным методом. Данным методом полезно проводить разнообразные эстафеты.

При развитии быстроты необходимо учитывать следующее.

Упражнения для воспитания быстроты необходимо выполнять после хорошей разминки. Число повторений упражнения должно быть таким, при котором его каждый раз выполняют не снижая скорости. Интервал отдыха между повторениями выбирают таким образом, чтобы следующее повторение начиналось без снижения скорости. Упражнения на развитие быстроты выполняются в первой половине тренировочного занятия, так как на фоне утомления воспитывается не быстрота, а выносливость.

Волейболист на этапе специализации должен иметь хорошую скоростную подготовку. Это выражается в беговых качествах. Бег предъявляет к спортсмену высокие требования, он должен иметь отличную физическую подготовленность, быть сильным, быстрым, хорошо координированным. Спортсмен - волейболист должен бегать на средние

дистанции, которые проводятся на расстояние от 800 до 2000м, на длинные дистанции - от 3000 до 10000м. Бег на эти дистанции характеризуется экономичностью и равномерностью движений, требует от бегуна высокого уровня общей выносливости, а также умения поддерживать нужную скорость на всей дистанции.

Анализ литературных источников показал, что в среднем школьном возрасте отмечается невысокий уровень развития скоростно-силовой подготовки, так как является следствием гиподинамии и недостаточного внимания на уроках по физической культуре. Это может быть компенсировано при использовании широкого круга средств скоростно-силовой направленности – в волейболе создаются необходимые условия для реализации этих предпосылок.

Разработанная методика позволяет в условия школьных занятий по волейболу оптимизировать процесс развития быстроты у школьников среднего возраста.

Полученные в ходе эксперимента результаты позволяют судить о том, что предлагаемая методика эффективна для развития скоростно-силовых качеств. Так были получены достоверные изменения средних значений результатов в тестах, которые после проведения эксперимента показали положительную динамику.

Быстрота - способность выполнить то или иное двигательное действие в кратчайший промежуток времени. Одним из наиболее значимых физических качеств, для современного волейбола является именно это качество, которое в значительной мере влияет на качество игровой деятельности. В настоящее время достижение соревновательного успеха в волейболе без качества быстроты невозможно.

Для проведения эксперимента в обосновании методики совершенствования быстроты у мальчиков среднего школьного возраста на уроках волейбола, были выбраны учащиеся 7 класса. Возраст характеризуется продолжением процесса развития и роста.

Мы решили построить нашу экспериментальную программу на основе традиционной методики с дополнениями, которые по нашему мнению улучшат качество подготовки.

Данная программа была экспериментально проверена и обоснована (методами констатирующего и формирующего эксперимента).

Различия между полученными в эксперименте значениями получились достоверными, а значит можно предположить, что методика, по которой занималась экспериментальная группа эффективнее для совершенствования быстроты, чем методика по которой занималась контрольная группа.

На основании проведенных исследований и полученных результатов можно рекомендовать для практического использования при проведении учебно-тренировочных занятий со школьниками среднего школьного возраста на уроках волейбола следующие положения:

1.Для совершенствования скоростно-силовых качеств, особое внимание рекомендуется уделять развитию силы в соответствии со структурой движений и характером нервно мышечной деятельности в каждом виде упражнений.

2.Применение на учебно-тренировочных занятиях по волейболу разнообразных упражнений, вызывает у занимающихся большой интерес, за счет чего повышается мотивация к выполнению занятий.

3.Комплексы упражнений на развитие быстроты составлялись с учетом особенностей физиологических сдвигов вызываемых в организме. При этом энергообеспечение этого вида работы должно идти за счет быстрых механизмов энергообразования.

4.Примерный комплекс упражнений для развития быстроты.

- Бег с последующим ускорением на 10 метров, стараясь набрать максимальную возможную для них скорость. Количество повторений упражнения 3 раза, возвращаться прыжками (многоскоками),

- Приседание. Выполнять приседание с выпрыгиванием 15 раз по 3 подхода, отдых

между подходами 30 сек.

- Прыжки с касанием баскетбольного кольца. Прыжки выполнялись с разбега в три шага, перед выполнением прыжка коснуться рукой пола. Серия их 5 прыжков по 3 подхода, после выполнения прыжка возвращаться на исходную позицию семенящим бегом.

- Прыжки. Выполнять прыжок двумя ногами с места вверх с касанием коленями груди, 15 раз по 3 подхода, отдых между подходами 30 сек.

ФОРМИРОВАНИЕ МОТИВАЦИОННОГО КОМПОНЕНТА ФИЗИЧЕСКОЙ КУЛЬТУРЫ ЛИЧНОСТИ У ЛЕГКОАТЛЕТОВ 12-15 ЛЕТ

М.С. Каширина, студентка ИФК и дзюдо,

Ю.А. Иоакимиди, к.п.н., доцент кафедры ТОФВ ИФК и дзюдо

Одной из задач подготовки спортсменов в условиях детско-юношеской спортивной школы является формирование физической культуры личности обучаемых на основе повышения их грамотности в области физической культуры и спорта, переориентации мотивационной сферы на повседневную двигательную активность и достижение оптимального уровня физической подготовленности [1,3].

Одним из доминирующих компонентов физической культуры личности является мотивационный, т.к. способствует формированию положительной мотивации к занятиям физическими упражнениями и спортом. Это в свою очередь способствует формированию личной физической культуры и положительно сказывается на здоровье [1,2].

Цель и содержание данного процесса предусматривает направленность на интеллектуальное, нравственно-духовное и профессиональное развитие личности. Для осуществления намеченной цели была использована разработанная нами педагогическая технология формирования мотивационного компонента физической культуры личности у легкоатлетов 12-15 лет. Ее эффективность проверялась в ходе экспериментальной работы на теоретических и практических занятиях по легкой атлетике.

По результатам констатирующего эксперимента были сформированы контрольная и экспериментальная группы из спортсменов, уровень мотивационной сферы которых статистически значимо не различался ($P > 0,05$).

Следует отметить, что педагогический эксперимент проходил в естественных условиях, то есть в условиях реального учебно-воспитательного процесса ДЮСШ.

Формирующий эксперимент проводился в течение 2018-2019 уч.г.

На протяжении всего эксперимента особое внимание уделялось теоретическим занятиям по легкой атлетике (20 занятий – по 1 занятию в 2 недели). На них рассматривались темы, раскрывающие социально-биологические основы физической культуры и спорта; основы здорового образа жизни; основы теории тренировки организма; закономерности и принципы спортивной тренировки; основы теории и методики оздоровительной тренировки; основы познания физического упражнения и т.д.

Процесс формирования физической культуры личности был представлен массовыми, групповыми и индивидуальными формами деятельности, это важно, так как в процессе деятельности необходимо развивать как умения работы в коллективе, так и индивидуальную технологию деятельности в области физической культуры каждого спортсмена.

Реализация основных задач формирования физической культуры личности подростков в ходе занятий легкой атлетикой осуществлялась в основном с использованием комплексных занятий, которые проводились по общепринятой схеме, состоящей из трех частей: подготовительной, основной и заключительной. Применение данной формы освоения учебного материала не зависело от места проведения занятия и этапа обучения.

Упражнения, особенно в подготовительной части занятия, подбирались с учетом всестороннего воздействия на основные мышечные группы, опорно-связочный аппарат и функциональные системы. В содержание занятий в течение всего периода обучения

включались специальные упражнения, развивающие умения и навыки характерные для легкой атлетики.

Значительное место в содержании занятий отводилось традиционному комплексу физических упражнений, ориентированных на развитие основных физических качеств у легкоатлетов.

Первый этап. Педагогический эксперимент мы начали с решения следующей задачи – когнитивное наполнение учебно-воспитательной деятельности.

Легкоатлеты приобретали на занятиях теоретические и практические знания и умения в области физической культуры и спорта, получали представление о наиболее распространенных видах деятельности в области физической культуры, учились воспроизводить знания, решать некоторые оздоровительные проблемы средствами физической культуры, пользуясь известными алгоритмами, способами и приемами действий. В результате спортсмены постепенно входили в информационное пространство физической культуры; появился познавательный интерес к деятельности в области физической культуры и спорта; они стали самостоятельно изучать специальную литературу по физической культуре и здоровому образу жизни.

Деятельность подростков носила воспроизводящий характер, однако, одновременно происходило ее осмысление и переживание; знания и умения адаптировались к конкретным условиям и осуществлялся переход от чистого подражания, копирования – к творческому подражанию.

Решение выше поставленной задачи удалось осуществить в течение 4-х месяцев (сентябрь-декабрь 2018г.).

Второй этап (январь-май 2019 г.). Чтобы повысить мотивацию к занятиям физической культурой, необходимо, в первую очередь, активизировать спортсменов, вовлекая в спортивную и общественно-значимую деятельность в области физической культуры. Подростки экспериментальной группы были включены в организацию и проведение всех мероприятий проводимых в рамках физической подготовки в ДЮСШ, а также участие в городских соревнованиях по легкой атлетике.

Следующий этап формирования физической культуры личности легкоатлетов был направлен на решение следующей задачи – включение в общественно-значимую деятельность в области физической культуры.

Спортсмены получали удовлетворение от участия в физкультурных и спортивных мероприятиях, помощи в их организации, что, несомненно, способствовало повышению мотивационно-ценностного отношения к физической культуре и спорту и формированию установки на здоровый образ жизни. Помощь друг другу, сотрудничество в решении проблем, сопереживание успеха и неудачи создавали благоприятный психологический микроклимат в группе. В свою очередь, это способствовало оптимальной реализации индивидуальных возможностей каждого подростка, увеличению объема усваиваемого материала и скорости его усвоения, самовыражение подростков в деятельности в области физической культуры становилось открытым и свободным, а эмоциональные реакции на ситуацию – более корректными.

Деятельность спортсменов на втором этом этапе характеризовалась эмоциональной окрашенностью, высокой степенью самостоятельности. Легкоатлеты легко находили решение двигательных, методических заданий.

Объем полученных знаний спортсменами стал служить интеллектуальным фундаментом для индивидуального поиска средств в процессе самообразования и самосовершенствования школьников в области физической культуры.

Практические занятия были направлены на освоение основ легкой атлетики в зависимости от специализации спортсмена и развитие физической подготовленности спортсменов. Контроль за состоянием здоровья помогал учащимся оценить влияние выбранных средств и раскрыл возможность творческого подхода в создании собственных технологий формирования здоровья и при необходимости соответствующей их коррекции.

Освоение спортсменами системы специальных знаний повлияло на изменение взглядов на природу двигательной активности человека, тем самым способствовало процессу самообразования в области физической культуры, развитию творческих способностей использования приобретенных знаний при организации самостоятельных занятий и общественных мероприятий рекреационной, оздоровительной и спортивно-тренировочной направленности.

Для определения сформированности мотивационного компонента физической культуры личности нами было проведено анкетирование, результаты которого значительно отличались от результатов констатирующего эксперимента. Так, до эксперимента лишь 20,69 % спортсменов отмечали, что здоровье для них важно наряду с работой, отдыхом, учебой, развлечениями, а в конце – 62,5% в ЭГ и 32 % в КГ ($P < 0,05$). При ответе на вопрос «Заботитесь ли Вы о своем здоровье?» 83,33% легкоатлетов ЭГ ответили «Постоянно» и 4,16% – «Никогда» ($P < 0,05$), в отличие от КГ, где 80% испытуемых ответили «Время от времени». По результатам анкетирования за последний год в ЭГ 66,6% учеников пропустили занятия по болезни, из них лишь 4,17% болели более 20 дней. Это свидетельствует о том, что легкоатлеты стали следить за своим здоровьем (ЭГ – 75%, КГ – 40% ($P < 0,05$)), понимая его значимость. Так 91,67% испытуемых ЭГ отметили, что здоровье – это профессионально значимое качество профессионала и элемент имиджа личности, тогда как в КГ 52% спортсменов затрудняются ответить на данный вопрос. Почти 83,3% спортсменов ЭГ самостоятельно изучают специальную литературу по физической культуре, спорте и о здоровом образе жизни, питании (КГ – 40%). В конце эксперимента 83,3% спортсменов отметили, что занимаются самостоятельно физическими упражнениями каждый день или 3 раза в неделю и лишь 16,6% не занимаются совсем или по настроению, тогда как до эксперимента таких испытуемых было почти 20,4%.

В экспериментальной группе резко изменилась структура мотивации как при внутригрупповом сравнении результатов до и после эксперимента, так и при сопоставлении межгрупповом по результатам эксперимента. Следует отметить, что при некотором снижении значимости мотивов, лежащих вне сферы физической культуры, резко возросла роль мотивов, относящихся непосредственно к деятельности в области физической культуры и спорта. Это подчеркивает, что легкоатлеты почувствовали не только пользу занятий физическими упражнениями, но и стали понимать в них толк и получать удовольствие от таковых.

Подводя итоги анкетирования, было выявлено три уровня сформированности мотивационного компонента физической культуры личности у спортсменов (таб. 1).

Таблица 1

Показатели сформированности мотивационного компонента физической культуры личности легкоатлетов (%)

Уровень	До эксперимента	В конце эксперимента	
		КГ (n=25)	ЭГ (n=24)
Низкий	24,49	24	8,3
		$P < 0,05$	
Средний	53,06	48	41,67
		$P > 0,05$	
Высокий	22,45	28	50
		$P < 0,05$	

В контрольной группе не наблюдается значимых изменений в мотивационной сфере спортсменов ($P > 0,05$), а в экспериментальной – спортсменов с высоким уровнем

развития данного компонента физической культуры становится достоверно больше (50%; $P < 0,05$). Достоверные различия и отрицательная динамика наблюдается в экспериментальной группе на низком уровне: 24,49% – до эксперимента и 8,3% – после ($P < 0,05$).

Результатами данного эксперимента стали: потребность в повседневной двигательной активности; приобщение к здоровому образу жизни; сформированность физической культуры личности. Это подтверждается позитивными результатами исследования, которые изложены в выводах:

- Авторская технология формирования мотивационного компонента физической культуры личности легкоатлетов характеризуется наличием диагностически заданной цели (формирование мотивационного компонента физической культуры личности); последовательностью действий тренера и спортсменов, направленных на достижение намеченных результатов; обоснованным выбором средств и методов взаимодействия, форм организации учебного процесса и предусматривающая осуществление обратных связей с целью коррекции и координации совместной деятельности спортивного педагога и учеников.

- Результаты опытно-экспериментальной работы по апробации и практической реализации разработанной технологии позволяют констатировать ее эффективность – в конце эксперимента 50 % спортсменов в ЭГ достигли высокого уровня сформированности мотивационного компонента физической культуры личности, тогда как в КГ этот результат составляет 28 % ($P < 0,05$).

Таким образом, все изложенное в настоящей главе подтверждает эффективность разработанной нами технологии формирования мотивационного компонента физической культуры личности легкоатлетов 12-15 лет.

ЛИТЕРАТУРА:

4. Воронов, Н.А. Физическая культура и личность / Н.А. Воронов, Н.Г. Аршинова, Л.В. Емельянова // Роль инноваций в трансформации современной науки: Сборник статей Международной научно-практической конференции. под ред. А. А. Сукиасян. - 2016. - С. 104-106.

5. Дейко В.И. Физическая культура как потребность личности/ В.И. Дейко, С.А. Ольшанская, Р.З. Гакаме // Теоретические и практические проблемы современного образования. Материалы VI Международной научно-практической конференции. - 2017. - С. 37-41.

6. Калмыков С.Г. Воспитание психологических черт личности в процессе занятий физической культурой и спортом / С.Г. Калмыков, О.У. Асербеков // Актуальные проблемы и перспективы развития физической культуры и спорта в высших учебных заведениях Минсельхоза России Сборник статей Всероссийской научно-практической конференции. Под ред. О.М. Поповой. - 2016. - С. 142-149.

МЕТОДИКА РАЗВИТИЯ СКОРОСТНО-СИЛОВЫХ СПОСОБНОСТЕЙ СПРИНТЕРОВ 12-13 ЛЕТ НА НАЧАЛЬНОМ ЭТАПЕ ПОДГОТОВКИ

*М.С. Клепутина, магистрантка ИФК и дзюдо,
Науч. руководитель Ю.А. Иоакимиди, к.п.н.,
доцент кафедры ТОФВ ИФК и дзюдо*

Одно из необходимых условий роста спортивного мастерства - многолетняя планомерная тренировка. Причем в процессе этой подготовки следует строго и последовательно ставить задачи, выбирать средства и методы тренировки в соответствии с возрастными особенностями и уровнем подготовленности спортсменов. Весь процесс многолетней тренировки спортсмена делится на четыре основных этапа и взаимосвязан с годами обучения в учебных группах спортивных школ и ШВСМ.

Этап начальной спортивной специализации приходится на возраст занимающихся 10-12 лет и продолжается до 15 16 лет. Занятия проводятся в учебно-тренировочных

группах ДЮСШ и СДЮСШОР. Зачисляются учащиеся общеобразовательных школ, желающие заниматься спортом и имеющие письменное разрешение врача-педиатра.

На данном этапе осуществляется физкультурно-оздоровительная и воспитательная работа, направленная на разностороннюю физическую подготовку, овладение основами техники избранного вида спорта, выбор спортивной специализации и выполнение контрольных нормативов для зачисления на учебно-тренировочный этап подготовки [1,2].

Учебно-тренировочный этап формируется на конкурсной основе из здоровых и практически здоровых учащихся, прошедших необходимую подготовку не менее 1 года и выполнивших приемные нормативы по общефизической и специальной подготовке. Перевод по годам обучения осуществляется при условии выполнения учащимися контрольно-переводных нормативов по общей физической и специальной подготовке [1,2]

Основные задачи начальной специализации спринтеров следующие:

- всесторонняя физическая подготовка;
- повышение скоростных способностей (прежде всего - частоты движений и двигательной координации);
- дальнейшее обучение элементам техники бега и правильному выполнению основных частей соревновательной деятельности;
- определение спортивной пригодности и узкой специализации [3].

На этом этапе подготовки основное внимание тренера должно быть направлено на создание у каждого спортсмена фундамента общей физической подготовки и на развитие физических качеств - быстроты, гибкости, ловкости, силы, выносливости. Параллельно с этим проводится обучение основам техники видов легкой атлетики и игровых видов спорта.

На этапах начальной спортивной специализации и углубленной подготовки в избранном виде спорта соотношение парциальных объемов тренировочной работы и акцент на преимущественное использование тех или иных нагрузок находятся в прямой зависимости от факторов, определяющих общую и специальную подготовленность юных спортсменов. Общая физическая подготовка на первых двух годах обучения в учебно-тренировочных группах занимает 60-80% и направлена на развитие основных физических качеств и формирование разнообразных двигательных умений и навыков. В 3-й и 4-й годы обучения в учебно-тренировочных группах содержание ОФП в большей мере приближается по своему воздействию к избранному виду спорта и составляет 30-40%, в то же время происходит увеличение доли специальной физической подготовки до 40-60%), которая направлена на развитие специальных физических качеств и совершенствование спортивной техники видов легкой атлетики.

Наряду с общей и специальной физической подготовкой учебный план для спортивных школ должен предусматривать и такие важные разделы, как теоретическая подготовка, контрольно-переводные испытания, участие в соревнованиях, инструкторская и судейская практика, восстановительные мероприятия, медицинское обследование.

Примерный учебный план по разделам подготовки рассчитан на 52 недели, в котором предусмотрено 46 учебных недель и 6 недель – спортивно-оздоровительный лагерь.

Рациональная подготовка юных спринтеров строится с учетом следующих положений:

- традиционной периодизации подготовки легкоатлетов;
- определения тренировочных задач, исходя из преемственности в многолетнем плане и годичных циклах спортивной подготовки;
- выбора основных средств и методов спортивной подготовки;
- динамики роста физической подготовленности;
- основных принципов распределения тренировочных нагрузок в годичном цикле.

В процессе многолетней тренировки чрезвычайно важна рациональная система применения тренировочных и соревновательных нагрузок. Она строится на основе следующих методических положений:

- ориентация уровней нагрузок юных спортсменов на соответствующие показатели, достигнутые сильнейшими взрослыми спортсменами;
- увеличение темпов роста нагрузок от времени выбора спортивной специализации на последующих этапах подготовки;
- соответствие уровня тренировочных и соревновательных нагрузок возрастным особенностям и уровню физической подготовленности юных спортсменов;
- учет закономерностей развития и взаимосвязи различных систем организма спортсмена.

В настоящее время накоплен большой опыт в планировании тренировочных нагрузок у юных легкоатлетов, варьирование их физические нагрузки за счет изменения объема и интенсивности используемых физических упражнений. От грамотности их построения зависит не только уровень физической подготовленности юных спортсменов на данном этапе учебно-тренировочного процесса, но и их физическое развитие в целом.

При построении авторской методики развития скоростно-силовой подготовки спринтеров на начальном этапе их специализации мы учли рекомендации различных авторов и добавили в учебно-тренировочный процесс комплекс подвижных игр (таб. 1).

Таблица 1

Содержание экспериментальной методики

<i>Средства</i>	<i>Годовой объем</i>
Бег на отрезках до 80 м, скоростью 96-100% (км)	350
Бег на отрезке до 300 м со скоростью 91-100% (км)	9
Бег на отрезке свыше 300 м со скоростью менее 80% (км)	6
Упражнения с отягощениями (т)	20
Прыжки (количество отталкиваний)	10000
Старт и стартовые упражнения (раз)	7000
Подвижные игры (мин)	2400

При подборе игр и комплектовании команд учитывались наполняемость групп, физическая подготовка занимающихся, их возраст и пол, условие и место проведения, имеющийся инвентарь, а также задачи:

- 1 – развитие физических качеств;
- 2 – закрепление навыка изучаемых упражнений;
- 3 – воспитание чувства коллективизма;
- 4 – повышение интереса к занятиям, эмоциональности.

Во избежание допущения детьми технических ошибок в закреплении необходимого навыка, тренер внимательно следил за ними, делал замечания и корректировал их движения. По мере повышения спортивной подготовленности занимающихся игры становились более сложными.

Игры имели правила или условия, были посильными, соответствовали подготовленности занимающихся, заканчивались подведением итогов и выявлением победителей.

В подготовительной части занятий их применяли в ходе разминки, обычно после динамических упражнений. В основной части подвижные игры выполняли сериями, чередуя с работой основной направленности, или одновременно с выполнением силовых

упражнений. В заключительной части подвижные игры сочетались с упражнениями на расслабление и самомассажем.

Основу авторской методики развития скоростно-силовых способностей у спринтеров составили следующие игры [4,5]: «Командный скоростной бег», «Перепрыжки», «Челночный бег», «Бежал по прямой дорожке с ускорением», «Прыгающие воробушки», «Прыжки по полоскам», «Зайцы в огороде», «Бег по прямой из различных положений», «Бег по линиям», «Чередование ходьбы и бега», «Старт группами», «Командный бег», «Допрыгни до мяча», «Кто лучший?».

Для того чтобы обеспечить эффективность влияния игрового метода на развитие скоростно-силовых способностей спортсменов тренер придерживался следующих правил:

- доходчиво и интересно объяснял игру,
- рационально размещал игроков во время ее проведения игры,
- обязательно определял ведущих,
- при необходимости распределял на команды,
- определял помощников и судей,
- руководил процессом игры,
- следил за дозированием нагрузок,
- своевременно оканчивал игры.

При этом руководство игрой включало несколько обязательных элементов. Тренер наблюдал за действиями учеников, устранял ошибки, использовал коллективные приемы, пресекал проявление индивидуализма, грубого отношения к игрокам, регулировал нагрузки, стимулировал повышение уровня эмоциональной активности на протяжении всей игры.

Таким образом, авторская методика включает широкий спектр физических упражнений: упражнения с преодолением собственного веса тела (бег по прямой, быстрые передвижения боком, спиной, перемещения с изменением направления, различного рода прыжки а двух ногах, с ноги на ногу, на одной ноге, в глубину, в высоту, на дальность и т.д.), упражнения, выполняемые с дополнительным отягощением (пояс, жилет, манжетка, утяжеленный снаряд), упражнения связанные с преодолением сопротивления внешней среды (вода, снег, ветер, мягкий грунт, бег в гору и т.д.), а также комплекс подвижных игр, направленных на развитие скоростно-силовых способностей.

Опытно-экспериментальная работа показала, что авторская методика основанная на использовании подвижных игр в учебно-тренировочном процессе способствовала повышению физической подготовленности у легкоатлетов-спринтеров. Это подтверждается позитивными результатами исследования, которые изложены в выводах:

1. Подростковый возраст - это период продолжающегося двигательного совершенствования моторных способностей, больших возможностей в развитии двигательных качеств. К этому возрасту фактически наступает стабилизация результатов в показателях быстроты простой реакции и максимальной частоты движений. С 10 до 15 лет резко улучшаются различные показатели качества быстроты, достигая к 15 - летнему возрасту взрослых величин и сохраняясь на этом уровне примерно до 35 лет. К 12 - летнему возрасту заметно укорачивается время простой двигательной реакции, а к 14 годам - время сложной реакции с выбором. В этом периоде имеется наибольший прирост прыгучести, резкость ударов и бросков. Мышечная сила нарастает в медленном темпе до 11 - летнего возраста, после чего, наступает замедление темпов ее прироста до 15 лет.

2. Развития скоростно-силовых способностей можно добиться путем использования широкого спектра физических упражнений: упражнения с преодолением собственного веса тела (быстрый бег по прямой, быстрые передвижения боком, спиной, перемещения с изменением направления, различного рода прыжки на двух ногах, с ноги на ногу, на одной ноге, в глубину, в высоту, на дальность и т.д.), упражнения, выполняемые с дополнительным отягощением (пояс, жилет, манжетка, утяжеленный снаряд), упражнения, связанные с преодолением сопротивления внешней среды (вода,

снег, ветер, мягкий грунт, бег в гору и т. д.).

3. Развитие скоростно-силовых способностей у спринтеров на начальных этапах многолетней тренировки идет практически однонаправленно. Содержание учебно-тренировочных занятий однообразно и заключается в монотонном многократном повторении упражнений. В этой связи для повышения специальной подготовленности юных спринтеров оптимальным будет регулярное включение в тренировочный процесс подвижных игр, которые позволяют снизить психологическое утомление и повышают положительный эмоциональный фон и настрой спринтеров на занятие.

4. Авторская методика развития скоростно-силовых способностей юных спринтеров на начальном этапе подготовки основана на использовании специализированных подвижных игр, направленных на развитие быстроты и силы, их специальном подборе и компоновке в учебном материале, а также в увеличении времени, отводимого на игры.

5. Результаты опытно-экспериментальной работы позволяют констатировать эффективность авторской методики развития скоростно-силовых способностей юных спринтеров 12-13 лет на начальном этапе их специализации. Так наблюдается прирост по всем показателям скоростно-силовых способностей у юных легкоатлетов в ЭГ:

- девочки - в беге на 30 м улучшился на 0,3 секунды, прыжок в длину с места – на 10,36 см, бег 20 м с ходу улучшился на 0,37 сек, челночный бег – на 0,45 сек ($P < 0,05$), прыжок с подтягиванием коленей к груди 10 раз – 0,31 сек. ($P > 0,05$);

- мальчики - в беге на 30 м улучшился на 0,21 секунды, прыжок в длину с места – на 14 см, бег 20 м с ходу улучшился на 0,25 сек, челночный бег – на 0,25 сек. ($P < 0,05$), прыжок с подтягиванием коленей к груди 10 раз – 0,25 сек. ($P > 0,05$)

ЛИТЕРАТУРА:

1. Жилкин, А.И. Легкая атлетика / А. И. Жилкин, В. С. Кузьмин, Е. В. Сидорчук, учеб. пособие для студ. высш. учеб. заведений. – М.: Издательский центр «Академия», 2007. - 464 с.

2. Учебник тренера по легкой атлетике [Электронный ресурс]. - Режим доступа: http://sinref.ru/000_uchebniki/05000sport/002_uchebnik_trenera_po_legkoi_atletike_1982/000.htm

3. Озолин, Н.Г. Скоростно-силовая подготовка юных спортсменов / Н.Г. Озолин. - 2 изд. - М., 2006. - 265с.

4. Подвижные игры для юных легкоатлетов [Электронный ресурс] // Спорт в школе. №20. 2003 . – Режим доступа: <http://spo.1september.ru/article.php?ID=200302002>

5. Рудин М.В. Подвижные игры в легкой атлетике [Электронный ресурс] / М.В. Рудин, С.И. Рыбалова, Ю.В. Рыбалов. Сураж, 2015. - Режим доступа: - https://kopilkaurokov.ru/fizkultura/prochee/podvizhnyie_ighry_v_lieghkoi_atlietike

ИСПОЛЬЗОВАНИЕ ПРОЕКТНОЙ ТЕХНОЛОГИИ НА УРОКАХ ФИЗИЧЕСКОЙ КУЛЬТУРЫ В ШКОЛЕ

*Коваленко М., студентка 4 курса Института
физической культуры и дзюдо*

Научный руководитель – Н.В. Карягина, канд. пед. наук, доцент

В настоящее время в системе школьного образования особое внимание уделяется использованию проектных технологий, ориентированных на поиск учителем новых, нестандартных подходов к организации учебно-воспитательного процесса и самостоятельной работы учащихся.

Появление новых федеральных государственных образовательных стандартов второго поколения в системе среднего общего образования нацеливает педагога на формирование у учащихся универсальных учебных действий, представляющих собой совокупность различных способов действий ученика, направленных на самостоятельное усвоение новых знаний и умений.

Сегодня в образовательной практике используется большое многообразие форм и методов активизации учебно-познавательной деятельности учащихся. Однако в работе современного учителя возникает проблема выбора необходимых методов для повышения мотивации учащихся к учению, проявления активности, самостоятельности, инициативы, познавательного интереса. Поиск новых подходов в обучении нацеливает учителя на эффективную реализацию в учебной работе задач образовательной направленности.

Одним из новых направлений в совершенствовании физического воспитания школьников является метод проектов, который можно успешно применять на уроках физической культуры и во внеклассной работе с учащимися. Метод проектов представляет собой совместную учебно-познавательную, творческую или игровую деятельность учащихся, направленную на формирование знаний и умений ориентировки в информационном пространстве [1]. Учебный процесс, направленный на самостоятельный поиск материала по теме, теоретическое обоснование необходимости выполнения комплекса физических упражнений, овладения двигательными умениями и навыками для собственного совершенствования, воспитания двигательных качеств становится более привлекательным для учащихся. В процессе поиска необходимых источников информации существенную помощь оказывает учитель: консультирует, мотивирует, помогает, наблюдает и координирует весь процесс работы учащихся над проектом.

В научных публикациях последних лет раскрывается актуальность и необходимость введения проектного метода в учебно-воспитательный процесс школы [1-3].

В физическом воспитании школьников метод проектов ориентирован на самостоятельную деятельность учащихся (индивидуальную и групповую). Индивидуальный (персональный) метод проектов имеет преимущества в том, что учащийся разрабатывает план работы над проектом под руководством учителя, и затем поэтапно, последовательно выстраивает процесс его выполнения. Для выполнения учащимися самостоятельной работы учитель выделяет время не только на самом уроке, но и планирует ее выполнение в течение нескольких недель или месяцев.

В групповой деятельности - работа над проектом осуществляется на основе тесного сотрудничества самих учащихся. На всех этапах совместной работы предлагаются различные пути решения проблемы, выдвигаются идеи, формулируется гипотеза проекта.

В практике преподавания уроков физической культуры применяются разнообразные виды проектов (исследовательские, творческие, информационные, игровые, практико-ориентированные и др.). Однако вопросы применения метода проектов в практической работе учителя физической культуры остаются слабо изученными.

Внедрение проектной технологии в процесс физического воспитания предусматривает вовлечение всех учащихся в исследовательскую деятельность, направленную на приобретение новых знаний, развитие исследовательских навыков, раскрытию творческого потенциала учащегося.

Проектная технология способствует формированию у учащихся учебно-познавательных (ставится и решается проблема), социокультурных (выделение значимости проблемы для человека и общества), ценностно-смысловых (в проекте обозначается отношение ученика к проблеме, раскрывается ее ценностный смысл) компетенций.

Основная задача поисковой деятельности состоит в том, чтобы научить школьника проектированию – умелому ориентированию в мире информации, самостоятельному изучению и усвоению нового, рациональному подходу к процессу познания, то есть научить учиться. В процессе самопознания разнообразного информационного материала у учащихся формируется умение выделять главное, находить связи, структурировать, систематизировать, ранжировать и т.д.

Проектное обучение на уроках физической культуры связано с выполнением учащимися самостоятельной творческой работы (проекта) под руководством учителя. Выбор учителем темы проекта (актуальность, идея, замысел проекта) осуществляется на

основе программного материала, с учетом учебной ситуации, интересов и способностей учащихся. В разработанной тематике проектов рассматриваются проблемные вопросы, связанные с изучением истории физической культуры и спорта, правил проведения Олимпийских игр, подвижных и спортивных игр, ведения здорового образа жизни и другие. Некоторые проекты становятся интегрированными, охватывают содержание других учебных предметов.

В то же время темы исследовательских проектов могут предлагаться и самими учащимися, которые ориентируются на собственные познавательные, творческие и прикладные интересы. В данном случае разработка собственного проекта закладывает основы для самообразования, самовоспитания школьника.

С проектом как видом работы учащиеся знакомятся на уроке, а его выполнение осуществляется во внеурочное время. Разнообразие типов проектов направлено на достижение конкретных целей и предполагают координированное выполнение взаимосвязанных действий.

Выполнение проекта складывается из трёх этапов:

Реализация проектной технологии реализуется через исследовательскую деятельность учащихся и осуществляется поэтапно:

1. *Подготовка к созданию учебного проекта:*

- предварительно изучить индивидуальные способности, интересы, жизненный опыт каждого ученика;
- выбрать тему проекта, сформулировать проблему, предложить учащимся идею, обсудить ее с учениками.

2. *Организация участников проекта:*

- сформировать группы учащихся (разного пола, разной успеваемости, различных социальных групп) с постановкой задач для каждого ученика;
- распределить обязанности с учетом склонности учащихся к логичным рассуждениям, к формированию выводов, к оформлению проектной работы

3. *Выполнение проекта:*

- поиск новой, дополнительной информации, обсуждение и ее документирование;
- выбор способов реализации проекта (рисунки, презентации, викторины и др.);
- оформление проекта дома самостоятельно или его разработка в классе.

4. *Презентация проекта:*

- оформленный материал представляется одноклассникам, защита своего проекта.

5. *Подведение итогов проектной работы*

Более трудоёмким компонентом проектной деятельности является первый этап – интеллектуальный поиск. При его организации основное внимание уделяется наиболее существенной части – мысленному прогнозированию, созданию замысла (относительно возможного устройства изделия в целом или его части, относительно формы, цвета, материала, способов соединения деталей изделия и т.п.) в строгом соответствии с поставленной целью (требованиями). В процессе поиска необходимой информации ученики доступные источники информации, расспрашивают взрослых по теме проекта. Здесь же разрабатывается вся необходимая документация (рисунки, эскизы, простейшие чертежи), подбираются материалы и инструменты.

Методы проектной деятельности разнообразны и подбираются в зависимости от возраста детей.

В начальной школе предъявляются не сложные требования к проектированию. На первоначальных этапах обучения проектные темы теоретических вопросов школьной программы по физической культуре разрабатываются и предлагаются учителем. В дальнейшем тематика проектов в основном предлагается самими детьми.

Учащимся *младших классов* предоставляется возможность самостоятельного выбора темы проектной деятельности, затем вместе с учителем обсуждаются подходящие

методы решения проблемы и составляется план работы над проектом (например, спроектировать комплекс утренней гимнастики в рисунках).

Для выполнения творческих заданий проекта дети приступают к поиску информационного материала из различных источников: детские рисунки, фотографии, фрагменты газетных публикаций, литературных произведений.

Для защиты проекта используются: доклад, реферат, выставка рисунков, инсценировка, кроссворд, сказка, игра и многое другое.

В проектной деятельности учащихся средних классов учитель организует самостоятельную деятельность детей и выступает в роли помощника, консультанта. Он принимает непосредственное участие в поиске и обработке информации, анализе оптимальных подходов и условий к решению поставленных задач. Для защиты проекта используются: разработанные викторины, кроссворды, презентации, доклады, выступления. В большей степени разрабатываются презентации в виде справочного материала (истории спорта, правил игры и т.д.) или в виде тестовых заданий. Составление инструкций рекомендуется как один из вариантов для освобожденных от занятий и тем учащимся, у которых что-либо не получается. К инструкции может быть приложен рисунок.

Например, у ребенка не получается верхний прием и передача мяча в волейболе. Для этого ему предлагается написать инструкцию. Предварительно ученику объясняется, на что необходимо обратить внимание. Причем задание можно дать нескольким ученикам, а затем обсудить всем вместе и исправить ошибки или научить одноклассника.

Работа над проектом в старшей школе может выполняться старшеклассниками под руководством учителя в течение учебного года. Индивидуальный учебный проект представляет собой учебное исследование, выполняемое в целях освоения выбранных видов деятельности и углубления знаний по предмету в ходе решения практических задач.

Защита проектных работ учащихся является одним из важных показателей проектной деятельности в образовательном процессе школы. Для проведения процедуры защиты формируется комиссия, в состав которой входят представители администрации и педагогического коллектива школы.

Защита индивидуальных (персональных) проектов, как правило, происходит в форме презентации, то есть краткого (7–10 минут) публичного выступления, в ходе которого автор знакомит аудиторию с результатами своей работы.

Защита групповых проектов представляет собой целостный рассказ всех участников группы о том, как создавался проект, представление самого проекта и отчет о проделанной работе с использованием презентационного материала. Презентация может быть представлена в виде текстового сообщения, графического изображения в сочетании с видео и музыки. Она должна отражать сюжет, сценарий и структуру, организованную для удобного восприятия информации.

К основным критериям оценивания проектной работы относятся:

- аргументированность выбора темы, практическая направленность проекта и значимость выполнения работы;
- объем и полнота разработок, самостоятельность, законченность;
- аргументированность предлагаемых решений, подходов, выводов, использование литературы;
- качество оформления текста, схем и рисунков;
- качество доклада, культура речи;
- ответы на вопросы: полнота, аргументированность, убедительность и др.

Интересные и содержательные материалы проектов могут использоваться для проведения Олимпийских уроков, создания стендов, подготовки различных мероприятий и др.

Следует отметить, что проектные работы могут выполняться учащимися, отнесенными к любой группе здоровья, освобожденными от уроков физической культуры.

Для обучающихся специальной медицинской группы, освобожденных от практических занятий по физической культуре учитель разрабатывает тематику проектов на основе требований содержания учебной программы. В ходе составления проекта дети овладевают теоретическими знаниями в области физической культуры, а также навыками организации самостоятельной деятельности в оздоровительных занятиях физическими упражнениями. По выбранной теме проекта готовятся письменные сообщения (рефераты, доклады и др.)

В целом хочется отметить, что проектная технология в школьном образовании позволяет каждому ученику самостоятельно приобретать опыт исследовательской и практической деятельности, расширять кругозор, повышать уровень знаний на основе поиска и изучения нового информационного материала, способствует успешному формированию практических умений и навыков, необходимых в дальнейшей жизнедеятельности.

ЛИТЕРАТУРА:

1. Гузев, В.В. «Метод проектов» как частный случай интегральной технологии обучения/В.В. Гузев //Директор школы. - 1995. -№6. -С. 39-47.
2. Новикова, Т. А. Проектные технологии на уроках и во внеурочной деятельности/Т.А. Новикова // Народное образование. - 2000. -№7. -С. 151-157.
3. Пахомова, Н.Ю. Метод учебных проектов в образовательном учреждении: Пособие для учителей и студентов педагогических вузов/Н.Ю. Пахомова - М.: АРКТИ, 2003. - 112с.

ИЗМЕНЕНИЕ АРТЕРИАЛЬНОГО ДАВЛЕНИЯ ПОД ВЛИЯНИЕМ ФИЗИЧЕСКОЙ НАГРУЗКИ БОЛЬШОЙ ИНТЕНСИВНОСТИ У МАЛЬЧИКОВ ВОЛЕЙБОЛИСТОВ ШКОЛЬНОГО ВОЗРАСТА

К. Куадже- студентка ИФК и дзюдо АГУ

Н.Х. Кагазежева - доцент кафедры биомеханики и медико-биологических дисциплин ИФК и дзюдо АГУ

В организме среди систем, обеспечивающих приспособление к мышечной деятельности, одно из ведущих мест занимает система кровообращения. Влияние мышечной деятельности на сердечно-сосудистую систему детей школьного возраста изучалось рядом авторов. Однако эти исследования проводились на юных спортсменах в плане оценки функционального состояния системы кровообращения в процессе тренировочных занятий и различных видах спорта.

Важным критерием для суждения о состоянии сосудистого тонуса является артериальное давление. С целью изучения возрастных показателей артериального давления массовые обследования в основном проводились без применения функциональных проб, тогда как последние вызывают сдвиг показателей артериального давления, и характер сдвига является более информативным в оценке состояния сердечно-сосудистой системы и ее возрастных особенностей.

Цель. Исследовать изменения АД с возрастом и характер сдвигов АД на нагрузку большой интенсивности у мальчиков волейболистов от 7 до 17 лет.

Переменное давление, под которым кровь находится в кровеносном сосуде, называют кровяным давлением. Величина давления определяется работой сердца, количеством крови, поступающим в сосудистую систему, интенсивностью ее оттока на периферию, сопротивлением стенок сосудов, вязкостью крови, апатичностью сосудов. Наиболее высокое давление - в аорте. По мере движения крови давление снижается: в артериях меньше, чем в аорте, в капиллярах еще меньше, а самое низкое давление - в полных венах. Во время систолы желудочков кровь с силой выбрасывается в аорту, давление крови при этом наивысшее - это давление называют систолическим или максимальным. В фазе расслабления (диастолы) сердца артериальное давление понижается, и называют его диастолическим или минимальным. Разность между

систолическим и диастолическим давлением называют пульсовым. Чем меньше пульсового давления, тем меньше поступает крови из желудочков в аорту во время систолы. В плечевой артерии человека систолическое давление составляет 110-125 мм рт.ст., а диастолическое - 60-85 мм рт.ст. У детей кровяное давление значительно ниже, чем у взрослых. Чем меньше ребенок, тем у него больше капиллярная сеть и шире просвет кровеносных сосудов, а, следовательно, ниже и давление крови.

До 6-7 лет у детей рост сердца отстает от роста кровеносных сосудов, а в последующие периоды, особенно в период полового созревания, рост сердца опережает рост кровеносных сосудов[1,3]. Это отражается на величине кровяного давления, иногда наблюдается так называемая юношеская гипертензия, т.к. нагнетательная сила сердца встречает сопротивление со стороны относительно узких кровеносных сосудов, масса тела в этот период значительно увеличивается. Такое повышение давления, обычно, носит временный характер. Однако “юношеская гипертензия” требует осторожности при дозировании физической нагрузки. При его стойком повышении необходимо избегать физических перенапряжений, особенно во время уроков труда и физкультурных соревнований, но необходима и полезна рациональная физическая тренировка.

Частота сердечных сокращений - это количество сердечных сокращений за одну минуту. Обычно она измеряется по пульсу: каждый выброс крови в сосуды приводит к изменению их кровенаполнения растяжению сосудистой стенки, что ощущается в виде толчка. В норме у взрослого человека частота сердечных сокращений - 75 раз в минуту. С возрастом она снижается. У новорожденного она значительно выше - 140 в 1 мин., к 8-10 годам - 90-85 ударов в минуту, а к 15 годам приближается к величине взрослого. Уменьшение числа сердечных сокращений с возрастом связано с влиянием блуждающего нерва на сердце.

Отмечены половые отличия в частоте сердечных сокращений: у мальчиков она реже, чем у девочек того же возраста.

Характерная особенность деятельности сердца ребенка - наличие дыхательной аритмии: в момент входа наступает учащение ритма сердечных сокращений, а во время выхода - замедление. В раннем детстве аритмия встречается редко и слабо выражена. Начиная с дошкольного возраста до 14 лет - она значительна. В возрасте 15-16 лет встречается лишь единичные случаи дыхательной аритмии [4; 5;].

У детей частота сердечных сокращений подвергается большим изменениям под влиянием различных факторов. Эмоциональные влияния приводят, как правило, к увеличению ритма сердечной деятельности. Она значительно увеличивается при повышении температуры внешней среды, при физической работе и уменьшается при понижении температуры. Частота сердечных сокращений во время физической работы увеличивается до 180-200 уд/мин. Это объясняется недостаточным развитием механизмов, обеспечивающих увеличение потребления кислорода (VO) во время работы. У детей старшего возраста более совершенные регуляторные механизмы обеспечивают быстроту перестройку сердечно-сосудистой системы в соответствии с физической нагрузкой.

В связи с большой частотой сердечных сокращений у детей длительность всего цикла сокращений значительно меньше, чем у взрослых. Если у взрослого она составляет 0,8 сек, то у 6-7 летних детей длительность сердечного цикла равна 0,63 сек, у детей 12 - летнего возраста - 0,75 сек, т.е. величина почти такая же, как у взрослых.

Как показали данные многих исследований, проведенных на детях, значительное урежение ритма сердечных сокращений происходит, в основном, до 8 лет, при этом скачкообразные изменения хронотропной функции сердца происходят в возрасте 1 года, 3 и 8 лет. Дети одного возраста имеют индивидуальные колебания частоты сердечбиений. Ритм сердцебиений детей отличается большой неустойчивостью.

Количество крови, выбрасываемое желудочком сердца за одно сокращение, называют ударным, или систолическим, объемом. Левый и правый желудочки выталкивают одинаковое количество крови. Систолический объем сердца с возрастом

увеличивается. Количество крови, выбрасываемое в аорту сердцем новорожденного при одном сокращении, всего 2,5 куб. см. К первому году оно увеличивается в 4 раза, к 7 годам - в 9 раз, а к 12 годам - в 16,4 раза.

Количество крови, выбрасываемое сердцем в кровеносное русло в 1 минуту, называют минутным объемом. Зная количество крови, поступившее из желудочка во время систолы, и частоту сокращений сердца в 1 минуту, можно рассчитать величину минутного объема. Если систолический объем равен 70 куб. см., а частота сердцебиения - 75 ударов в минуту, то объем сердца равен $70 \times 75 = 5250$ куб. см.

Абсолютный объем крови с возрастом увеличивается. Однако интенсивность повышения минутного объема менее значительна, чем систолического объема сердца, так как с возрастом снижается частота сердечных сокращений. Относительный минутный объем сердца на 1 кг веса тела с возрастом снижается: у детей 5 лет - 130 куб. см. на 1 кг массы, 10 лет - 105, 15 лет - 80. Следовательно, чем младше ребенок, тем больше у него величина относительного минутного объема крови, выбрасываемой сердцем, минутный объем, особенно в раннем детстве, в большей степени зависит от частоты сердцебиений, чем от величины систолического объема. Отношение минутного объема сердца к величине объема веществ у детей постоянно, т.к. относительно большая, чем у взрослых величина минутного объема в связи с большим потреблением кислорода и интенсивностью обмена веществ пропорциональна большей доставке крови в ткани.

Минутный и систолический объемы сердца зависят не только от возраста, но и связаны с общим физическим развитием детей. У детей, более развитых физически, больше величина систолического и минутного объемов сердца. У девочек величина данных показателей меньше, чем у юношей. Минутный объем сердца связан с потребностями организма в кислороде. К концу первого года жизни количество потребленного кислорода на 1 кг массы ребенка в 2-3 раза больше, чем у взрослого. При выполнении физической работы минутный объем сердца у детей увеличивается в меньшей степени, чем у взрослых. У детей всех возрастных групп увеличение минутного объема при умеренной физической работе происходит за счет увеличения систолического объема. При нагрузке максимальной мощности мобилизуются все силы организма и минутный объем увеличивается за счет повышения, как систолического объема, так и числа сердечных сокращений.

Увеличение минутного объема у тренированных людей происходит главным образом за счет величины систолического объема. Сердечные сокращения при этом учащаются незначительно. У людей нетренированных минутный объем крови увеличивается, в основном, за счет учащения сердечных сокращений.

Известно, что при увеличении частоты сердечных сокращений укорачивается продолжительность общей паузы сердца. Из этого следует, что сердце нетренированных людей работает менее, экономично и быстрее изнашивается. Не случайно сердечно-сосудистые заболевания встречаются у спортсменов значительно реже, чем у людей, не занимающихся физкультурой. У хорошо тренированных спортсменов при больших физических нагрузках систолический объем крови может возрастать до 200-250 куб. см., что, безусловно, найдет отражение в минутном объеме сердца.

Аорта и артерии детей отличаются большой эластичностью. С возрастом эластичность артерий уменьшается. Чем эластичнее артерии, тем меньше затрачивается мощность сердца на передвижение по ним крови. Следовательно, эластичность артерий у детей облегчает работу сердца (18; 22; 38).

Величина артериального давления у детей одного возраста значительно колеблется. Более высокое давление отмечено у детей, имеющих большой рост и массу. Максимальное артериальное давление до 5 лет у мальчиков и девочек почти одинаковое. С 5 до 9 лет у мальчиков оно выше, чем у девочек, а с 9 до 13 лет, наоборот, у девочек выше, чем у мальчиков. В период полового созревания у юношей оно снова выше, чем у девочек и приближается к величине взрослых [2, 4].

Величина кровяного давления у детей легко изменяется под влиянием различных внешних факторов. Так, при переходе тела из положения сидя в горизонтальное, кровяное давление у большинства детей повышается на 10-20 мм. рт. ст.

На величину кровяного давления у детей влияют климатические и географические условия местности: у детей всех возрастных групп, проживающих на юге, кровяное давление ниже, чем у северян. Оно также резко изменяется под влиянием эмоций [5].

Занятия в школе влияют на величину кровяного давления учащихся. В начале учебного дня отмечено повышение минимального давления от урока и понижение максимального (т. е. уменьшение пульсового давления). К концу учебного дня кровяное давление повышается. При наличии уроков труда, и физкультуры отмечено меньшее снижение величины пульсового давления.

Во время мышечной работы у детей повышается величина максимального и несколько снижается величины максимального давления. Во время выполнения предельной мышечной нагрузки у подростков и юношей величина максимального кровяного давления может возрастать до 180-200 мм. рт. ст. Поскольку в это время величина минимального давления изменяется незначительно, то пульсовое давление возрастает до 50-80 мм. рт. ст., что говорит об увеличении силы сокращения сердца. Интенсивность изменений величины артериального давления во время физической нагрузки зависит от возраста: чем старше ребенок, тем значительнее эти изменения.

Возрастные изменения давления крови при физической нагрузке особенно ярко проявляются в восстановленном периоде. Восстановление величины систолического давления до исходной величины осуществляется тем быстрее, чем старше возраст ребенка [3, 6].

Величина венозного давления уменьшается с возрастом. Большая величина венозного давления у маленьких детей связана с большим количеством циркулирующей в организме крови, узким просветом вен и пониженной их емкостью. Величина венозного давления с фазами дыхания: при вдохе оно несколько понижается, а при выдохе - повышается. Оно резко увеличивается при отрицательных эмоциях, например, при плаче.

Деятельность сердца сосудов регулируется двумя параметрами нервов: блуждающими и симпатическими. Блуждающие нервы тормозят сердечную деятельность. Под влиянием импульсов, поступающих к сердцу по симпатическим нервам, учащается ритм сердечной деятельности и усиливается каждое сердечное сокращение. Изменение просвета кровеносных сосудов происходит под влиянием импульсов, передающихся на стенки сосудов по симпатическим сосудосуживающим нервам.

Ритм и сила сердечных сокращений меняется в зависимости от эмоционального состояния человека, выполняемой им работы. Состояние человека влияет и на кровеносные сосуды, меняет их просвет. Приспособление деятельности сердечно-сосудистой системы к условиям, в которых находится организм, осуществляется нервным и гуморальным регулярными механизмами, которые обычно функционируют взаимосвязано.

ЛИТЕРАТУРА:

1. Гожин В.В., Шалманов А.А. Вариативность и двигательные способности. – М.: МНПИ, 1998. – 92 с.
2. Давыдов В.В. Теория развивающего обучения. – М.: ИНТОР, 1996. – 544 с.
3. Ежевская К.А. Особенности динамики показателей скоростных способностей детей 4 – 5 лет в условиях стандартной тестовой тренировочной программы в детском саду //Теория и практика физической культуры. 1995, № 3, с. 15 – 18.
4. Листков Л.Б. Совершенствование мышечного расслабления у спортсменов путём оптимизации ритма дыхания: Автореф. канд. дис. Омск., 1991. – 19 с.
5. Матвеев Л.П. К дискуссии о теории спортивной тренировки //Теория и практика физической культуры. 1998, № 7, с. 55 – 61.

6. Мелихова Г.В. Артериальное давление у школьников.- В кн.: Физиология и патология сердечно-сосудистой системы. Ярославль.- 1975.- с. 48-52.

ВЛИЯНИЕ КОМПЛЕКСОВ УПРАЖНЕНИЙ ЛФК НА ОРГАНИЗМ ШКОЛЬНИКА

*А.А. Лесных, студентка ИФК и дзюдо
Н.В. Доронина, к.п.н., доцент кафедры биомеханики
медико-биологических дисциплин*

Актуальность исследования. В последнее время в научно-методической литературе отмечается увеличение числа людей, имеющих те или иные нарушения состояния здоровья, в том числе и нарушения осанки (Я.Ю. Попелянский, И.П. Антонова, Г.Г. Шанько, В.С. Коваленко, К.А., Похис, К.М. Сергеева, Т.П. Попова, А.А. Потапчук, М.Д. Дидур, др.). По данным Ю. Войнар, около 60% студенческой молодежи имеют сегодня различные виды нарушения осанки, страдают от постоянных или временных болей в области поясницы. В связи с ухудшением экономического положения населения России и неблагоприятным состоянием окружающей среды, в последние годы отмечается рост заболеваемости и смертности населения. Продолжает ухудшаться и здоровье школьников.

В настоящее время в научно - методической литературе отмечается, увеличение числа людей, имеющих те или иные нарушения в состоянии здоровья, в том числе и нарушения осанки.

К окончанию школы удовлетворительная осанка сохраняется только у 5% молодых людей. У 20% имеются нарушения осанки во фронтальной плоскости (предсколиоз), у 35% - сколиоз, причем у 10% - II степени и выше; у 40% отмечаются различные нарушения осанки в сагиттальной (переднезадней) плоскости. Около 25% подростков в настоящее время наряду с нарушениями осанки имеют признаки остеохондроза - а ведь еще 15-20 лет назад юношеский остеохондроз был довольно редкой болезнью. Сегодня проблема нарушения осанки у детей является одной из наиболее распространенных и сложных. Правильная и красивая осанка является важным проявлением состояния здоровья. По данным специалистов, распространенность нарушений осанки среди детей, подростков и молодежи достигает 80-90% (Т.М. Сквознова). Исследования, проведенные в различных школах в последнее десятилетие, выявили, что около 50% учащихся в той или иной степени имеют нарушения осанки и нуждаются в коррекционной или профилактической помощи (С.А. Сухая). Сколиотическая деформация позвоночника относится к числу наиболее сложных проблем современной ортопедии. На долю сколиоза и кифосколиоза приходится 49% от числа случаев патологии опорно-двигательной системы (Поздникин Ю.И. соавт.), причем у 90% больных встречается диспластическая (идиопатическая) форма сколиоза (Улещенко В.А.). Основными причинами такого положения являются родовые травмы, нарушения экологии, несбалансированное питание, информационные перегрузки, снижение двигательной активности и т.д. Однако, главной, и основной причиной нарушения осанки является, слабость мышечно-связочного аппарата, возникающая вследствие недостаточной двигательной активности.

Состояние позвоночника оказывает влияние как на опорно-двигательный аппарат, так и на все остальные органы и системы по моторно-висцеральным связям (М.Р. Могендович).

Врачи-ортопеды бьют тревогу: различными нарушениями осанки страдает чуть ли не каждый второй ребенок от семи до шестнадцати лет. Увеличение количества сутулых и кособоких детей специалисты связывают не только с повышенной ленью и сидячим образом жизни нынешних школьников. Но и с утяжелившимся (в прямом смысле слова) объемом школьных программ. Из-за огромного количества учебников портфели бедных школьников напоминают набитые кирпичами мешки. Для нежного детского позвоночника столь ощутимая нагрузка становится роковой. Особенно если тяжеленный портфель носится в одной руке.

Среди пострадавших подавляющее большинство составляют девочки. У мальчишек нарушения осанки врачи констатируют в четыре раза реже. Что связано с более ранним (в 11–12 лет) половым созреванием девичьих организмов.

Не способствуют хорошей осанке и неудобные горизонтальные школьные парты. В советские времена, когда детишки сидели за наклоненными под углом 25 градусов столами с откидывающейся крышкой, а чуть раньше стояли за конторками, нагрузка на шейный и грудной отделы их позвоночника была значительно слабее. А значит, и намного меньше было сутулых детей.

Факторы, влияющие на развитие правильной осанки.

Осанка и обмен веществ.

В организме непрерывно идут два процесса - созидания и разрушения (ассимиляция и диссимиляция), через каждые 130 дней погибают эритроциты и взамен из костного мозга рождаются новые. У ребенка шелушится кожа -это значит, что отживший эпителий ее заменяется новым. Если в организмде - либо не хватает минеральных веществ, то кровь «вылизывает» из костной ткани кристаллы и доставляет их на «аварийное место». Пониженная свертываемость самой крови также связана с дефицитом кальция и витамина «С». Как видите, кость - это «животворная ткань», причем очень щедрая. Но кость, «отдавшая» свои кристаллы кальция и витамины, размягчается, деформируется. Допустим, что эти вещества кровь «забрала» из костей голени и бедра. Обедненные кости размягчаются и искривляются. Искривление в одном случае напоминает букву «Х»: ноги сходятся в коленных суставах, расходятся в голеностопных суставах, в другом случае наоборот, ноги сходятся только в голеностопных суставах - это напоминает букву «О». Если этих веществ недостает в грудной кости, то она деформируется, и такую грудь называют «куриной». С дефицитом минеральных веществ, связан плохой рост зубов и их неправильное расположение.

Нарушение витаминно-минерального обмена (рахит) приводит к сужению таза. Научно - практические наблюдения показывают, что недостаток этих веществ в пище беременных приводит к недоразвитию тазобедренных суставов у детей, то есть дети рождаются с врожденным вывихом этих суставов. Нехватка солей, фосфора и железа снижает память, дети плохо учатся.

При дефиците этих веществ в нервно - мышечной системе наступает слабость. Мышцы теряют свое статическое свойство. В результате наступает асимметрия тела, нарушение осанки, боковое искривление позвоночника, плоскостопие и т. д.

Таким образом, в воспитании осанки витамины, белки, минеральные соли имеют исключительное значение. Рост и развитие непрерывно растущего организма идут главным образом за счет этих веществ. Этими веществами богаты мясо, овощи, молочные и рыбные продукты. Именно из этих продуктов питания организм создает живую ткань. Значение питательных веществ не исчерпывается только этим, они играют роль и как источник энергии.

Осанка и система дыхания.

Энергетические расходы организм покрывает за счет той энергии, которая освобождается при окислении питательных веществ в организме. Этот процесс может происходить только при поступлении кислорода.

Различают два типа дыхания: легочное - обмен газов между воздухом, вошедшим после вдоха в легкие, и кровью; и тканевого обмена газов между кровью и тканями организма.

Типы дыхания. У мужчин дыхание брюшное, у женщин - грудное. Но тип дыхания зависит от многих факторов: тренировки, профессии, состояния здоровья и т. д. Наиболее рациональным является смешанное дыхание, т.е., когда в дыхании участвуют мышцы и грудной клетки и брюшного пресса. Смешанное дыхание можно выработать путем воспитательных мероприятий, тренировок.

Большое практическое значение имеет проверка жизненной емкости легких.

Жизненную емкость легких нужно проверять у детей хотя бы один раз в год. Уменьшение этого показателя нередко является причиной болезни дыхательной системы, которая приводит к нарушению опорно-двигательного аппарата у ребенка.

Роль одежды в воспитании осанки.

Детские хирурги - ортопеды придают большое значение одежде в воспитании осанки у детей. Нередко молодые неопытные родители при пеленании новорожденного очень туго стягивают пеленку. Это нарушает кровообращение и дыхание. Тугое пеленание новорожденного мешает сгибательно-разгибательным движениям в суставах, особенно в тазобедренных. Отсюда вывод: широкое пеленание или использование ползунков с самого раннего возраста просто необходимо.

Одежда должна быть застегнута на все пуговицы. Дети, надев рубашки, платье или костюм, должны чувствовать прикосновение их к телу и вносить соответствующую коррекцию. Это и есть ощущение правильной осанки.

Постель должна быть ровная, не прогибающаяся, теплая. Нарушение осанки может быть вызвано длительным неправильным положением ребенка на боку («калачиком») во время сна. Следует помнить, что в положении на боку вся спина, тяжесть тела падает на две точки: плечевой и тазобедренный суставы. А позвоночный столб провисает между этими точками, образуя дугу, напоминающую букву «С». В таком положении связочно-мышечный аппарат позвоночника на стороне выпуклости подвергается перерастяжению, а на противоположной стороне поперечные отростки позвонков и ребра смещаются и сдавливаются.

Боковой наклон позвоночника может быть вызван и вождением детей за руку. Во избежание этого надо пользоваться вожжами. Деформацию грудной клетки могут вызвать игры на корточках в песочнице, которую следует поднять выше - соответственно росту и возрасту детей.

Обувь у детей должна соответствовать полноте, ширине, длине стопы. Дети везде и всюду должны носить обувь на жесткой подошве, высота каблука 1-2 см. Тапочки, сандалии, балетки, кеды, удобные для уроков физкультуры, не пригодны для повседневной носки.

Поэтому, сегодня актуально изучение физических упражнений, направленных на укрепление мышечно-связочного аппарата и создание «мышечного корсета». В настоящее время специалистами в области адаптивной и оздоровительной физической культуры применяется большое количество упражнений и комплексов, специально разработанных, именно, в профилактических целях. Поиск оптимальной системы педагогических воздействий в условиях регламентированных занятий физической культурой со студентами специальной медицинской группы, повышение эффективности физической подготовки, сегодня особенно актуально. Вопросы подбора физических упражнений, и главное, режимов их выполнения, определения оптимальной величины нагрузки также требуют дальнейшего изучения.

При лечении заболеваний ОДА (опорно-двигательного аппарата) применяются не только комплексы ЛФК, но и различные способы, методы и формы. Сюда можно отнести физические упражнения, так как физическое упражнение - это основное средство ЛФК. Ф.у. способствуют общему укреплению организма, повышают мышечный тонус, тем самым способствуют укреплению ослабленных мышц, морфологической коррекции - исправление угла наклона таза, физиологических изгибов позвоночника, положений и форм грудной клетки, спины, лопаток и головы; морфологическая коррекция формирования ощущения правильной осанки, а затем и навыка правильной осанки.

Лечебная гимнастика - это специально подобранные упражнения, которые имеют очень хорошее терапевтическое воздействие при различных заболеваниях. При помощи лечебной гимнастики идет укрепление мышц, восстановление подвижности позвоночника и осанки, адаптация к бытовым и трудовым нагрузкам, снятие болевых ощущений.

Гимнастика в воде - это специально подобранные упражнения, которые

выполняются в воде или под водой с очень большим числом повторений, так как в воде сила, сопротивление и т. д. уменьшаются. При этом пациент испытывает нормальное воздействие нагрузок на организм, уменьшается нагрузка на позвоночный столб, укрепляется мышечный корсет. Также к различным формам ЛФК относятся: терренкур, дозированная ходьба, ближний туризм. Помимо этих форм и методов, существуют и другие.

Плавание, во время которого позвоночный столб принимает свое нормальное физиологическое положение, тем самым способствует формированию ощущения правильной осанки, а затем и навыка правильной осанки с минимальным воздействием физических упражнений и движений на организм в целом. Закаливание паром и горячим воздухом - при дозированном парении в бане снимается утомление организма, исчезает болевое ощущение под воздействием пара, расслабляются мышцы, а при применении во время парения веников происходит дополнительное массажное воздействие на организм.

При заболевании опорно-двигательного аппарата (сколиоз) и при правильном подборе комплекса упражнений по ЛФК наблюдается укрепление мышечной массы в ослабленной зоне, снижение тонуса мышц в напряженной зоне, улучшается трофика мышц, укрепляется мышечный и костный корсет, формируется правильная осанка, улучшается работа сердечно - сосудистой системы, дыхательной системы и центральной нервной системы. Формирование осанки.

Позвоночник в сагитальной плоскости имеет изгибы. Они начинают образовываться в момент рождения ребенка. При первых же актах дыхания ребенка эластичный позвоночник образует угообразный изгиб (кифоз)

Сзади, в грудном отделе. Когда ребенок начинает удерживать голову в положении на животе - к 2 - 3 месяцам, - формируется изгиб (лордоз) спереди, в шейном отделе. Третий изгиб образуется к 6-7 месяцам спереди, в поясничном отделе. Только с этого момента ребенок может сесть и встать на ноги. С четвертым изгибом сзади, в копчиково-крестцовом отделе позвоночника, ребенок рождается; этот изгиб предотвращает выпадение внутренних органов, находящихся в малом тазу при натуживании. Окончательное формирование этих изгибов заканчивается к 18- 30 годам. Если эти нормальные лордозы и кифозы нанести на вертикальную ось тела (эта линия условно проводится у виска, спереди ушного козелка, до наружной лодыжки - щиколотки) то два изгиба - шейный и поясничный - будут располагаться спереди, а два других - грудной и копчиково-крестцовый - сзади этой оси. Такая закономерность не случайна, так как сила веса тела, давящая сверху вниз, как правило, распространяется под определенным углом. Эти спиралеобразные изгибы позвоночника и определяют равномерную волнообразность спины человека, его осанку. Нормальные изгибы позвоночника определяют правильное положение трахеи и бронхов, пищевода и сердца, легких и брюшной аорты, спинного мозга (Данько Ю.И.).

Различают следующие задачи ЛФК при нарушениях осанки: нормализовать трофические процессы мышц туловища, создать благоприятные условия для увеличения подвижности позвоночника, осуществлять целенаправленную коррекцию имеющегося нарушения осанки, систематически закреплять навык правильной осанки, выработать общую и силовую выносливость мышц туловища и повысить уровень физической работоспособности. ЛФК рекомендуется всем детям с нарушением осанки, так как это единственный ведущий метод, позволяющий эффективно укреплять мышечный корсет, выравнивать мышечный тонус передней и задней поверхности туловища, бедер.

Занятия лечебной гимнастикой проводятся в поликлиниках, врачебно-физкультурных диспансерах 3-4 раза в неделю. Уменьшение количества занятий до 2 раз является неэффективным. Курс ЛФК длится для дошкольников 1-1,5, для школьников - 1,5-2 месяца, перерыв между курсами 1-2 месяца. В год ребенок с нарушением осанки должен пройти 2-3 курса ЛФК, что позволяет выработать стойкий динамический стереотип правильной осанки.

Выделяют подготовительную (1-2 недели), основную (4-5 недель) и заключительную (1-2 недели) части курса ЛФК. В подготовительной части курса используются знакомые упражнения с малым и средним количеством повторений упражнений. Создается зрительное восприятие правильной осанки и мысленное ее представление, повышается уровень общей физической подготовленности. В основной части курса ЛФК увеличивается количество повторений каждого упражнения. Решаются основные задачи коррекции имеющихся нарушений осанки. В заключительной части курса ЛФК нагрузка снижается. Количество повторений каждого упражнения - среднее. На протяжении всего курса применяются разгрузочные исходные положения: лежа на спине, животе, боку, стоя, на четвереньках. Через каждые 2-3 недели занятий обновляется 20-30% упражнений. Для дошкольников составляется 2-3, для школьников - 3-4 комплекса ЛГ на один курс ЛФК.

Совершенствуются навыки правильной осанки в усложненных вариантах выполнения упражнений.

На занятиях с детьми, имеющими нарушения осанки, необходимо соблюдать два обязательных организационно-методических условия. Первое - наличие гладкой стены без плинтуса. Желательно на противоположной от зеркала стороне, что позволяет ребенку, встав к стене, принять правильную осанку. Имея 5 точек соприкосновения - затылок, лопатки, ягодицы, икроножные мышцы, пятки и ощутить правильное положение собственного тела в пространстве, вырабатывая проприоцептивное мышечное чувство, которое при постоянном выполнении передается и закрепляется в ЦНС за счет импульсов, поступающих с рецепторов мышц. Впоследствии навык правильной осанки закрепляется не только в статическом (исходном) положении, но и в ходьбе, при выполнении упражнений. Второе: в зале для занятий должно быть большое зеркало, чтобы ребенок мог видеть себя в полный рост, формируя и закрепляя зрительный образ правильной осанки. Дети школьного возраста мысленно описывают правильную осанку на основе представлений о героях сказок, животных, постепенно переходя к описанию собственной осанки, осанки друзей.

Выводы

1. Анализ научно-методической литературы свидетельствует о том, что в последние годы значительно увеличилось число людей, имеющих соматические нарушения (увеличение поясничного лордоза и угла сколиоза).

2. Наиболее выгодным исходным положением является такое, при котором возможна максимальная разгрузка позвоночного столба по оси и когда исключается влияние мышц на угол наклона таза. К таким исходным положениям относятся: положение, лежа на спине, лежа на животе, упор, стоя на коленях. Эти исходные положения способствуют выпрямлению позвоночника, позволяют симметрично располагать тело и избирательно укреплять мышцы спины и брюшного пресса. В упоре стоя на коленях позвоночный столб прогибается между поясом верхних конечностей и поясом нижних и умеренно растягивается.

3. После освоения упражнений при разгруженном позвоночнике те же движения выполняются из исходных положений сидя и стоя. При этом нужно тщательно следить за правильным положением тела.

4. Разнообразное сочетание динамических и статических напряжений – это лучшее средство укрепления «мышечного корсета».

АДАПТАЦИЯ ПЕРВОКЛАССНИКОВ К ОБУЧЕНИЮ В ШКОЛЕ ПОСРЕДСТВОМ ФИЗИЧЕСКОГО ВОСПИТАНИЯ

*Лещенко А.В., студентка 4 курса ИФК и дзюдо
Научный руководитель - В.П. Шрам, к.п.н., доцент*

На современном этапе модернизации отечественной системы образования перед начальной школой стоит важная задача разработки принципиально новых педагогических

подходов, оптимизации процесса физического воспитания детей младшего школьного возраста и создание организационно-педагогических условий, обеспечивающих адаптацию первоклассников к обучению [1, 3, 5].

Успешная социальная адаптация детей начальной школы к условиям школьной среды помогает сформировать систему их отношений со сверстниками и взрослыми, базовые учебные установки, которые в существенной мере определяют в средней школе успешность обучения, эффективность стиля общения с учениками и взрослыми людьми, возможность личностной самореализации [1, 5, 6].

А.К. Спирина, Н.И. Ромашевская, Л. П. Баданина и другие указывают на то, что начало обучения в школе ведет к кардинальным изменениям в жизни ребенка и во многих отношениях представляет собой стрессовую ситуацию. Школа предъявляет новый, усложненный круг требований к психической деятельности ребенка [1, 2, 4]. Положительный эффект приспособления ребенка к школе сказывается в достижении относительного соответствия поведения требованиям новой среды и обеспечивается психологической готовностью к выполнению стоящих перед ребенком задач.

Как отмечает Н.И. Ромашевская, пристальное внимание к школьной адаптации вызвано тем, что, являясь динамическим процессом прогрессивной перестройки функциональных систем организма, она обеспечивает возрастное развитие. Механизмы приспособления, возникшие в процессе адаптации, вновь и вновь актуализируясь и используя в сходных ситуациях, закрепляются в структуре личности и становятся подструктурами ее характера [4].

На сложность и значимость периода, связанного с адаптацией ребенка к условиям школьной среды, указывают исследования, проведенные в области социологии, психологии, педагогики, медицины, физиологии, теории и методики физического воспитания и др. У психологов и педагогов в последнее время вызывает тревогу то, что в категорию слабоуспевающих и неуспевающих детей попадают внешне благополучные дети, имеющие достаточно высокий уровень умственного и физического развития.

В тоже время, в последние годы значительное внимание уделяется анализу проблем, возникающих у детей в связи с началом школьного обучения. В первую очередь это связано с переходом от условий воспитания в семье и дошкольных учреждениях к качественно новой атмосфере школьного обучения, складывающейся из совокупности умственных, эмоциональных и физических нагрузок, предъявляет новые, более сложные требования к личности ребенка и его интеллектуальным возможностям. Обсуждаются проблемы детей со школьной дезадаптацией и активно разрабатываются подходы к профилактике и коррекции проявлений школьной дезадаптацией [3, 4, 6].

При этом авторы экспериментальных образовательных программ указывают на необходимость преобразования педагогического процесса в школе с таким расчетом, чтобы любой урок независимо от учебного предмета, способствовал не только интеллектуальному развитию ребенка, повышению познавательной активности, но и сохранению его физического и психического здоровья [1, 2, 4].

Однако современная система образования не в полной мере использует возможности физической культуры в процессе социальной адаптации и личностного развития детей младшего школьного возраста. В связи с чем, возникают противоречия между потребностью в обосновании педагогических основ адаптации первоклассников к образовательному процессу средствами физического воспитания и недостаточной разработанностью данного вопроса в педагогической науке, и практике; между целевой установкой, рассматривающей физическую культуру только как оздоравливающее средство, и ее значительными возможностями как средства личностного социального развития школьников.

Указанные противоречия определили проблему исследования, которая заключается в выявлении организационно-педагогических условий адаптации первоклассников к школе средствами физического воспитания.

Анализ состояния проблемы исследования в теории и практической деятельности подтвердил актуальность разработки программы адаптации первоклассников к обучению в школе средствами физического воспитания.

Адаптация рассматривается нами как процесс интеграции человека в общество, в результате которого достигается формирование самосознания и ролевого поведения, она обеспечивает формирование адекватных связей внутри учебно-воспитательного процесса.

Приспособление ребенка к новой системе социальных условий, новым отношениям, требованиям, видам деятельности, режиму жизнедеятельности является важным фактором эффективности решения учебно-воспитательных задач первоклассников. При этом адаптация - это не только приспособление к успешному функционированию в данной среде, но и способность к дальнейшему психологическому, личностному, социальному развитию.

Физическое воспитание имеет большой потенциал в процессе адаптации школьников к обучению в школе [2, 6]. Через двигательную активность детей учитель может оптимизировать их умственное и физическое развитие. Для этого уроки физической культуры должны проводиться интересно, эмоционально, с использованием различных средств физического воспитания.

Дети далеко не с одинаковой успешностью «вживаются» в новые условия жизнедеятельности. Можно выделить три уровня адаптации детей к школе - высокий уровень адаптации (легкий - 2 месяца), средний уровень адаптации (средний - 3-6 месяцев), низкий уровень адаптации (тяжелый - 6 месяцев - 1 год).

Результаты анализ литературы по теме исследования выявили, что главным принципом обучения первоклассников на уроках физической культуры выступает проведение всех занятий в игровой форме. Важными факторами учебного процесса с детьми должна соответствовать двум обязательным условиям:

Во-первых, развитие и тренировку слабых функций организма у учащихся следует проводить в эмоционально привлекательной форме, что существенно повышает переносимость предъявляемой нагрузки и мотивирует усилия по самоконтролю. Этому требованию соответствует игровая форма занятий.

Во-вторых, подбор таких игр, которые, обеспечивая тренировку одной функциональной способности, не возлагали бы одновременной нагрузки на другие дефицитные способности, ибо известно, что параллельное соблюдение двух, а тем более трех условий деятельности вызывает у школьников существенные затруднения, а порой просто требование игры просто для него невыполнимо.

При этом, игры должны быть различной направленности и пересекаться с основной темой урока физкультуры, к примеру:

- для развития бега «Салки», «Караси и щука» и др.;
- для прыжков «Воробьи и кот», «Лиса и куры», «Волк во рву» и др.;
- для метания «Метко в цель», «Точный расчет» и др.;
- для ведения мяча «Гонка мячей по кругу» и др.;
- для развития внимания «Капуста и морковка», «Карлики и великаны», «Запрещенное движение», «Съедобное – не съедобное» и др.;
- ролевые игры, где наряду с различными движениями ученик выполняет определенную роль, «Два мороза», «Караси и щука», «Кошки мышки» и др.;
- игры, которые имеют в своей структуре стихотворения «У медведя во бору», «Гуси-лебеди», «Горелки» и т.д.

Основными принципами организации образовательного процесса выступают - адекватность содержания физической подготовки и ее условий индивидуальному состоянию ребенка, гармонизация и оптимизация физической тренировки, свобода выбора формы физической активности в соответствии с личными склонностями и способностями каждого школьника.

Разработанная нами программа адаптации первоклассников к школе средствами

физического воспитания включает следующие составляющие: цель, задачи, принципы, условия, инструментарий; а также систему работы по реализации физического воспитания первоклассников в урочное и внеурочное время. Методика ее реализации, предполагающая гибкое регулирование содержания, объема и интенсивности физических упражнений с учетом индивидуальных и возрастных особенностей детей, обеспечивает нагрузку, адекватную физическому состоянию детей.

Для гибкого регулирования нагрузки, повышения моторной плотности и тренирующего эффекта уроков, а также воспитания потребности и устойчивого интереса к физическим упражнениям мы учитывали индивидуальные особенности детей, используя для этого: организацию на уроках игр и соревнований, объединяя детей в группы с учетом их физического состояния, самочувствия, тренированности, пола и других индивидуальных особенностей, в зависимости от поставленных задач; строгое дозирование нагрузок, направленных на развитие общей и силовой выносливости в зависимости от пола, физической подготовленности, состояния здоровья; практику самостоятельной двигательной активности по 3-8 минут в течение урока (преимущественно у детей с хорошей физической подготовкой, высокой двигательной активностью); проведение упражнений на развитие общей выносливости в виде игр, внося в них элементы разнообразия, мотивируя детей к выполнению задания [4, 6, 7].

Для предупреждения монотонности и повышения интереса детей к занятиям были использованы следующие методические приемы: разные варианты выполнения одного и того же упражнения; игры на развитие коммуникативных способностей, в сочетании с различными заданиями; выполнение предлагаемых упражнений в различных построениях (в парах, колоннах, шеренгах, в кругу, с гимнастическими скамейками («на шлюпках») и т.д.). Большое внимание мы уделяли проведению спортивных и подвижных игр, физкультурных праздников и спортивных эстафет, которые не только решали задачи физического воспитания и успешной адаптации, но и способствовали формированию мотивации занятий физкультурой, сплочению детского коллектива, чувства ответственности за свою команду. В качестве различных средств снятия психоэмоционального напряжения и умственного утомления мы использовали спортивные и танцевальные перемены.

Результаты опытно-экспериментальной работы доказывают эффективность разработанной программы. Так, в конце эксперимента 62,5% школьников ЭГ показали нормальный уровень тревожности, относительно 38,8% школьников КГ. Повышенный уровень тревожности был выявлен у 37,5% респондентов ЭГ, относительно 33,3% респондентов КГ. При этом в группу высокой тревожности вошло 0% школьников ЭГ, относительно 27,9% школьников.

При этом, высокий уровень адаптации к обучению в школе показали 71,8% первоклассников ЭГ, относительно 52,7% первоклассников КГ. Средний уровень 28,2% школьников ЭГ, относительно 33,3% школьников КГ. Низкий уровень в ЭГ не показал ни один учащийся, относительно 14% школьников КГ.

На основе наблюдений показатели успешной адаптации детей к школе выражаются в благоприятной динамике работоспособности и ее улучшении на протяжении первого полугодия, отсутствии выраженных неблагоприятных изменений показателей здоровья и хорошем усвоении учебной программ. Индикатором сложности процесса адаптации к школе, как правило, являлись изменения в поведении детей.

В ходе создания педагогических условий, обеспечивающих адаптацию детей к обучению в школе, в процессе физического воспитания необходимо учитывать, что личность ребенка является био-психо-социокультурной системой, включающей совокупность анатомических, физиологических биомеханических, нейродинамических, психодинамических компонентов и сознания.

Физическое воспитание жизненно необходимо для гармоничного умственного и физического развития ребенка, оно является эффективным средством адаптации

первоклассников к обучению в школе.

ЛИТЕРАТУРА:

1. Баданина, Л. П. Адаптация первоклассника: комплексный подход /Л. П. Баданина//Начальная школа плюс До и После.-2007.-N 12. — С. 59-62.
2. Пихенько, И.Н. Педагогическая адаптация первоклассников к обучению в школе : автореф. дис. . канд. пед. наук. / И.Н.Пихенько. - Брянск. - 2003.-28 с.
3. Попов, В.А. Педагогические условия реализации адаптационного периода в 1-м классе школ развивающего обучения / В.А.Попов // Начальная школа: газ. издательского дома «Первое сентября» .-2007.-N 17. — С. 40-44.
4. Ромашевская, Н. И. Адаптация первоклассников к обучению в школе средствами физического воспитания: автореф.дис...пед.наук / Н.И.Ромашевская,. – Новокузнецк. – 2006. – 167 с.
5. Спирина, А.К. Методика формирования физической готовности детей дошкольного возраста к обучению в школе: автореф. дис. . канд. пед. наук. / А.К. Спирина. - Волгоград, 2000. - 24 с.
6. Тхагова, Ф. Р. Оптимизация режима двигательной и учебной деятельности школьников : Дис. ... канд. пед. наук/ Ф. Р. Тхагова - : 13.00.04: Майкоп, 2001, - 173 с.
7. Холодов, Ж.К. Теория и методика физического воспитания и спорта: Учеб. пособие для студ. высш. учеб. завед/ Ж.К. Холодов, В.С. Кузнецов. - М.: Изд-во «Академия», 2000.- 480с.

МЕТОДИКА РАЗВИТИЯ ТВОРЧЕСКИХ СПОСОБНОСТЕЙ ШКОЛЬНИКОВ НА УРОКАХ ФИЗИЧЕСКОЙ КУЛЬТУРЫ

Мишин М.В., студент 4 курса

Института физической культуры и дзюдо

Научный руководитель - В.П. Шрам, к.п.н., доцент

На новом этапе реформирования системы образования наблюдается переход к новым педагогическим технологиям и современным методам образования. Образовательный процесс переориентирован на воспитание творческой личности, подготовленной к эффективной жизнедеятельности в условиях сложной современной социально-экономической ситуации [1, 4]

Одной из ведущих тенденций реформирования общего образования выступает гуманистическая парадигма, предполагающая создание условий для проявления индивидуальности, выявление и оптимальное развитие творческих возможностей личности [2, 3, 5]. Приоритетной задачей общего образования становится формирование не только интеллекта учащихся, но и духовной и эмоциональной сферы, творческого подхода к труду, что представляется условием эффективности будущей профессиональной деятельности и социальной адаптации выпускников школы [1, 3, 4].

Творчество - это индивидуальный процесс, направленный на решение поставленной задачи, решение новым, необычным способом. В творчестве проявляется то, что ранее было неизвестно, актуализируются собственные творческие способности, раскрывающиеся у каждого человека по-разному. При формировании творческой активности школьник становится активным субъектом самообразования и самовоспитания. Способность личности к саморазвитию создает возможность относиться к себе самокритично [2]. Необходимость формирования творческой активности учащихся осознана давно, но существуют причины, которые мешают развитию познавательных способностей учащихся. Главная причина недостаток знаний о методах и формах развития и формирования творчества учащихся. Решение этой проблемы позволит повысить эффективность всего учебно-воспитательного процесса в школе, а целенаправленная работа по развитию творчества способствует приобретению знаний, умений и навыков в двигательной сфере, повышает уровень развития физической культуры личности, формирует навыки и опыт самостоятельной работы.

Анализу и систематизации различных аспектов формирования и развития творческих способностей посвящены работы В.И. Андреева, Л.С.Выготского, Н.М. Гнатко, А.А. Карачева, А.Н. Лука, М.В. Межиевой, Я.А. Пономарев, С.Л. Рубинштейна, Б.М. Теплова и др.

В своем большинстве, авторы отмечают, что развитие творческих способностей зависит от умений ребенка анализировать объекты, выделять в них различные стороны, соотносить и увязывать эти стороны между собой в единое целое, разбираться в сложных противоречивых явлениях и принимать оптимальное решение.

Следовательно, как справедливо замечают педагоги, необходима смена существующей дидактической парадигмы, ориентированной на традиционное репродуктивное обучение, за счет изменения форм и методов обучения, его индивидуализации, увеличения комплекса новейших технических средств, широкого применения новых технологий обучения. Причем акцент ставится на более активные виды самостоятельной индивидуальной работы.

Творческие способности - это индивидуальные особенности, качества человека, которые определяют успешность выполнения им творческой деятельности различного рода.

Под творческой деятельностью мы понимаем такую деятельность человека, в результате которой создается нечто новое – будь это предмет внешнего мира или построение мышления, приводящее к новым знаниям о мире, или чувство, отражающее новое отношение к действительности [1].

Проявление творческих способностей особенно важно в процессе обучения, т.к. они делают его интересным, превращая в увлекательный процесс, дающий простор воображению. В педагогическом плане главным в творчестве является то, что учащийся, в ходе познавательной творческой деятельности, осознает свою значимость в качестве «преобразователя мира», открывателя нового, реализуя себя как личность.

Существенен тот факт, что творческие способности не развиваются в стихийных условиях, а требуют специально организованного процесса обучения и воспитания.

Одним из эффективных способов развития творческих способностей школьников является использование метода проектного обучения, в котором поиск новых путей познания, акт творчества и самореализации являются неотъемлемыми атрибутами.

Метод проектов - целенаправленная, в целом самостоятельная деятельность учащихся, осуществляемая под гибким руководством учителя, направленная на решение исследовательской или социально значимой прагматической проблемы и на получение конкретного результата в виде материального и (или) идеального продукта».

Под проектом подразумевается специально организованный учителем и самостоятельно выполняемый детьми на основе субъективного целеполагания комплекс действий, завершающихся созданием продукта, состоящего из объекта труда, изготовленного в процессе проектирования, и его представления в рамках устной или письменной презентации [3].

Для реализации проекта требуются особые качества ума, такие, как наблюдательность, умение сопоставлять и анализировать, находить связи и зависимости все то, что в совокупности и составляет творческие способности. Их развитие в процессе проектной деятельности возможно при наличии значимой для учащихся в исследовательском и творческом плане проблемы требующей интегрированного знания, исследовательского поиска для ее решения; при самостоятельной (индивидуальной, парной, групповой) деятельности учащихся; при структурировании содержательной части проекта; при использовании исследовательских методов и пр.

Большие возможности в этом плане открывает проектная деятельность, направленная на духовное и профессиональное становление личности ребенка через организацию активных способов действий. Ученик, работая над проектом, проходит стадии планирования, анализа, синтеза, активной деятельности. При организации

проектной деятельности возможно не только индивидуальная, самостоятельная, но и групповая работа учащихся. Это позволяет приобретать коммуникативные навыки и умения. Постановка задач, решение проблем повышает мотивацию к проектной деятельности и предполагает: целеполагание, предметность, инициативность, оригинальность в решении познавательных вопросов, неординарность подходов, интенсивность умственного труда, исследовательский опыт, организацию семиотического пространства.

Проведенный анализ теории и практики физического воспитания позволил выявить противоречие между существующей потребностью в формировании творческих способностей учащихся на уроках физической культуры и недостаточной разработанностью методических решений по использованию средств и методов развития творческой активности школьников [4, 5, 6].

Результаты проведенного исследования доказывают, что творческая деятельность реально способствует формированию нового типа учащегося, обладающего набором умений и навыков самостоятельной конструктивной работы, владеющего способами целенаправленной деятельности, готового к сотрудничеству и взаимодействию, наделенного опытом самообразования.

Это объясняется тем, что участие в творчестве позволяет школьнику приобрести уникальный опыт, невозможный при других формах обучения [1]. Творческая культура как часть общей культуры - культуры созидательной, преобразующей деятельности - должна стать стилем мышления учащихся, а непосредственное их участие в реализации проектов под руководством учителя позволит сформировать у них целостные представления о понимании взаимосвязи созидательного труда и роли человека в созидании. Интерес появляется в положительной эмоциональной реакции и интеллектуальной познавательной активности.

На основании теоретического анализа и педагогических наблюдений выявлена необходимость и возможность формирования творческих способностей школьников на уроках физической культуры. С этой целью разработаны средства и методы целенаправленного поэтапного развития творчества учащихся. Их основу составляет использование специальных двигательных заданий, применение мини-комплексов ритмической гимнастики, свободное двигательное импровизирование под музыку, частая смена общеразвивающих упражнений, обучение и прогнозирование тактических комбинаций в игровой деятельности и др.

Средствами физического воспитания учащихся служат разнообразные физические упражнения и игры, а также гигиенические факторы (соблюдение температурных и других норм гигиены на занятиях, рационального режима труда и отдыха) и естественные силы природы (использование солнца, воздуха и воды для закаливания организма) [4, 6]. Однако только творческий подход педагога к уроку, использование креативных технологий, систем, программ обеспечит возможность творческого развития учащихся средствами физической культуры.

Исследование Ивановой Г.К. позволило выделить особенности проявления мыслительного и моторного творчества. В мыслительном творчестве проявляется представление придуманного комплекса упражнений, импровизированный поиск, антиципация, оценка и критический анализ деятельности; в моторном творчестве - способности индивида создавать новые двигательные элементы, их сочетание разрабатывать технико-тактические комбинации. Творческое мышление не обязательно переносится в сферу моторной деятельности. Это возможно лишь в силу связи между умственным и моторным развитием при решении единых задач [1].

Установлено, что проявление творчества в двигательной деятельности учащихся имеет осознаваемый и неосознаваемый уровни. Неосознаваемый уровень характерен интуитивным достижением поставленной задачи; осознаваемый - выражается в проявлении стремления к определенной деятельности для достижения поставленной

задачи.

Таким образом, для целенаправленного развития творческих способностей учащихся необходимо соблюдать вышеизложенную логику и реализовывать ее на практике при помощи перечисленных методов и приемов.

Процесс формирования творческих способностей учащихся имеет этапный характер. Первый этап носит репродуктивный характер и отличается умением учащихся воспроизводить в практической деятельности изученные двигательные умения. Второй этап характеризуется нормативным усвоением творческого содержания двигательной деятельности, в процессе которого учащиеся проявляют сочетание элементов творческой и репродуктивной деятельности. Третий этап обусловлен умением учащихся творчески и нестандартно решать двигательные задачи, предлагаемые учителем на уроке и во вне учебной деятельности.

Определены и экспериментально подтверждены педагогические условия, обеспечивающие формирование творческой активности школьников на уроках физической культуры: наличие развитого педагогического мышления, воображения и интуиции учителя, его коммуникативных умений, стремления к творческому поиску; создание благоприятной эмоциональной атмосферы учебной деятельности; реализация дидактических принципов - сознательности, активности, самостоятельности; знание возрастного развития познавательных процессов учащихся; учет их индивидуальных особенностей; организация системы коллективных отношений в учебном процессе.

Результаты проведенного нами эксперимента доказывают, что разработанная методика развития творческих способностей школьников в процессе уроков физической культуры способствует значительным изменениям показателей творческой активности детей. Так, на третьем этапе эксперимента наблюдается достоверность различий средних оценок ($P < 0,05$) между контрольными и экспериментальными группами (на «отлично» с заданиями справились 12 школьников ЭГ, относительно 4 школьников КГ; в экспериментальной группе нет учащихся, выполнивших задание на один или два балла, а в КГ таких 10 человек).

ЛИТЕРАТУРА:

1. Иванова, Г.К. Формирование творческих способностей школьников на уроках физической культуры : Дис. ... канд. пед. наук : 13.00.04 / Г.К. Иванова - Майкоп, 1998 146 с.
2. Сергеев, И.С. Как организовать проектную деятельность учащихся / И.С. Сергеев. - 4-е изд., испр. и доп. - М.: АРКТИ, 2007. - 80 с.
3. Шумакова, Н.Ю. Артпедагогика как гуманистическая система образования учащихся в области физической культуры : автореферат дис. ... доктора педагогических наук / Н.Ю. Шумакова – Майкоп, 2006. – 198 с.
4. Лях В.И. «Методика физического воспитания» - Москва: ЮНИТИ, 2008-269с
5. Коджаспирова, Г.М. Педагогика в схемах, таблицах и опорных конспектах / Г.М.Коджаспирова. – 2-е изд. – М.: Айрис-пресс, 2007. – 256 с.
6. Гужаловский А.А. «Основы теории и методики физической культуры» - Москва: Просвещение, 2008-379с.

ДИНАМИКА СОСТОЯНИЕ ЗДОРОВЬЯ ДЕТЕЙ ОБУЧАЮЩИХСЯ В НАЧАЛЬНОЙ ШКОЛЕ

*Н. А. Мозговая, студентка ИФК и дзюдо
И.К. Гунажоков, к.п.н., доцент*

Одной из приоритетных задач нового этапа реформы системы образования должно стать сохранение и укрепление здоровья детей, формирование у них понятий ценности здоровья и здорового образа жизни. Однако, именно перестройка системы образования, по мнению многих специалистов, является одной из основных причин ухудшения состояния

здоровья детей школьного возраста (В.Р. Кучма, 2005; Шаповалов, 2016 и др.).

Ухудшение состояния здоровья детей школьного возраста – это результат длительного неблагоприятного воздействия не только социально-экономических, но и ряда педагогических факторов таких как:

- интенсификация учебного процесса;
- раннее начало дошкольного систематического обучения;
- несоблюдение элементарных гигиенических требований к организации учебного процесса;
- провалы в существующей системе физического воспитания; частичное разрушение служб школьного врачебного контроля.

Физкультурно-спортивная активность является важной составляющей образа жизни и мощным средством в борьбе с вредными привычками. Так, по данным Хакунова Н.Х., Гунажокова И.К. 14,2% опрошенных юношей и 8,9% девушек связывают свой отказ от вредных бытовых привычек с началом активных занятий физическими упражнениями и спортом.

Раннее проведенные исследования свидетельствуют, что не менее 40-45% подростков-мальчиков и около 20% девочек-школьниц пробовали курить, а каждый четвертый-пятый мальчик и двадцатая девочка остались привержены этой вредной привычке на момент обследования. Что касается употребления алкоголя, то к этому не причастны 43,2% подростков-мальчиков и 47,6% девочек (никогда не употребляли, даже разово - 38% среди первых и 44,5% среди вторых) (Хакунов Н.Х., Гунажоков И.К., 1994г.).

Однако в отношении приверженности к вредным бытовым привычкам приходится констатировать, что в последнее время с каждым годом растет контингент тех, кто еще в подростковом возрасте приобщается к курению и употреблению алкоголя.

О неготовности школьников заниматься своим здоровьем говорят многие исследователи. Так, несмотря на понимание вреда, наносимого организму наркотическими, алкогольными веществами, табакокурением, 53% юношей и 45% девушек курят, около половины школьников в возрасте 14-15 лет употребляют алкогольные напитки. Большинство подростков (87%) утверждали, что придерживаются рационального питания, но при ответе на вопрос о распределении пищи в течении дня 63% школьников выбрали вариант, когда ужин составляет больше половины суточного рациона, а это с физиологической точки зрения считается нерациональным, 86% учащихся одним из ведущих компонентов здоровья считают занятия физической культурой и спортом, но при этом регулярно выполняют утреннюю гимнастику лишь 10% опрошенных. Основная масса учащихся либо делает ее нерегулярно, либо не делает вовсе, ссылаясь на такие причины, как отсутствие времени - 52%, собственную лень - 23% (Кабаян О.С., 2001).

Большую озабоченность на сегодняшний день вызывает уровень заболеваемости школьников в годичном цикле. Обращает на себя внимание распространенность патологий, борьба с которыми эффективно может вестись средствами физического воспитания, таких, как отставание в физическом развитии, нарушение осанки (А.В. Шаповалов, И.К. Гунажоков, 2016).

Для доказательства влияния учебного процесса на усугубление «школьных патологий» проведен сравнительный анализ этих заболеваний, диагностируемых в 1-х – 9-х классах общеобразовательных школ. Так, количество детей с нарушением осанки в 1-ом классе – 3,2%, в 9-ом классе - 7% (Левченко В.Г., 2002). При этом необходимо отметить, что официальное медицинское освидетельствование проводится с грубыми нарушениями. Так, в ходе опроса медицинских работников школ выявлено:

1. Отставание в физическом развитии фиксируется в ходе визуального осмотра.
2. В медицинских кабинетах школ и учителей физической культуры отсутствуют стандарты физического развития.

3. Нередки случаи противоположной оценки физического развития одного и того же ребенка в течении ряда лет.

Официальное медицинское освидетельствование не обращает внимания на:

- дефекты опорно-двигательного аппарата у 5,6% детей, что составляет почти половину детей имеющих данную патологию;

- отклонения в нервно-психологическом развитии, которые резко возросли в последние годы;

- на детей, часто болеющих простудными заболеваниями.

Целью проведения констатирующего эксперимента в нашем исследовании стало изучение структуры заболеваемости школьников младших классов и ее динамики.

Результаты констатирующего эксперимента и, в частности, анализ данных, полученных в результате школьного медицинского контроля, позволяют выделить структуру заболеваемости детей первого года обучения(таблица 1).

В результате анализа установлено, что в структуре заболеваемости первоклассников преобладают заболевания органов дыхания – это 11% детей из числа обследуемых. На втором месте (9,9%) – заболевание органов пищеварения, далее следуют патологии, связанные с нарушением зрения (8,8%) и аллергические реакции (8,8%). Завершают список заболеваний, имеющих у учащихся первых классов, заболевания, связанные с нарушением осанки (7,7%), плоскостопие (5,5%), а также заболевания нервной системы (4,4%).

Таблица 1

Динамика заболеваемости школьников младших классов (%),
(n=55)

Виды заболеваний	1 класс (начало учебного года)		2 класс (конец учебного года)		3 класс (конец учебного года)	
	%	ранг	%	ранг	%	ранг
заболевание органов дыхания	11	1	12,1	3	14,3	3
заболевание органов пищеварения	9,9	2	11	4	12,1	4
нарушение зрения	8,8	3-4	13,2	1-2	15,4	2
аллергические реакции	8,8	4-3	9,9	5	11	5
нарушение осанки	7,7	5	13,2	2-1	16,5	1
плоскостопие	5,5	6	6,6	6	9,9	6
заболевание нервной системы	4,4	7	5,5	7	8,8	7
часто болеющие различными простудными заболеваниями	-	-	14,3	-	17,6	-

При этом представляют интерес данные, касающиеся распределения школьников первых классов по медицинским группам (таблица 2).

Таблица 2

Динамика распределения учащихся на медицинские группы в начальных классах (%),
n=55

медицинские группы		1 класс	2 класс	3 класс
1	Основная медицинская группа	62,7	56,1	51,7

2	Подготовительная медицинская группа	20,8	25,3	28,6
3	Специальная медицинская группа	16,5	18,6	19,7

Из таблицы 2 видно, что 62,7% первоклассников были отнесены к основной медицинской группе (дети без отклонений и с незначительными отклонениями в состоянии здоровья), 20,8% детей отнесены к подготовительной медицинской группе (дети с определенными отклонениями в состоянии здоровья, но при условии удовлетворительной функциональной подготовленности к физическим нагрузкам со стороны сердечно-сосудистой и дыхательной систем). В специальную медицинскую группу были зачислены первоклассники, имеющие отклонения в состоянии здоровья и низкий уровень физической подготовленности. Данный контингент составил 16,5% от числа обследуемых.

Для доказательства влияния учебного процесса на усугубление «школьных патологий» прослежена динамика этих заболеваний с первого по третий класс, на одном и том же контингенте (таблица 1).

Сравнительный анализ данных, представленных в таблице 1, позволяет заключить, что в процессе обучения школьников младших классов наблюдается общая тенденция к ухудшению состояния их здоровья.

Однако, обращаясь к динамике представленных показателей, мы можем наблюдать, что влияние учебного процесса на возрастание различных патологий неодинаково.

Так, например, контингент первоклассников с заболеваниями органов пищеварения увеличился за три года обучения в школе всего лишь на 2,2% и в ранговой структуре переместился со второго на четвертое место. Также незначительно изменился контингент детей с аллергическими реакциями (с 8,8% в первом классе до 11% по окончании третьего класса). Как следствие, в ранговой структуре заболеваний данная патология переместилась с четвертой позиции у первоклассников на пятую позицию у третьеклассников.

Немного иначе обстоят дела с контингентом, имеющим заболевание органов дыхания. Несмотря на то, что мы можем наблюдать «утрату» этой позиции в ранговой структуре заболеваний первоклассников (дети с данной патологией представляли большинство - 11%) с первой позиции до третьей, после трех лет обучения, все-таки прирост детей с данной патологией за каждый год обучения составил более одного процента, а к окончанию третьего класса количество детей с заболеваниями органов дыхания возросло на 3,3%.

В совокупности, достаточно высокий процент детей, приступивших к обучению в первом классе с заболеванием органов дыхания, и прогрессирующая динамика данной патологии свидетельствует о негативном влиянии учебного процесса и заставляют задумываться о способах профилактики и создании условий (включающих в себя, в первую очередь, средства физического воспитания) для предотвращения развития у детей младшего школьного возраста заболеваний органов дыхания.

Обращаясь к динамике заболеваемости школьников младших классов, связанных с такими патологиями, как заболевание нервной системы и плоскостопие, можно констатировать еще более усугубляющее влияние учебного процесса на развитие данных патологий. Несмотря на то, что в ранговой структуре заболеваний «плоскостопие» и заболевания нервной системы соответствуют шестому и седьмому рангу, как в первом, так и во втором и в третьем классах, количество детей с данной патологией увеличивается от первого класса к третьему более, чем на 4%. Так плоскостопие диагностировано у 5,5% первоклассников и у 9,9% детей, заканчивающих третий класс. Заболеваниями нервной системы страдают 4,4% детей, поступивших в школу, и 8,8% школьников после трех лет обучения. Отмеченная тенденция не может не вызывать опасение за состояние здоровья детей школьного возраста.

ЛИТЕРАТУРА:

1. Гунажоков, И.К. Особенности формирования физической культуры личности в условиях регламентированных занятий в общеобразовательной школе: Автореф. дис: канд. пед. наук / И.К.Гунажоков. – Майкоп, 1995. – 17с.
2. Кабаян, О.С. Формирование здорового образа жизни как компонента физической культуры школьников на основе интеграции содержания учебных дисциплин о человеке: Автореф. дис: канд. пед. наук / О.С. Кабаян . – Майкоп, 2001. – 18с.
3. Левченко, В.Г. Медико-биологические основы дифференцированного подхода в физическом воспитании школьников / В.Г.Левченко.- Майкоп: АГУ, 2002. – 144с.
4. Хакунов, Н.Х. Физическая культура в системе образования / Н.Х.Хакунов. – М: Советский спорт, 1994. – 132с.
5. Шаповалов А.В. Здоровьесбережение в образовательных учреждениях как научная проблема / А.В. Шаповалов, И.К. Гунажоков, Н.В. Карягина // Наука. Образование. Молодежь: сб. ст. XIII Международной научной конференции молодых ученых и аспирантов. – Майкоп: ред. издательский отдел АГУ, 2016. - С. 392-396.

МЕТОДИКА ПОДГОТОВКИ ОБУЧАЮЩИХСЯ К ДЕЙСТВИЯМ В ЧРЕЗВЫЧАЙНЫХ СИТУАЦИЯХ ПРИРОДНОГО ХАРАКТЕРА С УЧЕТОМ РЕГИОНАЛЬНОГО КОМПОНЕНТА

*Р.А. Мустафин, студент ИФК и дзюдо,
Корохова Н.А., кандидат социологических наук, доцент
зав. кафедрой безопасности жизнедеятельности ИФК и дзюдо
Адыгейский государственный университет*

Рост числа и масштабов чрезвычайных ситуаций природного характера во всем мире ученые объясняют такими факторами, как увеличение численности населения, возрастание техногенного воздействия на природу, изменение климата.

Данные по чрезвычайным ситуациям наглядно демонстрируют, что для снижения рисков и минимизации ущерба от катаклизмов природного характера необходим их достоверный и своевременный прогноз, а также организация превентивных мер [1].

В последнее время отмечается опасная тенденция увеличения числа природных катастроф. Сейчас они происходят в 5 раз чаще, чем 30 лет назад, а экономический ущерб, наносимый ими, возрос в 8 раз. Год от года растет число жертв от последствий чрезвычайных ситуаций. Почти регулярными становятся наводнения, нередки оползни в горных районах и вдоль рек. Природные пожары, гололед, снежные заносы, бури, ураганы и смерчи происходят в России ежегодно [1].

Географическое расположение Республики Адыгея определяет высокую подверженность его территории различным стихийным бедствиям.

Республика расположена в левобережье Кубани, занимает центральную часть Прикубанской наклонной (Закубанской) равнины и северные склоны Северо-Западного Кавказа. Одну треть площади занимают хребты Большого Кавказа и их отроги. Главный Кавказский хребет ограничивает республику с юга.

Республика Адыгея расположена в сейсмоактивной зоне, где возможно землетрясение интенсивностью до 9 баллов по сейсмической шкале МСК-64. В результате землетрясения могут получить разрушения объекты экономики, жилые дома, тепловые и водопроводные коммуникации, газопровод, линии электропередач.

По территории республики протекает 131 река с 3120 притоков. Гидроузлы представлены 6 водохранилищами - Краснодарским, Октябрьским, Шапсугским, Шенджийским, Четукским и Майкопским, 294 прудами. Все плотины водохранилищ земляные, Майкопского гидроузла - бетонная.

Распространенное явление на территории республики - дождевые паводки, вызывающие резкий подъем воды не только в реках, но и в ручьях, оврагах. В паводкоопасных зонах частично или полностью находится 83 населенных пункта, с

населением 70,5 тыс. человек, промышленных предприятий - 13, оздоровительных учреждений - 10.

В границах зон возможных затоплений паводками используются под сельхозугодья 31,6 тыс. га земель, в том числе 21 тыс. га - под пашню.

Наиболее часто выходят из берегов реки Белая, Фарс, Курджипис, Чехрак, Лаба.

При пропуске паводков редкой повторяемости существующие гидроузлы работают в условиях повышенных нагрузок. В таких условиях сооружения гидроузлов могут не обеспечить безаварийный пропуск паводковых вод.

Проявление таких метеорологических явлений как обледенение и крупный град происходят ежегодно, в основном, в южной части республики, что ведет к большим потерям сельскохозяйственной продукции и огромным убыткам в Адыгейских электрических сетях.

Площадь земель лесного фонда республики составляет 30,4% территории. Наибольшая вероятность лесных пожаров относится на сентябрь-октябрь. Возможны как верховые, так и низовые пожары. Наиболее опасны в пожарном отношении леса Гузерипльского и Курджипиского лесхозов.

Изучение наиболее вероятных ЧС, их особенностей и возможных последствий, обучение правилам поведения в подобных условиях призвано подготовить человека к выбору правильного решения для выхода из ЧС с наименьшими потерями.

Большое значение имеет обучение населения правилам поведения в таких ситуациях, а также подготовка специальных кадров в области безопасности жизнедеятельности. Безопасность каждого человека во многом зависит от него самого, от его готовности правильно оценивать опасную ситуацию и найти из нее наиболее безопасный выход. Правильное поведение в области безопасности жизнедеятельности формируется в процессе освоения программного содержания предмета «Основы безопасности жизнедеятельности». В связи с этим, постоянная работа по обучению школьников действиям в чрезвычайных ситуациях природного характера является актуальной и востребованной [2].

Обозначенное противоречие позволило сформулировать проблему исследования: проанализировав опыт учителей по методике подготовки обучающихся к действиям в условиях чрезвычайных ситуаций природного характера присущих Республике Адыгея, определить эффективные способы обучения основам безопасности жизнедеятельности с учетом регионального компонента.

В целях достижения качества и эффективности занятий по чрезвычайным ситуациям природного характера необходимо использовать разнообразные организационные формы работы: интегрированные и бинарные уроки – ОБЖ – история, ОБЖ – экология и пр.; уроки конференции с приглашением специалистов МЧС, пожарной части, ученых экологов, профессиональных военных.

Основными видами природных чрезвычайных ситуаций, характерными для нашего региона в порядке повторяемости являются наводнения, сильные дожди, сильные ветры, землетрясения, оползни, сильные снегопады, природные пожары, лавины, гололед, град.

Каждая чрезвычайная ситуация имеет свою физическую сущность, свои, только ей присущие причины возникновения, движущие силы, характер и свои особенности воздействия на окружающую среду [10].

С учетом регионального компонента, при изучении раздела «Опасные ситуации природного характера» курса ОБЖ, необходимо основной акцент делать на те виды опасности, которые присущи ему. Поэтому, экспериментальную работу мы будем проводить по теме «ЧС гидрологического характера: наводнения» раздела «Опасные ситуации природного характера».

Основная работа по формированию готовности обучающихся к действиям в условиях наводнений ведётся на уроках ОБЖ и классных часах. Учитель ОБЖ и классный руководитель должны не только дать определённый перечень знаний по данной теме

обучающимся, но и научить ребят способам защиты, правильно реагировать на сигнал о наводнении, то есть проводить учебные тревоги – 1 раз в месяц.

Во всех школах сигнал для эвакуации – три долгих звонка (2 – коротких и 1 длинный). Работа в этом направлении должна проводиться очень чётко и последовательно в двух направлениях:

- теоретическое изучение способов защиты в случае наводнения;
- практические занятия по отработке полученных знаний с целью закрепления теоретического материала.

В разделе «ЧС гидрологического характера: наводнения» по базисной программе обучающиеся средних и старших классов средней общеобразовательной школы должны усвоить основные знания и понятия по следующим темам:

- Происхождение наводнений.
- Причины наводнений.
- Виды наводнений.
- Способы защиты от наводнений.
- Последствия наводнений.
- Меры, предпринимаемые по снижению потерь и ущерба от наводнений.
- Рекомендации по правилам безопасного поведения во время наводнения.

По ходу изучения темы «ЧС гидрологического характера: наводнения» необходимо составить методическую технологическую карту «Наводнения, на примере Республики Адыгея», которая поможет педагогу ОБЖ сформировать основные понятия и умения правильно и быстро реагировать на это опасное природное явление.

Важное место при изучении «Основ безопасности жизнедеятельности» занимает отработка практических навыков самозащиты и оказания помощи окружающим людям.

Часы, отведенные на практические занятия, учитель использует в зависимости от результатов усвоения обучающимися содержания конкретных тем. Практические занятия могут быть организованы в виде викторин, экскурсий, тренингов на специально оборудованных площадках и объектах, в форме моделирования ситуаций, ролевых и ситуационных игр, рисования схем, упражнений и т.д. [3]

Подготовку школьников по вопросам основ безопасности жизнедеятельности рекомендуется осуществлять в форме инструктажа (специальных занятий) перед началом всех видов деятельности: при трудовой и профессиональной подготовке в общеобразовательных учреждениях, организации общественно полезного труда, а также во время экскурсий, походов, спортивных соревнований, кружковых занятий и других видов внеклассной и внешкольной деятельности. В течение учебного года желательно провести объектовую тренировку для подготовки учащихся и персонала к действиям в чрезвычайных ситуациях локального характера в соответствии с планом по гражданской обороне учебного заведения и с учетом местных условий [3].

Для выполнения программы в каждом общеобразовательном учреждении может быть оборудован кабинет по основам безопасности жизнедеятельности (далее – кабинет ОБЖ), совмещенный с кабинетом допризывной и медицинской подготовки. Важно иметь примыкающее к нему помещение для хранения имущества – лаборантскую комнату [3].

В процессе изучения тем раздела «Чрезвычайные ситуации природного характера» совершенствуются знания обучающихся об опасностях стихийных бедствий и способах защиты от них, приобретаются навыки поведения и действий в случае возникновения чрезвычайных ситуаций природного характера.

Во вступительном слове первого занятия следует отметить, что стихийные бедствия на нашей планете – явления весьма частные. Только за последние двадцать лет от стихийных бедствий погибло более 3 млн. человек. Почти один миллиард жителей нашей планеты на этот период испытали последствия этих опасных явлений природы.

Далее необходимо их ознакомить с действующей классификацией чрезвычайных ситуаций природного характера:

- геологические опасности;
- метеорологические и агрометеорологические опасности;
- гидрологические и морские гидрологические опасности;
- природные пожары;
- биологические опасности.

Затем перейти к основным понятиям раздела. Под стихийными бедствиями понимаются опасные явления природы, которые нарушают жизнедеятельность населения, разрушают и уничтожают материальные ценности, приводят к гибели людей. Они могут служить причиной многих аварий и катастроф, а также оказывать отрицательное воздействие на природную среду. К стихийным бедствиям относятся землетрясения, наводнения, ураганы, сели, оползни, снежные заносы, лесные пожары и другие явления природы, которые, как правило, возникают внезапно.

Раскрывая опасные факторы стихийных бедствий, целесообразно сразу же разъяснить правила поведения и действия населения в случае проявления разрушительных сил природы [3].

Изучение опасных факторов стихийных бедствий необходимо для того, чтобы обучающиеся поняли, что существуют способы и средства защиты, позволяющие ослабить или предотвратить поражение людей, а также научить школьников безопасному поведению в случае возникновения чрезвычайных ситуаций природного характера. Далее необходимо отметить, что основным условием максимального сокращения потерь среди населения относятся своевременное оповещение населения об угрозе стихийного бедствия, эвакуация жителей из опасных районов в безопасные зоны и спасательные работы в районах бедствия.

Глубина и детализация рассмотрения способов защиты от стихийных бедствий зависит от времени, выделенного на изучение данных тем. Следует подчеркнуть, что знание правил поведения при стихийных бедствиях, их своевременное и правильное выполнение – важнейшие условия личной безопасности и безопасности окружающих [3].

Главная задача при изучении тем «Чрезвычайные ситуации геологического характера» и «Чрезвычайные ситуации гидрологического характера» раздела «Опасные ситуации природного характера» курса ОБЖ, с учетом регионального компонента видится в том, чтобы дать обучающимся специальные знания, умения и навыки выживания в ситуациях, в том числе и самых неблагоприятных, непосредственно присущих местности проживания, в данном случае присущих Республике Адыгея, умелых действиях в случае их возникновения, внутренней готовности к деятельности в экстремальных условиях.

А это всё зависит оттого, как преподаватель-организатор проводил занятия по этому разделу курса ОБЖ для достижения конечной цели.

Важным моментом при проведении занятий по разделам «Опасные ситуации природного характера», является более широкое использование компьютерной технологии, наглядности в обучении, а также практическая отработка обучающимися отдельных вопросов. Всё это позволит приблизить обучающихся к реальным жизненным ситуациям и действиям в них, что способствует формированию ответственного отношения к личной безопасности и безопасности окружающих.

Таким образом, системное изучение наиболее вероятных опасных ситуаций природного характера присущих нашему региону, их особенностей и возможных последствий, обучение с раннего возраста поведению в таких условиях призваны подготовить человека к выбору правильных решений в экстремальных ситуациях.

ЛИТЕРАТУРА:

1. Арустамов, Э.А. Безопасность жизнедеятельности: Учебник для бакалавров. 19-е изд., пер. и доп. / Э.А. Арустамов. - М.: Дашков и К, 2016. - 448 с.
2. Гин, А.А. Приемы педагогической техники / А.А. Гин – М.: Просвещение, 2015. - 302 с.

3. Методика обучения безопасности жизнедеятельности: практикум / Авт.-сост. Э.А.Кузнецова. - Нижневартовск: Изд-во Нижневарт. гос. ун-та, 2015. - 110 с.

МЕТОДИКА ФОРМИРОВАНИЯ КОГНИТИВНОГО КОМПОНЕНТА НАВЫКОВ ЗДОРОВОГО ОБРАЗА ЖИЗНИ У ШКОЛЬНИКОВ НА ЗАНЯТИЯХ ПО ДИСЦИПЛИНЕ «ОСНОВЫ БЕЗОПАСНОСТИ ЖИЗНЕДЕЯТЕЛЬНОСТИ»

Мягков К., студент 5 курса, гр. «А», ИФК и дзюдо,
Шатохина Т.А., доцент кафедры безопасности жизнедеятельности

Здоровье – один из важнейших компонентов человеческого благополучия, счастья, одно из неотъемлемых прав человека, одно из условий успешного социального и экономического развития любой страны. Будущие нашей страны – счастливые дети. Лучший способ сделать детей счастливыми – сделать их здоровыми. Поэтому важно с раннего детства прививать навыки здорового образа жизни.

Здоровье детей отнесено к приоритетным направлениям социальной политики государства в области образования. Сохранение и укрепление здоровья детей требует совместных усилий и координации деятельности педагогов, медицинских работников, психологов и родителей.

В национальной инициативе «Наша новая школа» отмечается, что именно в школьный период формируется здоровье человека на всю последующую жизнь. Сегодня показатели здоровья подрастающего поколения вызывают озабоченность специалистов. По данным НИИ педиатрии: 14% детей практически здоровы; 50% детей имеют отклонения в развитии опорно-двигательного аппарата; 35-40% детей страдают хроническими заболеваниями. Беспокоят специалистов различных служб и ведомств и другие недуги современной молодежи, такие как *зависимость от табака, алкоголя и наркотиков*. Возрастание количества ВИЧ инфицированных детей и подростков.

Учитывая важность и актуальность изучения здоровья детского населения, целью нашего исследования является разработка методики формирования когнитивного компонента навыков здорового образа жизни у школьников на занятиях по дисциплине «Основы безопасности жизнедеятельности».

Учитывая важность и актуальность изучения здоровья детского населения, целью нашего исследования является разработка методики формирования когнитивного компонента навыков здорового образа жизни у школьников на занятиях по дисциплине «Основы безопасности жизнедеятельности».

Методологической основой исследования являются научные идеи и положения теории безопасности жизнедеятельности таких авторов как: Русак О.Н., Семехин Ю.Г., Татарникова Л.Г. и др., научные и педагогические идеи и положения теории здоровье сбережения таких авторов как: Занков Л.Г., Лисицин Ю.П., Щедрина А.Г. и др.

На основе изучения и анализа научной литературы нами предложен примерный план по формированию культуры здоровья, который представлен в таблицах 1, 2 и 3.

Таблица 1

Программа формирования навыков здорового образа жизни среди старшеклассников (теоретический раздел)

№ п/п	Наименование тем занятий	Планируемый результат
1	2	3
Теоретический раздел		
1	Здоровый образ жизни и его характеристика	Сформировать понятие о здоровье и здоровом образе жизни людей
2	Осознание базовых ресурсов своего организма	Сформировать представление о физическом, биологическом и социальном потенциале человека
3	Понятие о саморегуляции	Ознакомить с методикой саморегуляции
4	Методика позитивного	Выработать стойкую мотивацию на здоровье и здоровый

	действия в предупреждении вредных привычек	образ жизни
5	Способы укрепления здоровья	Ознакомить с оздоровительными видами физических упражнений, видами закаливания, рациональном питании

Практические аспекты программы обобщены в таблицах 2 и 3.

Таблица 2

Программа формирования навыков здорового образа жизни среди старшеклассников (режим дня и спорт)

№ п/п	Наименование тем занятий	Планируемый результат
1	2	3
1	Рациональное питание	Разработать индивидуальный комплекс диет, научить составлять правильное меню на день, неделю с учетом калорийности, содержания белков, жиров, углеводов и др. компонентов
2	Оптимальная двигательная активность	Сформировать интерес к систематическим занятиям танцами или физической культурой, другим формам двигательной активности. По мере взросления эти занятия перейдут в привычку, которая непременно будет доставлять удовольствие, т.к. результатом будет не только хорошее настроение, но и физическое совершенство
3	Полноценный сон	Это самый эффективный способ снятия умственного и физического напряжения, основной и ничем не заменимый вид отдыха. Хроническое недосыпание способствует ухудшению памяти, появлению неврозов, снижению защитных сил организма. Принято считать, что необходимо спать 7-9 часов в сутки. Лучшим временем для сна является период с 23 до 7-8 часов утра. Количество часов для сна зависит от возраста.
4	Рациональное чередование труда и отдыха	При правильном режиме вырабатывается четкий и необходимый ритм функционирования организма, что создает оптимальные условия для работы и отдыха и тем самым способствует укреплению здоровья, улучшению работоспособности и повышению производительности труда. Режим имеет не только оздоровительное, но и воспитательное значение. Строгое его соблюдение воспитывает такие качества, как дисциплинированность, аккуратность, организованность, целеустремленность
5	Закаливание	Сформировать представление о способах закаливания организма. Закаливание человека является частным видом тренировки, направленной к совершенствованию способности организма выполнить работу, связанную с повышением стойкости своих тканей по отношению к действию вредных влияний внешней среды.
6	Личная гигиена	Соблюдение с детского возраста основных правил личной гигиены, предупреждает внедрение в организм разного рода микробов. Подобные навыки, усвоенные в детстве, закрепляются в сознании ребенка и в дальнейшем выполняются автоматически, без напряжения силы воли
7	Плавание	Приобщить к самостоятельным занятиям
8	Активные занятия спортивно-	Пропагандировать активный образ жизни

оздоровительным и упражнениями, физической культурой, спортом	
---	--

Таблица 3

Программа формирования навыков здорового образа жизни среди старшеклассников (прочие аспекты)

№ п/п	Наименование тем занятий	Планируемый результат
1	2	3
1	Соответствие физических и умственных нагрузок возрасту	Проводить микропаузы.
2	Культивация положительных эмоций, управление поведением в соответствии с нравственными нормами общества	Сформировать мотивацию подчинения этнокультурным требованиям. Человек подчиняется этнокультурным требованиям, потому что хочет быть равноправным членом общества и жить с его членами в гармонии. В течение длительной социальной эволюции общество отбирало полезные привычки, вырабатывало систему защиты от неблагоприятных факторов. Все это передавалось от поколения к поколению в виде требований или традиций определенного этноса. Неподчинение этим требованиям рассматривалось как вызов обществу, и оно наказывало за это.
3	Умение справляться со стрессовыми ситуациями	Разработать варианты аутогенной тренировки
4	Отказ от вредных привычек (табака, алкоголя, наркотиков и т.п.), азартных игр (компьютерные игры и т.п.)	Проводить беседы, конкурсы, дни здоровья
8.	Половая культура	Проводить общественные просветительские кампании с целью защиты сексуальных и репродуктивных прав и здоровья, включая такие важные вопросы, как безопасное материнство; планирование семьи; жестокое обращение с детьми; насилие в отношении женщин; ответственность мужчин; равноправие полов; инфекции, передаваемые половым путем, и ВИЧ/СПИД; ответственное сексуальное поведение; подростковая беременность; профилактика и раннее выявление онкологических заболеваний репродуктивной системы
10	Лекарственная фармакосанация	Одним из перспективных направлений ЗОЖ является лекарственная коррекция здоровья. К числу наиболее изученных средств такого рода относится женьшень, элеутерококк, обладающий более надежным адаптогенным действием

1	2	3
11	Алиментарная фармакосанация.	Она основана на применении комбинаций основных компонентов пищи и пищевых добавок с целью повышения устойчивости к различным неблагоприятным воздействиям, профилактики заболеваний и оптимизации функций организма. Проведение бесед со школьниками, приглашение специалистов в этой области
12	Высокая медицинская активность	Самоконтроль – это система самостоятельных наблюдений за состоянием своего здоровья, физическим развитием и физической подготовленностью. Самоконтроль является дополнением к врачебному контролю. Решив заниматься физкультурой необходимо завести дневник самоконтроля, в который заносятся результаты простых и доступных методов наблюдения. Объективных (антропометрические измерения) и субъективных (такие показатели, как сон, аппетит, самочувствие, болевые ощущения, работоспособность, нарушение режима, вес, пульс, результаты простейших функциональных проб и другие).

Таким образом, мы проанализировали и суммировали практически все компоненты здорового образа жизни и, реализация их школьникам в процессе обучения, помогла бы сформировать у них привычки следить за своим здоровьем и придерживаться здорового образа жизни.

В ходе нашего исследования была разработана методика по формированию здорового образа жизни для учащихся 10 «Б» класса МОУ СОШ № 5 г. Майкопа.

Реализация методики предполагалась на уроках ОБЖ за счет часов вариативного компонента во второй четверти 2018-2019 учебного года.

Методика рассчитана на 5 теоретических уроков и содержала: лекцию на тему «Человек и его здоровье»; дискуссию «Зачем человеку знания о здоровом образе жизни?»; беседу «Похитители здоровья и здоровый образ жизни»; игры «Жизнь с болезнью», «Закончи предложение».

Таблица 4

Тематическое планирование вариативной части программы по ОБЖ учащихся 10-го класса МОУ СОШ № 5 г. Майкопа

№№ п/п	Содержание	Время, мин.
1.	Лекция «Основы здорового образа жизни»	45'
2.	Дискуссия «Зачем человеку знания о здоровом образе жизни?»	45'
3.	Беседа «Похитители здоровья и здоровый образ жизни»	45'
4.	Игра «Жизнь с болезнью»	45'
5.	Игра «Закончи предложение»	45'

В ходе реализации эксперимента была проведена лекция на тему «Основы здорового образа жизни». Лекция была проведена 22.11.2018 г. с 9.00 до 9.40. на базе МОУ СОШ № 5 г. Майкопа, с целью: выработать правильное понимание основ здорового образа жизни, роли физической культуры в процессе формирования и становления личности, ее значения для повышения работоспособности и улучшения качества жизни. В лекции приняли участие 20 учеников 10 «Б» класса, из них 10 девушек и 10 юношей.

Дискуссия на тему «Зачем человеку знания о здоровом образе жизни?» 29.11.2018 г. с 9.00 до 9.40. проходила на базе МОУ СОШ № 5 г. Майкопа среди учащихся 10 «Б» класса, в количестве 20 человек (10 юношей и 10 девушек).

В ходе дискуссии, учащиеся самостоятельно сформулировали определение, что такое здоровый образ жизни. Отдельные школьники смогли высказать собственное мнение о том, зачем же человеку знания о здоровом образе жизни. Некоторые учащиеся выступали против здорового образа жизни и давали следующие варианты ответов: «Ну, какой-то дяденька говорил, что курить полезно, т.к. в никотине содержится определенное количество антибактериального вещества, которое необходимо человеку». В конце дискуссии мы все-таки пришли к выводу о том, что здоровый образ жизни, на сегодняшний день является модным и, что каждый человек хотел бы связать свою жизнь со здоровыми людьми, потому что они более оптимистичны и удачливее.

Беседа проведена 10.12.2018 с 9.50 до 10.30. Цель беседы: повысить уровень информированности в выработке сознания о компонентах, составляющих здоровый образ жизни школьника.

В беседе приняли участие 20 учеников 10 «Б» класса, из них 10 девушек и 10 юношей.

Тема беседы звучала следующим образом: «Похитители здоровья и здоровый образ жизни».

В нашем исследовании была проведена беседа в МОУ СОШ № 5 г. Майкопа 10.12.2018г. с 9.50 до 10.30.

Цель беседы: повысить уровень информированности в выработке знаний о компонентах, составляющих здоровый образ жизни школьника.

В беседе приняли участие 20 учеников 10 класса, из них 10 девушек и 10 юношей.

Беседа проходила в привычной для учеников обстановке: в их классе. В процессе знакомства, мы сумели создать атмосферу непринужденности и взаимного доверия, но при этом мы старались соблюдать педагогический такт.

В процессе беседы учащимся 10 класса были заданы вопросы следующего характера:

1. Соблюдаете ли Вы, режим дня? Задумывались ли Вы о его разработке, индивидуально для каждого из вас?

2. Можно ли ваше питание назвать регулярным и рациональным?

3. Всегда ли Вы ложитесь спать вовремя?

4. Что такое, в вашем понятии, здоровый образ жизни?

5. Посещаете ли Вы спортивные секции?

6. Являются ли вредные привычки серьезным риском для здоровья человека?

Очень активно обсуждались вопросы и, радовало то, что все учащиеся были заинтересованы в разрешении цели, поставленной в начале беседы. Точные и четкие высказывания в пользу здоровья высказал У. Андрей, который сказал: «Я не хочу, чтобы курили мои дети, и если я буду курить, а им говорить о том, что это плохо, то смысла ждать положительного решения от них – нет!». Многие одноклассники поддержали Андрея.

Во время беседы учащиеся терпеливо выслушивали мнения своих сверстников и даже задавали им наводящие вопросы, например, «А ты куришь? Почему, ведь ты же занимаешься легкой атлетикой?».

В конце беседы были подведены итоги и сделаны выводы о том, что здоровый образ жизни складывается из таких компонентов, как достаточная двигательная активность; закаливание; рациональное питание; соблюдение режима дня; личная гигиена; отказ от вредных привычек. И каждый ученик этого класса имел четкое представление о том, что такое хорошо и, что же такое плохо.

Помимо вышеперечисленных методов работы с учащимися 10 класса, в наше исследование вошли психологические игры, которые позволили сформировать у подростков правильное представление о здоровом образе жизни и отказ от вредных привычек, о том, что может потерять человек, решившись на риск. Создать основу для более глубокого содержания и дискуссий по здоровому образу жизни. Игры помогли

узнать: как чувствовали себя учащиеся, когда испытывали, что больны и, что больные люди становятся одинокими, не нужными обществу, а самое страшное то, что, как и любая болезнь несет за собой какие-либо потери, так и человек теряет самое близкое в его жизни. Вывод: практически во всех случаях человек сам выбирает, вести здоровый образ жизни или нет, употреблять ему наркотик или нет; тот, кто выбирает вредные привычки, косвенно выбирает и последствия.

Таким образом, целенаправленные, лекция, беседа, а также подготовленные психологические игры, анкеты - могут быть использованы в программе по ОБЖ преподавателем – организатором ОБЖ, а также классным руководителем во внеклассной и внешкольной работе с учащимися 10 класса.

ЛИТЕРАТУРА:

1. Федеральный закон РФ «Об образовании в Российской Федерации» № 273-ФЗ. [Электронный ресурс] <http://www.zakonrf.info/zakon-ob-obrazovanii-v-rf/>.

2. Сайт преподавателя – организатора ОБЖ. Содержит поурочное планирование, выдержки из официальных источников, методические материалы. – [Электронный ресурс]. – Режим доступа: <http://obg221spb.narod.ru/index.htm>

МЕТОДИКА КОМПЛЕКСНОГО РАЗВИТИЯ ФИЗИЧЕСКИХ КАЧЕСТВ У ЮНЫХ ГИМНАСТОВ 5-6 ЛЕТ С ИСПОЛЬЗОВАНИЕМ ИГРОВОГО МЕТОДА

Р.А.Набокова, магистрант ИФК и дзюдо,

Ю.А. Иоакимиди, к.п.н., доцент кафедры ТОФВ ИФК и дзюдо

Группы начальной подготовки комплектуются из детей 5-6 лет. Продолжительность занятий в этих группах составляет 2 года, по истечению которых по результатам контрольных нормативов дети переходят в учебно-тренировочные группы.

Основное содержание этапа предварительной подготовки составляет обучение основам техники гимнастических упражнений с использованием максимально возможного числа подводящих, подготовительных и специальных упражнений, приобретение опыта участия в соревнованиях, приобретения начальных теоретических знаний, воспитание устойчивого интереса и любви к занятиям спортивной гимнастикой. Количество учебно-тренировочных занятий может постепенно увеличиваться с 3 до 6 раз в неделю (к концу 2-го года обучения), что ведет к постепенному увеличению объема физической нагрузки.

Расчет часов и планирование исходят из продолжительности учебно-тренировочных занятий в течение 46 недель в условиях спортивной школы (для всех этапов подготовки и с традиционным началом учебного года с 1 сентября). 6 недель отводятся на переходный период (летнее время), когда работа планируется в зависимости от условий для организации централизованной подготовки в спортлагере либо по индивидуальным планам и заданиям. Количество тренировочных дней, учебных часов (академических – по 45 мин каждый) рассчитывается в зависимости от спортивной квалификации занимающихся.

Особо важными особенностями возрастного развития детей дошкольного возраста является:

относительно равномерное развитие опорно-двигательного аппарата;

большая подвижность суставов;

высокая эластичность связочного аппарата;

наличие большого количества хрящевой ткани в скелете;

эластичность мышц вследствие значительного содержания белковых неорганических солей и воды;

достаточная естественная гибкость позвоночного столба;

незавершенный процесс окостенения.

Для детей дошкольного возраста физическая нагрузка должна маскироваться эмоциональной окраской - играми, эстафетами, элементами соревнований.

Игровые комплексы позволяют обходиться минимальным оборудованием мест занятий и не предъявляют жестких требований к спортивной специализации педагога. Творческое использование игрового материала позволяет охватить процесс начального овладения гимнастической школой. Образованная на этой основе программа освоения промежуточных операций с помощью игр позволяет быстрее и эффективнее формировать гимнастические навыки. Являясь благоприятным фоном освоения приемов, она развивает качества, необходимые гимнасту, содействует выявлению способных детей, делает учебный процесс более плодотворным и эмоциональным [1,2].

Высокий уровень специальной физической подготовки позволяет осваивать более сложные элементы техники в меньшие сроки обучения, исключая травмы и повреждения.

При определении объема и интенсивности нагрузок, обеспечивающих оптимальный тренировочный эффект, необходимо рациональное сочетание интенсивных (развивающих) нагрузок с мало интенсивными. Данный путь представляет собой реальный и ещё далеко неисчерпанный резерв роста спортивных достижений в гимнастике.

Авторская методика комплексного развития физических качеств у гимнастов 5-6 лет с использованием игрового метода в группах начальной подготовки первого года обучения заключалась в увеличении количества времени отводимого на использование подвижных игр, эстафет, круговой тренировки с игровыми элементами, соревнований по упрощенным правилам.

При подборе игр и комплектовании команд учитывались наполняемость групп, физическая подготовка занимающихся, их возраст и пол, условие и место проведения, имеющийся инвентарь, а также задачи:

- 1 – развитие физических качеств;
- 2 – закрепление навыка изучаемых упражнений;
- 3 – воспитание чувства коллективизма;
- 4 – повышение интереса к занятиям, эмоциональности.

Во избежание допущения детьми технических ошибок в закреплении необходимого навыка, тренер внимательно следил за ними, делал замечания и корректировал их движения. По мере повышения спортивной подготовленности занимающихся игры становились более сложными.

Игры имели правила или условия, были посильными, соответствовали подготовленности занимающихся, заканчивались подведением итогов и выявлением победителей.

В подготовительной части занятий их применяли в ходе разминки, обычно после динамических упражнений. В основной части подвижные игры выполняли сериями, чередуя с работой основной направленности, или одновременно с выполнением силовых упражнений. В заключительной части подвижные игры сочетались с упражнениями на расслабление и самомассажем.

Основу авторской методики развития физических качеств у гимнастов 5-6 лет с использованием игрового метода составили следующие игры: «Коршун и наседка»; «Удочка», «Медведи и пчелы»; «Перелет птиц», «Ловля обезьян», «Гонка мячей по кругу», «Пожарные на учении», «Кто дальше», «Толкание ядра», «Перетягивание», «Кто сильнее», «Удержись в круге», «На прорыв», «Крепче круг», «Ванька-встанька», «Бег на руках», «Бой петухов», «Подвижный ринг», «Борьба всадников», «Скачки», «Вытолкни из круга», «Зайцы и моржи», «Соревнование тачек», «Переправа», «Кто сильнее».

Так же для комплексного развития физических качеств гимнастов 5-6 лет использовались эстафеты, которые были специально подобраны с учетом возрастных особенностей детей. Эстафеты проводились в основной части занятия и способствовали развитию координационных способностей, скоростной выносливости юных спортсменов. Были использованы следующие эстафеты: «Пролезь через мост», «Повтори за мной», «Придумай упражнение», «Кувырок через обруч», «Силачи», «Переправа», «Эстафета с

гимнастическими скамейками», «Кувьрки с мячом в руках», «Упражнения в равновесии на гимнастическом бревне», «Кувьрки в парах», «Переправа над пропастью», «Комбинированная эстафета».

Также был использован метод круговой тренировки с использованием игровых элементов. Нами были разработаны и внедрены в учебно-тренировочный процесс 10 комплексов, которые проводились в основной части занятия и способствовали комплексному развитию физических качеств.

Так как для гимнастов групп начальной подготовки первого года обучения программой определены 3 разовые занятия в неделю, то мы придерживались следующей схемы работы в недельном цикле – таблица 1.

Таблица 1

Содержание занятий в недельном цикле в группе начальной подготовки гимнастов первого года обучения

Дни	Части занятия	Содержание занятий (45 мин)	
		Контрольная группа	Экспериментальная группа
Понедельник	Подготовительная (15 мин)	Построение, специально-подготовительные и имитационные упражнения.	Построение, специально-подготовительные и имитационные упражнения, прыжки, подвижные игры.
	Основная (25 мин)	Упражнения на гимнастической скамейке.	Упражнения на снарядах (на гимнастической скамейке, на гимнастической стенке), эстафеты.
	Заключительная (5 мин)	Упражнения на гибкость.	Самомассаж, подвижные игры, игра на внимание.
Среда	Подготовительная (15 мин)	Строевые упражнения, специально-подготовительные и имитационные упражнения.	Строевые упражнения, специально-подготовительные и имитационные упражнения, подвижные игры.
	Основная (25 мин)	Упражнения на гимнастической стенке, круговая тренировка.	Упражнения на гимнастической стенке, подвижные игры, круговая тренировка с игровыми элементами.
	Заключительная (5 мин)	Упражнения на гибкость.	Упражнения на гибкость, игра на внимание.
Пятница	Подготовительная (15 мин)	Построение, специально-подготовительные и имитационные упражнения.	Построение, специально-подготовительные и имитационные упражнения, прыжки, подвижные игры.
	Основная (25 мин)	Упражнения из других видов спорта: легкой атлетики, плавания, спортивных игр, подвижные игры.	Упражнения из других видов спорта: легкой атлетики, плавания, спортивных игр, подвижные игры, (один раз в месяц соревнования по упрощенным правилам)
	Заключительная (5 мин)	Упражнения на гибкость.	Самомассаж, игра на внимание.

Такое содержание позволило увеличить объем используемых игровых методов в учебно-тренировочном процессе на 30-35 %. Эффективность авторской методики подтверждена опытно-экспериментальными данными.

Так у гимнастов в экспериментальной группе мы получили достоверный прирост показателей физической подготовленности по 50% показателей, в отличие от КГ, где достоверного прироста не было. Это подтверждает эффективность авторской методики.

В конце эксперимента наблюдается достоверное улучшение результатов в экспериментальной группе по большинству показателей физической подготовки: тесты «шпагат», «подтягивание», «угол в висе», «угол в упоре», в отличие от контрольной группы ($P < 0,05$) (таб.2).

Таблица 2

Исходные показатели уровня физической подготовленности у гимнастов-мальчиков контрольной (К) и экспериментальной (Э) групп в конце эксперимента

Контрольные упражнения	КГ (n=30)		ЭГ (n=32)		P
	x	$\pm\sigma$	x	$\pm\sigma$	
Шпагат, балл	7,2	0,9	8,5	0,7	<0,05
Складка, балл	7,3	0,8	8,4	0,9	>0,05
Мост, балл	7,1	1,1	9,1	1,1	>0,05
Подтягивание, кол-во	5,1	2,5	8,1	1,3	<0,05
Угол в висе, балл	8,1	1,2	9	0,5	<0,05
Угол в упоре, балл	7,6	1,3	9,1	0,6	<0,05

В экспериментальной группе в конце эксперимента достоверно возросло количество гимнастов с отличным уровнем физической подготовленности (ЭГ - 35,3% и КГ – 16,6%, $P < 0,05$), а также наблюдаются достоверные различия в количестве гимнастов с неудовлетворительной оценкой их физической подготовленности (ЭГ- 5,8% и КГ – 33,3 %, $P < 0,05$) (таб.3).

Таблица 3

Оценка физической подготовленности у гимнастов-мальчиков контрольной (К) и экспериментальной (Э) групп в конце эксперимента(%)

Группа	Неудовлетворительно		Удовлетворительно		Хорошо		Отлично	
	x	P	x	P	x	P	x	P
ЭГ	5,8	P<0,05	11,8	P<0,05	47,1	P>0,05	35,3	P<0,05
КГ	33,3		17,6		42,5		16,6	

Таким образом, авторская методика развития физических качеств у гимнастов 5-6 лет с использованием игрового метода основана на использовании подвижных игр, эстафет, круговой тренировки с игровыми элементами, соревнований по упрощенным правилам их специальном подборе и компоновке в учебном материале, а также в увеличении в недельном цикле времени, отводимого на игровые методы тренировки на 30-35 %.

ЛИТЕРАТУРА:

1. Баршай, В.М. Гимнастика: учебник / В.М. Баршай, В.Н. Курьсь, И.Б. Павлов. – 3-е изд., перераб. и доп. – М.:КНОРУС, 2013. – 312 с. – (Бакалавриат).
2. Веселкова, А. Н. Развитие силовых способностей при помощи подвижных игр и эстафет у детей старшего дошкольного возраста игры [Электронный ресурс] / А. Н. Веселкова. - Режим доступа: <https://dohcolonoc.ru/cons/3336-razvitie-silovykh-sposobnostej-pri-pomoshchi-podvizhnykh-igr.html>

ФИЗИЧЕСКОЕ ВОСПИТАНИЕ В ШКОЛЕ КАК ПЕДАГОГИЧЕСКОЕ УСЛОВИЕ ФОРМИРОВАНИЯ ГУМАНИСТИЧЕСКИХ ЦЕННОСТНЫХ ОРИЕНТАЦИЙ СТАРШЕКЛАССНИКОВ

*Д.Ю. Назареко, магистрант ИФК и дзюдо,
Ю.А. Иоакимиди, к.п.н., доцент кафедры ТОФВ ИФК и дзюдо*

Современная образовательная ситуация характеризуется гуманизацией и гуманитаризацией обучения и воспитания, ориентации на развитие целостной, разносторонне развитой личности, способной к самоопределению в многообразии открывающихся в ней перспектив. Одним из неотъемлемых процессов в усилении гуманизации образования является его аксиологизация - насыщение ценностно-важными содержательными компонентами, играющими значительную роль в становлении мировоззрения, в духовном развитии школьника. Однако, основное влияние в юношеском возрасте на формирование личности оказывает не столько содержание образования, сколько методы и технологии обучения и воспитания, характер и стиль педагогического общения. Нельзя также не учитывать влияния собственной субъектности, социальной среды и наследственности старшеклассника.

Проблема развития ценностных ориентаций является междисциплинарной и имеет богатую историю развития. Она изучалась философами: Н.А.Бердяевым, Н.О. Лосским, А.А. Лосевым, М. Каганом социологами: У. Томасом, Ф. Знаменским, М. Вебером, психологами: А.Н. Леонтьевым, С.Л. Рубинштейном, В.Н. Мясищевым и Б.Г. Ананьевым, Л. И. Божович и педагогами: В.А. Караковским, В.А. Слостениным, И.Я. Лернером, И.Л. Федотенко. Несмотря на значительный литературный материал по проблеме, вне поля зрения ученых оставался такой аспект как развитие ценностных ориентаций на уроках физической культуры.

Актуальность избранной проблемы в научном аспекте определяется необходимостью рассмотрения влияния педагогического общения со старшеклассниками на развитие эмоционально-ценностного отношения к духовности, человеческой культуре и истории, неотъемлемой частью которой является физическая культура.

Следовательно, констатируется противоречие между необходимостью формирования ценностных ориентаций у старшеклассников и отсутствием теоретических положений, знаний и технологий его обеспечивающих.

Разрешение данного противоречия позволило сформулировать цель нашего исследования - развить гуманистические ценностные ориентации старшеклассников на уроках физической культуры

В подростковом возрасте начинает формироваться устойчивый круг интересов, который является психологической базой ценностных ориентаций подростков. Наблюдается рост интереса к вопросу мировоззрения, этики, морали, религии. Развивается интерес к собственным психологическим переживаниям и переживаниям других людей. Чаще всего, переход от подросткового к юношескому возрасту приходится период обучения в старших классах школы. Переход от детства к взрослости и связанная с ним необходимость самоопределения и выбора жизненного пути после окончания школы осложняется тем, что для старшеклассников остается актуальной проблема формирования самосознания (центрального новообразования подросткового возраста). Важнейшими детерминантами процесса формирования личности старшеклассника, регулирующими процесс включения его в социум и содержание системы его ценностных ориентаций, являются потребность в общении и потребность в обособлении [2].

Современный период развития психологии характеризуется напряженным вниманием исследователей к смысловой сфере человека, в том числе ценностным ориентациям. Ценностные ориентации относятся к наиболее сложным социально-психологическим образованиям личности, оказывающим существенное влияние на все стороны жизни человека. Выражая сознательное отношения ко всем явлениям

действительности, они определяют его позицию по отношению к другим людям, обществу и самому себе, во многом обуславливая направление и содержание развития личности. Формирование ценностных ориентаций, как известно, интенсивно происходит в раннем юношеском возрасте - этапе, являющемся значимым для становления мировоззрения, поиска в смысле жизни, самоопределения в обществе. Это позволяет предположить, что кардинальные сдвиги в жизни общества должны повлечь за собой существенные изменения в ценностных ориентациях современных старшеклассников.

Общую систему ценностей и определение содержания процесса ценностных ориентации можно представить, исходя из взаимосвязи личных и общественных ценностей. К личностным ценностям мы относим нравственные, познавательные, трудовые. Они определяют нравственность личности. Общественные ценности включают в себя общественную мораль, гностические и профессионально-познавательные ценности.

Кратко остановимся на характеристике ценностей [1,3].

Социальные ценности. Они делятся на общественные и личные. Общественные ценности включают в себя свободу, равенство, братство, мир, справедливость, порядок, безопасность, гуманизм. Это объективная среда становления профессионала. Личностные ценности проявляются в идеале, убеждениях, установке, деятельности, порядочности, честности, ответственности, точности, которые связаны прежде всего с духовными, нравственными, социальными ценностями.

Культурные ценности мы связываем, прежде всего, с духовными ценностями, имеющими непосредственный выход на процесс познания и мышления. Как правило, проявляются:

— в направленном интересе к науке, ее открытиях, научно-техническом прогрессе. Ценность науки выражается в истинных знаниях. Истинные знания — высшая ценность науки, научной деятельности человека. Стремление к знаниям, к истине — центральный, системообразующий мотив деятельности личности;

— в моральной направленности личности, в которой отражается доброта, честность, порядочность, обязательность, доверительность, гуманизм, то есть то, что связано с отношениями между людьми, отношением личности к природной и социальной среде;

— в искусстве, в котором отражается прекрасное. Общаясь ценностями искусства, человек познает ценность окружающего мира. Искусство стимулирует потребности в творчестве. Через общение с миром искусства формируется настрой души человека, духовные ценности;

— в истории культурного развития народа, общества, в системе становления народного образования, выраженные в традициях, обычаях, национальном духе [3].

Современная теория воспитания определяет воспитательный процесс как целенаправленное формирование у человека системы отношений к окружающему миру. С аналогичной точки зрения воспитание есть процесс целенаправленного формирования системы ценностей личности [4].

Огромным воспитательным потенциалом в процессе формирования ценностных ориентаций старшеклассников обладает процесс физического воспитания, наполненный личностным, мотивационно-ценностным смыслом. Для этого необходимо учащимся в процессе физического воспитания вовлечь в ценностно-ориентированную деятельность, в процессе которой у них будут развиваться их личностные качества, формироваться необходимые ценностные ориентации и отношения к ценностям физической культуры, здорового образа и стиля жизни, в которой ученик выступает как полноправный субъект педагогического процесса.

Физическая культура выступает как составная часть общей и профессиональной культуры человека, как важнейшая качественная динамичная характеристика его личностного развития, как фундаментальная ценность, определяющая начало его социокультурного бытия, способ и меру реализации сущностных сил и способностей.

Индивидуальная физическая культура является результатом личностного осмысления, выработки представлений, отношений, убеждений, «программ поведения». В ней интегрируются структура самосознания, аспекты саморегуляции, самопознания, самоотношения. На этой основе формируется Я-концепция личности, обеспечивается ее устойчивое адаптивное культурное поведение в разнообразных условиях жизнедеятельности.

Физическая культура прямо и опосредованно охватывает такие свойства, качества, ориентации личности, которые позволяют ей развиваться в гармонии с культурой общества, достигать гармонии знаний и творческого действия, чувств и общения, физического и духовного, разрешать противоречия между природой и производством, трудом и отдыхом, физическим и духовным. Достижение личностью такой гармонии обеспечивает ей социальную устойчивость, продуктивную включенность в жизнь и труд, создает ей психический комфорт.

Физическая культура представляет собой один из основных видов собственно человеческой культуры, специфика которого заключается главным образом в том, что этот вид культуры профилирован в направлении, приводящем к оптимизации физического состояния и развития индивида в единстве с его психическим развитием на основе рационализации и эффективного использования его собственной двигательной активности в сочетании с другими культурными ценностями.

Как показывают исследования, существующая система физкультурно-спортивной работы в школах не позволяет решить основные задачи, возлагаемые на эту систему - не обеспечивает должного уровня здоровья и физического развития учеников, не формирует у них потребности в здоровом образе жизни и физическом совершенствовании, интереса к физкультурно-спортивной деятельности, не позволяет в полной мере реализовать огромный гуманистический, культурный потенциал этой деятельности.

Более того, многие факты свидетельствуют о все возрастающей девальвации духовно-нравственных ценностей в сфере детско-юношеского, в том числе студенческого, спорта, как и спорта вообще. Многих молодых людей спорт привлекает вовсе не как сфера проявления эстетики, нравственности, культуры, средство гармоничного развития, а прежде всего потому, что здесь можно заработать деньги, наблюдать и проявить жестокость, агрессивность, грубую физическую силу. Среди молодых спортсменов все чаще наблюдается стремление добиться победы любой ценой, даже за счет здоровья, нарушения нравственных норм и т.д.

В связи с чем особую актуальность приобретает гуманистическое воспитание школьников - педагогическая деятельность по формированию у учеников когнитивного, эмоционально-ценностного и нормативно-поведенческого отношения к физической культуре и спорту, соответствующего идеалам и ценностям гуманизма. Конкретными показателями такого отношения являются:

1) понимание социокультурного значения спортивной деятельности, знание тех гуманистических идеалов и ценностей, связанных с нормами здорового образа жизни, нравственной, эстетической, физической культуры, которые могут быть реализованы в спорте и посредством спорта;

2) декларативная (провозглашаемая) и реальная (в поведении) ориентации на эти идеалы и ценности (интерес к ним, стремление их реализовать, адекватные эмоциональные реакции и т.п.).

Важно учитывать, что гуманистическое воспитание старшеклассников может выступать в разных формах в зависимости от того, на какие гуманистические идеалы и ценности оно ориентировано, каким образом эти идеалы и ценности интерпретируются, а также какие средства для их реализации в процессе физического воспитания используются.

Таким образом, физическое воспитание в школе - это педагогический процесс, направленный на формирование здорового, физически и духовно совершенного, морально

стойкого подрастающего поколения, укрепление здоровья, повышение работоспособности, творческого долголетия и продолжение жизни человека. Современные представления о физическом воспитании отражают не только его прикладной характер, но и вопросы социализации личности, ее интеллектуальное, психологическое, духовное и творческое развитие и долголетие. Именно такое понимание физического воспитания дает возможность ставить в этом процессе ведущей и целеполагающей установкой формирования гуманистических ценностных ориентаций старшеклассников.

Развитие духовности старшеклассников, основанное на приоритете общечеловеческих ценностей, становится той платформой, на которой происходит становление личности, способной гуманно функционировать в социуме, целесообразно преобразовывающей действительность на принципах творческой реализации внутреннего потенциала. Большими воспитательными возможностями в процессе формирования ценностных ориентаций старшеклассников обладает физическая культура. Активные методы обучения, используемые в своей работе учителями физической культуры, позволяют стимулировать развитие ценностных ориентаций личности ученика и закреплять их.

ЛИТЕРАТУРА:

1. Бондаревская, Е.В. Смыслы и стратегии личностно-ориентированного воспитания / Е.В. Бондаревская // Педагогика. - № 2001. - № 1. – С. 17-24.
2. Головей, Л.А. Практикум по возрастной психологии / Под ред. Л.А. Головей, Е.Ф. Рыбалко. – СПб.: Речь, 2001. - 688 с.
3. Зимняя, И.А. Педагогическая психология: Учебник для вузов. -2 изд., доп., испр. и перераб. / И.А. Зимняя. – М.: Логос, 2002. – 384 с.
4. Мудрик, А.В. Общение в процессе воспитания / А.В. Мудрик. – М.: Педагогическое общество России, 2001. – 320 с.

НЕТРАДИЦИОННЫЕ ФОРМЫ ЗАНЯТИЙ ФИЗИЧЕСКОЙ КУЛЬТУРОЙ

*Онуфриев А.Н., студент 4 курса ИФК и дзюдо АГУ
Гонезжук А.Г., к.п.н., доцент ИФК и дзюдо АГУ*

В наши дни ни у кого не вызывает сомнения, что физическая культура во всем многообразии ее форм и методов является одним из основных факторов, определяющих уровень здоровья современных людей.

Помимо классических средств и методов существует множество нетрадиционных методик, которые позволяют существенно повысить уровень функционального состояния организма. Мы остановимся на некоторых из них, в частности, на закаливании и гимнастике по системе "хатха-йога".

Закаливание - это система процедур, способствующих повышению сопротивляемости воздействию неблагоприятных факторов внешней среды. Ведущее место в закаливании отводится выработке устойчивости к низким температурам [1]. Сущность закаливания заключается в совершенствовании механизмов образования, сохранения и отдачи тепла или, иначе говоря, в тренировке терморегуляторного аппарата. Этот процесс протекает при активном участии ЦНС. Систематическое воздействие воздуха, воды и солнечных лучей на тело человека способствует формированию условных рефлексов, приспособляющих организм к температурным колебаниям среды. Влияния закаливания заключается не только в том, что повышается сопротивляемость организма заболеваниям, прежде всего простудным, но и в том, что при закаливании укрепляется нервная система человека, активизируется обмен веществ в организме, улучшается деятельность сердца, легких и других органов. И как следствие всего этого - повышаются общая выносливость и работоспособность человека [2].

Специальные средства закаливания должны применяться в следующей последовательности: воздушные и солнечно-воздушные ванны, обтирания и обливания водой комнатной температуры, ножные ванны, купание, контрастный душ с перепадом

температур от 3° до 10°, купание в ледяной воде (моржевание).

Основными органами, воспринимающими разнообразные виды закаливающего воздействия на организм человека, являются: легкие, кожа и органы чувств. В зависимости от вида закаливания в активное взаимодействие с внешней средой могут непосредственно включаться как все эти органы вместе, так и каждый из них в отдельности.

Воздушные ванны с древнейших времен были и остаются одним из важнейших видов закаливания, лучшей гимнастикой сосудов. Кожа с ее богато разветвленной сетью капилляров служит как бы воротами, к которым кровью из внутренних органов приносится тепло. Через эти "ворота" организм, чтобы поддержать постоянство температуры ($37,2 \pm 0,03^\circ\text{C}$) внутренних органов, отдает излишек его во внешнюю среду. Холодный воздух, действуя на обнаженную кожу, заставляет суживать кожные сосуды, чтобы сохранить столько тепла, сколько необходимо организму для нормальной жизнедеятельности [1].

Систематическое закаливание воздухом необходимо начинать с щадящего режима. Сначала находясь в помещении при обычной комнатной температуре (20 - 22°C), в течение 5-7 дней обнажайтесь по пояс на 10 минут, ежедневно прибавляя по 5 минут, доведите длительность процедуры до 35 - 40 минут. Затем такое предварительное закаливание можно проводить при той же температуре воздуха, оставаясь в одних трусах или купальном костюме, в дальнейшем переходят к приему воздушных ванн в летнее время на открытом воздухе [2].

Крамских В.Я. отмечает, что одно из важнейших условий, чтобы закаливающий эффект от воздушных процедур был наиболее выражен, систематичность. Надо иметь в виду, что если систематическое закаливание по каким либо причинам прекратилось, то уровень закаленности организма постепенно снижается и в дальнейшем через 2-3 месяца может исчезнуть совсем.

При приеме прохладных воздушных ванн физические упражнения выполняются в середине и перед окончанием процедуры. Темп выполнения физических упражнений при приеме воздушных ванн желательно устанавливать в зависимости от температуры воздушной среды, самочувствия, состояния тренированности организма. Дыхательные упражнения делают в начале и в конце процедуры [1].

Ходьба босиком является основной формой местного закаливания ног. Обилие терморепцепторов на стопе создает для этого особо благоприятные условия.

Методика закаливания ходьбой босиком, как и все формы тренированности организма, построена на основных принципах - постепенности и регулярности.

Спортивный врач В. Николаев (1989) параллельно с ходьбой босиком предлагает закаливать ноги обмыванием и обливанием. Обливание лучше всего делать по способу контрастного закаливания.

Пропагандист ледяных ванн Ю.Чусов (1990) предлагает параллельно с контрастными ваннами закаливание носоглотки: полоскать горло водой (+25° - 30°), через каждые 10 дней понижая ее температуру на 1 - 2°; не кутать шею дышать через нос.

С.Кейп рекомендует систему закаливания ног ходьбой босиком по мокрой траве, холодным мокрым камням и, наконец, по свежеснежавшему снегу.

Помимо закаливающего эффекта, ходьба босиком может служить средством не только профилактики, но и лечения некоторых видов деформации стопы. Систематическая тренировка в ходьбе босиком, особенно по зыбучему или рельефному грунту, рефлекторно вызывает многократное сокращение мышц, удерживающих свод стопы. Это приводит к их усиленному развитию, укреплению сухожилий и связок [2].

Хатха-йога - это составная часть индийской йоги, которая включает в себя систему физических упражнений, направленных на совершенствование человеческого тела и внутренних органов.

Хатха-йога во многом отличается как по методам, так и по своему действию от

обычной гимнастики, представляет собой систему воспитания, позволяющую естественным путем, развивать, укреплять жизненные силы организма.

Физические упражнения йогов оказывают благотворное влияние, если мы занимаемся систематически и по определенной программе. Следует избегать всякого перенапряжения. Сознательное развитие требует сознательного контроля и продуманного исполнения упражнений. Хорошее радостное настроение, умственное и физическое здоровье, активный контроль над нервами - вот безошибочное доказательство того, что развитие идет по правильному пути. Человек - самое удивительное создание природы, его организм таит в себе загадки, которые в течение тысячелетий интересовали человечество и многие из которых не разгаданы и по сей день.

Уже в далеком прошлом в Индии находились люди, посвящавшие свою жизнь изучению человеческой природы и поискам ее совершенствования. Их настойчивый труд и жажда знаний принесли свои плоды. Они открыли ряд методов, пользуясь которыми каждый человек мог развить свои скрытые способности. При этом, одни из них интересовались преимущественно чувствами человека, другие - умом, третьи - телом. Так были созданы различные системы совершенствования, получившие название йога. К ним относится хатха-йога - система, ставившая своей целью развитие и укрепление здоровья, а также устранение физических недостатков. В основу положено полное и сознательное овладение телом до такой степени, что каждый его орган подчиняется вашей воле [1].

Происхождение поз йогов теряется в тумане древних индийских легенд. Они выработаны мудрецами Древней Индии, бывшими для своего времени очень образованными людьми, и предназначены для поддержания здоровья, жизненных сил организма. Из этих асан наиболее известны 84, которые выдержали испытания веков. В настоящее время европейцы признают чрезвычайную важность этих поз, особенно после того как западная медицина доказала их эффективность.

Кроме асан, система йогов использует такие упражнения, как созерцание, пранаяма (дыхательные упражнения) и мудры (упражнения настойчивости и собранности). Нельзя, без слишком хвалебных эпитетов, описать их потрясающее действие на человеческий организм, их роль в сохранении и улучшении здоровья. Индийские исследовательские институты йогов во взаимодействии с европейскими медиками раскрыли многие медицинские секреты, которые составляют основу индийских асан. Физиологам хорошо известно, что здоровье человека зависит от состояния клеток и тканей. Для хорошего здоровья необходимо дать тканям регулярное питание и правильное функционирование эндокринных желез, полное и быстрое удаление отходов, здоровое и совершенное функционирование нервной системы.

Влияние на организм асан зависит по крайней мере от двух факторов:

- сильного растяжения нервных стволов и мышечных рецепторов,
- усиления кровотока в определенном органе (или органах) в результате изменения положения тела. При возбуждении рецепторов возникает мощный поток импульсов в ЦНС, стимулирующий деятельность внутренних органов. Стимуляция восстановительных процессов и повышение эффективности отдыха происходит благодаря снижению потока импульсов от расслабленных мышц в ЦНС, а также усилению кровотока в работающих мышечных группах. В последние годы получены новые данные о том, что во время релаксации в кровь выделяются эндорфины, в результате чего улучшается настроение и снимается психоэмоциональное напряжение - важнейший фактор нейтрализации психологического стресса (Е.Г.Мильнер, 1991).

При динамическом наблюдении за молодыми людьми, занимающимися по системе "хатха-йога", обнаружен ряд положительных изменений в организме. Так, отмечено снижение ЧСС и артериального давления в покое, увеличение ЖЕЛ (в среднем с 4,3 до 4,8л), а также увеличение содержания в крови эритроцитов и гемоглобина, и времени задержки дыхания. В наибольшей степени увеличились показатели гибкости - с 4,4 до 11,2 см [2].

В исследованиях последних лет показано положительное влияние йоги на больных бронхиальной астмой и гипертонической болезнью (контролируемое дыхание и приемы психорегуляции), а также отмечается снижение свертываемости крови и повышение толерантности к физическим и умственным нагрузкам.

Таким образом, система "хатха-йога" может использоваться в оздоровительной физической культуре. Например, успешно применяются такие упражнения, как брюшное и полное дыхание йогов, аутогенная тренировка, некоторые упражнения на гибкость, элементы гигиены тела и питания и т. д. Необходимо также учесть, что систему занятий, дающую положительные результаты в условиях Индии, нельзя механически переносить в нашу среду с неблагоприятной экологической обстановкой, напряженным темпом жизни и отсутствием опытных методистов.

ЛИТЕРАТУРА:

1. Сергеева, С.П. Нетрадиционные виды двигательной активности на уроках физической культуры / С.П. Сергеева // Проблемы и перспективы развития образования: материалы III междунар. науч. конф. (г. Пермь, январь 2013 г.). - Пермь: Меркурий, 2013. - С. 113-115.

2. Петрова, Т.В. Физическая культура в новом социуме / Т.Н. Петрова // Профессиональное образование. - 2012. - № 1. - С. 7.

РАЗВИТИЕ СИЛОВЫХ СПОСОБНОСТЕЙ У ЮНОШЕЙ 15-16 ЛЕТ

Р.Н. Панеш, студент ИФК и дзюдо АГУ

Н.Х. Кагазежева, доцент кафедры биомеханики и медико-биологических дисциплин ИФК и дзюдо АГУ

Под силой следует понимать способность человека преодолевать за счёт мышечных усилий (сокращений) внешнее сопротивление или противодействовать внешним силам. Сила – одно из важнейших физических качеств в абсолютном большинстве видов спорта, поэтому её развитию спортсмены уделяют исключительно много внимания.

Выполнение любого движения или сохранения какой-либо позы тела человека обусловлено работой мышц. Величину развиваемого при этом усилия принято называть силой мышц (Ашмарин Б.А. 1990г). Мышечная сила – это способность человека преодолевать внешнее сопротивление или противодействовать ему за счет мышечных напряжений. Одним из наиболее существенных моментов, определяющих мышечную силу, является режим работы мышц. В процессе выполнения двигательных действий мышцы могут проявлять силу:

- при уменьшении своей длины (преодолевающий, т.е. миометрический режим, например, жим штанги лежа на горизонтальной скамейке);
- при ее удлинении (уступающий, т.е. полиометрический режим, например, приседание со штангой на плечах);
- без изменения своей длины (статический, т.е. изометрический режим, например, удержание разведенных рук с гантелями в наклоне вперед);
- при изменении и длины и напряжения мышц (смешанный, т.е. ауксотонический режим, например, подъем силой в упор на кольцах, опускание в упор руки в стороны («крест») и удержание в «кресте»).

Первые два режима характерны для динамической, третий – для статической, четвертый – для статодинамической работы мышц. В любом режиме работы мышц сила может быть проявлена медленно и быстро. Это характер их работы. Различают следующие виды силовых способностей:

собственно-силовые, и их соединение с другими ДС (скоростно-силовые и силовая выносливость и силовая ловкость).

Собственно-силовые способности проявляются:

1. При мышечных напряжениях изометрического (статического) типа (без

изменения длины мышц). Статическая сила характеризуется двумя ее проявлениями: активная – при напряжении мышц за счет активных волевых усилий и пассивная – при воздействии внешних сил.

2. При относительно медленных сокращениях мышц, которые преодолевают околопредельные, предельные, а иногда и сверхпредельные отягощения (при поднимании и переноске предметов, вес которых близок к посильным возможностям ученика, при приседаниях со штангой достаточно большого веса и т.п.).

Воспитание собственно силовых способностей может быть направлено на развитие максимальной силы (тяжелая атлетика, гиревой спорт, силовая акробатика, л/а метания) и на общее укрепление опорно-двигательного аппарата, необходимое во всех видах спорта и строительство тела (бодибилдинг).

В физическом воспитании и на спортивной тренировке для оценки степени развития собственно-силовых способностей различают абсолютную и относительную силу действия человека [2].

Абсолютная сила определяется максимальными показателями мышечных напряжений без учета массы тела человека,

Относительная сила - отношением величины абсолютной силы к собственной массе тела.

У людей, имеющих примерно одинаковый уровень тренированности, повышение массы тела ведет к увеличению абсолютной силы, но при этом величина относительной силы снижается. Выделение абсолютной и относительной силы действия имеет большое практическое значение. Так, достижения спортсменов самых тяжелых весовых категорий в тяжелой атлетике, спортивных единоборствах, а также при метаниях спортивных снарядов определяются, прежде всего уровнем развития абсолютной силы. В видах деятельности с большим количеством перемещений тела в пространстве (например, в гимнастике) или имеющих ограничения массы тела (например, весовые категории в борьбе) успешность во многом будет зависеть от развития относительной силы.

Результаты исследований позволяют утверждать, что уровень абсолютной силы человека в большей степени обусловлен факторами среды (тренировка, самостоятельные занятия и др.). В то же время показатели относительной силы в большей мере испытывают на себе влияние генотипа.

Скоростно-силовые способности примерно в равной мере зависят как от наследственных, так и от средовых факторов. Статическая силовая выносливость определяется в большей мере генетическими условиями, а динамическая силовая выносливость зависит от взаимных (примерно равных) влияний генотипа и среды (В. И. Лях, 1997).

Скоростно-силовые способности проявляются в двигательных действиях, в которых наряду со значительной силой мышц требуется значительная быстрота движений (прыжки в длину и высоту с места и разбега, метания снарядов и т.п.). При этом, чем значительнее внешнее отягощение, преодолеваемое школьником (например, при толкании ядра или выполнении рывка гири достаточно большого веса), тем большую роль играет силовой компонент, а при меньшем отягощении (например, при метании малого мяча) возрастает значимость скоростного компонента.

К числу скоростно-силовых способностей относят (А.Н. Беляев.2000г, Верхошанский Ю.В. 1970г):

- быстрая сила, которая характеризуется непределым напряжением мышц, проявляемых в упражнениях, которые выполняются со значительной скоростью, не достигающей предельной величины;

- взрывная сила - способность по ходу выполнения двигательного действия достигать максимальных показателей силы в возможно короткое время (например, при старте в спринтерском беге, в прыжках, метаниях и т.д.). Уровень развития взрывной силы можно оценить с помощью скоростно-силового индекса, который вычисляется по

формуле:

$$J = F_{\max} / t_{\max}$$

J – скоростно-силовой индекс

F max – максимальное значение си

Силовая выносливость определяется способностью длительное время поддерживать необходимые силовые характеристики движений. Среди разновидностей выносливости к силовой работе выделяют выносливость к динамической работе и статическую выносливость.

Выносливость к динамической работе определяется способностью поддержания работоспособности при выполнении профессиональной деятельности, связанной с подъёмом и перемещением тяжестей, с длительным преодолением внешнего сопротивления.

Статическая выносливость – это способность поддерживать статические усилия и сохранять малоподвижное положение тела или длительное время находиться в помещении с ограниченным пространством.

Методы развития силовой выносливости

Силовая выносливость, т. е. способность длительное время проявлять оптимальные мышечные усилия - это одно из наиболее значимых в профессионально-прикладной физической подготовке и спорте двигательных качеств. От уровня его развития во многом зависит успешность двигательной деятельности.

Силовая выносливость является сложным, комплексным физическим качеством и определяется как уровнем развития вегетативных функций, обеспечивающих необходимый кислородный режим организма, так и состоянием нервно-мышечного аппарата. При работе с околопредельными мышечными усилиями уровень ее развития определяется преимущественно максимальной силой. С уменьшением величины рабочих усилий возрастает роль факторов вегетативного обеспечения. Границей перехода работы с преимущественным преобладанием «силового» или «вегетативного» факторов в спортивной практике принято считать нагрузку с усилием в 30% от индивидуального максимума.

Поэтому, развитие силовой выносливости должно вестись комплексно, на основе параллельного совершенствования вегетативных систем и силовых способностей.

При работе с высокой мощностью проявление силовой выносливости специфично и зависит от локальной мышечной тренировки в избранном виде спорта или в профессионально-прикладных двигательных действиях, несмотря на то, что обеспечивается она одними и теми же биоэнергетическими механизмами. Вот почему силовая выносливость, например, у гимнастов, пловцов, борцов, бегунов или боксеров будет существенно различаться. Имеет она отличия и у представителей разных профессий.

Основным методом развития силовой выносливости является метод повторных усилий с реализацией различных методических приемов.

Однако, сложность развития этого двигательного качества заключается еще и в возможном отрицательном взаимодействии эффектов тренировочных упражнений, направленных на совершенствование факторов, обеспечивающих проявление данного качества.

Повышение эффективности тренировочных нагрузок связано прежде всего с аналитическим подходом к их применению, то есть, с использованием на одном тренировочном занятии таких упражнений и их комплексов, которые имеют избирательное, направленное воздействие на «ведущие» факторы, и сочетание которых в рамках одного тренировочного занятия дает положительный отложенный прирост работоспособности.

Локальная мышечная выносливость зависит прежде всего от биоэнергетических факторов. Как известно, высокая мощность мышечной деятельности связана с алактатным

анаэробным механизмом энергообеспечения. Поэтому, способность к увеличению продолжительности локальной силовой работы связана с увеличением мощности и емкости этого процесса.

При интенсивной непрерывной силовой работе продолжительностью более 10 секунд происходит существенное истощение внутримышечных фосфагенных источников энергии. Для обеспечения работы продолжительностью более 10 секунд подключается гликолитический анаэробный механизм. Накапливающийся при этом в мышцах и крови лактат отрицательно влияет как на проявление максимальной мощности мышечных усилий, так и на продолжительность работы, а, в конечном итоге, на прирост силовых способностей. Адаптация организма к локальной силовой работе в условиях сильных кислотических сдвигов является вторым направлением совершенствования силовой выносливости.

Вместе с тем, накапливающийся в мышцах в процессе интенсивной работы лактат может устраняться уже непосредственно в работающих скелетных мышцах (в аэробных - «красных» мышечных волокнах), в печени, а также в сердечной мышце, для которой он является прекрасным «топливом».

Поэтому, можно сформулировать два основных методических подхода при аналитическом совершенствовании силовой выносливости.

Первый подход заключается в совершенствовании фосфагенной системы энергообеспечения за счет:

- увеличения мощности анаэробного алактатного процесса;
- расширения анаэробной алактатной емкости (увеличения объема внутримышечных источников энергии);
- повышения эффективности реализации имеющегося энергетического потенциала путем совершенствования техники рабочих движений.

Второй подход к развитию силовой выносливости при мышечной работе в условиях анаэробного гликолиза заключается в совершенствовании механизмов компенсации неблагоприятных кислотических сдвигов за счет:

- увеличения буферной емкости крови;
- повышения окислительных возможностей организма, то есть его аэробной мощности.

Примеры:

1. Для увеличения максимальной анаэробной мощности используются упражнения с отягощением 30-70% от предельного с количеством повторений от 5 до 12 раз. Выполняются они с произвольными интервалами отдыха, до восстановления. Количество подходов определяется эмпирически - до снижения мощности выполняемой работы. При этом обычно планируется до 6 подходов.

2. Для увеличения анаэробной алактатной емкости и повышения эффективности использования энергетического потенциала применяют упражнения с отягощением до 60% от предельного с количеством повторений от 15 до 30 раз. Выполняется 2-4 подхода с отдыхом 3-5 минут. В процессе работы необходим постоянный контроль за техникой выполнения упражнений.

3. Для совершенствования компенсаторных механизмов и адаптации к работе в условиях сильных кислотических сдвигов в организме, выполняется не более 4 подходов в высоком темпе с отягощением от 20 до 70% от предельного с количеством повторений «до отказа».

При больших интервалах отдыха (5-10 минут) работа будет направлена преимущественно на совершенствование анаэробной гликолитической производительности, а при относительно малых интервалах 1-3 минуты) - на истощение анаэробных внутримышечных ресурсов и совершенствование анаэробной гликолитической емкости.

4. Повышение окислительных возможностей нервно-мышечного аппарата совершенствуется в упражнениях аэробного характера, направленных на улучшение общей выносливости: в равномерном длительном беге, в интервальном беге, плавании, гребле, беге на лыжах и т. п.

Тренировка для развития и совершенствования силовой выносливости может быть организована как в форме последовательного применения серий каждого избранного упражнения, или в форме "круговой тренировки" когда в каждом круге последовательно выполняется по одному подходу выбранных упражнений. Всего в тренировке может быть несколько таких «кругов» при строго регламентированных параметрах упражнений. Количество и состав упражнений, а также количество «кругов» зависит от уровня подготовленности занимающихся и целей тренировки. Наиболее эффективна «круговая» тренировка на этапах базовой (общefизической) подготовки у спортсменов, или на этапах применения общеразвивающих упражнений в профессионально-прикладной подготовке.[1]

Изометрический метод

Изометрический метод характеризуется кратковременным напряжением мышц без изменения их длины. Выполняемые этим методом упражнения рекомендуется применять как дополнительные средства развития силы.

Напряжение мышц надо увеличивать плавно до максимального или заданного, и удерживать его в течение нескольких секунд в зависимости от развиваемого усилия.

Целесообразно выполнять изометрические напряжения в положениях и позах, адекватных моменту проявления максимального усилия в тренируемом упражнении. Эффективно сочетание изометрических напряжений с упражнениями динамического характера, а также с упражнениями на растягивание и расслабление.

Упражнения рассматриваемой группы по техническим параметрам могут значительно отличаться от структуры соревновательных упражнений. В связи с этим развивающие упражнения служат дополнительным средством в подготовке спортсменов.

Таким образом, в целях более объективной оценки и учета тренировочного процесса, воздействия, испытываемого организмом спортсмена в результате выполнения упражнений первой и второй группы, их нагрузку следует считать основной, а нагрузку третьей группы упражнений - дополнительной.

Следовательно, основные и дополнительные нагрузки должны учитываться и анализироваться отдельно.

В настоящее время специалистам по физической культуре и спорту предлагается много информации о различных средствах, методах и методических приемах, рекомендуемых для развития силы. Большинство из них в той или иной мере могут быть использованы занимающимися атлетической гимнастикой.

ЛИТЕРАТУРА:

1. Солодков, А. С. Физиология человека. Общая. Спортивная. Возрастная: учеб. для высших учеб. завед. физической культуры / А. С. Солодков, Е. Б. Сологуб. - Изд. 4-е, испр. и доп. - М.: Советский спорт, 2012 - 618 с.

2. Филин, В.П. Теория и методика юношеского спорта: учеб. пособие для ин-тов. и техникумов физ. культуры / В. П. Филин М.: Физкультура и спорт, 1987-127 с.

КЛЮЧЕВЫЕ ФИЗИОЛОГИЧЕСКИЕ ХАРАКТЕРИСТИКИ ФУНКЦИОНАЛЬНОЙ УСТОЙЧИВОСТИ В КИКБОКСИНГЕ

*Першин Д.В., студент 4 курса ИФК и дзюдо АГУ
Гонезжук А.Г., к.п.н., доцент ИФК и дзюдо АГУ*

Именно управляя мышечными силами, человек обеспечивает сохранение положения своего тела [1]. Вид равновесия тела определяется по действию силы тяжести в случае сколь угодно малого отклонения в положении тела: устойчивое положение – возвращение тела в прежнее положение.

Способность организма сохранять стабильными работоспособность, пространственную и временную ориентировку, функцию равновесия, детерминированных оптимальным состоянием нейрофизиологических, молекулярно-клеточных и физиологических уровней регуляции функций под воздействием экстремальных гравитационных, баллистических факторов, называется статокINETической устойчивостью (СКУ).

Вестибулярная устойчивость является составной частью СКУ и характеризует устойчивость человека к вестибулярным раздражителям.

Вертикальная ось, проходящая через общий центр массы тела, проводится из центра тяжести головы (на уровне отверстий ушной раковины) вниз на один сантиметр спереди от тела четвертого поясничного позвонка, через центр тазобедренного сустава, впереди коленного и опускается на плоскость опоры на 4-5 см впереди от линии внутренних лодыжек [1].

Связь на поддержание основной боевой стойки осуществляется за счет работы зрительной, проприорецептивной и вестибулярной системы, участвующей в медленных и высокоамплитудных движениях, которые отсутствуют в нормальной стойке здорового человека. Сигналы от мышечных рецепторов, суставных и механорецепторов поступают в основную систему управления балансом. Визуальная информация занимает в норме значительную долю. Баланс тела в основной стойке контролируют движения в голеностопном суставе [1].

Совместное исследование французских и канадских ученых [3] показало, что полное, центральное и периферическое зрение влияют на сохранение баланса различным образом. Центральное зрение оказывает большее влияние на контроль движений во фронтальной плоскости, в условиях, когда соматосенсорная информация недостаточна. В этих же условиях периферическое зрение больше влияет на контроль колебаний в сагиттальной плоскости. Это связано с тем, что наступают совершенно иные взаимоотношения между сегментами тела и мышцами (при асимметричной установке) или только между мышцами (при симметричной установке). В любом случае эксцентричное положение центра давления (ЦД) требует затраты дополнительных энергетических ресурсов на поддержание баланса [2]. Схема кинематической модели колебаний стоящего человека представляется в виде перевернутого маятника с осью вращения в голеностопных суставах, являющихся для нормальной стойки основными балансирующими. Очевидно, что последние могут контролироваться преимущественно двумя мышцами: *tibialis anterior* и *triceps surae* [2]. Все балансирующие движения происходят в пределах рабочей амплитуды голеностопного сустава. В описанном положении сустав может замыкаться только активно - действием трехглавой мышцы голени при разгибании голеностопного сустава. В силу таких физиологических и анатомических особенностей данных мышц основная функция контроля баланса отводится камбаловидной мышце. Такой физиологический тип поддержания баланса в основной стойке получил название голеностопная стратегия. Другой известный фактор состояния психоэмоциональной сферы и выполнение различных когнитивных задач. В противоположность предшествующим исследованиям обнаружено, что величина девиаций (колебаний) ЦД уменьшается, если сознание обследуемого не занято выполнением какого-либо задания.

Ученые утверждают, что регуляция вертикальной позы человека ухудшается под влиянием физического утомления. Физическая тренировка совершенствует систему постуральной регуляции, повышает скорость ее восстановления после физической нагрузки [1], отмечают, что повышение (соответственно: ухудшение) всех стабилметрических параметров при гипервентиляции отражало снижение устойчивости вертикальной позы и было обусловлено дыхательными движениями, а также метаболическими сдвигами вследствие гипервентиляции [1]. Отмечалось также увеличение высокочастотных колебаний центра давления. Таким образом, произвольное

увеличение частоты и глубины дыхания приводит к снижению эффективности зрительной обратной связи в регуляции устойчивости вертикальной позы человека. Исследования показывают, что аэробные физические нагрузки до истощения приводят к функциональной адаптации моторных систем, связанных с поддержанием постуральной стабильности в процессе утомления. Бредихина Ю.П. и др. определили, что высококвалифицированные спортсмены способны лучше поддерживать равновесие при выполнении основных боевых приемов каратэ. Динамика основных характеристик стабилограммы может использоваться в качестве индикатора уровня технической подготовленности спортсменов [3].

Группа исследователей из Швейцарии, Нидерландов и Канады, проведя исследования баланса в основной стойке в кикбоксинге, в условиях изменения положения плоскости опоры совместно с ЭМГ, выдвинула следующие предположения [3]. Проприорецептивное управление балансом со стороны рецепторов бедра и туловища более важно, чем со стороны нижних конечностей в целом, включая подошвенную поверхность стопы. В условиях изменения опорной поверхности, благодаря импульсации со стороны рецепторов бедра и туловища, а также за счет включения вестибулярного анализатора происходит генерация основных ориентированных по направлению образцов балансировочных движений. Пространственно направленная активация мышц характеризует образцы балансировочных движений. Предлагается иерархия рецепторов, оказывающих влияние на коррекцию баланса: проприорецепция бедра, всей нижней конечности и вестибулярный анализатор.

Система равновесия должна способствовать работе трех основных функций: 1) поддерживать равновесие в вертикальной позе в условиях земной гравитации; 2) генерировать мышечный ответ на любые движения, направленные на снижение устойчивости; 3) иметь способность к адаптации в изменяющихся внешних и внутренних условиях.

В основной стойке (без движения) сегменты тела совершают незначительные колебания. Нормальное физиологическое положение прямой стойки удерживается за счет напряжения камбаловидных мышц. Во фронтальной плоскости колебания тела уравниваются разнесенными в стороны стопами, в результате чего возникают диагональные силы реакции опоры. Голова и туловище выпрямлены, а плечевые суставы находятся в одной плоскости и непосредственно над тазобедренными. В целом, нормальная основная стойка должна давать здоровому человеку свободно перемещать центр тяжести из одного положения в другое (в пределах площади опоры) без использования поддержки посредством верхних конечностей как вперед-назад, так и в боковом направлении. Также всегда имеется потенциальная возможность свободных движений и в вертикальном направлении. Поддержание баланса в основной стойке при спокойном стоянии специфично еще и тем, что в этой ситуации отсутствует сознательный контроль действия мышц, регулирующих баланс. Если стоящий человек испытывает сторонние возмущения, нарушающие его равновесие, то такие внешние изменения контролируются тремя двигательными системами. Первый и самый быстрый ответ идет посредством спинальных промежуточных рефлексов натяжения (stretchreflex). Роль этих рефлексов состоит в восстановлении постуральной стабильности с помощью быстрого мышечного ответа. Любые движения тела, превышающие определенный порог, и которые могут привести к нарушению баланса, распознаются по афферентным импульсам от проприорецептивных рецепторов мышц и сухожилий, что приводит к первому быстрому действию соответствующей группы мышц.

Автоматические реакции координируются и передаются посредством конечностей, туловища, шеи. В дополнение к среднелатентным длиннлатентные ответы также были обнаружены для мышц антагонистов. Автоматические ответы могут иметь цель создания избыточного ответа, который можно обозначить как рефлексы длинной петли, которые дают быстрый ответ для сопротивления возникающим возмущениям. Автоматические

реакции зависимы от контекста и адаптируются к специфическим требованиям баланса, которые определяются окружающими и внутренними условиями. Так, координационные образцы действия могут произвольные движения высоко вариабельны и основаны на сознательном контроле.

В норме контроль за функцией равновесия можно осуществить тремя стратегиями: голеностопной, когда тело балансирует в голеностопном суставе и тазобедренной, когда основные движения производятся в тазобедренных суставах; сделать шаг в сторону смещения центра тяжести, тем самым вновь обрести равновесие. Известно, что предшествующий индивидуальный опыт помогает человеку синтезировать различные поструральные движения сочетанием стратегий и различных амплитуд [1]. Роль зрения и проприорецепции. Визуальная информация первично регистрируется рецепторами сетчатки глаза и далее передается, как минимум, в две различные зоны мозга, которые специализированы на анализе визуальной информации (идентификация объектов и контроля движения). При этом роль зрения в поддержании стабильности и баланса оказывается весьма значительной в физиологических условиях. Тем не менее, несмотря на высокую важность зрительного анализатора, он может быть компенсирован другими сенсорными системами. Зрительные импульсы являются запускающим механизмом для активации мышц, участвующих в поструральном контроле. Эффективность зрения в поструральном контроле зависит от визуальной активности визуального контраста, дистанции до объекта и общей освещенности помещения (при условии нормального зрения). Поэтому наилучшие условия для визуальной системы в контексте контроля баланса, если дистанция до видимых ориентиров не превышает метров. Данная информация может быть напрямую использована для исследований при открытых глазах, когда необходимо максимально снизить влияние зрительного анализатора.

Афферентная система интрафузальных волокон в мышечных веретенах также получает афферентный сигнал от мотонейрона. Рецепторы давления обнаруживают колебания тела, в то время как механорецепторы могут определить локализацию, скорость, ускорение, давление и их изменение. Кроме этого учитывается и положение голеностопных суставов, и движение в них. Информация с мышц шеи дает также необходимую информацию о положении и движении головы относительно туловища. И, наконец, рецепторы мышц глаз отображают положение глаз относительно головы.

Скелетно-мышечная система. Вообще, в процессе поддержания баланса тела в основной стойке принимает участие практически весь опорнодвигательный аппарат. Тем не менее, в физиологической основной стойке определенные мышцы играют особую роль. Трехглавая (более конкретно камбаловидная мышца) активируется первой для поддержания пострурального контроля во время движений тела. Существуют и другие мышцы, активируемые в первую очередь, это мышцы шеи, полуперепончатая и полусухожильная, супраспинальные мышцы. Отдельно от них несколько мышц участвуют в рефлексорных движениях с различным латентным временем и произвольными движениями тела. Растяжение мышц раздражает проприорецептивные рецепторы, которые сигнализируют об изменении длины мышцы центральному механизму системы пострурального контроля. При этом поструральный контроль требует точно координированных мышечных действий многих групп мышц одновременно. Согласованность действия мышц необходима для адекватного мышечного ответа на имеющееся воздействие. Наибольшая роль принадлежит мышцам голеностопного, тазобедренного и коленного суставов согласно выделенным стратегиям. В соответствии с пассивной тугой моделью контроля баланса: тугой голеностопный сустав есть результат действия ЦНС посредством установленного мышечного тонуса, который и стабилизирует изначально нестабильную механическую систему.

Однако другие исследователи не находят активный механизм поструральной стабилизации в равновесной, сбалансированной основной стойке.

По мнению ученых, именно мышцы и рецепторы подошвенной поверхности стопы играют основную роль. Тем не менее, в настоящее время для спокойной основной стойки считается общепринятой модель перевернутого маятника, в котором стабилизация баланса достигается биомеханического моделирования представление модели тела с учетом его фактических размеров имеет непосредственное значение. Для такого моделирования особую роль имеют рост и расстояние между основными суставами. Биомеханическая модель может быть использована для сегментарного анализа [1], при этом антропометрические значения напрямую влияют на измеряемые параметры. К примеру, в модели баланса перевернутого маятника исследуемый с более высоким ростом вносит большие колебания, чем с меньшим ростом. Меньший вес тела также способствует более совершенному балансу, что также было подтверждено на большом статистическом материале. Влияние различия в длине нижних конечностей на баланс по данным исследователей не позволяет сделать однозначное заключение. В отношении влияния роста имеется предположение, что более высокий рост мужчин относительно женщин способствует их меньшей стабильности. Этому способствует и отличие в стратегиях поддержания равновесия, что было обнаружено посредством анализа движений.

Амплитуда колебаний ЦД увеличивается за счет дыхательных движений, но непосредственно частота дыхания не имеет собственной репрезентации на спектре частот колебаний в сагиттальной или фронтальной плоскости. В доступной литературе имеются лишь единичные сообщения, посвященные анализу колебаний ЦД в вертикальной плоскости. Многие программные пакеты, предназначенные для анализа стабилметрических данных, не позволяют работать с вертикальной составляющей. Проведенные ранее исследования рассматривают основные низкочастотные компоненты вертикальной составляющей, связанные с сердечной и сосудистой деятельностью лиц, находящихся в референтных границах показателей и выходящих за их пределы.

ЛИТЕРАТУРА:

1. Алабин, В.Г. Многолетняя тренировка юных спортсменов/В.Г. Алабин, А.В. Алабин, В.П. Пизин. – Харьков. Основа 2013. – 283с.
2. Кожевников, З.Я. Проблемы подготовки юных боксеров/З.Я. Кожевников. – М. 2015.-117с.
3. Погадаев, Г.И. Настольная книга учителя физической культуры/Г.И. Погадаев. - М: ФК и С.- 2012. – 102с.

ВЛИЯНИЕ СИСТЕМАТИЧЕСКИХ ЗАНЯТИЙ ФУТБОЛОМ НА ФИЗИЧЕСКОЕ РАЗВИТИЕ ДЕТЕЙ

М.А. Покрепа, студент ИФК и дзюдо

*Н.В. Доронина к.п.н., доцент кафедры биомеханики
медико-биологических дисциплин*

Одной из актуальнейших проблем современного общества является проблема здоровья подрастающего поколения. Она тесно связана с рядом экологических и социальных факторов. Не последнюю роль здесь играет отсутствие достаточно обоснованной системы физического воспитания с учетом специфики обучения в общеобразовательных школах, ДЮСШ, СДЮШОР. Именно поэтому наблюдается снижение уровня физической подготовленности, что приводит к ослаблению здоровья.

Известно, что занятия спортом, в частности футболом, приводят к существенному развитию координационных и физических способностей человека. Однако эффективность их развития во многом обусловлена составом средств, тренировки и методикой их использования в учебно-тренировочном процессе.

Отсюда очевидна актуальность поиска наиболее эффективной методики воспитания физических качеств у школьников, занимающихся футболом 12-13 лет в условиях спортивной тренировки.

Систематические занятия спортом положительно влияют на организм человека,

функции его органов и систем. Установлено, что по уровню физического развития школьники, занимающиеся спортом, значительно превосходят своих сверстников, не занимающихся им. Под действием спортивных занятий увеличивается прочность костей и объем скелетных мышц, улучшаются быстрые и ловкие движения. Организм человека начинает работать более экономно, меньше утомляется, приобретает способность переносить длительные и большие напряжения. Расширяя функциональные возможности организма, повышая его сопротивляемость различным инфекциям. Занятия спортом способствуют закаливанию организма, помогают снижению заболеваемости. Спорт является важным фактором для поддержания двигательной активности, необходимой для людей всех возрастов. Основу занятий любым видом спорта составляет планомерная тренировка (К.Л. Вихров, Б.Н. Петровский, М.Я. Набатникова, Р. Хедман).

Для футбола характерна высокая двигательная активность игроков и большая интенсивность мышечной работы, которая носит преимущественно динамический характер и отличается неравномерностью физических нагрузок и аритмичностью чередования работы и отдыха (В.М. Алексеев, Р.Ф. Гагаева, Г.Д. Качалин, А. Чапади).

Двигательная деятельность футболистов во время игры сложна и разнообразна. Она включает в себя большое количество разнообразных по структуре, характеру и степени сложности двигательных актов. Среди них основными являются действия с мячом (остановки, передачи, ведение и обводки, вбрасывание и удары по мячу) и перемещения по футбольному полю (бег различной интенсивности, ходьба, прыжки, повороты, остановки). Кроме того, футболист выполняет прыжки, силовые приемы при непосредственной борьбе с противником. Многообразные и многочисленные двигательные акты, перемежаясь с другими, многократно повторяются в различных вариантах. Так, бег перемежается с теми или иными действиями с мячом, с ходьбой, остановками, прыжками и т.д.

Очень большое место в двигательной деятельности футболистов занимает бег - основное техническое средство маневренных передвижений по футбольному полю. Он значительно отличается от бега в легкой атлетике.

Для бега футболиста характерны пробежки, ускорения и рывки; футболисту приходится начинать бег из различных исходных положений тела; для него характерны переменный ритм и темп, большое разнообразие пробегаемых расстояний. Наряду с переменной скоростью бег футболиста характеризуется внезапными остановками и резкими изменениями направления, которые часто нельзя предвидеть заранее. Он изобилует кратковременными перемещениями на очень большой скорости.

По общему количеству времени бег занимает первое место (30–35% игрового времени) среди всех перемещений футболиста. Ходьба и простои, хотя и занимают 50–55% времени, но они не несут большой физической нагрузки для игроков, а являются лишь интервалами отдыха в игре (Л.П. Воронов).

Центральное место во время игры занимают действия с мячом, от успешности которых, в конечном счете, зависит результат матча.

При помощи передач осуществляется взаимодействие игроков, ведется коллективная атака ворот противника. Являясь основой коллективной игры, они в значительной степени определяют темп игры, так как мяч (особенно при, длинных, высоких продольных передачах) может очень быстро преодолевать достаточно большие расстояния. От качества передач во многом зависит качество игры, от их характера — стиль игры команды. В целесообразности передач и их неожиданности для противника выявляется быстрота и правильность ориентировки футболиста, острота его тактического мышления. Точность передач требует от футболиста умение точно оценивать расстояние и точно регулировать силу удара.

Основные средства индивидуальной борьбы за мяч — это отбор и перехват мяча. Для успешного выполнения этих действий с мячом требуется не только техническое мастерство. В непосредственной борьбе с противником побеждает тот, кто наряду с

высокой техникой проявляет в большей мере морально–волевые качества, наблюдательность и игровую сообразительность. Чтобы отобрать мяч у противника, от спортсмена требуется инициативность, смелость и решительность в единоборстве, высокая интенсивность внимания, умение наблюдать за противником с мячом и предугадывать его намерения, быстрый и точный расчет времени и точное чувство дистанции для правильного выбора места и момента нападения. Отбирая мяч, футболист должен вместе с тем быстро и правильно ориентироваться в игровой ситуации, чтобы, отобрав мяч, немедленно выполнить наиболее целесообразное последующее действие с ним (Р.Ф.Гагаева).

Высокая активность разнообразных двигательных действий в постоянно меняющихся условиях, быстрый темп игры, сложность технических приемов требуют от футболиста всесторонней физической подготовленности. Только при ее наличии футболист может реализовать свое техническое мастерство, успешно решать тактические задачи, в полной мере проявлять свои волевые качества. Большая физическая нагрузка требует от футболиста высокого уровня развития силы. Она необходима для повышения его работоспособности, развития быстроты движений, успешности единоборств, связанный с применением силовых приемов, увеличения высоты прыжков и силы ударов по мячу (Я.А. Гейтес, Л.Г. Харитонов).

Футболисту необходима как общая выносливость, дающая возможность сохранять работоспособность до конца игры, так и специальная, выражающаяся в способности на всем протяжении игры многократно выполнять скоростные перемещения с небольшими интервалами отдыха между ними.

Футболист должен обладать ловкостью, высокой координацией и точностью движений, что имеет особенно большое значение при выполнении финтов, прыжков и при борьбе за мяч.

Важнейшее значение для футболиста имеет уровень развития быстроты. Современный футбол требует большой скорости реагирования на меняющуюся игровую ситуацию, большой скорости перемещений и стартового разгона. Быстрота движений должна сочетаться с быстротой выполнения технических приемов. Это обеспечивает их своевременность и неожиданность для противника (А.А. Сучилин, Г.А. Смирнов, А.П. Золотарев).

Анализ качества скорости позволяет выявить три ее взаимосвязанных стороны, или формы ее проявления в игровой деятельности футболистов: а) скорость движений; б) скорость переключения с выполнения одних двигательных актов на выполнение других и включение в выполнение того или иного действия без подготовки; в) скорость реагирования на протекание психических процессов, связанных с ориентировкой в игровых ситуациях, решением тактических задач, реализацией принятых решений.

Скорость или быстрота движений, то есть быстрота мышечной работы, определяется рядом факторов: степенью подвижности корковых процессов возбуждения и торможения, силой и эластичностью мышц, подвижностью суставов. Она зависит также от интенсивности волевых усилий спортсмена, направленных на максимальное использование его скоростных возможностей.

Быстрота движений имеет исключительно важное значение в современном футболе. Она определяет скорость перемещений футболиста и скорость выполнения технических приемов, что вместе с точностью повышает эффективность движений. От скорости разбега и движений ноги при ударе по мячу зависит сила удара - скорость и дальность полета мяча.

Особое значение в игровой деятельности имеет скорость переключения с выполнения одних двигательных актов на выполнение других, нередко совершенно разных по структуре и характеру. Чередование самых разнообразных приемов, смена различных форм движений составляют характерную особенность игровой деятельности футболистов. Во многих случаях переключения должны происходить очень быстро. Чем

быстрее они происходят (разумеется, при сохранении точности движений), темп выше мастерство футболистов. Мгновенная смена одних действий другими (внезапные остановки при стремительном беге; точное выполнение технических приемов при быстрых перемещениях, например, удар по мячу во время бега на большой скорости и т.д.) требует чрезвычайно быстрого переключения с выполнения одних действий на выполнение других. В этих случаях ограничивается возможность подготовки к выполнению действия, на которое переключается футболист.

Большое значение для футболиста имеет также умение своевременно, нередко мгновенно, включаться в выполнение того или иного действия. Вследствие очень быстрых (в ряде случаев неожиданных) изменений игровых ситуаций футболист не имеет возможности предварительно подготовиться к выполнению действия, соответствующего изменившимся условиям игры. Так, в игровой деятельности футболистов чрезвычайно большое значение имеет стартовая скорость, высокая скорость бега в самом его начале. Во многих случаях футболист не имеет возможности предварительно подготовиться к выполнению рывка максимальной мощности или какого-либо другого движения. Поэтому он вынужден значительную часть времени находиться в состоянии готовности мгновенно выполнить наиболее целесообразное в данный момент действие - скоростное перемещение, удар по мячу и т.п. Готовность к выполнению двигательного акта предполагает повышенный тонус тех или иных групп мышц, известную степень их напряженности, что обеспечивает возможности быстрого включения в выполнение движений (Ю.С.Лукашин, А.А.Сучилин, А.П.Лаптев).

При систематических физических упражнениях в организме происходят морфологические и физиологические изменения, которые позволяют расширить функциональные возможности практически всех органов и систем, совершенствовать регуляторные механизмы. В результате повышается сопротивляемость организма к действию неблагоприятных метеорологических факторов окружающей среды, приспособляемость к различным нагрузкам, улучшаются показатели физического развития.

Важнейшая роль в этих изменениях, вызванных тренировкой, принадлежит нервной системе. Увеличивается сила, подвижность и уравновешенность нервных процессов, значительно ускоряется двигательная реакция. Совершенствуется функция анализаторов, что обусловлено большим разнообразием раздражителей в процессе занятия (С.А. Михайлюченко, Е.К. Аганянц, Р.З. Гакаме, А.П. Золотарев).

Под воздействием тренировки происходят определенные изменения в составе крови. В частности, увеличивается число эритроцитов в крови, что способствует повышению кислородной емкости крови.

Систематические занятия физическими упражнениями способствуют возрастанию запасов энергетических веществ в мышцах, головном мозге, мышце сердца.

Изменяется и опорно-двигательный аппарат: повышается прочность костей и связок, увеличивается масса и объем мышц, возрастает мышечная сила.

При регулярных тренировках развиваются дыхательные мышцы, увеличивается подвижность грудной клетки, жизненная емкость легких. Дыхание становится более редким и глубоким, выдох удлиняется.

В более благоприятных условиях работе сердца: частота его сокращений несколько замедляется при увеличении их силы, что говорит о более экономичной работе сердца (И.И. Бахрах, Р.Н. Дорохов, Я.А. Гейшес, Л.Г. Харитонова, А.И. Кураченков).

Спортивная тренировка увеличивает мощность работы двигательного аппарата и энергетических систем, эффективность биохимических процессов, экономизацию физиологических функций, что определяет понижение энергетических расходов внешней работы, дает возможность при одинаковых энергетических затратах выполнить больший ее объем, показать более высокие спортивные результаты.

Регулярные тренировки, увеличение тренировочной нагрузки (удельной мощности

на 1 кг массы тела) вызывают увеличение концентрации гликогена и креатинфосфата в мышцах, общей и жизненной емкости легких, массы и объема сердца, количества капилляров в мышцах, степени утилизации кислорода, артериально–венозной разницы по кислороду, концентрации эритроцитов и гемоглобина в крови, миоглобина в мышцах.

Спортивная тренировка способствует не только увеличению мышечной массы, силы, ловкости, подвижности, координации движений и выносливости, но и развивает также кислородо-транспортную систему, ход и экологичность биохимических процессов.

Физическая тренировка вызывает у детей и подростков быстрые и более сильные морфологические и функциональные изменения, чем у взрослых. Спорт способствует интенсивному развитию в организме детей скелета, мускулатуры, дыхательных органов, сердечно–сосудистой системы и развитию дыхательной функции крови.

У занимающихся спортом подростков жизненная емкость и максимальная вентиляция легких увеличена, замедлена частота дыхания, а глубина дыхания, по сравнению с не занимающимися увеличена. Максимальная легочная вентиляция 14–15-летних спортсменов, занимающихся циклическими видами спорта, достигает уровня нетренированных взрослых (113 мл/кг мин или 159 л/мин на весь организм).

Частота сердечных сокращений у 15-16-летних спортсменов циклических видов спорта в относительном покое составляет 56 ударов в минуту, у спортсменов ациклических видов спорта - 65 ударов в минуту. Систолический объем сердца у 12–14-летних спортсменов циклических видов спорта достигает 150–170 мл. Максимальный минутный объем сердца 26–30 мл/мин. Интенсивность кровообращения (минутная объемная скорость кровотока) в 14–15 лет достигает 80–112 мл/кг·мин. Концентрация гемоглобина у 16–17-летних спортсменов достигает 18 % и 16 % на 100 г. крови у спортсменов (границы нормы у мужчин - 13–18 %, у женщин -12–16 % на 100 г крови). В результате тренировок резко возрастает уровень МПК, который характеризует аэробные способности спортсмена (Б.Н. Петровский, З.А. Виксне).

Уровень максимального потребления кислорода зависит также от специализации юных спортсменов - он выше у представителей видов спорта, связанных с преимущественным проявлением выносливости, а ниже у спортсменов, занимающихся скоростными и скоростно–силовыми упражнениями. Так, например, у представителей спортивных игр не наблюдается высоких показателей МПК, так как во время матча периоды работы с высоким темпом относительно коротки. Игры часто можно характеризовать как серии спринтерского бега с паузами отдыха между ними. Поэтому игровые виды спорта можно отнести к типу импульсно–скоростной тренировки (Хердман Р.) Однако если у юных спортсменов и имеется высокий уровень МПК, они все же значительно раньше прекращают выполнение физической нагрузки, чем взрослые спортсмены. Это связано с тем, что юные спортсмены еще недостаточно хорошо способны работать в условиях кислородного долга. Особенно сильно это проявляется при нагрузках субмаксимальной мощности. Поэтому спортивные результаты юных спортсменов в целом ниже, чем у взрослых (Т.А. Зубарева).

При росте и развитии организма, особенно в результате регулярных занятий спортом, увеличивается физическая работоспособность.

Занятия спортом, в частности футболом, при правильной организации педагогического процесса являются мощным средством укрепления здоровья, повышения работоспособности и роста спортивного мастерства. Игра в футбол требует разносторонней подготовки, что обусловлено часто меняющимися игровыми ситуациями, связанными с быстрыми разнообразными индивидуальными и коллективными действиями (А.П. Лаптев, А.А. Сучилин, А.П. Золотарев).

В процессе занятий футболом вырабатываются сложные и разнообразные двигательные навыки, возникают и совершенствуются условно–рефлекторные связи между корой головного мозга, двигательным аппаратом и внутренними органами, улучшается координация, ускоряется реакция, повышается уровень общей физической

подготовленности и технико–тактического мастерства спортсменов. Это дает футболистам возможность переносить во время матча большое напряжение, быстро и правильно реагировать на изменение игровой обстановки.

Игра в футбол способствует и физической закалке, и повышению сопротивляемости организма, и расширению его адаптивных возможностей (В.М. Алексеев, С.Н. Андреев, Д. Джармен, А.А. Сучилин, В.М. Ченегин).

В настоящее время еще остается целый ряд вопросов о влиянии видов спорта на физическое развитие детей различного возраста.

Футбол занимает одно из первых мест среди всех видов спорта по разнообразию двигательных навыков, которыми должен владеть спортсмен. Это прежде всего приемы, посредством которых футболист осуществляет действия с мячом: остановки, передачи, отбор, ведение мяча, обводки, удары по мячу и другое. Каждый из технических приемов может быть выполнен разнообразными способами, представляющими собой отдельные навыки.

Основной техники футбола являются различные типы и разнообразные способы ударов по мячу. Так, удары по мячу ногой могут быть выполнены разными частями как правой, так и левой ноги: носком, подъемом, стопой, пяткой. Удары производятся также головой: лбом, боковой частью, верхней частью, затылком, в прыжке и без него. Находясь в самых разнообразных положениях, футболист наносит удары, как по неподвижному мячу, так и по движущемуся: катящемуся по земле, летящему на различной высоте в воздухе; непосредственно при отскоке от земли.

Футболист должен владеть всем арсеналом ударов по мячу и уметь выполнять их в самых разнообразных, неудобных и трудных положениях с наибольшей возможной в этих условиях эффективностью. Это даст ему возможность применять в процессе игры наиболее выгодные удары в каждой игровой ситуации.

Разнообразны приемы ведения мяча, которые выполняются ударами по мячу внешней или внутренней частью стопы как правой, так и левой ноги и требуют умения точно регулировать силу толчка для посылки мяча на требуемое расстояние.

Остановки мяча производятся как при полете мяча на различной высоте, так и тогда, когда он катится по земле. Они выполняются ногой (внешней или внутренней сторонами стоп, подошвой), головой, грудью. В отдельных случаях применяются остановки мяча бедром, голенью, пяткой и другими частями тела.

Многочисленны и разнообразны приемы обводки и финтов отражают уровень индивидуального технического мастерства футболиста. Для достижения успеха, например в обводке футболист должен безупречно владеть большим количеством приемов ее выполнения и разнообразно применять их. В противном случае ему будет трудно обыграть противника, который, изучив его приемы обводки, сможет отобрать мяч.

Отбор мяча также осуществляется многочисленными приемами, и их выполнение требует соответствующих навыков (Р.Ф.Гагаева).

Вывод. Реализация в учебном процессе апробированных технологий использования средств физической культуры позволит управлять эффективностью процесса физического развития, физической подготовленностью и улучшением состояния здоровья школьников, занимающихся футболом.

ВОЗРАСТНЫЕ ОСОБЕННОСТИ ФИЗИЧЕСКОГО РАЗВИТИЯ ДЕТЕЙ 11-12 ЛЕТ

Поляков М.А., студент 4 курса ИФК и дзюдо АГУ

Гонежук А.Г., к.п.н., доцент ИФК и дзюдо АГУ

Физическое развитие – один из ведущих показателей состояния здоровья подрастающего поколения. Параметры физического развития служат объективными критериями индивидуальной и групповой оценки роста и развития.

Под физическим развитием понимают состояние морфологических и функциональных свойств и качеств, а также уровень биологического развития, отражающие не моментальную характеристику состояния, а динамику процесса обусловленных возрастом изменений размеров тела, телосложения, внешнего облика, мышечной силы и работоспособности. С физическим развитием тесно связаны моторное (двигательное) и половое развитие.

Школьный возраст – это самое благоприятное время воспитания физических качеств. В этот период происходят морфологические и функциональные изменения. Изучение возрастных особенностей становления двигательной функции, развитие физических качеств: быстроты, мышечной силы, выносливости, ловкости и гибкости – имеет большое значение. Под двигательной функцией мы понимаем совокупность физических качеств, двигательных навыков и умения детей и подростков. Двигательная функция относится к числу сложных физиологических явлений, обеспечивающих противодействие условиям внешней среды. Физическими качествами принято называть отдельные качественные стороны двигательных возможностей человека. В зависимости от всей совокупности факторов и условий физического развития, оно может иметь различный характер, быть всесторонним и гармоничным, либо ограниченным и дисгармоничным. Зная, как использовать объективные закономерности этого процесса, можно так воздействовать на его динамику, чтобы придать ему черты, предпочтительные для личности и общества, обеспечить направленное развитие жизненно важных физических качеств [1].

Говоря о физическом развитии детей 11-12 лет, следует отметить, что это этап базового обучения. В этом возрасте интенсивно формируются все отделы двигательного аппарата, изменяются двигательные качества мышц: гибкость, быстрота, сила, ловкость и выносливость. Их развитие происходит неравномерно. Прежде всего, развиваются быстрота и ловкость движений. Наиболее значительные темпы увеличений показателей гибкости в движениях, совершаемых с участием крупных звеньев тела, наблюдаются, как правило, в 11-12 лет, затем эти показатели стабилизируются и, если не выполнять упражнения, направленно воздействующие на гибкость, начинают значительно уменьшаться уже в юношеском возрасте. Наблюдаются различия между мальчиками и девочками в уровне физической подготовки, хотя они и минимальны.

Данный возраст продолжает оставаться благоприятным для развития ловкости, координации движений. Дети готовы к развитию более сложных проявлений ловкости: ориентированию в пространстве, ритму и темпу движений, повышению мышечного чувства, оценке временных параметров двигательных действий.

К 12 годам увеличивается выработка целого ряда гормонов, основные из которых гормон роста, половые гормоны, гормоны щитовидной железы, инсулин. Только их одновременное и взаимодополняющее действие обеспечивает своевременное и правильное развитие ребенка. В 11-12 лет начинается половое созревание. Формируется скелет, мышечный каркас.

«Юношеское сердце» или сердце подростка, характеризующее увеличение его размера, сердечным шумом. Изменения сердечнососудистой системы отличается у подростков – наблюдается при чрезмерных, не соответствующих возрасту физических нагрузках. Нередко наблюдается также повышение артериального давления, сердцебиение, учащение пульса, иногда одышка, головная боль в области лба. Могут отмечаться изменения со стороны желудочно-кишечного тракта, особенно легко возникают нарушения сокращения кишечника, и продвижения по нему пищи (ускорение или замедление) [2].

Надо отметить, что в стремительно растущем организме развитие сердечнососудистой системы не всегда успевает за общими темпами развития, а увеличение массы сердца иногда отстает от увеличения массы всего тела. Вот почему иногда у рослых юношей и девушек появляются жалобы на слабость, легкую

утомляемость, особенно при физических нагрузках. При появлении симптомов сердечной слабости, связанных с несоответствием роста и увеличением размера сердца, некоторые родители расценивают их как проявление болезни сердца, стараются перевести сына или дочь на максимально щадящий режим, ограждают от всякого рода физических нагрузок. Это большая ошибка. Единственным лекарством, способным привести в соответствие возможности системы кровообращения и возросшие потребности организма подростка, служат систематические физические упражнения, спорт, трудовая дисциплина.

При тренировке подростков-акселератов, даже если они достаточно способно и «идеально» подходят к избранному виду спорта, возникают определенные проблемы. Крупные, рано развитые, они способны на занятиях выполнять большой объем физических нагрузок. Но, хотя, по росту и весу они не уступают взрослым, степень развития всех систем организма еще не «дотянула» до взрослого уровня. И «легкость», с которой юные спортсмены справляются с большими нагрузками, может обходиться слишком дорого. Переоценка физических возможностей подростков ведет к перетренировке, нарушению здоровья.

В подростковом периоде продолжается морфофункциональное созревание различных органов и систем. Совершенствуется нейронная организация коры больших полушарий в ассоциативных областях коры, играющих важнейшую роль в осуществлении психофизиологических функций [2].

Существенные преобразования претерпевает мышечный аппарат: дифференцируются мышечные волокна, обеспечивающие совершенствование энергетических процессов и двигательной функции; созревают отдельные звенья сердечно-сосудистой, дыхательной систем, эндокринные органы.

Физическое развитие детей в период подросткового возраста существенно отличается от предыдущего периода. Происходит интенсивный рост и увеличение размеров тела. Годичный прирост длины тела достигает 4-7 см главным образом за счет удлинения ног. Масса тела увеличивается ежегодно на 3-6 кг. Поскольку период ускоренного роста у девочек начинается раньше, чем у мальчиков, в возрасте с 11 до 13 лет девочки имеют большие размеры тела. После 14-15 лет рост девочек замедляется, и мальчики снова начинают их опережать [3].

В подростковом возрасте быстро растут длинные трубчатые кости верхних и нижних конечностей, ускоряется рост в высоту позвонков. Процесс окостенения скелета продолжается: в эпифизарных хрящах и меж позвоночных дисках лишь появляются зоны окостенения.

В пубертатный период быстрыми темпами развивается и мышечная система. С увеличением массы мышц изменяется диаметр мышечных волокон. Мышечная масса особенно интенсивно нарастает у мальчиков в 13-14 лет, а у девочек в 11-12 лет.

Процесс полового созревания у девочек наступает обычно на 1-2 года раньше, чем у мальчиков. В эндокринной системе в этот период происходит глубокая перестройка: начинается усиленный рост половых желез, повышается активность щитовидной железы и надпочечников. Особенно существенны изменения в функционировании организма, связанные с эндокринными сдвигами [3].

На этом этапе развития реакция ЦНС, ССС и ДС на нагрузки может быть хуже, чем у детей 9-10 лет, а нередко чрезмерно усилены и выходят за оптимальные границы. Изменения реактивности физиологических систем подростка к внешним воздействиям может привести к неблагоприятным отклонениям в состоянии здоровья учащихся, что свидетельствует о необходимости особо тщательной дозировки нагрузок и медицинского контроля за здоровьем школьников на этом этапе развития.

Существенные изменения происходят в ССС. Так, сердце от 6 до 11 лет увеличивает свой объем на 30-35%, а в процессе полового созревания объем сердца увеличивается на 60-70%. Особенностью ССС подростков является более выраженное увеличение емкостей полости сердца по сравнению с увеличением просвета сосудов. Это

одна из причин возникновения так называемой юношеской гипертонии.

Возрастные изменения системы кровообращения в этом периоде характеризуются равномерностью и относительно более медленными темпами увеличения объема сердца по сравнению с суммарным просветом сосудов. Артерии у детей относительно широки и развиты сильнее, чем вены. Адаптационные возможности системы кровообращения у детей и подростков при мышечной деятельности значительно меньше, чем у юношей.

С возрастом постепенно замедляется ЧСС. Возрастное урежение пульса связано с качественными изменениями иннервационных влияний на сердце, а с возрастом усиливается воздействие на сердце блуждающего нерва. В 11 лет ЧСС – 78-84 уд./мин., в 12 лет – 79-82 уд./мин. [1].

Чем моложе организм, тем менее при физической нагрузке может увеличиваться систолический выброс крови, что обуславливается меньшим объемом сердца и его функциональными особенностями.

Оценивая возрастные особенности функции дыхания, можно отметить, что если частота дыхания у детей 7-8 лет – 20-25 дыхательных движений, то с возрастом она снижается до 12-16 дыханий в минуту, режим дыхания становится более стабильным. Одновременно увеличивается дыхательный объем и скорость воздушного потока на вдохе – ЖЕЛ у юных спортсменов больше, чем у не спортсменов. В 12 лет у мальчиков ЖЕЛ – 1970 мл, у девочек – 1900 мл. Подростки плохо способны задерживать дыхание и работать при недостатке кислорода [2].

Движение является одним из основных условий жизнедеятельности растущего организма. Вместе с тем к периоду полового созревания потребность в двигательной активности резко снижается. Поэтому стоит очень важная задача – поддерживать и активизировать эту потребность с помощью средств физического воспитания. Для того, чтобы целенаправленно и методически верно осуществлять этот процесс, следует иметь достаточно полное представление о возрастных особенностях движений и о закономерности двигательных функций в разные возрастные периоды.

Биологическое развитие двигательных функций определяется морфофункциональным созреванием центральных и периферических звеньев двигательного аппарата: двигательных отделов коры головного мозга, подкорковых образований, спинного мозга и нервно-мышечного прибора. К началу обучения в школе все эти морфологические образования, а также рецепторы, заложенные в этих мышцах, связках и суставах, достигают значительной зрелости.

Развитие регуляторных функций двигательного аппарата ребенка изучалось и исследуется в тесной связи с данными морфологического созревания двигательного аппарата и его нервных структур на разных этапах онтогенеза. Подростковый возраст является завершающим этапом структурного созревания многих элементов двигательной системы.

Для надежного исполнения игровых, спортивных, трудовых действий важное значение имеют программирование начала двигательного акта и соответствующая настройка к этому моменту физиологических систем. Изучение возрастных особенностей точности программирования начала двигательного действия показало, что более интенсивное совершенствование функции происходит до 11-12 лет.

Специалисту в своей работе необходимы точные знания о половых, возрастных, индивидуальных особенностях учащихся, которые помогут ему успешно решить задачи по обучению спортсменов. Учитывая индивидуальные способности, наследственные задатки того или иного ребенка, тренер или учитель физической культуры может правильно построить процесс подготовки, использовать методы и средства развития его двигательных способностей в соответствии с возрастом.

ЛИТЕРАТУРА:

1. Бомолова, Е.С. Региональный мониторинг роста и развития школьников г. Нижнего Новгорода: опыт и перспективы / Е.С. Бомолова, Н.А. Матвеева, Ю.Г. Кузмичев,

Т.В. Бадеева, М.В. Ашина, А.В. Леонов, Т.В. Платонова // Физическое развитие детей и подростков Российской Федерации: Сб. мат-лов (выпуск У1) / Под ред. акад. РАН и РАМН А.А. Баранова, член-корр. РАМН В.Р. Кучмы. -М.: Издательство «ПедиатрЪ». 2013. - С. 44-63.

2. Орлов, К.В. Длина и масса тела у детей 5-11 лет в г. Москве / К.В. Орлов // Новые исследования. - 2012. - № 2 (31). - С. 84-99.

3. Шилова, О.Ю. Современные тенденции физического развития в юношеском периоде онтогенеза (обзор) / О.Ю. Шилова // Экология человека. - 2011. -№ 4. - С. 29-36.

РАЗВИТИЕ ВЫНОСЛИВОСТИ У ДЕТЕЙ СТАРШЕГО ШКОЛЬНОГО ВОЗРАСТА

Пристанский Р., студент ИФК и дзюдо

Жуков В.И., д.п.н, кафедра БМБД

В настоящее время уровень физической подготовленности школьников снижается, что свидетельствует о необходимости изменений подходов к организации и проведению уроков физической культуры. Особенно актуально решение данной проблемы в старшем школьном возрасте. (Л.П. Матвеев, 1964, В.И. Лях, 1998, В.Н. Селуянов, 2004, О.В. Трусова, 2017).

Одним из показателей здоровья учащихся, является общая выносливость. Выносливость – это способность к длительному выполнению какой-либо деятельности без снижения ее эффективности и способность противостоять утомлению. (В.М. Зацюрский, 1966, Н.Г. Озолин, 1970, М.Я. Набатникова, 1973, Курамшин Ю.Ф, 2010, Т.М. Ползикова, 2015).

Главная задача для развития выносливости у детей старшего школьного возраста состоит в создании условий для неуклонного повышения общей и специальной выносливости на основе различных видов двигательной деятельности.

Занятия баскетболом на уроках физической культуры являются одним из видов, позволяющих использовать нагрузки, повышающие адаптацию аэробной системы энергообеспечения. Однако в настоящее время школьная программа содержит лишь определенный набор упражнений, направленных на развитие специальной и общей выносливости.

Таким образом, очевидно, что разработка методики, предполагающей последовательное включение в образовательный процесс специального комплекса упражнений на развитие выносливости является актуальной.

В качестве инструментов для развития выносливости применяются различные формы физических упражнений (циклические, ациклические, всевозможные гимнастические, легкоатлетические, игровые и другие). Основные требования, предъявляемые к ним, следующие:

- упражнения должны выполняться в зонах умеренной и большой интенсивности;
- их продолжительность от нескольких минут до 60-90 минут;
- работа осуществляется при глобальном функционировании мышц.

Дополнительными средствами развития выносливости служат дыхательные упражнения, использование факторов внешней среды (например, оздоровительный бег в горах) и другие способы, которые выбирает учитель.

Средствами развития аэробной выносливости являются упражнения в процессе которых:

- активно функционируют большинство или все крупные звенья опорно-двигательного аппарата;
- мышечная работа обеспечивается за счет преимущественно аэробного источника;
- интенсивность работы является умеренной, большой, переменной, иногда субмаксимальной;
- суммарная длительность работы с помощью вышеназванных упражнений составляет от нескольких до десятков минут.

Для этого в массовой практике физического воспитания применяют продолжительный бег, передвижения на лыжах, бег на коньках, езду на велосипеде, плавание и другие циклические и ациклические виды движений. Упражнения, направленные на развитие общей выносливости представлены в комплексных программах по физической культуре для учащихся начальных, средних и старших классов.

При выполнении большинства физических упражнений суммарная их нагрузка на организм характеризуется следующими компонентами:

1. Интенсивность упражнения в циклических упражнениях характеризуется скоростью движения, а в ациклических – количеством двигательных действий в единицу времени (темпом). Нагрузка может быть максимальной (до 20 с), субмаксимальной (от 20 с до 5 мин), большой (от 5 до 30 мин), умеренной (свыше 30 мин).

2. Продолжительность упражнения имеет зависимость, обратную относительно интенсивности его выполнения.

3. Число повторений определяет степень их воздействия на организм.

4. Продолжительность интервалов отдыха имеет большое значение для определения как величины, так и особенно характера ответных реакций организма на тренировочную нагрузку. При планировании длительности отдыха между повторениями упражнения или разными упражнениями в рамках одного занятия следует различать три типа интервалов:

– полные (ординарные) интервалы, гарантирующие к моменту очередного повторения практически такое восстановление работоспособности, которое было до его предыдущего выполнения;

– напряженные (неполные) интервалы, при которых очередная нагрузка попадает на состояние некоторого недовосстановления;

– минимакс интервалы. Это наименьший интервал отдыха между упражнениями, после которого наблюдается повышенная работоспособность (суперкомпенсация), наступающая в силу закономерностей восстановительных процессов в организме.

5. Характер отдыха между отдельными упражнениями может быть активным – заполняет паузы дополнительной деятельностью и пассивным – отсутствие дополнительной деятельности.

Основными методами развития общей выносливости являются:

– метод слитного (непрерывного) упражнения с нагрузками умеренной и переменной интенсивности;

– метод повторного интервального упражнения;

– метод круговой тренировки;

– игровой метод;

– соревновательный метод.

Педагогическая наука относит детей 16-18 лет к старшему школьному возрасту. Старший школьный возраст можно отнести к началу юношеского (у девушек – с 16, а у юношей – с 17 лет). В этот возрасте происходит окончательное половое созревание.

Известно, что в старшем школьном возрасте у подростков наблюдается особое морфологическое и функциональное изменение в организме по сравнению со средним школьным возрастом. Многие авторы утверждают, что именно этот возраст является благоприятным для развития выносливости. Объясняется это возможностями сердца, близкими к возможностям сердца взрослого человека.

Многие специалисты отмечают, что выносливость в старшем школьном возрасте в условиях естественного развития возрастает у юношей на 12 %, а у девушек на 5,6 %. А в результате нацеленных воздействий значение выносливости способно возрасти у юношей на 24-120 %, а у девушек – на 9-80 %.

Общая выносливость является качеством, востребованным не только в спортивной, но и в повседневной деятельности. Многие специалисты отмечают высокий уровень положительной корреляции уровня общей выносливости и уровня здоровья.

Наиболее часто специалисты рекомендуют кроссовый бег на дистанции 3-5 км у юношей и 2-3 км у девушек. Лишь некоторые авторы говорят о возможности использования переменного бега на уроках физической культуры в старших классах.

В специальной литературе переменный метод часто называют метод «фартлек».

Метод «фартлек» представляет собой тренировку переменной интенсивности. Программа бега произвольна и состоит из равномерного бега, чередуемого (по самочувствию учащихся) с ускорениями на отрезках различной произвольной длины, пробегаемых с различной скоростью. Частота пульса при этом должна быть в пределах 150-170 уд. /мин.

Старшеклассникам доступны все виды силовых упражнений и упражнений на выносливость, они без вреда для себя могут участвовать в соревнованиях по скоростным видам спорта, добываясь заметных успехов.

В старшем школьном возрасте в первую очередь следует уделить внимание развитию силовых и скоростно-силовых возможностей, различным видам выносливости (силовой, аэробной, статической и др.).

Среди координационных способностей особое внимание необходимо обратить на воспитание быстроты перестроения и согласование двигательных действий, способности произвольно расслаблять мышцы и вестибулярной устойчивости.

Баскетбол широко используется как средство физического воспитания детей школьного возраста. Систематические занятия спортивными играми способствует всестороннему развитию школьников, особенно положительно влияют на развитие таких физических, как быстрота, скоростная и силовая выносливость, ловкость. Спортивные игры содействуют воспитанию у учащихся морально-волевых качеств: смелости, настойчивости, дисциплинированности, способности к преодолению трудностей.

К вопросам развития двигательных качеств у юных школьников-баскетболистов обращались многие авторы, но многие из них заострили своё внимание именно на проблеме индивидуализации, дифференциации подготовки. Об этом говорят попытки формулирования рекомендаций методического характера, которые связаны в первую очередь с развитием двигательных качеств.

Недостаточно обоснованными являются предложения и рекомендации, касающиеся «системного», комплексного совершенствования разных сторон подготовленности баскетболистов 16-17 лет по причине отсутствия единого взгляда специалистов касательно очередности совершенствования тренировок. В то же время не до конца изучены особенности подготовки молодых игроков, которые выполняют разные игровые функции на баскетбольной площадке.

В старшем школьном возрасте по сравнению с предыдущими возрастными группами наблюдается снижение прироста в развитии кондиционных и координационных способностей.

Именно это является причиной увеличения доли упражнений, которые воздействуют на кондиционные и координационные способности, а также способных одновременно закреплять и совершенствовать двигательные навыки и физические качества.

Интенсификация обучения в этом возрасте идет по пути усиления тренировочной направленности уроков. Значение игровых методов становится меньше, соревновательных - больше.

В работе со старшеклассниками рекомендуется шире, чем в предыдущих возрастах, применять метод индивидуальных заданий, дополнительных упражнений, заданий по овладению двигательными действиями, развитию физических способностей с учетом типа телосложения, наклонностей, физической и технико-тактической подготовленности.

Прохождение и освоение учебного материала должно осуществляться в логической последовательности, в системе взаимосвязанных уроков. Наблюдение за физической подготовленностью является оперативным управлением, обеспечивающим

функционирование всей системы в соответствии с графиком работ. Особенность состоит в сравнении результатов, которые получили с планами, которые были намечены. Система контроля является источником получения информации о действующем состоянии физвоспитания.

Задачами тестирования можно назвать следующее:

- научить школьников лично определять уровень физподготовки и составлять себе комплексы физических упражнений;
- пробудить в школьниках желание повышать своё физическое состояние (формы);
- знать первоначальный уровень развития двигательных способностей, а так же следить за его изменением в течение времени;
- стимулировать учащихся, которые добиваются значительных результатов

Перед тем, как приступить к выполнению любого теста нужно провести 2-3 минутную разминку, которая подготовит организм к физической работе, а после выполнения - заминку. В качестве заминки подойдет спокойная ходьба. Для разминки можно использовать общеразвивающие упражнения, направленные на основные мышечные группы, а также также ходьбу и легкий бег.

Необходимо отметить тот факт, что результаты проведенных тестов будут отличаться друг от друга, завися от качества разминки. Отсутствие разминки, её недостаточность, а также избыточность способны вызвать утомление организма, неблагоприятно сказаться на результатах, его переносимость.

В то же время, проводить тест вовсе без разминки не рекомендуется. Это способно вызвать серьезное ухудшение самочувствия или обострить имеющееся заболевание.

Старший школьный возраст характеризуется продолжением процесса роста и развития, что выражается в относительно спокойном и равномерном его протекании в отдельных органах и системах. Одновременно завершается половое созревание. В этом возрастном периоде сохраняются еще немалые резервы для улучшения двигательных способностей, особенно если делать это систематически и направленно.

Баскетбол широко используется как средство физического воспитания детей школьного возраста. Систематические занятия спортивными играми способствует всестороннему развитию школьников, особенно положительно влияют на развитие таких физических, как быстрота, скоростная и силовая выносливость, ловкость. Спортивные игры содействуют воспитанию у учащихся морально-волевых качеств: смелости, настойчивости, дисциплинированности, способности к преодолению трудностей.

Мы провели небольшой педагогический эксперимент для обоснования методики развития выносливости у девушек старшего школьного возраста на уроках физической культуры средствами баскетбола, для чего были выбраны учащиеся 10 класса. В этом возрасте наступает благоприятный период для развития выносливости. Это объясняется тем, что функциональные возможности сердца в этом возрасте близки к возможностям сердца взрослого человека.

Мы построили нашу экспериментальную программу на основе традиционной методики с дополнениями, которые по нашему мнению улучшат качество подготовки.

Данная программа была экспериментально проверена и обоснована (методами констатирующего и формирующего эксперимента).

Для определения уровня выносливости девушек было проведено контрольное тестирование, включающее в себя челночный бег 4х9 м, бег 1000 м, передача мяча от груди в стену за 1 мин, Гарвардский степ-тест.

Полученные в ходе эксперимента результаты позволяют судить о том, что предложенная методика эффективна для развития общей и специальной выносливости. Так, были получены достоверные изменения средних значений результатов в тесте «передача мяча двумя руками», «бег 1000м», «степ-тест» в экспериментальной группе после эксперимента по сравнению с исходными показателями.

ПЕДАГОГИЧЕСКАЯ ТЕХНОЛОГИЯ ОПТИМИЗАЦИИ ДВИГАТЕЛЬНОГО РЕЖИМА ШКОЛЬНИКОВ В ТЕЧЕНИЕ УЧЕБНОГО ДНЯ

Пучков С.Ю., магистрант

Института физической культуры и дзюдо

Научный руководитель - В.П. Шрам, к.п.н., доцент

Необходимым условием развития личности школьника является достаточная двигательная активность. Одной из характерных особенностей современного образа жизни школьников является сокращение объемов двигательной активности (гипокинезия) и мышечной работы (гиподинамия) в сочетании с нервно-психическими перегрузками [1, 2, 4]. Малоподвижный образ жизни ведет к снижению работоспособности всего организма и особенно мозга: снижается внимание, ослабляется память, нарушается координация движений, увеличивается время мыслительных операций [1, 3 и др.]. Тезис о приоритетности мероприятий, связанных с охраной здоровья ребенка, повышением его функциональных возможностей, уровнем физической и двигательной подготовленности, является ведущим во всех программах обучения и воспитания общеобразовательных учреждений [4, 5, 6].

Проблема оптимизации учебного режима в общеобразовательной школе во многом соотносится с решением задач сохранения здоровья учащихся, поддержания высокого уровня их работоспособности в процессе учебной деятельности [2, 5, 7]. Вместе с тем, как показывает практика развития современной школы, учебные нагрузки на учащихся постоянно возрастают. Это отражается, в первую очередь, и в достаточно высокой интенсивности процесса овладения учебным материалом (объем содержания на единицу учебного времени в уроке), и постоянно увеличивающимся объемом учебных дисциплин и курсов в учебном плане, и нарастании количества уроков как в дневном, так и недельном учебном цикле [2, 3, 4 6]. Все эти факторы, объединяемые сегодня в понятие «агрессивность школьной среды», оказывают значительные нагрузки на психическую сферу современных школьников, особенно учащихся начальных классов.

Проблемой оптимизации учебной деятельности школьников занималось и продолжает заниматься достаточно большое количество специалистов различного профиля (врачи, гигиенисты, физиологи, педагоги, психологи и т.д.). В выполненных ими научных и экспериментальных работах убедительно показано, что оптимизация двигательного режима во многом зависит от режима дня школы, рационального чередования в нем умственных и физических нагрузок, возможностей использования физкультурно-оздоровительных мероприятий в режиме дня, значительно повышающих двигательную активность учащихся. В свою очередь, решение педагогических задач в отрыве от оздоровительных мероприятий, положительно воздействующих на организм школьников, проявляется в неупорядоченности учебного режима, отсутствии профилактики перегрузки и переутомления, что провоцирует серьезные нарушения в состоянии здоровья учащихся [2, 5].

Одним из главных условий полноценного воспитания и развития личности младшего школьника на этапе школьного обучения является правильно организованное физическое воспитание. В современных условиях значительно возрастает роль рационально организованной двигательной активности детей младшего школьного возраста в сохранении и укреплении их здоровья, развитии двигательных способностей, воспитании физических и нравственно-волевых качеств [4, 6].

Рационально организованный двигательный режим, удовлетворяющий естественную потребность организма детей в движении и обеспечивающий активный отдых учащихся, является важнейшим фактором укрепления здоровья и эффективным средством повышения умственной и физической работоспособности, младших школьников [3, 7]. Оптимально организованная двигательная деятельность детей в условиях школы и семьи с использованием различных форм занятий физическими упражнениями способствует устранению учебной перегрузки, предупреждению

утомляемости учащихся и восстановлению их работоспособности.

В научно-методической литературе имеются значительное количество научных исследований (учебно-методические пособия, статьи, кандидатские и докторские диссертации), посвященные физическому воспитанию и гигиеническому обоснованию режима двигательной активности детей дошкольного и младшего школьного возраста.

Исследованию двигательной активности дошкольников и учащихся начальных классов посвящены диссертационные работы В.В.Борисовой, Н.И. Бурмистровой, Н.В. Егоровой, Н.В. Косачевой, Т.А. Макаровой, Н.Н. Мелентьевой и др.

При этом анализ научной литературы по теме исследования и практики реализации задач физического воспитания школьников позволил выявить ряд противоречий: между распространенным малоподвижным образом жизни обучающихся и возросшими требованиями к укреплению и сохранению их здоровья; между пренебрежительным отношением отдельных школьников к занятиям физическими упражнениями и необходимостью постоянного повышения уровня их двигательной активности.

Проблема повышения эффективности занятий путем изменения содержания этих занятий, комплексного применения всех возможных оздоровительных средств и методов, позволяющих усилить воздействие на психофизические кондиции, является весьма актуальной.

Использование здоровьесберегающих, игровых и проектных технологий в процессе физического воспитания школьников может способствовать повышению уровня физического развития и физической подготовленности учащихся.

Важным этапом всестороннего развития школьников является их двигательная активность в течение учебного дня.

Двигательная активность – это суточная сумма различных движений человека, состоящая из следующих слагаемых: привычная двигательная активность, специально организованная двигательная активность (активный отдых) и рабочая двигательная активность [5].

Разработка и внедрение в образовательный процесс педагогической технологии оптимизирующей двигательную активность школьников в течение учебного дня, является актуальным направлением теоретико-практических исследований.

Анализ научной литературы определил, что организация рационального двигательного режима для учащихся начальной школы имеет большое значение, что обуславливается многими объективными факторами. Так, с переходом от дошкольного воспитания к систематическому обучению в школе суточная двигательная активность первоклассников снижается на 50%. При этом снижение сочетается дополнительно и с тем, что 82-85% учебного времени учащиеся находятся в статическом положении. Объем произвольной (спонтанной) двигательной активности уменьшается у школьников за счет относительно жесткой регламентации учебного процесса и составляет в среднем не более 16-19% от дневного объема двигательной активности. Среди детей каждой возрастно-половой группы встречаются школьники с высоким (от 20000 до 30000 шагов в день) и низким (менее 10000 шагов в день) уровнями двигательной активности.

Педагогическая технология оптимизации двигательного режима школьников в течение учебного дня включает в себя совокупность способов организации учебно-познавательного процесса учащихся и последовательность определенных действий и операций учителя.

Так, для школьников группы «Активные» были организованы: удлиненные подвижные перемены и физкультминутки на уроках.

Для школьников группы «Нормальные» были организованы: утренняя гигиеническая гимнастика, обычные подвижные перемены, удлиненные подвижные перемены, физкультминутки на уроках, подвижные игры после уроков.

Для школьников групп «Средние» и «Пассивные» были организованы: утренняя гигиеническая гимнастика, обычные подвижные перемены, удлиненные подвижные

перемены, физкультминутки на уроках, динамические часы после уроков.

Разработанные модели двигательной активности школьников позволили оптимизировать двигательный режим учащихся. Это подтверждают результаты повторного тестирования школьников. Так, в конце эксперимента число школьников в группах «Активные» и «Нормальные» в ЭГ выросло с 15 школьников до 22 школьников, а в КГ уменьшилось - с 11 школьников до 10 школьников.

При этом, трое учителей отметили снижение утомления на уроке после подвижной перемены, существенное повышение внимания на уроке и повышение работоспособности школьников.

Таким образом, включение в режим дня школьников подвижных игр и физических упражнений, в объеме, позволяющем компенсировать дефицит двигательной активности, способствует повышению работоспособности школьников, снижению общую утомляемость, улучшают самочувствия и настроения.

Учителя отмечают повышение внимания на уроках. Это может быть следствием включения в формы занятий физическими упражнениями игр на активизацию внимания, а также снижения утомления от учебной деятельности путем чередования ее с физической.

Уровень заболеваемости у школьников не изменился, однако за столь короткий промежуток времени сложно добиться существенных перестроек в организме ребенка.

Следовательно, оптимизация двигательного режима младших школьников положительно влияет на развитие ребенка.

Результаты повторного исследования двигательной активности школьников также подтверждают положительную динамику в физическом состоянии детей ЭГ.

Результаты опытно-экспериментальной работы позволяют констатировать эффективность разработанной и включенной системы физических упражнений и подвижных игр в урочные и внеурочные формы организации занятий. Показатели проявления силовых способностей у учащихся ЭГ выросли с 3,8 до 4,3 баллов, показатели проявления быстроты изменились с 4,0 до 4,2 баллов, выносливости – с 3,3 до 4,2 баллов, ловкости - с 3,2 до 4,6 баллов, гибкости - с 3,1 до 3,7 баллов. В КГ уровень физической подготовленности остался практически неизменным. Число активных учащихся, желающих показать свои максимальные физические способности, в ЭГ выросло с 31,5% до 64,7%, а в КГ осталось практически неизменно (29,9% в начале эксперимента, 32,1% в конце эксперимента).

ЛИТЕРАТУРА:

Бурмирова, Н.И. Формирование осанки у детей 6-7 лет в различных формах физического воспитания: Автореф. дисс. канд. пед. наук / Н.И.Бурмирова. -М., 1993.-20 с.

Егорова, Н.В. Фитнес для занятий младших школьников в системе дополнительного образования: автореф. дисс. ... канд. пед. наук: 13.00.04 / Егорова Надежда Вячеславовна. – Смоленск, 2012. – 24 с.

Косачева, Н.В. Воздействие методики комплексного использования средств фитнеса на физическую подготовленность детей младшего школьного возраста: автореф. дисс. ... канд. пед. наук: 13.00.04 / Косачева Наталья Викторовна. – Малаховка, 2012. – 26 с.

Мелентьева, Н.Н. Формирование осанки у младших школьников с нарушением зрения в процессе занятий физическими упражнениями в специальной (коррекционной) школе: автореф. дис. ... канд. пед. наук: 13.00.04 / Мелентьева Наталия Николаевна. – СПб., 2004. – 20 с.

Тхагова, Ф. Р. Оптимизация режима двигательной и учебной деятельности школьников : Дис. ... канд. пед. наук/ Ф. Р. Тхагова: 13.00.04 : Майкоп, 2001, - 173 с.

Ростомашвили, Л.Н. Педагогические технологии в адаптивном физическом воспитании детей младшего школьного возраста со сложными нарушениями развития: автореф. дис... д-ра пед. наук /Ростомашвили Людмила Николаевна. - СПб., 2014. - 42 с.

Чернобыльская, Е.В. Использование средств ритмической гимнастики в физическом воспитании слепых и слабовидящих детей : автореф. дис. ... канд. пед. наук: 13.00.04 / Чернобыльская Е.В. – СПб., 1999. – 24 с.

РЕЗУЛЬТАТИВНОСТЬ СПОРТИВНОЙ ДЕЯТЕЛЬНОСТИ И ЕЕ СОСТАВЛЯЮЩИЕ

*Е.Д. Пчелинцев, студент ИФК и дзюдо
И.В. Вержбицкий, канд. пед. наук, доцент
Институт физической культуры и дзюдо*

В современных условиях жизни человека достижение им успехов в деятельности на производстве, в совместном труде, в быту, в общении в значительной мере зависит от умения регулировать свое поведение, сдерживать свои чувства, контролировать настроение, считаясь с требованиями окружающих и ситуации.

Это относится целиком и полностью к такому сложному и важному виду человеческой деятельности, как спорт. Важнейшей составляющей результативности спортивной деятельности является достижение высокого результата в рамках соревнований. То есть, под результативностью подготовки в спортивной деятельности понимается стабильное выполнение, в первую очередь, соревновательной программы, то есть достижение запланированных результатов, определяющихся подготовленностью спортсмена.

Проведение соревнований, где от спортсмена требуется полная отдача, работа на пределе своих возможностей, создает ситуации, в которых спортсмену необходимо регулировать свое состояние. Если физические нагрузки велики, а спортсмен плохо управляет своим состоянием, возникает чрезмерное психическое напряжение, которое снижает эффективность деятельности, приводит к ее дезорганизации, а в результате к проигрышу, что может привести к потере уверенности в себе, к депрессии.

Бесспорно, что как среди слагаемых успеха, так и среди причин поражения в спортивном соревновании определенная доля принадлежит психическому состоянию спортсмена, которое проявляется как до соревнования, так и во время соревнования. Современный уровень науки о спорте позволяет признать зависимость результативности и надежности соревновательной деятельности спортсмена от его психического состояния, предшествующего или сопровождающего ее.

Результативность соревновательной деятельности определяется рядом факторов, в основном субъективного характера. К ним относятся следующие:

- 1) биомеханический фактор, обуславливающий кинематику деятельности (движений) и обеспечивающий результативность техники движений;
- 2) медико-биологический фактор, обеспечивающий результативность и надежность функций за счет функциональных возможностей организма. Результативность деятельности зависит, прежде всего, от энергетики организма как биологической системы;
- 3) психологический фактор, являющийся самым главным, определяющим результативность соревновательной деятельности спортсмена, представляющий своеобразный «мобилизатор» всех функций организма. Данный фактор представляет собой комплекс личностных характеристик спортсмена, одной из которых является мотивация.

Как утверждают В.А. Плахтиенко, Ю.М. Блудов и ряд других авторов, результативность соревновательной деятельности спортсмена обусловлена надежностью и состоянием готовности к соревнованию. Одним из составляющих компонентов психической надежности спортсмена и состояния готовности к соревнованию является мотивация [3 и др.].

Понимание психики как главного «программиста и организатора» деятельности человека, способного отражать окружающую действительность, дает возможность глубже понять закономерности результативности спортивной деятельности и обеспечить

подготовку спортсмена к выполнению двигательных действий в соревновательной обстановке. На основе своевременного и целенаправленного развития спортивной мотивации у занимающихся спортом можно добиться планируемой результативности у спортсмена в соревновательных условиях.

Соревновательная деятельность спортсмена существенно отличается от тренировочной, так как соревнование является достаточно трудным условием для выполнения физических упражнений. Для одних спортсменов соревнование представляет собой серьезное и трудное испытание, для других – является естественной деятельностью. Это определяется таким свойством личности как соревновательность, состязательность.

Влияние соревновательных условий на результативность деятельности спортсмена имеет объективную основу. Психическое напряжение, возникающее в соревновательных условиях и представляющее собой эмоциональный фон, обуславливает возникновение специфического физиологического фона, который приводит к сдвигам в деятельности функциональных систем организма, в частности, к изменению чувствительности двигательного анализатора, эффективности реализации особенностей внимания и некоторых других факторов, оказывающих существенное влияние на результативность соревновательной деятельности спортсмена.

Во время соревнований у спортсмена возникает психическое напряжение, вызывающее длительное рефлекторное напряжение мышечных групп, прежде всего антагонистов тех мышц, которые выполняют наиболее важные функции в соревновательной деятельности. Для преодоления возросшего сопротивления спортсмену приходится затрачивать дополнительные усилия, приводящие к нерациональному расходованию энергетических ресурсов.

Соревновательная деятельность дзюдоистов, как и представителей других видов спортивной борьбы, имеет существенные отличия от тренировочной деятельности, заключающиеся в следующем:

- соревнования всегда значимы для спортсменов;
- публичность соревнования, присутствие зрителей придают деятельности борцов новое свойство, отличающееся от тренировочных занятий;
- соревнования представляют собой ситуацию с повышенной степенью неопределенности;
- противоборство соперника, желающего выиграть;
- субъективность судейства;
- лимит времени для принятия и исполнения решений.

Воздействие данных соревновательных условий стимулирует возникновение у борцов состояния нервно-психического напряжения, существенно отличающегося от тренировочного состояния.

Характер и степень воздействия соревновательных факторов на спортсменов индивидуальны и во многом зависят от личностных особенностей. Факторы объективной соревновательной ситуации влияют на деятельность спортсмена преимущественно через воздействие на его психическую сферу. Так, Р.М. Найдиффер считает, что главной причиной снижения результативности баскетболиста при выполнении штрафных бросков является присущая ему высокая тревожность. Автор указывает, что в азарте непосредственной игры ее влияние снижалось, но существенно повышалось во время остановки игры, когда баскетболисту необходимо было выполнять штрафные броски. Нечто аналогичное наблюдается и у некоторых волейболистов при выполнении подачи мяча [2].

Результативность соревновательной деятельности борцов в определенной степени обуславливается вниманием спортсмена. В психологии спорта различают узкое внимание, характеризующееся полной сосредоточенностью на предмете, и широкое, не столь интенсивное. В различные моменты спортивного состязания внимание может быть

направлено на внешние объекты или на внутренние ощущения или мысли. Так, Р.М. Найдиффер выделяет следующие типы внимания:

- первый – широкое с внутренней направленностью;
- второй – широкое с внешней направленностью;
- третий – узкое с внешней направленностью;
- четвертый – узкое с внутренней направленностью [2].

По-видимому, наиболее эффективным и приемлемым для борцов является третий тип внимания.

Следует отметить, что для высокой результативности соревновательной деятельности борцов важна и такая характеристика внимания, как пластичность – способность переключать внимание с внутренних ощущений на внешние события и объекты. В этом случае соблюдается оптимальное соотношение контроля за внешними объектами и внутренним состоянием. Спортсмен, неспособный к быстрому переключению с внутренних переживаний на внешние события и объекты, опаздывает с восприятием действий соперников и партнеров.

Пластичность (подвижность) внимания характеризуется способностью суживаться, расширяться, концентрироваться на внешних объектах или мыслях и ощущениях в зависимости от ситуации. Соревновательный стресс, воздействуя на недостаточно подготовленных, эмоционально неустойчивых спортсменов, парализует в первую очередь их внимание, снижает его эффективность, и это может сказываться отрицательно на результативности их соревновательной деятельности.

В соревновательной деятельности очень ярко проявляются эмоции, влияющие на результативность деятельности спортсмена. Значение эмоций в спортивных соревнованиях велико: они являются необходимым психическим условием активной борьбы за результат. Без эмоций не может осуществляться соперничество, активные действия, которые возможны лишь при определенной степени нервного возбуждения.

Эмоции выполняют функции уравнивания организма с внешней средой и рассматриваются как приспособительная реакция саморегуляции организма. Эмоции связаны с процессами возбуждения и торможения и способны как стимулировать, так и угнетать физиологические процессы.

Эмоциональное возбуждение имеет положительное значение только при определенной степени его интенсивности и при направленности на выполнение основных задач соревновательной деятельности. В этой связи спортсменов важно научить формированию и сохранению оптимального уровня эмоционального возбуждения, умению направлять его на выполнение задач, стоящих перед спортсменами. Как считают Г.Д. Бабушкин, А.П. Шумилин, А.И. Чикуров, в случае повышения нервно-психического возбуждения и совпадения его с состоянием тревоги, беспокойства оно является неблагоприятным фактором для реализации потенциальных возможностей спортсмена и не позволяет достичь результатов, к которым он стремился [1].

Характерным признаком соревновательной деятельности в спорте является слияние в ней субъекта и объекта деятельности. Индивидуально-психологические особенности личности и её биологические возможности включаются в структуру деятельности как внутренние условия и средства и определяют характеристики соревновательного стресса, обуславливая степень его воздействия на эффективность деятельности.

Поскольку в спортивной борьбе предстартовое психическое состояние подвержено значительным изменениям в процессе поединка, то возникает проблема управления психическим состоянием, которая связана с поиском тех звеньев в структуре соревновательной деятельности, которые определяют возникновение стресса и могут быть подвергнуты воздействиям.

Таким образом, результативность соревновательной деятельности во многом определяется психической надежностью спортсмена, в которой выделяются следующие составляющие:

1) соревновательно-эмоциональная устойчивость, определяющая адекватность эмоциональной оценки ситуации и соразмерность эмоциональных реакций в соревнованиях;

2) саморегуляция, проявляющаяся в способности произвольно регулировать сдвиги в эмоциональной, двигательной и функциональной сферах;

3) мотивационно-энергетический компонент, отражающий состояние внутренних потребностей, способствующих более полному проявлению возможностей спортсмена;

4) помехоустойчивость, характеризующая устойчивость функционального состояния и двигательных компонентов в ситуациях различной напряженности.

Для борцов-дзюдоистов фактором, определяющим психическую надежность спортсмена, является соревновательно-эмоциональная устойчивость и мотивационно-энергетический компонент. Для борца самое важное – это найти в себе силы провести поединок с подъемом, не теряя эмоционального контроля над собой, сохраняя при этом устойчивую мотивацию. Эти составляющие психической надежности, как показывают исследования В.Н. Смоленцевой, более успешно развиваются на этапе начальной спортивной специализации, чем на этапе спортивного совершенствования [5].

По мнению А.В. Родионова (2004), результативность соревновательной деятельности спортсменов определяется необходимым уровнем эмоциональной устойчивости и когнитивных процессов и зависит от уровня психической работоспособности [4]. Это в полной мере можно отнести и к подготовке дзюдоистов: без высокой психической работоспособности не может быть высокой физической работоспособности, так как проявление физических качеств обуславливается психическими качествами личности.

Психическая работоспособность, как показывают исследования А.В. Родионова (1983, 2004), В.А. Плахтиенко, Ю.М. Блудова (1983), связана с надежностью спортсмена. Психическая надежность спортсмена обозначает ту характеристику спортсмена, от которой во многом зависит способность эффективно и устойчиво действовать в самые эмоционально напряженные моменты соревнования.

Для высокой результативности в спорте недостаточно иметь определённые свойства темперамента, соответствующие двигательные способности, хорошие функциональные возможности. Важным является умение реализовать свои потенциальные возможности именно тогда, когда условия борьбы создают максимум препятствий для этого. Важным является также в процессе всего соревнования сохранение готовности в нужный момент отдать все силы для победы.

Психическая работоспособность спортсмена проявляется также в психических состояниях. Пока психическое состояние спортсмена адекватно условиям соревновательной деятельности, можно говорить о высокой психической работоспособности. В противном случае психическая работоспособность снижается. Психическая работоспособность проявляется и в уровне развития психических качеств. Так, в спортивной борьбе – это проявление перцептивных (восприятие ситуации), интеллектуальных (оценка ситуации и принятие решения), сенсомоторных (выполнение технико-тактических действий в соответствии с сигналами) качеств.

Особо следует остановиться на помехоустойчивости как факторе результативности соревновательной деятельности. Помехоустойчивость понимается как способность сохранять эффективность психической деятельности в условиях помех. Очевидно, что без хорошей помехоустойчивости не может быть высокой работоспособности. В качестве помех в борьбе выступают неожиданные действия соперника, реакция зрителей, необъективное судейство и др. Помехоустойчивость тесно связана с эмоциональной

устойчивостью спортсмена. Поэтому для повышения помехоустойчивости борцов следует развивать эмоциональную устойчивость.

Таким образом, наряду с другими компонентами, составляющими результативности спортивной деятельности на современном этапе являются психическая надежность спортсмена, соревновательно-эмоциональная устойчивость, помехоустойчивость, мотивационно-энергетический компонент психической и физической работоспособности.

ЛИТЕРАТУРА:

1. Бабушкин, Г.Д. Модель управления психологической подготовкой высококвалифицированных дзюдоистов к соревнованиям [Электронный ресурс] / Г.Д. Бабушкин, А.П. Шумилин, А.И. Чикуров. – Режим доступа: <http://lib.sportedu.ru/press/sp/2009n2/p37-39.htm>

2. Найдиффер Р. Мысленная тренировка спортсменов / Р. Найдиффер // Спортивная психология в трудах зарубежных специалистов. - М.: Советский спорт, 2005. - С. 8-20.

3. Плахтиенко, В.А. Надежность в спорте / В.А. Плахтиенко, Ю.М. Блудов. – М.: ФиС, 1983. – 48с.

4. Родионов А. В. Влияние психологических факторов на спортивный результат / А.В. Родионов. - М., 1983. – 345 с.

5. Смоленцева, В.Н. Психическая саморегуляция в процессе подготовки спортсменов/ В.Н. Смоленцева. - Омск: СибГУФК, 2013. – 196 с.

СОДЕРЖАНИЕ И УСЛОВИЯ ОБЕСПЕЧЕНИЯ КОМПЛЕКСНОЙ БЕЗОПАСНОСТИ ОБЩЕОБРАЗОВАТЕЛЬНОЙ ШКОЛЫ

*С.А. Сааков, студент ИФК и дзюдо
Е.Г. Вержбицкая, канд. пед. наук, доцент
Институт физической культуры и дзюдо*

Современные условия глобальной жизнедеятельности влияют на изменение ситуации, связанной с готовностью любого государства мира к чрезвычайным ситуациям природного и техногенного характера, которая, в действительности, во многом основывается не только на уровне подготовке соответствующих служб и структур, но и зависит от степени общей готовности населения. В основе такой готовности лежит, прежде всего, широкое информирование населения о содержании и специфических характеристиках возможных чрезвычайных ситуаций, а также обучение людей навыкам рациональных действий по защите и спасению, оказания первой помощи и психологическим основам выживания [3].

Практический опыт пребывания человека в опасных ситуациях, отмечаемый статистикой, подтверждает, что человек, обладающий даже самыми минимальными знаниями о выполнении охранно-защитных функций, первой помощи, самозащиты, в критической ситуации тратит меньше времени на оценку происходящего, меньше подвержен паническим состояниям, способен более объективно идентифицировать опасность, оценивать количественные и качественные параметры исходящей угрозы. Такой человек намного эффективнее взаимодействует с различными структурами, занимающимися ликвидацией последствий чрезвычайной ситуации, оказывает им посильную рациональную помощь [3]. Известны факты, подтверждающие истинность того, что даже один хорошо подготовленный человек из десятков работников учреждения или предприятия может существенно снизить количество пострадавших и погибших, объемы причиненного ущерба, если он обучен и способен грамотно организовать эвакуационные мероприятия, оперативно вызвать экстренные службы и предоставить им наиболее полную информацию о происходящем чрезвычайном происшествии или сложившейся чрезвычайной ситуации.

В содержании комплексной научной дисциплины «Безопасность жизнедеятельности» под чрезвычайной ситуацией понимается сложившаяся в результате аварии, опасного природного явления, катастрофы, стихийного или иного бедствия обстановка на определенной территории, при которой могут быть человеческие жертвы, наносится ущерб здоровью людей или окружающей природной среде, происходят значительные материальные потери и нарушение условий жизнедеятельности людей [3].

В целях организации обучения населения по выполнению рациональных действий при чрезвычайных ситуациях разработаны и повсеместно внедряются программы обязательного обучения государственных служащих, рабочих и сотрудников учреждений, предприятий и организаций по подготовке их к необходимым действиям при угрозе и возникновении производственных аварий, техногенных катастроф и стихийных природных бедствий, опасностей, возникающих при ведении военных действий или вследствие этих действий, а также в условиях различных чрезвычайных ситуаций в повседневной деятельности.

Формирование постоянной готовности сотрудников и учащихся общеобразовательных учреждений к действиям в чрезвычайных ситуациях определяется как комплексная безопасность образовательного учреждения и включает совокупность мер и мероприятий, разрабатываемых и проводимых администрацией образовательного учреждения (школы), осуществляемых во взаимодействии с органами местного самоуправления, правоохранительными структурами, другими вспомогательными службами и общественными организациями, в целях обеспечения его безопасного функционирования [1, 2].

Формы и методы работы по безопасности и защищенности объектов школы включают совершенствование материально-технической базы и оснащенности школы техническими средствами охраны и контроля; изучение нормативно-правовой базы, а также обучение педагогического персонала, сотрудников и обучающихся приемам рациональных действий в условиях чрезвычайных ситуаций.

На людей, находящихся в экстремальных условиях чрезвычайной ситуации, наряду с другими поражающими факторами, действуют и психотравмирующие обстоятельства. Типичными характеристиками поведенческих реакций человека, оказавшегося в чрезвычайной ситуации, являются страх, тревога, подавленность, беспокойство, стремление выяснить истинные размеры возникшей критической ситуации, паническое состояние, что зачастую усиливает отрицательные последствия, вызванные чрезвычайными ситуациями, и снижает возможности их минимизации.

Под комплексной безопасностью общеобразовательной школы понимается система разрабатываемых и осуществляемых мер и мероприятий, проводимых администрацией школы во взаимодействии с органами местного самоуправления, структурами правопорядка, а также другими вспомогательными службами и общественными организациями с целью обеспечения ее безопасного функционирования, а также формирования готовности сотрудников и учащихся к действиям в возможных чрезвычайных ситуациях [2].

Следовательно, комплексная безопасность образовательного учреждения представляет собой состояние активной защищенности школы от реально возникающих и возможных угроз социального, техногенного и природного характера, характеризующее ее прогнозируемое безопасное функционирование и достижение необходимого уровня культуры безопасности участников образовательного процесса.

Способы разумной жизнедеятельности человека, нацеленные на обеспечение его безопасности, формируют у индивида культуру безопасности, а также влияют на позитивные результаты этой жизнедеятельности и уровень развития личности в этой области [3].

Для достижения поставленной цели в виде формирования культуры безопасности обучаемых следует организовать в образовательном учреждении решение следующих

задач:

- формирование рациональных целенаправленных, с точки зрения обеспечения безопасности жизнедеятельности, поведенческих мотивов;
- развитие качеств личности, определяющих безопасное поведение в окружающем мире;
- формирование способностей быстрого реагирования и принятия безопасных решений в быту;
- привитие знаний, умений, навыков по идентификации и снижению индивидуальных и коллективных рисков;
- выработка качеств, определяющих степень морально-психологической устойчивости личности в условиях опасных и чрезвычайных ситуаций.

Основными руководящими документами по организации безопасности школы, наряду с документами федерального уровня, являются инструктивные и нормативные документы отраслевых органов управления образованием, локальные акты образовательного учреждения, такие как приказы директора по обеспечению безопасности школы, функциональные инструкции сотрудников, примерные требования по безопасности, положение о контрольно-пропускном режиме школы и др.

На основе данных документов в школе разрабатывается и утверждается «Паспорт безопасности школы», по которому строится вся работа по организации комплексной безопасности школы.

Особое внимание администрация школы уделяет организации контрольно-пропускного режима, который вводится в образовательных учреждениях в целях обеспечения безопасности обучающихся, работников и обслуживающего персонала, сохранности имущества, предотвращения террористических актов.

Контрольно-пропускной режим представляет собой комплекс норм и правил, регламентирующих порядок прохода лиц, проезда автотранспортных средств, вноса и выноса, ввоза и вывоза материальных ценностей, а также других форм проникновения и пребывания в здании и на территории школы.

Ответственность за соблюдение контрольно-пропускного режима возлагается на специалистов физической охраны (сторожей), дежурных администраторов, осуществляющих охрану учреждения, и заместителя директора по безопасности.

Важное место в формировании комплексной безопасности образовательного учреждения занимает и формирование готовности сотрудников школы к рациональным действиям в чрезвычайных ситуациях отводится проведению практических занятий – тренировок, которое включает в себя решение практических задач, связанных достижением общей цели. Задачи практических занятий сводятся к следующим действиям.

1. Обучение сотрудников умению идентифицировать исходное событие.
2. Проверка готовности к эвакуации и действиям в условиях чрезвычайных ситуаций.
3. Поддержание на современном уровне профессиональной и психофизиологической готовности персонала, необходимой для осуществления действий по эвакуации людей и действий в условиях чрезвычайных ситуаций.
4. Обучение навыкам и действиям по предотвращению возможных чрезвычайных ситуаций. Обучение правилам оказания первой помощи пострадавшим на пожаре, правилам пользования индивидуальными средствами защиты.
5. Обучение порядку и правилам взаимодействия сотрудников школы с подразделениями МЧС, МВД, ФСБ и медицинским персоналом.
6. Выработка у сотрудников школы навыков и способности самостоятельно, быстро и безошибочно ориентироваться в чрезвычайных ситуациях, определять решающее направление действий и принимать правильные меры по предупреждению или ликвидации чрезвычайных ситуаций.

7. Отработка организации немедленного вызова подразделений МЧС и последующих действий при срабатывании установок автоматической противопожарной защиты, обнаружении задымления или пожара.

8. Обучение приемам и способам спасения людей и материальных ценностей, организации эвакуации.

9. Проверка умения руководителя четко координировать действия по организации ликвидации возможной (условной) чрезвычайной ситуации до прибытия подразделения МЧС, МВД, ФСБ.

Таким образом, комплексная безопасность образовательного учреждения достигается путем всемерной реализации всеми членами школьного коллектива специально разработанной системы мер и мероприятий правового, организационного, технического, психолого-педагогического, кадрового, финансового характера.

В результате системной реализации основных мер и мероприятий достигается состояние комплексной защищенности учебного заведения, состоящей из следующих показателей:

1. Реализация плановой работы по антитеррористической защищенности образовательного учреждения.

2. Организация охраны школьных зданий и территории, которая включает в себя следующее:

- физическая охрана и контроль для своевременного обнаружения и предотвращения опасных ситуаций; осуществление пожарного надзора;

- обеспечение контрольно-пропускного режима, исключающего несанкционированное проникновение в здания и на школьную территорию граждан и техники, защиты персонала и обучающихся от насильственных действий;

- обеспечение инженерно-техническими средствами укрепления (ограждения, металлические двери, распашные решетки) и инженерно-технического защитного оборудования (охранная сигнализация; тревожно-вызывная сигнализация, видеонаблюдение; ограничение и контроль доступа; пожарная сигнализация).

3. Выполнение плановой работы по обеспечению условий гражданской обороны на территории школы.

4. Выполнение норм пожарной безопасности.

5. Соблюдение норм охраны труда и техники безопасности.

6. Выполнение требований электробезопасности.

7. Профилактика правонарушений и нарушений ПДД среди обучающихся и сотрудников школы.

8. Недопущение проникновения в школу наркотических средств и психотропных веществ.

9. Готовность персонала и школьников к оказанию пострадавшим первой помощи.

Ответственность за реализацию действий по обеспечению безопасности школы возлагается на заместителя директора по безопасности. Основной целью в его функциональной деятельности является решение практических задач: по организации работы по обеспечению безопасности, антитеррористической защищенности школы, по обеспечению физической охраны и контрольно-пропускного режима, а также противодействие экстремизму, обеспечение противопожарной безопасности и электробезопасности, предупреждение производственного травматизма, поддержание дисциплины и порядка.

В школах планомерно ведется работа с нормативными документами по обеспечению антитеррористической защиты, разрабатываются планы работы по безопасности образовательного учреждения, осуществляются меры по охране на время проведения культурно-массовых мероприятий, действуют планы эвакуации из зданий в случае чрезвычайной ситуации.

Наряду с пожарной безопасностью важнейшим направлением обеспечения

комплексной безопасности школы является антитеррористическая защита. Сегодня одним из основных действующих принципов борьбы с терроризмом является первичность мер предупреждения опасности. Поэтому первостепенными в ряду возможных мер антитеррористической защищенности школы являются меры предупреждения и профилактики.

В этом направлении вся работа администрации школы, ее педагогического коллектива и персонала направлена на комплексную реализацию организационных и инженерно-технических мероприятий, направленных на обеспечение охраны образовательного учреждения.

В школе должен быть установлен пропускной режим допуска родителей и посетителей, автотранспорта; обеспечен круглосуточный контроль за вносимыми (ввозимыми) грузами и предметами ручной клади. Максимально сводится нулю возможность нахождения в непосредственной близости и на территории школы неопознанных по наличию владельцев, бесхозных транспортных средств. Для обеспечения пожарной безопасности производится своевременный вывоз с территории образовательного учреждения твердых бытовых отходов. Осуществляется ежедневный предупредительный контроль помещений для проведения занятий, подвалов, подсобных помещений, проверка состояния решеток и ограждений, запоров, наличие необходимых ключей и т.д.

Перечисленные меры и мероприятия применяются не только в интересах соблюдения антитеррористической защищенности, но и для обеспечения комплексной безопасности образовательного учреждения от всех видов реальных угроз социального, антропогенного и природного характера.

ЛИТЕРАТУРА:

1. Ершов, Д.В. Безопасность личности как цель социально-педагогической деятельности / Д.В. Ершов // Социальная педагогика. – 2017. – № 2. – С. 123-128.
2. Зайцев, А.П. Чрезвычайные ситуации: краткая характеристика и классификация / А.П. Зайцев. – М., 1997. – 78 с.
3. Михайлов, Л.А. Безопасность жизнедеятельности: Учебник для вузов / Л.А. Михайлов [и др.]. – СПб.: Питер, 2010. – 461 с.

ПОСЛЕДСТВИЯ ОПАСНЫХ СИТУАЦИЙ СОЦИАЛЬНОГО ХАРАКТЕРА НА ПРИМЕРЕ МАССОВОГО ПОВЕДЕНИЯ ЛЮДЕЙ В УСЛОВИЯХ ТОЛПЫ

*Д.А. Савинова, студент ИФК и дзюдо
Е.Г. Вержбицкая, канд. пед. наук, доцент
Институт физической культуры и дзюдо*

В процессе своей жизнедеятельности человек постоянно сталкивается с различными формами социальной напряженности, которые порой перерастают в экстремальные, неконтролируемые сознанием ситуации, приобретающие характер массовых беспорядков. Массовые беспорядки, как правило, связаны с возможностью образования толпы. Они наиболее часто возникают во время митингов, демонстраций, спортивных соревнований, шоу-представлений и т.д. Толпа по своей природе опасна в широком смысле: и для ее участников, и для окружающих. Толпа – это не просто скопление людей. Для того, чтобы массовое скопление мирных людей превратилось в опасную, агрессивную по своей сути толпу, способную на массовые деструктивные действия, нужны не только внутренние предпосылки (массовые настроения), но и фактор внешнего воздействия. К таким факторам относятся паника, вызванная, например, стихийным бедствием или пожаром, проявление массового недовольства, заражением общим массовым настроением и др.

Причины возникновения толпы, как отмечает многолетняя практика, могут быть разные, но в результате их воздействия в какой-то момент е развития преобладающая критическая масса индивидуальностей превращается в самостоятельно работающий

«механизм», подчиняющийся единым законам, где человеку отводится роль «винтика». «Подчиненность каждого всем!» – главный закон толпы.

По характеру возникновения массовые беспорядки могут быть преднамеренные (в том случае, если они спровоцированы действиями определенных социальных сил) или непреднамеренные (при условии, что они возникли стихийно, под влиянием каких-то объективных факторов). При этом первопричиной, основой массовых беспорядков всегда будут выступать неразрешенные противоречия на стадии их перерождения в прямое противостояние, открытый конфликт интересов, позиций, мнений [4].

Важную роль в общей характеристике массовых беспорядков занимает представление о массовых настроениях. Они, как особые психологические состояния, являются переходной стадией от непосредственных эмоций к более или менее осознанным действиям. Массовые настроения имеют ряд специфических особенностей: прежде всего они быстро распространяются и обладают высокой степенью заразительности для окружающих; прямой и управляемый контроль над ними со стороны сознания затруднен. Поэтому массовые настроения относительно легко и быстро объединяют тех, кто находится в сходных условиях жизни, формируя чувство общности «мы». Психологи отмечают, что эта общность «мы» направлена против неких «они», имеющих иное социально-политическое положение. В таком противостоянии массовые настроения определяют и суть социального конфликта.

Истоки формирования массового сознания кроются во взаимодействии двух факторов: объективного, или предметного, фактора, который представлен образом реальной действительности, и субъективного, как суммы разных представлений людей о реальной действительности, ее различных оценок в свете собственных интересов и потребностей.

Выраженность и направленность массовых настроений в обществе зависит, в первую очередь, от степени однородности его социально-политической структуры. Чем более подвержена дифференциации эта структура, тем больше появляется различных групп, обладающих собственными потребностями и интересами, причем каждая из них может иметь и выражать свои специфически окрашенные настроения.

Различные массовые интересы, зарождаясь в определенных социальных группах и слоях, распространяются очень быстро и охватывают практически все сообщество. Наиболее результативно этот процесс развивается при социально-экономических, политических кризисах, в ходе значительных изменений существующих устоев социально-политической системы.

В процессе такого воздействия выполняется социально-психологическая функция как одна из основных функций массовых настроений: они обеспечивают формирование и мотивационное обеспечение социально-политических действий значительно масштабных масс людей. Объединяя изнутри разнородную человеческую массу, они проявляются в массовых действиях и выступлениях, сначала иницируя, а затем – регулируя социально-политическое поведение, и тем самым способствуют динамичному изменению общества [3].

Чтобы сдерживать процесс развития негативных массовых настроений, необходимо привести в соответствие объем притязаний и возможность их достижения на данном этапе жизнедеятельности сообщества. Если такое сдерживание не приводит к стабилизации, то возникают массовые беспорядки. В ходе беспорядков происходит выбрасывание в окружающую социальную среду «негативной энергии», накопившейся в обществе в процессе нарастающего неудовлетворения каких-либо социальных притязаний больших масс людей. Массовые беспорядки могут оформляться стихийно, так и целенаправленно, но и в том, и в другом случае они несут в себе серьезный негативный заряд и представляют значимую опасность для спокойствия и общества в целом, и каждого человека.

В Федеральном Законе «О противодействии экстремистской деятельности» четко прописано, что осуществление массовых беспорядков, хулиганских действий и актов вандализма по мотивам идеологической, политической, расовой, национальной или религиозной ненависти либо вражды, а, равно как и по мотивам ненависти либо вражды в отношении какой-либо социальной группы относится к понятию «экстремистская деятельность (экстремизм)».

В Федеральном Конституционном Законе «О чрезвычайном положении» отмечается, что в соответствии с законодательством чрезвычайное положение вводится лишь при наличии обстоятельств, которые представляют собой непосредственную угрозу жизни и безопасности граждан или конституционному строю Российской Федерации и устранение которых невозможно без применения подобных чрезвычайных мер. Такими обстоятельствами, наряду с другими явлениями, могут быть и массовые беспорядки.

В характеристике массовых беспорядков значимое место отводится самому массовому объединению людей: то есть соединению понятия «массовые беспорядки» с проявляющимися в них активными действиями множества участников (лиц), нарушающих установленный в соответствии с законом порядок в публичных местах. Такое объединение людей принято определять как толпу. Рассмотрим некоторые определения толпы.

По мнению Л.А. Михайлова, толпа – это бесструктурное скопление людей, лишенных ясно осознаваемой общности целей, но связанных между собой сходством эмоционального состояния и общим объектом внимания [4].

По другому определению, толпа – это контактная, неорганизованная общность, характеризующаяся высокой степенью конформизма составляющих ее индивидов, действующих эмоционально и относительно единодушно [2].

Толпа обладает рядом специфических характеристик, одна из которых заключается в том, что толпа оказывает сильное психологическое давление на индивидов. В ней в условиях анонимности происходит растворение индивидуальности каждого отдельно взятого участника толпы в принятом в обществе понимании этой характеристики, размывание индивидуальной ответственности за свое поведение ее членов.

В различных условиях могут формироваться разные общности людей, каждая из которых характеризуется как толпа. Это – и болельщики на стадионе, и зрители шоу-концертов, и лица, проявляющие любопытство в различных обстоятельствах, и пассажиры пригородного транспорта, столпившиеся на вокзале или платформе. Такие же общности образуются из числа посетителей парков, выставок, дискотек, участников похоронных процессий, митингов, демонстраций, имеющих мирный характер, и участников массовых беспорядков. Поведение каждой из них имеет свои особенности. Различают несколько видов толпы: простая (оказиональная), экспрессивная, конвенциональная, действующая и др.

Простая (оказиональная) толпа представляет собой скопление лиц, желающих получить информацию о событиях или явлениях, очевидцами которых они стали по случайному стечению обстоятельств. Обычно ее образуют люди, испытывающие потребность в острых ощущениях и впечатлениях, иначе говоря, любящие «поглазеть». Такая толпа может объединять от нескольких десятков до нескольких сотен человек. Поводами для ее скопления могут служить какое-либо происшествие (например, авария, пожар), поведение лиц, не соответствующее общепринятым нормам, необычное явление и т. п. Подобная толпа не представляет опасности, хотя и создает помехи и неудобства. В то же время при определенных ситуациях она может превратиться в агрессивную, опасную для окружающих.

Экспрессивная толпа – это группа людей, совместно выражающих чувство радости, горя, гнева и так далее. Так, поклонники рок-музыкантов, эстрадных звезд отличаются высокой экзальтированностью в поведении, нередко вызванной алкоголем и наркотиками.

Праздничные шествия, похоронные процессии также носят, как правило, экстремальный заряд, что необходимо учитывать при их организации и проведении.

Конвенциональная толпа связана интересом к какому-либо заранее объявленному массовому развлечению и готовая, часто лишь временно, следовать диффузным нормам поведения. Она образуется, например, во время спортивных состязаний. Болельщики на стадионе ведут себя так, как не ведут себя в других ситуациях. Фанаты представляют реальную угрозу для общественной безопасности, чему есть немало примеров. Как правило, по своему составу значительная часть болельщиков – не просто любители футбола, а лица, испытывающие к какой-либо из команд чувство симпатии (преимущественно к местной) или антипатии (чаще всего к приезжей).

Действующая толпа включает в себя подвиды. Она может быть:

- панической, или стихийно спасающейся в состоянии паники (массового страха при мнимой или реальной угрозе – стихийных бедствиях, пожарах, катастрофах, эпидемиях, террористических акциях в местах массового скопления людей);

- стяжательской, вступающей в неупорядоченный непосредственный конфликт за обладание какими-то ценностями. Например, у магазинов при продаже товаров, пользующихся большим спросом, у касс, реализующих билеты на зрелищные представления, на транспорт (в частности, на поезда при ограниченном количестве посадочных мест), а также при входе в павильоны популярных выставок, концертных залов, стадионов;

- агрессивной, отличающейся высшей степенью эмоционального возбуждения и противоправным поведением, особенно опасным, когда оно приобретает характер массовых беспорядков (погромы, поджоги, убийства), и состоящей из группировок, совершающих антиобщественные действия (фанаты, хулиганы, различного рода банды и пр.), или участников группировок социального протеста (несанкционированных митингов, демонстраций, разного рода выступлений, революционных переворотов и т.п.).

Также исследователями феномена толпы выделяется еще одно ее важное свойство: при определенных обстоятельствах она легко превращается из одного вида в другой [3]. Чаще всего это происходит при заданном ролевом участии людей в толпе. В зависимости от выполняемой роли выделяются следующие категории участников толпы (таблица 2).

Таблица 2.

Категории участников толпы

Категория	Характеристика действий и роли в толпе
организаторы	проводят подготовительную работу по планированию и проведению массовых действий, включая выбор времени и повода для начала акции
зачинщики (подстрекатели)	разворачивают активную подстрекательскую деятельность, направляют действия участников, распределяют роли, распространяют провокационные слухи и т. п.
активные участники	составляют ядро массовых действий и образуют самую опасную (ударную) группу
конфликтные личности	примыкают к активным участникам массовых действий исключительно из-за появившейся возможности в анонимной обстановке разрядить эмоциональное напряжение, дать выход своему необузданному нраву, склонны к хулиганским действиям и правонарушениям
добровольно заблуждающиеся	становятся участниками массовых действий либо из-за ошибочного восприятия причин сложившейся обстановки, либо из-за ложно понимаемого принципа, либо под влиянием слухов
эмоционально-	идентифицируют свои поступки с общим направлением

неустойчивые лица	действий участников массовых акций, легко внушаемые, заражаемые общим настроением, без сопротивления отдают себя во власть толпы
примкнувшие	становятся участниками массовых действий под влиянием угроз со стороны организаторов и подстрекателей, из-за боязни физической расправы в случае отказа от участия в них
любопытствующие	наблюдает со стороны и не вмешиваются в ход событий, но своим присутствием усиливают эмоциональное возбуждение других участников массовых действий, повышают их активность

Так как в механизме поведения толпы ведущую роль играет массовое общение, активно влияющее на настроение, деятельность и активность ее участников, то это свойство целенаправленно используется организаторами, зачинщиками и подстрекателями толпы в усилении противоправных эксцессов. Они, как правило, хорошо разбираются и глубоко владеют механизмом психологического воздействия на толпу.

Принято думать, что толпа, в большей степени и зачастую, образуется случайно, или стихийно. Статистика показывает, что нередко поводы для ее возникновения провоцируются или создаются умышленно, в плановом порядке. Используются такие способы воздействия на людей как шантаж, угрозы, слухи, захват заложников, голодовка, попытки самоубийства, блокирование движения общественного транспорта и т.д.

В чрезвычайных ситуациях, возникающих по неосторожности, а также в силу биологических факторов (эпидемии) или природных стихийных бедствий, массовое общение, как правило, происходит произвольно, спонтанно.

Психологами установлено, что ключевым средством психического воздействия на толпу является слово. Как правило, используется экспрессивная, эмоциональная лексика – крики (например, «наших бьют»), призывы, междометия и т.п. Такого рода психическое воздействие приводит к психическому заражению толпы.

В самом общем виде психическое заражение толпы представляет собой бессознательную, невольную подверженность личности или группы людей определенным психическим состояниям, возникающим в толпе в результате воздействия неречевых (мимики, жесты) и речевых средств общения.

В процессе психического заражения близкие по своему наполнению психические состояния (гнев, испуг, порыв к действию и другие) и настроения одновременно возникают у значительного количества участников толпы, затем на основе эффекта резонанса они усиливаются за счет неоднократного отражения и повторения по образцу цепной реакции и повышают психический тонус группы.

На практике механизм такого психического заражения развивается как «снежный ком». При этом степень эмоционального воздействия участников толпы друг на друга всегда находится в зависимости от общей характеристики реальной ситуации, их индивидуально-личностных или групповых (комплексных) особенностей.

Наряду с психическим воздействием на потенциальных участников толпы используются и средства информационно-психологического воздействия личности или группы на других участников толпы. Оно происходит с помощью передачи различных по содержанию сообщений и выражается в форме внушения, убеждения и подражания. Внушение, представляет собой непосредственное словесное воздействие на личность, лишенное какого-либо доказательства и логики. Убеждение основывается на том, что с помощью логического обоснования убеждающий пытается добиться осознанного согласия личности, принимающей эту информацию, действовать в той роли, которую ему предлагают. Подражание заключается в том, что поведение лидера, а порой и просто

решительного человека или массовое психическое состояние не только принимается участниками толпы, но и воспроизводится, тиражируется и распространяется.

К способам информационно-психического воздействия на эмоциональное состояние людей в толпе относят смысловое значение информационных сообщений, силу шума (его производят, как правило, возгласы в форме междометий), частоту звуковых колебаний (их создает рев большой массы людей), ритмичность.

Для того, чтобы образовавшееся по различным причинам массовое скопление людей превратилось в опасную для окружающих толпу, необходимы не только внутренние предпосылки (наличие негативных настроений большой массы людей, сформировавшая временно значимая для них общая цель, лидирующее положение какого-либо организатора и др.), но и фактор внешней инициации, или провокация. Внешний фактор является своего рода катализатором и детонатором, который превращает скопление мирных, не ставящих перед собой преступных целей людей в агрессивную по своему наполнению толпу.

Таким детонатором может быть проявление панических черт поведения, или паника, вызванная стихийным бедствием, катастрофой, доведенное до истерии массовое недовольство, развитие нерегулируемых аффективных настроений, вызванных различными, порой неожиданными причинами (митинговой обстановкой, атмосферой рок-концерта, проявлением фанатских настроений на спортивных аренах, плохо организованная акция по раздаче гуманитарной помощи в условиях чрезвычайных мер и др.). Для толпы, особенно зараженной экстремистскими, политизированными настроениями, очень важны, так называемые, «первый камень в витрину» или «первая кровь». Подобные действия могут вывести случайное скопище людей на принципиально иной уровень опасности, когда коллективная безответственность превращает каждого ее участника в состоявшегося преступника.

Социально-психологические особенности толпы, ориентированной на массовые беспорядки, заключаются в ряде критически выраженных показателей, среди которых следует обозначить снижение интеллектуального начала и повышение эмоционального; появление чувства силы и осознание анонимности; повышение групповой внушаемости и снижение эффективности действия механизмов независимого мышления; проявление потребности в лидере, которому она будет безоговорочно подчиняться, или объекта ненависти, который она будет уничтожать; подавление чувства ответственности за собственные поступки, способность как на крайнюю жестокость, так и на бессмысленное самопожертвование; быстрый эмоциональный спад, который после достижения цели или поражения выражается в смене поведения и оценки происходящего.

Процесс развития массовых беспорядков включает в себя три стадии: осложнение обстановки – возникновение повода для массовых беспорядков и их осуществление – обстановка после массовых беспорядков. Эта стадия характеризуется ситуацией после их ликвидации, которая далеко не сразу становится нормальной. Обстановка в любое время может осложниться под воздействием слухов, неудовлетворенности результатами событий. При этом отличительной чертой массовых беспорядков является то, что, начавшись, они, как правило, становятся независимыми от породивших их причин и могут продолжаться даже тогда, когда эти причины уже исчерпаны. Следовательно, необходимо помнить о том, что психологическая реакция людей на массовые беспорядки различна – от депрессивного состояния до мобилизационного, поэтому есть все основания опасаться их возобновления.

Таким образом, массовые беспорядки – это крайне опасное социальное явление, в основе которого лежит актуализация негативных массовых настроений толпы. В современном обществе существует прямо пропорциональная, непосредственная связь между поведением толпы и общественной безопасностью. Поэтому сегодня, в целях поддержания общественной безопасности на высоком уровне каждому человеку важно не

только знать правила поведения в толпе и основные способы защиты в условиях массовых беспорядков, но и уметь при необходимости применять их на практике.

ЛИТЕРАТУРА:

1. Губанов, В.М. Чрезвычайные ситуации социального характера и защита от них / В.М. Губанов, В.П. Соломин, Л.А. Михайлов. – [Электронный ресурс] // Режим доступа: http://nnre.ru/yuriprudencija/chrezvychainye_situacii/index.php.
2. Ершов, Д.В. Безопасность личности как цель социально-педагогической деятельности / Д.В. Ершов // Социальная педагогика. – 2017. – № 2. – С. 123-128.
3. Зайцев, А.П. Чрезвычайные ситуации: краткая характеристика и классификация / А.П. Зайцев. – М., 1997. – 78 с.
4. Михайлов, Л.А. Безопасность жизнедеятельности: Учебник для вузов / Л.А. Михайлов [и др.]. – СПб.: Питер, 2010. – 461 с.

ФИЗИЧЕСКОЕ ВОСПИТАНИЕ ДЕТЕЙ СТАРШЕГО ДОШКОЛЬНОГО ВОЗРАСТА НА ОСНОВЕ ПРИМЕНЕНИЯ ЭЛЕМЕНТОВ НАСТОЛЬНОГО ТЕННИСА

*А.В. Семенов, магистрант ИФК и дзюдо АГУ
Н.Х. Кагазежева, доцент кафедры биомеханики и
медико-биологических дисциплин ИФК и дзюдо АГУ*

В настоящее время понимая важность все больше возрастающих требований к детям подготовка ребенка к школе — это сложный и длительный процесс. Первостепенная задача педагогов в детских дошкольных учреждениях заключается в правильном физическом воспитании детей данного возраста. Проблема рационального подбора специальных упражнений, средств и методики их применения в практике физического воспитания детей дошкольного возраста, готовящихся к поступлению в школу, является на наш взгляд актуальной и требует дальнейшей разработки.

В современный период развития общества, требования, предъявляемые к школьникам в начальных классах, становятся все более жесткими. Большой поток информации, связанный с увеличением количества учебных предметов требует от школьников проявления умственных способностей. Детей надо подвести к рубежу новой учебной деятельности, чтобы они могли безболезненно перешагнуть из дошкольного учреждения в школу.

Ряд специалистов внесли существенный вклад в развитие физической культуры в детских дошкольных учреждениях. Например, И.М. Козлов (1992) [1] обосновал состояние и требования к местам физкультурных занятий. М.А. Правдов (1992) [3] разработал методику физкультурных занятий с ребятами 5-6 лет, где уже есть элементы умственного развития (на одном из тренажеров был расположен алфавит). Учёный Ю.Б. Никифоров (1994) показал возможности использования тренажерных устройств на занятиях по физической культуре старших детей дошкольников возраста. разработала методику проведения физкультурных занятий с детьми дошкольного возраста с использованием средств ритмической гимнастики, Н.С. Коломийцева (2005) – методику физкультурно-оздоровительной работы в условиях ДОУ.

Решая вопросы подготовки детей к школе ориентируясь только на физическое развитие детей, не затрагивая проблемы умственного развития дошкольников невозможно. В этом аспекте мы ориентировались на работы психологов, решающих проблемы умственного развития детей дошкольного возраста, в особенности, развития познавательной деятельности ребенка. Данные, полученные в исследованиях Д.Б. Эльконина, Ш.А. Амонашвили, Л.А. Венгера[5], позволяют считать дошкольный период развития детей сенситивным по характеру развития познавательной деятельности и личности в целом. Одной из форм организации познавательной деятельности детей в целом и особенно дошкольного возраста, по мнению С.А. Лебедевой, являются игры.

Учитывая вышесказанное и то, что игра является ведущим видом деятельности

детей дошкольного возраста, мы попытались осуществить на практике принцип «познаем и развиваемся, играя», который в настоящее время становится все более значимым в организации деятельности дошкольных учреждений, что и определило актуальность данного исследования.

Цель исследования – теоретическая разработка и экспериментальное обоснование совершенствования методики физического воспитания детей старшего дошкольного возраста, на основе применения элементов настольного тенниса, во взаимосвязи с развитием познавательной деятельности.

Результаты педагогического эксперимента и их обсуждение

В практике физического воспитания дошкольников существует проблема организации мест проведения занятий физическими упражнениями (М.А. Правдов, 1992)[3]. В ближайшее время, очевидно, не следует рассчитывать на строительство дорогостоящих спортивных залов, инвентаря в достаточном количестве. Необходимо использовать то, что имеется: набор мячей обручей, мешочков с песком, деревянных кубиков, гимнастических палок.

Опрос воспитателей и родителей показал, что одной из любимых форм занятий по физическому воспитанию у детей были и остаются подвижные игры и эстафеты, в какой-то степени незаслуженно у нас забытые, и в частности игра настольный теннис.

Одним из обязательных условий проведения занятий, где бы они ни проводились, какой бы инвентарь не был задействован, это соблюдение правил гигиены (одежда занимающихся, освещение, температура воздуха, влажность и т. д.) и техники безопасности.

В детском саду № 55 занятия экспериментальной группы проводились в приспособленном под зал помещении. Размеры: длина – 11,5 м, ширина – 5,25 м, высота – 3,1 м. Места стыковки стен с потолком – закругленные. Отопление – центральное водяное (батареи закрыты деревянными решетками). Пол паркетный (гладкий). Окна закрыты сеткой. Средняя температура 15-16°C, относительная влажность – 40-50%. Средний коэффициент естественной освещенности (отношение освещенности в требуемой точке к одновременной наружной освещенности в условиях рассеянного света, выраженное в %) – 1,5%. Искусственное освещение 100 лк.

Если сравнить эти данные с санитарно-гигиеническими требованиями к спортивному залу в детских дошкольных учреждениях (И.М. Козлов и др., 1992)[2] то получается следующая картина: размеры не соответствуют норме, а такие показатели, как отопление, освещение, влажность, температура – соответствуют нормам. Когда позволяла погода, столы выносили во двор и занятия проводились на площадке. Длина – 25 м, ширина – 10 м.

Рядом с площадкой расположены бревно, детский рукоход. Вот здесь и обеспечивалось в полной мере необходимое условие полноценного выполнения физических упражнений – наличие двигательного пространства. Исходя из выше сказанного, можно сделать вывод о том, что занятия с детьми экспериментальной группы проводились в приспособленных для физкультурных занятий местах, с очень скудным набором инвентаря, но самое главное с соблюдением санитарно-гигиенических норм и технической безопасности.

Физкультурные занятия с детьми дошкольного возраста, какую бы цель они не имели, необходимо проводить с учетом особенностей высшей нервной деятельности, психических процессов, морфофункционального состояния организма, телосложения, биологического возраста (темпов созревания), уровня развития двигательных качеств (М.А. Правдов, 1992)[3]. Также необходимо учитывать индивидуальные особенности каждого ребенка. Все это нужно учитывать исходя из пола и возраста, уровня здоровья и физической подготовленности. Мы решили добавить в этот раздел и уровень познавательной подготовленности детей. На основе этого нами проведен педагогический эксперимент по обоснованию разработанной методики проведения физкультурных

занятий у детей старшего дошкольного возраста с использованием элементов настольного тенниса.

По сути исследования эксперимент носил констатирующий характер, по условиям проведения – естественный.

Суть экспериментальной методики заключалась во включении в занятия по физической культуре элементов настольного тенниса, которые обогащают познавательный потенциал ребенка, заставляют его думать. «Ребенок мало что умеющий делать с трудом овладевает новыми действиями. И, наоборот, кто больше умеет, тот быстрее и легче усваивает новые движения и действия, вносит в них элементы творчества. Разнообразие двигательных действий в сочетании с умственными задачами позволяет ребенку тренировать свою нервную систему: «Ребенок постепенно перебегает от тренировки одного нерва к другому. В этом же, конечно, заключается и задаток всестороннего воспитания органов чувств и движения», – считал И.М. Сеченов (1961)[4]. «Долговременное выполнение любого, даже очень интересного задания, никак не способствуют развитию физической и умственной активности ребенка. Не столько физически, сколько морально он устает. Это вполне естественно, так как этому причиной является утомляемость нерва, притупление его продолжительной деятельности в одном и том же направлении» (И.М. Сеченов, 1961)[4].

Исходя из этого, задания в предлагаемой методике предусматривали частую смену элементов игры.

Экспериментальная методика проведения занятий предусматривала: оценку состояния физического развития и физической подготовленности, уровня познавательной деятельности на основе дифференцирования форм занятий с полным использованием элементов настольного тенниса, регламентации нагрузки и отдыха, педагогический контроль. На занятиях в экспериментальной группе решался комплекс взаимосвязанных между собой оздоровительных, образовательных и воспитательных задач, выполнение которых обеспечивало физическое развитие, повышение уровня познавательной деятельности, приобретение правильных двигательных навыков, гармоничное развитие.

В основную часть занятия мы внесли и еще одно принципиальное новшество в форме игр «Мы можем». Один раз в месяц мы показывали детям и давали попробовать новые, несвойственные для этого возраста задания (ведение мяча - прыгунка (из прессованной резины длиной окружности 12 см) с отскоком на месте и в движении; ведение гимнастической палкой с отскоком на месте и в движении малого резинового мяча (длина окружности 29,5 см) и т. д.). После показа и небольшого объяснения детям давалась возможность выполнить это задание.

Данные занятия имели определенную цель: дети данного возраста всегда очень интересуются новым, непривычным для себя. Увидев, и лишь попробовав, причем, видя, что это делают другие (кто-то лучше, кто-то хуже) и учитель убеждает детей, что это им по силам, ребенок, придя домой, начинает делать увиденное сначала сам, затем во дворе с друзьями, что и подтвердил опрос родителей. Через две недели учитель вновь показывает данное упражнение и вновь предлагает детям выполнить данное задание. Как правило, почти все дети делали упражнения значительно лучше, чем в первый раз.

Игровой метод в силу присущих ему особенностей является методом количественного совершенствования двигательной активности.

В игре не следует давать начинающим в большом объеме упражнения с околопредельным и предельным напряжением. Эмоциональный подъем часто не может компенсировать их недостаточной физической подготовленности.

В дошкольном возрасте преимущественно развивается наглядно-образная память (С.А. Лебедева, 1993)[2]. Ребенок запоминает образ предмета раньше, чем слово, обозначающее предмет. Поэтому, при объяснении новых правил и элементов игры необходимо показывать, что и как нужно делать и при этом объяснять. Слово является для ребенка дополнением к увиденному. После увиденного и услышанного у ребенка начинается

работать память в какой очередности нужно выполнять элементы. Но в игре всегда возникают неожиданные, нестандартные ситуации. Восприятие, мышление обогащают представления ребенка новыми свойствами. Действуя в уме с образом, ребенок представляет себе реальное действие с предметами и его результаты и таким путем решает задачу, поставленную передним. По мере усложнения игры, память детей опирается на мыслительные операции (сравнение, обобщение).

Одним из важных условий подбора элементов игры было то, что в каждом из них ребенку предоставлялось право думать, решать посильные умственные задачи. Необходимо, чтобы ребенок мыслил.

В конце педагогического эксперимента осуществлялось итоговое тестирование физической подготовленности, уровня познавательной деятельности детей обеих групп, а также степень их гармоничности развития.

Для определения уровня физической подготовленности детей подбирались тесты в соответствии с требованиями спортивной метрологии, прошедшие проверку на аутентичность (М.Л. Правдов, 1992)[3], а также тесты из «Общеввропейских тестов физической подготовленности».

Наибольший прирост результатов получился в следующих тестах: «Поднимание и опускание туловища», «Прыжок вверх», «Сила кисти правой и левой рук», «Постукивание по дискам». Эти тесты предназначены для измерения: силы и силовой выносливости мышц туловища; взрывной силы; статической силы; скорости движения конечности. Из пяти тестов, в которых наблюдается наибольший прирост, четыре теста для определения различного рода силы: статической силы, силовой выносливости, взрывной силы.

Следующую группу составляют тесты: «Прыжок в длину с места», «Метание набивного мяча двумя руками снизу», «Бег 30 метров», «Челночный бег 10 по 5 метров», «Сесть и достать». Эти тесты предназначены для определения: взрывной силы, силы мышц туловища, скоростно-силовых способностей, скоростных способностей, гибкости.

Данные результатов тестирования контрольной и экспериментальной групп до и после проведения эксперимента представлены в таблицах 1 и 2.

Наибольший прирост получен в тестах силовой направленности и чуть ниже прирост получен в скоростных тестах и гибкости. Это связано с тем, что игры, упражнения с элементами бега естественны для детей данного возраста и вне детского сада. В свободной обстановке дети в основном бегают, прыгают и играют с использованием этих элементов. Играм и занятиям для развития силовых и скоростно-силовых способностей дети в силу своего возраста уделяют наименьшее внимание. А высокая активная гибкость всегда присуща детям 5-6 лет.

Таблица 1

Результаты тестирования физической подготовленности детей старшего дошкольного возраста до проведения эксперимента

Название теста	Испытуемые		
	Контрольная группа, $X \pm m$, $n=30$	Экспериментальная группа, $X \pm m$, $n=30$	P
	до эксперимента $x \pm m$	до эксперимента $x \pm m$	P
Фламинго (количество попыток)	22,1 \pm 1,67	23 \pm 1,62	>0,05
Постукивание по дискам (с х 10)	290 \pm 8,76	280 \pm 8.53	<0,05
Сесть и достать (см)	14,6 \pm 0,30	15,7 \pm 0,37	<0,05
Прыжок в длину с места (см)	108 \pm 4,98,	109,8 \pm 5,1	<0,05

Сила кисти: правая рука (кг)	7,08±0,28	7,56±0,32	<0,5
Сила кисти: левая рука (кг)	6,3±0,24	7,1±0,29	<0,05
Поднимание и опускание туловища (раз)	6,8±0,27	7,2±0,3	<0,05
Бег 10 х 5м (с х 10)	290±0,51	281±0,48	<0,05
Бег 30 м (с х 10)	76,4±0,17	77,3±0,18	<0,05
Прыжок вверх (см)	18,8±0,9	17,9±1,0	<0,05
Метание набивного мяча (1 кг), (см)	367±8,00	261±9,0	<0,05

Таблица 2

Результаты тестирования физической подготовленности детей старшего дошкольного возраста после проведения эксперимента

Название теста	Испытуемые		
	Контрольная группа, X± m, n=30	Экспериментальная группа, X± m, n=30	P
	после эксперимента x±m	после эксперимента x±m	P
Фламинго (количество попыток)	21 ± 1,61	21±1,52	>0,05
Постукивание по дискам (с х 10)	268 ± 7,56	223 ± 6,03	<0,05
Сесть и достать (см)	15,0 ± 0,41	16,8 ± 0,35	<0,05
Прыжок в длину с места (см)	110,65 ± 1,2	124,15 ± 3,90	<0,05
Сила кисти: правая рука (кг)	7,225 ± 0,39	9,53 ± 0,72	<0,5
Сила кисти: левая рука (кг)	6,5 ± 0,52	8,57 ± 0,61	<0,05
Поднимание и опускание туловища (раз)	7,4 ± 0,34	9,8 ± 0,31	<0,05
Бег 10 х 5м (с х 10)	280 ± 0,57	252 ± 0,49	<0,05
Бег 30 м (с х 10)	75,45 ± 0,61	69,35 ± 0,92	<0,05
Прыжок вверх (см)	20,7 ± 0,87	23,3 ± 0,9	<0,05
Метание набивного мяча (1 кг), (см)	276 ± 8,25	307 ± 5,02	<0,05

Рассматривая процесс физического развития необходимо отметить следующее. Средние показатели роста, веса, окружности груди после эксперимента в контрольной и экспериментальной группах не имеют достоверных различий: $P > 0,5$. Средние показатели

роста, веса, окружности груди после эксперимента в контрольной и экспериментальной группах не имеют достоверных различий: $P > 0,5$

Результаты исследования и их последующий анализ позволили сделать ряд выводов.

1. Между условиями проведения физкультурных занятий и степенью требований к их организации нет полного соответствия, что, несомненно, является отрицательным фактором развития физической подготовленности детей старшего дошкольного возраста, снижает эффективность проведения данных занятий и требует устранения этого несоответствия.

2. По уровню физического развития, физической подготовленности и познавательной деятельности дети старшего дошкольного возраста составляют неоднородную группу. В среднем 11% детей с резко дисгармоничным физическим развитием и 20% детей с дисгармоничным физическим развитием. Между мальчиками и девочками одного хронологического возраста нет значимых различий по этому признаку.

ЛИТЕРАТУРА:

1. Козлов И.М. Проблемы физического воспитания дошкольников/ И.М. Козлов// Физическая культура: воспитание, образование, тренировка. - 1996. - № 2. - С.11-12.

2. Лебедева А.С. Пути оптимизации двигательной активности детей и подростков /А.С. Лебедев // Теория и практика физической культуры. - 1986. - № 1. - С. 28-30.

3. Правдов М.А. Физические упражнения с использованием различного спортивного инвентаря для детей дошкольного возраста. //Проблемы обновления содержания дошкольного образования: Материалы научно – практической конференции. – Иваново. 1994.

4. Сеченов И.М. Рефлексы головного мозга. М., Изд-во А.Н.СССР, 1961

5. Эльконин Д.Б. Психология игры. – М.: Педагогика, 1978.

ДВИГАТЕЛЬНАЯ АКТИВНОСТЬ КАК ОСНОВНОЙ ФАКТОР, ВЛИЯЮЩИЙ НА РАЗВИТИЕ ОРГАНИЗМА РЕБЕНКА

Серебрянская И.А., студент 4 курса ИФК и дзюдо АГУ

Гонезжук А.Г., к.п.н., доцент ИФК и дзюдо АГУ

Состояние здоровья детей и подростков, определяющее основные тенденции здоровья населения страны - показатель важнейших достижений общества в социально-экономическом, научном и культурном плане [1].

Исследования последних лет показали, что подготовленность учащихся общеобразовательной школы по физической культуре находится на низком уровне.

Хронический дефицит двигательной активности детей тормозит их нормальное физическое развитие, угрожает здоровью [2]. Около 30% детей школьного возраста составляют группу риска.

В младшем школьном возрасте активно совершенствуется двигательная функция, происходит становление координационных механизмов, обеспечивающих определенный уровень проявления двигательных способностей. Вместе с тем с каждым годом становится все более актуальной проблема гетерохронности развития детей. Дети одного календарного возраста могут значительно отличаться по уровню биологического созревания и физического развития.

По последним данным Института гигиены детей и подростков Минздрава России более 50% дошкольников имеют отклонения в состоянии здоровья; у 30-40% - со стороны опорно-двигательного аппарата, 12% -стойкое повышение артериального давления. 25-30 % школьников могут считаться практически здоровыми, а гармонично развитыми с правильным телосложением - 8,5% [1].

Значение физической культуры в школьный период жизни человека заключается в создании фундамента для всестороннего физического развития, укрепления здоровья, формирования разнообразных двигательных умений и навыков. Все это приводит к

возникновению объективных предпосылок для гармонического развития личности. Полноценное развитие детей школьного возраста без активных физкультурных занятий практически недостижимо. Выявлено, что дефицит двигательной активности серьезно ухудшает здоровье растущего организма человека, ослабляет его защитные силы, не обеспечивает полноценное физическое развитие.

В связи с тем, что пик естественного развития, как правило, приходится на старший школьный возраст, основные физические способности и функциональные возможности можно эффективно повысить именно в школьном возрасте. Этот период является сенситивным по отношению ко всем физическим качествам человека. Позднее развить те или иные качества удастся с трудом.

Кроме того, школьный возраст считается наиболее благоприятным для обучения разнообразным двигательным умениям и навыкам, что позволяет в дальнейшем значительно быстрее приспосабливаться выполнять освоенные движения в разнообразных условиях двигательной деятельности [2].

Двигательная активность, являясь неотъемлемой частью режима школьника, повышает приспособительную способность организма ребенка к резким колебаниям температуры. Наблюдения за динамикой состояния здоровья школьников, у которых уроки физической культуры проводились на открытом воздухе, выявили, что дети реже болели упомянутыми заболеваниями и пропустили по этой причине гораздо меньше учебных дней, чем все остальные учащиеся.

Под двигательной активностью понимается сумма движений, выполняемых человеком в процессе повседневной жизнедеятельности. Движения можно разделить на организованные или регламентированные физические упражнения на уроках физической культуры и нерегламентированные. Все эти движения произвольные, целенаправленные. Оценивая двигательную активность, мы не должны забывать и те движения, которые человек совершает произвольно.

В процессе роста и развития ребенок осваивает различные двигательные умения и навыки, которые впоследствии служат основой для формирования разнообразных трудовых и профессиональных навыков. Оптимальная двигательная активность способствует развитию качеств силы, выносливости, быстроты и ловкости, повышает физическую работоспособность.

Двигательная активность детей является биологическим стимулом, способствующим морфофункциональному развитию организма, его совершенствованию. Двигательная деятельность во всех ее разнообразных формах является одной из наиболее мощных и жизненно важных функциональных систем в первые годы жизни ребенка. Ежедневная двигательная активность младших школьников колеблется от 6 до 48 тысяч шагов, в среднем составляя 12-18 тысяч шагов. В период бодрствования здоровые дети делают в среднем 140 (1 класс) и 220 (2 класс) движений ежеминутно, то есть 840 и 1320 движений в час [1].

Учебная деятельность является основным ведущим видом деятельности младшего школьника. Однако физкультурная деятельность, входящая составной частью в учебную, а также выступающая как общественно полезный вид деятельности, оказывает в данном возрасте более сильное влияние на становление личности учащегося, на формирование и развитие его психических свойств и качеств.

Физическое воспитание имеет оздоровительные и воспитательные задачи, которые решают одновременно. Физическое воспитание признано всемерно содействовать физическому развитию подростков, укреплять их здоровье и подготавливать их к будущей трудовой деятельности.

Двигательная активность младшего школьника в процессе школьного дня состоит из УТГ, гимнастики до уроков, физкультминутки в процессе уроков, часа здоровья и подвижных перемен.

Внеклассной работой младшего школьника могут быть физкультурные.

спортивные и туристские кружки.

Внешкольные занятия. К ним относят занятия в ДЮСШ и детские стадионы.

Программа уроков физической культуры в школе обеспечивает только минимум знаний и навыков в области физической культуры. Многие задачи физического воспитания не могут быть решены на уроках [2].

Средства, которые используются при физическом воспитании, разделяются на 2 группы. К первой группе относят различного рода физические упражнения, подвижные и спортивные игры, спорт во всех его видах; ко второй группе - соблюдение режима дня, правил личной гигиены; закаливание путем использования естественных факторов, то есть здоровый образ жизни и двигательная активность являются нераздельными частыми гармонического физического развития школьников.

При прочих равных условиях (материальное благосостояние семьи, режим дня, питание и др.) рационально организованные занятия физической культурой и спортом действуют на процесс роста и развития, а также способствуют укреплению здоровья учащихся.

Школьники, занимающиеся регулярно физической культурой имеют, как правило, гармоническое физическое развитие. Дисгармоничное развитие и низкое физическое развитие среди юных спортсменов встречается много реже, чем среди школьников, не занимающихся спортом и физической культурой. Годовой прирост жизненной емкости легких, силы различных групп мышц у школьников, занимающихся физической культурой, во всех возрастных группах выше, чем у сверстников, не занимающихся спортом.

Систематические занятия физической культурой способствуют улучшению обмен веществ, совершенствованию физиологических функций. Повышение у детей 8-9 лет быстроты, силы, ловкости и выносливости в процессе занятий физической культурой и спортом позволяет им показывать более высокие результаты при выполнении различных физических упражнений по сравнению со школьниками, которые систематически не занимаются физической культурой. Учащиеся первых классов, в которых ежедневно на протяжении года проводились 20-минутные занятия подвижными играми, при проверке физической подготовленности показали лучшие результаты, чем школьники параллельных классов, занимавшиеся по обычной программе.

Исследованиями установлено, что одна часть младших школьников проявляют активно-положительное отношение к физической культуре и спорту, а вторая часть - сниженное (пассивно - безразличное).

Психологическая особенность учащихся с активно - положительным отношением к физической культуре - стремление к успеху, результату и деятельности, к лидерству, как в игровых, так и в обычных условиях.

Психологические особенности пассивного типа - отсутствие состязательности, неуверенность, эмоциональная напряженность в общении и деятельности.

Таким образом, видно, что на двигательную активность младших школьников влияют развитие эмоциональной сферы личности, уровень развития самоконтроля, коммуникативные способности, интеллектуальное развитие ребенка.

Двигательная активность должна также включать в себя закаливающие процедуры. Закаливание - это постепенное приспособление организма к неблагоприятным воздействиям внешней Среды. В системе физического воспитания детей применяются такие виды закаливающих процедур, как воздушные и солнечные ванны, обтирание, обливание и купание.

Важнейшим условием, содействующим эффективному процессу совершенствования всех систем у детей является правильная организация всего режима суток - времени бодрствования и сна.

Правильная организация режима дня предусматривает:

1) определенную продолжительность различных видов деятельности при их

рациональном чередовании и постоянной регулярности;

2) достаточный отдых с максимальным пребыванием на свежем воздухе; регулярное питание;

3) гигиенический полноценный сон;

4) повышение двигательной активности путем увеличения занятий физическими упражнениями и спортом [2].

При ежедневном нарушении сна у школьников 7-8 летнего возраста нарушаются подвижность, уравновешенность и сила условных реакций, взаимодействие между первой и второй сигнальными системами. Это оказывает неблагоприятное влияние на двигательную активность учащихся. Калорийность питания для детей 7-8 лет должна составлять 2400 ккал/день.

Настоящая школьная программа не учитывает по физическому воспитанию индивидуальность функциональных показателей учащихся. Существующие подходы к дозированию физических нагрузок для школьников базируются на основе средневозрастных нормативов. Это обусловлено, прежде всего, отсутствием количественных критериев оценки физического состояния учащихся. В связи с этим важными становятся научные исследования по определению критериев оценки уровня физического состояния (УФС) к созданию методики дифференцированного преподавания предмета физическая культура в школе.

Добиться эффективных результатов в решении задач физического воспитания младших школьников можно при рациональном использовании интегрального подхода, предусматривающего наряду с аналитическим развитием базовых компонентов подготовленности их целенаправленный синтез. Сущность интегрального подхода конкретизируется в следующих задачах: сопряженном развитии физических качеств; комплексном совершенствовании двигательных навыков, сопряженное развитие качеств и навыков, направленных на их эффективное воспроизведение.

Эффективность работы любого учителя физкультуры в школе состоит главным образом в том, чтобы с учетом возраста и индивидуальных особенностей учеников подобрать для них адекватную по содержанию, объему и интенсивности нагрузку.

При составлении программ по физическому воспитанию наряду с анализом показателей физической подготовленности и физического развития не только в РФ, но и за рубежом, для начальной школы особое внимание нужно уделять подборку игровых средств и взять их за основу реализации интегрального подхода в решении задач физического воспитания младших школьников [1].

ЛИТЕРАТУРА:

1. Челигин, В.М. Физиологические закономерности возрастного развития двигательных функций./В.М. Челигин. Волгоград. 2017. – С. 49 – 63.

2. Эндрюс, Д.К. Роль образования в пропаганде здорового образа жизни в двадцать первом столетии. //Теория и практика физической культуры./Д.К, Эндрюс.- 2013.- №1.- С.46-48.

ФИТНЕС КАК ЭТАП РАЗВИТИЯ ИННОВАЦИЙ В СФЕРЕ ФИЗИЧЕСКОЙ КУЛЬТУРЫ

*Я. Степанова, студентка 4 курса ИФК и дзюдо
Н.С. Коломийцева, к.п.н., доцент, зав. кафедрой биомеханики
и медико-биологических дисциплин ИФК и дзюдо*

Главный признак современного этапа развития физической культуры – гуманизация и индивидуализация системы физкультурного образования и физической культуры в целом. Изменения в этой сфере повлекли за собой всплеск инновационной активности, что привело к тому, что в настоящее время сформировалось хаотическое, одновременное сосуществование противоположных, а иногда и противоборствующих тенденций, которые в культурологическом масштабе можно назвать борьбой между традицией и новацией, то

есть между старой и новой инновационной моделью, отвечающей духу времени, отражающей современную гуманистическую парадигму.

В современных условиях появление и развитие инноваций оздоровительной направленности в сфере физической культуры базируется:

- на опыте педагогов-новаторов, авторских методиках и системах;
- на эмпирических обобщениях, последовательно проводимых учёными;
- на историческом опыте древних оздоровительных методик и систем;
- на национальных традициях и культуре народа; - на основе зарубежного опыта;
- на основе целенаправленных разработок (коллективов авторов, научных центров и т.д.).

Рассматривая инновационные процессы, происходящие на современном этапе в таком значимом компоненте системы физической культуры как физкультурное образование, Л.И. Лубышева предлагает выделить четыре основных направления.

Она считает, что в основу современной системы освоения ценностей физической культуры необходимо заложить теоретические концепции, определяющие инновационные подходы и новые педагогические технологии, которые сформировались в теории физической культуры в последнее десятилетие.

Первым среди инновационных направлений автор называет физическое воспитание, чья целевая направленность современных педагогических программ совершенно определённо утверждает необходимость формирования физической культуры личности детей, студентов, утверждая тем самым философско-культурологический подход к организации учебного процесса по физическому воспитанию.

Вторым инновационным направлением в физической культуре является олимпийское воспитание с его мощным гуманизирующим содержанием, которое способно преодолеть сложившуюся практику утилитарного отношения к физической культуре, наполнить её процессы культурным и духовным смыслом на основе идеалов, воплощённых в Олимпийской хартии.

Третьим направлением автор выделяет спортизированное физическое воспитание: «внедрение в методику физического воспитания концепции тренировки в сочетании с обучением может оказаться решающим фактором преобразования менталитета педагогов и тренеров, работающих с дошкольниками, школьниками и студентами».

Четвёртым направлением является валеологическое воспитание. В основу валеологического воспитания положены информационные и практические подходы к формированию здорового образа жизни: ознакомление детей с многообразием традиционных и нетрадиционных средств и методов сохранения и укрепления здоровья, воспитание потребности в здоровом стиле жизни.

На наш взгляд, сегодня можно выделить и пятое направление – фитнес (оздоровительное воспитание или воспитание культуры здоровья, духа и тела), который по эффективности, доступности, эмоциональности и популярности должен получить признание и приоритет в оздоровительной направленности физической культуры, как ведущего и одного из наиболее эффективных способов её преобразования. [2]

Это направление весьма важно, так как для физической культуры на данном этапе наиболее значимым является поиск и реализация инновационных оздоровительных технологий, что обусловлено рядом таких общеизвестных факторов как снижение уровня здоровья детей и подростков, гиподинамия, завышенные нагрузки в школе, негативные последствия политической и экономической ситуации в стране и т.д.

Однако, помимо этого, на более глобальном уровне, детерминантой такого поиска является саморазвитие физической культуры как подсистемы общечеловеческой культуры. Ибо способность системы к решению поставленных перед ней проблем, развитие как её отдельных элементов, так и самой системы в целом является прогрессивным переходом к более высокому уровню организации системы, способствуя её выходу на другой виток спирали развития цивилизации.

Этапы развития инновационных процессов, появление тех или иных технологий в сфере физической культуры тесно связаны с её историческими вехами. Если провести параллель, то можно увидеть, что развитие двигательных способностей, физического совершенствования, образования в области физической культуры взаимосвязано с процессами оздоровления и поисками путей продления жизни человека.

На каждом этапе развития физической культуры можно выделить появление различных инноваций, и, в частности, связанных с оздоровлением человека, совершенствованием его физического развития и физической подготовленности, которые являются двигателями развития и прогресса.

К первому этапу развития физической культуры относят этап накопления эмпирических знаний, что привело человека к осознанию «эффекта упражняемости» и к осознанию способов передачи опыта. На этом этапе возникли предпосылки возникновения физических упражнений, а с ними и способы обучения двигательным действиям, развития физических способностей.

Второй этап – это этап создания первых методик обучения физическим упражнениям и развития физических способностей. Он охватывает периоды рабовладельческих государств античности и средних веков. В античном мире господствовала идея гармонии души и тела. К наиболее известным относятся методики, созданные в Древней Греции. Мыслители Древней Греции - Платон, Демокрит, Сократ и др. в своих трактатах отмечали большое значение физических упражнений для полноценного развития личности ребёнка. Они считали что здоровое, гармонично развитое тело служит источником здорового духа. Эту идею в дальнейшем последовательно развивали гуманисты эпохи возрождения (Ф. Рабле, М. Монтень и др.). Д.Н. Давиденко с соавт., рассматривая доктрины оздоровления человечества и их истоки, выделяют: одну - западную, рационалистическую, и другую - восточную - не менее рационалистическую, чем западная, но обогащённую тонкими чувственными исследованиями и называемую эмпатической. Именно в древних философских школах Греции, Рима, Александрии, гимназиях и школах гладиаторов, находятся истоки западной доктрины оздоровления.

Третий этап интенсивного накопления теоретических знаний о влиянии физических упражнений и методик их применения охватывает период с эпохи Возрождения до начала XX века. Развитие науки о человеке, его воспитании и обучении, о его лечении и оздоровлении, побуждало философов, педагогов, врачей обращать внимание на проблемы физического совершенствования. В это время происходит накопление философских, педагогических и медицинских сведений о сущности воздействия физических упражнений на организм человека. Однако эти сведения были ещё разрозненными, так как рождались внутри отдельных самостоятельных наук. В XVIII веке начинается процесс взаимопроникновения культур Востока и Запада, приводящий в настоящее время в интересующей нас области к идейному слиянию сократовского тезиса «человек - познай себя сам» с конфуцианским «человек - сотвори себя сам». Задача познать и сотворить себя ставится на этом этапе перед каждым человеком. Она соответствует условиям демократического режима и открытого общества.

Четвёртым этапом можно назвать этап создания и разработки теории и методики физического воспитания как самостоятельной научной дисциплины. В нашей стране он охватывает период с 1917 года до конца 80-х - начала 90-х годов. В первой трети XX века наблюдалось относительно слабое развитие физической культуры и спорта. Для физкультурно-спортивного движения того времени были характерны небольшое число его участников и соревнований, достаточно простая организация их проведения. Управление физической культурой осуществлялось на основе общих принципов, часто хаотично, на эмпирической и интуитивной основе. Однако, начиная с 1930-х годов, физкультурно-спортивное движение в нашей стране формируется как массовое, разрабатываются программно-нормативные основы, создаётся материальная база. В это время появляются

научные разработки и проводятся различные социологические исследования с целью изучения эффективности физкультурно-спортивной деятельности, мотивов, интересов и определения места физической культуры в жизни советских людей.

В начале XX века значительный вклад в формирование знаний о пользе занятий физическими упражнениями для укрепления здоровья, восстановления сил, внесли российские философы, педагоги, врачи: Н.И. Пирогов, К. Д. Ушинский, П.Ф. Лесгафт, А.С. Макаренко, И.М. Сеченов и др. Представители отечественной школы формирования знаний об оздоровлении человека средствами двигательной деятельности подчёркивали особую значимость одного из важных её признаков - доступность и добровольность.

П.Ф. Лесгафт указывал, что следует различать «большой спорт» от физкультурного образования, последнее должно носить исключительно оздоровительную направленность. Выдвинутые им положения о необходимости в физкультурном образовании делать акцент на оздоровительную направленность используемых физических упражнений, ориентация на индивидуальные потребности и интересы занимающихся, развитие самостоятельных инициатив, послужили основой для создания теории оздоровительной физической культуры. В период с 30-х по 80-е годы по указаниям ЦК ВКП (б) и ЦК КПСС обосновывалась роль физической культуры в построении социалистического государства и ее влияния на укрепление здоровья населения.

Одновременное развитие спорта высших достижений (престиж страны на международной арене), введение в учебные программы всех учебных заведений общеобразовательного предмета «Физическая культура», внедрение в быт физической рекреации и физической реабилитации - всё это требовало дальнейшего научного обеспечения и создания системы подготовки кадров. В этот период активно развивается и олимпийская тематика в физической культуре.

На фоне подъёма физкультурно-спортивного движения в стране в эти годы также развивается и оздоровительная физическая культура, появляются инновационные оздоровительные авторские методики и системы, зачастую названные по имени их создателя (система П.К. Иванова; система Г.С. Шаталовой; система оздоровительных упражнений Н.М. Амосова; дыхательная гимнастика А. Стрельниковой и др.). Общим для подобных методик и систем является то, что в них, в основном, задействованы факторы: питания; термический фактор (закаливание - воздушные ванны, босохождение по траве, камням, песку, снегу; обливание; зимнее купание; баня, сауна).

Бурное развитие оздоровительной физической культуры на Западе и популяризация гимнастики даёт определённый толчок к появлению её оздоровительных видов. В конце этого периода в нашей стране начинают активно развиваться такие направления, как: ритмическая, атлетическая, женская гимнастика; а также восточные направления: йога, тайцзицюань, ушу и др. Вместе с тем, также развиваются и методики психорегуляции и аутогенной тренировки. Популярными в это время становятся циклические виды физической активности - оздоровительная ходьба, бег, плавание, езда на велосипеде и др.

Начиная с 80-х годов в сфере оздоровительной физической культуры появляются инновационные технологии, новые виды двигательной активности, в основном пришедшие из-за рубежа. Пик инновационных процессов в области оздоровительной физической культуры приходится на начало 90-х годов, что связано с необходимостью поиска решения проблемы стремительно ухудшающегося здоровья населения России, вызванного известными общественно-политическими и социокультурными причинами.

Появление фитнеса и развитие фитнес-индустрии было призвано способствовать достижению целей укрепления здоровья, повышения физической дееспособности людей и приобщения их к здоровому образу жизни. [1,3]

Опираясь на достижения, достигнутые на предыдущих этапах развития физической культуры, фитнес ни в коей мере не отрицает аксиологические ориентиры традиционной физической культуры, но добавляет и дополняет их на новом, более высоком уровне, в соответствии с изменяющимися условиями жизнедеятельности современного человека.

Данное положение отражает закон отрицания отрицания, являющимся одним из важнейших законов диалектики. Рассматривая фитнес, вполне очевидно, что он корнями уходит вглубь веков, ибо идеи использования физических упражнений для здоровья человека и повышения уровня его работоспособности известны с древнейших времён.

В то же время, фитнес не может быть рассмотрен как линейное продолжение таких занятий физическими упражнениями как это было ранее, то есть он является инновацией в современной оздоровительной физической культуре, новым витком её спирали развития. Это можно подтвердить следующими фактами:

1. Он содержит новые виды двигательной активности, не существовавшие в истории физической культуры ни в одной из цивилизаций ранее: аэробика, фитбол-аэробика, калланетика и т.д.

2. Он способствует на основе новых видов двигательной активности появлению новых видов спорта: спортивной аэробики, бодибилдинга и т.д.

3. В занятиях фитнесом используются новые технологии, новые средства, формы и методы организации занятий.

4. В фитнес-индустрии появляются новые формы и методы организационно-управленческой деятельности, новые специальности.

5. В тезаурус физической культуры фитнес вносит новую терминологию.

6. В занятиях фитнесом используется новый спортивный инвентарь и оборудование (фитболы, степы, терры, нудлы и др.).

Фитнес является неким идеологическим продуктом, в котором, как в зеркале, отражаются идеи, присущие новой логике мышления современной России: гуманизма, демократии и приоритета культуры. Тесная взаимосвязь многих направлений фитнеса с такими видами искусства как музыка и танец в различных стилях, разных национальных и культурных традиций, позволяет повысить уровень культуры занимающихся - не только телесной, но и общей, что также достигается и благодаря культуре обслуживания в сфере фитнес-индустрии, эстетики оформления залов, наличия сопутствующих услуг, прививающих навыки ухода за телом, правильного питания и эстетики приёма пищи.

Соответственно, это позволяет говорить об ориентации фитнеса на идеологическую установку формирования «человека культуры». Многообразие направлений занятий, их различный формат позволяют личности из всего значительного арсенала свободно выбрать наиболее соответствующие своим интересам, вкусам, индивидуальным потребностям. Доступность занятий фитнесом людям самого разного социального статуса возможна благодаря широкому развитию фитнес-индустрии и наличию сегодня фитнес-клубов, центров и других организаций, оказывающих фитнес-услуги населению, в самом разном ценовом сегменте - от элитных, и, соответственно, весьма дорогостоящих, до мини-фитнес-залов в жилых домах, ориентированных на небогатую потребительскую аудиторию.

Среди многочисленных услуг, рассчитанных на различный контингент занимающихся, сегодня присутствуют занятия, ориентированные на такой специфический контингент, как люди с ограниченными возможностями, люди-инвалиды, и даже алкогольно- и наркозависимые, ВИЧ-инфицированные люди, что позволяет реализовать на практике идеи гуманизма и толерантности.

В силу своей гипермобильности, практически мгновенной реакции на вызовы времени, фитнес способствует преодолению консервативности и догматизму в области физической культуры, решая наиболее актуальную задачу современной отечественной физической культуры - оздоровление людей и повышение их интереса к занятиям физической культурой за счёт привлекательных и современных направлений занятий, инвентаря, оборудования и сопутствующих факторов.

Инновационная деятельность в фитнесе позволяет преодолевать стереотипы не только за счёт разнообразия самих занятий, но и за счёт создания новых технологий, индивидуально-личностной направленности деятельности специалистов по фитнесу,

которые, по сути «борются» за каждого клиента - потребителя их услуг.

Создание авторских методик и технологий, позволяющих успешно решать те или иные насущные задачи, привлекает большое число занимающихся к занятиям, делает предлагаемую фитнес-услугу более конкурентоспособной, и соответственно, позволяет получить наибольшую прибыль от её реализации. Высокая эмоциональность занятий фитнесом, их мобильность, подразумевает привлечение к деятельности в этой сфере творческих и активных людей.

Ориентиром для определения фитнеса как инновации в системе физкультурного образования может являться наличие характерных признаков инноваций, выявленных и раскрытых выше.

На современном этапе происходит расширение фитнес-индустрии, списка фитнес-услуг, появление поливариантной системы подготовки специалистов по фитнесу, что привело к широкому распространению в России. Соответственно, можно говорить об этапе распространения, трансляции его в нашей стране.

Фитнес отвечает социокультурному запросу общества, так как инновационными методами, средствами и формами своих занятий решает актуальные задачи: повышение уровня здоровья населения, приобщение людей к занятиям физической культурой через повышение интереса и удовлетворение разнообразных потребностей.

В последние годы наблюдается пересмотр системы подготовки специалистов для деятельности в сфере фитнеса, защищаются диссертации, появляется всё больше статей, посвященных ему, что способствует развитию теории и практики физической культуры).

Большая часть направлений фитнес-программ тесно связана с музыкой и танцем во всём их разнообразии, что позволяет говорить о связи фитнеса с искусством как неотъемлемой частью культуры, при этом характерно использование разнообразных фрагментов искусства разных стран и народов мира, что позволяет говорить о связи фитнеса с мировой культурой.

На начальном этапе о существовании фитнеса знали лишь лидеры зарождающейся фитнес-индустрии, занятые в сфере фитнес-услуг инструкторы и незначительная прослойка наиболее финансово-состоятельной части российского населения. Последние годы характеризуются активной рекламой фитнеса в СМИ, интернете, появлением большого числа фитнес-клубов и центров, рассчитанных на разную аудиторию - от супер-элитных, до весьма демократичных слоев населения, расширение спектра услуг.

Фитнес способствовал инновационному скачку в развитии физической культуры - её теории и практики за счёт постоянного расширения списка фитнес-программ и технологий, что вызвало необходимость их научного обоснования и экспериментальную проверку эффективности, соответственно, и подготовка кадров для фитнес-индустрии также потребовала пересмотра системы высшего профессионального образования и переподготовки кадров в области физической культуры. Таким образом, фитнес способствует преобразованию системы физической культуры в более современную, экономически успешную, мобильную.

Таким образом, можно констатировать наличие в фитнесе всех характерных признаков, позволяющих определить его как инновацию на данном этапе развития физической культуры.

ЛИТЕРАТУРА:

1. Баден, М. Фитнес и современные фитнес-технологии / Баден М. // Проблемы научной мысли. – 2016. – Т. 12. – № 8. – С. 47-49.
2. Дегтярева, Д.И. Современные фитнес-программы: тенденции и перспективы российской фитнес-индустрии / Дегтярева Д.И., Турчина Е.В. // Физическое воспитание и спортивная тренировка. – 2015. – № 3 (13). – С. 91-95.
3. Ериков, В.М. Характеристика фитнес-индустрии в России и основных направлений современного фитнеса / Ериков В.М., Пунякин А.К., Левин П.В. //

ПСИХОЛОГИЧЕСКАЯ ПОДГОТОВКА СПОРТСМЕНА В УЧЕБНО-ТРЕНИРОВОЧНОМ ПРОЦЕССЕ

*М.А. Талашок, студент ИФК и дзюдо
И.В. Вержбицкий, канд. пед. наук, доцент
Институт физической культуры и дзюдо*

При подготовке спортсмена используется система физических упражнений, организуемых на специальных учебно-тренировочных занятиях. Спортивная тренировка – это специальный педагогический процесс физического воспитания, направленный на достижение спортсменом высоких спортивных результатов, которые он демонстрирует в соревновательной деятельности. Соревновательная деятельность – это особый вид деятельности человека, и может осуществляться только при определенных условиях, которые представляют собой комплексный результат учебно-тренировочного процесса. Успешное выступление в соревнованиях зависит не только от высокого уровня физической, технической и тактической подготовленности спортсмена, но и от его психологической готовности [1-4 и др.].

Для того чтобы реализовать в полной мере свои физические, технические и тактические способности, навыки и умения, а, кроме того, вскрыть резервные возможности, как обязательный элемент соревнования, спортсмену необходимо психологически готовиться к условиям спортивной деятельности. Психологические особенности соревнований, закономерности, причины и динамика предсоревновательных состояний определяют высокие требования к психике спортсмена. Все то, что было отработано и накоплено в процессе обучения и тренировок в течение месяцев или лет, может быть растеряно в считанные минуты, а порой и секунды, перед стартом или в ходе спортивной борьбы.

Естественно, что лучшей школой психологической подготовки является участие спортсмена в соревнованиях. Соревновательный опыт в спорте – важнейший элемент надежности спортсмена. Но каждое соревнование – это и разрядка накопленного нервно-психического потенциала, и нередко причина значительных физических и духовных травм. К тому же, участие в соревнованиях – это всегда получение определенных результатов, подведение итогов конкретного этапа в совершенствовании спортивного мастерства.

Следовательно, организация психологической подготовки к соревнованиям должна быть направлена на формирование свойств и качеств личности и психических состояний, которыми всегда обусловлена успешность и стабильность соревновательной деятельности. Ее целью необходимо считать адаптацию к соревновательным ситуациям, совершенствование и оптимизацию реактивности отражения и ответной реакции на специфичные экстремальные условия деятельности.

В спорте существует понятие «классификация соревнований», которая предусматривает их разделение по видам: чемпионаты, первенства, кубковые соревнования, классификационные, отборочные, предварительные и т.п. Как отмечают А.В. Родионов и другие авторы, уровень соревнований оказывает значительное влияние на психику спортсмена, что требует определенной степени психологической готовности. Поэтому на практике осуществляются два типа психологической подготовки спортсменов к соревнованиям: общая и специальная, к конкретному соревнованию.

Общая психологическая подготовка тесно связана с воспитательной и идейной работой со спортсменами. Особенно это относится к формированию идейной убежденности, воспитанию свойств личности. В программу психологической подготовки должны быть включены мероприятия, направленные на формирование спортивного характера. Спортивный характер – важный элемент успешного выступления в

соревнованиях, где он по-настоящему проявляется и закрепляется, однако формируется он в учебно-тренировочном процессе.

Основными критериями проявления спортивного характера принято считать стабильность и улучшение результатов выступлений на соревнованиях: от соревнований к соревнованиям; более высокие результаты в период соревнований по сравнению с тренировочными; лучшие результаты, чем в предварительном выступлении.

Основная задача специальной психологической подготовки спортсмена к конкретному соревнованию – создание состояния психической готовности к выступлению. Состояние психической готовности к соревнованию – целостное проявление личности спортсмена. Элементы этой динамической системы представлены в таблице 1 (по А.И. Чикурову, А.П. Шумилину) [4].

Таблица 1.

Характеристики основных элементов готовности спортсмена к соревнованиям

Элементы готовности спортсмена к соревнованиям

№ п/п	Элементы готовности	Характеристика
1	Трезвая уверенность в своих силах	Основана на определении соотношения своих возможностей и сил противника с учетом условий предстоящих соревнований
2	Стремление упорно и до конца бороться за достижение соревновательной цели, за победу	Выражается в целеустремленности спортсмена, в его готовности до последнего мгновения вести соревновательную борьбу за достижение цели
5	Оптимальный уровень эмоционального возбуждения	Эмоциональное возбуждение должно соответствовать условиям соревновательной деятельности, индивидуально - психологическим особенностям спортсмена, масштабу и рангу соревнований
4	Высокая помехоустойчивость	Выражается по отношению к неблагоприятным внутренним и внешним влияниям, проявляется в «нечувствительности» к разнообразным помехам или в активном противодействии к их отрицательному влиянию
5	Способность произвольно управлять своими действиями, чувствами, поведением	При любой вариативности соревновательной обстановки спортсмен должен принимать целесообразные решения, регулировать свои действия, согласовывать их с партнерами, управлять своими эмоциями, строить свое поведение соответственно морально-этическим нормам

Психологическая готовность спортсмена к соревнованиям определяется следующими характеристиками: спокойствием (хладнокровием) спортсмена в экстремальных ситуациях как характерной чертой его отношения к окружающей среде (к условиям деятельности); уверенностью в себе, в своих силах как одной из сторон отношения к себе, обеспечивающей активность, надежность действий, помехоустойчивость; боевым духом спортсмена; как отношение к процессу и результату деятельности, боевой дух обеспечивает стремление к победе, т.е. к достижению соревновательной цели, что способствует раскрытию резервных возможностей. Единство этих черт спортивного характера обуславливает состояние спокойной боевой уверенности.

Система специальной психологической подготовки спортсмена к конкретному

соревнованию включает:

- сбор информации о предполагаемых условиях предстоящего соревнования (является исходным пунктом для формирования состояния готовности к соревновательной борьбе); содержание и характер информации зависят от вида спорта (в одних видах важно знать место проведения соревнований, в некоторых других случаях основой является информация о соперниках и т.п.);

- определение соревновательной цели (в цели находят выражение объективно существующие возможности достигнуть определенного результата, она является главным регулятором деятельности спортсмена);

- формирование и актуализация мотивов участия в соревновании (побуждения, вытекающие из понимания спортсменом общественной значимости достижения намеченной цели, могут быть побуждения только личного значения; мотивы повышают интерес к соревнованию, способствуя созданию увлеченности процессом подготовки и самой соревновательной борьбой, стремлению достигнуть цели);

- вероятностное программирование соревновательной деятельности (осуществляется в ходе разработки тактического плана действий; всегда носит вероятностный характер);

- саморегуляцию неблагоприятных внутренних состояний (при подготовке к соревнованию спортсмен пользуется эффективными и наиболее приемлемыми для него способами саморегуляции, которыми овладел в процессе общей психологической подготовки; от соревнования к соревнованию использование приемов саморегуляции все более становится своеобразным ритуалом предсоревновательного поведения);

- сохранение и восстановление нервно-психического потенциала (имеются в виду особенности поведения спортсмена за некоторое время до соревнований, когда необходимо правильно построить режим дня, уметь отвлекаться от мыслей о соревновании и т.п.).

Несколько иной подход к пониманию психологической подготовки спортсменов представляет в своей работе Г.Б. Горская: термин психологическая подготовка заменяется термином «психологическое обеспечение подготовки спортсменов», под которым автор понимает систему мероприятий, направленных на мобилизацию резервов психики спортсменов, обеспечивающих высокую эффективность учебно-тренировочного процесса, высокую надежность и результативность соревновательной деятельности.

По мнению Г.Б. Горской, основные компоненты психологического обеспечения подготовки спортсменов в учебно-тренировочном процессе следующие:

- 1) анализ требований вида спорта к психике спортсмена;
- 2) установление степени соответствия индивидуально- психологических особенностей спортсмена требованиям деятельности в избранном виде спорта;
- 3) опережающее планирование психологического обеспечения подготовки спортсменов в соответствии с задачами этапа многолетней подготовки;
- 4) обучающие и развивающие программы;
- 5) коррекционные и реабилитационные программы;
- 6) психологический контроль.

Автор выделяет три этапа многолетней подготовки спортсменов, представляет содержание подготовки на каждом этапе, задачи и методы психологического обеспечения на каждом этапе [2].

Г.Д. Бабушкин (с соавторами, 2009) особенности психологической подготовки спортсменов видит в следующем:

- 1) психологически обоснованная организация всего процесса подготовки спортсменов (тренировочной и соревновательной деятельности);
- 2) основная задача психологического обеспечения подготовки спортсменов – мобилизация психических резервов повышения эффективности тренировочного процесса, надежности и результативности соревновательной деятельности;

3) учет требований вида спорта к психике спортсмена на определенных этапах подготовки;

4) основной принцип психологического обеспечения подготовки спортсменов – индивидуализация [1].

Автор представляет комплекс задач психологического обеспечения для каждого этапа многолетней спортивной тренировки, а основная цель психологического обеспечения подготовки спортсменов – создание психологических предпосылок для успешности, как в тренировочной, так и в соревновательной деятельности на данном этапе и на последующих этапах учебно-тренировочного процесса.

Вместе с тем, абсолютным большинством исследователей психологического обеспечения спортивной деятельности особое место в психологической подготовке спортсмена занимает установка на участие в состязаниях. В дзюдо это задание направленно на мобилизацию воли дзюдоиста и всей команды. В ней находят отражение все стороны подготовки борца. Она как бы аккумулирует в единое целое физическую, техническую, тактическую, теоретическую, морально-волевую подготовку спортсмена. Задание – это та внешняя цель, которая должна в конечном итоге стать личной целью спортсмена и определить во многом его поведение в ходе состязания. Однако задача тренера заключается не только в том, чтобы определить установку для каждого спортсмена, но и добиться того, чтобы она превратилась в личную установку-цель каждого борца, вызвала необходимую активность, настойчивость для её достижения.

Существует перспективная установка, которая представляет собой разработку задач, конкретных заданий на олимпийское четырёхлетие, спортивный год, определённый этап тренировочной работы. При этом имеется в виду целенаправленная подготовка дзюдоиста, команды к встрече с определёнными соперниками, желание добиться победы на заключительном этапе их подготовки к ответственному соревнованию. По времени такая установка совпадает с началом предсоревновательного этапа или учебно-тренировочного сбора, предшествующих основному состязанию.

Обсудив и приняв новое перспективное задание, тренер и спортсмены не должны до начала ответственного состязания раскрывать свои замыслы и содержание своей подготовки. Опыт показывает, что успех чаще сопутствует тем тренерам и спортсменам, которые уделяют серьёзное внимание изучению своих соперников, их волевых качеств («спортивной разведке») путём знакомства с материалами прессы, видеоматериалов, просмотра технических протоколов, личных бесед с тренерами и спортсменами, проведения предварительных товарищеских встреч и т.п.

Особое место в мобилизации воли спортсменов занимает установка на предстоящее соревнование, которая, как правило, проводится за день или за несколько часов до начала состязания. Установка включает следующие пункты: объяснение значения предстоящего соревнования для спортсмена (команды, клуба, региона и т.д.); постановку общей задачи; оценку соперника; разъяснение своих действий (замысел, задания и т. п.); учёт некоторых условий, в которых будут проходить соревнования (место соревнований, отношение зрителей, характер судейства и др.); использование средств связи, сигналов для изменения действий и др. Осознание спортсменом установки протекает всегда на определённом эмоциональном фоне: борьбы уверенности и сомнения, что связано с преодолением психологических барьеров (навязчивых мыслей, связанных, как правило, с сильными отрицательными эмоциями: страхом, неуверенностью в своих силах, боязнью поражения в соревновании, отсутствием сдвига в спортивных результатах, боязнью отдельных соперников, которым борец несколько раз проигрывал, возможностью травм, страхом перед необъективным судейством и т.д.). Средствами преодоления таких «барьеров» могут быть очень тщательная подготовка к соревнованию, которая повышает уверенность в своих силах; волевая настройка себя на возможность ведения равной борьбы с сильным соперником; подготовка тактических вариантов действий, которые будут неожиданными для соперников и другие продуманные действия спортсмена, которые осуществляются им

под руководством тренера и в форме самовоспитания в условиях учебно-тренировочного процесса [3].

Таким образом, анализ различных исследований в области психологической подготовки спортсмена в учебно-тренировочном процессе показывает широкий спектр ее проблемных вопросов, среди которых можно выделить психологические особенности состояния наивысшей тренированности спортсмена и пути его достижения, особенности спортивных навыков и процесс их формирования, особенности эмоционально-волевых проявлений спортсмена во время соревнований и в связи с этим характеристика психоэмоционального состояния спортсмена как элемент его готовности к соревновательной деятельности.

ЛИТЕРАТУРА:

6. Бабушкин, Г.Д. Модель управления психологической подготовкой высококвалифицированных дзюдоистов к соревнованиям [Электронный ресурс] / Г.Д. Бабушкин, А.П. Шумилин, А.И. Чикуров. – Режим доступа: <http://lib.sportedu.ru/press/sp/2009n2/p37-39.htm>

7. Горская, Г.Б. Особенности структуры мотивации, локуса контроля и личностного смысла успехов в спорте у гребцов-академистов разного пола / Г.Б. Горская, Т.Е. Лапко // Спортсмен как субъект деятельности. – Омск, 1993. – С.4-5.

8. Родионов А. В. Влияние психологических факторов на спортивный результат / А.В. Родионов. - М., 1983. – 345 с.

9. Чикуров, А.И. Исследование психической готовности дзюдоистов на предсоревновательном этапе [Электронный ресурс] / А.И. Чикуров, А.П. Шумилин. – Режим доступа: <http://bmsi.ru/doc/304b2dee-49f3-4280-9d7c-721097a60062>.

СПОСОБЫ И ПЕДАГОГИЧЕСКИЕ УСЛОВИЯ ФОРМИРОВАНИЯ ОСНОВ КУЛЬТУРЫ ЗДОРОВЬЯ ШКОЛЬНИКОВ В ВОСПИТАТЕЛЬНОМ ПРОЦЕССЕ

*Н.С. Тоджаев, студент ИФК и дзюдо
Е.Г. Вержбицкая, канд. пед. наук, доцент
Институт физической культуры и дзюдо*

В современном мире культура здоровья определяется как важнейшая компонента общей системы культуры человека. Это связано в возрастающей позицией сохранения здоровья среди глобальных проблем современности, определяющих будущее человечества. Эта позиция обусловлена тем, что эволюция как процесс изменения возможна только в здоровом обществе, при этом она осуществляется в настоящее время и будет проходить в процессе дальнейшего культурного освоения мира при условии всемерного сохранения и развития здоровья каждого члена общества.

Понятие «культура здоровья» объемно и многофакторно. В нем выделяются следующие позиции: сформированность представлений о здоровье и здоровом образе жизни; наличие знаний о способах укрепления и сохранения здоровья; осознание базовых ресурсов своего организма; понятие всей полноты ответственности за состояние своего здоровья; развитие навыков психофизической саморегуляции и самоконтроля; отсутствие вредных привычек и другие составляющие [5].

Состояние здоровья детей и подростков в любом обществе и при любых социально-экономических и политических ситуациях является проблемой первоочередной важности, так как именно хорошее здоровье позволяет человеку реализовать определенный набор физических, духовно-нравственных и социальных возможностей - свой человеческий потенциал. В настоящее время среди участников педагогического процесса все больше растет осознание того факта, что без развития культуры здоровья школьников и педагогов невозможно полноценное обновление российской школы [1, 2, 3, 4, 6, 7 и др.].

Существующий на сегодня кризис нравственных ценностей, постоянная психологическая напряженность, неуверенность в своем будущем, возникающие жизненные и другие проблемы требуют от школьников мобилизации сил, что возможно

только при оптимальном уровне здоровья и ценностном отношении к нему.

Общеобразовательные учреждения являются идеальным местом для проведения организационных и воспитательных мероприятий по укреплению здоровья подрастающего поколения, пропаганды здорового образа жизни и воспитания культуры здоровья [4].

По данным Института возрастной физиологии Российской Академии образования, школьная образовательная среда порождает факторы риска нарушения здоровья, с действием которых связано 20-40% негативных влияний, ухудшающих здоровье детей школьного возраста. Кроме того, сама школьная образовательная среда является проблемным полем проявления негативных социальных явлений среди детей разных возрастных групп.

Проблема профилактики негативных проявлений среди подростков, связанных с сохранением и укреплением здоровья, обусловлена, в том числе, и такими факторами, как нестабильность социально-экономических условий в стране, размытость моральных норм и ценностей, относительная ограниченность материальных и духовных ресурсов, необходимых для развития и социализации детей, недостаточность сформированности тех или иных условий, включая и педагогические, необходимых для эффективного осуществления процесса формирования основ культуры здоровья школьников в условиях общего образования [3].

Педагогические условия в научной литературе рассматриваются как один из компонентов педагогической системы, представляющий собой совокупность возможностей образовательно-пространственной среды. Выделяется несколько групп педагогических условий: методологические, организационно-педагогические, психолого-педагогические, дидактические, методические и другие. Практическое выявление и теоретическое обоснование педагогических условий, позволяющих обеспечить успешность любого вида осуществляемой в образовании деятельности, является актуально значимой задачей современного процесса модернизации образования.

Таким образом, выявленная проблема изучения педагогических условий, необходимых для эффективного воспитания здорового поколения, и способов формирования основ культуры здоровья школьников определяет актуальность данного исследования.

Объект исследования: процесс воспитания основ культуры здоровья школьников.

Предмет исследования: содержание педагогических условий формирования основ культуры здоровья школьников, необходимых для эффективного воспитания здорового поколения.

Цель исследования: теоретически обосновать и изучить на практике способы и содержание педагогических условий осуществления воспитательного процесса по формированию основ культуры здоровья школьников в образовательной среде.

В соответствии с темой и целью исследования были определены следующие задачи.

1. Определить базовые теоретические аспекты формирования основ культуры здоровья личности в современном обществе.
2. Охарактеризовать основные структурные компоненты воспитательного процесса школьников, направленного на формирование у них составных частей культуры здоровья.
3. Обосновать и изучить на практике содержание необходимых организационно-педагогических условий реализации воспитательной деятельности по формированию основ культуры здоровья у школьников в здоровьесберегающей образовательной среде.

Для решения поставленных задач были использованы методы исследования: теоретический анализ научно-методической литературы; опрос педагогов и учащихся в виде бесед; анкетированный опрос родителей; педагогическое наблюдение; опытная работа, обработка полученных данных.

На основании изучения научно-методической литературы было выявлено, что

социально-экономическая среда оказывает наибольшее влияние на формирование культуры, в целом, и культуры здоровья, физической культуры личности, в частности. Например, по данным Всемирной Организации Здравоохранения (ВОЗ), дети из семей с более низким социальным статусом, в среднем, в меньшей степени уделяют внимание сохранению здоровья, правильному питанию, они меньше занимаются физической культурой, чем дети из семей с более высоким статусом и т.д. (по материалам ВОЗ «Питание и здоровье в Европе», 2003).

Важную роль в формировании основ культуры здоровья играет культурная среда, включающая, в том числе, особенности вероисповедания, общий уровень образования и др. Исходя из значимости для формирования основ культуры здоровья двигательной активности человека приведем следующие примеры. Обследованием физической активности населения в Англии установлено, что люди с высоким уровнем образованности обычно больше занимаются физическими упражнениями, чем те, у кого образовательный уровень ниже. Среди людей интеллектуальных профессий в два раза больше тех, кто в качестве поддержки хорошего здоровья регулярно занимается спортом или имеет другую физическую нагрузку в свободное время, чем среди неквалифицированных рабочих или экономически неактивных людей.

Значимое место в формировании культуры здоровья занимает педагогическое влияние, которое совмещается в образе данного феномена с уже сформированными культурной и социальной средой представлениями [3, 5 и др.].

Правильно организованное образование в виде педагогического воздействия в области культуры здоровья может изменить образ мыслей, привести к пониманию правильной оценки и дальнейшей переоценке жизненных ценностей, заложить необходимые навыки сохранения здоровья и сформировать новое поведение и стиль жизни.

Педагогическое влияние оказывается на человека, в основном, в период детства и юношества, то есть в образовательных учреждениях, в которых складывается здоровьесберегающая инфраструктура, осуществляется комплексный подход к формированию и сохранению здоровья субъектов образования в условиях учебно-воспитательного процесса.

Комплексный подход к формированию культуры здоровья заключается в системном влиянии на когнитивный компонент и мотивацию обучающихся. Когнитивный компонент означает информированность учащегося в области культуры здоровья (физиология и анатомия человека, понятие здоровья, факторы, влияющие на здоровье человека и т.д.).

Мотивация воспитанников на здоровый образ жизни связана с выработкой у них осознанной потребности реализации собственных взглядов и убеждений в отношении вредных привычек, жизненной и когнитивной активности.

В настоящее время значение педагогического фактора усиливается ростом негативного влияния средств массовой информации (телевидения, радио, Интернета и т.д.). Многие антисоциальные, вредные для здоровья, установки и стереотипы поведения вырабатываются именно этими источниками информации, а доверие, которое высказывается в пользу их со стороны молодого поколения, значительно выше, чем школе, педагогам, наставникам, родителям и т.д.

В группу физиологических и медицинских факторов, влияющих на уровень сформированности культуры здоровья, включаются показатели наличествующего у индивида режима двигательной активности, выполнение имеющегося графика режима дня с включением в него оздоровительных мер, осуществления мероприятий физического воспитания с использованием всего спектра присущих ему средств и методов воспитания. Все вместе эти показатели можно определить, как опыт жизнедеятельности человека, его проявления в сфере культуры здоровья, определяющие его образ жизни привычки.

Начав формировать культуру здоровья в детском возрасте, человек должен укреплять приобретенные навыки на протяжении всей дальнейшей жизни и регулярно

применять имеющиеся теоретические знания и практические умения в своей повседневной жизни с целью укрепления своего здоровья, оздоровления [2].

Проблема сохранения здоровья человека и здоровья человечества приобрела глобальный характер не так давно. Но именно с проблемой глобальности падения уровня здоровья населения планеты связано возрастание интереса со стороны мирового сообщества к вопросам формирования культуры здоровья как противовеса в решении другой проблемы – снижения численности населения в отдельных регионах нашей Земли.

На фоне глобальной проблемы быстрого прироста численности населения в целом на планете по разным причинам снижается численность населения в ее экономически и социально значимых территориях. Например, в Западной Европе в качестве причины уменьшения населения отмечается возрастание удельного веса болезней, связанных с образом жизни человека. В России острота проблемы выражается в прогрессирующем уменьшении численности населения, в основном, за счет снижения рождаемости и смертности трудоспособного населения вследствие снижения эффективности действия социально-психологических и физиологических механизмов адаптации, что связано с недостатком их резервных возможностей.

В сложившейся ситуации одним из путей ее преодоления может стать стратегия смены модели здравоохранения: от лечения – к профилактике заболеваний. Конечно, переход к этой парадигме возможен только в условиях предварительного повышения уровня здоровья населения планеты. Но выбор этой тактики, ориентированной не только на лечение болезней, а на их предупреждение, является кратчайшим путем к оздоровлению людей.

Под оздоровлением в этом случае понимается повышение функциональных резервов и адаптивных возможностей человека для предупреждения заболеваний и улучшения качества жизни у лиц, ослабленных в результате действия неблагоприятных факторов среды и выполняемой деятельности.

В основе такого подхода лежит концепция «Сохранение здоровья здоровых», содержание которой привело к развитию достаточно новой отрасли здравоохранения – восстановительной медицины. Восстановительная медицина представляет собой систему наличествующих научных знаний и опыта практической деятельности, реализация которой направлена на восстановление и стабилизацию функциональных резервов человека.

В содержании восстановительной медицины приоритетность действий относится к процессу оздоровления – сохранению и восстановлению здоровья здоровых или практически здоровых людей, реабилитации больных и инвалидов. В практике восстановительной медицины широко применяются в комплексе с современными методами оздоровления традиционные формы и средства, которые осваивались человечеством на протяжении тысячелетий, перерабатывались в системы воспитания здорового образа жизни, вкладывались в структуры образовательного процесса подрастающего поколения.

В современных подходах к формированию культуры здоровья детей и молодежи, осуществляемого в структуре образовательного процесса, принято выделять следующие направления:

- физическое воспитание (физическая культура);
- биолого-экологическое образование (экологическая культура);
- нравственное воспитание (духовная культура);
- культурологическое образование (эстетическая культура);
- медико-гигиеническое образование (медицинская культура).

Основы всех перечисленных культур человека выступают в форме составных частей его культуры здоровья [5].

Основными направлениями разрабатываемых в процессе современного воспитания школьников образовательных программ становятся вопросы, связывающие здоровье и

безопасность жизнедеятельности человека, здоровье и последствия девиантного поведения подростков и молодёжи, здоровье и проявления асоциального поведения человека и др.

Как отмечалось выше, процесс формирования культуры здоровья нужно начинать с детства, используя формы педагогического воздействия, приемлемые для каждого возрастного периода взрослеющего человека. Так, в период дошкольного детского возраста формировать основы культуры здоровья можно в виде развивающих игровых занятий с детьми в интерактивной форме. На этапах школьного обучения подобные занятия следует проводить на основе интеграции содержания здоровьесберегающей тематики с конкретно изучаемыми школьными предметами. Занятия по укреплению навыков здорового образа жизни как проявления культуры здоровья также включаются в программу начального и среднего профессионального обучения, они являются также рекомендуемыми элементами программ обучения и воспитания в системе высшего образования. Педагогическое образование на всех его уровнях должно обеспечивать достаточную широту кругозора обучающихся, формирование у них навыков самореализации полученных знаний на основе высокого уровня мотивированности каждого к ведению здорового образа жизни.

Такой подход к реализации педагогически обусловленного процесса воспитания основ культуры здоровья нацеливает педагогов на становление у детей и молодежи широкого естественнонаучного мировоззрения, на формирование заинтересованного и активного мировосприятия, а также на определение ими для себя наиболее важных, высших ценностей в жизни и достойных нравственных жизненных ориентиров, среди которых первое место будет занимать сама жизнь и здоровье – как фактор обеспечивающий ее продолжительность и содержательность.

ЛИТЕРАТУРА:

1. Барсукова, М. Здоровый образ жизни – в образовательный процесс / М. Барсукова // Учитель. – 2016. – №5. – С. 83-84.
2. Вержбицкая, Е.Г. Здоровьесбережение детей как воспитательная проблема современной семьи и школы / Е.Г. Вержбицкая // Здоровьесберегающее образование. – 2012. – № 3. – С. 50-54.
3. Дрибинский, П. Воспитание ценностного отношения к здоровью / П. Дрибинский // Воспитание школьников. – 2018. – №8. – С. 28-32.
4. Михеева, Ю.В. Формирование здоровой личности в учебно-воспитательном процессе [Электронный ресурс] / Ю.В. Михеева. – Режим доступа: <http://sisp.nkras.ru/issues/2012/1/mikheeva.pdf>.
5. Сократов, Н.В. Культура здоровья с основами безопасности жизнедеятельности: Учебное пособие/ Н.В. Сократов. – Оренбург: Издательство ОГПУ, 2006. – 364 с.
6. Тверская, С.С. Проблемные вопросы здоровья в образовательных учреждениях и пути их реализации / С.С. Тверская // Здоровьесберегающее образование. – 2010. – № 1. – С. 45-49.
7. Чермит, К.Д. Здоровье человека как педагогическая категория / К.Д. Чермит // Основные направления реализации национальной образовательной инициативы «Наша новая школа» в Республике Адыгея: сб. материалов респ. науч.-практ. конф. пед. работников. – Майкоп: Изд-во АГУ, 2009. – С. 196-197.

ФОРМИРОВАНИЕ РЕЗУЛЬТАТИВНОЙ МОТИВАЦИИ И ИНТЕРЕСА УЧАЩИХСЯ К ЗАНЯТИЯМ ФИЗИЧЕСКОЙ КУЛЬТУРОЙ

*В. Трипкош, студент 4 курса ИФК и дзюдо
Н.С. Коломийцева, к.п.н., доцент, зав. кафедрой биомеханики
и медико-биологических дисциплин ИФК и дзюдо*

Понятие «мотивация» (от лат. movere) - побуждение к действию, впервые

встретилось в статье А. Шопенгауэра "Четыре принципа достаточной причины"(1900-1910). Вскоре оно прочно вошло в психологический обиход для объяснения причин поведения людей и животных. В настоящий момент мотивация как психическое явление определяется по-разному. У ряда авторов - как совокупность факторов, поддерживающих и направляющих, т.е. определяющих поведение (К. Мадсен; Ж. Годфруа), у других - как совокупность мотивов (К.К. Платонов), у третьих - как побуждение, вызывающее активность организма и определяющее ее направленность.

Помимо этого, мотивацию рассматривают как процесс психической регуляции конкретной деятельности (М.Ш. Магомед-Эминов), как процесс действия мотива и как механизм, определяющий возникновение, направление и способы осуществления конкретных форм деятельности (И.А. Джидарьян). Следовательно, все определения мотивации можно отнести к двум различным направлениям. Первое направление рассматривает мотивацию со структурной позиции, как совокупность мотивов или факторов. Так, согласно схеме В.Д. Шадрикова, мотивация обусловлена потребностями и личностными целями, уровнем притязаний и идеалами человека, условиями деятельности (как объективными, внешними, так и субъективными, внутренними - знаниями, умениями, способностями, характером) и мировоззрением, убеждениями и личностной направленностью. Решение принимается с учетом этих факторов, а после чего формируется намерение. Второе направление рассматривает мотивацию как динамичное образование, как процесс или механизм.

В.Г. Леонтьев выделяет два типа мотивации: первичную и вторичную. Первичная проявляется в форме потребности, инстинкта, влечения. Вторичная - в форме мотива. Следовательно, В.Г. Леонтьев тоже отождествляет мотив с мотивацией. Он полагает, что мотив возникает только на уровне личности и обеспечивает личностное объяснение решения действовать в определенном направлении для достижения определенных целей.

Интерес к физической культуре – одно из проявлений сложных процессов мотивационной сферы. По отношению к школьнику мотивацию следует различать, как внутреннюю, так и внешнюю. Но как бы ни была сильна внешняя мотивация, интерес формируется лишь в результате внутренней мотивации. Она возникает только тогда, когда внешние мотивы и цели соответствуют возможностям школьника, когда они являются для него оптимальными (не слишком трудными и не очень лёгкими) и когда школьник понимает субъективную ответственность за их реализацию. Успешная реализация мотивов и целей вызывает у школьника вдохновение успехом, желание продолжать занятия по собственной инициативе, то есть внутреннюю мотивацию и интерес. Внутренняя мотивация возникает также тогда, когда ученик испытывает удовлетворение от самого процесса и условий занятий, от характера взаимоотношений с педагогом, членами коллектива во время этих занятий.

Удовлетворение интереса не приводит к его исчезновению, а наоборот, интерес может укрепляться, развиваться, становиться более глубоким и разносторонним. Интерес, таким образом, является постоянным катализатором (усилителем) энергии человека: он либо облегчает выполнение деятельности, либо стимулирует волевое усилие, помогает проявлять терпение, упорство, настойчивость, способствует целеустремлённости.

Для поддержания активного интереса к физической культуре необходимо систематически давать школьнику соответствующую информацию как при обучении движению, так и при его совершенствовании. Эта информация должна обязательно раскрывать важность того или иного упражнения для выполняющего его. Например, начиная обучение упорному прыжку, мы объясняем, что прыжок через коня или козла – это не самоцель, но что многократные прыжки укрепляют силу мышц, развивают координацию движений, вырабатывают умение ориентироваться в пространстве.

На занятиях физической культурой необходимо, чтобы школьник брал ответственность за результаты занятий на себя и объяснял свои неудачи не отсутствием у него определённых способностей, а недостаточностью собственных усилий. Только в этом

случае успешно формируются внутренняя мотивация и интерес к занятиям. Но, безусловно, школьнику надо подбирать индивидуальные, доступные ему и в то же время прогрессирующие показатели и, конечно же, посильные упражнения, задания, требования и т.д., то есть оптимальные режимы мотивации.

Каждого школьника необходимо сориентировать на доступный и подходящий для него результат, достижение которого должно восприниматься им и оцениваться учителем, товарищами по классу, родителями как успех, как победа школьника над собой.

Ориентация на результат особенно важна и необходима при развитии двигательных качеств, так как эта работа школьников над собой связана с особенно сильным нервно-функциональным напряжением. При этом важен максимально быстрый эффект, так как у школьников вначале еще отсутствует устойчивый интерес к занятиям физической культурой, который бы помогал преодолевать неприятные субъективные ощущения, возникающие при значительных функциональных напряжениях, помогал бы проявлять волевые усилия. [1]

Поэтому продолжительные нервно-функциональные напряжения учащихся без очевидных для них результатов отталкивают их от занятий физическими упражнениями и тем самым снижают интерес к физической культуре. Чем быстрее достигнут первый сдвиг, тем выше первичный интерес к упражнениям. [2]

Основой методики формирования результативной мотивации и интереса к развитию двигательных качеств является система контроля за их состоянием. В целях контроля за развитием двигательных качеств можно применять тесты и контрольные упражнения. Многие из них могут применяться школьниками самостоятельно, с целью самоконтроля.

Для оценки динамической выносливости специалисты рекомендуют использовать относительные показатели ее развития - количество метров, которые школьник может преодолеть со скоростью 50-60-75-90 % от максимальной, что соответствует умеренной, большой, субмаксимальной и максимальной зонам относительной мощности работы. Абсолютный показатель - это расстояние, которое школьники способны преодолеть за 1,5; 6; 12 или 35 мин.

Статическая выносливость успешно измеряется временем поддержания различных поз (полуприсед, упор, вис, положение руки в стороны и др.) или временем удержания груза (гантелей, гири, штанги).

Для оценки быстроты можно применять бег на 10, 20, 30 м с хода или количество шагов в беге на месте за 5, 10, 15 с. Скоростно-силовые показатели хорошо определяются результатом бега со старта на отрезках от 10 до 30 м, а также результатами в метании теннисного мяча (толкании набивного мяча) и прыжка с места в длину или вверх.

Мышечная сила может оцениваться по показателям кистевого и станового динамометра в килограммах, а также путем выполнения работы с преодолением тяги или сопротивления: подтягивание, приседание, выпрыгивание на количество раз.

Гибкость удобно определяется следующими упражнениями:

- наклон туловища вперед;
- в стойке ноги врозь, руки в стороны - круги руками, повороты туловища;
- "шпагат", "мостик" (измерения производят в сантиметрах и градусах).

Ловкость лучше всего оценивается по результатам таких тестов, как:

- бег с изменением направления (слаломный, челночный);
- бег с преодолением препятствий на расстояние от 10 до 20 м;
- бег с ведением мяча, с бросками в цель.

Равновесие рекомендуют определять пробой Ромберга (стоя на одной ноге, другая согнута в колене, подошва на колене опорной ноги, руки на поясе, глаза закрыты).

При развитии результативной мотивации, то есть при воспитании стремления достичь наилучших результатов за наименьшее время, сложным является вопрос о соотношении на уроках упражнений, направленных на развитие физических качеств и на

формирование двигательных навыков. В разных классах это соотношение должно быть неодинаковым

Чтобы успешно развивать двигательные качества, формировать у школьников результативную мотивацию и вместе с тем процессуальный интерес к занятиям физическими упражнениями, необходимо как можно больше разнообразить средства, методы и формы двигательной деятельности как на уроке, так и дома. С этой целью следует шире применять предметы (набивные мячи, гантели, скакалки, обручи, резиновые амортизаторы, гимнастические снаряды и т.д.), включать в занятия парные упражнения, использовать соревновательный метод. Высокий эффект дает организационно-методическая форма занятия - круговая тренировка при условии грамотного ее применения.

Безусловно, большое значение для эффективного развития двигательных качеств, достижения скорейшего эффекта, а, следовательно, и формирования внутренней результативной мотивации занятий физическими упражнениями имеет правильное дозирование их.

Наиболее приемлемым на уроках физической культуры является деление класса на три группы по степени подготовленности учащихся: хорошо, удовлетворительно и слабо подготовленные (мальчики и девочки соответственно раздельно). Необходимо знать средние результаты в тестах в каждой группе и в зависимости от них предлагать индивидуализированные дозировки физических упражнений для школьников каждой группы. Этими дозировками должны руководствоваться школьники и при самостоятельных занятиях.

В настоящее время разработано достаточное количество контрольных упражнений для оценки уровня физической подготовленности учащихся. Тесты для определения уровня развития двигательных качеств должны быть простыми и достаточно надежными и подходить для учащихся всех возрастов, классов. Это позволяет следить за динамикой развития двигательных качеств школьников

Как и при формировании любого мотива, при воспитании результативной мотивации необходим индивидуальный подход к учащимся. С целью его осуществления учитель должен знать слабые стороны в развитии двигательных качеств школьников и давать индивидуальные задания на уроке, выделяя для этого специальное время и используя варианты круговой тренировки. Целесообразно широко применять индивидуальные задания на дом. Они успешнее других приемов воспитания формируют интерес к личной физической культуре и здоровый образ жизни подрастающего поколения. Для достижения наилучших результатов при двух уроках физкультуры в неделю следует стремиться максимально повысить моторную плотность урока, умело применяя с этой целью все известные организационно-методические формы и способы выполнения заданий. Но при развитии двигательных качеств не следует заставлять учащихся выполнять упражнения под счет: у каждого есть свой оптимальный темп движений.

Для успешного развития двигательных качеств школьники должны иметь соответствующие знания. С этой целью следует проводить теоретические уроки в каждом классе и анализировать результаты усвоения полученных знаний. Проведенные педагогические эксперименты убедительно свидетельствуют о высокой эффективности таких уроков в процессе формирования у школьников интереса к физической культуре. Теоретические уроки следует проводить в помещении класса и требовать от учащихся кратких записей содержания излагаемого материала. [2]

ЛИТЕРАТУРА:

1. Задумина, Ю.Н. Формирование мотивации на занятиях физической культуры учащихся 11-12 лет / Задумина Ю.Н. // Проблемы и перспективы развития образования в России. – 2014. – № 28. – С. 62-66.

2. Шилова, Н.А. Интегративная методика формирования мотивации к занятиям спортом у учащихся младших классов / Шилова Н.А., Голушов И.Е. // В сборнике: Образовательная система: время перемен Сборник научных трудов. Казань, – 2019. – С. 200-204.

АНАТОМИЧЕСКИЕ ОСОБЕННОСТИ ФОРМИРОВАНИЯ ОСАНКИ

*С. Тхайшаова, студентка 4 курса ИФК и дзюдо АГУ
Н.Х. Кагазежева - доцент кафедры биомеханики и
медико-биологических дисциплин ИФК и дзюдо АГУ*

В настоящее время в научно - методической литературе отмечается, увеличение числа людей, имеющих те или иные нарушения в состоянии здоровья, в том числе и нарушения осанки. Наиболее выраженный рост заболеваемости опорно-двигательного аппарата (ОДА) отмечается у детей и подростков, особенно школьного возраста. В условиях интенсификации учебного процесса, на фоне неблагоприятных социально-гигиенических условий и сложной экологической обстановки, детский организм остро нуждается в двигательной активности, которой он обделен в силу вышеуказанных факторов.

По данным Росстата за 2015 г., дети школьного возраста составляли 20,7 млн., или 69%, всего детского населения. Более половины из них имели функциональные нарушения ОДА, причем наиболее часто это наблюдалось среди не только младших, но и старших подростков школьного возраста. Общая заболеваемость детей и подростков школьного возраста за последние 5 лет выросла на 14,5%, в связи с заболеваниями костно-мышечной системы – на 8,6%, влияющих на состояние ОДА. Частота нарушений осанки ОДА у детей перед поступлением в школу составила 97,3, а к окончанию школы (подростков).

Серьезность проблемы нарушений опорно-двигательного аппарата у детей и подростков обусловлена тем, что без своевременной коррекции статические деформации (нарушения осанки, сколиозы, нарушения формы 4 стоп) становятся предрасполагающим фактором для развития структурных изменений в позвоночнике у детей и подростков, особенно в годы учебы в школе (Казьмин А.И., Кон И.И., Беленький В.Е., 1981; Крейз Р., 2009; Васильева Л.Ф., Михайлов А.М., 2012; Аболишин А.Г., 2013).

К окончанию школы удовлетворительная осанка сохраняется только у 5% молодых людей. У 20% имеются нарушения осанки во фронтальной плоскости (предсколиоз), у 35% — сколиоз, причем у 10% — II степени и выше; у 40% отмечаются различные нарушения осанки в сагиттальной (переднезадней) плоскости. Около 25% подростков в настоящее время наряду с нарушениями осанки имеют признаки остеохондроза — а ведь еще 15—20 лет назад юношеский остеохондроз был довольно редкой болезнью. Сегодня проблема нарушения осанки у детей является одной из наиболее распространенных и сложных. Правильная и красивая осанка является важным проявлением состояния здоровья. По данным специалистов, распространенность нарушений осанки среди детей, подростков и молодежи достигает 80-90% (Т.М. Сквознова, 2006).

Под нарушениями осанки понимаем отклонения от нормальной осанки, если по результатам углубленного обследования не выявлены заболевания позвоночника или других отделов опорно-двигательного аппарата (А.А. Потапчук, М.Д. Дидур, 2001). Нарушения осанки занимают промежуточное положение между нормой и патологией, и, по сути, являются состоянием предболезни.

Одна из актуальных проблем в мировой практике - это сколиоз или искривление позвоночника. Сколиоз - тяжелое прогрессирующее заболевание позвоночника, сопровождающееся поражением внутренних органов, нервной системы. При сколиозе развивается физическая неполноценность, возникают глубокие психические страдания вследствие больших косметических дефектов. Болезнь вызывает грубое многоплоскостное искривление позвоночного столба, что в свою очередь, обезображивает туловище больного, нарушает работу сердца и легких, приводит к инвалидности. Установлено, что при сколиозе страдают сердечно-сосудистая, дыхательная, мочевыделительная системы и

желудочно-кишечный тракт, нервная система.

Осанка - это привычная поза не принужденно стоящего человека с сомкнутыми пятками, с носками стоп, разведенными под углом 40-45 градусов.

Грамотное физическое воспитание детей – это, прежде всего анатомо-физиологическое познание возрастных особенностей детского организма. В ортопедии принято считать, что показателем грамотного развития физических и нравственных сил человека является осанка. Приосаниться - значит собраться телом и духом. Анатомически правильное расположение звеньев тела обеспечивает благоприятное протекание физиологических процессов в организме.

Морфологически правильная осанка характеризуется: прямым расположением головы; симметричностью надплечий; одинаковой длиной рук; симметричным расположением гребней подвздошных костей; одинаковой длиной ног; правильным развитием сводов стоп; равномерной волнообразностью позвоночного столба; симметричностью обеих лопаток

Различают четыре вида осанки:

1) Отличная осанка – передняя поверхность грудной клетки выступает над поверхностью живота, спина равномерно волнообразная, что зависит от позвоночных изгибов.

2) Хорошая осанка - голова чуть наклонена вперед, передняя поверхность живота выступает над передней поверхностью грудной клетки, равномерная волнообразность изгибов спины несколько нарушена.

3) Удовлетворительная осанка - грудная клетка плоская, передняя поверхность живота значительно выступает над грудной клеткой. Волнообразность спины нарушена, особенно в поясничном отделе позвоночника.

4) Плохая осанка - голова выдвинута вперед, грудь впалая, спина сутулая.

Осанка-это не только положение тела, это и пластичность движений, и умение сохранять гибкость и выразительность этих движений. Осанка должна отвечать гигиеническим и эстетическим требованиям. Но она не появляется сама по себе, а создается повседневным упорным и настойчивым трудом [2,3].

Воспитание правильной осанки базируется на анатомии - науке о строении человека. Анатомически правильное расположение звеньев тела обеспечивает благоприятное протекание физиологических процессов в организме.

Основа осанки - позвоночник, который одновременно служит и органом движения. Но эта опора сама по себе пассивная, особенно у детей. Прежде чем позвоночник у детей станет основой осанки, он пройдет две стадии развития: хрящевую и костную.

Переход хрящевой ткани в костную идет сверху вниз: от шейного отдела позвоночника к копчику, т.е. фундаментом верхних позвонков являются позвонки, находящиеся в хрящевом состоянии, причем один и тот же позвонок состоит из разнородных тканей - хрящевой и костной. Все это представляет известную опасность в смысле деформации.

Рост позвонков у детей впервые годы жизни идет бурно, затем, как бы замедляется, а после 7 лет опять начинается бурный рост. С развитием половых желез девочки в росте обгоняют мальчиков, а с 16 лет мальчики в росте начинают опережать девушек. Но все это зависит еще от окружающих условий.

Позвонки состоят из тела и дуги, на которых расположены отростки-выступы. На дугах позвоночников находятся два поперечных и один, третий остистый, который выступает на спине человека. Позвоночник состоит: из 7 шейных позвонков, 12 грудных, 5 поясничных, 5 крестцовых и 4 копчиковых. По своему строению шейные позвонки резко отличаются от грудных, последние от поясничных и т. д.

Крестцовые позвонки, срастаясь между собой (у взрослого) представляют единую, целую кость. Такое сращение их обусловлено тем, что они принимают на себя всю тяжесть тела, давящую сверху вниз. Иными словами, крестец является главной опорой -

фундаментом всего позвоночного столба.

Крестец, соединяясь с костями таза, образует тазовое кольцо. С кольцом соединяются бедренные кости, образуя тазобедренные суставы. Нижние концы бедренных костей, соединяясь с костями голени, образуют коленный сустав. Нижние концы костей голени с костями стопы образуют голеностопный сустав. Далее идут суставы пальцев стопы. Сверху позвоночник замыкает череп. Плечевой сустав образуют ключицы, лопатки и плечевая кость. Нижние концы плечевой кости, соединяясь с лучевой и локтевой костями, образуют локтевой сустав. Далее идут лучезапястный сустав и суставы пальцев. Первый палец кисти и стопы имеет две фаланги, остальные пальцы - по три фаланги.

Позвоночник является самым мощным костным аппаратом нашего тела. Более 50% роста приходится на позвоночник, остальные - на кости нижних конечностей. За эту мощь и силу его называли позвоночным столбом.

Позвоночник в сагитальной плоскости имеет изгибы. Они начинают образовываться в момент рождения ребенка. При первых же актах дыхания ребенка эластичный позвоночник образует дугообразный изгиб (кифоз- обращенный выпуклостью назад) сзади, в грудном отделе. Когда ребенок начинает удерживать голову в положении на животе - к 2 - 3 месяцам, - формируется изгиб (лордоз- обращенный выпуклостью вперед) спереди, в шейном отделе. Третий изгиб образуется к 6-7 месяцам спереди, в поясничном отделе. Только с этого момента ребенок может сесть и встать на ноги. С четвертым изгибом сзади, в копчиково-крестцовом отделе позвоночника, ребенок рождается; этот изгиб предотвращает выпадение внутренних органов, находящихся в малом тазу при натуживании. Окончательное формирование этих изгибов заканчивается к 18- 30 годам. Если эти нормальные лордозы и кифозы нанести на вертикальную ось тела (эта линия условно проводится у виска, спереди ушного козелка, до наружной лодыжки - щиколотки) то два изгиба - шейный и поясничный - будут располагаться спереди, а два других - грудной и копчиково-крестцовый - сзади этой оси. Такая закономерность не случайна, так как сила веса тела, давящая сверху вниз, как правило, распространяется под определенным углом. Эти спиралеобразные изгибы позвоночника и определяют равномерную волнообразность спины человека, его осанку. Нормальные изгибы позвоночника определяют правильное положение трахеи и бронхов, пищевода и сердца, легких и брюшной аорты, спинного мозга[1].

В организме непрерывно идут два процесса - созидания и разрушения (ассимиляция и диссимиляция), через каждые 130 дней погибают эритроциты и взамен из костного мозга рождаются новые. У ребенка шелушится кожа -это значит, что отживший эпителий ее заменяется новым. Если в организме где - либо не хватает минеральных веществ, то кровь «вылизывает» из костной ткани кристаллы и доставляет их на «аварийное место». Пониженная свертываемость самой крови также связана с дефицитом кальция и витамина «С». Как видите, кость - это «животворная ткань», причем очень щедрая. Но кость, «отдавшая» свои кристаллы кальция и витамины, размягчается, деформируется. Допустим, что эти вещества кровь «забрала» из костей голени и бедра. Обедненные кости размягчаются и искривляются. Искривление в одном случае напоминает букву «Х»: ноги сходятся в коленных суставах, расходятся в голеностопных суставах, в другом случае наоборот, ноги сходятся только в голеностопных суставах - это напоминает букву «О». Если этих веществ недостает в грудной кости, то она деформируется, и такую грудь называют «куриной». С дефицитом минеральных веществ, связан плохой рост зубов и их неправильное расположение.

Нарушение витаминно-минерального обмена (рахит) приводит к сужению таза. Научно - практические наблюдения показывают, что недостаток этих веществ в пище беременных приводит к недоразвитию тазобедренных суставов у детей, то есть дети рождаются с врожденным вывихом этих суставов. Нехватка солей, фосфора и железа снижает память, дети плохо учатся.

При дефиците этих веществ в нервно - мышечной системе наступает слабость.

Мышцы теряют свое статическое свойство. В результате наступает асимметрия тела, нарушение осанки, боковое искривление позвоночника, плоскостопие и т. д.

Таким образом, в воспитании осанки витамины, белки, минеральные соли имеют исключительное значение. Рост и развитие непрерывно растущего организма идут главным образом за счет этих веществ. Этими веществами богаты мясо, овощи, молочные и рыбные продукты. Именно из этих продуктов питания организм создает живую ткань. Значение питательных веществ не исчерпывается только этим, они играют роль и как источник энергии.

Сколиоз является одним из самых распространенных заболеваний. В середине XX века он встречался от 1,3 до 9,1%. А в настоящее время по данным сколиоз выявляется у 4 - 13% детей. К сожалению, традиционно проводимое консервативное лечение сколиоза недостаточно эффективно. По данным ряда врачей, после лечения сколиозов первой степени улучшение наступает в 17-18% случаев, стабилизация — в 78-79%, прогрессирование - в 3-4%, второй степени - соответственно в 7-8%, 67-68%, 24-25%, и третьей степени - 0%, 35-36%, 64-65%. Специалисты считают, что неуклонное прогрессирование сколиоза возникает у каждого третьего. Не соблюдение гигиенических условий в процессе обучения ведет к развитию многих заболеваний, в том числе к возникновению нарушений осанки.

Коррекция правильной осанки создается на основе мышечно-суставных ощущений положений, занимаемых отдельными сегментами тела. Для тренировки этих ощущений рекомендуется использовать следующие упражнения: попеременное прижатие поясницы, грудного и затем шейного отдела поясницы к поверхности кушетки в исходном положении лежа на спине; изометрические напряжения (экспозиция 5-7 с) мышц шеи и плечевого пояса в исходном положении лежа и сидя; изотонические и изометрические упражнения для мышц туловища и конечностей. Занятия дополняются самостоятельным исправлением (коррекцией) дефектов стоя перед зеркалом.

Для сохранения правильной осанки важно уметь расслаблять и напрягать отдельные мышечные группы. Поэтому следует использовать 40 упражнения, направленные на релаксацию мышц, дыхательные упражнения и упражнения статического характера.

Правильная осанка характеризуется следующими особенностями телосложения и взаимного расположения частей тела, в привычном положении стоя: голова находится в срединном положении (т.е. не наклонена ни вперед, ни назад, ни вправо, ни влево), подбородок слегка поднят. Плечи находятся на одном уровне (шейно-плечевые углы одинаковы), одной ширины, слегка опущены. Грудная клетка в норме может быть цилиндрической, конической и уплощенной. Треугольники талии (пространство между свободно свисающей рукой и боковой поверхностью туловища) пропорциональны, лопатки плотно прижаты к спине и находятся на равном расстоянии от позвоночника. Живот плоский или немного втянут. В сагиттальной плоскости (спереди - назад) позвоночник образует волнообразную линию, с четырьмя выраженными изгибами: шейный лордоз, плавно переходящий в грудной кифоз, который в свою очередь переходит в поясничный лордоз, заканчивающийся крестцово - копчиковым кифозом.

ЛИТЕРАТУРА:

1. Ибрагимова В.С./ Точка, точка, точка. - М.: 1988.-196с.
2. Методика антропометрических исследований/ Под. ред.В.В. Бунак. - М.: - Л.: Медиздат, 1931 - 222 с.
3. Рысева Е.С./ Е.С.Рысева, Л.Ф.Бережков. Результаты массового комплексного исследования состояния здоровья школьников с 1 по 10 классы с учетом возрастно-половых различий // Состояние здоровья детей дошкольного и школьного возраста. - М.: 1975. - 74с.

ФИЗИЧЕСКАЯ КУЛЬТУРА КАК УСЛОВИЕ СПОСОБСТВУЮЩЕЕ РЕАЛИСТИЧЕСКОМУ ФОРМИРОВАНИЮ САМООЦЕНКИ ЛИЧНОСТИ

Усанова Д.В., магистрант ИФК и дзюдо

Жуков В.И., д.п.н, кафедра БМБД

Часто у подростков снижается уровень самооценки и чувство собственного достоинства, а все благодаря активной изменчивости физиологических процессов и стремлению соответствовать сверстникам. Молодые люди стремятся произвести впечатление на окружающих, а особенно на противоположный пол, именно поэтому внешний облик так важен для них. Пристальное внимание за физическими изменениями, происходящими во время полового созревания, подкрепляется общими трансформациями тела, которые являются источником беспокойства для многих подростков; к тому же сексуальное развитие напрямую взаимосвязано с формированием чувства собственной значимости и личностной идентичности.

Как известно актуальным в переходном возрасте является желание соответствовать сверстникам. Так как масштаб нормальной изменчивости остается неопределенным, это может спровоцировать депрессивные настроения, граничащие с агрессией, привести к острым конфликтам и даже к хроническим неврозам. Все эти симптомы обособлены в единый «комплекс Торсита», он объединил все психопатологические нарушения, в том числе падение уровня самооценки, возникшее из-за действительных или несуществующих (мнимых) несовершенств организма. (Раис Р., 2000).

В этом возрасте дети особенно заостряют внимание на соотношении размеров тела, на внешности, чертах лица, стиле одежды, стиле поведения и манере общения. Эта излишняя обеспокоенность способна спровоцировать внутренние конфликты или даже невроты. Даже такое распространенное явление как акне (угри) способно вывести подростка из равновесия. Молодые люди часто стремятся обратить на себя всеобщее внимание, используя неординарный стиль в одежде, манере поведения и восприятия окружающей действительности. Постоянная критика собственных данных зачастую приводит к психологическим кризисам и так называемой пубертатной ипохондрии, также остающейся в рамках депрессивных реакций. Такие явления могут спровоцировать нервную анорексию из-за боязни лишнего веса (Раис Р., 2000).

Для всего процесса становления личности особенно важно то, на каком возрастном этапе действуют на человека различные факторы, благоприятные для её развития. В детском и подростковом возрасте для всестороннего развития личности очень важны физические упражнения (Л.Д. Назаренко, 2002). Физическая культура и физические упражнения оказывают положительный эффект при целенаправленном воздействии на здоровье школьников 6-7 лет (А. Родионов, В. Родионов, 1997). Исследователи Родионов А. и Родионов В. отобрали определенное количество детей, относящиеся к группе риска (невроты, проблемы с осанкой, дефицит массы тела, хронические заболевания) и провели с ними комплекс мероприятий оздоровительной направленности с применением специального музыкального сопровождения, оздоровительных беговых упражнений, закалывающих процедур, упражнения, способствующие расслаблению и снижению напряжения в организме. Это исследование дало положительный результат, так как снизилось развитие выраженных невротических реакций невроза, уменьшилось количество случаев острых респираторных заболеваний.

По мнению Н.М. Горохова (2004) при разумном использовании физической дееспособности у детей и подростков происходит положительное развитие многих благоприятных качеств, которые могут послужить надежным фундаментом для дальнейшего формирования психологических свойств личности.

В настоящее время основной задачей физической культуры, не только в школьной, но и в вузовской программе, является постоянное развитие и сохранение интереса к движению и физической активности. Уже с начальной школы дети должны прийти к осмыслению того, что здоровье-это не личное дело отдельно взятого человека, а результат

общества в целом.

Физическая культура может стать достоянием каждого человека только при условии, когда значимость её для здоровья, гармонического развития личности, физического совершенствования будет создана каждым человеком (Раис Р., 2000).

Н.М. Горохов (2004) утверждает, что существуют объективные и субъективные факторы, которые оказывают влияние на удовлетворенность от занятий физической культурой. Объективные факторы – это обстановка и суть занятий, достижения учеников, педагогическое мастерство преподавателя, его контакт с воспитанниками. Субъективные факторы это положение ученика в классе, отношение к физическим нагрузкам, уровень общительности и качества личности.

Удовлетворенность от занятий физической культурой, знание факторов которые приводят к росту и сохранению этого чувства, увеличению активности при выполнении упражнения – всё это будет постоянно держать в тоне необходимости в физической активности.

Нередко как юноши, так и девушки переоценивают свои физические способности, чрезмерно завышая их развитие. Г.Б. Горская и Е.В. Боченкова провели исследования физического развития у парней и девушек 16-18 лет для выявления специфики представления обоих полов о своем физическом развитии, а также об уровне их влияния на общую самооценку, которая показывает степень признания человеком себя как целостную личность. На основании результата исследований можно отметить, что общий уровень самооценки физического развития оказался достаточно высок. Нельзя не отметить более критические оценки двигательной активности и выносливости, как у девушек, так и у парней. Это, по-видимому, связано с тем, что малое количество студентов занимается спортом. Анализируя результаты исследований физических качеств на занятиях по физической культуре, можно подытожить, что студенты переоценивают свой физический облик. Юноши наименее критичны к собственному физическому облику, чем девушки, 9 показателей из 10 служит в подтверждение тому, что самооценка у парней выше. Девушки дают более реалистичную оценку своим спортивным способностям, в отличие от юношей. Наиболее критичны по отношению к себе девушки, занимающиеся спортом и имеющие немалый опыт самоанализа физических способностей.

Занятия по физической культуре по своей ориентации направлены на укрепление здоровья. Но, вместе с тем, нельзя строить работу по физической культуре без изучения психического здоровья детей.

Г.Б. Горская и В.А. Троск (2000) в своем исследовании рассматривают проблему снижения уровня здоровья детей, снижение способностей адаптироваться в социуме, рост агрессии и тревожности у подростков.

Создание и определение плодотворности коррекционно-развивающей программы с применением средств и методов телесно-ориентированной терапии выступает основной целью исследования. Для участия в эксперименте было отобрано 65 подростков в возрасте от 12-15 лет. Были применены методики Люшера и Розенцвейга, «Шкала тревожности», опросник Басса-Дарки, тест «Рука». Спустя 14 сеансов было обнаружено весомое снижение степеней тревожности и агрессивности, рост уровня социальной адаптации и совершенствование психоэмоционального состояния у подростков во всех экспериментальных группах. Результат контрольного тестирования удивил значительной устойчивостью показателей тестов. Отсюда следует, данные эксперимента говорят об уместности применения подобных форм психопрофилактической работы с детьми с использованием средств и методов телесно-ориентированной психотерапии. Это содействует росту уровня психического здоровья детей, который является неотъемлемой частью физического.

Для того чтобы самооценка развивалась гармонично важно изучить ее со всех сторон и даже в телесных проявлениях. Поэтому нельзя забывать о первостепенном значении потенциала физических упражнений, при помощи которых можно урегулировать

самоотношение подростков и старших школьников на уроках физической культуры.

Итак, в ходе анализа специальных литературных источников было установлено, что физический облик человека является чрезвычайно важной составляющей, входящей в самооценку личности. Осмысление людьми собственной телесной сущности по сути тот же познавательный процесс, что и познание окружающего мира. Внешность человека может значительно воздействовать на формирование его внутреннего мира, на самосознание и самооценку, а также спровоцировать заметную трансформацию в психическом развитии.

Со сменой различных возрастных периодов меняется и представление человека о своей внешности. У дошкольников и школьников младших классов физическое «Я» только начинает приобретать очертания. Оно утверждается благодаря осуществлению различных двигательных действий и появлению оценок окружающих его людей. У подростков и старшеклассников отдельные характеристики образа физического «Я» объединяются в оценку физических качеств и плотно переплетаются с самовосприятием.

Физическому «Я» в становлении личности подростков и старшеклассников придается особая значимость, так как в переходном возрасте развивается целостное представление о себе, где главное место занимают физические качества, а затем уже и психологические. Детям школьного и подросткового возраста необходимы физические упражнения для того, чтобы личность была всесторонне развитой.

Занятия физической культурой и спортом помогают в формировании адекватного физического «Я», в развитии способности к самоанализу, улучшают уровень здоровья, делают человека более стрессоустойчивым, снижают уровень агрессивности подростков.

В настоящее время к спортсменам в процессе деятельности выдвигаются завышенные требования, в области совершенствования регуляторных механизмов (Аганянц Е.К., 2003). Способность произвольного упражнения собственной мотивационной сферы изучается многими исследователями в качестве одной из важнейших характеристик человека; как показатель гармонии и зрелости личности. Рефлексия и смысловое связывание изучаются в качестве механизмов личностно – мотивационного уровня саморегуляции. Рефлексия предоставляет человеку возможность посмотреть на себя «со стороны», она сосредоточена на осмыслении смысла собственной жизни и деятельности. Она является мощным аккумулятором устойчивости, свободы и саморазвития личности (Л.Д. Назаренко, 2004).

МЕТОДИКА РАЗВИТИЯ МОРАЛЬНО-ВОЛЕВЫХ КАЧЕСТВ У ЮНЫХ СПОРТСМЕНОВ В ПРОЦЕССЕ ЗАНЯТИЙ ТУРИЗМОМ

Федоров К.Н., магистрант ИФК и дзюдо

Шрам В.П., доцент кафедры ТОФВ

Научный руководитель – А.Б. Бгуашев, к.п.н., профессор

Современное общество переживает период глубоких социально-экономических преобразований, которые несомненно затрагивают и школу, ставя перед ней новые задачи. Одной из важнейших задач является воспитание каждого ученика как активной самостоятельной личности, обладающей высокой нравственностью, способной творчески мыслить и действовать [1, 2, 3, 6 и др.].

Наряду с общеобразовательной школой, которой принадлежит ведущая роль во всестороннем развитии личности ученика, особое значение принадлежит учреждениям дополнительного образования детей. Во многих из них функционируют спортивные секции, где формируются такие нравственные, морально-волевые качества как ответственность за свои поступки и поведение своих товарищей, глубокая заинтересованность в общем успехе, сила воли, стремление к достижению высоких результатов [2, 4, 6]. Наряду с этим, занятия спортивным туризмом позволяют школьникам развивать у себя быстроту, ловкость, силу, упорство, терпение. Для реализации этих целей педагогу-тренеру необходимо приложить немало усилий,

направленных на развитие у юных спортсменов способности к постановке жизненно важных целей, умение соотносить их с моральными ценностями общества, принимать осознанные этические решения, проявлять морально-волевую готовность к преодолению трудностей [2, 3, 4, 7].

Необходимые теоретические предпосылки для благоприятного формирования нравственных, морально-волевых качеств создают психологические особенности школьного возраста, на что указывают П.Г. Авдонина, Д.В.Горев, Н.Х. Хакунов и др. Ими подчеркивается особая восприимчивость подростков к процессу педагогического руководства нравственно-волевым развитием, т. к. в этом возрасте уже накоплен достаточный опыт морального поведения, пробуждается нравственная потребность в самовоспитании [1, 3, 7, 8 и др.].

В исследованиях по педагогике и психологии спорта проблема воспитания нравственно-волевых качеств в учебно-тренировочном процессе еще недостаточно разработана, а в большинстве исследований их содержание рассматривается не в полном объеме. Они изучаются либо как волевые, либо только как нравственные. Частично это объясняется тем, что еще не в полной мере определена содержательная характеристика морально-волевых качеств. Связь волевых качеств с нравственными подчеркивается в исследовании П.Г. Авдонина, рассматривающего уровни морально-волевой активности подростков [1].

А.В. Козлов придает особое значение саморегулирующей функции воли, способствующей осуществлению ведущих идей и нравственных принципов [7].

Т.И. Чедова отмечает, что «всякое воспитание воли самой по себе, в отрыве от нравственного воспитания, всегда приводит к воспитанию эгоистической воли, противоестественной для человека» [9]. Автор делает акцент на формировании волевых качеств через нравственные отношения в коллективе.

Изучение научно-педагогической литературы, опыта воспитательной работы отечественных и зарубежных педагогов позволила определить, что проблема воспитания морально-волевых качеств (МВК) подростков во внеурочной деятельности требует специального исследования, что обусловлено следующими противоречиями: между необходимостью создания комплекса педагогических условий воспитания морально-волевых качеств подростков в рамках центров дополнительного образования и неразработанностью методических рекомендаций по осуществлению воспитательной работы в данной форме внеурочной педагогической деятельности.

Указанные противоречия определили проблему исследования: каковы педагогические условия воспитания морально-волевых качеств у юных спортсменов в процессе занятий туризмом в центрах дополнительного образования.

Объект исследования – процесс физического воспитания подростков в условиях центров дополнительного образования детей.

Предмет исследования - педагогические условия, средства, методы и приемы развития морально-волевых качеств у юных спортсменов в процессе занятий туризмом.

Цель исследования - теоретически обосновать и экспериментально проверить эффективность реализации методики развития морально-волевых качеств подростков, занимающихся спортивным туризмом в центре дополнительного образования детей.

Основными педагогическими условиями, обеспечивающими эффективность реализации процесса развития морально-волевых качеств подростков, занимающихся в условиях ЦДОД, являются:

а) проведение мероприятий, направленных на формирование у подростков представлений об эталонном морально-волевом поведении;

б) организация деятельности подростков и создание воспитательных ситуаций, направленных на формирование опыта морально-волевого поведения;

в) обеспечение взаимодействия всех компонентов педагогической системы «ученик – педагог-тренер – детский спортивный коллектив – родитель – школьный учитель»;

г) диагностика и учет индивидуальных особенностей морально-волевой сферы подростков в воспитании морально-волевых качеств.

Разработана и обоснована модель воспитания морально-волевых качеств подростков в рамках внеурочной деятельности.

Модель воспитания морально-волевых качеств подростков в условиях ЦДОД включает последовательность основных структурных элементов: эмоционально-мотивационный критерий, когнитивно-деятельностный критерий, опытно-поведенческий критерий.

Методика развития морально-волевых качеств подростков в учебно-тренировочном процессе представлена тремя основными этапами: ценностно-направленным, развития, совершенствования и позволяет повысить уровень морально-волевой воспитанности подрастающего поколения, по таким показателям: уровень морально-волевой мотивации, уровень морально-волевых качеств, уровень опыта морально-волевого поведения.

Результаты проведенного исследования подтвердили положения выдвинутой гипотезы и дают основания для следующих выводов:

Морально-волевое развитие личности выступает активной силой, под влиянием которой изменяются и окружающая действительность, и сама личность; в процессе активной физкультурно-спортивной деятельности проявляется и формируется общественная сущность человека, выявляются механизмы действия коллективных отношения [1, 3, 5, 9].

Мораль – это условная концепция правил, принципов, оценок, норм, базирующихся на парадигме оценок злого и доброго, которая сформировалась в определенный период времени. Это модель общественного сознания, метод регуляции поведения субъекта в обществе. Она развивается как в индивидуальной, так и общественной форме субъективных отношений.

Исходя из того, что воля направляет или сдерживает действия человека, а также организует психическую деятельность, опираясь на имеющиеся задачи и требования, ее можно представить в виде интегрированного качества человека, включающего несколько компонентов: мотивационно-смысловую сферу личности (осознание значимости проявления волевых усилий; признание воли как важного компонента личности), мировоззрение и убеждения человека (система взглядов на мир в целом и отдельного человека; отношение к обществу, к природе, к самому себе; идеалы личности, социальных групп; оценка действительности и самооценка), способности к волевым усилиям (целеустремленность; решительность; выдержка; самостоятельность; мужество; настойчивость; дисциплинированность; организованность; самообладание).

К основным методам развития морально-волевых качеств принято относить: метод убеждения, метод принуждения, метод поощрения, требовательность тренера, самостоятельность в решении задач тренировки и соревнований, метод постепенно повышающихся трудностей, метод упражнения, соревновательный метод, введение дополнительных трудностей.

В числе основных условий, обеспечивающих развитие нравственно-волевых качеств подростков, рассматривают:

- внешние (социальные) условия (уровень социальной развитости государства, востребованность в обществе морально-нравственных ценностей, воспитательная атмосфера в семье, идеал личностного развития человека);

- психолого-педагогические условия (гуманизация образования и воспитания, личностные характеристики ученика (личностные качества, устойчивые мотивы, способности к волевым усилиям, сформированность «Я-концепции», установка на творчество), личностные характеристики тренера (профессионально личностные качества, способность формировать морально-психологический климат в коллективе));

- учет возрастных особенностей учащихся (физиологические особенности, психологические особенности, сенситивные периоды развития физических качеств).

Модель воспитания морально-волевых качеств подростков позволила эффективно реализовывать процесс воспитания подрастающего поколения в условиях РЦ ДОД по таким критериям, как эмоционально-мотивационный, когнитивно-деятельностный, опытно-поведенческий. Она включала в себя: проведение мероприятий, направленных на формирование у подростков представлений об эталонном морально-волевом поведении; организацию деятельности подростков и создание воспитательных ситуаций, направленных на формирование опыта морально-волевого поведения; обеспечение взаимодействия всех компонентов педагогической системы «ученик–тренер–родитель–школьный учитель» по созданию целостной воспитательной среды; диагностика и учет индивидуальных особенностей морально-волевой сферы подростков в воспитании морально-волевых качеств.

Динамика уровня опыта морально-волевого поведения подростков в конце эксперимента перешла с «низкого» 23,1% на «средний» 46,6%, что проявлялось у ребят в умении доводить начатое дело до конца, в умении держать себя в конфликтных ситуациях (при спорах, незаслуженном обвинении и т.д.), в активной поддержке коллектива в реализации намеченных планов и др.

При анализе деятельности занимающихся в соревновательных условиях, отмечается большая заинтересованность детей в ЭГ в достижении общего результата.

Так, принимая участие в соревнованиях по поисково-спасательным работам, юные спортсмены ЭГ помогали в организации соревнований, поддерживали более слабых участников, несли ответственность за общий результат команды.

Участвуя в соревнованиях «Школа безопасности», спортсмены ЭГ на практике осознали важность таких качеств как сила воли, решительность, смелость, этика поведения и т.д.

Полученные результаты свидетельствуют о том, что положительная динамика изменений уровней показателей морально-волевой воспитанности по всем критериям (эмоционально-мотивационному, когнитивно-деятельностному, опытно-поведенческому) является подтверждением эффективности реализации выявленных педагогических условий и методики воспитания морально-волевых качеств подростков в условиях РЦ ДОД.

Разработанная методика воспитания морально-волевых качеств подростков, занимающихся в центре дополнительного образования, и ее реализация способствовали повышению уровней сформированности морально-волевой мотивации, морально-волевых качеств, опыта морально-волевого поведения, и как следствие морально-волевой воспитанности школьников.

ЛИТЕРАТУРА:

1. Авдоница, П.Г. Формирование нравственно-волевых качеств подростков средствами восточных боевых искусств: автореф. дис... канд. пед. наук / П.Г. Авдоница. - М.: 2012. - 22 с.
2. Беспалов, А.В. Честь, достоинство и деловая репутация как объекты гражданских прав: автореф. дис. ... канд. юрид. наук / А.В. Беспалов. – Краснодар, 2004. – 19 с.
3. Горев, Д.В. Воспитание целеустремленности у младших подростков в физкультурно-оздоровительной деятельности: автореф.дис. ... канд. пед. наук / Д.В.Горев. – Кострома, 2017. – 35 с.
4. Емузова, Н.Г. Воспитание чувства чести и собственного достоинства у современных подростков: дис. ... канд. пед. наук./ Н.Г. Емузова. – Майкоп, 2005. – 155 с.
5. Козлов, А.В. Формирование нравственной культуры школьника в процессе физического образования: автореф.дисс...канд.пед.наук / А.В.Козлов. – Челябинск, 2017. – 32с.

6. Пругова, И.В. Педагогические условия формирования интегративных нравственных качеств учащихся младшего школьного возраста средствами театра: автореф. дис. ... канд. пед. наук / И.В. Пругова. – Краснодар: Изд-во КубГУ, 2016. – 20с.

7. Хакунов, Н.Х. Формирование базовой физической культуры личности в учебных заведениях / Н.Х. Хакунов. – Майкоп: Изд-во АГУ, 2007. – 152 с.

8. Холодов, Ж.К. Теория и методика физического воспитания и спорта: учеб. пособие / Ж.К. Холодов, В.С. Кузнецов. – М.: Академия, 2000. – 480 с.

9. Чедова, Т.И. Воспитание морально-волевых качеств подростков в условиях школьных спортивных клубов: автореф. дисс. ... канд. пед. наук / Т.И. Чедова. – Ижевск, 2012. – 32с.

ОСОБЕННОСТИ ПРОЦЕССА ВОСПИТАНИЯ ЮНЫХ ВОЛЕЙБОЛИСТОВ НА УЧЕБНО-ТРЕНИРОВОЧНЫХ ЗАНЯТИЯХ

*П. Фоминова, магистрант 2 курса ИФК и дзюдо
Н.С. Коломийцева, к.п.н., доцент, зав. кафедрой биомеханики
и медико-биологических дисциплин ИФК и дзюдо*

При создании нравственного облика юных волейболистов велика роль убеждения. Доводы, яркие примеры, сравнения должны быть доказательными. В формировании таких нравственных качеств как, трудолюбие, добросовестность, дисциплинированность, сознательность, организованность, большое значение имеет организация тренировочного процесса. [1,2]

Спортивная деятельность предъявляет к игрокам ряд требований:

- вовремя приходить на тренировки и не пропускать их;
- соблюдать режим дня;
- сочетать занятия волейболом с учебой и трудом;
- постоянно преодолевать трудности;
- выполнять задания тренера, объем и интенсивность спланированной тренировочной нагрузки;
- быть терпимыми к товарищам по команде.

Волевая подготовка теснейшим образом связана с физической, технической и тактической подготовкой юных волейболистов. Главным фактором формирования воли является сознательный выбор более сложного и трудного, но эффективного пути к решению задач подготовки и участия в соревнованиях. Подчинение всех своих дел, каждого своего шага цели наилучшей подготовки, умение рационально использовать каждую минуту, планирование и соблюдение режима дня, специальные задания для развития воли по типу «отставленного финиша», демонстрация соперникам готовности переносить тяготы, различные пари с партнерами, все это позволяет тренеру сформировать волевую готовность игрока, создает «ореол легкой победы», позволяет порой выиграть соревнование до соревнования. [2]

Необходимо многократное повторение волевых действий, чтобы правильное поведение превратилось в привычку, а проявления отдельных волевых качеств – в постоянные черты характера.

Для успешного совершенствования волевых качеств необходимо следующее:

- осознание цели, во имя которой необходимо преодолеть трудности;
- постановка реально достижимых новых, более высоких целей: перспективных, промежуточных и конкретных (близких);
- использование объяснений и убеждения при воспитании волевых качеств в обязательном сочетании с упражнениями;
- понимание и осмысление задач и действий на предстоящих учебно-тренировочном занятии или соревновании;
- создание четких представлений технико-тактических действий;

- использование в каждом тренировочном занятии приемов и методов, направленных на воспитание волевых качеств;
- строгое соблюдение распорядка дня, рационального режима, учебы, труда, тренировочных занятий, участия в культурно-образовательных мероприятиях;
- выполнение самостоятельных волевых решений;
- воспитание способности противостоять эмоциональным реакциям на возникающие ситуации, которые могут помешать достижению высокого спортивного результата;
- умение контролировать свои действия, поведение, вести учет проделанной работы;
- обязательное выполнение задуманного, намеченного, необходимого.

Средствами и методами формирования и воспитания воли у юных волейболистов могут быть методы самовоспитания:

- самопознание,
- самоотчет,
- самоанализ,
- самоубеждение,
- самоприказ,
- самовнушение.

Специалисты рекомендуют использовать методы, связанные с эмоциональными действиями самосознания при самовоспитании:

- самоодобрение,
- самопоощрение,
- самоосуждение,
- самонаказание.

Волевые качества личности непосредственно влияют на учебно-тренировочную и соревновательную деятельность. К волевым качествам относятся:

- настойчивость,
- самостоятельность,
- дисциплинированность, организованность,
- точность,
- аккуратность,
- обязательность,
- трудолюбие,
- решительность,
- самообладание.

Важную роль в воспитательной деятельности играет формирование мотивов и целей у волейболистов. Формирование мотиваций достижения наивысшего спортивного результата способствует повышенной потребности игрока в самоутверждении, самовыражении и развитии волевых качеств личности. [1]

Процесс постановки цели, определяется как целеполагание, связан с осознанностью личности необходимости совершения того или иного поступка. Каждый поступок, направленный на реализацию поставленной цели, предваряется мысленным решением той или иной задачи, предполагающим:

- предусмотрение действий,
- предвидение действий,
- программирование действий,
- планирование действий.

Одним из главных качеств волейболистов является дисциплинированность. Ее воспитание следует начинать с первых занятий, строго требуя четкое исполнение указаний тренера, соблюдения правил поведения на тренировках и соревнованиях, в школе и дома. Все эти качества воспитываются повседневно и непосредственно в спортивной

деятельности. Не следует без оценки оставлять проступки юных спортсменов:

- нарушения дисциплины,
- уклонение от выполнения поручений,
- лень,
- проявление слабоволия.

Ответственным воспитательным моментом является оценка техники выполнения упражнений. Очень важен тон сообщения оценки, справедливость, объективность и конкретность оценки, готовность помочь в исправлении ошибки, сопереживание. На тренировке необходимо создавать атмосферу взаимного доверия, уважительного отношения тренера к игроку, искренности в отношениях.

Важное место в воспитательной работе отводится соревнованиям. Наряду с воспитанием у волейболистов понятий об общечеловеческих ценностях, серьезное внимание обращается на этику спортивной борьбы. Здесь важно сформировать у игроков должное отношение к запрещенным приемам и действиям (допинг, неспортивное поведение, и т.д.). Перед соревнованиями необходимо настраивать волейболистов не только на достижение победы, но и на проявление в ходе соревнований морально-волевых качеств.

Волейбол дает весьма благоприятные возможности для разностороннего развития личности волейболистов, а также глубокого и наиболее полного самопознания. Очень важно, что в ходе тренировочного и соревновательного процесса юный волейболист получает объективную информацию о себе со стороны тренера, коллектива, то есть познает себя среди других. В соревнованиях отражается не только уровень общего и физического развития, но и уровень его сознания и самосознания.

Рекомендуется игрокам вести записи в дневнике. Умение наблюдать и выражать свои мысли в письменной форме служит большей целеустремленности, тщательности подготовки к соревнованиям.

Ведение дневника, в свою очередь, способствует более углубленному самоотчету и самоанализу. Полезно, чтобы в дневнике были указаны задачи на день, как они выполняются, интересные мысли, дан анализ своего поведения, намечены вопросы, которые нужно продумать. В дневнике необходимо отмечать результат продвижения к цели. Дневник поможет изучению своей личности при условии, если в нем юный волейболист постоянно анализирует, оценивает содержание своей деятельности и характер действий, то есть если в дневнике используются такие методы самовоспитания, как:

- самоанализ,
- самооценка,
- самоконтроль,
- самоотчет.

В свою очередь эти методы способствуют самопознанию личности, и дневник в таком случае выполняет функции стабилизации деятельности, направленной на самовоспитание.

Огромную роль в воспитании играет приучение ведения дневника с первых тренировочных занятий. В дневнике записывается:

- план каждой тренировки,
- количество проделанной работы,
- анализ ошибок.

Это позволяет юным волейболистам четко представить, что уже освоено, что находится в стадии освоения, что предстоит сделать в будущем. Дневник воспитывает самостоятельное мышление.

После тренировки или соревнования тренеру и игроку необходимо обсуждать результаты, не оставляя без внимания положительные и отрицательные явления, анализировать их причины. Сделанные выводы необходимо фиксировать в дневнике, в тренировочной работе и на соревнованиях проверять их достоверность. Важно приучить

юного спортсмена не только внимательно относится к замечаниям тренера, но и самому критично оценивать свое поведение, умение управлять собой в сложных ситуациях, владеть самоанализом.

ЛИТЕРАТУРА:

1. Кустаров, В.М. Педагогическая программа воспитания, обучения и психофизического развития юных волейболистов / Кустаров В.М. // Вестник развития науки и образования. – 2013. – № 3. – С. 95-98.

2. Суханова, Е.В. Методика, направленная на развитие созидательных способностей юных волейболистов / Суханова Е.В., Олейник Ю.В., Сысоев А.В. // В сборнике: Физическая культура, спорт и здоровье в современном обществе сборник научных статей Всероссийской с международным участием очно-заочной научно-практической конференции. Воронежский государственный институт физической культуры. – 2016. – С. 218-225.

АНАЛИЗ СОРЕВНОВАТЕЛЬНОЙ ДЕЯТЕЛЬНОСТИ ЮНЫХ ФУТБОЛИСТОВ

Х. Хавадж, магистрант ИФК и дзюдо АГУ

И. К. Гунажиков, к. п. н., доцент

Соревновательная деятельность спортсменов вообще и футболистов в частности концентрирует в себе практически весь спектр сбивающих факторов, поэтому показать высокий спортивный результат в подобных условиях может лишь хорошо подготовленный игрок. С этих позиций становится понятной давняя заинтересованность исследователей видом деятельности футболистов. В связи с чем, соревновательная деятельность признана специалистами одним из важнейших компонентов контроля, без которого управление учебно-тренировочным процессом становится невозможным (А.П. Золотарев, 2000).

При планировании тренировочного процесса имеет значение структура технической подготовленности спортсмена. Эта информация позволит индивидуализировать учебно-тренировочный процесс (М.М. Шестаков, 1992).

Известно, что процесс подготовки спортсмена в спортивных играх особенно сложен. Основная причина этого – слабое знание структуры соревновательного упражнения и, в связи с этим, трудность в подборе адекватных тренировочных средств. Многолетние педагогические наблюдения за соревновательной деятельностью юных футболистов 8–17 лет более чем в двухстах официальных и учебных играх позволили определить структуру основных технико-тактических действий (ТТД) для каждого возраста (А.П. Золотарев, 2000).

Установлено, что футболисты 12–13 лет совершают 544 ТТД при браке 37%; 14–15-летние — 592 ТТД при браке 33%, 16–17-летние — 778 ТТД при браке 28% за игру.

Анализ показал, то команды, как правило, строят свою игру на использовании простых в координационном отношении технических приемах.

Структура соревновательной деятельности футболистов 12–17 лет по количеству выполняемых технико-тактических действий за игру (%) (по А.П. Золотареву, 1995)

Приемы		Возраст		
		12–13 лет	14–15 лет	16–17 лет
Короткие и средние	назад и вперед	11	13	20
	вперед	19	16	19
на ход		3	3	3
длинные		2	3	2
прострелы		3	4	3
ведение		15	16	17
обводка		8	8	7
отбор		11	11	7,3

перехват		10,4	10	8
единоборства	внизу	6	4,4	3
	вверху	2	2	2
удары	головой	0,2	0,2	0,2
	ногой	3	3	3
игра головой		3	3	3
потери		3,4	3,4	2,4
всего за игру		100%	100%	100%

Практика футбола показывает, что тренеры, не уделяя должного внимания обучению контролю над мячом во время скоростного передвижения на начальном этапе подготовки, по-видимому, не дают возможности раскрыться юным спортсменам (А.П. Золотарев, 1995; В.В. Варюшин, 1997).

Низкая эффективность выполнения некоторых ТТД приводит к тому, что юные футболисты вынуждены выбирать не оптимальное продолжение тактической комбинации, а, как правило, то, которое может быть выполнено без потери мяча. Данная закономерность в организации игры отмечалась и у квалифицированных футболистов.

Анализ корреляционных связей показал, что ведение мяча как технический прием не только влияющий на результат матча, но и является связующим звеном между отдельными технико-тактическими действиями в игре.

Анализ результатов корреляционных связей (В.В. Суворов, 2000) показал, что у юных футболистов 12–13 лет ведение связано:

- с результатом игры ($r=0,44$; $P<0,05$);
- с качеством передач вперед игры ($r=0,49$; $P<0,01$);
- с обводкой ($r=0,85$; $P<0,001$);
- с количеством ударов в ворота ($r=0,48$; $P<0,01$);
- с количеством потерь ($r=0,49$; $P<0,01$);
- с количеством и качеством всех ТТД выполненных за матч ($r=0,58$; $P<0,001$).

Качество же ведения связано с количеством обводок ($r=0,48$; $P<0,01$), с количеством отборов ($r=0,62$; $P<0,001$), с количеством перехватов ($r=0,55$; $P<0,001$), с качеством всех ТТД, выполненных за матч ($r=0,52$; $P<0,001$).

Следует отметить, что в возрасте 13–15 лет обнаруживается не только специфика применения технических приемов, но и способы их выполнения. Обуславливается это тем, что игроки различного амплуа выполняют технические приемы в неодинаковых условиях. Так, например, нападающие все приемы выполняют при постоянном жестокоем противоборстве соперника, в дефиците времени и пространства, особенно в зоне завершения атаки. (В.Н. Шамардин, 2000).

В последние годы выполнен ряд фундаментальных исследований (А.П. Золотарев, 1994, 1995; В.В.Суворов, 2001) по изучению структуры соревновательной деятельности юных футболистов. Так, В.В. Суворовым (2000) установлена возрастная структура основных технико-тактических действий, выполняемых юными футболистами в процессе игры.

На основе данной структуры можно представить удельный вес основных технико-тактических действий в командной игре юных спортсменов разного возраста, в данном случае — 12–17 лет. Дальнейшее изучение проблемы должно быть нацелено на выявление индивидуальной характеристики соревновательной деятельности, в первую очередь, в зависимости от игрового амплуа.

Одним из приоритетных направлений научных исследований в области футбола в нашей стране многие годы является изучение соревновательной деятельности квалифицированных футболистов. При этом соревновательная деятельность юных футболистов рассматривалась в единичных исследованиях и только на примере спортсменов старших возрастных групп.

Отсутствие научных данных о количественных и качественных параметрах соревновательной (игровой) деятельности юных футболистов, особенностях ее структуры, компонентов и модельных характеристик в широком возрастном диапазоне не способствует дальнейшему совершенствованию действующих государственных учебных программ для ДЮСШ и СДЮШОР.

По результатам проведенного исследования, основанного на регистрации действий юных футболистов с мячом в 23 матчах, и после статистической обработки результатов записи технико-тактических действий игроков было выявлено следующее. Юные футболисты в среднем за игру совершают 481,7 технико-тактических действий, причем брак составляет 37,9% от всех технико-тактических действий. Также анализ показал, что команды строят свою игру на использовании простых в координационном отношении и хорошо освоенных технических приемах.

Так, наиболее часто юные футболисты использовали следующие технико-тактические действия:

- короткие и средние передачи вперед 21,5%;
- ведение 15,9%.

Наиболее редко использовались следующие элементы:

- удары головой 0,5%;
- длинные передачи 1,9%.

Юные футболисты часто ошибаются при выполнении таких технических приемов, как:

- единоборства внизу 53,8%;
- длинные передачи 51,7%.

В связи и высоким браком при выполнении длинных передач становится понятно стремление юных футболистов реже их использовать, так как это чревато потерями мяча.

Наиболее успешно футболисты выполняют следующие технические приемы:

- ведение — брак составил 10,1%;
- перехват — брак — 17,2%;
- короткие и средние передачи назад и поперек — брак — 22,4%.

Здесь также видна взаимосвязь между количеством и качеством выполнения технико-тактических действий. Так, выполнение ведения, использование коротких и средних передач назад и поперек с наименьшим процентом брака стимулирует юных футболистов применять их в игре.

Особенностью данного возраста можно считать превалирование командных действий над индивидуальными, что характеризуется объемом всех разновидностей передач мяча, которые составляют 31% от всех выполненных за игру действий.

Индивидуальные действия, к которым по праву можно отнести ведение мяча, составляют 16% от основных технико-тактических действий, выполняемых за игру.

Анализ игр с различным итогом выступления определил компоненты технико-тактических действий, влияющих на исход матча.

Были выявлены технико-тактические действия, достоверно отличающиеся между собой в выигранных и проигранных матчах. К таким действиям относятся количественные показатели длинных передач мяча, ведение мяча, передачи мяча головой, удары в ворота головой и ногой.

Из качественных компонентов игры обнаружено достоверное отличие в следующих технико-тактических действиях: передачи мяча «на ход», длинные, прострелы или навесные передачи мяча в штрафную площадь соперника, ведение мяча, перехват мяча, единоборства за мяч сверху, передачи мяча головой, удары головой в ворота.

Качество передач мяча «на ход» в выигранных матчах лучше. Это объясняется, по всей видимости, тем, что эти передачи более «остры» в атакующем плане и сразу выводят

партнера на ударную позицию или дают оперативный простор. Поэтому становится ясно, что чем меньше брак при выполнении этих передач, тем больше уверенности в успехе.

Исходя из анализа структуры технико-тактических действий, используемых юными футболистами данного возраста, можно предположить, что ведение мяча занимает одно из приоритетных мест. Поэтому в выигранном матче лучше качество и больше объем ведения, ведь чем больше команда контролирует мяч, тем больше шансов забить самому и меньше возможностей у соперника создать голевую ситуацию. Одним из технико-тактических действий, характеризующих успешность оборонительных действий команды, является перехват мяча. Поэтому не случайно процент брака, допущенного при выполнении этого элемента техники, ниже у команды выигравшей матч.

Меньший процент брака в проигранных матчах у таких показателей как единоборства за мяч вверху и игра головой. Это можно объяснить несколькими факторами:

- во-первых, особенностью национального футбола, в котором не уделяется достаточно времени на освоение этого технико-тактического действия,
- во-вторых, по всей видимости, проигравшая команда выполняла эти действия в обороне, естественно имея небольшое преимущество перед атакующей командой.

ЛИТЕРАТУРА:

1. Варюшин В.В. Тренировка юных футболистов. – М.: “Физкультура, образование и наука”, 1997. – 92с.
2. Золотарев А.П. Современное состояние процесса многолетней подготовки юных футболистов // Сборник научных трудов, посвященный 25-летию КГАФК. — Краснодар, 1994. — с. 71–74.
3. Золотарев А.П. Экспериментальное обоснование сенситивных периодов в возрастной динамике координационных способностей юных футболистов // Вопросы физиологии, физического воспитания и спорта: Сборник научных трудов, 1990–1995 гг. /Под ред. Е.К.Агонянц. - Краснодар, 1995. - С. 65–71.
4. Золотарев А.П. Подготовка спортивного резерва в футболе: Учебное пособие. 2-е изд. стр. – Краснодар: КубГАФК, 2000. – 77с.
5. Суворов В.В. Методы регистрации соревновательной деятельности футболистов: Учебно-методическое пособие. – Краснодар, 2000. – 45с.
6. Суворов В.В., Иванов В.В. Проблема индивидуализации процесса подготовки юных футболистов. Актуальные вопросы физической культуры и спорта /Труды научно-исследовательского института проблем физической культуры и спорта КубГАФК. Том 4. – Краснодар, 2001. – С.97 – 102.
7. Шамардин А. И. Технология оптимизации функциональной подготовленности футболистов: Дис. ... д-ра пед. наук. – Волгоград, 2000. – 368с.
8. Шестаков М.М. Индивидуализация учебно-тренировочного процесса в командных спортивных играх: Дис. ... д-ра пед. наук. – М., 1992. – 509 с.

РАЗВИТИЕ БЫСТРОТЫ ТХЭКВОНДИСТОВ НА ЭТАПЕ НАЧАЛЬНОЙ ПОДГОТОВКИ

*Хананов Н., студент ИФК и дзюдо
Жуков В.И., д.п.н, кафедра БМБД*

Важной проблемой педагогической науки является проблема всестороннего воспитания подрастающего поколения. Спорту принадлежит важнейшая роль в воспитании физически крепкого молодого поколения с гармоническим развитием физических и духовных сил (Матвеев Л.П., 1991; Курамшин Ю.Ф., 2004; Ж.К. Холодов, В.С. Кузнецов, 2004). Тхэквондо на данном этапе включили в программу олимпийских игр. Большая популярность тхэквондо объясняется его зрелищностью, высоким эмоциональным накалом спортивной борьбы и разносторонним воздействием на двигательные, психические и волевые качества человека.

Большие мгновенные физические напряжения в бою на различных дистанциях (средней, ближней и дальней) сменяются полной мышечной расслабленностью в интервалах боя или же изнурительной работой требующей значительных физических затрат для преодоления атакующих действий противника в бою. Для этого тхэквондист должен обладать хорошей общей и специальной физической подготовкой. Среди многих факторов, определяющих достижения тхэквондистов, является высокий уровень физических качеств. Тхэквондо состоит из приемов, в которых движения тела выполняются с максимальной силой, скоростью, точностью и равновесием (Гил Константин, Ким Чур Хван, 2010).

Воспитание и совершенствование таких физических качеств, как быстрота, сила, выносливость, ловкость и гибкость должно осуществляться в тренировке систематически, особенно в общеподготовительном периоде тренировки (Асломов К., 2008).

Высокий уровень теоретической и методической подготовленности преподавателей и тренеров, осуществляющих начальное обучение юных спортсменов, в значительной мере обуславливает их спортивную деятельность. Преподаватели, тренеры, учителя физической культуры обязаны глубоко изучать теорию и методику, систему подготовки спортивных резервов (В.И. Шейка, А.П. Ефремов, 2000).

Достижение спортивного мастерства в любом виде спортивной деятельности, в частности, в тхэквондо, связано с уровнем развития двигательных способностей (силы, быстроты, выносливости) и эффективностью их взаимодействия и взаимосодействия.

В России тхэквондо стали практиковать в начале 80-х, однако, как вид спорта тхэквондо стал развиваться лишь с конца 80-х годов. И, тем не менее, за столь короткий срок наши спортсмены добились высоких результатов на мировых аренах, есть чемпионы мира и Европы. Однако, несмотря на столь видимые успехи в тхэквондо существует много проблем. Так к одной из самых сложных проблем, требующей своего решения, может быть отнесена проблема воспитания физических качеств. Специальных научных исследований, посвященных изучению развития физических качеств юных спортсменов в тхэквондо весьма ограниченное количество, а имеющиеся отдельные методические работы выполнены, как правило, на взрослом контингенте.

Физическая подготовка спортсмена-тхэквондиста играет важную роль в современной системе спортивной тренировки, во многом обеспечивая решение задач спортивно-технической, тактической и психологической подготовки, например, поединок тхэквондиста на доянге предъявляет повышенные требования к уровню развития физических способностей спортсменов.

Высокий уровень физической подготовленности является основой совершенствования спортивного мастерства на любом этапе многолетней тренировки от новичка, до спортсмена экстра-класса в любом виде спорта, о чем свидетельствуют работы отечественной и зарубежных школ в единоборствах.

При этом важное значение для достижения высокого спортивного результата имеет сочетание двигательных качеств: силы, выносливости, ловкости, координации, скоростных способностей в различных сочетаниях, которые создают предпосылки для достижения победы в бою. Изучение особенностей развития скоростных способностей в возрастном аспекте несомненно имеет важное значение, т.к. в младшем школьном возрасте закладываются фундамент спортивного мастерства и формируется скоростная способность. Возраст 10-13 лет особенно благоприятен для физического воспитания, так как соответствует проявлениям сенситивных периодов развития скоростных способностей, то есть периодов наиболее чувствительных к тренирующим воздействиям (Киселев В.А., 2006; Клевиенко В.М., 2008).

В ряде исследований ученых в области ациклических и сложно-координационных видах спорта отмечается необходимость уделять внимание совершенствованию прежде всего, скоростных способностей – тхэквондо (ВТФ) не является исключением. (Зациорский В.М., 1970; Ли Джон Ки, 2003; С.В. Павлов, 2004).

Вопросам подготовки спортсменов, специализирующихся в тхэквондо посвящены работы ряда авторов (О.Г. Эпов, 2000; М.А. Карпов, 2001; Е.Ю. Ключников, 2001; И.А. Афанасьева, 2002 и др.). Однако, теоретические изыскания, а также практика тхэквондо свидетельствуют о недостаточном освещении вопроса специальной физической подготовки в этом виде спорта.

Изучение особенностей развития физических качеств в возрастном аспекте, несомненно, имеет важное значение, так как в юношеском возрасте закладывается фундамент спортивного мастерства и формируются основные двигательные способности (В.П. Филин, 1980; Л.В. Волков, 2002, В.П. Губа, П.В. Квашук, В.Г. Никитушкин, 2009). В настоящее время возникает необходимость определения в каждой возрастной группе и на различном этапе спортивной подготовки ведущих специальных физических качеств тхэквондистов с целью их целенаправленного развития, что позволит повысить эффективность учебно-тренировочного и соревновательного процессов.

На основании вышеизложенного, следует констатировать противоречия между: а) необходимостью достижения высоких спортивных результатов и недостаточной эффективностью реализации специальных физических качеств в соревновательных поединках тхэквондистов-юношей; б) необходимостью повышения уровня специальной физической подготовленности и недостаточностью рекомендаций по организации, содержанию, средствам и методам развития специальных физических качеств тхэквондистов-юношей.

Необходимо научное подтверждение целесообразности применения специальных упражнений, направленных на совершенствование и воспитание скоростных способностей в этом виде спорта как целенаправленной системы.

В данном виде спорта нас заинтересовала научная проблема необходимости исследования в области развития скоростных способностей в тренировочном процессе у юных спортсменов.

Для развития скоростных способностей применяют повторный метод, основанный на повторном, более быстром реагировании занимающихся на внезапный, заранее обусловленный сигнал изменения ситуации.

С повторным методом для совершенствования скорости простой реакции применяют, расчлененный, сенсорный и идеомоторный метод тренировки. Расчлененный метод заключается в отдельном совершенствовании упражнений на скорость реакции и связанного с ней движения, а также скорости последующего действия. При этом выделенные движения отрабатывают в начале в облегченных условиях, а затем в вариативных ситуациях и моделируя условия, максимально приближенные к соревновательным.

Сенсорный метод тренировки скорости реакции предусматривает три этапа.

На первом этапе тренировки спортсмен, максимально быстро реагируя на сигнал, подаваемый тренером, после каждой попытки получает информацию о времени выполнения упражнения.

На втором этапе тренировки скорость реакции происходит аналогичным образом, но при этом спортсмен должен самостоятельно оценить время выполнения упражнения, после чего информацию о фактическом времени он получает от тренера, т.е. происходит совершенствование точности восприятия у спортсмена.

На третьем этапе спортсмен выполняет упражнения с различной, заранее заданной скоростью.

Этот прием помогает формировать у спортсмена способность управлять быстротой реакции.

В основе идеомоторной тренировки мысленное, контролируемое сознанием выполнение упражнения.

Скорость сложной двигательной реакции имеет значение в спортивных единоборствах, характеризующихся вариативностью действий спортсмена и внезапной

сменой соревновательных ситуаций.

Совершенствование скорости реакции выбора в тренировочном процессе происходит посредством увеличения числа возможных внезапных сигналов и ответных и действий. Наряду с этим в процессе тренировки спортсмена обучают умению различать подготовительные действия противника, служащие «предсигналом», т.е. вырабатывают способность реагировать на небольшие изменения позы противника, предшествующие непосредственному началу движения.

В итоге у спортсменов формируется способность, по едва условным «скрытым» признакам движения определять вероятный момент начала действий противника и предотвратить его целесообразными контрдействиями.

В спортивном поединке спортсменам часто приходится переключаться от одних активных действий к другим, например, от нападения к обороне и наоборот и т. д.

Под переключением понимают экстренное изменение по ходу поединка технико-тактических действий, проявляющихся в ситуациях, когда необходимо затормозить начатое действие, принять правильное решение и переключиться на другое, более эффективное в данной ситуации (Б.П. Супов, 2003)

Для тренировки скорости двигательной реакции с переключением по ходу выполнения действий применяют как общеподготовительные, так и специальные упражнения в тхэквондо. Упражнения подбираются, чтобы в процессе тренировки совершенствовалось моторное переключение, связанное с движениями, а также моторное и латентное переключение, связанное с реагированием и движением. Примерами общеподготовительных упражнений, формирующих моторное переключение, могут быть упражнения с резким изменением направления движения, с чередованием ускорений, с мгновенной фиксацией на месте или различных упражнений и т.д.

Аналогичными могут быть упражнения по совершенствованию латентного и моторного переключений, но при этом перед занимающимися ставится задача, как можно быстрее выполнять переключения в ответ на различные условные сигналы: свистком, хлопком, голосом и т.д.

При развитии скорости реакции на движущийся объект большое значение придается выработке у спортсмена умения своевременно увидеть объект, передвигающийся с большой скоростью.

С этой целью подбирают упражнения, в которых скорость движения объекта, внезапность его выполнения, дистанция и прочие факторы изменяются.

Мгновенное восприятие спортсменом положений и действий противника, а также их анализ, оценка создавшейся ситуации, её сопоставлении со своим прошлым опытом и возможными опережающими действиями, представляют собой процесс взаимодействия различных анализаторов, в котором ведущую роль играют зрительный и двигательные анализаторы.

При совершенствовании у спортсменов скорости реакции предвосхищения необходимо акцентировать внимание занимающихся на типовых положениях противника, предшествующих началу его действий и служащих сигналом для встречных контрдействий.

При этом следует обучать занимающихся умению правильно распределять свое внимание, т.е. удержать в зоне внимания одновременно несколько объектов, типовых положений противника.

Обычно в зоне внимания опытного спортсмена находится несколько объектов (положение различных частей тела противника, распределение веса тела, направление и скорость движения конечностей, дистанция и пр.) которые воспринимаются дифференцированно. Новички же видят лишь общий облик соперника.

В тренировочном процессе для формирования скорости реакции предвосхищения применяют задания, в которых приучают спортсмена различать всевозможные типовые положения противника. Для этого противник специально выполняет вначале заметное

подготовительное действие, которое в дальнейшем постепенно маскируется и приближается к естественному.

Скоростные способности спортсмена, проявляющиеся в скорости отдельных движений и действий, выполняющих в высоком темпе, обусловлены не только высоким уровнем развития его скорости, но и других физических качеств: силы, выносливости, а также зависят от координационных способностей и степени владения техникой.

Спортивная практика показывает, что добиться существенного увеличения скорости движений значительно труднее, чем силы и выносливости.

Основное методическое условие – повторное выполнение упражнения с максимальной скоростью является фактором, лимитирующим развитие скорости и приводящим к стабилизации скорости движения на достигнутом уровне, т.е. к образованию так называемого «скоростного барьера».

В тхэквондо, характеризующимся комплексным проявлением различных форм скорости, необходимо воспитание скорости с формированием физических качеств спортсмена, а также совершенствованием скорости его простой и сложной реакции.

Методика совершенствования скорости движений предусматривает использование основных методов тренировки: методов строго регламентированного упражнения, соревновательного и игрового (Л.П. Матвеев, 2007).

Методы строго регламентированного упражнения включает в себя:

А) методы повторного выполнения действий с установкой на максимальную скорость движения,

Б) методы вариативного (переменного) упражнения с варьированием скорости и ускорений по заданной программе. Здесь упражнения чередуют движения с высокой интенсивностью и меньшей интенсивностью – вначале наращивают скорость, потом поддерживают её и замедляют скорость. Это повторяют несколько раз подряд.

Соревновательный метод применяется в форме различных тренировочных состязаний (прикидки) и соревнования.

Игровой метод предусматривает выполнение разнообразных упражнений с максимально возможной скоростью в условиях проведения спортивных и подвижных игр. Упражнения выполняются без лишних напряжений. Этот метод обеспечивает широкую вариативность действий, препятствующую образованию «скоростного барьера». В методике воспитания скорости центральное место занимает сочетание методов, включающих относительно стандартное и варьируемые формы упражнений.

Кроме этого, выделяют две формы воспитания скоростных способностей (В.М. Зациорский, 2006):

а) целостное воспитание скорости в определенном движении;

б) аналитическое совершенствование факторов, определяющих максимальную скорость движения.

В процессе многолетней спортивной тренировки у спортсменов между силой и скоростью мышечного напряжения налаживаются соответствующие нервно-координационные внутримышечные связи, что позволяют им проявить максимальные усилия в более короткий промежуток времени.

Скорость и сила тесно взаимосвязаны, но в разном соотношении проявляются у разных спортсменов, относящихся к тому или иному тактическому типу, а также в разных боевых действиях – ударах, защитах, передвижениях.

Развитие скоростно-силовых способностей с использованием неопредельных отягощений.

Сущность данной методики заключается в создании максимальной мощности работы посредством неопредельных отягощений в упражнениях, выполняемых с максимальной для этих условий скоростью. Неопредельное отягощение берется в пределах от 30 до 60 % от максимума. Число повторений от 6 до 10 раз в зависимости от веса отягощения, интервала отдыха между подходами 3-4 минуты.

В спортивной практике для развития скорости отдельных движений применяются те же упражнения, что и для взрывной силы, без отягощения и с отягощением не снижающим скорость движений. Используются упражнения, которые выполняют с неполным размахом, с максимальной скоростью и с резкой остановкой движений.

Для развития частоты движений применяются: циклические упражнения в условиях, способствующих повышению темпа движений; с тяговым устройством, быстрые движения ногами, выполнение в высоком темпе за счет сокращения размаха, а затем постепенное его увеличения; упражнения на повышение скорости расслабления мышечных групп после их сокращения.

Для развития скоростных возможностей в их комплексном выполнении применяются три группы упражнений: упражнения которые используются для развития скорости отдельных движений, передвижения на различных отрезках; упражнения, которые используются для развития скорости реакции; упражнения характеризующиеся взрывным характером.

Средствами развития скоростно-силовой способности используются упражнения с использованием сопротивления упругих предметов (эспандеры, резиновые жгуты).

Взрывная сила появляется в способности мышц развивать значительные напряжения за минимальное время и характеризуется отношением максимума усилия ко времени его достижения.

Эффект усилия взрывного типа обусловлен следующими факторами: абсолютной, стартовой, ускоряющей силой мышц, а также скоростью движения. Например, в условиях ближнего боя тхэквондисту необходим высокий уровень развития силового компонента, что позволяет мгновенно напрягать мышечные группы, участвующие в движении, и активно противостоять действиям соперника, эффективно применять защиту накладками, не избегать силовой борьбы и наносить короткие удары (Ю.Б. Калашников, О.Б. Малков, 2009).

ИСТОРИЯ ВОЗНИКНОВЕНИЯ И РАЗВИТИЯ СПОРТИВНОГО ОРИЕНТИРОВАНИЯ

*В. Чумбуридзе, магистрант 2 курса ИФК и дзюдо
Н.С. Коломийцева, к.п.н., доцент, зав. кафедрой биомеханики
и медико-биологических дисциплин ИФК и дзюдо*

Спортивное ориентирование – относительно молодой, но уже хорошо зарекомендовавший себя на международной арене вид спорта.

Спортивное ориентирование – вид спорта, в котором участники при помощи спортивной карты и компаса должны пройти контрольные пункты (КП), расположенные на местности. Результаты, как правило, определяются по времени прохождения дистанции (в определенных случаях с учётом штрафного времени) или по количеству набранных очков. [3]

Соревнования по ориентированию проводятся в разных группах, которые могут быть сформированы как по возрастному принципу, так и по уровню мастерства участников. Сложность дистанции и её длина определяются по возрастной группе и сложности местности соревнований. При этом дистанция (маршрут) должна быть незнакомой для всех участников, сочетать в себе сложности, которые спортсмен может преодолеть, умея ориентироваться и имея хорошую физическую подготовленность.

Спортивное ориентирование, как и все виды спорта, имеет свою историю возникновения и развития. Элементы спортивного ориентирования впервые встречаются у немецкого педагога и практика физического воспитания XIX века Гутс-Мутса. Автор даёт описание занятий по кроссовой подготовке в лесу с одновременным заданием по ориентированию. Начинания Гутс-Мутса получили широкое распространение в гимназических школах Дании, Великобритании, Нидерландов, Франции, Швейцарии, Швеции и некоторых других стран. [1]

Впервые в истории организовали соревнования по спортивному ориентированию спортсмены норвежского города Берген из общества «Турнфёренинг» 20 июня 1897 г. Первоначально новый вид спорта в Норвегии не получил признания, но им заинтересовались спортсмены из соседних с Норвегией стран – Финляндии и Швеции.

В 1905 г. в Финляндии была создана первая в мире организация любителей бега с картой и компасом. С 1912 года начали регулярно проводить соревнования по спортивному ориентированию в Швеции. Активно начали культивировать новый вид спорта датчане и швейцарцы.

В 1961 году была создана Международная федерация ориентирования, в которую вошли 10 государств: Болгария, Венгрия, ГДР, Дания, Норвегия, ФРГ, Финляндия, Чехословакия, Швеция и Швейцария. Основной задачей федерации становится организация международных соревнований и включение нового вида в программу Олимпийских игр.

Элементы спортивного ориентирования впервые встречаются у немецкого педагога и практика физического воспитания XIX века Гутс-Мутса. Автор дал описание занятий по кроссовой подготовке в лесу с одновременным заданием по ориентированию. Начинания Гутс-Мутса получили широкое распространение в национальных гимнастических школах Дании, Великобритании, Нидерландов, Франции, Швейцарии, Швеции и некоторых других стран. Кроссовая подготовка становится менее монотонной.

В середине XIX века элементы ориентирования начинают использовать в боевой подготовке личного состава некоторых зарубежных стран. Широко пропагандировать этот вид спорта и доказывать его большое военно-прикладное значения начал капитан шведской армии Е. Килландер. В это время развитие технического прогресса позволяет выпускать новые топографические карты, имеющие высокую точность. Генеральный штаб армии Швеции освоил их производство.

Первые официальные соревнования по кроссу с ориентированием среди личного состава шведской армии были проведены в 1893 году под Стокгольмом. По условиям соревнований было необходимо как можно быстрее добраться до финиша по пересеченной незнакомой местности. В дальнейшем регулярное участие в этих соревнованиях было обязательным как для офицеров, так и для всех военнослужащих. Занятия и соревнования проводили в действующих войсках, среди офицеров запаса и в молодежных организациях. Условия соревнований совершенствовались. Их усложняют, проводят на сложных пересеченных местностях и с более насыщенными картами. [2]

Ориентирование на местности до настоящего времени является ведущим видом спорта подготовки в шведской армии. Чуть позже ориентированием начали заниматься и военнослужащие других стран.

В Финляндии 1904 году проводят первые официальные старты по зимнему ориентированию. Ориентирование на лыжах получает широкое распространение. Им начинают заниматься юноши и девушки добровольных военных организаций. В настоящее время в национальной армии Финляндии личный состав обязан участвовать не менее чем в трех соревнованиях ежемесячно и летом, и зимой. Соревнования по спортивному ориентированию являются обязательными для офицеров запаса, полицейских, железнодорожников и др. [1]

В 1906 г. начала проводиться традиционная эстафета Оулу–Хельсинки, организованная так, что участникам, чтобы дойти до финиша, нужно было пользоваться картой. Подобные требования ставились и перед лыжниками во время ежегодных гонок по маршруту Порво–Хельсинки. Проводились и другие спортивные встречи, но о них почти ничего не известно. Большое внимание с 1928 года ориентированию начинают уделять в армиях Германии, Италии, Эстонии. Ориентирование включают для улучшения физического развития молодежи, в спортивных организациях, а также в программу общеобразовательных школ.

По инициативе армии спортивному ориентированию обучают во многих

молодежных организациях, включая и детские. В России об ориентировании впервые упоминается 8 сентября 1919 года в «Наставление для обучения лыжных частей». Наряду с другими разделами боевой подготовки большое внимание уделялось ориентированию на местности с помощью карты и компаса. В Наставлении говорилось: «Чтению карт и умению ориентироваться по компасу, звездам, солнцу и т. п. должны быть обучены, по возможности, не только все лица командного состава, но и по 1-2 стрелка в каждом звене, в том числе и начальник звена». Для эффективности обучения проводились состязания на местности.

Универсальность спортивного ориентирования трудно переоценить, его используют почти все армии для топографической и физической подготовки личного состава, его используют для профессиональной подготовки офицеров запаса. С его помощью борются с монотонностью объемных кроссовых тренировок спортсмены лыжного спорта и стайеры. Во многих странах спортсмены лыжники высокого класса имеют I разряд и выше по спортивному ориентированию. Летом 1976 г. недалеко от Стокгольма в присутствии многочисленных зрителей был открыт необычный памятник. На скале, как на постаменте, стоит человек картой в руках, чуть ниже надпись: «Первому ориентировщику».

Официальной датой рождения ориентирования считается 13 мая 1897 г., когда около норвежского города Бергена спортивное общество «Турнфёренинг» организовало первые соревнования в беге с картой и компасом. Подлинно массовый характер соревнования приобрели лишь в 30-е годы, в первую очередь в Скандинавских странах. Увеличивается количество соревнований, которые проводятся отдельно для начинающих и опытных спортсменов, при этом участники распределяются по многим возрастным группам. Появляются новые виды ориентирования – ночные, марафонские, эстафетные, на мотоциклах, велосипедах, моторных лодках, байдарках. Регулярно проводятся курсы для подготовки организаторов, судей, начальников дистанций, тренеров.

Ориентирование широко внедряется в систему физического воспитания в школах, высших учебных заведениях, армии. Издается популярная и учебная литература. Чтобы стимулировать повышение мастерства спортсменов, утверждаются спортивные звания и значки, организуются международные встречи. Уже в 1935 г. в Финляндии, а тремя годами позднее и в Швеции, создаются национальные федерации и начинается регулярное проведение общегосударственных чемпионатов. В 1946 г. скандинавские ориентировщики объединяются в Совет ориентирования Северных стран.

В странах «социалистического лагеря» ориентированием начали заниматься в основном после второй мировой войны. В 1958 г. в Будапеште была созвана конференция представителей социалистических стран. Правила, по которым проводились соревнования в «социалистическом лагере», отличались от правил международных соревнований. В 1961 г. на Учредительном съезде в Дании была создана Международная федерация ориентирования (ИОФ), в нее вошли Болгария, Венгрия, ГДР, Дания, Норвегия, ФРГ, Финляндия, Чехословакия, Швейцария и Швеция. И обсуждались организация и проведение европейских чемпионатов. В 1984 г. ИОФ объединяла 35 стран, однако СССР ее членом не являлся.

В настоящее время членами Международной федерации ориентирования являются более 50 стран. Одной из главных задач ИОФ после ее создания было подготовить единые международные правила соревнований. В 1964 г. уже систематизировали условные топографические знаки. Естественно, что первым практическим шагом новой федерации стало проведение официальных международных соревнований. В 1962 и 1964 гг. состоялись два Первенства Европы. На 3 конгрессе ИОФ, который состоялся в Болгарии в 1965 г., было принято решение о проведении чемпионатов мира раз в два года.

История мировых чемпионатов свидетельствует о постоянных и убедительных победах шведских, норвежских и финских спортсменов. Причина успеха скандинавских ориентировщиков, прежде всего, в необыкновенной популярности спортивного ориентирования, уступающего разве только лыжам, конькам и хоккею. Ориентирование

включено в школьные программы, физкультурные комплексы, армейские многоборья. В Финляндии насчитывается несколько сот клубов ориентирования, многие из которых имеют свои web-страницы, ежегодно проводится около 4000 соревнований, в которых принимают участие сотни тысяч человек. Соревнования по спортивному ориентированию проводятся круглый год, возраст участников от 10 лет и старше, без ограничения.

В 1975 г. проводится первый чемпионат мира по лыжам. В 1978 г. спортивное ориентирование был признан олимпийским видом спорта. В этом же году был проведен первый чемпионат мира среди студентов, на котором победителями стали спортсмены Финляндии. Продолжает меняться масштаб карты от изначального 1:30000 к 1:20000, а еще позднее к 1:15000. В 1986 г. федерация спортивного ориентирования СССР вступила в международную федерацию. В том же году проводится первый чемпионат мира среди юниоров по спортивному ориентированию. В 2002 г. проводится первый чемпионат мира по спортивному ориентированию на велосипедах на территории Франции.

Спортивным ориентированием могут заниматься почти все, независимо от возраста и уровня здоровья. По правилам ориентирования в соревнованиях можно участвовать с 8 лет без ограничения по верхнему возрастному пределу. Для соблюдения равенства условий борьбы соревнования проводятся по возрастным группам. В последние годы быстро развивается ориентирование среди инвалидов. Также появилось ориентирование среди детей дошкольного возраста. Для тех и других групп создаются специальные карты.

ЛИТЕРАТУРА:

1. Антошин, И.Г. История развития спортивного ориентирования в системе боевой подготовки войск / Антошин И.Г., Уханов Н.А. // Гуманитарный вестник. – 2014. – № 2 (29). – С. 146-149.

2. Вяткин, Л.А. Туризм и спортивное ориентирование: учебное пособие для студентов высших заведений / Л.А. Вяткин, Е.В. Сидорчук. – М.: Академия, 2009. – 208 с.

3. Немытов, Д.Н. Основы спортивно-оздоровительного туризма и спортивного ориентирования / Немытов Д.Н., Илькин А.Н. // Учебно-методическое пособие. Ульяновск, 2013. – 165 с.

ПЕДАГОГИЧЕСКИЕ УСЛОВИЯ СПОРТИВНО-ТЕХНИЧЕСКОЙ ПОДГОТОВКИ В ДЗЮДО

Шаталов Н.В., студент 4 курса ИФК и дзюдо АГУ

Гонезжук А.Г., к.п.н., доцент ИФК и дзюдо АГУ

Занятия дзюдо вызывают значительный интерес у различных категорий населения. Ежегодно в нашей стране проводятся официальные первенства по дзюдо среди спортсменов детского и юношеского возраста. Национальная команда юных дзюдоистов из России принимает участие в европейских и мировых первенствах, а также во Всемирных юношеских играх. Участие во всероссийских и международных соревнованиях требует повышения уровня подготовленности юных дзюдоистов.

Процесс подготовки спортсменов с общепедагогических позиций, по мнению Л.П. Матвеева, это долговременный процесс прикладно-специализированного обучения [3]. Перспективу юных спортсменов к дальнейшим спортивным достижениям В.Н. Платонов (2005) предлагает оценивать по усилиям, за счет которых достигнуты успехи, отдавая предпочтение тем юным спортсменам, которые занимались с малым и средним объемом работы, имеют не большую соревновательную практику и обладают разносторонней технической подготовленностью [1]. При этом, отмечает В.А. Воробьев [1], уровень технического мастерства юных спортсменов определяется прежде всего совершенствованием техники базовых действий, большое количество двигательных умений, сформированных у юных спортсменов, является хорошей предпосылкой для дальнейшего спортивного совершенствования.

Особенности спортивной подготовки юных дзюдоистов зависят от их возраста, пола и уровня подготовленности. На организацию учебно-тренировочного процесса также влияют психофизические особенности.

Отличительной особенностью подросткового возраста является перестройка эндокринного аппарата, усиление гормональной функции гипоталамуса, гипофиза, щитовидной железы; функция половых желез становится интенсивнее, развивается адреналовая система надпочечников; наблюдаются высокие темпы роста и развития системы дыхания, которая работает более интенсивно, так как энергетические процессы протекают более напряженно: в условиях относительного покоя у подростков на 1 кг массы тела расходуется 5-6мл кислорода, а у взрослых -4-4,5мл [3]. Существенные изменения происходят в сердечно-сосудистой системе: с 7 до 14 лет сердце увеличивает свой объем на 30-35%, а с 14 до 18 лет - на 60-70%; происходит увеличение емкостей полостей сердца по сравнению с увеличением просвета сосудов, что является одной из причин так называемой юношеской гипертонии [2].

О.С. Понарина [3] отмечает, что в возрасте 11-14 лет продолжается интенсивное функциональное развитие центральной нервной системы: в условно-рефлекторных процессах значительно возрастает роль второй сигнальной системы, в связи с чем, интенсивно развивается способность к абстрактному мышлению. Наблюдается повышенная возбудимость мозга, неуравновешенность нервных процессов, быстрая утомляемость нервных клеток и поэтому часто кажущаяся немотивированной быстрая смена настроения и поведения. Первые признаки полового созревания появляются у мальчиков в 10-11 лет, а завершение у юношей в 16-18 лет.

Подростковый возраст, чаще всего, совпадает с этапом углубленной спортивной специализации, и подросток ощущает в себе силы для самостоятельного решения некоторых практических задач, и у него возникает требование - признать его право считаться взрослым. Однако, следует учитывать, что более зрелые и самостоятельные суждения характерны только для старшего подросткового возраста, который в среднем начинается с 12-13 лет.

Термин «условие» обозначает обстоятельство, от которого что-нибудь зависит [1]. Педагогические условия являются ведущими обстоятельствами, от которых зависит эффективность процесса технической подготовки дзюдоистов. Г.С. Туманян анализирует эффективность учебно-тренировочного процесса и отмечает, что в довоенные годы (1938-1940) отечественные тренеры по борьбе готовили мастеров спорта за 9,5-10,5 лет, в первые послевоенные годы (1946-1949) за 13,5-15 лет, то в 1958-1959 годах им это удавалось уже за 6,5-8 лет, а позже (1959-1976) за 6-7 лет. С позиций технико-тактической подготовки эффективность достигнута действием различных условий: найдена более рациональная последовательность разучивания всей техники борьбы; при обучении каждой единице техники стали применять эффективные частные методики, предусматривающие четкую последовательность обучающих процедур, в том числе рациональных подводящих упражнений.

Важнейшим педагогическим условием формирования техники атакующих действий в партере является наличие плана обучения. Мы присоединяемся к мнению М.Д. Кудрявцева, отмечающего, что эффективность процесса обучения физическим упражнениям требует плана соблюдения ряда условий наличие (проекта) обучения в виде динамичной программы конкретных учебных заданий, от правильного выбора и сочетания методов, которые должны гарантировать реализацию методических принципов [2].

Условием эффективности обучения является - разработка программы обучения на основе стандартной методики. Ю.А. Шулика, Я.К. Коблев отмечают, что условием повышения эффективности обучения борьбе является разработка методики, которая определяет построение эффективных педагогических программ обучения и совершенствования технического мастерства борцов на основе познания наиболее существенных механизмов работы двигательного аппарата и особенностей формирования сложных двигательных навыков [2]; А.А. Новиков и В.В. Кузнецов (1971) считают, что среди основных педагогических условий совершенная методика спортивной тренировки, система соревнований и восстановления; высокий уровень знаний и педагогическое

мастерство тренера и постепенное самоусовершенствование спортсмена в тренировке.

При изучении техники атакующих действий в партере необходимо придерживаться условий рациональной организации обучения - методических рекомендаций. Д. Массер и Т.А. Лэнг (2005) рекомендуют выполнять технику удержаний и сопротивление в партере с учетом хорошего понимания анатомии человека; технику приемов сопротивления в партере надо изучать отдельно, а потом нарабатывать как продолжение действий в стойке; тщательно изучать ключевые моменты выполнения техники; при наработке навыков борьбы в партере стараться опускать свое тело как можно ближе к татами; учиться экономить силы, т.к. борьба в партере может быть очень изнуряющей; не пытаться победить соперника грубой силой, лучше наработать правильную технику; тренироваться в переходах от одного действия к другому, чтобы наработать непрерывность движения, регулярно тренироваться в борьбе в партере [3].

Одним из педагогических условий изучения техники атакующих действий в партере является наличие спарринг-партнеров. Для эффективности использования этого педагогического условия Я.К. Коблев и соавторы рекомендуют при совершенствовании различных сторон мастерства дзюдоистов использовать различных спарринг-партнеров [2]. Для расширения арсенала применяемых технических действий, снижения асимметрии технической подготовленности и повышения активности ведения поединков целесообразно тренироваться со спарринг-партнерами более низкой квалификации и более легкими по весу тела. Для увеличения результативности поединков, качественных и количественных показателей эффективности технико-тактического потенциала и количества оцененных действий, в наибольшей мере следует тренироваться со спарринг-партнерами более высокой квалификации и более тяжелыми по весу тела [2].

Средства изучения атакующих действий разработаны преимущественно для приемов в стойке. Еще в 60-е годы предложили систему упражнений для обучения и совершенствования приемов, включающую:

- общеразвивающие и специальные упражнения, которые в дальнейшем позволят занимающимся быстрее овладеть техникой изучаемых бросков;
- имитационные приемы;
- разучивание и усвоение деталей приема;
- разучивание структуры приема с манекеном;
- разучивание структуры приема с не сопротивляющимся партнером;
- то же самое с партнером, оказывающим неполное сопротивление;
- разучивание и совершенствование приема в условиях взаимного сопротивления.

Было проведено исследование, посвященное подбору тренировочных средств при формировании технического мастерства дзюдоистов, было определено сходство и отличие средств подготовки в российском и советском дзюдо: способы выполнения приемов и их элементов сходные с Кихон (базовая техника, включающая учикоми - неоднократное повторение элементов техники на месте и в движении, Кудзуши - выведение соперника из равновесия, Цукури - перемещение своего тела в позицию для броска, Какэ - непосредственное выполнение броска); различные виды тренировочных поединков сходные с Рандори (свободная практика, т.е. свободная борьба без борьбы за захват с целью изучения приемов атаки и защиты, с соблюдением правил дзюдо); соревновательные поединки сходные с Кумитэ (соревновательные поединки). В подготовке российских спортсменов добавлен вид тренировочной практики Ката (технические комплексы приемов дзюдо, имеющие определенный дыхательный ритм, моменты концентрации и расслабления).

Возможно, более широкое использование средств изучения атакующих действий в стойке связано с тем, что если попытаться сравнить работу стоя и в партере, то становится понятным большая склонность многих дзюдоистов к борьбе стоя, отмечает олимпийский чемпион Я. Ямасита, обычно нужно много времени для освоения бросковой техники. С другой стороны, приложив максимум усилия, можно улучшить свою работу в партере за

относительно короткое время.

Обобщая педагогические условия изучения техники атакующих действий в партере, мы присоединяемся к М.П. Шестакову, который отмечает, что сущность (основная задача) технической подготовки спортсмена (процесс управления) заключается в выработке методики (соответствующих планов) тренировки с учетом заданных целей, критериев, информации о строении организма, законах его формирования и развития. При этом необходимым является обеспечение стабильного, сбалансированного по ресурсам и срокам (при заданных ограничениях) функционирования объекта при стремлении достичь поставленной им цели.

Таким образом, выделяются следующие педагогические условия изучения техники атакующих действий в партере, повышающие эффективность: проект обучения; программа изучения в виде конкретных динамичных заданий; рациональная методика спортивной тренировки, педагогическое мастерство тренера; использование методических указаний, оптимизирующих выполнение заданий; система упражнений, разработанных для обучения и совершенствования приемов, рациональное использование спарринг-партнёров для решения конкретных задач обучения.

ЛИТЕРАТУРА:

1. Воробьев, В.А. Научно-методологические основы подготовки юных борцов/В.А. Воробьев, Б.И. Тараканов. - СПб: Издательство ОлимпСПб, 2007. - С. 14.
2. Дзюдо. Система и борьба: учебник для СДЮШОР, спортивных факультетов педагогических институтов, техникумов физической культуры и училищ олимпийского резерва / Под общ. ред. Ю.А. Шулика, Я.К. Коблева. - Ростов н/Д: Феникс, 2006. - С. 113-115.
3. Понарина, О.С. Здоровьесбережение занимающихся дзюдо и самбо на основе учета воздействий техники бросков на позвоночник / О.С. Понарина, А.А. Шахов, В.В. Мелихов // Ученые записки университета имени П.Ф. Лесгафта, 2010. - № 2. - С. 128-131.

ПЕДАГОГИКА. ПСИХОЛОГИЯ

ПОТРЕБНОСТИ КАК ИСТОЧНИК АКТИВНОСТИ ЧЕЛОВЕКА

А.А. Авдеева, факультет естествознания

Научный руководитель – З.З. Мамышева, к.п.н., доцент

Всеобщей характеристикой живых организмов является их активность, обеспечивающая поддержание жизненно значимых связей с окружающим миром. Источником активности у человека являются потребности. Потребность — это состояние индивида, создаваемое испытываемой им нуждой в объектах, необходимых для его существования и развития, и выступающее источником его активности [1].

Сам термин «потребность» говорит об актуальности понимания и важности осознания. Поэтому потребности как внутренние психические состояния регулируют поведение личности, определяют направленность мышления, чувств и воли человека. Активность личности проявляется в процессе удовлетворения потребностей. Обычно процесс удовлетворения потребностей выступает как целенаправленная деятельность. Удовлетворяя потребности и достигая цели, человек тем самым создает новые объекты, новые условия среды, которые в свою очередь порождают и новые потребности [2].

Потребности, будучи отражением нужды человека в чем-либо, формируются в результате влияния социальной стороны жизни и воспитания. Даже чисто биологические потребности, обеспечивающие жизнедеятельность человека (питание, движение, отдых и т.д.), подконтрольны потребностям духовным, но иногда может меняться доминантность. Действительно, голодный человек не будет стремиться удовлетворять свои познавательные потребности до тех пор, пока не удовлетворит чувство голода. Наиболее полно иерархия потребностей представлена в рамках подхода А. Маслоу.

Потребности есть основной источник активности в познавательной и практической деятельности человека. Чтобы удовлетворить свои потребности, человек должен найти для этого пути и средства в сложном социальном мире, он должен уметь ставить перед собой и решать практические и теоретические задачи. В связи с этим мышление выступает в качестве такого психологического процесса, который обеспечивает поиск необходимых средств, способов и методов удовлетворения возникших потребностей [2].

Не только мышление, но и воля побуждается потребностями. Благодаря волевому усилию, настойчивости, упорству человек преодолевает трудности встающие на пути удовлетворения потребностей и совершает активность в достижении своей цели.

Потребности человека многообразны по своей природе, однако для каждой личности характерна определенная система потребностей, включающая преобладающие потребности и потребности, подчиненные им. Доминирующие потребности могут подавлять все остальные и в связи с этим определять основное направление поведения и деятельности. Так, человек, испытывающий постоянную потребность в успехе, все свои поступки и действия подчиняет этой потребности. Порой ему важен успех сам по себе, без учета средств и способов его достижения, их морально-нравственной ценности. Этой главной потребности могут быть подчинены потребности в познании, общении, труде и т.д [2].

В поведении человека та или иная потребность может проявляться ситуативно, то есть только в данный конкретный момент, не отражая тем самым какую-то устойчивую структуру потребностей. Таким образом, как система потребностей, так и ситуативные потребности, становясь источником активности личности, регулируют поведение человека. Обладая некоторой устойчивостью, стабильностью система потребностей человека одновременно пластична: она может меняться под воздействием тех или иных социальных условий или целенаправленного воздействия – воспитания [3].

ЛИТЕРАТУРА:

1. Современный образовательный процесс: основные понятия и термины – авторы-составители М. Ю. Олешков, В. М. Уваров - Москва: 2006. – 143 с.
2. Ильин, Е.П. Мотивация и мотивы // Е.П. Ильин — СПб.: Питер, 2002 — 512 с.

МЕХАНИЗМЫ ПСИХОЛОГИЧЕСКОЙ ЗАЩИТЫ У ДЕТЕЙ ДОШКОЛЬНОГО ВОЗРАСТА

*А.А. Авдеева, факультет естествознания
Научный руководитель – З.З. Мамышева, к.п.н., доцент*

Механизм психологической защиты относится к феномену, который привлекает внимание своей актуальностью и исследуется многими психологами. Это объяснимо с точки зрения того, что в этом возрасте происходит интенсивное становление эмоциональной и личностной сфер ребенка.

В наибольшей степени это относится к детям дошкольного возраста. В этом возрасте появляются представления ребенка о своем «Я», стремление сохранить и защитить его целостность. Потребность быть принятым в обществе и неумение установить желаемые отношения с окружающими. Однако, неумение устанавливать такие отношения вызывают у ребенка чувство тревоги, беспокойства и это является фактором, провоцирующим возникновение психологических защит [1].

В современной психологической науке имеется достаточно теоретических и эмпирических работ, позволяющих рассматривать психологические защиты как систему средств социальной адаптации человека в ответ на травмирующие воздействия. При возникновении стрессовых ситуаций как у взрослого, так и у ребенка активизируется тот или иной механизм психологической защиты.

Вопросам изучения психологических защит занимались такие зарубежные исследователи как З. Фрейд, А. Фрейд, К. Хорни, А. Маслоу. В отечественной психологии вопросу изучения психологических защит в детском возрасте посвящены работы И. М. Никольской, Р. М. Грановской, Е. В. Чумаковой и др.

Психологическая защита — это специальная система стабилизации личности, направленная на ограждение сознания от неприятных, травмирующих переживаний, сопряженных с внутренними и внешними конфликтами, состояниями тревоги. Психологические защиты позволяют ребенку адаптироваться к среде не за счет изменения внешнего мира, а за счет внутренних изменений — трансформации внутренней картины мира и образа самого себя [2].

Проведенное нами исследование было направлено на изучение видов механизмов психологических защит у детей дошкольного возраста. В данном исследовании приняло участие 25 детей дошкольного возраста (6-7 лет). Из них 15 девочек и 10 мальчиков.

Для исследования видов механизмов психологических защит использовалась «Карта оценки детских защитных механизмов», разработанная на основе методики Р. Плутчика и К. Перри (модификация Е. В. Чумаковой, 1998) [3].

Анализ полученных данных позволил определить процентное соотношение разных видов психологических защит в выборке детей дошкольного возраста (Таблица 1).

Таблица 1.

Количественные данные, отражающие высокий уровень проявления психологических защит

Механизм психологической защиты	Общее количество, чел.	%	Ранг
Отрицание	6	24	3,5
Вытеснение	6	24	3,5
Регрессия	1	4	8
Компенсация	6	24	3,5
Замещение	1	4	8
Проекция	1	4	8
Интеллектуализация	11	44	1

Формирование реакции	4	16	5
----------------------	---	----	---

Таким образом, результаты исследования показали, что наиболее частым в данной возрастной категории являются такие механизмы психологической защиты, как интеллектуализация, вытеснение, отрицание и компенсация.

Тогда как общепринято считать характерными для детей дошкольного возраста такие защиты как отрицание, проекция, регрессия и подавления [3].

При этом выявлено, что часто используемой психологической защитой является интеллектуализация, которая не является «детской» формой защиты. Намного реже используются в дошкольном возрасте такие психологические защиты, как регрессия, проекция и замещение.

Данные результаты исследования можно объяснить тем, что к концу старшего дошкольного возраста детям предъявляются высокие требования к познавательному и речевому развитию в соответствии с современными ФГОС ДО. Это способствует тому, что активно стимулируется развитие логического мышления детей, появляется склонность к рассуждениям [3].

Таким образом, данное исследование позволило выделить психологические защиты, которые чаще сформированы в данном возрасте. Спектр психологических защит в дошкольном возрасте достаточно широк. Они способствуют сохранению целостности личности, отражают потребность детей на принятие окружающими.

ЛИТЕРАТУРА:

1. Косырев, В.Н. Индивидуальный подход и воспитание в коллективе // В.Н. Косырев - Народное образование. 1984. № 2. С. 49-51.
2. Грановская, Р.М., Никольская, И.М. Психологическая защита у детей // Р.М. Грановская, И.М. Никольская - СПб.: Речь, 2006. 352 с.
3. Чумакова, Е. В. Психологическая защита личности в системе детско-родительского взаимодействия: дисс. ... канд. психол. Наук // Е.В. Чумакова - СПб., 1998.

ПСИХОЛОГО-ПЕДАГОГИЧЕСКОЕ СОПРОВОЖДЕНИЕ ФОРМИРОВАНИЯ ОСНОВ ЗДОРОВОГО ОБРАЗА ЖИЗНИ МЛАДШИХ ШКОЛЬНИКОВ

*Бессалов И., студент 4 курса
факультета педагогики и психологии
Научный руководитель – С.М. Хапачева,
кандидат педагогических наук, доцент*

Здоровье – высшая человеческая ценность. Это важнейший фактор работоспособности и гармонического развития человеческого, а особенно детского организма. Однако сохранять и укреплять свое здоровье умеет далеко не каждый.

Высокая заболеваемость, рост вредных привычек (курение, употребление алкоголя, наркотиков), распространение ВИЧ-инфекции настоятельно требуют формирования у подрастающего поколения здорового образа жизни, устойчивой мотивации и потребности сохранения своего здоровья и здоровья окружающих. Лишь тогда, когда культура духа, культура тела и культура нравов равнозначны, можно говорить о культуре сохранения здоровья.

Термин «Психолого-педагогическое сопровождение формирования основ здорового образа жизни ребенка начального образования» мы понимаем как тип деятельности, которая состоит в оказании ребёнку помощи со стороны участников, образовательного процесса в получении знаний о составляющих здорового образа жизни, в воспитании ценностного отношения к здоровью, в развитии психически и духовно здоровой личности ребенка младшего школьного возраста с опорой на активную деятельность ребенка по сохранению и укреплению здоровья.

Экспериментальная работа осуществлялась в три этапа: констатирующий, формирующий и контрольный на базе «МБОУ СОШ № 12» ст. Кавказской,

Краснодарского края. Всего в исследовании приняло участие 28 детей.

Для выявления уровня сформированности основ здорового образа были использованы следующие методики:

- 1) анкетирование;
- 2) методика «Диагностика ценностного отношения к здоровью (В.А. Деркунская)».

Оценка сформированности основ здорового образа жизни детей нами осуществлялась по трем уровням:

1) недопустимый (низкий) - от 0 до 35%, когда выполняются лишь отдельные операции, их последовательность хаотична, действия, в целом, плохо осознаются;

2) допустимый (средний) - от 36 до 70%, когда выполняются все операции, но последовательность их недостаточно продумана, а сами действия осознаны лишь частично;

3) оптимальный (высокий) - от 71 до 100%, когда выполняются все операции, последовательность их рациональна, действия осознаются и адекватно оцениваются.

На первом этапе исследования детям была предложена анкета, вопросы которой направлены на выявление представлений детей о ЗОЖ, их готовности к ведению собственного ЗОЖ, включая их представления о состоянии своего здоровья, отношении к физическим упражнениям и стремление к ЗОЖ.

Проанализировав полученные результаты по методике «Диагностика ценностного отношения к здоровью (В.А. Деркунская)», можно сделать следующие выводы: понятия о «ЗОЖ» у учащихся отождествлено с понятием «здоровье», причем 23 % учащихся считают, ЗОЖ – это «когда у тебя ничего не болит», т.е. не предусматривают никаких действий со своей стороны, направленных на укрепление и сохранение здоровья, это говорит о том, что они неправильно понимают, что входит в содержание понятия «ЗОЖ». То же самое можно сказать и о 15 % учащихся, которые считают, что ЗОЖ – «нужно быть здоровым». Элементарные представления о ЗОЖ имеют 69 % учащихся, они называют некоторые компоненты ЗОЖ – «нужно заниматься спортом, есть фрукты, овощи, закаляться», но пока их знания еще не систематизированы и фрагментарны.

Отношение к состоянию своего здоровья у учащихся неадекватное: 62 % учащихся считают, что у них здоровье «отличное», 23 % учащихся считают свое здоровье «не очень хорошее» и лишь 15 % считают, что у них здоровье «удовлетворительное». Других – 38 % часто беспокоят вирусные заболевания (грипп, ОРЗ, насморк).

Формирующий этап эксперимента включил в себя внедрение программы «В здоровом теле - здоровый дух», проведение текущего мониторинга изучаемых параметров у всех участников образовательного процесса.

Данная программа нацелена на формирование ценности здоровья и здорового образа жизни, а также организация всей работы по её реализации, которая строится на основе научной обоснованности, последовательности, возрастной и социокультурной адекватности, информационной безопасности и практической целесообразности.

Программа «В здоровом теле - здоровый дух» содержит просветительско-воспитательную работу с обучающимися и их родителями, а также систему работы по психолого-педагогическому сопровождению формирования культуры здорового и безопасного образа жизни в образовательном учреждении.

Данная программа реализуется в следующих семи основных направлениях:

1. Подвижные игры.
2. Работа с родителями по укреплению здоровья школьников.
3. Оздоровительные физкультурные мероприятия.
4. Здоровье сберегающая работа.
5. Проведение тематических бесед о здоровом образе жизни на уроках.
6. Оздоровительные физкультурные мероприятия.
7. Социально-психологическая школьная служба.

В исследуемом нами классе построение учебного процесса осуществлялось с

учетом не только возрастных, но и индивидуальных морфофункциональных и психофизических особенностей учащихся. Обучение строилось в соответствии с научно-обоснованным режимом дня, который нашел отражение в расписании учебных занятий. Это благоприятствовало развитию детского организма в условиях процесса обучения и воспитания в школе. Так к концу года обучения у 17 % учащихся класса произошли заметные улучшения в состоянии здоровья детей.

Стиль деятельности учителя исследуемого класса способствовал формированию высокого уровня учебной мотивации учащихся к снятию психической напряженности, приводящий к переутомлению. Так, в начале эксперимента 35 % учащихся класса всегда чувствовали усталость после уроков, и уровень тревожности исследуемого класса был достаточно велик, но к концу мы видим заметное снижение уровня тревожности и усталость после занятий чувствует теперь лишь 9 % учащихся класса.

Контрольный срез осуществлен для установления уровня сформированности основ здорового образа жизни детей по окончании данного формирующего эксперимента. Как показали результаты промежуточного среза, в экспериментальном классе, где реализуется программа психолого-педагогического сопровождения формирования основ здорового образа жизни младших школьников с учётом всех условий, заметнее увеличилось количества детей, имеющих высокий уровень сформированности основ здорового образа жизни.

Наибольшее количество детей с высоким уровнем сформированности здорового образа жизни по всем показателям отмечается в ЭК (произошло увеличение количества детей на 46%), где реализовывалась разработанная нами программа формирования основ здорового образа жизни младших школьников. Для подтверждения выводов представим сравнительные данные сформированности компонентов здорового образа жизни.

Результаты исследования уровня соответствия индивидуального стиля учащихся класса ЗОЖ свидетельствует о возросшем количестве детей, придерживающихся ведущих принципов ЗОЖ (режим, дня, рациональное питание, оптимальный двигательный режим и др.). Позитивные привычки доминируют у большинства учащихся класса, осознаются негативные и ведется работа по их устранению.

Результаты исследования уровня развития мотивации свидетельствует о возросшем количестве детей, осознающих личную и общественную значимость ЗОЖ и уверенных в его необходимости. Теперь большая часть учащихся класса приписывает ответственность за отклонение от норм ЗОЖ только самим себе, а не своим родителям, врачам или окружающей среде.

Выявлено и экспериментальным путем доказано, что синтез психолого-педагогических условий сопровождения формирования основ здорового образа жизни детей младшего школьного возраста является необходимым элементом разработанной программы. Данный синтез включает в себя:

- сохранение и укрепление физического и психического здоровья детей;
- воспитание культурно-гигиенических навыков;
- формирование начальных представлений о здоровом образе жизни.

Организованная работа в рамках квалификационного исследования показала существенное повышение уровня сформированности основ здорового образа жизни детей по всем показателям. Наиболее значимые результаты наблюдались при реализации, разработанной нами программы с учетом всех психолого-педагогических условий ее эффективного функционирования.

Таким образом, на основании сравнительного анализа трёх срезов по уровню сформированности основ здорового младших школьников, можно сделать вывод о положительных результатах и эффективности проводимого нами исследования.

ЛИТЕРАТУРА:

1. Абаскалова, Н.П. Системный подход в формировании здорового образа жизни субъектов образовательного процесса «школа-вуз»: монография [Текст] / Н.П. Абаскалова. - Новосибирск: изд-во НГПУ, 2016. - 316 с.
2. Смирнова, Ю.В. Формирование у младших школьников ценностной ориентации на здоровый образ жизни [Текст]: дис. ... канд. пед. наук: 13.00.01 / Ю.В. Смирнова. - Челябинск, 2009. - 195 с.
3. Хакимова, Г. А. Педагогические условия формирования ценностного отношения к здоровью у детей старшего дошкольного возраста [Текст]: дис. ... канд. пед. наук: 13.00.07/ Г.А. Хакимова. - Екатеринбург, 2016.- 159 с.
4. Якуничев, М.А., Гольшенков, С.П., Вершинина И.В., Волкова, О.Н. Сущность понятий «здоровье» и «ЗОЖ» в контексте культурологического подхода к образованию школьников // Валеология. — 2016.- №3. — С. 52-59.

ПСИХОЛОГО-ПЕДАГОГИЧЕСКИЕ АСПЕКТЫ ФОРМИРОВАНИЯ ПОЗНАВАТЕЛЬНОГО ИНТЕРЕСА В ОБУЧЕНИИ

*Д.Е. Головки, студент 5 курса з/о факультета естествознания
Научный руководитель – Т.Н. Мельникова, доцент, к.г.н.*

Исследования в области познавательного интереса направлены на изучение вопроса о трактовке понятий: «интерес», «знание», «познание», «деятельность», «познавательный интерес и познавательная деятельность».

С философской точки зрения познание – это особый вид человеческой деятельности, проявляющийся в активном отношении к окружающему нас миру. Познание бесконечно и безгранично, то есть не может окончательно завершиться. Главная задача педагога заключается в активном воздействии на обучающегося. Это необходимо для того чтобы ученик мог настроиться не только на восприятие знаний, но и на их максимальное усвоение.

Побуждение интереса у обучающегося является одним из средств, которое способно активизировать его деятельность. Существуют различные суждения о природе термина «интерес».

Французский литератор и философ К.А. Гельвеций писал: «На земле интерес - это великий волшебник, изменяющий в глазах всех существ вид всякого предмета».

Советский психолог и философ С.Л. Рубинштейн говорил: «Интерес всегда принимает характер двустороннего отношения. Если меня интересует какой-нибудь предмет, это значит, что этот предмет для меня интересен».

Известный русский педагог С.Т. Шацкий рассуждал: «Интерес – это такой способ работы, который в дальнейшем дает ему возможность разделить круг своих интересов».

Советский психолог Л.С. Выготский утверждал: «Интерес - это расположенность и готовность организма к известной деятельности, сопровождаемая повышением жизнедеятельности и чувства удовлетворения».

Главным активатором интереса на уровне сознания является новизна. Он может проявляться как через внешнюю стимуляцию, так и внутреннюю стимуляцию, которая связана с чувственным и рациональным познанием.

Д. Дьюи, американский психолог, проанализировал механизмы мышления и выяснил, что «находится близко, очень близко к состоянию научного мышления прирожденное и неиспорченное состояние детства, отличающееся горячей любознательностью, богатым воображением и любовью к опытным исследованиям». Автор, своим утверждением, доказывает, что необходимо при формировании знаний на всех этапах обучения использовать истинно-научную постановку мысли, тем самым подчеркивая исключительность значения активности в интеллектуальном развитии обучающегося.

Любопытство, считал Д. Дьюи, является важным и жизненным фактором для накопления первичного материала, вследствие чего может возникнуть представление:

«Как сильное и здоровое тело ищет всегда питания, так и любознательный ум постоянно начеку и исследует, ища материала для мысли». Учитель в отношении любопытства должен больше познавать, чем учить. Педагог должен уметь удивлять и направлять обучающегося в познавательном процессе. В его задачи входит построение процесса исследования, так чтобы интерес у обучающихся не рассеялся и не притупился. Необходимо пробуждать интерес обучающегося к результатам, творческой деятельности, это поспособствует плавному переходу к изучению объектов, предметов, их свойств, структуры и состава, причинно-следственных связей. В детстве, образовательная и воспитательная деятельность должна быть организована так, чтобы интерес выступал побудительным мотивом к познавательной деятельности и ее конечному результату, обращая при этом внимание на вещи, имеющие косвенное отношение к первоначальному виду деятельности.

Американский психолог Кэррол Изард разработал теорию дифференциальных эмоций, согласно которой интерес выступает основным мотивом в обыденной жизни здорового человека. Интерес является позитивной эмоцией, которая чаще всего переживается человеком, по сравнению с прочими эмоциями. В процессе формирования и развития навыков, умений, интеллекта исключительную мотивационную роль играет интерес.

К.Э. Изард в своих трудах полагал, что интерес, как эмоция, определяется как вполне характерное поведенческое проявление. Человек, заинтересованный каким-либо объектом находится во внимании, воодушевлен, взгляд и слух обращен на интересующий объект. При этом происходит ощущение чувства поглощенности, привлеченности, зачарованности. Феномен интереса проявляется в сравнительно высокой степени проявления чувства удовольствия и уверенности в себе, а также в умеренной степени напряженности и импульсивности.

Поэтому, интерес выступает мотивом к исследовательской, познавательной и творческой деятельности обучающегося. Эмоция интереса на физиологическом уровне очень часто сопровождается снижением частоты сердечных сокращений, то есть брадикардией. Левое полушарие мозга является более активным при проявлении эмоции интереса, по результатам исследований к такому выводу пришли ученые-физиологи.

Абрахам Маслоу эмоцию интереса считал центральной составляющей творческой деятельности. Он выделял первичную и вторичную стадии творчества. Первичной стадии творчества свойственны вдохновение и импровизация. Человеком на этой стадии движет возбуждение - интенсивная эмоция интереса. На вторичной стадии происходит развитие начальной идеи, вдохновения, которое озарило человека в момент наивысшего возбуждения. На этой стадии человек должен упорно трудиться, обладать самодисциплиной. У интереса может быть разные уровни интенсивности. Но, чтобы человек мог противостоять усталости и негативным эмоциям интерес должен быть достаточно сильным и устойчивым.

Изучив психологическую, педагогическую, философскую литературу приходим к выводу, что интерес – это сложное образование, имеющее множество понятий, включает:

- проявление умственной и эмоциональной активности человека;
- активное познавательное отношение к миру;
- особое отношение к объекту, порожденное сознанием и жизненно значимой, эмоциональной привлекательностью;
- внимание человека направляется избирательно.

Но, не смотря на разные трактовки интереса, прослеживается общая направленность в подходах его понимания. Можно выделить общую принадлежность к определенным свойствам личности: мотив, потребность, направленность, отношение, деятельность.

Без интереса невозможно рассмотреть процесс взаимоотношений личности и общества, общности социальных групп. Интерес – не является продуктом воли и сознания

личности, он обусловлен взаимоотношениями в обществе. Это отражение объективного мира и проявление внутренней сущности субъекта. Это личностное проявление человека, которое порождается обществом.

Природа познавательного процесса включает эмоционально-волевые и интеллектуальные процессы. Их сущность заключается в стремлении и удовлетворении потребности в духовном познании. Познание – это получение нового знания.

Поэтому, познавательный интерес - одно из самых значимых внутренних качеств человека, играющее важную роль в познании биологической и социальной составляющей окружающего мира, а также способность отражать в сознании человека причинно-следственные связи, закономерные процессы влияния природной среды на личность.

Г.И. Щукина определяет познавательный интерес как избирательную направленность личности на осуществление процесса познания, то есть носит избирательный характер.

Выражается в той или иной области предметных знаний. В эту область человек стремится проникнуть, для того чтобы изучить и овладеть ее ценностями. В процессе обучения познавательный интерес выражается расположением обучающихся к учению, к активной познавательной деятельности в области учебного предмета.

В то же время, познавательный интерес – глубоко личностное образование. Целостная система жизненно важных для личности процессов (интеллектуальных, эмоциональных, волевых) составляет психологическую природу познавательного интереса. Поэтому интерес к познавательной деятельности и связанное с ним состояние личности образует внутреннюю среду обучающегося, которая необходима для эффективного учения.

Познавательный интерес – один из самых значимых мотивов учения, в общей структуре мотивации познавательной деятельности он ранее всего осознается обучающимся. На более высоком уровне своего развития познавательный интерес, будучи устойчивым, занимающим доминирующее положение в кругу других мотивов, становится уже свойством личности, наблюдается слияние познавательного интереса с высокой духовной потребностью.

Когда речь идет о познавательном интересе к географии, то субъективно-значимым объектом учебно-познавательной деятельности является содержание «любимой» науки и соответствующие ей способы познания.

В учебном процессе интерес к географии выступает как одно из проявлений дифференциации познавательных интересов, в котором из многих окружающих явлений избирательно отражаются именно географические. Тенденция человека, обладающего интересом к географии, углубиться в сущность познаваемого создает особую потребность в изучении географических явлений, процессов, закономерностей.

В начале XX века А.П. Нечаевым сделаны выводы о некоторых возрастных особенностях развития интересов:

- в 12-14 лет интересы имеют преимущественно внешний характер (к движениям, зрительным образам и т.п.);

- с 14 лет все более начинают преобладать интерес к явлениям внутреннего порядка (интеллектуального и нравственного характера).

Возраст обучающихся начальному курсу географии относится к младшему «подростковому периоду» (11-12 лет), нередко педагогически трудному и достаточно своеобразному в развитии и становлении личности, интересы носят внешний характер. Трудность этого возраста заключается в том, что требования подростка часто забегают вперед по сравнению с его жизненным опытом и возможностями.

Подростковый возраст отличается «повышенной восприимчивостью» и «избирательной готовностью» к тем или иным сторонам обучения. Положительной стороной этого качества является готовность подростков ко всем видам учебной деятельности, которые делают его взрослым в собственных глазах. Отсюда и заметный

интерес к самостоятельной работе, как на уроках, так и за пределами школы. Но противоречивость и сложность этого возраста проявляется в том, что все эти особенности носят неустойчивый характер, связаны с отсутствием многих знаний и умений.

В развитии познавательных интересов подростки неоднородны. Среди них значительны расслоения и в предметной направленности, и в уровнях их проявления, и в характере самих интересов.

Подростков Г.И. Щукина подразделяет на «теоретиков», стремящихся проникнуть в истину, в познание причин, закономерностей, и «эмпириков» - тяготеющих к жизненно важным объяснениям и прикладному характеру знаний, поэтому ответить на запросы каждого, удовлетворить их интересы – задача для педагога достаточно трудная.

В целях конструирования системы формирования познавательного интереса обучающихся необходимы предпосылки и условия его формирования.

К основным предпосылкам познавательного интереса относят:

- психологическую подготовку обучающихся,
- подготовку умственной почвы,
- использование жизненного опыта обучающихся.

Предпосылки еще не решают основных проблем при формировании познавательного интереса у обучающихся. А определенные условия влияют на формирование познавательного интереса обучающихся:

- получение знаний мировоззренческой направленности;
- понимание практической и теоретической значимости получаемых знаний;
- комплексный подход к проводимым занятиям;
- эмоциональная форма изложения учебной информации;
- оптимальные сочетания между трудностью и доступностью учебного материала.

Определённые предпосылки и условия совместно определяют целенаправленное развитие познавательного интереса в процессе факультативного обучения.

ЛИТЕРАТУРА:

1. Семенова, П.И. Формирование познавательного интереса у младших школьников в процессе экологического воспитания: Книга для учителя / П.И. Семенова. - Чебоксары: ЧГПУ, 1998. - 76 с.

2. Таможняя, Е.А. Методика обучения географии: учебник и практикум для академического бакалавриата / Е.А. Таможняя, М.С. Смирнова, И.В. Душина; под общ. ред. Е.А. Таможней. - М.: Изд-во Юрайт, 2016. – 321 с.

СОВРЕМЕННОЕ ПРЕДСТАВЛЕНИЕ О КУЛЬТУРЕ РЕЧИ. КОМПОНЕНТЫ КУЛЬТУРЫ РЕЧИ

*А. С. Деркачева, студентка 5 курса
факультета педагогики психологии*

Научный руководитель – Д.Д. Жажева, канд.пед.наук, доцент

В современном понимании культура речи очень тесно связана с понятием «литературный язык», так как основной задачей культуры речи сегодня является сохранение и совершенствование литературного языка как одной из самых важных составляющих культуры личности. Современный взгляд на проблемы культуры речи устанавливает связи между повышением речевой культуры общества с развитием национальной культуры, а также способствует совершенствованию современного русского литературного языка с учётом многообразных общественных функций.

Как мы можем увидеть из истории происхождения, «культура речи» очень обширное и многозначное понятие. Однако нужно отметить, что большинство авторов понятие «культура речи» теснейшим образом связывает с понятием «литературный язык». Согласно О.Г.Шавриной лингвистическая дисциплина, называемая культурой речи, возникает вместе со становлением и развитием литературного языка. Ее конечная задача - сохранение и совершенствование литературного языка, с одной стороны, как важнейшей

составляющей общей культуры каждой личности, а с другой - как важнейшей части общего национального достояния. [7]

Исходя из этого, мы видим, что одна из основных задач культуры речи - это охрана литературного языка, его норм. Нужно отметить при этом, что же такое литературный язык и как же он связан с культурой речи. О.Г. Шаврина отмечает, что литературный язык - это сознательно кодифицированный язык. Нужно добавить, что кодифицированные нормы литературного языка - это такие нормы, которым должны следовать все носители литературного языка, они общеприняты. А сознательная кодификация языка - это и есть прямая задача культуры речи.

Понятие «литературный язык» очень значимо не только для отдельного человека, но и для всей нации в целом, так как одна из главных функций литературного языка - быть языком всей нации, заменить отдельные локальные или социально ограниченные языковые образования. Посредством литературного языка создается единство нации. Без развитого литературного языка трудно представить себе полноценную нацию.

Почему же филологи сегодня говорят о языке как об общем национальном достоянии, о том, что язык является составной частью культуры народа в целом? Во-первых, посредством языка передаются из поколения в поколение знания о достижениях общества в производственной, общественной и духовной деятельности. Во-вторых, язык наряду с экономическими, политическими и другими факторами создает единство нации и государства.

Французский исследователь Э. Бенвенист отмечал: «Язык - это то, что соединяет людей в единое целое, это основа тех отношений, которые, в свою очередь, лежат в основе общества»[1]. В-третьих, общество состоит из отдельных индивидуумов, а культурный уровень общества напрямую зависит от уровня культуры каждого члена общества в целом. Деграция культуры (в том числе и речевой) каждой личности влечет за собой деграцию общества в целом. Таким образом, мы можем отметить, что культура общества и культура личности - понятия не только взаимосвязанные, но и взаимодополняющие. Итак, в этом и состоит очень важная особенность понятия «культура речи». Развитие речевой культуры важно не только для каждого отдельного человека, но и для общества в целом.

Теперь перейдем к рассмотрению непосредственно понятия «культура речи», выделим основные компоненты культуры речи. О.Г.Шаврина даёт следующее определение. Культура речи - это такой набор и такая организация языковых средств, которые в определенной ситуации общения при соблюдении современных языковых норм и этики общения позволяют обеспечить наибольший эффект в достижении поставленных коммуникативных задач. [7] Из данного определения мы видим, что понятие «культура речи» условно можно разделить на четыре составляющих: 1) нормативность; 2) коммуникативность; 3) этическая составляющая; а также 4) эффективность общения как конечная цель культуры речи. Из этого определения мы видим, во - первых, что культура речи состоит из трёх компонентов: нормативного, коммуникативного и этического. А, во-вторых, что целью культуры речи является достижение наибольшей эффективности общения, т.е. основная цель культуры речи - добиться выполнения той коммуникативной задачи, которую мы перед собой поставили, что и подразумевает под собой коммуникативный компонент культуры речи. Итак, О.Г.Шаврина выделяет три компонента культуры речи. Остановимся на каждом из них более подробно.

Нормативный компонент культуры речи. Культура речи предполагает, прежде всего, правильность речи. Под правильностью речи понимают соблюдение норм литературного языка, которые воспринимаются его носителями (говорящими и пишущими) в качестве «идеала», образца.

Языковая норма - одно из центральных понятий речевой культуры. Определим, что такое языковая норма. К. С. Горбачевич определяет языковую норму так - это не только социально одобряемое правило, но и правило, отражающее закономерности языковой

системы и подтверждаемое словоупотреблением авторитетных писателей. [5]

Норма обязательна как для устной, так и для письменной речи и охватывает все уровни языка. Также отметим характерные особенности нормы русского литературного языка: а) вариативность нормы; б) распространенность; в) всеупотребительность; г) всеобязательность; д) соответствие употреблению, обычаям и возможностям языка.

В современном русском литературном языке выделяют следующие типы норм: 1. Морфологические (грамматические) - правила образования и использования грамматических форм разных частей речи.

1. Синтаксические - правила построения словосочетаний и предложений. 3. Лексические - правила словоупотребления. 4. Орфоэпические - правила произношения. 5. Акцентологические - нормы, связанные с постановкой ударения в словах.

Отметим, почему же нормативный аспект является наиболее важной составляющей культуры речи. Именно нормы помогают сохранить целостность и понятность языка для каждого человека. Нормы защищают литературный язык от просторечия, диалектов и арго. Феокистова Т. В. отмечает, что языковая норма к тому же способствует стабильности, самобытности и единству национального языка и добавляет, что развитие литературного языка, по сути, и есть совершенствование его норм в соответствии с потребностями общества. [6] При этом нужно сказать, что не любая норма является проблемой культуры речи. Для культуры речи проблема возникает лишь при наличии вариативности, т.е. наличии в языковой системе однозначных элементов, когда говорящий оказывается в ситуации выбора.

Коммуникативному компоненту культу речи положил начало Б. Н. Головин. Он отмечал, что коммуникативный компонент культуры речи отвечает за эффективное достижение целей общения. Культура речи вырабатывает навыки отбора и употребления языковых средств в процессе речевого общения, помогает сформировать сознательное отношение к их использованию в речевой практике в соответствии с коммуникативными задачами, т.е. необходимо найти не только правильное средство для выражения своих мыслей, но и наиболее уместное, подходящее для данной языковой ситуации. [4]. Как пример коммуникативной ошибки можно привести инструкцию по использованию бытовой техники. Она содержит большое количество специальной терминологии, в связи с этим зачастую информация, которая содержится в ней непонятна покупателю и, следовательно, совершенно бесполезна, поскольку не выполняет свою коммуникативную задачу. Выбор необходимых для определенной задачи языковых средств - основа коммуникативного аспекта культуры речи.

Нужно отметить, что коммуникативный аспект культуры речи предполагает для полноценного адекватного понимания речи адресатом соблюдение в практике общения определенных правил. Б. Н. Головин называет их коммуникативными качествами речи. Ученый выделяет следующие коммуникативные качества речи: правильность, точность, логичность, выразительность, чистота, уместность, доступность, богатство.

Остановимся на каждом качестве более подробно:

1. Правильность речи состоит в соблюдении принятых в данное время литературных норм, отраженных в словарях, грамматических справочниках, правилах орфографии и пунктуации.

2. Под точностью принято понимать, во-первых, точность предметную, которая связана со знанием темы речи, во-вторых, точность понятийную - соответствие слов (значения слов) обозначаемым предметам или явлениям.

3. Логичностью называют коммуникативное качество речи, предполагающее ясное, точное и непротиворечивое высказывание. Высказывание должно соответствовать законам логики. Здесь действует ряд законов (правил), нарушение которых приводит к тому, что высказывание выглядит нелогичным [69]. Рассмотрим эти законы: 1) Закон тождества: согласно этому закону каждая мысль в пределах одного рассуждения должна оставаться неизменной, сохранять одно и то же содержание, в процессе рассуждения одно

знание о предмете не должно подменяться другим, в противном случае рассуждение становится беспредметным, неконкретным. 2) Закон достаточного основания: утверждение должно сопровождаться достаточным количеством аргументов, иначе всё, что написано или сказано, не будет оцениваться серьёзно. Соблюдение этого закона обеспечивает доказательность и обоснованность рассуждений. Надо заметить, что многие приметы, с точки зрения этого правила, выглядят совершенно нелогичными. Итак, логичность, помогает сделать речь ясной, точной и понятной для собеседника или читателя.

4. Выразительность (красота) речи - высшее требование культуры речи. Поддерживается специальными языковыми и речевыми средствами выразительности, к которым относятся тропы и риторические фигуры. Основная цель этих языковых средств - сделать мысль говорящего более яркой, точной, запоминающейся. В устной речи - это многообразие интонаций, пауз, тона, тембра голоса; в устной и письменной речи - образы, тропы, введение афоризмов, фразеологии и пр.

5. Чистота речи обеспечивается исключением языковых элементов, чуждых литературному языку, а также отвергаемых нормами нравственности. Чистота речи предполагает последовательное соблюдение стилистических и этических норм. Чистота речи предполагает также стилистически оправданное употребление иноязычных слов и терминов.

6. Уместность речи - это коммуникативное качество речи, которое основывается на соотношении речи и условий общения. Т. е. это такой подбор и организация языковых средств, которые делают речь отвечающей целям и условиям, а также соответствие речи функциональному стилю и теме.

7. Доступность речи - это ясность, понятность, недвусмысленность речи. Данное качество речи предполагает соответствие содержания фактов и употребления речевых средств говорящего возможностям конкретной аудитории. Т.е. говорящий должен учитывать уровень образования, профессию, возраст, кругозор и интересы слушателей, в этом случае его речь будет понятна аудитории.

8. Богатство (разнообразие) речи определяется количеством слов в словарном запасе говорящего. Более того, большой словарный запас - это не просто знание значений большого количества слов, это уместное использование афоризмов, цитат, пословиц, знание значений многозначных слов.

Известный филолог, крупный специалист по культуре речи Г.О. Винокур писал: «Для каждой цели свои средства, таков должен быть лозунг лингвистически культурного общества» [3]. И так, русский язык располагает огромным количеством языковых средств, которые позволяют найти нужные слова для любой коммуникативной ситуации. Однако среди языковых средств необходимо выбирать такие, которые с максимальной эффективностью выполняют поставленные задачи общения (коммуникативные задачи). Навыки отбора таких средств и составляют коммуникативный аспект культуры речи.

Этический компонент культуры речи предписывает знание и применение правил языкового поведения в конкретных ситуациях. Под этическими нормами общения понимается речевой этикет. Что же такое речевой этикет? Одно из определений принадлежит Л. А. Введенской: «речевой этикет - это разработанные правила речевого поведения, система речевых формул общения [2]. Н.И. Формановская определяет речевой этикет как «регулирующие правила речевого поведения, система национально-специфических стереотипных, устойчивых формул общения, принятых обществом для установления контакта собеседников, поддержания и прерывания контакта в избранной тональности». [6]

К выражениям речевого этикета относятся: обращения к людям, приветствие, прощание, благодарность, извинения, поздравления с праздником, пожелание успехов, сочувствия, соболезнования, одобрения и комплименты, советы, просьбы и др.

А теперь обратимся к другому вопросу - для чего необходимо соблюдать речевой

этикет? Формановская Н. И. отмечает, что речевой этикет регулирует сложный выбор наиболее подходящего, наиболее уместного языкового средства данным конкретным человеком для конкретного адресата речи, в данном конкретном случае, в данной ситуации и обстановке общения. Этический компонент культуры речи заключается в соблюдении норм поведения в конкретных условиях общения, в уважении к участникам общения, в доброжелательности, тактичности и деликатности по отношению к собеседнику.

Этический компонент культуры речи играет важную роль в формировании речевой культуры человека, поскольку этические нормы составляют необходимую часть культуры речи, а культура речи, в свою очередь, является важной частью общей культуры человека.

Итак, в заключение вышеизложенного нужно сказать, что сущность понятия «культура речи» строится на соблюдении трёх компонентов. Однако обращаясь к истории понятия, можно отметить, что все три компонента культуры речи исследовались порознь и для разных целей. В русской лингвистике послереволюционного периода предметом культуры речи считался только один нормативный компонент. Именно этот компонент занимал центральное место в деятельности.

Этический компонент исследовался в другой области лингвистики - в описании языка для целей его преподавания как народного. Это связано с этикой общения, с этическими запретами в различных языках, они не могут автоматически переноситься с одного языка на другой. Например, в русском языке обращение на «вы» используется гораздо чаще и шире, чем в западноевропейских языках.

Что касается исследования коммуникативного аспекта культуры речи, то этому важнейшему компоненту культуры речи не уделялось должного внимания. Коммуникативный компонент культуры речи рассматривался только лишь в риторике, причем еще в древнегреческих трактатах можно было встретить определенные наставления о том, какой должна быть речь, т.е. определенные правила. В наши дни лингвисты называют их коммуникативными качествами речи, также выделили коммуникативные качества речи, которые и являются основой коммуникативного компонента культуры речи.

Итак, под речевой культурой понимается ее правильность, нормированность, умение пользоваться лучшими достижениями родного языка. Следовательно, задача школы донести до школьника все аспекты культуры речи: степень соответствия речи литературным нормам (орфоэпическим, грамматическим, стилистическим и т.д.), следование лучшим образцам в своей речи, а также знание и применение правил языкового поведения в конкретных ситуациях.

ЛИТЕРАТУРА:

1. Бенвенист, Э. Общая лингвистика. / Э. Бенвенист - М., «Прогресс», 1974.
2. Введенская, Л. А. и др. Русский язык и культура речи. / Л.А.Введенская. - Ростов н /Д: изд - во «Феникс», 2001 - 544 с.
3. Винокур, Г.О. Культура языка. - Г.О.Винокур. - М., 2006 - 256 с.
4. Головин, Б.Н. «Основы культуры речи»: Учеб. для вузов по спец. «Русс. яз. и лит.». - 2-е изд., испр. - М.: Высш. шк., 1988. - 320 с.
5. Горбачевич, К.С. Нормы современного русского литературного языка. /К.С.Горбачевич.- М.: Просвещение, 3-е изд.,1989 - 208 с.
6. Формановская, Н. И. Речевой этикет и культура общения. Науч. - попул. - М.: Высш. шк., 1989 - 159 с.
7. Шаврина, О. Г., Культура речи. Часть 3. Коммуникативные качества речи: Учебно-методическое пособие. - Курган, 2018. - 63 с.

ПСИХОЛОГО-ПЕДАГОГИЧЕСКИЕ УСЛОВИЯ РАЗВИТИЯ ТВОРЧЕСКИХ СПОСОБНОСТЕЙ СТАРШИХ ДОШКОЛЬНИКОВ СРЕДСТВАМИ ТЕАТРАЛИЗОВАННЫХ ИГР

*В.Н. Домникова, студентка 3 курса
факультета педагогики и психологии*

Научный руководитель – М.Б. Богус, д.пед.наук., профессор

В современном обществе социально - экономические преобразования диктуют необходимость развития творчески активной личности, имеющей способность принимать самостоятельные нестандартные решения, генерировать новые оригинальные идеи и реализовывать их в жизни, решать творческие задачи. В связи с этим перед дошкольными учреждениями встает важная задача развития творческого потенциала подрастающего поколения, что в свою очередь требует совершенствования учебно - воспитательного процесса.

Дошкольное детство является сензитивным периодом для развития творческих способностей, т.к. в данном возрасте дети безмерно любознательны, они обладают колоссальным желанием познавать окружающий мир. В дошкольном возрасте у детей значительно возрастают физические возможности - движения характеризуются скоординированностью и пластичностью; также интенсивно развивается эмоциональная сфера – проявляется устойчивость эмоциональных состояний, способность оценивать и выражать их. У детей прослеживается умение устанавливать причинно–следственные связи между событиями и явлениями, осознавать причины, мотивы действий героев литературных произведений. Доминирующую позицию начинают занимать личные ощущения, эмоции, переживания. Главная задача педагога в данный период заключается в актуализации, активизации и развитии индивидуальных особенностей и возможностей каждого ребенка.

Основные подходы, ориентированные на развитие творческих способностей детей, раскрываются в работах Л.В. Венгера, Я.А. Коменского, А.А. Леонтьева, А.Н. Леонтьева, А.С. Макаренко, С.Л. Рубинштейна, К.Д. Ушинского и др. Ими обстоятельно исследованы «механизмы» творческого процесса, условия развития способностей и подтверждена высокая роль творческих способностей в общем развитии человека [2;3;4;5;6;7;8].

Творчество характеризуется такими особенностями, как направленность на создание новых предметов материальной и духовной культуры, привнесение чего-то нового для обогащения собственного внутреннего мира, высокая значимость в развитии эстетического восприятия, образного мышления, воображения, владения способами деятельности [8].

Способности являются сложным синтетическим образованием, которое включает в себя целый ряд данных, без которых человек не был бы способен к какой-либо конкретной деятельности, и свойств, которые лишь в процессе организованной деятельности вырабатываются. В соответствии с этим нужно организовать деятельность дошкольника таким образом, чтобы ему дать возможность расширить его опыт, что является первой ступенью творческой деятельности.

Уникальным средством развития творческих способностей детей является театрализованная деятельность. Она понятна ребёнку, близка его природе и, что существенно для развития ребёнка, находит своё отражение в игре. Однако, как утверждают многие ученые (Г.В. Ануфриева, Д.В. Менджерицкая, Н.Ф. Сорокина и др.), в настоящее время в образовательном процессе дошкольного образовательного учреждения (ДОУ) театрализованные игры представлены в незначительной степени. Игры сворачиваются и не достигают развитой формы, что не способствует эффективному психическому и личностному развитию детей. В связи с этим, целенаправленное развитие творческих способностей требует разработки определённого способа включения театрализованной деятельности в целостный педагогический процесс ДОУ.

Театрализованные игры позволяют расширить и углубить знания детей об

окружающем мире, развить психические процессы: внимание, память, восприятие, воображение, стимулировать мыслительные операции. В игре происходит развитие различных анализаторов, активизируется и совершенствуется словарный запас, грамматический строй речи, звукопроизношение, навыки связной речи, мелодико-интонационная сторона речи, темп, выразительность речи, совершенствуется моторика, координация, плавность, переключаемость, целенаправленность движений. Театрализованная деятельность способствует также развитию эмоционально-волевой сферы, происходит коррекция поведения, развивается чувство коллективизма, ответственность друг за друга, формируется опыт нравственного поведения, стимулируется развитие творческой, поисковой активности, самостоятельности.

Целью нашего исследования явилось выявление эффективных психолого-педагогических условий развития творческих способностей старших дошкольников средствами театрализованных игр.

Изучение особенностей творческой деятельности детей старшего дошкольного возраста позволило получить характеристики творческих способностей и выделить три качественно различных уровня их сформированности: низкий, средний, высокий. Приведем качественные характеристики уровней творческих способностей.

У детей с низким уровнем развития творческих способностей потребность в пополнении знаний, умений и навыков не проявляется; отсутствует познавательный интерес к творческой деятельности; дети не стремятся к выполнению заданий нестандартного характера; в процессе творческой деятельности они не проявляют высокой умственной деятельности, склонны к репродуктивной деятельности; от заданий на перенос знаний, умений на новые ситуации отказываются; при возникновении трудностей преобладают отрицательные эмоции; не могут порой и не желают преодолевать трудности в поисках способов деятельности; живая эмоциональная реакция на задания творческого характера почти всегда отсутствует.

У детей со средним уровнем развития творческих способностей потребность в пополнении знаний и навыков проявляется редко; познавательный интерес не постоянен, ситуативен; интерес к творческой деятельности неустойчив; дошкольники со средним уровнем развития творческих способностей стремятся к выполнению заданий нестандартного характера, но решить их самостоятельно могут редко, нуждаются в помощи взрослого; в процессе специфической деятельности они стремятся проявлять умственную активность: могут находить новые способы или преобразовать известные им, придумывать интересные идеи, при сильной заинтересованности осуществляют поиск нового решения; преодолевают трудности только в группе со сверстниками или с помощью взрослого; в случае получения искомого результата испытывают радость.

Дети с высоким уровнем развития творческих способностей стремятся постоянно удовлетворять потребность в пополнении знаний, умений и навыков; характеризуются устойчивостью познавательного интереса; всегда самостоятельны в выполнении работ творческого характера; часто предлагают оригинальные решения; поиск ответа на нестандартные задания, как правило, завершается успешно; в процессе специфической детской деятельности дошкольники с высоким уровнем развития творческих способностей проявляют высокую умственную активность: легко осуществляют перенос знаний, умений в новые ситуации; ответственны; начатую работу всегда доводят до конца, справляясь с возникшими трудностями самостоятельно; любой вид творческой деятельности способен увлечь их; в предпочитаемом виде деятельности достигают, как правило, хороших результатов.

В процессе анализа способностей дошкольников сложились предположение о том, что развитие творческих способностей старших дошкольников будет проходить эффективно при обеспечении интеграции образовательных областей в театрализованной деятельности в соответствии с возрастными особенностями детей, предоставлении

возможности для самовыражения в творчестве, объединении педагогов, детей и родителей в приобщении к миру театра и творчества, создании эмоционально-комфортной среды.

Реализация выявленных условий проходила в три взаимосвязанных этапа. Раскроем более подробно сущность и содержание этапов.

В соответствии с разработанной программой на I этапе с детьми проводилась работа по созданию эмоционально-благополучной атмосферы в группе. Под эмоционально-благополучной атмосферой подразумевается налаживание контактов с детьми, снятие эмоционального напряжения в игре, развертывание партнерских отношений, отказ от прямых указаний и больший акцент на косвенные воздействия через организацию совместной деятельности, игру, игровое общение. На данном этапе организовывались посещения детьми театра, просмотр спектаклей, проводились занятия - путешествия, игры-загадки. Также проводились тренинги, направленные на развитие внимания, памяти, воображения, упражнения на эмоциональное, психофизиологическое раскрепощение. Например, тренинги «Семафор», «Ростки» и др.

В ходе формирующего этапа эксперимента вовлекались в игру малоактивные дети, которые предпочитали отмалчиваться. Для развития творческих умений в общении вводились диалоги в форме «телефонных разговоров персонажей». Стимулировалось большее число разнообразных ответов, поощрялись оригинальные, творческие решения.

Для развития сюжетосложения, проводились с детьми игры - придумывания. В совместной игре с детьми постепенно переводили их ко все более сложным преобразованиям знакомого сюжета, а затем и к совместному придумыванию нового. Для этого ориентировали детей на слушание друг друга, продолжение рассказа партнера. Предлагали «вспомнить» вместе известную сказку. Пересказ происходил в свободной обстановке, без оценок качества детской речи и требований полноты рассказа.

В ходе занятий применялось чтение художественной литературы, после их прочтения проводилось обсуждение произведения, в ходе которого дети выявляли характер героев, обсуждали возможности проигрывания этих ролей. Уделялось особое внимание работе с чистоговорками и скороговорками.

Вместе с детьми сочиняли истории, играли в развивающие игры «Что на что похоже?», «Сюрреалистические игры», «Волшебные краски», «Словоассоциации», «Теремок», «Собери фигурки», «Нелепицы».

Для формирования игровых позиций детей в театрализованной деятельности детям предлагались упражнения. Например, прочитать текст с разными интонациями, пантомимические этюды.

Второй этап реализации программы был ориентирован на подготовку и проведение инсценировок (например, разыгрывание сказок «Лисичка-сестричка и серый волк», «Кто сказал «Мяу»?»).

Большая роль уделялась работе над самим спектаклем. Сначала проводились психолого-педагогические тренинги на развитие творческого мышления. Выбирались с детьми сказки, которые хотели бы поставить. Распределяли роли по желанию детей. Готовые сценарии старалась брать из книг только в стихах, или переделывали сказки на новый лад - на стихотворную форму. Так из русских народных сказок «Колобок», «Теремок», «Курочка Ряба», «Репка» получались новые, интересные сказки. Дети с удовольствием заучивали свои роли в стихах. Затем работа шла над отдельными эпизодами с текстом. Проигрывая каждую роль, показывали детям, какие при этом надо применять жесты и как выражать мимикой характер и настроение героев. Соединяли различные эпизоды сказки с сопровождением музыкального инструмента. Вместе с родителями изготавливались костюмы и декорации к постановкам.

На заключительном этапе проводилась генеральная репетиция и показ спектакля перед коллективом детского сада, сверстниками и детьми младших групп.

Учиться творчеству можно только при поддержке окружающих взрослых, поэтому важным компонентом программы являлась систематическая работа с родителями. Целью

деятельности в данном направлении послужило повышение уровня компетентности родителей и их приобщение к развитию творческих способностей детей старшего дошкольного возраста средствами театрализованных игр.

Деятельность в данном направлении включала такие виды работ, как оформление родительского уголка, консультации родителей по проблемам развития творческих способностей детей старшего дошкольного возраста средствами театрализованных игр; родительские собрания, практикум для родителей, конкурсы, экскурсии с детьми в театр, спектакли с родителями и детьми.

Объединение педагогов, детей и родителей в совместной работе по приобщению к миру творчества и театра позволяет совершенствовать педагогическую подготовленность родителей в вопросах воспитания собственных детей, способствует расширению форм сотрудничества семьи и детского сада (проведению досугов, тематических вечеров и бесед, консультаций).

Определение уровня развития творческих способностей старших дошкольников и выявление эффективности проведённого нами на формирующем этапе эксперимента работы проводилось по методикам В.Синельникова и В. Кудрявцева («Солнце в комнате», «Дощечка», «Складная картинка») [1].

Полученные данные свидетельствуют о том, что уровень творческих способностей, сформированность их основных компонентов, вследствие реализации выявленных психолого-педагогических условий, значительно повысилась. У детей сформировался интерес к творческой деятельности, повысилась инициативность и активность во время занятий, стремление довести замысел до задуманного образа, они стали более самостоятельны в процессе выполнения заданий.

Итак, проведённое экспериментальное исследование позволило подтвердить, что развитие творческих способностей старших дошкольников проходит более эффективно при обеспечении интеграции образовательных областей в театрализованной деятельности в соответствии с возрастными возможностями детей, предоставлении возможности для самовыражения в творчестве, объединении педагогов, детей и родителей в приобщении к миру театра и творчества; создании эмоционально-комфортной среды.

ЛИТЕРАТУРА:

1. Веракса, А.Н. Индивидуальная психологическая диагностика ребёнка 5-7 лет/А.Н.Веракса.-М.:Мозаика-Синтез, 2012.-128с.
2. Выготский, Л.С. Воображение и творчество в детском возрасте / Л.С. Выготский. - СПб.: Союз, 2014. - 305 с.
3. Дружинин, В.Н. Психология [Электронный ресурс] / В.Н.Дружинин.- Режим доступа: <https://studfiles.net/preview/1702264/>
4. Ильина, М.В. Развитие воображения дошкольников / М.В. Ильина.- М.: Национальный книжный центр,- 2017.- 176 с.
5. Комарова, Т.С. Школа эстетического воспитания / Т. С. Комарова. – М.:Мозаика-Синтез, 2010. –352 с.
6. Леонтьев, А.Н. Психологические основы дошкольной игры [Электронный ресурс] / А.Н. Леонтьев. - Режим доступа: <https://lektsii.org/6-44467.html>
7. Макаренко, Л.В. Театр и театрализованная деятельность в современном дошкольном учреждении образования: монография / Л.В. Макаренко. - Донецк: ЛАНДОН-ХХИ, 2011. - 211 с.
8. Пономарев, Я.А. Психология творчества / Я.А.Пономарёв. -М.:Наука,2006.-304с.

РОЛЬ ТЕХНОЛОГИИ ПРОЕКТНОЙ ДЕЯТЕЛЬНОСТИ В РАЗВИТИИ ЛИЧНОСТИ ОБУЧАЮЩИХСЯ

*О.В. Заслонко, студентка 4 курса факультета естествознания
Научный руководитель – Т.Н. Мельникова, доцент, к.г.н.*

Технология проектной деятельности является одной из наиболее перспективных

технологий обучения и воспитания обучающихся. Сущность технологии заключается в личностно-ориентированном обучении, предполагающим развитие личности, способной самостоятельно добывать информацию, находить самостоятельно решение многих учебных проблем. Технология проектной деятельности создает широкие возможности для развития у обучающихся опыта творческой деятельности рационального мышления, способствует эмоциональному, теоретическому и практическому познанию окружающего мира.

Современный выпускник школы должен уметь самостоятельно думать и решать разнообразные проблемы (применять для их решения полученные на уроках знания), обладать критическим и творческим мышлением, богатым словарным запасом, основанным на глубоком понимании гуманитарных знаний. Реализовать перечисленные требования в значительной мере способна проектная деятельность обучающихся.

Под проектом (от лат. projects – выдвинутый вперед) в «Словаре русского языка» С.И. Ожегова понимается: 1) разработанный план сооружения, какого-нибудь механизма, устройства; 2) предварительный текст какого-нибудь документа; 3) замысел, план.

Следует различать широкое толкование проекта как понятия и как дидактическую категорию, обозначающую систему приемов и способов овладения определенными практическими или теоретическими знаниями, той или иной деятельностью. Поэтому, если мы говорим о методе проектов, то имеем в виду именно способ достижения дидактической цели через детальную разработку проблемы (технологию), которая должна завершиться вполне реальным, практическим результатом, оформленным тем или иным образом.

Главная идея проектной технологии — стимулирование интереса обучающихся к определенным учебным проблемам, разрешение которых предполагает овладение некоторой суммой знаний, а также показ практического применения полученных знаний. Проектная технология обеспечивает проблемно-поисковую познавательную деятельность обучающихся, выражающуюся в процессе создания проекта — прообраза (модели) предполагаемого или возможного природного или социально-экономического объекта (явления, процесса). Это могут быть макеты, карты, схемы, описания объектов и т.д. Таким образом, в основу технологии положена прагматическая направленность на результат. Итоги выполненных проектов должны быть конкретными: решение теоретической проблемы, конкретная разработка, готовая к внедрению. При этом учитывается развитие критического мышления и познавательных навыков обучающихся, их умение самостоятельно конструировать знания и ориентироваться в информационном пространстве.

Особенностью проектной деятельности является получение результатов, максимально приближенных к реальности, поэтому наряду с традиционными средствами обучения (учебники, пособия для обучающихся, справочная литература, видеозаписи и др.) необходимо использовать современные (электронные базы данных, виртуальные библиотеки, интерактивное телевидение, мультимедийные средства и др.).

Технология проектной деятельности требует от учителя особой подготовки обучающихся, разъяснения им заданий, способов их выполнения, требований к оформлению результатов.

При организации работы над проектом учителю необходимо учитывать следующие требования:

1) проект должен быть посвящен значимой проблеме или задаче, требующей интегрированного знания, исследовательского поиска для ее решения;

2) предполагаемые результаты выполнения проекта должны иметь практическую, теоретическую, познавательную значимость (доклад в соответствующие службы о демографическом состоянии данного региона, факторах, влияющих на это состояние, тенденциях, прослеживающихся в развитии данной проблемы, и т.д.);

3) обучающиеся должны обладать необходимыми знаниями и умениями, личным

опытом;

4) деятельность обучающихся должна быть самостоятельной (индивидуальной, парной, групповой), целесообразно давать задания для создания проектов в малых группах, где объединены усилия нескольких обучающихся;

5) содержательная часть проекта должна быть структурирована (с указанием поэтапных результатов);

6) при работе над проектом необходимо использовать исследовательские методы, предусматривающие определенную последовательность действий, при этом обучающиеся должны применять как географические методы и средства обучения, так и интегрированные знания и умения из разных сфер науки, техники, искусства.

Содержание школьной географии обладает широкими возможностями для применения проектной технологии, что подтверждено требованиями к уровню подготовки выпускников основной и полной средней школы. В технологии проектной деятельности имеются возможности для активного формирования опыта творческой деятельности обучающихся и их эмоционально-ценностного отношения к миру. Эти положения основываются на том, что разработка проектов обычно осуществляется путем проблемного обучения, проблемных заданий и создания проблемных ситуаций. При разработке проектов обучающиеся пытаются прогнозировать изменения в природе и хозяйстве, а также оценивать последствия создания гидроэлектростанций, территориально-промышленных комплексов, освоения месторождений полезных ископаемых и т.д.

Учебные проекты – это, например, разработки планов создания народно-хозяйственных предприятий или целых территориально-промышленных комплексов с учетом рационального использования природных ресурсов. Примером может быть разработка проекта создания гидроэлектростанции с водохранилищем на какой-либо реке (Енисей, Лена и др.) с оценкой положительных и отрицательных последствий в природе и хозяйстве.

Это предполагает, что обучающиеся должны уметь прогнозировать (например, тенденции изменения природных и социально-экономических объектов и природных территориальных комплексов в целом в результате хозяйственной деятельности человека). Основными результатами обучения по программам школьного курса географии для общеобразовательных организаций является умение обучающимися оценивать и прогнозировать положительные и отрицательные последствия изменения природных объектов под воздействием человека (например, рек, озер, болот, подземных вод), роста населения, изменения городского и сельского населения, развития системы городских поселений, хозяйства отдельных районов страны, своего региона и своей местности.

ЛИТЕРАТУРА:

1. Горбатова, О.Н. Методика преподавания географии: учеб. пособие / О.Н. Горбатова. - Барнаул: Изд-во АлтГУ, 2014. - 242 с.

2. Яковлева, Н.Ф. Проектная деятельность в образовательном учреждении: учеб. пособие / Н.Ф. Яковлева. – 2-е изд., стер. – М.: ФЛИНТА, 2014. – 144 с.

ОСОБЕННОСТИ ПСИХОЛОГО-ПЕДАГОГИЧЕСКОГО СОПРОВОЖДЕНИЯ ПЕРВОКЛАССНИКОВ В ПЕРИОД АДАПТАЦИИ К ШКОЛЕ

*Зубенко Н., студентка 4 курса
факультета педагогики и психологии*

Научный руководитель - С.М. Хапачева, к.пед.наук, доцент

В связи с введением новых стандартов (ФГОС НОО), проблема адаптации детей к школьной жизни, ее психолого-педагогического сопровождения стала наиболее актуальной. Образовательный стандарт в Концепции модернизации современного образования рассматривается как основа деятельностного содержания образовательно-воспитательного процесса, система знаний, умений, навыков, способов деятельности,

ценностей, без овладения которыми в сензитивные периоды жизни ребенка оказываются невозможными его дальнейшее развитие и саморазвитие, образование и обучение (на следующей ступени и далее), социальная адаптация, личностное самоопределение.

На сложность и значимость периода, связанного с адаптацией первоклассников к школе указывают такие отечественные педагоги и психологи как М.М. Безруких, М.Р. Битянова, И.В. Дубровина, И.Ю. Кулагина и другие [1], [2], [3], [5].

При организации психолого-педагогического сопровождения адаптации детей к школе необходимо учитывать факторы, влияющие на данный процесс. К ним относят: более раннее начало систематического обучения; чрезмерная интенсификация учебного процесса; несоответствие методик и технологий возрастным и функциональным возможностям детей; нерациональная организация учебного процесса и нередко напряженная тактика педагогического взаимодействия.

Для наиболее внимательного отношения к личности ребенка, полноты раскрытия его возможностей в образовательной среде необходимо применение знаний о законах и механизмах функционирования психики в различные возрастные периоды, использование в повседневной работе педагогов и психологов достижений психологической и педагогической наук в сочетании с их личностно-ориентированной позицией и гуманистической направленностью, что в полной мере соответствует Концепции модернизации российского образования.

Алехина С.В., Семаго М.М. указывают, что психолого-педагогическое сопровождение как реализация защиты прав ребенка (в наиболее широком смысле), реализация индивидуальной образовательной программы должно осуществляться как адаптация образовательных и иных социально психологических нагрузок. Последние, с одной стороны, должны определяться как максимально оптимальные и достаточные для разностороннего полноценного развития ребенка, освоения в достаточном объеме образовательных воздействий, с другой — не выходящих за пределы индивидуально допустимых для данного ребенка, с целью не допустить образовательной и социальной дезадаптации [6].

Целью психолого-педагогического сопровождения адаптационного периода первоклассников к школе является создание таких психолого- педагогических условий, при которых обучение и развитие личности будут наиболее успешными.

В ходе психолого-педагогического сопровождения адаптации первоклассников решаются следующие задачи:

- облегчение естественного процесса адаптации, создание условий для его безболезненного прохождения как для детей, так и для учителя и родителей;
- создание доброжелательной атмосферы, позволяющей эффективно развивать взаимоотношения всех участников образовательного процесса (учитель – ученик, учитель – родитель);
- актуализация мотивации обучения - научить первоклассника постепенно понимать и брать на себя ответственность за результативность своего обучения.

Психолого-педагогическое сопровождение процесса адаптации первоклассников к школе – это еще и метод работы педагога-психолога, представляющий собой целостную, системно организованную деятельность, в процессе которой создаются социально-психологические и педагогические условия для успешного обучения и психологического развития каждого ребенка в школьной среде [5].

Для современных систем психолого-педагогического сопровождения, в том числе и процесса адаптации к школе, характерны следующие организационные принципы, также составляющие его методологическую базу:

- комплексный, междисциплинарный, интегративный подход к решению любой проблемы развития ребенка;
- равнозначность программ сопровождения ребенка в проблемной ситуации и программ предупреждения возникновения проблемных ситуаций;

- гарантия непрерывного сопровождения развития ребенка в образовательном процессе;
- информационное и диагностическое обеспечение процесса сопровождения;
- необходимость социально-педагогического и психологического проектирования в сопровождающей деятельности;
- рефлексивно-аналитический подход к процессу и результату психолого-педагогического сопровождения;
- ориентация на работу в современном правовом поле.

Е.И.Казакова отмечает, что можно выделить три основных организационных модели сопровождения:

- предупреждение возникновения проблемы;
- обучение сопровождаемых методам решения проблем в процессе разрешения проблемных ситуаций;
- экстренная помощь в кризисной ситуации [5].

Любая развивающаяся система содержит в себе ряд взаимосвязанных компонентов: потребности, цели, задачи; действия по отбору содержания, выбору методов, средств; результат; рефлексия.

Невнимание хотя бы к одному из этих компонентов разрушает целостность системы психолого-педагогического сопровождения, снижает ее эффективность.

Критериями эффективности психолого-педагогического сопровождения рекомендуется считать следующие:

1. Прослеживается повышение уровня развития и воспитанности обучающихся, их коммуникативной компетентности в общении и сотрудничестве со сверстниками, детьми старшего и младшего возраста, взрослыми в процессе образовательной, общественно полезной, учебно-исследовательской, творческой и других видов деятельности; формирование нравственных чувств и нравственного поведения, осознанного и ответственного отношения к собственным поступкам.

2. Улучшаются адаптационные возможности; наблюдается положительная динамика и устойчивые результаты коррекционно-развивающей работы.

3. При рациональных затратах времени и усилий растет психологическая компетентность педагогов, усиливаемые целостностью коллективного педагогического воздействия, возрастает интеллектуальный уровень коллектива, решаемые ими задачи опираются на новые эффективные формы работы с детьми и родителями.

4. Улучшается психологический климат в педагогическом и классных коллективах, повышается стрессоустойчивость участников образовательного процесса в целом, утверждается взаимопомощь.

5. Рост профессионального мастерства учителей проявляется в изменении характера их затруднений, уменьшении количества затруднений в элементарных психологических вопросах.

6. Главным условием сотрудничества, сотворчества всех участников образовательного процесса является демократизм действий, опора на данные диагностики (мониторинговых исследований) свобода выбора методов и средств обучения.

Обобщая вышеизложенное, следует отметить, что индивидуальное развитие ребенка в процессе адаптации должно прослеживаться комплексно, поэтому к этой работе необходимо привлечь всех участников образовательного процесса: учителя начальных классов, родителей ребенка, педагога-психолога, так как психолого-педагогическое сопровождение представляет собой целостную, системно-организованную деятельность, в процессе которой создаются социально-психологические и педагогические условия для успешной адаптации каждого ребенка.

ЛИТЕРАТУРА:

1. Безруких, М.М. Трудности адаптации первоклассников к школе / М.М. Безруких // Управление начальной школой. - 2011. - №8. - С.24-31

2. Битянова, М.Р. Адаптация ребенка к школе: диагностика, коррекция, педагогическая поддержка / М.Р. Битянова.- М.: Совершенство, 1997. - 145с.
3. Дубровина, И.В. Психология / И. В. Дубровина, Е. Е. Данилова, А. М. Прихожан. - М.: Академия, 2010.-464 с.
4. Казанская, К.О. Детская и возрастная психология: конспект лекций / К.О.Казанская. - М.: А-Приор, 2010. - 160 с.
5. Кулагина, И.Ю. Младшие школьники: особенности развития / И.Ю. Кулагина. - М.: Эксмо, 2009. - 176 с.
6. Создание и апробация модели психолого-педагогического сопровождения инклюзивной практики: методическое пособие / под общ. ред. С.В. Алехиной, М.М. Семаго. - М.: МГППУ, 2012. - 156 с.

ДУХОВНО-НРАВСТВЕННОЕ ФОРМИРОВАНИЕ ЛИЧНОСТИ НА УРОКАХ ГЕОГРАФИИ ПОСРЕДСТВОМ УЧЕБНЫХ ИГР

Коновалова Элеонора,

студентка факультета естествознания

Научный руководитель – канд. пед. наук, доцент А.М. Шехмирзова

Духовно-нравственное воспитание является целенаправленным процессом взаимодействия педагогов и воспитанников, направленное на формирование личности, на развитие её ценностно-смысловой сферы, посредством сообщения ей духовно-нравственных и базовых национальных ценностей. Российское общество констатирует критическое снижение уровня общей культуры и нравственности подрастающего поколения. Все больше над духовными ценностями преобладают материальные. Согласно этому обстоятельству у детей искажаются представления о доброте, милосердии, великодушии, справедливости, гражданственности и патриотизме. Следовательно, необходим другой подход к организации обучения, в частности, учебные игры, применяемые в обучении географии.

Изучение духовно-нравственного формирования личности на уроках и внеклассных мероприятиях становится все более актуальной проблемой. Она рассматривается в таком нормативном документе, как ФГОС ООО, в ред. Приказа Минобрнауки России от 29.12.2014 № 1644. Стандарт направлен на обеспечение духовно-нравственного развития, воспитания обучающихся и сохранения их здоровья, а также ориентирован на становление личностных характеристик выпускника: любовь к своему краю и Отечеству, знание русского и родного языка, уважение своего народа, его культуры и духовных традиций;

Анализ научно-педагогической литературы показал, что рассматривались различные аспекты формирования духовных ценностей. Это отразилось в трудах выдающегося советского педагога-новатора, писателя Василия Александровича Сухомлинского, он говорил о том, что нужно заниматься нравственным воспитанием ребенка, учить умению чувствовать другого человека, быть внимательным к тем, кто тебя окружает. Также проблему духовно-нравственного формирования личности раскрывают К.Д. Ушинский, А.С. Макаренко, А.Е Лихачев.

Аспект проблемы формирования духовно-нравственных ценностей в контексте истории образования остается недостаточно разработанным. В образовательном процессе оказалось упущенным из виду воспитательное начало. Результатом этой утраты стала разработка различных документов, в числе которых «Концепция модернизации российского образования». В этом документе воспитание рассматривается как первостепенный компонент образования, а важнейшей задачей воспитания определено «формирование у школьников гражданской ответственности, правового самосознания и духовности».

Анализ современных нормативных документов, учебно-методических комплексов по географии, методических рекомендаций и пособий для учителя географии позволил выявить некоторые противоречия. С одной стороны, современный Федеральный

государственный образовательный стандарт предъявляет высокие требования к формированию личностных качеств учащегося, его духовно-нравственному становлению, с другой стороны мы наблюдаем недостаточное использование игровой технологии на уроках географии и ее разработанность в аспекте формирования духовно-нравственных ценностей.

На основании выявленного нами противоречия формулируется проблема исследования: определение педагогических условий, способствующих формированию духовно-нравственных ценностей школьников на уроках географии.

Актуальность проблемы, недостаточная разработанность в науке аспектов проблемы определили выбор темы: «Духовно-нравственное формирование личности на уроках географии посредством учебных игр».

Предметом исследования выступают диагностические методики формирования духовно-нравственных ценностей школьников. Цель данного исследования заключается в теоретическом обосновании методики реализации учебных игр, обеспечивающих формирование духовно-нравственных ценностей школьников на уроках географии. В процессе подготовки исследования использовались теоретические группы методов, такие как теоретический анализ и обобщение психолого-педагогической литературы и эмпирические – изучение передового педагогического опыта.

На основе выявленной проблемы выдвигается гипотеза: формирование духовно-нравственных ценностей школьников на уроках географии будет более результативным, если в обучении использовать игровые технологии, направленные на формирование духовно-нравственных ценностей учащихся при изучении географии.

В исследованиях отечественных педагогов отмечается, что в современных условиях нравственное воспитание рассматривается в контексте аксиологического, культурологического и личностно – ориентированного подходов. Аксиологический подход рассматривается на современном этапе развития образования как приоритетный. Методическая система формирования ценностей на основе игровых технологий в школьном курсе географии осуществлялась на двух уровнях: теоретико-методологическом и методическом. Теоретико-методологический уровень выделяет психолого-педагогические и методические основы формирования духовно-нравственных ценностей в курсе географии. Географические игры составлены на взаимодействии ряда подходов. Личностно-ориентированный подход отражает идею личности, как субъекта культуры, главной особенностью которой является активность по освоению, осмыслению культурных ценностей. Культура рассматривается как среда, обеспечивающая развитие и саморазвитие личности. Культурологический подход позволяет рассмотреть географическую среду через призму культуры, определяя влияние человека на природу, развивая духовность и гуманистические качества личности. Аксиологический подход обусловлен направленностью на усвоение личностью системы общественных ценностей конкретной исторической эпохи.

Практики считают, что при составлении методической системы, следует опираться на следующие принципы: – принцип экологизации, который предполагает осуществление духовно-нравственного воспитания учащихся на основе взаимодействия человека и природной окружающей среды; – принцип эмоционально – чувственного познания отражает в осмыслении и осознании школьниками предлагаемого материала; – принцип диалогичности подразумевает вовлечение учащихся в различные виды диалога; – принцип природо- и культуросообразности базируется на представлении человека как органичной части окружающей природной среды, а так же неотъемлемой части культурной составляющей и уникальности развития этой составляющей в рамках нашей Родины; – принцип патриотизма отражает сложное и многогранное явление, составляющее духовно – нравственное отношение к своей Родине.

Использование игр в обучении географии решает множество задач. Они развивают познавательный интерес к предмету, активизируют учебную деятельность учащихся на уроках, способствуют становлению творческой личности ученика, а также облегчают овладение знаниями, навыками и умениями, способствуя их актуализации.

Существуют различные подходы к классификации игр, но наиболее развернутой и подробной является классификация игр С.А. Шмакова: - физические и психологические игры и тренинги (двигательные, лечебные); - интеллектуально-творческие игры (сюжетно-интеллектуальные игры, дидактические игры, трудовые, компьютерные, игры-автоматы); - социальные игры: (творческие сюжетно-ролевые, деловые игры).

Этапы или компоненты игровой технологии сопряжены с этапами формирования духовно-нравственных ценностей и выглядят следующим образом: - мотивационный этап связан с отношением учащихся к содержанию, процессу деятельности, включает мотивы, интересы и потребности учащихся в игре; - ориентационно-целевой связан с принятием учащимися целей учебно-познавательной деятельности, нравственных установок и ценностей; - содержательно-операционный этап предполагает овладение учащимися содержанием учебного материала, их способность опираться на имеющиеся знания и способы деятельности; - ценностно-волевой этап обеспечивает высокую степень целенаправленности познавательной активности, включает внимание, придает эмоциональную окрашенность игре; - оценочный этап обеспечивает самоуправление процессом игры и рефлексии собственной деятельности.

Как следует из практического опыта учителя географии И. И. Лиманской Зимовниковского района, применение метода учебных игр, в сочетании с другими методическими приёмами и формами позволяет разнообразить образовательный процесс, повысить познавательную деятельность обучающихся, увеличить эффективность урока.

Таким образом, проведенный анализ научно-педагогической литературы и обобщение результатов исследований различных ученых позволил выявить, что применение игровых технологий на уроках географии способствуют формированию духовно-нравственных ценностей школьников.

СУЩНОСТЬ ФОРМИРОВАНИЯ НРАВСТВЕННЫХ ЦЕННОСТЕЙ В УСЛОВИЯХ ОБЩЕОБРАЗОВАТЕЛЬНОЙ ШКОЛЫ

*И.Д. Кудряшова, студентка 5 курса факультета естествознания
Научный руководитель – Т.Н. Мельникова, доцент, к.г.н.*

Согласно Федерального закона от 29.12.2012 № 273 «Об образовании в Российской Федерации» содержание образования должно содействовать взаимопониманию и сотрудничеству между людьми, учитывать разнообразие мировоззренческих подходов, обеспечивать развитие способностей каждого человека, формирование и развитие его личности в соответствии с принятыми в семье и обществе духовно-нравственными и социокультурными ценностями].

Государство ставит перед общеобразовательными организациями задачи по формированию нравственных чувств и нравственного поведения у обучающихся, осознанного и ответственного отношения к собственным поступкам. Основная роль в этом процессе отводится воспитанию как целенаправленному процессу, направленному на развитие личности для создания условий по самоопределению и социализации обучающихся, основывающемуся на социокультурных, духовно-нравственных ценностях.

Проблема нравственного воспитания является наиболее острой среди современных проблем воспитания. Это связано с изменениями, происходящими в последние десятилетия в экономической, политической и социальной системе государства. Процесс разрушения ценностных основ неминуемо приводит к кризису, как личностному, так и общественному (М.С. Каган, А.Т. Здравомыслов, В.А. Ядов).

Школьное образование обладает значительным потенциалом нравственного воздействия на обучающихся. Блок учебных дисциплин гуманитарной направленности

обладает таким потенциалом. Особенно школьный курс «География», который относится и к гуманитарным, и к естественным наукам, наделен высоким уровнем формирования нравственных ценностей у обучающихся. Образовательная школа в ходе реализации Федерального государственного общеобразовательного стандарта направлена на формирование у обучающихся ценностных ориентиров по широкому спектру вопросов современной жизни общества.

Многие педагоги высказывают мнение, что именно в подростковом возрасте формируются базовые ценности, определяющие социально-нравственный облик человека, а также происходит освоение норм и правил, которые приняты в обществе.

Система воспитательной работы в современных общеобразовательных организациях должна быть нацелена на формирование основополагающих нравственных ценностей, которые определяют жизненную позицию обучающегося, его мировоззрение и смысл жизни.

Доктор психологических наук, профессор И.С. Якиманская в качестве основной цели воспитания определяет ориентацию обучающегося на ценности, прежде чем на конечные цели. Первостепенным является вопрос «Каким быть?», а не «Кем быть?». Поэтому правомерно выделять нравственность как образующую личность начала, так как человек, прежде всего, оценивается с точки зрения моральных ценностей, норм и правил, принятых в обществе.

От многих психолого-педагогических факторов зависит успешность воспитательного процесса, но в первую очередь от мотивации обучающихся.

Нравственные привычки и убеждения являются высшей формой проявления нравственных ценностей, которые выполняют главную роль при выборе методов и средств деятельности.

Нравственные убеждения представляют единство этических знаний, пониманий, чувств, переживаний, которые в своей совокупности обеспечивают психологическую подготовку личности к практическим действиям. В результате чего нравственное поведение приобретает привычный и обыденный характер для обучающегося, который не требует дополнительного внешнего контроля.

Доктор психологических наук, профессор К.К. Платонов отмечал, что нравственные нормы и нравственные поступки приобретаются на основе личного опыта по средствам обучения. Изначально формируются как навыки нравственного поведения, при этом они еще не являются свойствами личности, оставаясь лишь кратковременным психическим процессом или состоянием. Только закрепляясь в поведении, они становятся свойствами личности. Путем упражнений происходит формирование нравственных чувств, на основе взаимодействия с остальными подструктурами.

Ученый К.К. Платонов утверждал, что нравственная убежденность социально обусловлена, отражает направленность личности и формируется путем воспитания. Эта подструктура выступает как свойство личности.

Формирование нравственных ценностей личности происходит в двух взаимосвязанных между собой процессах: осознание нравственного смысла действительности и эмоционально-творческого к ней отношения. Таким образом происходит их взаимодействие. Поэтому, особенность формирования нравственных ценностей заключается в объединении нравственной сущности поведения и деятельности, а также в эмоциональном переживании моральной потребности, заключенной в реализации знаний о нравственности общественных требований к действительности, и движущей силой к практической деятельности.

Методическую основу формирования нравственных ценностей у обучающихся составляют труды ученых Л.С. Выготского, А.С. Макаренко, В.А. Сухомлинского, Н.Л. Селивановой и другие.

В толковом словаре русского языка С.И. Ожегова понятие «формироваться» определяется как «слагаться, обретать законченность». Именно в таком контексте данное

понятие употребляется в отношении к личности.

Ряд педагогов (П.И. Пидкасистый, А.М. Виноградова, Г.И. Щукина и др.) формирование личности рассматривают как воспитание и отождествляют с процессом социализации. Социализация «с одной стороны включает усвоение индивидом социального опыта по средствам вхождения в социальную среду и систему социальных связей, с другой стороны - это процесс активного воспроизводства системы социальных связей индивидом через активную деятельность и вовлечение в социальную среду». В современной педагогике тенденции гуманизации и гуманитаризации образования обозначают центральной проблему формирования и развития личности обучающегося.

Формирование нравственных ценностей осуществляется через подбор видов деятельности, их содержания, форм и методов, которые соответствуют возрасту обучающегося. В зависимости от содержания деятельности, которую осуществляет человек, формируются и закрепляются склонности, нравственные ценности и направленности. Процесс формирования нравственных ценностей подчинен общим закономерностям, однако процесс этот всегда индивидуален, так как это связано с неповторимостью особенностей генетической программы и в силу жизненных условий каждого индивида.

Дисциплина «География» занимает особое место в нравственном воспитании обучающихся, отражая общую тенденцию гуманизации образования. По словам ученого-географа В.П. Максаковского «гуманизация в географии связана с поворотом к человеку и всем сферам его жизнедеятельности, это новое мировоззрение, утверждающее ценности общечеловеческого, общекультурного достояния и рассматривающее, в первую очередь, жизнь людей и их общественные отношения».

По мнению ученого-географа Я.Г. Машбица, современная география – это наука «для человека», «от человека» и во многом «через человека».

Дисциплина география – это один из основных школьных предметов, формирующий у обучающихся целостное представление о планете Земля. При изучении предмета используется метод научного познания, построенном на территориальном подходе, анализируются инструменты, воздействующие на природные и социально-экономические процессы в мире.

Роль географии заключается:

- в значительном воспитательном потенциале, который способствует становлению всесторонне развитой личности;
- в формировании географического мышления, которое позволяет увидеть объекты и явления во взаимосвязи и взаимозависимости во времени и в пространстве;
- в понимании современного многоликого мира, но как единого и неделимого;
- в осмыслении роли и места России в регионе и мире, помогает осознать вовлечение каждого члена общества в жизнь своей Родины;
- в реализации идеи гуманизма, проявляющейся в «человечности» географического содержания, рассматривает взаимосвязь природы, хозяйства и населения, формировании «географического образа места», глубоким изучением этносов.

В значительной степени именно география совместно с историей решают основную задачу современной российской школы: воспитание патриотично настроенной молодежи с независимым мышлением, демонстрирующей высокую культуру, в том числе культуру межнационального общения, нацеленные на повышение благосостояния страны и народа.

О роли географии как основы для формирования культуры и нравственности человека говорили великие учёные-географы: Д.Н. Анучин, Д.С. Арманд, Н.Н. Баранский, В.С. Преображенский, Н.Н. Родзевич, А.П. Сумароков.

География как научная дисциплина напрямую формирует и развивает нравственные качества у обучающихся. Нравственный потенциал географической науки был уточнен с помощью культурно-исторического подхода. Было выделено 3 этапа привлечения нравственных качеств в дисциплину география:

Этап I - описательно-бытийный – большое значение имеет описательная быденная география, нравственный потенциал географии находится на эмпирическом уровне. Нравственные традиции формировались через бытийное быденное описание окружающей среды, научное знание отождествлялась с зарождающейся народной культурой.

Этап II – объяснительный – направление развития географической науки строилось на основе накопленных нравственных обычаев и традиций, а также при помощи топонимического наследия. Этот этап опирался на данные, полученные на описательно-бытийном этапе. Наука находилась в состоянии определения своих возможностей, которые складывались на основе накопленных нравственных традиций народов и стремлении к систематизации нравственных знаний и их трактовке.

Этап III - культурно-аксиологический - на первый план выходит понимание нравственности, которая рассматривается через систему культурных норм и ценностей. Географическая наука рассматривает нравственные ценности как элемент культуры. Накопленное за предыдущие этапы топонимическое наследие позволило сформировать на его основе систему нравственных запретов, направленных на бережное отношение к природе.

На протяжении всех трех этапов география обладала значительным нравственным потенциалом. Каждый этап отличается своей спецификой в его реализации, однако, общий нравственный вектор сохранялся. В современных условиях все большую актуальность приобретает воспитательный аспект, а в самом воспитании именно его нравственная составляющая. В настоящее время воспитание является первоочередной задачей формирования взаимосвязи и взаимозависимого единства человека с окружающей средой, нравственного отношения к природным и культурным богатствам своих предков и осознания необходимости сохранения этого нравственного наследия для грядущих поколений. Воспитание у человека гражданско-патриотического чувства как базового критерия нравственной личности, формирование у обучающихся нравственных идеалов, любви к своей Родине, интерес к её истории, нравственным традициям и полноценное ощущение себя гражданином своей страны в современных условиях является важнейшей задачей отечественного образования.

Важнейшей задачей образования на всех этапах его становления и развития являлось нравственное воспитание обучающихся. Многие выдающиеся педагоги и психологи прошлого обращали внимания на проблему нравственного воспитания обучающихся. Но и современные ученые-исследователи отводят одно из приоритетных мест нравственному воспитанию обучающихся в процессе формирования и развития личности. Одной из основных задач современного образования является создание теоретической и процессуальной основы нравственного воспитания.

ЛИТЕРАТУРА:

1. Современные технологии в обучении географии: Коллективная монография / под ред. В.П. Соломина. - СПб: Изд-во РГПУ им. А.И. Герцена, 2007. - 208 с.
2. Сухоруков, В.Д. Методика обучения географии: учебник и практикум для академического бакалавриата / В.Д. Сухоруков, В.Г. Суслов. – М.: Изд-во Юрайт, 2016. – 359 с.

ПСИХОЛОГО-ПЕДАГОГИЧЕСКИЕ УСЛОВИЯ ФОРМИРОВАНИЯ АДЕКВАТНОЙ САМООЦЕНКИ УЧЕБНОЙ ДЕЯТЕЛЬНОСТИ У ПОДРОСТКОВ

В.В. Леднев, студент 4 курса

факультета педагогики и психологии

Научный руководитель – З.М. Казиева, к.пед.н., доцент

В условиях высокой нестабильности социально – экономического состояния России, затронувшего такие важнейшие институты как семья и школа, появилась настоятельная необходимость в учете личностных особенностей учащихся при

планировании и проведении учебно – воспитательной работы. Особенно остро эта задача стоит при работе с подростками. Переходный возраст, отрочество издавна считаются эпохой скачка, «второго рождения», возникновения нового качества и характеризуются открытием собственного «Я». Сравнительно – возрастные исследования, как правило, констатируют прерывность, кризисность развития самосознания; пик трудностей приходится на подростковый возраст (12 – 14 лет). Исследователи отмечают, что в этом возрасте усиливается склонность к самонаблюдению, застенчивость, эгоцентризм, снижается устойчивость образов «Я», общее самоуважение и существенным образом изменяется самооценка. С переходом из подростковой формы развития в юношескую, (примерно 15 лет) вновь наблюдается рост самоуважения и одновременно ослабление застенчивости, более устойчивой становится самооценка.

Проведя анализ психолого – педагогической литературы, посвященной изучаемой проблеме, мы пришли к выводу, что ключевую роль в формировании самовосприятия подростка играет самооценка, которая складывается под влиянием оценки подростка окружающими и культурной среды, несущей в себе нормы поведения и оценивания.

Функция педагогической оценки – это оценка не только результатов деятельности, но также и возможностей учащихся. Если в младшем школьном возрасте педагогическая оценка воспринимается как оценка результатов деятельности школьника, то в подростковом она осознается уже как оценка возможностей личности.

Цель исследования: определить и теоретически обосновать психолого– педагогические условия формирования адекватной самооценки учебной деятельности у подростков и экспериментально проверить их эффективность.

Объект исследования – самооценка подростков в учебной деятельности.

Предмет исследования – психолого – педагогические условия, обеспечивающие эффективное формирование адекватной самооценки учебной деятельности у подростков.

В соответствии с целью, объектом и предметом были определены следующие задачи исследования:

- 1) На основе анализа научной литературы определить понятие «самооценка учебной деятельности»;
- 2) Рассмотреть психолого – педагогические особенности подросткового возраста;
- 3) Выявить и обосновать комплекс психолого – педагогических условий, способствующих формированию адекватной самооценки учебной деятельности у подростков;
- 4) Разработать и апробировать программу формирования адекватной самооценки учебной деятельности.

Для решения поставленных задач нами был осуществлен теоретический анализ научной литературы, который показал, что понятие «самооценка» изучалось в рамках философии, психологии, педагогики в связи с различными концепциями, что отразилось в многообразии их трактовок, в наличии синонимических понятий.

Понятие «самооценка» в психологии сформировалось не сразу. Впервые попытку изучения самооценки в структуре личности предпринял У. Джеймс в XIX столетии. Он видел в личности две части: «эмпирическую персону» - познаваемое содержание, относимое личностью к самой себе, и «поток мыслей» субъекта по поводу «эмпирической персоны», являющейся неизменной по отношению к этому потоку. У. Джеймс вывел следующую формулу: самоуважение = успех / притязания, получив экспериментальную проверку, в дальнейшем эта формула использовалась при изучении самооценки [2].

В психологическом словаре понятие самооценки трактуется так – «самооценка – оценка личностью самой себя, своих возможностей, качеств и места среди других людей, - ценность, приписываемая ею себе или отдельным своим качествам. Относясь к ядру личности, она - важный регулятор поведения. От нее зависят взаимоотношения человека с окружающими, его критичность, требовательность к себе, отношение к успехам и неудачам. Тем самым она влияет на эффективность деятельности и дальнейшее развитие

личности. В качестве основного критерия оценивания выступает система смыслов личности индивида» [3, С. 456].

В философском словаре нет понятия «самооценки», есть понятие «самосознание - выделение человеком себя из объективного мира, осознание и оценка своего отношения к миру, себя как личности, своих поступков, действий, мыслей и чувств, желаний и интересов» [4, С. 397].

По А.В. Петровскому, самооценка есть «оценка личностью самого себя, своих возможностей, качеств и места среди других людей. Относясь к ядру личности, самооценка является важным регулятором ее поведения. От нее зависят взаимоотношения человека с окружающими, его критичность, требовательность к себе. Тем самым самооценка оказывает влияние на эффективность деятельности человека и дальнейшее развитие его личности» [3].

Л.С. Выготский уделял значительное внимание психологии подростка, так как проблема самооценки приобретает особую актуальность именно в подростковом возрасте. Согласно, Л.С. Выготскому, «в этом возрасте происходит осознание своеобразия собственной личности и ее отличия от других. В этот период осуществляется переход к суждениям о себе по внутренним, моральным критериям, которые заимствуются подростком из объективной культуры, а не обуславливаются биологически» [1, С. 293].

В рамках обсуждаемой проблемы ключевым является понятие учебной деятельности (Д.Б. Эльконин, В.В. Давыдов, А.К. Маркова, С.Л. Рубинштейн и др.). Учебная деятельность – один из основных видов деятельности человека, направленный на усвоение теоретических знаний в процессе решения учебных задач. Систематическое осуществление учебной деятельности способствует интенсивному развитию у ее субъектов теоретического сознания, основными компонентами которого являются содержательные абстракции, обобщения, анализ, планирование и рефлексия.

С учетом дефиниции самооценки и учебной деятельности в работе предлагается определение самооценки учебной деятельности как относительно устойчивого представления человека о себе как субъекте, овладевающим обобщенными способами действий в сфере научных понятий, основанного на многократном и многообразном самооценивании.

В современных психолого-педагогических исследованиях, связанных с проблемами совершенствования функционирования педагогических систем, повышения эффективности образовательного процесса, одним из аспектов, вызывающих наибольший интерес, является выявление, обоснование и проверка условий, обеспечивающих успешность осуществляемой деятельности.

В силу кризисности данного периода при формировании адекватной самооценки подростков нами были выявлены следующие психолого – педагогические условия:

- включение учащихся в систематический и последовательный процесс взаимодействия по анализу и оценке учебной деятельности одноклассников и своей собственной;
- опора на традиции гуманистического образования, формирование гуманных взаимоотношений с учащимися;
- поддержание педагогом положительного эмоционального состояния подростков оказанием им своевременной помощи при анализе и оценке учебной деятельности в различных формах.

Экспериментальное исследование проводилось на базе МБОУ «Средняя школа» №7 г. Майкопа. В исследовании принимали участие учащиеся 9 «А» (25 человек) и 9 «Б» - (25 человек) классов. Исследование проводилось в несколько этапов.

Первый этап эксперимента был посвящен формулировке задач эксперимента, проведению констатирующего этапа эксперимента с целью установления фактического исходного состояния объекта исследования.

На констатирующем этапе эксперимента нами были использованы: метод

наблюдения, беседа, а также диагностические методики: - методика самооценки Дембо – Рубинштейн; - методика исследования самооценки личности С.А. Будасси; - методика исследования уровня притязаний Ф. Хоппе; - методика исследования самооценки личности А.И. Липкиной; - опросник определения степени адекватности самооценки учебной деятельности А.Н. Тарова.

Анализ результатов, полученных при помощи различных экспериментальных методик, позволил выделить группы подростков с различной степенью адекватности самооценки учебной деятельности, что в свою очередь позволяет планировать и проводить работу, направленную на укрепление адекватной и коррекцию неадекватной самооценок.

Результаты констатирующего этапа эксперимента показали, что подростки в большинстве случаев не осознают значение самооценки в повышении успехов учебной деятельности, не видят, каким образом она может влиять на повышение результатов учебной деятельности.

Второй этап эксперимента был посвящен собственно формирующему эксперименту, задачей которого явилось внедрение программы формирования адекватной самооценки учебной деятельности и проверка выдвинутых психолого – педагогических условий. Программа предполагала формирование когнитивного, деятельностного, эмоционального, мотивационного компонентов самооценки на каждом отдельно взятом этапе: адаптационно – ориентировочном, репродуктивно – деятельностном, рефлексивно – оценочном.

На адаптационно – ориентировочном этапе в рамках эксперимента раскрывалось значение самооценки, пониманием роли адекватной самооценки в развитии личности. Особое место на данном этапе заняли консультации школьным психологом учителей – предметников, в ходе которых учителям были разъяснены понятие «самооценка», пути ее формирования, значимость в жизни человека адекватной самооценки. Целью указанных мероприятий явилась выработка у учителей и учащихся единых представлений о самооценке и критериев оценивания.

На репродуктивно – деятельностном этапе школьникам предлагалось в рамках уроков написать мини - рецензии на контрольные и проверочные работы своих одноклассников, а также составить рецензии на собственные работы. Целью данного этапа было побуждение учащихся к высказыванию оценочных суждений не только относительно работы одноклассника, но и по поводу собственной работы.

На третьем, рефлексивно – оценочном этапе эксперимента испытуемым предлагались тестовые задания, по завершении которых учащиеся должны были самостоятельно их же оценить, причем оценку аргументировать. После этого при проведении индивидуальной беседы учащиеся обсуждали со школьным психологом и учителем – предметником оценку и ее аргументацию. Далее проводился тренинг с подростками «Я лучшее, что есть у меня».

Программа формирования адекватной самооценки учебной деятельности подростка представлена системой взаимосвязанных действий педагогов, учащихся и их родителей на основе инструментально – дидактических средств. При этом деятельность педагогов включает образовательную деятельность согласно учебно–тематическим планам, анализ и отбор программного и дополнительного материала по предмету, организацию учебной деятельности учащихся, оказание психолого–педагогической поддержки подросткам и их семей на всех этапах школьной и внешкольной жизни.

На третьем этапе был проведен контрольный срез, сопоставление результатов, обобщение материалов исследования, формулирование выводов исследования. Исследование самооценки учебной деятельности подростков проводилось по методикам констатирующего этапа эксперимента. Результаты исследования экспериментальной группы наглядно представлены на рис. 1,2.

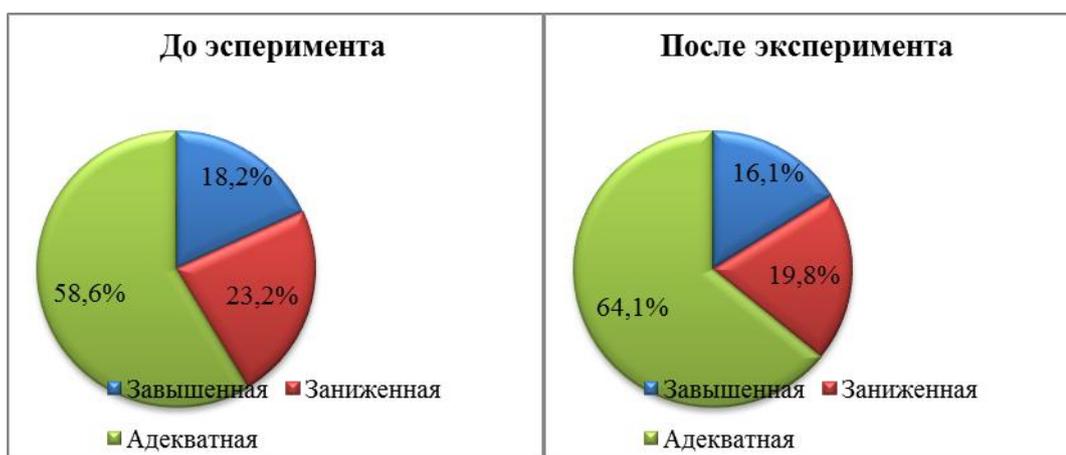


Рис. 1. Сравнительные данные экспериментальной группы (самооценка) до и после эксперимента.

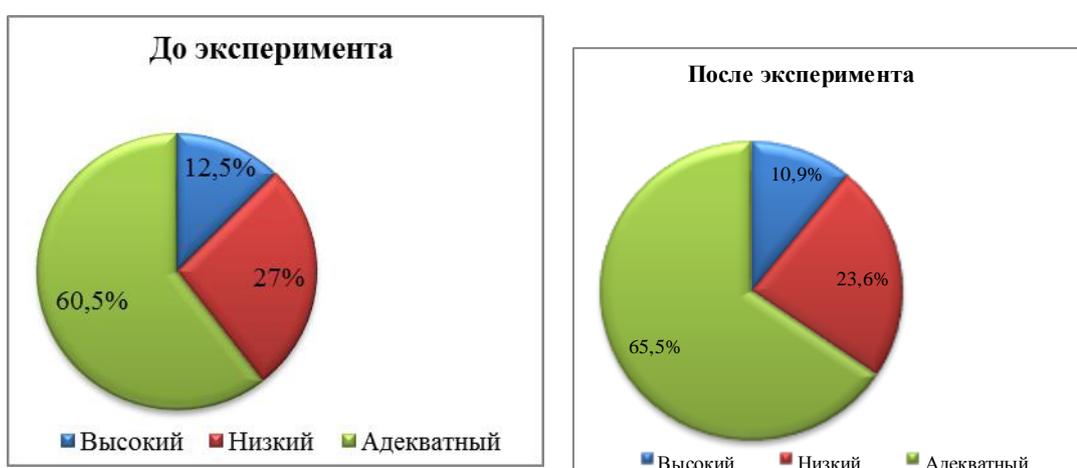


Рис. 2. Сравнительные данные экспериментальной группы (уровень притязаний) до и после эксперимента.

При сравнении результатов тестирования в экспериментальной группе можем констатировать значительный рост количества учащихся с адекватной самооценкой учебной деятельности. Количество учащихся, результаты учебной деятельности которых значительно улучшились, составило 5,5%.

Необходимо отметить, что во всех случаях это были испытуемые с изначально завышенной и заниженной, а после эксперимента адекватной самооценкой учебной деятельности. Подростки с невысокой самооценкой стремятся не допустить ее снижения, что может быть использовано при организации работ по повышению успешности учебной деятельности учащихся. Также необходимо отметить об увеличении степени адекватности уровня притязаний (5%).

Беседы с подростками, анализ их самоотчетов показали, что испытуемые практически перестали испытывать затруднения при оценивании собственных качеств. Из самоотчетов полностью исчезли негативные самохарактеристики, и сами самоотчеты приобрели более конструктивный характер. Это свидетельствует о сформированности у подростков позитивного самовосприятия.

Основываясь на реализации разработанной программы формирования адекватной самооценки учебной деятельности подростка и последующего анализа и интерпретации полученных данных, можно констатировать рост числа подростков, обладающих адекватной самооценкой учебной деятельности. Таким образом, положительная динамика полученных результатов исследования подтвердила выдвинутую гипотезу.

ЛИТЕРАТУРА:

1. Выготский, Л.С. Собрание сочинений: Том 4. Детская психология /Л.С. Выготский – М.: Книга по Требованию, 2013. – 432 с.

2. Марцинковская, Т.Д. История психологии: учебник для студ. высш. учеб.заведений / Т.Д. Марцинковская. – М.: Академия, 2007. – 544 с.
3. Психологический словарь. Под.общ. ред. Петровского А.В., Ярошевского М.Г. – 2-е изд., - М.: «Политиздат», 2007, 494 с.
4. Философский энциклопедический словарь / под ред. А.А. Грицанова, Д.Д. Рунса. – М.: Академия, 2006. – 598 с.

СТРУКТУРА И КОНЦЕПЦИИ РАЗВИТИЯ САМОСТОЯТЕЛЬНОСТИ У ОБУЧАЮЩИХСЯ В ПЕДАГОГИЧЕСКОМ ПРОЦЕССЕ

*О.С. Лопатина, студентка 4 курса факультета естествознания
Научный руководитель – Т.Н. Мельникова, доцент, к.г.н.*

Для формирования целостной и гармоничной личности необходимо систематическое включение ее в самостоятельную деятельность, которая в процессе особого вида учебных заданий – самостоятельных работ – приобретает характер проблемно-поисковой деятельности.

Процесс самостоятельной деятельности представляется в виде триады: мотив – план (действие) – результат. В социальном плане самостоятельная деятельность может рассматриваться в очень широком спектре. В любом отношении личности к окружающему миру, в любом виде ее конкретного взаимодействия со средой.

Проблема самостоятельной деятельности обучающихся и средств ее организации в структуре урока имеет свою богатую историю. Выделяют три основных направления, в рамках которых проблема самостоятельной деятельности рассматривается представителями передовой педагогической мысли на протяжении многих веков.

Представителями *первого направления* можно считать древнегреческих ученых (Сократ, Платон, Аристотель), которые глубоко и всесторонне обосновали значимость добровольного, активного, самостоятельного овладения ребенком знаниями. В своих суждениях они исходили из того, что развитие мышления человека может успешно протекать только в процессе самостоятельной деятельности, а совершенствование личности и развитие его способностей – путем самопознания.

Второе направление (дидакто-методическое) рассмотрено в трудах Я.А. Коменского. Его содержанием является разработка организационно-практических вопросов вовлечения обучающихся в самостоятельную деятельность. При этом предметом теоретического обоснования основных положений проблемы выступают преподавание, деятельность учителя без достаточно глубокого исследования и анализа природы деятельности самого обучающегося.

Третье направление (психолого-дидактическое) характеризуется тем, что самостоятельная деятельность обучающегося не только декларируется в рамках исследования арсенала педагогических средств и методов преподавания, но и сама избирается в качестве предмета исследования. Это направление берет свое начало в основном в трудах К.Д. Ушинского.

Исходным положением концепции Л.Н. Толстого является учет жизненного опыта ребенка, предоставление ему максимальной свободы в действиях на основе широкого развертывания в процессе обучения самостоятельной работы как средства развития творческих сил и способностей учащихся.

В трудах А.В. Луначарского, П.П. Блонского, С.Т. Шацкого, М.М. Пистрака выделяется значительно шире исследовательский метод: воспитание у обучающихся сознательного отношения и исследовательского интереса к окружающей жизни; вооружение их методами научного исследования. Благодаря «исследовательскому методу» ребенок приобретает навыки самостоятельной элементарной исследовательской работы. Н.Д. Левитов считает самостоятельной такую деятельность, которая выполняется без точного инструктажа учителя. Сторонники этого направления пытаются показать нарастание степени активности и самостоятельности учащихся в обучении и тем самым

наметить пути разработки методики организации самостоятельных работ обучающихся.

Самостоятельную деятельность представляет как систему, включающую в себя следующие основные компоненты: *содержательную сторону* (знания, выраженные в понятиях или образах восприятий и представлений); *оперативную* (разнообразные действия, оперирование умениями, приемами как во внешнем, так и во внутреннем плане действия); *результативную сторону*. Основной признак самостоятельной деятельности как дидактического образования, проявляется в том, что цель деятельности обучающегося несет в себе одновременно и функцию управления этой деятельностью. Поэтому предметное содержание каждого действия, как единицы самостоятельной деятельности, актуально осознается обучающимися, становится непосредственной целью этого действия. Что же касается цели в этой структуре деятельности, то она выполняет по отношению к предметному содержанию регулятивную функцию и способствует дальнейшему самостоятельному продвижению обучающегося в процессе познания, в усвоении им новых знаний, опыта деятельности и их последующих преобразований.

В настоящее время существует множество различных подходов к рассмотрению понятия «самостоятельная деятельность». Один из них – *объективный подход* (логико-социологический), описывающий деятельность ученика без его психической сферы (Б.П. Есипов, А.В. Усова). Другой – *субъективный* (психологический) *подход*, где главное внимание обращается на воспроизведение и описание психических процессов в ущерб познавательным (Р.Б. Срода). Выделяется и третий подход, где отсутствует четко выраженная теоретическая концепция, но дидактический анализ самостоятельной деятельности подменяется описанием отдельных примеров выполнения обучающимися самостоятельных работ.

Самостоятельная деятельность находит свое отражение в самостоятельной работе. Самостоятельная работа – это не форма организации учебных занятий и не метод обучения, а средство вовлечения обучающихся в самостоятельную познавательную деятельность, средство ее логической и психологической организации.

Самостоятельная работа – это такая работа, которая выполняется без непосредственного участия учителя, но по его заданию, в специально предоставленное для этого время, при этом обучающиеся, сознательно стремятся достигнуть поставленной цели, употребляя свои усилия и выражая в той или иной форме результат умственных или физических (либо тех и других вместе) действий. Самостоятельная работа представляется как целенаправленная, внутренне мотивированная структурированная самим объектом в совокупности выполняемых действий и корригируемая им по процессу и результату деятельности. Её выполнение требует достаточно высокого уровня самосознания, рефлексивности, самодисциплины, личной ответственности, что доставляет обучающемуся удовлетворение как процесс самосовершенствования и самопознания. Самостоятельная работа связана с работой обучающихся в классе и является следствием правильной организации учебно-познавательной деятельности на уроке.

ЛИТЕРАТУРА:

1. Горбатова, О.Н. Методика преподавания географии: учеб. пособие / О.Н. Горбатова. - Барнаул: Изд-во АлтГУ, 2014. - 242 с.
2. Казакова, Л.Г. Методика обучения технологии. Развитие познавательного интереса учащихся: учеб.-метод. пособие / Л.Г. Казакова. – Пермь: Изд-во ПГГПУ, 2013. – 112 с.

ПСИХОЛОГО-ПЕДАГОГИЧЕСКИЕ УСЛОВИЯ РАЗВИТИЯ ПОЗНАВАТЕЛЬНОГО ИНТЕРЕСА ПОСРЕДСТВОМ СИТУАЦИИ УСПЕХА

*О.В. Плехневич, студентка 1 курса магистратуры
факультета педагогики и психологии
Научный руководитель – Богус М. Б., д. пед. наук, профессор*

В Федеральном государственном стандарте начального общего образования (ФГОС НОО от 6.10.2009 г.) определены основные цели обучения, одна из которых ориентирована на развитие личности обучающегося, его творческих способностей, интереса к учению, формированию желания и умения учиться. Решение этой задачи невозможно без развития и формирования у младших школьников стойкого познавательного интереса, постоянного желания углубиться в сферу познания. Наличие познавательного интереса в процессе обучения обеспечивает рост сознательного отношения к учению, развитие познавательных процессов, умение ими управлять, сознательно их регулировать. Поэтому перед школой стоит задача: сделать обучающихся активными участниками познавательной деятельности.

Основную задачу успешного обучения в школе классики отечественной педагогики К.Д. Ушинский и В.А. Сухомлинский видели в сообщении учащимся широкого круга знаний, развитии творческих сил, инициативы и самостоятельности учащихся, в гармоническом развитии их сил и способностей [7,8]. Успех, полагали они, позволяет учителю моделировать такие педагогические ситуации, в которых обучающийся получает удовлетворение от своей деятельности.

В настоящее время психологическая и педагогическая науки располагают значительными сведениями и существенными разработками о сущности и роли познавательного интереса (Е.А. Обухова, Э.А. Баранова, П.Я. Гальперин, В.С. Юркевич и др.) [1,3,5].

Обеспечение ситуации успеха в обучении учителем, с одной стороны, и мотивация достижения успеха учащимися, с другой, относится к важнейшим проблемам педагогической науки. Как неотъемлемую часть педагогического творчества достижение успеха во всех его сущностных многообразных проявлениях рассматривали психологи, философы, педагоги-ученые и практики (В.И. Андреев, Л.С. Выготский, В.И. Загвязинский, В.А. Сухомлинского и др.) [2,4,6,7].

Анализ психолого-педагогической литературы свидетельствует о достаточно глубокой изученности различных аспектов проблемы развития познавательного интереса у младших школьников. Вместе с тем, проблема определения психолого-педагогических условий развития познавательного интереса у младших школьников посредством ситуации успеха остается недостаточно исследованной. Таким образом, было выявлено противоречие: между востребованностью высокого уровня развития познавательного интереса у младших школьников и недостаточной разработанностью психолого-педагогических условий развития познавательного интереса младших школьников посредством ситуации успеха.

Проблемой нашего исследования явилось выявление психолого-педагогических условий развития познавательного интереса у младших школьников посредством ситуации успеха.

Цель нашего исследования заключалась в теоретическом обосновании и апробировании психолого-педагогических условий развития познавательного интереса младших школьников посредством ситуации успеха.

Познавательный интерес – это особая избирательная направленность личности на познание и избирательный характер деятельности, выраженный в той или иной предметной области знаний [2]. Он представляет собой важный фактор учения, являясь в тоже время жизненно необходимым фактором становления личности.

Познавательный интерес является активной познавательной направленностью, связанный с положительным эмоциональным отношением к изучению предмета. Младший школьный возраст считается самым восприимчивым для развития познавательного интереса, так как в этом возрасте основным видом деятельности является учебная деятельность.

Познавательный интерес младших школьников характеризуется выраженным эмоциональным отношением к знаниям, деятельности, позволяющим выявить

наклонности к различным областям знаний и являющейся побудительной силой к познанию.

Самым главным при развитии познавательного интереса младших школьников является его интенсивность и увлекательность. Необходимо удерживать в ребёнке чувство радости, интереса. Одним из самых эффективных средств появления положительного эмоционального состояния относительно учебной деятельности является ситуация успеха. Ощущение успеха позволяет подниматься ребёнку на новые вершины учебной деятельности. Главной задачей педагога является умело и грамотно погрузить ребёнка в ситуацию успеха, дать понять учащемуся, что он в силах освоить любой материал.

Ситуация успеха - это совокупность педагогических условий, обеспечивающие самореализацию ребенка в каком-либо виде деятельности (учебе, общественной активности, труде, художественном творчестве, спорте) [1].

Педагогический аспект создания ситуации успеха состоит в том, что она придает целеустремленность развитию личности, актуализирует ее субъектную позицию в процессе освоения ценностей общества.

Ситуация успеха как способ стимулирования интереса и желания к учению, предвосхищающий результат в достижении цели, обеспечивающий переживание положительного эмоционального состояния, и выступающий источником внутренних сил для преодоления трудностей, является значимым фактором в развитии познавательного интереса младших школьников.

Развитие познавательного интереса у обучающихся в начальной школе – один из важнейших факторов успешности обучения. Под влиянием познавательного интереса дети пытаются найти новые стороны в предмете, привлекающем их внимание, пытаются установить более глубокие связи и отношения между различными явлениями. Исходя из этого можно заключить, что, занимаясь развитием познавательного интереса посредством ситуации успеха, младший школьник получает толчок к проявлению любознательности, самостоятельности и инициативы, развитию воображения и выражению индивидуальности.

С целью выявления психолого-педагогических условий развития познавательных интересов младших школьников посредством ситуации успеха было проведено экспериментальное исследование на базе МБОУ Майкопской гимназия № 22 города Майкопа. В исследовании приняли участие обучающиеся 3 «А» и 3 «Б» классов.

Нами были определены критерии выявления уровня развития познавательного интереса младших школьников посредством ситуации успеха: познавательная активность, познавательная самостоятельность, познавательный мотив.

На констатирующем этапе эксперимента применялись, следующие методики. Проведённая диагностика по методике А.А. Горчинской «Познавательная активность младшего школьника» позволила получить результаты, свидетельствующие о доминирующей слабо выраженной познавательной активности, стремление понять, запомнить и воспроизвести знания, овладеть способом его применения по образцу. Неустойчивость волевых усилий, отсутствие интереса к углублению знаний, отсутствие вопросов типа: «Почему? Зачем?».

Результаты среза по методике А.А. Горчинской «Познавательная самостоятельность младшего школьника» свидетельствуют об отсутствии желания учащихся выполнять задания самостоятельно, для них лучше выполнять задания по образцу; работу они будут выполнять самостоятельно, если им она интересна и подкрепляется волевыми и интеллектуальными усилиями. Ученики находятся в более длительном промежутке времени для обдумывания, ответы шаблонны, нет индивидуальности, самостоятельности. Результаты среза по методике М.В. Матюхиной «Заверши предложение» позволяют утверждать, что интерес у большинства обучающихся неосознан. Свободное время заполняется случайными занятиями; круг чтения невелик; выбор книг случаен.

На формирующем этапе исследования нами была реализована авторская программа «Успех изо дня в день». Программа рассчитана на развитие познавательного интереса обучающихся 3 класса в течении одного учебного года. Содержание программы представлено в следующих направлениях: работа с детьми младшего школьного возраста по развитию познавательного интереса посредством ситуации успеха в урочное время, работа с детьми младшего школьного возраста по развитию познавательного интереса посредством ситуации успеха во внеурочное время, работа с педагогическим коллективом, работающим в классе, и родителями по развитию познавательного интереса младших школьников посредством ситуации успеха.

На уроках реализовывались разработанные этапы формирования ситуации успеха. На мотивационном этапе перед учителем ставится задача сформировать у учащихся установку на успешное выполнение учебного задания, при этом ощутить себя «творцом обстоятельств», преодолеть трудности, которые могут встретиться в ходе работы, другими словами, сформировать мотив достижения.

На организационном этапе задача учителя обеспечить учащемуся условия для успешного выполнения задания (с учетом его индивидуальных особенностей и личностных качеств), заинтересовать ученика самим познавательным процессом. Здесь особенно необходима помощь учителя, а точнее, организованная им специальная ситуация, которая поможет ребенку правильно включиться в работу, преодолеть утомление, усталость, сомнения.

На итоговом этапе учитель старается оценить работу ученика так, чтобы обратить сегодняшние результаты в стимул для следующего учебного задания. Ученик ждет, что оценят не только итог, но и его усилия в процессе деятельности. Это требует от учителя педагогической корректности и такта.

Во внеурочное время организовывались праздничные концерты, КВН по предметам, викторины, тематические, поэтические и сказочные вечера, беседы.

Целью третьего направления явилось привлечение родителей и педагогов к работе по развитию познавательного интереса младших школьников посредством ситуации успеха.

На контрольном этапе эксперимента были проведены срезы по выше представленным методикам. Проведённая диагностика на контрольном этапе по методике А.А. Горчинской «Познавательная активность младшего школьника» позволила получить результаты, которые позволяют судить о достаточно выраженной познавательной активности, проявлении интереса и стремлении не только проникнуть глубоко в сущность явлений и их взаимосвязей, но и найти для этой цели новый способ.

Результаты среза на контрольном этапе эксперимента по методике А.А. Горчинской «Познавательная самостоятельность младшего школьника» благодаря которой были получены результаты, свидетельствующие, что младшие школьники предпочитают учебную деятельность более трудного характера; активно проявляют инициативу и самостоятельность принимаемых решений; отличаются самостоятельным активным поиском ответа на поставленный вопрос; проявляется наблюдательность, внимательность, воображение, сообразительность, высокая скорость мышления.

Проведённый срез на контрольном этапе эксперимента по методике М.В. Матюхиной «Заверши предложение» позволяет утверждать, что ученики имеют нацеленность познавательного мотива на определенный учебный предмет; начитанны, стремятся расширить свой кругозор; используют своё свободное время для занятий в интересующей их области.

Благодаря полученным результатам можно сделать вывод, что разработанная и реализованная программа, ориентированная на реализацию психолого-педагогических условий, заключающихся во включении учащихся в активный познавательный процесс, обогащённый информацией, учёт психофизиологической самобытности ребёнка, централизация позиции ребенка в образовательном процессе, создание возможности

учащимся пережить радость достижения, осознать свои возможности, поверить в себя, является эффективным в развитии познавательного интереса младших школьников посредством ситуации успеха.

ЛИТЕРАТУРА:

1. Актуальные вопросы формирования интереса в обучении / под ред. Г.И. Шукиной. – М.: Просвещение, 2004. – 201 с.
2. Андреев, В.И. Педагогика творческого саморазвития / В.И. Андреев. – 3-е изд. – Казань: Центр инновационных технологий, 2012. – 608 с.
3. Баранова, Э.А. Диагностика познавательного интереса у младших школьников и дошкольников / Э.А. Баранова. – СПб.: Речь, 2005. – 128 с.
4. Выготский, Л.С. Педагогическая психология / Л.С. Выготский. – М.: Астрель, 2005. – 672 с.
5. Гальперин, П.Я. Лекции по психологии: учеб. пособие / П.Я. Гальперин. – М.: Высш. шк.: Университет, 2002. – 400 с.
6. Загвязинский, В.И. Методология и методы психолого-педагогического исследования / В.И. Загвязинский, Р. Атаханов. – М.: Академия, 2012. – 208 с.
7. Сухомлинский, В.А. Сердце отдаю детям / В.А. Сухомлинский. – Минск: Народная Асвета, 2014. – 288 с.
8. Ушинский, К.Д. Русская школа / К.Д. Ушинский; сост., предисл., коммент. В.О. Гусаковой; отв. ред. О.А. Платонов. – М.: Ин-т рус. цивилизации, 2015. – 688 с.

ПСИХОЛОГО-ПЕДАГОГИЧЕСКИЕ УСЛОВИЯ ФОРМИРОВАНИЯ САМОРЕГУЛЯЦИИ МЛАДШИХ ШКОЛЬНИКОВ

*Положенко А., студентка 4 курса
факультета педагогики и психологии
Научный руководитель – С.М. Хапачева,
кандидат педагогических наук, доцент*

В Национальной доктрине образования РФ предполагается, что государственная политика в данной области должна быть направлена на создание необходимых условий, учитывающих интересы и способности личности и обеспечивающих достижение конкурентоспособного уровня на всех ступенях обучения. Становится очевидным, что лишь люди творческие, активные, неординарно мыслящие, способные к самостоятельному поиску решения перспективных задач, составляют основной стратегический ресурс общества. Создание максимально благоприятных условий для их развития является основной задачей системы образования. Вот почему на современном этапе в качестве одной из приоритетных выдвигается проблема формирования и развития личностной саморегуляции учащихся.

Научные данные о решающей роли квалифицированного психолого-педагогического воздействия на процесс развития саморегуляции в целях реализации возрастного потенциала ребёнка как субъекта учебной деятельности подтверждают правомерность поиска оптимальных психологических условий становления личностной саморегуляции в процессе обучения детей в начальной школе, так как именно младший школьный возраст является сензитивным для становления нового уровня регуляции деятельности.

Проведенное нами теоретико-прикладное исследование по проблеме формирования личностной саморегуляции младших школьников показывает три вида направленности личности и их характеристики. Место саморегуляции в личности человека является очень важным с точки зрения целостного подхода.

От стиля психолого-педагогического воздействия, от личности учителя начальной школы во многом зависит направление и эффективность саморазвития ребёнка младшего школьного возраста. В рамках авторитарной системы воспитания ученику сложно приобрести качества, которые объективно делают человека более самостоятельным,

независимым, свободным, способным к саморегуляции, самоанализу и самооценке, а, следовательно, и более конкурентоспособным на рынке труда. Поэтому необходимо, чтобы педагог стоял на позициях гуманистической психологии, придавая первостепенное значение внутреннему миру ребёнка.

Саморегуляция понимается нами вслед за Е.Б. Мамоновой, как совокупность четырех подсистем: когнитивный, регулятивный, аффективный и личностный. В процессе исследования мы получили конкретизацию теоретического положения о том, что *личностная саморегуляция* - не только способность человека сознательно регулировать своё поведение, но, прежде всего - динамическая система взаимодействия личности и окружающего мира, функционирование которой направлено на достижение самостоятельности, инициативности и ответственности за свои поступки.

Определенный субъективный опыт ребёнка в плане саморегуляции складывается уже в дошкольном возрасте и к моменту поступления в школу этот опыт как интегративное личностное образование уже имеет специфические особенности, без учёта которых неэффективен дальнейший процесс формирования и развития личностной саморегуляции. В условиях начального образования саморегуляция выражается, прежде всего, в достижении учебной самостоятельности, инициативности и ответственности учащихся начальных классов, в умении контролировать свою деятельность, устанавливать и устранять причины возникающих трудностей. Результатом данного процесса становится личностное развитие самого ученика, который постепенно становится субъектом учебной деятельности и занимает в ней активную позицию.

Важным компонентом учебной деятельности младшего школьника является действие самоконтроля, когда получаемые образовательные результаты рефлексивно выявляются. В отличие от контроля, осуществляемого учителем с целью проверки знаний и получения представлений о возможности дальнейшего изучения материала, действие самоконтроля осуществляется на всех этапах изучения учебного материала: от вводной беседы учителя до закрепления знаний.

В ходе исследования нами были выделены основные критерии определения уровня сформированности личностной саморегуляции младших школьников: ответственность, осознанность, автономность, инициативность, податливость воспитательным воздействиям; также были определены основные компоненты процесса формирования личностной саморегуляции учащихся начальных классов: мотивационный, ориентировочный, операциональный и оценочно-контрольный.

Успешному формированию личностной саморегуляции в процессе обучения детей младшего школьного возраста способствуют следующие психологические условия: направленность образовательного процесса на стимулирование стремления учащихся младших классов к личностной значимости; создание в условиях начальной школы образовательной среды, отвечающей принципам гуманистической психологии; нацеленность учебно-воспитательной деятельности на развитие самопознания и самоконтроля младших школьников через создание творческой обстановки в учебе, индивидуальное психологическое консультирование и проведение специальных психологических тренингов.

Психолого-педагогический процесс формирования личностной саморегуляции детей младшего школьного возраста включает в себя несколько этапов:

проектирование, позволяющее связать воедино цель, условия её реализации, а также деятельность педагогов и учащихся начальных классов;

планирование теоретической, научно-методической и практической деятельности, направленной на формирование у детей начальных классов личностной саморегуляции;

реализация развивающей технологии, предусматривающей умственное, нравственное, эстетическое воспитание, а также самовоспитание и самоконтроль младших школьников.

В целях формирования саморегуляции младших школьников нами была реализована развивающая программа, включающая в себя учебные ситуации и психологические тренинги, способствующие раскрытию личностных качеств младших школьников; занятия в игровой форме и индивидуальное психологическое консультирование, направленные на формирование самоанализа, самоконтроля, рефлексии учащихся.

Обобщенный анализ результатов опытно-экспериментальной работы свидетельствует о том, что некоторые позитивные изменения произошли в обеих группах: и в контрольной, и в экспериментальной. Однако тенденция формирования саморегуляции как динамической системы взаимодействия личности и окружающего мира, функционирование которой направлено на достижение самостоятельности, инициативности и ответственности за свои поступки, значительно контрастнее обозначилась у младших школьников экспериментальной группы. Именно в этой группе был получен существенный прирост по ряду показателей, свидетельствующих о потенциальных возможностях развития саморегуляции у детей младшего школьного возраста.

Резюмируя общие итоги исследования, можно заключить, что выдвинутая гипотеза в целом нашла свое подтверждение, цель достигнута, поставленные задачи решены.

Вместе с тем, данное исследование не претендует на исчерпывающее решение поставленной проблемы. Требуют дальнейшего разрешения такие её аспекты, как влияние социальной среды, средств массовой информации и возможностей Интернета на процесс формирования личностной саморегуляции детей младшего школьного возраста. Необходимо проведение лонгитюдного исследования уровней проявления потребности в саморазвитии и саморегуляции на различных этапах формирования личности.

ЛИТЕРАТУРА:

1. Конопкин, О.А. Психическая саморегуляция произвольной активности человека (структурно-функциональный аспект) [Текст] / О.А. Конопкин // Вопросы психологии. -2015. - № 1. - С. 5-12.
2. Мамонова, Е.Б. Особенности развития личностной саморегуляции в младшем школьном возрасте [Текст]: дис. ... канд. психол. наук: 19.00.07 / Е.Б. Мамонова. - Н. Новгород, 2014.
3. Росина, Н.Л. Формирование саморегуляции у младших школьников в учебной деятельности [Текст]: дис. ... канд. психол. наук: 19.00.07 / Н.Л. Росина. - Н. Новгород, 2018.
4. Юркевич, В.С. Саморегуляция как фактор общей одаренности [Текст] / В.С. Юркевич//В сб.: Проблемы дифференцированной психофизиологии. - М., 1998. - Т.VII.

КУЛЬТУРНО-ГЕОГРАФИЧЕСКИЕ КОМПЕТЕНТНОСТИ В ШКОЛЬНОЙ ГЕОГРАФИИ

*Е.В. Пономарева, студентка 4 курса факультета естествознания
Научный руководитель – Т.Н. Мельникова, доцент, к.г.н.*

Культурно-географическая компетентность - способность личности применять совокупность мотивационной, ценностно-нормативной, информационно-познавательной, коммуникативной и практико-созидательной компетенций с целью культурно-географического освоения действительности в условиях стандартной и нестандартной учебной и жизненной ситуации.

Школьная география располагает большими возможностями для осуществления культурологического подхода к обучению. Реализацию культурологических идей в школьную географию можно представить поэтапно: от культурно-географических представлений, созданных на основе эмоционально насыщенных комплексных описаний; к формированию системы научных географических знаний как элемента культуры; и далее

к становлению культурной личности средствами географии.

Рассмотрим более подробно, как проникали в школьную географию культурологические идеи, основываясь на труде В.П. Максаковского «Географическая культура».

На первом этапе культурологические идеи присутствовали в школьной географии в виде эмоционально насыщенных комплексных описаний территорий. В школах дореволюционной России страноведческие курсы («География России», «География Европы» и др.) были ядром географического образования и включали, помимо собственно географических сведений, сведения из истории, этнографии, духовной культуры населения регионов мира.

На втором этапе наметился отход от культурологического принципа как основополагающего. В 1960-е гг. ведущее значение стал приобретать принцип научности в обучении (освоение основ наук). Это выражалось в углублении теоретических знаний и расширении понятийного аппарата. География по трехчленной типологии учебных предметов (И.К. Журавлев, Л.Я. Зорина) была отнесена к числу предметов, главный компонент которых - знания как элемент культуры. Такой подход способствовал более четкому определению содержания образования (система знаний о природе, человеке, обществе, мышлении, технике, способах деятельности; система общих интеллектуальных и практических навыков и умений; опыт творческой деятельности; опыт эмоционально-ценностного отношения к миру, друг другу). География утратила присущую ей культурно-воспитательную роль (воспитание природо- и культуроохранительного сознания, формирование широкого взгляда на мир, сочетающего патриотизм и интернационализм).

На третьем этапе, продолжающемся и сейчас, главной задачей школьного образования считают становление культурной личности. Реформа школы, начавшаяся в конце 1980-х гг., отразилась в законе «Об образовании». Большинство предложенных новшеств можно описать как гуманизацию образования, выражающуюся в повороте школы «лицом к ребенку», признании личности ученика высшей социальной ценностью (личностно-ориентированное обучение). С гуманизацией связана и гуманитаризация образования. Она выразилась в повышении интереса школы к истории, духовной и материальной культуре и является мировой тенденцией. Гуманизация и гуманитаризация образования, культурологический, антропоцентрический и личностно-ориентированный подходы были призваны снять проблему «углубления пропасти» между гуманитарным и негуманитарным знанием, между разными видами знания. В школьной географии социологизация проявляется во включении в учебный материал сведений о том, как живут люди (культура, быт, нравы). Для географии как для естественно-гуманитарной науки это особенно важно.

В 1986 г. в результате объединенных усилий представителей разных географических и методических школ была создана принципиально новая программа по географии, в основу которой было положено представление о географической культуре в широком смысле этого слова. Составители попытались найти грань, отделяющую знания, нужные географу (географическая культура в узком смысле), от знаний, необходимых образованному человеку. С целью разгрузки программы от излишне усложненного и второстепенного материала укрупнены изучаемые регионы и сокращена географическая номенклатура. Курс географии строился как единый. Однако общая культурологическая направленность этой программы оставалась недостаточной.

Реально культурологическое направление реформирования школьной географии начало реализовываться только в первой половине 1990-х гг. с появлением в школе новых учебников (И.И. Баринова, Н.Ф. Винокурова, В.П. Дронов, Г.С. Камерилова, В.П. Максаковский, В.В. Николина, И.В. Душина, В.А. Щенев, А.И. Алексеев). Особенно ярким индикатором этого процесса является количество персоналий, упомянутых в программах и тексте новых учебников. В пяти учебниках 1960-1980-х гг. упоминалось всего 36 фамилий (в основном первооткрывателей земель). Вместо одной государственной

программы приходит множество альтернативных, авторских, которые создаются на основе проекта государственного стандарта образования и не имеют строгой временной регламентации. Большим шагом в направлении гуманизации и гуманитаризации школьной географии стало создание новых программ и учебно-методических комплексов для основной школы: «География» под редакцией О.А. Климановой - А.И.Алексеева, а также под редакцией А.И. Алексеева. Осуществляется выпуск программ по новым географическим дисциплинам – природопользование, глобальная география, краеведение и др. Происходит переход школ на базисный учебный план, формируются новые типы учебных заведений (гимназии, лицеи), профильные классы и школы со специальными программами и дополнительными курсами географии.

В современных методических исследованиях обосновываются и раскрываются положения о том, что культурологический (Г.П. Аксакалова, И.И. Барина, И.Н. Корнев, Г.С. Камерилова, В.П. Максаковский, В.В. Николина, В.А. Щенев) и компетентностный (Н.Ф.Винокурова, Н.Н. Демидова, В.П. Дронов, А.В. Зулхарнаева, В.В.Николина) подходы являются приоритетными в развитии современного географического образования.

На современном этапе культурологический подход в школьной географии предполагает включение категории «культура» во все компоненты методической системы. Подчеркивается связь культурологического с личностно-ориентированным и деятельностным направлениями модернизации географического образования. В работах В.В. Николиной и Г.С. Камериловой раскрываются сущность культурологического личностно-ориентированного подхода как методологической основы развития современного географического образования, особенности формирования географической культуры, использования ситуативных и проектных технологий. Подчеркивается взаимосвязь ключевых и предметных компетенций.

Культурно-географическая компетентность представлена связующим звеном между общекультурной и предметной. Культурный вектор задает особенности построения методической системы на теоретико-методологическом и частно-методическом уровнях, а географический - наполняет ее предметным содержанием, отражающим культурологический потенциал, способами его восприятия и освоения, осмысления и творческого преобразования.

Современный период в исследовании культурологического содержания географической науки направлен на изучение понятия «географическая культура», которое отражает многообразные характеристики и параметры развития личности: географическое мышление, усвоение географической картины мира и его частей, овладение методами познания, языком географии. Вместе с тем, остаются недостаточно использованными современные возможности формирования географической культуры в условиях гимназического образования.

ЛИТЕРАТУРА:

1. Методика обучения географии в общеобразовательных учреждениях: учебное пособие для студентов вузов / под ред. И.В. Душиной. – М., 2007. – 512 с.

2. Николина, В.В. Формирование у учащихся эмоционально-ценностного отношения к природе в процессе обучения географии / В.В. Николина // География и экология в школе XXI века. – 2009. - №1. – С. 44-51.

ПЕДАГОГИЧЕСКИЕ УСЛОВИЯ ФОРМИРОВАНИЯ ЭСТЕТИЧЕСКОГО ВКУСА МЛАДШИХ ШКОЛЬНИКОВ В ОБРАЗОВАТЕЛЬНОМ ПРОЦЕССЕ (НА ПРИМЕРЕ ИЗУЧЕНИЯ ТВОРЧЕСТВА К.Г.ПАУСТОВСКОГО)

*С. Селезнева, студентка 4 курса
факультета педагогики и психологии*

Научный руководитель – С.М. Хапачева, к.п.н., доцент

Психолого-педагогические исследования условий формирования эстетического вкуса младших школьников в образовательном процессе показывают, что взаимодействие

ребенка с культурной средой существенно влияет на процесс развития его личности. Вкус - категория относительная. Эстетический вкус – это категория, играющая большую роль в формировании личности ребенка как совокупности индивидуальных черт, поэтому формирование эстетического вкуса рассматриваем в образовательном процессе начальной школы.

Эстетическое - это лишь категория, через которую личность наполняется внутренним содержанием и проявляется во всем своем многообразии. Для нас эстетический вкус, как одна из категорий эстетического, - это проблема педагогического воздействия - развитие личности, которая решается индивидуально через аспекты воспитательной деятельности со стороны образовательного процесса.

Формирование эстетического вкуса мы рассматриваем в образовательном процессе начальной школы, но мы даем возможность преемственности развития эстетического вкуса и в среднем звене общеобразовательных школ. Эстетический вкус вначале - чувственное суждение (мне нравится), затем - рациональное (объясняет, что и почему именно нравится), а вершина - это целостность, способность получать наслаждение, пищу для интеллекта.

Эстетический вкус - необходимая основа для выработки хорошего художественного вкуса, и в свою очередь сам процесс такого формирования эстетического вкуса, который длится всю жизнь человека, оказывает обратное влияние на эстетическое сознание человека, обогащает его. И тогда под эстетическим вкусом надо подразумевать процесс длительного, систематического, целенаправленного процесса развития всех категорий эстетического сознания, который будет способствовать формированию развития личности в образовательном процессе.

На основе состояния проблемы формирования эстетического вкуса нами было выделено педагогическое понятие «эстетический вкус младшего школьника». Итак, «эстетический вкус младшего школьника как показатель развития эстетического чувства и эмоционально-интеллектуального (рационального) осмысления - есть своеобразный набор ценностей, в которых проявляется внутренняя потребность ребенка».

В ходе нашего теоретического изучения научных работ психологов, педагогов - мы выявили принципы организации процесса формирования эстетического вкуса. На наш взгляд, процесс формирования эстетического вкуса должен быть отражен в характеристике следующих принципов: целенаправленности, систематичности, долговременности, интенсивности, вовлеченности школьников в активную эстетическую деятельность с учетом их индивидуальных и возрастных способностей.

Одной из системообразующих компонентов процесса формирования эстетического вкуса является литература как вид искусства. От полноты, глубины восприятия литературного произведения в значительной мере зависит становление учащихся как личности, а само восприятие прямо и непосредственно связано с успешностью овладения чтением как эстетической деятельностью.

Творчество К.Г.Паустовского дает возможность материализовывать прекрасное через художественный образ, на основе которого выстраиваются ассоциации между знакомым и незнакомым, между близким и далеким, между бытием и нашим представлением о нем. Понимание красоты и глубины содержания художественного образа ведет к развитию у учащихся не только понимания, но и чувства прекрасного, которое проявляется и в оценке произведения искусства, и в оценке окружающего мира. Именно это чувство дает возможность возвыситься до степени художественного вкуса.

Таким образом, ознакомление с природой в начальных классах может и должно служить духовному, эмоциональному и интеллектуальному развитию учащихся. Непосредственное воздействие природы на ребенка усиливается в сочетании с художественной литературой о природе (на примере изучения творчества К.Г. Паустовского).

В ходе опытно-экспериментальной работы нами уточнены критерии и показатели

проявления процесса формирования младших школьников, выявлены психолого-педагогические особенности формирования эстетического вкуса младших школьников в образовательном процессе. Полученные результаты опытно-экспериментальной работы подтверждают эффективность педагогических условий формирования эстетического вкуса младших школьников в образовательном процессе образовательных школ.

Нами определены педагогические условия эффективного решения задач формирования эстетического вкуса младших школьников в образовательном процессе: ориентацией процесса формирования эстетического вкуса на выработку личностных эстетических оценок действительности и литературных произведений с опорой на социальный опыт ребенка; включением в образовательный процесс систем творческих задач, организующих эстетическую деятельность школьников с учетом его индивидуальных и возрастных особенностей (как возможность реализации эстетической реакции в единстве эмоционального и рационального начал) -целенаправленным вовлечением ребенка в решение коммуникативных задач, направленных на выработку созидательной позиции: «ученик-читатель -художественное произведение - жизнь»; - обеспечением полноценного взаимодействия учебно-познавательной и творческой деятельности при создании речевой среды как возможности самовыражения эстетического суждения младшими школьниками; - оказанием педагогической поддержки развитию индивидуальности ребенка через создание эмоционально-комфортной атмосферы на уроках; - привлечением для достижения цели формирования эстетического вкуса младших школьников разностороннего взаимодействия с социумом с учетом региональных особенностей.

Рассматривая процесс формирования эстетического вкуса младшего школьного возраста в образовательном процессе, можно прийти к выводу, что начальные классы являются ответственным звеном в системе подготовки учащихся-читателей. Поэтому база литературного развития должна закладываться с первого класса, чтобы использовать те особенности мышления, восприятия и чувства, которые изменяются и исчезают с возрастом.

На начальном этапе исследования возникла необходимость анализа учебных программ и курсов по чтению в начальной школе с целью выявления их места в формировании эстетического вкуса младших школьников. Для этого нами было проведено анкетирование. В ходе анализа ответов, выяснилось, что большинство учителей (а именно 71%), начальных классов работают по учебникам В.Г. Горецкого, Л.Ф. Климановой.

Так большинство анкетированных учителей (60%) ответили, что на формирование эстетического вкуса детей оказывают влияние все предметы общеобразовательных дисциплин. А 40% учителей начальных классов отмечают, чтение как одну из основных возможностей формирования эстетического вкуса. «Важная задача - ввести ребенка в природу, научить видеть, понимать и чувствовать её красоту. Сделать это - значит, открыть путь к обогащению человеческой личности, её эстетической, интеллектуальной и моральной сфер».

В свою очередь, изображение природы в художественной литературе позволило нам наиболее полно и глубоко осмыслить её влияние на формирование эстетического вкуса младшего школьника на примере изучения творчества К.Г. Паустовского.

Прочитав книги автора, можно прийти к выводу, что примером формирования эстетического вкуса младших школьников, как оценки природы, может служить его творчество, ведь в нем заложено не только эстетическое, но и нравственное и гражданственное воспитание.

Все учителя едины в понимании эстетического вкуса, как суждения о прекрасном, и в понимании возможности формирования его у детей.

Наиболее характерным показателем сформированности эстетического вкуса является ощущение языка. Необходимо отметить, что в ходе работы над языком произведений К.Г.Паустовского значительно меняется образное описание сюжета

рассказа, меняется эмоциональная окраска высказываний учащихся, обогащается словарным запасом, употреблением эпитетов, фразеологизмов в письменной и устной речи детей младшего школьного возраста.

В процессе исследования были выявлены четыре основных уровня восприятия и понимания художественной литературы младшими школьниками: репродуктивный (фрагментарный, сюжетно-логический); эмоционально-сюжетный; интуитивно-художественный; элементарный осознанно-художественный;

Эти уровни не зависят от возраста школьников. Они указывают на продвижение учащихся в восприятии художественных произведений. Главное отличие этих уровней состоит в том, что в них отражаются качественные изменения в понимании произведений художественной литературы.

Разработанные и практически апробированные в начальных классах общеобразовательных школ педагогические условия способствуют положительной динамике развития каждого учащегося младшего школьного возраста. Эти условия улучшают семейную атмосферу, помогают личностному росту самого учителя, благодаря включению учащегося в активную творческую работу на уроках чтения, изучая художественные литературные произведения. Творчество К.Г. Паустовского при этом является мощным условием организации образовательного процесса.

ЛИТЕРАТУРА:

1. Ананьев, Б.Г. Психология чувственного познания /Б.Г. Ананьев. - 1990.-486 с.
2. Бендус, Т.И. Воплощение эстетического идеала в художественном образе / Т.И. Бендус. -М.: Искусство, 2010.
3. Паустовский, К.Г. Повесть о лесах /К.Г. Паустовский. - М.: Детская литература, 1992. -175с.
4. Сухомлинский, В.А. О воспитании / В.А. Сухомлинский. - М.: 1993.- 112 с. / С.Е. Шаталов. - М.: Знание, 1991.
5. Якобсон, П.М. Психология художественного творчества / П.М. Якобсон. - М.: Искусство, 1991.

МЕТОДИКА ПРЕПОДАВАНИЯ ДИСЦИПЛИН

ФОРМИРОВАНИЯ УМЕНИЙ РЕШЕНИЯ ЗАДАЧ ПО МОЛЕКУЛЯРНОЙ БИОЛОГИИ У УЧАЩИХСЯ 9 КЛАССА НА ОСНОВЕ ДЕЯТЕЛЬНОСТНОГО ПОДХОДА

Аннагурбанов С.

студент 5 курса факультета естествознания АГУ

Научный руководитель: Кабаян О.С.

Реализация ФГОС предполагает формирование универсальных учебных действий для всех учебных предметов, в том числе и для биологии. Реализацию данной задачи полностью обеспечивает деятельностный подход. Обучение решению задач по молекулярной биологии дают возможность связать теорию с практикой и более глубоко проникнуться процессами, происходящими в живой природе. Через решение задач дети знакомятся с важными в познавательном и воспитательном отношении фактами. Это нашло свое отражение в работах современных методистов и психологов (Г.И. Саранцев, В. Бухвалов), которые определили, что развитие мыслительных способностей личности в образовательном процессе происходит в процессе решения задач [1]. Г.А Балл, Л. М. Фридман утверждают, что использование деятельностного подхода в процессе решения задач оказывает положительное влияние на умственное развитие школьников так как их выполнение требует осуществление умственных операций: анализа и синтеза, конкретизации и абстрагирования, сравнения и обобщения[2].

Однако, результаты констатирующего эксперимента показали, что формирование умений решения задач по молекулярной биологии у учащихся 9 класса на основе деятельностного подхода остается фрагментарным, что актуализировало проблему формирования умений решения задач у учащихся 9 класса на основе деятельностного подхода/

Нами были подобраны задания, направленные на обучение решению задач по молекулярной биологии разного содержания и методики формирования умений их решения.

Например:

Задание первого типа, соответствующие заданиям ЕГЭ под номером 24.

Найдите ошибки в приведённом ниже тексте, исправьте их, укажите номера предложений, в которых они допущены, запишите эти предложения без ошибок.

1. Молекула ДНК состоит из двух спирально закрученных цепей. 2. При этом аденин образует три водородные связи с тиминном, а гуанин — две водородные связи с цитозином. 3. Молекулы ДНК прокариот линейные, а эукариот — кольцевые. 4. Функции ДНК: хранение и передача наследственной информации. 5. Молекула ДНК, в отличие от молекулы РНК, не способна к репликации.

Задания второго типа: решение задач на закономерность Э.Чаргаффа.

А) В одной молекуле ДНК нуклеотиды с цитозином (Ц) составляют 11 % от общего числа нуклеотидов. Определите количество (в %) нуклеотидов с гуанином (Г), аденином (А), тиминном (Т) в отдельности в молекуле ДНК. Объясните полученные результаты.

Б) В молекуле ДНК находится 1250 нуклеотидов с тиминном, что составляет 20% от их общего числа. Определите, сколько нуклеотидов с аденином (А), цитозином (Ц) и гуанином (Г) содержится в отдельности в молекуле ДНК. Ответ поясните.

В) Участок одной из двух цепей молекулы ДНК содержит 420 нуклеотидов с тиминном (Т), 210 нуклеотидов с аденином (А), 120 нуклеотидов с цитозином (Ц) и 300 нуклеотидов с гуанином (Г). Какое количество нуклеотидов с А, Т, Ц и Г содержится в двух цепях молекулы ДНК? Сколько аминокислот должен содержать белок, кодируемый этим участком молекулы ДНК? Ответ поясните.

Г) Две цепи ДНК удерживаются друг против друга водородными связями. Определите число двойных и тройных водородных связей этой цепи ДНК, а также её

длину, если известно, что нуклеотидов с тиминем (Т) — 18, с цитозином (Ц) — 32 в обеих цепях ДНК; расстояние между нуклеотидами в молекуле ДНК составляет 0,34 нм. Ответ поясните.

Задание третьего типа: задачи на владение умениями работать с таблицей генетического кода.

А) В биосинтезе белка участвуют молекулы т-РНК с антикодонами ЦЦА, ГАЦ, УУА, ААУ, АУГ, ЦГА. Определите нуклеотидную последовательность участка двойной цепи молекулы ДНК, в котором закодирована информация о структуре данного белка. Ответ поясните.

Б) Фрагмент матричной цепи ДНК имеет следующую последовательность нуклеотидов: —ГАЦЦГАТТЦАГАЦАЦ—. Определите последовательность нуклеотидов на и-РНК, антикодоны т-РНК и соответствующую последовательность аминокислот фрагмента молекулы полипептида, используя таблицу генетического кода.

В) Последовательность нуклеотидов в цепи ДНК:

-ТАГАЦГААТГГАЦЦТАЦЦАТ-

В результате мутаций одновременно выпадают седьмой и тринадцатый нуклеотиды. Запишите новую последовательность нуклеотидов в цепи ДНК. Определите по ней последовательность нуклеотидов в и-РНК и последовательность аминокислот в молекуле белка. Для выполнения задания используйте таблицу генетического кода (см. приложение).

Г) Фрагмент цепи и-РНК имеет следующую последовательность нуклеотидов: —ААЦУЦГУУАГЦГУУАУАГ—. Определите последовательность нуклеотидов на участке молекулы ДНК, антикодоны соответствующих т-РНК и аминокислотную последовательность соответствующего фрагмента молекулы полипептида, используя таблицу генетического кода.

Д) Все виды РНК синтезируются на ДНК-матрице. Фрагмент молекулы ДНК, на которой синтезируется участок центральной петли т-РНК, имеет следующую последовательность нуклеотидов: —ТТАГГЦЦАТГТЦТАЦ—. Установите нуклеотидную последовательность участка молекулы т-РНК, который синтезируется на данном фрагменте ДНК, и аминокислоту, которую будет переносить эта т-РНК в процессе биосинтеза белка, если третий триплет соответствует антикодону т-РНК. Ответ поясните. Для выполнения задания используйте таблицу генетического кода.

Задания четвертого типа: математические задачи по молекулярной биологии.

А) Белок состоит из 315 аминокислот. Установите число нуклеотидов участков молекул ДНК и и-РНК, которые кодируют данный белок, а также число молекул т-РНК, необходимых для переноса этих аминокислот к месту синтеза белка. Ответ поясните.

Б) Белок состоит из 250 аминокислот. Определите, во сколько раз молекулярная масса участка гена, кодирующего этот полипептид, превышает молекулярную массу белка (средняя масса молекулы аминокислоты — 110, а нуклеотида — 300). Ответ поясните.

В) Какую длину имеет участок молекулы ДНК, в которой закодирована первичная структура рибонуклеазы, если молекула рибонуклеазы содержит 124 аминокислоты, а один нуклеотид занимает 0,34 нм в цепи ДНК? Сколько молекул т-РНК будет участвовать в переносе этого количества аминокислот к месту синтеза? Ответ поясните.

В статье приведены лишь некоторые разновидности задач по молекулярной биологии.

Апробация их в учебно-воспитательном процессе школы показала положительную тенденцию. Обучающиеся осваивали не только алгоритм выполнения заданий, но и у них формировалось целостное представление о процессе, изложенном в задаче.

Таким образом, обучение школьников основам решения задач по биологии с позиции идеи деятельностного подхода способствует всестороннему развитию личности, самостоятельности, реализует принципы научности, связи теории с практикой, поэтапного формирования умственных действий.

ЛИТЕРАТУРА:

1. . Саранцев Г.И. Гуманитаризация математического образования и его состояние сегодня. /Г.И. Саранцев // Математика в школе. 2016. №4
2. Фридман Л.М. Как предотвратить неуспеваемость учащихся? / Научно-практический журнал «Завуч».- 1999.- №7.- с. 54-85. 24.

ИСПОЛЬЗОВАНИЕ ИНТЕРНЕТ- РЕСУРСОВ ПРИ ИЗУЧЕНИИ ШКОЛЬНОГО КУРСА ГЕОГРАФИИ

*Ашыров Шазада, студент 5 курса
факультета естествознания*

Научный руководитель- Ф.В. Тугуз, доцент кафедры географии

В условиях перехода к информационному обществу одной из наиболее значимых проблем является формирование информационной культуры у обучающихся. Современные школьники находятся в интенсивном информационном потоке и испытывают определенные трудности с пониманием и использованием информации. Для комфортного существования в современном информационном мире ученик, будущий выпускник школы, должен овладеть следующими знаниями, умениями и навыками: добывать, понимать, систематизировать, анализировать, интерпретировать, представлять информацию и использовать ее в своей практической деятельности.

Исторический подход к пониманию информационной культуры наиболее полно представлен в работах К.К. Колина, А.И. Ракитова, Э.П. Семенюка. С философских позиций информационную культуру анализирует А.П. Суханов. В работах М.Г. Вохрышевой, Э.П. Семенюка, А.П. Суханова информационная культура рассматривается с позиций ее значения для существования и развития общества. Ю.С.Зубов и Н.А. Сляднева исследуют информационную культуру в разрезе микропроцессов, происходящих в настоящее время в обществе. В начале 1980-х годов И. Я. Лернер предпринимает попытку описать понятие «информационная культура» с педагогической точки зрения. Н. М. Розенберг рассматривает информационную культуру в контексте содержания общего образования [1].

Проблемы формирования информационной культуры обучающихся в последние двадцать лет достаточно активно изучаются. Изучением информационной культуры обучающихся занимались Н. И. Гендина, Л. И. Лазарева, С. М. Конюшенко и др.

Как показал анализ научно-методической литературы, на сегодняшний день в психолого-педагогической науке проблема формирования информационной культуры обучающихся остается недостаточно изученной. Необходимо уточнение сущности понятия «информационная культура», определение методов и средств организации педагогического процесса, направленного на формирование у личности качеств, необходимых для соответствия требованиям современного информационного общества.

В России датой официального развития дистанционного обучения можно считать 30 мая 1997 года, когда вышел приказ № 1050 Минобразования России, позволяющий проводить эксперимент дистанционного обучения в сфере образования [6].

Известные университеты с программами дистанционного обучения за рубежом: University of South Africa, 1946; FernUniversität in Hagen (Германия, 1974); Национальный технологический университет (США, 1984) (программы ДО по инженерным специальностям); Открытый университет Хаген (Германия); INTEC-колледж Кейптауна (ЮАР); Испанский национальный университет дистанционного обучения; Открытая школа бизнеса Британского открытого университета; Австралийская территориальная информационная сеть [6].

В XXI веке доступность компьютеров и Интернета делают распространение дистанционного обучения еще проще и быстрее. Интернет стал огромным прорывом, более значительным, чем радио и телевидение. Появилась возможность общаться и получать обратную связь от любого ученика, где бы он ни находился. Распространение

«быстрого Интернета» дало возможность использовать «он-лайн» семинары (вебинары) для обучения [7].

Вопросы организации, технологий, методического и кадрового обеспечения, качества дистанционного обучения рассматривались А.А. Андреевым, А.А. Ахаяном, А.М. Бершадским, В.И. Демкиным, А.Д. Иванниковым, М.Н. Нежуриной, Е.С. Полат, Э.Х. Скибицким, В.И. Солдаткиным, В.П. Тихомировым, А.Н. Тихоновым, А.В. Хуторским, А.Х. Чернявской, С.А. Щенниковым и др.

Определения дистанционного обучения рассматриваются в работах А.А. Андреева, А.М. Вернадского, Е.Л. Гавриловой, М.И. Нежуриной, О.П. Околелова, Е.С. Полат, В. Л. Тихомирова и др., диссертационных исследованиях С.Г. Бондаревой, Г.М. Татарчук и др. Е.С. Полат указывает, что «дистанционное обучение, по определению, это обучение на расстоянии, когда преподаватель и обучаемый разделены пространственно».

Любая информация быстро устаревает, поэтому большой объём фактических знаний в изменившемся мире потерял свою ценность. Необходимыми становятся не сами знания, а знания о том, как и где их применять. Однако, важнее знание о том, как информацию добывать, интерпретировать, или создавать новую. Все это – результаты деятельности, а деятельность – это решение задач. Таким образом, желая сместить акцент в образовании с усвоения фактов (результат – знания) на овладение способами взаимодействия с миром (результат – умения), мы приходим к осознанию необходимости изменить характер учебного процесса и способы деятельности учащихся [2].

В настоящее время существует несколько моделей дистанционного обучения:

Первая модель - обучение по типу экстерната. Обучение, ориентированное на школьные требования и предназначенное для учащихся, которые по каким-то причинам не могут посещать очные учебные заведения.

Вторая модель - обучение на базе одного учебного заведения. Это система обучения для школьников, которые обучаются заочно (открытые формы) или дистанционно, т.е. на основе новых информационных технологий, включая компьютерные телекоммуникации.

Третья модель - обучение, основанное на сотрудничестве нескольких учебных заведений. Она предусматривает совместную подготовку единых программ заочного дистанционного обучения для нескольких учебных заведений по ведущим дисциплинам (в любых районах страны и за рубежом).

Четвертая модель - автономные образовательные учреждения, специально созданные для целей открытого или дистанционного обучения, в которых школьники могут получить образование по различным направлениям. Они специализируются в создании мультимедийных курсов.

Пятая модель - обучение по автономным обучающим системам. Обучение в рамках подобных систем ведется целиком посредством ТВ, видеозаписей или радиопрограмм, а также дополнительных печатных пособий [4].

При теоретическом обосновании целесообразности использования дистанционного обучения в школьном курсе географии нами сделаны следующие выводы:

1) В условиях внедрения информационных и телекоммуникационных технологий в учебный процесс возникает потребность в новой форме обучения. Современные требования к такой форме выражаются в обучении школьников, особенно старшеклассников и детей с ограниченными возможностями здоровья, не зависимо от их географического местоположения. На наш взгляд, этому требованию удовлетворяет такая форма организации обучения, как дистанционное обучение.

2) Преимущества дистанционной формы обучения неоспоримы:

- обучение в психологически комфортной, привычной для обучаемого обстановке за его компьютером;
- индивидуальные сроки и темп обучения;
- высокая доля самостоятельности наряду с возможностью в любое время получить помощь от преподавателя;

- преодоление территориальных и временных ограничений.

3) В эпоху широкого распространения ПК и высокой популярности сети Интернет наиболее перспективным и удобным является электронное обучение. Подобная форма организации обучения дает возможность обучать школьников дистанционно, используя в учебном процессе все средства мультимедиа. Кроме того, высокий обучающий эффект достигается за счет интерактивного взаимодействия учителя и ученика.

4) В ходе исследования был проведен сравнительный анализ систем дистанционного обучения. Данный обзор показал, что СДО Moodle является наиболее эффективной для использования в учебном процессе школы.

5) Рассмотрены основные международные стандарты в области электронного обучения.

ЛИТЕРАТУРА:

1. Вербицкий, А.А. Психологические особенности включения взрослых в образовательную деятельность / А.А. Вербицкий, Н.П. Сахарова // Новые знания. – 1999. №2.

2. Вымятин, В.М. Дистанционное образование и его технологии / В.М. Вымятин, В. П. Демкин, В.Ф. Нявро. - Томск. 1998.

3. Демкин, В.П. Принципы и технологии создания электронных учебников / В. П. Демкин, В.М. Вымятин. - Томск, 2002.

4. Околесов О. П. Системный подход к построению электронного курса для дистанционного обучения / О.П. Околесов// Педагогика. -1999. -№ 6. -С. 50-56

5. Полат Е. С. Дистанционное обучение: каким ему быть? / Е.С. Полат, А.Е. Петрова // Педагогика. - 1999. -№7. -С. 29-34.

6. Интернет-ресурс «Педсовет.org» [электронный ресурс]. - Режим доступа: <http://pedsovet.org/forum/topic183.html>.

7. Свободная энциклопедия «Википедия»: Дистанционное обучение [электронный ресурс]. - Режим доступа: http://warpedia.mobi/ru/Дистанционное_обучение

ДИДАКТИЧЕСКАЯ ИГРА КАК СРЕДСТВО ФОРМИРОВАНИЯ УЧЕБНО-ЯЗЫКОВЫХ УМЕНИЙ И НАВЫКОВ У МЛАДШИХ ШКОЛЬНИКОВ

*М.Ю. Баранюк, студентка 5 курса
факультета педагогики психологии*

Научный руководитель – Д.Д. Жажева, канд.пед.наук, доцент

Состояние и перспективы современного отечественного образования диктуют необходимость переосмысления имеющихся педагогических технологий и поиска новых стратегий развития. Методологической базой для реформаторских установок является, без сомнения, утверждаемая многими учеными - дидактами и идея компетентностного подхода к образовательно - воспитательному процессу. Компетентностная образовательная парадигма, пришедшая на смену знаниевой, гарантирует повышение качества образования и его результатов. Поэтому современный школьник должен обладать целым набором компетенций, которые обеспечат гармоническое соответствие теоретического и практического содержания образования.

Именно компетентностный подход может решить задачу эффективного развития и проявления школьником своих личностных качеств, формирования его индивидуальности, способности к нравственной и творческой реализации своих возможностей.

В центр школьного филологического образования поставлено развитие и воспитание человека культуры, способного влиять на собственное развитие личности. Постановка во главу угла педагогического процесса развитие личности ученика, как залог его успешной самореализации, позволяет разрешить противоречие между целями традиционной педагогики, ориентированной на передачу знаний, и теми целями, которые ставит современное общество.

Идея личностно ориентированного подхода, целью которого является создание максимально благоприятных условий для развития и саморазвития ученика, выявления и активного использования его индивидуальных особенностей в учебной деятельности – основа педагогических взглядов учителя, возможность осуществить образовательные цели ряд ученых связывают с компетентностным подходом. В филологическом образовании учащихся значительное место занимает формирование языковой компетенции.

Именно языковая и коммуникативная компетенции способствуют формированию умений и навыков речевого общения. А для этого необходимо создавать на каждом уроке условия речевого общения. Речевая деятельность формируется во всех её видах – чтении, говорении, письме, аудировании. “Обучать общению, общаясь”, – без этих условий нет урока [4].

Родоначальником теории игры в отечественной науке считается К.Д. Ушинский. Он противопоставляет проповеди стихийности игровой деятельности идею использования игры в общей системе воспитания.

Ушинский, ценя двигательную активность ребёнка в игре, на первое место выдвигает потребности души: «Мы не должны видеть в телесных движениях дитяти одно удовлетворение телесным стремлениям: в этих движениях принимает участие душа и извлекает из них такую же пользу для своего развития» [3]. Великий русский учёный-педагог видит прямую зависимость подвижности ребёнка от умственной практической деятельности его души: «Шалость и игра – это весь мир практической деятельности для ребёнка» [3]. Выступая против чисто гедонической теории игры, Ушинский утверждал, что дети в игре ищут не только наслаждение, но и самоутверждение в интересных занятиях. Игра, по Ушинскому, своеобразный род деятельности, притом свободной и обязательно сознательной, под которой он понимал стремление жить, чувствовать, действовать. «Не надо забывать, - пишет К.Д.Ушинский, что игра, в которой самостоятельно работает детская душа, есть тоже деятельность ребёнка» [3]. К.Д.Ушинский один из первых утверждал, что в игре соединяются одновременно стремление, чувство и представление. Лишение ребёнка игры как сознательной деятельности есть самое страшное наказание для него.

К.Д. Ушинский советовал включать элементы занимательности, игровые моменты в учебный труд учащихся для того, чтобы процесс познания был более продуктивным [3]. Сегодня одним из эффективных средств развития интереса к учебному предмету, наряду с другими методами и приёмами, используемыми на уроках, признаётся дидактическая игра.

В.А.Сухомлинский писал, что без игры нет и не может быть полноценного умственного развития. Игра – это огромное светлое окно, через которое в духовный мир ребёнка вливается живительный поток представлений и понятий. Игра – это искра, зажигающая огонёк пытливости и любознательности. Без игры, умственных сил, без творческого воображения невозможно представить полноценное обучение. Очень важно, чтобы изумительный мир природы, фантазии, творчества, окружающий детей до школы, не закрывался перед ребёнком классной дверью [2].

Известный педагог С.Т.Шацкий называл игру жизненной лабораторией детства и призывал включить ее в программу школы: «Когда человек играет, он повышает свои эмоции. Нашу школу мы должны сделать местом как раз такого оживления». Говоря об активизации процесса обучения, С.Т.Шацкий рекомендовал не давать готовые знания, а развивать склонность детей к самостоятельному исследованию, к проявлению себя в труде, игре [4].

Л.С.Выготский, рассматривая роль игры в психическом развитии ребёнка, отмечал, что в связи с переходом в школу, игра не только не исчезает, но, наоборот, она пропитывает всю деятельность ученика. «В школьном возрасте, – говорил он, – игра не умирает, а проникает в отношение к действительности. Она имеет свое внутреннее продолжение в школьном обучении и труде...» [1].

Игра наряду с трудом и учением – один из основных видов деятельности человека. Игра, являясь развлечением, отдыхом, способна перерасти в обучение, в творчество.

Понятие «игровые педагогические технологии» включает достаточно обширную группу методов и приёмов организации педагогического процесса в форме различных педагогических игр.

В отличие от игр вообще педагогическая игра обладает существенным признаком – чётко поставленной целью обучения и соответствующим ей педагогическим результатом, которые могут быть обоснованы, выделены в явном виде и характеризуются учебной познавательной направленностью. Игровая форма занятий создаётся на уроках при помощи игровых приёмов и ситуаций, которые выступают как средство побуждения, стимулирования обучающихся к учебной деятельности.

Дидактические игры, с одной стороны, способствуют формированию учебных навыков и умений, изучению нового материала или повторению и закреплению пройденного, т.е. решают определенные дидактические задачи. С другой стороны, они способствуют развитию мышления, памяти, внимания, наблюдательности. В процессе игры у детей вырабатывается привычка мыслить самостоятельно, сосредотачиваться, проявлять инициативу. Игра ставит ученика в условия поиска, пробуждает интерес к победе, а отсюда – стремление быть быстрым, собранным, ловким, находчивым, уметь чётко выполнять задания, соблюдать правила игры. В играх, особенно коллективных, формируются и нравственные качества личности. Дети учатся оказывать помощь товарищам, считаться с интересами других, сдерживать свои желания. У них развивается чувство ответственности, коллективизма, воспитывается дисциплина, воля, характер. Эти аргументы можно считать серьёзным основанием для более широкого использования игры в процессе обучения.

Реализация игровых приёмов и ситуаций при урочной форме занятий происходит по таким основным направлениям как: дидактическая цель ставится перед обучающимися в форме игровой задачи; учебная деятельность подчиняется правилам игры; учебный материал используется в качестве её средства, а в учебную деятельность вводится элемент соревнования, который переводит дидактическую задачу в игровую; успешное выполнение дидактического задания связывается с игровым результатом.

Педагогические игры имеют следующую классификацию:

1) по виду деятельности: физические, интеллектуальные, трудовые, социальные и психологические;

2) по характеру педагогического процесса:

обучающие, тренировочные, контролирующие и обобщающие;

познавательные, воспитательные, развивающие;

репродуктивные, продуктивные, творческие;

коммуникативные, диагностические, профориентационные и др.,

3) по характеру игровой методики: предметные, ролевые, имитационные и т.д.;

4) по игровой среде: с предметами, без предметов, компьютерные и с ТСО, комнатные и др.

Вопрос активизации деятельности обучающихся в процессе изучения русского языка представляет сложную проблему, которая должна волновать и учёных-исследователей, и методистов, и учителей-практиков. Опыт показывает, что уроки русского языка для младших школьников относятся к числу нелюбимых школьных предметов.

Деятельность обучающихся на этих уроках часто носит однообразный воспроизводящий характер, значительная часть времени затрачивается на выполнение тренировочных упражнений. Некоторые дети считают его скучным предметом. Нежелание заниматься русским языком порождает неграмотность. Но пробудить у детей интерес и стремление к изучению русского языка все-таки можно, если систематически

накапливать и вдумчиво отбирать увлекательный дидактический материал, способный привлечь внимание каждого ученика.

У детей младшего школьного возраста слабо развито абстрактное мышление. Их психика требует чего-то неожиданного, интересного. Осознание понятий рождается у них на основе конкретного материала. Если на уроке ребёнок не увидит ничего яркого и интересного, то интерес к предмету падает. А если это происходит от урока к уроку, то русский язык превращается в скучный, неинтересный предмет [6].

Одним из эффективных средств развития интереса к учебному предмету является использование на уроках и во внеклассное время дидактических игр и занимательного материала, что способствует созданию у учеников эмоционального настроя, вызывает положительное отношение к выполняемой работе, улучшает общую работоспособность, даёт возможность один и тот же материал повторить разнообразными способами.

Поддержать интерес ребёнка к учебе помогут яркие наглядные пособия, включение в процесс обучения игры. Учить, играя, – оспаривать эту заповедь не станет никто. Игра побуждает учащихся к игровым действиям, даёт возможность каждому ребёнку лучше представить разыгрываемую ситуацию.

В игре дети учатся концентрировать свое внимание на игровых правилах и следить за их выполнением. Игра позволяет ребёнку заново пережить яркие впечатления и события. Играя, дети накапливают знания об окружающем мире, учатся самостоятельно принимать решения, проявляют оригинальность мысли. Таким образом, в процессе игры у детей повышается познавательный интерес и стремление получения знаний изучаемого предмета [5].

В современной школе, делающей ставку на активизацию и интенсификацию учебного процесса, игровая деятельность используется в следующих случаях:

- 1) в качестве самостоятельных технологий для освоения понятия, темы и даже раздела учебного предмета;
- 2) как элементы (иногда весьма существенные) какой-либо педагогической технологии;
- 3) в качестве урока (занятия) или его части (введения, объяснения, закрепления, упражнения, контроля);
- 4) как технологии внеклассной работы [1].

Чтобы умело использовать дидактические игры на уроках и внеклассных занятиях, надо иметь ясное научное понимание роли дидактической игры в обучении и психологического механизма её воздействия на формирование лингвистических знаний учащихся.

Основная посылка, из которой целесообразно при этом исходить, была сформулирована еще К.Д. Ушинским: «Сделать серьезное занятие для ребёнка занимательным – вот задача обучения». Речь идёт не просто о занимательности, а об органическом сочетании её с серьёзным, напряжённым трудом, чтобы игра не отвлекала от учения, а способствовала бы интенсификации умственной работы, делая её более привлекательной, интересной» [3].

В самом термине «дидактическая игра» подчёркивается педагогическая направленность, отражается многообразие её применения. Дидактическую игру не надо путать с забавой, не следует считать её деятельностью, доставляющей удовольствие ради удовольствия. На дидактическую игру нужно смотреть как на вид преобразующей творческой деятельности в тесной связи с другими видами учебной работы.

Значительного эффекта учитель может достичь в случаях, когда учебная задача так сочетается с игрой, что ученик воспринимает её именно как задачу, т.е. подходит к решению сознательно, но при этом все – таки играет.

Основными аспектами развития личности ребёнка в процессе использования дидактической игры можно назвать следующие:

1. В игре развивается мотивационно-потребностная сфера: возникает иерархия мотивов, где социальные мотивы приобретают более важное значение для ребёнка, чем личные (соподчинение мотивов).

2. Преодолевается познавательный и эмоциональный эгоцентризм: ребёнок, принимая роль какого-либо персонажа, героя и т.п., учитывает особенности его поведения, его позицию. Это помогает в ориентировке во взаимоотношениях между людьми, способствует развитию самосознания и самооценки.

3. Развивается произвольность поведения: разыгрывая роль, ребёнок стремится приблизить её к эталону. Воспроизводя типичные ситуации взаимоотношения людей в социальном мире, ребёнок подчиняет свои собственные желания, импульсы и действует в соответствии с социальными образцами. Это помогает ребёнку постигать и учитывать нормы и правила поведения.

4. Развиваются умственные действия: формируется план представлений, развиваются способности и творческие возможности ребёнка.

Игра нас интересует как принцип поведения, а не как способ развлечься.

В игре, как и в межличностном общении, интересы направлены не на заданную цель, а на сам процесс. Игра – культурная норма, которая позволяет быть свободным, раскованным, иметь власть над реальностью, распоряжаться собой, преодолевать ролевую зависимость, стремление превзойти себя [6].

ЛИТЕРАТУРА:

1. Выготский, А.С. Собрание сочинений: в 6 т. Т.3 / А.С.Выготский: [Сост. Г.И.Козырев]. – М.: Педагогика, 1991 – 532 с.

2. Сухомлинский, В.А. «Сто советов учителю» / В.А. Сухомлинский. – Ижевск: Удмуртия, 1981. – 296 с.

3. Ушинский, К.Д. Избр. соч. / К.Д. Ушинский. – Т 1– М., 1953. – 650 с.

4. Шацкий, С.Т. Пед. соч.: В 4т / С.Т. Шацкий. – М., 1962. – 500 с.

5. Шмаков, С.А. «Игры для учащихся – феномен культуры» / С.А.Шмаков. – Москва, Новая школа, 1994. – 200 с.

6. Эльконин, Д.Б. Психология игры / Д.Б. Эльконин. - М.: Педагогика, 1999. - 560 с.

СРАВНИТЕЛЬНЫЙ АНАЛИЗ ЛИНЕЙНОГО И КОНЦЕНТРИЧЕСКОГО ВАРИАНТА ИЗУЧЕНИЯ БИОЛОГИИ НА ПРИМЕРЕ КУРСА 8 КЛАССА ПО ТЕМЕ «ИНДИВИДУАЛЬНОЕ РАЗВИТИЕ ОРГАНИЗМА»

*Белоконова Влада Сергеевна, факультет естествознания
4 курс «Химия» и «Биология»*

Научный руководитель – к.п.н., доцент Кабаян Ольга Сергеевна

Выбор учебно-методического комплекса (УМК) относится к компетенции образовательной организации и осуществляется по усмотрению учителя, исходя из основных целей и задач обучения. Сегодня на рынке учебников представлены самые разные учебно-методические комплекты по биологии. При выборе УМК по биологии для реализации ФГОС необходимо опираться на концептуальные подходы авторов линий, состав УМК, преемственности на уровнях обучения, в методических подходах организации учебного процесса. УМК И. Н. Пономаревой и др., Н. И. Сониной и др., Н. И. Романовой и др. предлагают два варианта изучения курса биологии: концентрический и линейный. Особенность линейного варианта заключается в возможности увеличить часы на изучение курса ботаники, так как в 9 классе ведется курс «Биология. Человек», а курс «Общие биологические закономерности» распределен по темам 6-9 класса. Все остальные УМК предлагают концентрический вариант изучения биологии, который заканчивается курсом «Общие биологические закономерности». Важно то, что концентрический курс — это поверхностное знакомство с биологией, оно идеально подходит для учеников, которые не собираются идти на биологические специальности. Но если необходимы глубокие знания о биологии, то нужно изучать линейный курс.

В последние годы по разным причинам традиционная линейная программа преподавания биологии в школе все больше вытесняется программой концентрической.

Классическая линейная программа предполагает последовательное прохождение предмета с постепенным повышением уровня сложности материала от года к году.

Концентрическая программа предлагает сжатое прохождение всего материала до 9 класса, а затем углубленное его изучение в старших классах.

Концентрическая программа может быть использована в том случае, когда школьнику требуется дать только поверхностные представления о предмете биологии. Серьезное изучение предмета предполагает понимание сущности процессов, протекающих в живой природе, и потому должно происходить согласованно с изучением других естественнонаучных дисциплин, путем постепенного повышения сложности предлагаемого материала. Такой подход, дающий школьнику стройную систему естественнонаучных знаний, возможен только в рамках традиционной линейной программы. Эти рассуждения подтверждаются экспериментальным исследованием. Мы провели анализ содержания учебников разных линий и разных вариантов изучения курсов.

Линия учебников под редакцией Н.И.Сониной, М.Р.Сапина [2] включает два варианта изучения материала «Индивидуальное развитие организма» линейное и концентрическое. В линейном раздел «Человек» изучается в 9 классе, а по концентрической в 8 классе. В том числе и линия А.Г.Драгомилова [3] в линейном варианте курс «Человек и его здоровье» изучается в 9 класса, а концентрическом в 8 классе. Линия под редакцией Д.В.Колосова, Р.Д. Марша, И.Н.Беляева[1] изучается только в концентрическом варианте курса «Человек» 8 класс.

Рассмотрим анализ содержания темы «Индивидуальное развитие организма» в соответствии с ФГОС раздела 8 класса «Человек» при линейном изучении и концентрическом. Тема включает такие определения и понятия, как размножение и развитие; наследование признаков у человека; наследственные болезни, их причины и предупреждение; роль генетических знаний о планировании семьи; заботу о репродуктивном здоровье; инфекций передающимся половым путем, их профилактика; ВИЧ-инфекции, их профилактика. Такие умения и навыки как: соблюдение мер профилактики наследственных и вызванных ВИЧ-инфекциями заболеваний.

В таблице №1 отражено сравнение содержания 3 линий учебников по темам в соответствии с ФГОС Д.В.Колосова, Р.Д. Марша, И.Н.Беляева[1]; Н.И.Сониной, М.Р.Сапина[2] и А.Г.Драгомилова[3] концентрического изложения материала и учебник А.Г.Драгомилова, Маша Р.Д. [4] линейного варианта изложения.

Темы, входящие в изучение главы «Индивидуальное развитие организма» в соответствии с ФГОС	Линии учебников			
	концентрический вариант изложения			линейный вариант
	Д.В. Колосов, Р.Д. Марш, И.Н.Беляев	Н.И. Сонин, М.Р.Сапин	А.Г.Драгомилов	А.Г.Драгомилов Р.Д. Маш
Размножение и развитие	+	+	+	+
Наследование признаков у человека	+	+	-	+
Наследственные болезни их причины и предупреждение	+	-	+	+
Роль генетических знаний о планировании семьи	+	+	+	+

Забота о репродуктивном здоровье	+	-	-	+
Инфекций передающимся половым путем, их профилактика	+	-	+	+
ВИЧ-инфекции, их профилактика	+	-	+	+

Таблица 1. Сравнение содержания 4 линий учебников по темам в соответствии с ФГОС.

В первом учебнике Д.В.Колосова, Р.Д. Марша, И.Н.Беляева[1] раскрываются такие вопросы как: размножение; половая система; развитие зароды и плода; беременность и роды; наследственные и врожденные заболевания и заболевания, передаваемые половым путем; развитие ребенка после рождения; становление личности; интересы, склонности, способности. На изучение главы выделяется 5 часов.

Во второй книге Н.И.Сонина, М.Р.Сапина[2] раскрываются такие вопросы как: система органов размножения, строение и гигиена; оплодотворение; внутриутробное развитие, роды; лактация; рост и развитие ребенка; планирование семьи.

В данном учебнике не раскрываются вопросы о наследственных заболеваниях, инфекциях, передающихся половым путем и мер их профилактики, заботе о репродуктивном здоровье. Это может говорить о том, что данная линия, изложенная в концентрическом варианте, не несет необходимый уровень знаний и умений необходимый школьникам для развития понятий по данной теме.

В третьей книге А.Г. Драгомилова [3] в состав содержания входят главы: половая система человека; наследственные и врожденные заболевания; болезни, передающиеся половым путем; внутриутробное развитие организма; развитие после рождения; о вреде наркотических веществ на развивающийся организм; психологические особенности личности. Данная книга не включает изучение в разделе таких тем как: наследование признаков у человека, заботу о репродуктивном здоровье. Но включается дополнительную информацию о вреде наркотических веществ и вопросы об психологических особенностях личности, которые помогают детям лучше понять особенности своего организма.

Анализ содержания учебника линии Н.И.Сонина, М.Р.Сапина показал недостаточное наличие материала для раскрытия анализируемой темы [2]. Содержание исключает наиболее важные вопросы, такие как: наследования инфекций половым путем и мер предосторожности, заботе о репродуктивном здоровье, наследственных заболеваниях и др.

Анализ содержания учебников показал, что наиболее удобным и качественным для изучения темы «Индивидуальное развитие организма» является учебник линейного варианта изложения материала А.Г.Драгомилова, Маша Р.Д. [4]. Этот учебник включает все необходимые лабораторные и практические работы раздела, содержит блоки заданий «Проверьте себя» которые могут быть использованы для обобщающего урока, содержит красочный дополнительный материал, что даёт возможность для углублённого изучения этой темы.

Таким образом, исходя из анализа темы «Индивидуальное развитие организма» в содержании учебников по биологии, мы можем сделать вывод, что концентрический вариант изучения биологии может быть использован в том случае, когда школьнику требуется дать только поверхностные представления о предмете. Тогда как углубленное изучение биологии предполагает понимание сущности процессов, протекающих в живом организме. Одновременно с изучением биологии в 9 классе идет раскрытие общих межпредметных понятий в смежных областях химии и физики и потому важно проводить изучение тем согласованно с другими естественнонаучными дисциплинами, путем

постепенного повышения сложности предлагаемого материала.

ЛИТЕРАТУРА:

1. Колесова, Р. Д. Маша, И. Н. Беляева «Биология. Человек. 8 Класс» / Д. В. Колесов, Р. Д. Маш, И.Н. Беляев.-М. : Дрофа, 2011.- 288 с
2. Сонин, Н.И.; Сапин, М.Р. Биология. 8 класс. Человек: Учебник для общеобразовательных школ; М.: Дрофа - Москва, 2003. - 216 с.
3. Драгомилов А.Г., Маш Р.Д. Биология: 8 класс: Учебник для учащихся общеобразовательных учреждений. – 3-е изд., перераб. – М.:Вентана-Граф,2008. – 272 с
4. Драгомилов А.Г., Маш Р.Д. Биология: Человек: Учебник для учащихся 9 класса общеобразовательных учреждений. М.: Вентана-Граф, 2012. – 336 с.

РЕАЛИЗАЦИЯ МЕЖПРЕДМЕТНЫХ СВЯЗЕЙ В ОБУЧЕНИИ ГЕОГРАФИИ

*Бешимов Акбар, студент 5 курса
факультета естествознания*

Научный руководитель- Ф.В. Тугуз, доцент кафедры географии

Поиски эффективных путей повышения воспитательного уровня процесса обучения в школе все больше привлекают внимание педагогов, ученых и практиков к проблеме межпредметных связей. В исследованиях известных ученых-педагогов (И.Д. Зверева, В.М. Коротова, М.Н. Скаткина и др.) межпредметные связи выступают как условие единства обучения и воспитания, средство комплексного подхода к предметной системе обучения.

Проблема межпредметных связей интересовала педагогов еще в далеком прошлом. Прогрессивные педагоги - Я.А. Коменский, К.Д. Ушинский, Н.К. Крупская - подчеркивали необходимость взаимосвязей между учебными предметами для отражения целостной картины природы «в голове ученика», для создания истинной системы знаний и правильного миропонимания.

В педагогической литературе имеется более 30 определений категории «межпредметные связи», существуют самые различные подходы к их педагогической оценке и различные классификации.

Одним из более полных определений является следующее: межпредметные связи есть педагогическая категория для обозначения синтезирующих, интегративных отношений между объектами, явлениями и процессами реальной действительности, нашедших свое отражение в содержании, формах и методах учебно-воспитательного процесса и выполняющих образовательную, развивающую и воспитывающую функции в их ограниченном единстве.

Межпредметные связи выполняют в обучении географии ряд функций; методологическую, образовательную, развивающую, воспитывающую, конструктивную.

Реализация межпредметных связей требует совместного планирования учителями предметов естественнонаучного цикла комплексных форм учебной и внеклассной работы, которые предполагают знания ими учебников и программ смежных предметов. Технология использования межпредметных связей заключается в том, что в урок включается эпизодически материал других предметов, но при этом сохраняется самостоятельность каждого предмета со своими целями, задачами, программой. Трудно назвать другой школьный предмет, который обладал бы таким широким диапазоном межпредметных связей, как география, имел бы такое разнообразие форм и средств обучения. Каждый учебный предмет является источником тех или иных видов межпредметных связей. Поэтому важно выделить те связи, которые учитываются в содержании географии, и, наоборот, идущие от географии в другие учебные предметы.

Организация учебного процесса с использованием межпредметных связей очень трудоемкая работа. Такие уроки требуют от учителя дополнительной подготовки, большой эрудиции, высокого профессионализма, знаний по другим предметам. Особенно важно продумать методику проведения урока: заранее определяется объем и глубина раскрытия

материала, последовательность его изучения. Часто таким урокам предшествует организация опережающих домашних заданий, которые предлагаются отдельным ученикам или всему классу в целом. Проводить уроки с использованием межпредметных связей можно как с целью изучения, так и закрепления или обобщения материала по определенной теме. На уроке предусматривается смена видов деятельности учащихся, использование технических средств (просмотр видеофрагментов, слайдов и т.п.). Межпредметная интеграция помогает сблизить предметы, найти общие точки соприкосновения, более глубоко и в большем объеме преподнести содержание учебных дисциплин.

Многие географические понятия не могут быть осознаны и усвоены учащимися без элементарных знаний по математике, физике, биологии и другим предметам. Например, установление продолжительности дня и ночи (освещенности) в зависимости от широты места, пользование масштабом, измерения на карте и местности, определение площадей различных объектов, определение площадей географических объектов, глазомерная съемка плана местности невозможны без математических расчетов. Процессы нагревания и излучения, испарения и конденсации, образования осадков, понятие веса, плотности, давления воздуха требуют знаний физики. Формирование почвенного покрова, растительности и животного мира в природной зоне и их взаимосвязь становится понятной лишь благодаря знаниям по биологии. При изучении минеральных полезных ископаемых, различного сырья для химических удобрений и знакомстве со способами обработки черных и цветных металлов, переработки нефти, газа необходимы знания по химии.

В современной школе существует несколько направлений и уровней интеграции. Это, во-первых, появление новых курсов, рождение циклов (блоков) уроков, объединяющих материал одного или ряда предметов с сохранением их независимого существования. Во-вторых, появляются разовые интеграционные уроки разного уровня и характера.

Выделяют следующие типы уроков для обучающихся разного возраста:

- урок-игра;
- урок-беседа;
- урок-наблюдение или урок-исследование;
- урок-передача;
- уроки-литературно-музыкальные композиции;
- урок-открытие;
- урок-конференция.

Подготовка всех типов уроков очень трудоемка и требует согласованных действий учителей.

Следует отметить положительные результаты данного подхода в обучении географии:

- активизация учебно-познавательной деятельности учащихся;
- получение качественно нового педагогического результата;
- снятие перегрузки в учебном процессе;
- возможность учета ценностных ориентаций и мотиваций учащихся;
- расширение «горизонтов видения» в преподавании собственного предмета и новых перспектив деятельности;
- возможность развернуть перед учеником многомерную картину мира во множественных взаимосвязях;
- проявление индивидуальных творческих способностей детей, повышение эмоционального настроения в классе;
- взаимоотношение учителя и учащихся, умение и желание учителя видеть неповторимую личность в каждом своем ученике.

На таких уроках дети учатся понимать прекрасное, ценить красоту жизни, беречь

добрые отношения между людьми. Следовательно, организация уроков с использованием межпредметных связей помогает сформировать у ребенка систему нравственных ценностей и идеалов.

Подводя итог, хочется отметить, что интеграция предметов в современной школе – реальная потребность времени, необходимая всем тем, кто заинтересован в формировании всесторонне развитой личности, а также всем, кто занимается вопросами педагогического образования.

ЦЕЛИ И ЗАДАЧИ КРАЕВЕДЧЕСКОЙ РАБОТЫ В ПРЕПОДАВАНИИ ГЕОГРАФИИ

Биболетов Б., студент факультета естествознания

Научный руководитель – к.г.н., доцент Ф.Д. Теучеж

Школьное географическое краеведение преследует учебно-воспитательные цели и осуществляется учащимися под руководством учителя. Поэтому первым условием успешной краеведческой работы по географии в школе будет глубокое знание самим учителем природы своего края, владение методикой его изучения; второе условие – систематическое использование местного материала на уроках физической географии и постоянная перспективная внеклассная и внешкольная работа; третье – глубокая научная основа.

Географическое краеведение прочно вошло в общеобразовательную школу, и является важным средством повышения качества знаний, формирования у учащихся научного мировоззрения и воспитания патриотизма. Важнейшими особенностями школьного краеведения на современном этапе являются его высокая общественно полезная направленность, а также поисково-исследовательский характер.

Краеведение включает следующие основные моменты:

- приобретение учащимися знаний о крае из рассказа учителя или из учебного пособия;
- самостоятельное добывание знаний («переоткрытие» известных фактов и явлений окружающей жизни);
- изучение родного края в процессе исследования.

Все эти виды краеведения реализуются в процессе урочной, внеклассной и внешкольной работы.

Краеведение - важное средство формирования культуры учащихся. Наряду с образовательно-воспитательными задачами краеведение решает и задачи общественно полезного характера.

Одна из главных задач краеведческой работы состоит в том, что она включает в себя элементы исследования. Не следует ограничивать краеведческую работу только изложением на уроках готовых знаний о своём крае, почерпнутых из учебных пособий и другой литературы, важная часть краеведческой работы – непосредственное участие, как учителя, так и учащихся в поисково-исследовательской деятельности по изучению родного края. В ряде школ вместо глубокой поисково-исследовательской работы по изучению родного края имеет место так называемое описательное краеведение, когда учащиеся лишь фиксируют, «фотографируют» явления, не раскрывают их причинно-следственных связей, закономерностей.

Собранный краеведческий материал далеко не всегда подвергается тщательной проверке, в результате могут возникать ошибки. Чтобы избежать подобных ошибок, необходимо повышать научно-методический уровень краеведческих изысканий. Каждый учитель-краевед должен подходить к изучению родного края как исследователь и помнить свою ответственность за научную добротность фактического материала, который он использует в учебном процессе. Первое, чем должен заняться учитель географии, приступая к организации школьного краеведения, это конечно, самостоятельное изучение ближайшего окружения школы, ближайшем объектом школьной краеведческой работы являются, вполне естественно своё село и окружающая местность. В дальнейшем своём

развёртывании работа может охватить и целый административный район и даже выйти за его пределы. Главной задачей работы будет проследить жизнь и развитие данного участка территории во всех изменениях и отношениях.

В основу школьного географического краеведения заложена та мысль, что своё, близкое понятнее, проще, яснее, чем чужое и далёкое.

Образовательное и воспитательное значение школьного краеведения у нас общепризнанно и бесспорно. Развитие школьного краеведения играет, несомненно, ведущую роль в преподавании географии. На краеведческом аспекте строятся занятия по географии в начальном курсе, начиная с 6 класса, классные занятия идут по систематической программе; однако связь с краеведением остаётся, с одной стороны, в виде проводимых учителем примеров из местной природы, а с другой – в виде внеклассных кружковых занятий школьным краеведением.

Примеры, взятые учителем из местной природы, очень оживляют изложение и делают его более понятным и доступным. Даже отдельные единичные примеры такого порядка уже в известной мере переключают преподавание книжных рельсов на реальную жизнь. Ещё лучше, конечно, если учитель не ограничивается упоминанием о местных примерах в классе, а показывает эти примеры в натуре во время экскурсий. Поясняя на местных, хорошо знакомых всем ученикам примерах типичные явления из курса физической географии, учитель в самой простой, доходчивой и экономной форме показывает классу ту истину, что «география – это не учебник, а сама жизнь».

Педагогическое значение краеведения передовыми людьми нашей страны было осознано еще в очень давние времена. Известный общественный деятель конца ХУШ в., один из первых наших «просветителей» Н.Н. Новиков в статье «О воспитании и наставлении детей» писал: «Не заставляйте детей ваших из книг или по изустному наставлению учиться тому, что они сами могут видеть, слышать и чувствовать». В своей замечательной статье под заглавием «Мысли о географии для детского возраста» Н.В.Гоголь с исключительной силой и яркостью отстаивал мысль о том, что для такого предмета, как география, сухое, исключительно книжное преподавание совсем не подходит. Один из крупнейших педагогов нашей страны К.Д. Ушинский подчеркивал неоднократно ту мысль, что преподавание географии должно развивать у учащихся инстинкт к своей малой Родине, к своей родной местности. Д.Д.Семёнов, который справедливо считается родоначальником школьного краеведения и пионером географических школьных экскурсий, высказывался так: «Если справедлива та педагогическая истина, что во всяком первоначальном преподавании должен быть соблюден постепенный переход от близкого и знакомого детям к отдаленному и менее знакомому, от легкого к более трудному, то и преподавание географии следует начинать с изучения местности, на которой живет ученик».

Свою задачу вижу в том, чтобы каждый ученик научился видеть красоту природы родного края. На уроках по изучению родного края работаю с учащимися над созданием образа территории, на которой мы живём. Обязательное использование краеведческого материала в обучении физической географии даёт возможность ясного восприятия и осмысленного запоминания нового о своём крае, запоминания ранее изученного. Это обязывает меня как учителя географии чаще, чем учителей других предметов, проводить экскурсии в природу, тем самым непосредственно воздействуя на эмоциональную сферу личности школьника.

Школьное краеведение заключается во всестороннем в изучении учащимися в учебно-воспитательных целях определённой территории – своего края. При этом выполняются две задачи:

- 1) всестороннее изучение своего края и накопление краеведческого материала;
- 2) использование этого материала в преподавании географии.

Краеведческий аспект даёт возможность строить преподавание географии согласно дидактическому правилу: «от известного к неизвестному», «от близкого к далёкому».

Имея представление о природе и её закономерностях, легче усваивать географию более отдалённых районов России, а также зарубежных стран. Конкретное проявление процессов развития географической среды в ближайших окрестностях школы и их изучение помогают формированию правильных представлений о многих предметах, о явлениях, происходящих в географической оболочке Земли, в том числе и о тех, которые недоступны для непосредственного наблюдения.

Реализация задач, решаемых средствами краеведения, возможна при соблюдении следующих организационных условий:

- комплексное использование всех ресурсов школьного краеведения;
- реализация ресурсного потенциала в системе разнообразных взаимодополняющих организационных форм краеведческой деятельности,
- обеспечение возможности активного участия во всех организационных формах краеведческой деятельности каждого школьника.

Среди задач школьного краеведения следует сделать акцент на творческую деятельность учащихся. Её стимулируют сами методы и приёмы сбора краеведческого материала, его новизна. Они способствуют наблюдательности и формируют навыки поисково-исследовательского характера.

Среди воспитательных задач краеведения, на первое место нужно выдвинуть развитие эмоционального отношения учащихся к окружающему миру. Именно эмоциональный элемент психики ребёнка позволяет формировать личность и взгляды, стимулировать активность учащихся.

Необходимо отметить эстетическую направленность краеведения и воспитание патриотизма. Элемент эстетического воспитания реализуется в раскрытии перед учащимися величия и красоты природы родной природы. Учитель пробуждает восхищение, глубокую гордость и искреннюю любовь к своему родному краю, Родине.

Главное значение краеведческого аспекта преподавания географии состоит в том, чтобы дать возможность учащимся в знакомой местности, в повседневной обстановке наблюдать географическую действительность в соотношениях и связях её отдельных компонентов и результаты наблюдений использовать на уроках для формирования понятий на полученных реальных представлениях, составляющих основу географической науки. Краеведение создаёт условия для лучшего восприятия природных явлений. Учащиеся на частых и доступных им фактах познают явления общего порядка и, по образному выражению, могут «увидеть мир в капле воды».

Краеведением занимаются историки, естествоиспытатели, специалисты языка и литературы, архитекторы, работники искусств. Поэтому краеведение может быть различное: историческое, естественно – историческое и т.п. вплоть до археологического. Однако ни в какой другой науке оно не находит для себя столь пригодных методов исследования, как в географии, так как объект и методы изучения географии и краеведения совпадают.

Говоря о краеведении, чаще всего понимают его именно как краеведение географическое, в содержание которого входит всестороннее, синтезированное изучение родного края. В краеведении, так же как и в географии, предметом изучения является местность, территория. Сам термин «краеведение» означает, что изучается территория, определяемая понятием «родной край».

В преподавании географии краеведение – одно из средств осуществления, воспитывающего обучения. Работы, связанные с изучением родного края, помогают формированию географических понятий. Материал о природе родного края используется на уроках, в своём крае имеется больше возможностей и условий для практического применения приобретённых знаний.

В школьном краеведении следует всегда иметь в виду его учебную ценность. В связи с этим выделяют учебное краеведение, его содержание и характер определяются учебной программой, и внепрограммное краеведение, задачи и содержание которого

строятся в соответствии с планом воспитательной работы школы. Работы, связанные с учебным краеведением, проводятся в классе и вне класса, например, на географической площадке или во время учебной экскурсии. Но в них обязательно участие школьников всего класса. Во внепрограммном краеведении школьники принимают участие на добровольных началах. Это туристические походы по своему краю, школьные экспедиции. Организация и отношение у учебной программы этих двух видов школьного краеведения различны, но тем не менее они друг с другом очень связаны, так как при изучении родного края для комплексного его описания в образовательных целях в процессе программной экскурсии и во время туристического похода происходит сбор краеведческого материала, проводятся всевозможные работы по наблюдению местных явлений и объектов.

Таким образом, школьное краеведение необходимо рассматривать не только как деятельность учащихся, направленную на изучение края, но и как одно из условий, обеспечивающих преподавание географии на конкретном жизненном материале. В установлении связи изучаемого в школе материала по географии с теми знаниями и навыками, которые приобретаются в результате исследований родного края, и заключается сущность краеведческого аспекта в обучении.

ЛИТЕРАТУРА:

1. Головин, О.С. Краеведение на уроках географии. / О.С. Головин - Магадан: 1978. - 64с.
2. Жучкевич, В.А. Наглядность в преподавании географии. /В.А. Жучкевич. М.: ИНФРА-М, 2014. - 250 с.

ФОРМИРОВАНИЯ ПОЗНАВАТЕЛЬНЫХ УНИВЕРСАЛЬНЫХ УЧЕБНЫХ ДЕЙСТВИЙ У МЛАДШИХ ШКОЛЬНИКОВ ПРИ ИСПОЛЬЗОВАНИИ ЭЛЕКТРОННЫХ ОБРАЗОВАТЕЛЬНЫХ РЕСУРСОВ

*Т.А. Решетилова, факультет педагогики и психологии
Научный руководитель – Л.Л. Буркова, к. пед. наук, доцент*

В условиях реализации ФГОС НОО перед школой стоит задача формирования универсальных учебных действий (УУД). Использование Интернет-ресурсов раскрывает возможности для формирования всех видов УУД. Универсальные учебные действия образовательным стандартом определяются как структурные компоненты метапредметных результатов освоения ООП. В соответствии с основными целями общего образования выделяются личностные, регулятивные, познавательные и коммуникативные УУД. Проблемой формирования познавательных универсальных учебных действий занимались такие ученые как В.А Хуторской, А.Г. Асмолов, Г.В Бурменская, И.А. Володарская.

Рассмотрев структуру каждого блока, мы остановились на формировании познавательных УУД, включающих общеучебные, логические действия, постановку и решение проблем. «Математика» в начальной школе выступает как основа развития познавательных действий, начиная с обучения в 1 классе. Причём, проблема отбора средств обучения остаётся одной из важных составляющих методической подготовки урока.

В современной начальной школе электронные образовательные ресурсы (ЭОР) являются новым средством обучения и многие вопросы методики их использования ещё не решены. С 80-х годов XX века разрабатывается адаптированное программное обучение, все учебники, рекомендованные федеральным образовательным стандартом, имеют электронную поддержку. Поэтому возникает вопрос, как использовать электронные образовательные ресурсы при обучении младших школьников. Из многообразия ЭОР мы выбрали электронное приложение и электронное учебное пособие к учебнику математики для 1 класса М.И.Моро, мультимедийные презентации и образовательные сайты. Рассматриваемый нами вопрос достаточно актуален в настоящее время.

Таким образом, мы приходим к противоречию между появившейся потребностью и

возможностью использования ЭОР учителями начальных классов и отсутствием практической разработанности методических аспектов их применения при обучении младших школьников. В педагогике и методике исследования ведущих отечественных и зарубежных математиков, программистов, психологов и педагогов: Б. Хантера, С. Пейперта, Б.С.Гершунского, И.И. Антипова, Ю.А. Первина и многих других, представлены некоторые вопросы использования информационно-компьютерных технологий при обучении младших школьников. Разработке методических вопросов посвящены исследования Л. Л. Бурковой [1]

Представляется методически интересным вопрос о том, насколько эффективно использование ЭОР при формировании познавательных УУД на уроках математики в начальной школе. Цель исследования: выявление эффективности использования электронных образовательных ресурсов на уроках математики в начальных классах при формировании познавательных УУД у младших школьников.

Эмпирической базой стала одна из школ МБОУ «СШ № 2» г. Майкопа.

На теоретическом этапе исследования мы рассмотрели более подробно сущность и структуру познавательных УУД. Познавательные универсальные учебные действия включают в себя логические, общеучебные действия, формулирование и решение проблемы. Структура познавательных универсальных учебных действий на уроках подразумевает следующие умения:

- находить нужные сведения в учебниках и других источниках;
- формулировать причинно-следственные связи, выполнять анализ, синтез, сравнение, классификацию, обобщение;
- осуществлять познавательные универсальные учебные действия в умственной и материализованной формах.
- представлять сведения в моделях, схемах, изображениях, использовать знаковые и символические средства при решении разнообразных задач.

Проблема внедрения электронных образовательных ресурсов при обучении младших школьников в начальное звено школы имеет две составные части – методическую и технологическую. Технологическая часть проблемы выходит на первое место, поскольку для учителя все в ней является новым. Для эффективного использования электронной платформы необходимо ориентироваться на следующие организационно-методические аспекты: структурирование имеющегося материала с учетом новых средств обучения, соблюдение санитарно-гигиенических требований и режимных моментов в дозированном использовании технических мультимедийных средств обучения на уроке, использование интерактивных форм работы, разработка конспектов уроков с учетом ИКТ-технологии.

Мы рассмотрели возможности использования компьютера для развития процессуального и мотивационного компонентов познавательной самостоятельности младших школьников. Самостоятельное изучение учащимися начальных классов различных явлений с помощью компьютерных моделей способствует развитию у них таких познавательных приемов и способов действий, как анализ проблемной ситуации, выявление на этой основе закономерностей и связей, обеспечивающих функционирование определенной системы. Умение младших школьников исследовать с помощью компьютера и сети Интернет различные явления будет свидетельствовать о сформированности познавательных приемов. Особый интерес у обучающихся младших классов вызывают задания выполняемые с помощью моделирования на компьютере в игровой занимательной форме, они способствуют развитию познавательной активности.

Одним из основных инструментов для формирования универсальных учебных действий являются электронно-образовательные ресурсы. Электронно-образовательные ресурсы в современной начальной школе являются необходимым компонентом в учебно-методических комплексах по изучению учебных предметов, том числе и по математике (Рис. 1).

Для бумажного носителя учебника обязательно есть ЭОР – электронные учебники. Ими может воспользоваться как учитель на уроке, так и сам обучающийся при изучении материала дома.

Универсальную классификацию для ЭОР определить конкретно практически невозможно даже в предметных образовательных областях. Рассмотрим классификацию А. А. Журина, где выделяются основные группы ЭОР:

- компьютерные учебники;
- электронные учебные пособия;
- компьютерный задачник;
- электронные тренажеры;
- компьютерный практикумы;
- тестирующая система;
- мультимедийная презентация [3].



Рис.

Электронно-образовательные ресурсы

Применяя в начальной школе все вышеназванные виды ЭОР, учитель активизирует три уровня познавательной деятельности: воспроизводящий, преобразующий и творческо-поисковый.

Как правило, интернет-ресурсы представляют собой целые комплексы информации, включающие различные картинки, текст и программные модули. Можно выделить следующие виды: образовательный сайт, образовательный портал, база знаний, система дистанционного обучения [3].

В рамках первого этапа педагогического эксперимента мы взяли диагностики по оценке познавательных универсальных учебных действий, рекомендуемые Программой развития УУД [2]:

- 1) методика на определение уровня вербального (абстрактного) мышления (по К. Йерасеку);
- 2) диагностика уровня сформированности теоретического анализа и внутреннего плана действий у младших школьников «Логические задачи» А. З. Зака;
- 3) диагностика сформированности универсального действия общего приема решения задач (по А.Р. Лурия, Л.С. Цветковой).

На формирующем этапе педагогического эксперимента разработана и реализована в традиционной классно-урочной системе методика использования электронных образовательных ресурсов (ЭОР), направленных на формирование познавательных УУД у первоклассников.

Одной из проблем технического характера является хранение таких специфических информационных ресурсов как файлы, презентации. Очень важно было сохранить информацию на надежном носителе. Решение данной проблемы мы увидели в создании персонального сайта учителя. Проанализировав возможности различных образовательных сайтов, мы воспользовались Конструктором сайта для учителя Мультиурок.ру <https://multiurok.ru/>

Поскольку наш экспериментальный класс обучается по программе «Школа России» (авт. М.И. Моро), то нас интересовали электронно-образовательные ресурсы по этому УМК. Это достаточно большой комплекс ЭОР для работы на уроке, во внеурочной деятельности, дома, с родителями, для индивидуальной и групповой работы. На уроках математики в 1 классе мы применяли следующие электронные образовательные ресурсы: электронный учебник, электронное приложение к учебнику М. И. Моро, электронное учебное пособие к учебнику М. И. Моро, мультимедийные презентации, электронные ресурсы образовательных сайтов pedsovet.org, multiurok.ru, infourok.ru, interneturok.ru, znanika.ru

Все необходимы нам в работе материалы (электронный учебник, электронное приложение к учебнику М. И. Моро, электронное учебное пособие к учебнику и др.) доступны как электронный ресурс сайта «Детские радости» <https://detskieradosti.ru/load/> Кроме того, мы активно использовали ресурсы образовательных сайтов (Рис. 2).

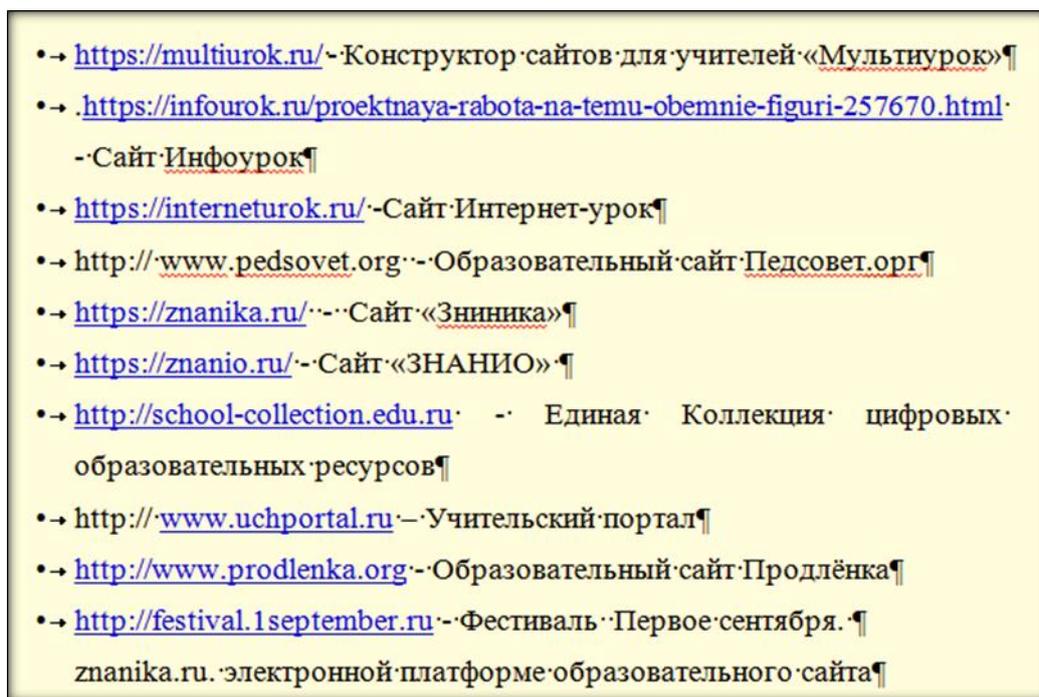


Рис. 2 Образовательные сайты

Мы изучили все ресурсы названных выше образовательных сайтов с точки зрения использования их в обучении первоклассников. Для удобства создаётся технологическая матрица, где выделены структурные компоненты познавательных УУД и наиболее целесообразные ЭОР для электронной поддержки. Все электронные ресурсы мы распределили в 3 блока:

- 1) для формирования общеучебных познавательных УУД (контроль, смысловое чтение, поиск информации),
- 2) для формирования логических УУД (построение логической цепи рассуждений, установление причинно-следственных связей, подведение под понятие),
- 3) для формирования знаково-символических действий (моделирование, преобразование модели).

В своей деятельности мы активно использовали ЭОР сайтов, среди которых: набор электронных тестов, кроссвордов, интеллектуально-творческие конкурсы по предметам, всероссийский мониторинг на электронной платформе сайта znanika.ru, тренажёры.

На заключительном этапе педагогического эксперимента повторно провели диагностики по оценке познавательных универсальных учебных действий, рекомендуемые Программой развития УУД [2]

Результаты диагностик по оценке познавательных УУД у первоклассников обобщили, отобразив их в диаграмме (Рис. 3). Лучше всего у первоклассников на начало обучения в начальной школе были развиты логические познавательные УУД, большая часть учащихся демонстрировала средний уровень. В конце работы мы видим, что в результате у большинства детей повысился уровень сформированности универсальных действий анализа смыслового текста и построения схемы при работе над задачами. Средние показатели по всем трем диагностикам у многих учеников повысились. Самая яркая положительная динамика наблюдается по развитию логических познавательных УУД.

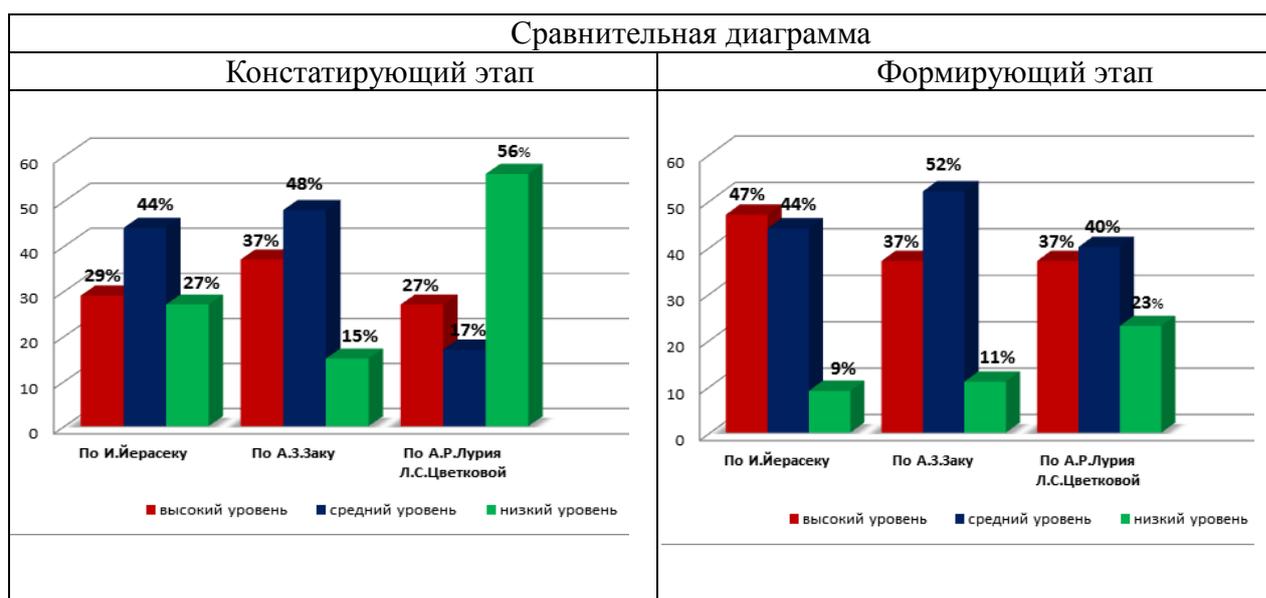


Рис. 3 Результаты диагностик по оценке познавательных УУД

Предлагаемую методику использования таких ЭОР как электронный учебник, электронное приложение к основному учебнику, электронные учебные пособия, ресурсы образовательных сайтов положительно оценила большая часть опрошенных учителей, они готовы к системному внедрению ЭОР в свою педагогическую деятельность. При применении ее в собственной педагогической практике учитель убеждается в том, что у него может появиться больше времени на решение более сложных профессиональных задач, на углубление и закрепление самостоятельно полученных обучающимися знаний, на развитие у них общеучебных, логических познавательных УУД и знаково-символические действия на уроках.

ЛИТЕРАТУРА:

1. Буркова, Л.Л. Материалы к урокам математики в начальных классах с использованием интерактивной доски. Учебно-методическое пособие [Текст] / Л.Л.

Буркова. – Майкоп: Магарин О.Г., 2012. – 72 с.

2. Диагностика познавательных УУД [Электронный ресурс]. – Режим доступа: <https://infourok.ru/diagnostika-poznavatelnih-uud-s-po-klass-3332936.html> (дата обращения: 10. 10. 2018)

3. Журин, А.А. Учимся работать на компьютере. Начинающим и школьникам / А. А. Журин. - М.: Лист Нью, Большая Медведица, 2012. – 320 с.

ФОРМИРОВАНИЕ ВРЕМЕННЫХ ПРЕДСТАВЛЕНИЙ НА ФАКУЛЬТАТИВНЫХ ЗАНЯТИЯХ ИСТОРИКО-МАТЕМАТИЧЕСКОГО СОДЕРЖАНИЯ В НАЧАЛЬНЫХ КЛАССАХ

*К.В.Темченко, факультет педагогики и психологии
Научный руководитель – Л.Л. Буркова, к. пед. наук, доцент*

Совершенствование форм организации обучения, которые помогают вовлечь учащихся в познавательный поиск, остаётся актуальным и в новой компетентностной модели начальной школы. Вопросы использования свободного времени школьников всегда были насущны для общества. Внеурочная работа по математике является взаимодополняющим компонентом базового образования. Для того чтобы исключить перегрузки учащихся, целесообразно при организации внеурочной работы базироваться на имеющихся у них знаниях и дополнять обязательную учебную работу по предмету. При этом отбор форм работы и содержания зависит от конкретных условий, от уровня развития учащихся, от программы обучения. Одной из форм внеурочной познавательной деятельности школьников является факультатив.

При изучении математики приходится оперировать такими абстрактными понятиями, как число, мера, пространственные формы, и учащимися они воспринимаются как формальные, оторванные от жизни. Поэтому перед учителем начальных классов стоит задача преодолеть эту тенденцию, связать обучение с жизнью, показать, что возникновение математических понятий связано с практической деятельностью человека и является результатом обобщения им явлений действительности. С этой целью необходимо использование историко-математического материала уже в начальном звене школы. Вопросам включения его в содержание школьного курса посвящены работы И.Я.Депмана, А.В.Тихоненко, Т.А.Заболотных, Д.В.Клименченко и др. Исследователи и практики отмечают, что обращение к вопросам истории при изучении математики способствует укреплению познавательных интересов к предмету, углублению понимания изучаемого фактического материала, расширению кругозора учащихся, повышению их общей культуры.

На наш взгляд, такая деятельность наиболее продуктивна при изучении основных величин, т.к. это даёт возможность извлекать полезные знания не только из книг, способствует усилению практической направленности обучения. Изучение раздела «Время и его измерение» в первую очередь направлено на решение жизненно-практических задач.

Однако в методической литературе практически не разработано содержание факультативных курсов по тому или иному учебному разделу. Таким образом, мы пришли к противоречию между целесообразностью изучения элементов историзма на факультативных занятиях в начальной школе и недостаточной практической разработанностью конкретных методических аспектов этой малоиспользуемой и менее традиционной формы внеурочной работы. В связи с этим, проблемой нашего исследования является разработка теоретических и методических основ проведения факультативных занятий в начальной школе в процессе формирования временных представлений. В рамках нашего исследования разработано содержание авторской программы факультативного курса историко-математического содержания «Путешествие во времени» по изучению истории мер времени в 3 классе.

Эмпирической базой исследования стала МОБУ СОШ №18 Муниципального образования «Кореновский район». Выборку составили учащиеся 3 класса. Общий объём

выборки – 28 учеников.

На I этапе (подготовительном) исследования осуществлен теоретический анализ проблемы; выполнено психолого-педагогическое обоснование целесообразности проведения факультативных занятий при обучении младших школьников; разработано содержание факультативных занятий, направленных на формирование временных представлений у третьеклассников. На II этапе (опытно-экспериментальном) проведено эмпирическое исследование по оценке эффективности авторского варианта факультатива историко-математического содержания «Путешествие во времени» по изучению истории мер времени в 3 классе.

На III этапе (обобщающем) – обработка и интерпретация полученных данных.

В рамках первого этапа проведено анкетирование третьеклассников, в результате чего выявили детей, заинтересовавшихся тематикой нашего факультатива [2]. Это важный момент в организации факультативных занятий. Факультативы проводятся только на добровольных началах. Как отмечено в пояснительной записке к Единым типовым учебным планам, факультативные занятия – это форма организации учебных занятий во внеурочное время, направленная на углубление, расширение и коррекцию знаний учащихся по учебным предметам в соответствии с их потребностями, способностями и склонностями. Главное назначение факультативов – удовлетворение интересов учащихся к отдельным вопросам математики внепрограммного характера, углубление математических знаний.

Дальнейшая работа по нашему исследованию преследует следующие цели:

- апробировать содержание факультативных занятий историко-математического содержания;
- выявить влияние изучения элементов историзма на уровень сформированности временных представлений у третьеклассников;
- проследить динамику проявляющегося интереса к математике как учебной дисциплине в условиях внедрения элементов историзма в содержание математического факультатива.

На формирующем этапе педагогического эксперимента разработано и реализовано содержание факультативных занятий по математике, направленных на углублённое изучение программного материала по разделу «Меры времени» через историко-математический материал.

Факультативный курс «Путешествие во времени» рассчитан на 20 часов в год. Программа разработана в соответствии с требованиями Федерального государственного стандарта начального общего образования к результатам освоения младшими школьниками основ начального курса математики по разделу «Время и его измерение». Ниже приведём тематическое планирование (Таблица 1).

Календарно-тематическое планирование по факультативному занятию «Путешествие по времени» в 3-м классе

Таблица 3.

№ п\п	дата	тема занятия	содержание
1	сентябрь	Вводное занятие	Целевые установки на изучение истории мер времени Диагностика субъективных представлений о времени (методика Е.М. Гареева, А.С. Дмитриева)

2.	сентябрь	Календарь: времена года (сезонные явления)	История происхождения и создания календаря Изображение времен года Создание календаря природы
3.	октябрь	Календарь: год-месяц-неделя	Историческая необходимость уточнения и совершенствования календаря. Изготовление месячного табеля-календаря. Изображение героев сказка «12 месяцев» по временам года.
4	ноябрь	Путешествие во времени: Календари – от древности до наших дней	Виды календарей Работа с Вечным календарём Творческий проект «Календарь будущего»
5	декабрь	Сутки, части суток. Изменение времени в природе (день и ночь)	Взаимное расположение солнца и земли Расписание распорядка дня на неделю Составление учащимися личного расписания на неделю
6	январь	Единица времени «Час». Удивительный мир часов	История происхождения единицы времени «Час». Виды часов (от природных и до современных) Мастер-класс по изготовлению дидактического пособия «Часы». Изображение сюжета стихотворения Андрея Усачева «Когда сова ложиться спать?»
7	февраль	Единица времени «Минута»	История происхождения единицы времени «Минута». Повторение ориентирования по часам. Минута фантазий. Изображение по личному представлению детей единицы времени «Минуты». Цена минуты. Что можно выполнить за минуту?
8	март	Единица времени «Секунда»	История происхождения единицы времени «Секунда». Повторение ориентирования по часам.
9	апрель	Единица времени «Век»	История происхождения единицы времени «Век». Лента времени Создание ленты времени
10	май	Итоговое тестирование	Обобщение таблицы мер времени «Музей часов» – итоговая презентация работ учащихся

Занятия проводятся два раза в месяц, некоторые темы охватывают по 2 часа. На первом занятии даётся теоретический материал из истории мер времени с решением задач практического характера. На следующем – по этой же теме проводятся творческие мастерские, мастер-классы по изготовлению моделей различных приборов для измерения

мер времени, календарей и др. На факультативном курсе «Путешествие во времени» дети работают в альбомах. Он содержит 4 блока: ИсториОтека, ЖизнеОтека, ТвориОтека, «Что узнали? Чему научились?».

В «ИсториОтеке» дети узнают интересные факты из истории появления единиц времени (месяц, год, неделя, час, минута, секунда и т.д.).

«ЖизнеОтека» – практико-ориентированный блок. Учащиеся учатся самостоятельно, определять времена года, дату, время по часам. Даются упражнения на формирование представлений ребенка о продолжительности промежутков времени. Развиваем «чувство времени» (ощущение временного интервала длительностью 1 мин., 1 час) по специально созданной методике, основанной на исследованиях Е.М. Гареева, А.С. Дмитриева [3, 17]. Необходимо научить детей беречь время и не терять его зря.

На «ТвориОтеке» учащиеся делают поделки, выполняют творческие задания, выступают с докладами на интересные темы из истории развития мер времени, истории календаря и т.д. Для этого блока Л.Л. Бурковой, С. С. Будагян предлагается система наглядных пособий [1].

Последняя часть альбома «Что узнали? Чему научились?» подводит итоги за каждую пройденную тему, даёт материал для рефлексии.

На заключительном этапе мы провели анкетирование третьеклассников для оценки факультативного курса. В результате проведенного анкетирования выяснилось, что все дети, посещавшие факультатив, хотели бы продолжить занятия. На вопрос о том, что больше всего нравится на занятиях факультатива, мы получили следующие ответы:

- А) беседы об истории мер времени – 5 человек (36%)
- Б) решение практических задач – 2 человека (14%)
- В) мастер-классы по работе над проектом – 7 человек (50%)

Больше всего детям нравится творческая часть (мастер-классы по работе над проектами) (Рис. 1).

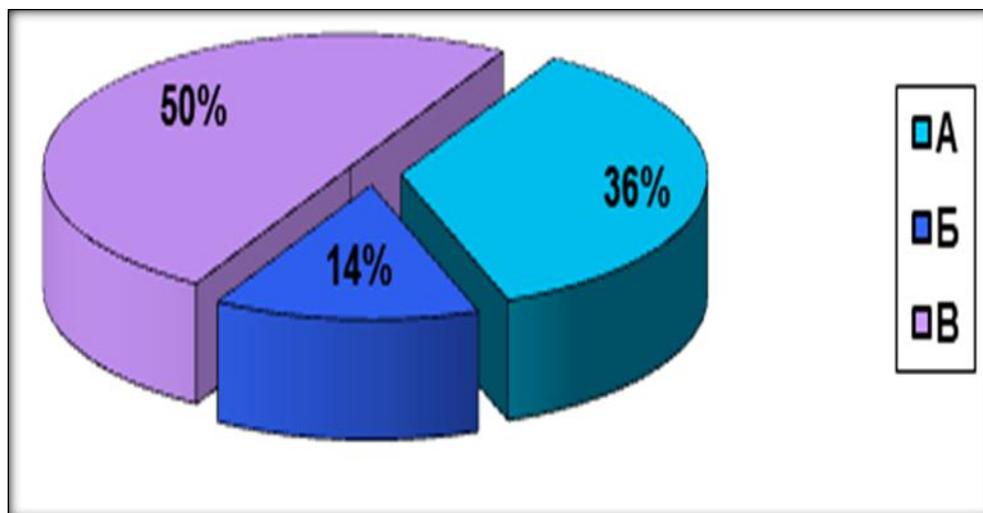


Рис. 1 Результаты анкетирования

Кроме того, в рамках педагогического эксперимента проведено исследование по сравнению качества математической подготовки в экспериментальной и контрольной группах, т.е. у посещавших и не посещавших факультатив третьеклассников. По результатам контрольных срезов, мы вычислили статистические характеристики: коэффициент качества знаний (КЗ), коэффициент успеваемости (КУ), коэффициент степени обученности учащихся (СОУ) (Рис.2).

Экспериментальная группа	Контрольная группа
--------------------------	--------------------

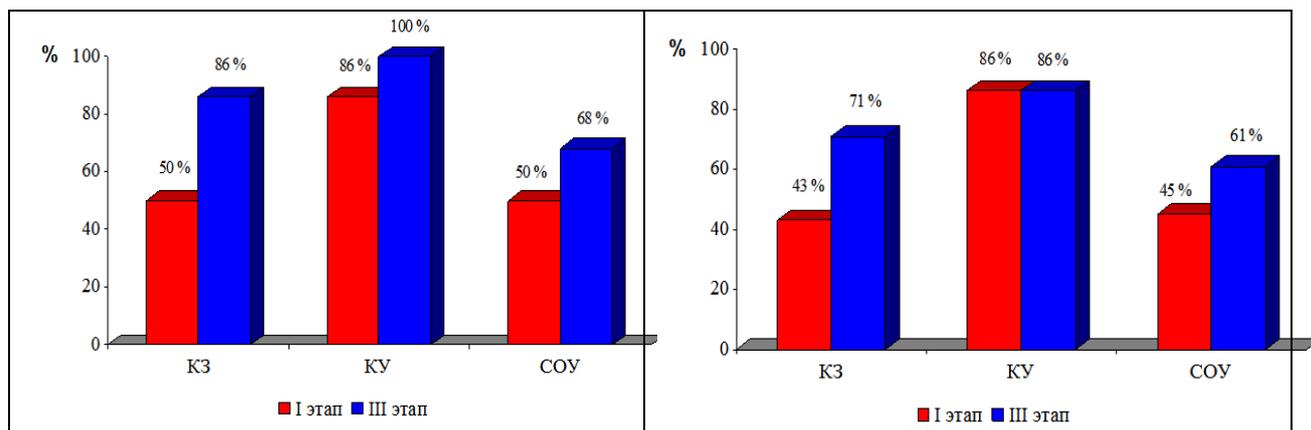


Рис.2 Сравнительная характеристика показателей двух этапов эксперимента

Мы наблюдаем положительную динамику по большинству всех измеренных показателей в обеих группах. Однако учащиеся экспериментальной группы лучше справились с заданиями, чем учащиеся контрольной группы. Рост коэффициентов качества знаний и СОУ ярче выражен в экспериментальной группе. Кроме того, в контрольной группе коэффициент успеваемости остался на прежнем уровне.

Систематическое проведение факультативных занятий наряду с классно-урочной формой обучения способствует более прочному формированию временных представлений у третьеклассников. А задания с историческим и природоведческим сюжетом дают возможность ученикам увидеть неразрывную связь математики с окружающим миром, расширяют их кругозор, обогащают активный словарный запас. Факультативные курсы в начальных классах являются одной из эффективных форм внеурочной работы, способствуют развитию предметных и коммуникативных компетенций, формированию универсальных учебных действий.

ЛИТЕРАТУРА:

1. Буркова Л.Л., Методические рекомендации по использованию наглядных пособий при изучении мер времени [Текст] / Л.Л. Буркова, С.С. Будагян. – Белореченск: Белореченская типография, 2006. – 48 с.
2. Буркова, Л.Л. Факультативные занятия историко-математического содержания как форма внеурочной работы в начальной школе [Текст] / Л.Л. Буркова, К. А.Кочкарова // AKTUÁLNÍ PEDAGOGIKA. Vědecký časopis. - Prague :Vědecko vydavatelské centrum «Sociosféra-CZ», s.r.o. 2019. – № 2-3 – С. 35-40
3. Гареев Е. М. Межцентральные взаимоотношения неокортекса при оценке времени и ее психологические закономерности: диссертация . кандидата биологических наук: 03.00.13 [Электронный ресурс]. – Ленинградский ун-т. – Уфа, 1987. - 234 с. – Режим доступа: <https://search.rsl.ru/ru/record/01008548780>

ИСПОЛЬЗОВАНИЕ СОДЕРЖАНИЯ ШКОЛЬНОГО КУРСА ГЕОГРАФИИ ДЛЯ РАЗВИТИЯ ТОЛЕРАНТНОСТИ УЧАЩИХСЯ

*Галлаев Язымрат, студент 5 курса
факультета естествознания*

Научный руководитель- Ф.В. Тугуз, доцент кафедры географии

По нашему мнению, воспитание толерантности подрастающего поколения может успешно осуществляться на уроках географии. Уроки географии - особые занятия, который отличаются от своих аналогов тем, что все его участники учатся во многом на собственном опыте настоящего момента. Это благоприятная среда, где каждый может увидеть и осознать свои плюсы и минусы, достижения и поражения. Благодаря тому что ситуация учебная, ни один из участников не рискует уже сложившимися отношениями и взглядами, а приобретает и использует новый опыт.

В учебной атмосфере создаются благоприятные условия для освоения позитивных поведенческих стилей, формирования склонности к выбору социально приемлемого поведения, понимания и освоения конструктивных стратегий разрешения конфликтов. Важной составляющей таких стратегий становится формирование не только умения находить положительные стороны в негативных явлениях или качествах, но и развитие способности видеть и использовать позитивные аспекты в любой ситуации. Все эти непростые задачи решаются в учебном процессе зачастую в увлекательной игровой форме.

В учебном курсе географии есть упражнения, направленные на понимание того, что такое группа, некоторых закономерностей группового поведения. В результате формируются и закрепляются умения и навыки «быть в группе», уверенно взаимодействовать в группе, добиваться успеха в группе, а это значит быть успешным и в социальном мире.

Цели и возможности при изучении школьного курса географии

Учебный предмет "География" представляет определенную систему знаний, ценностей и способов деятельности, обеспечивает развитие понимания, и принятие учащимися другой культуры, то есть религии, языка, традиции. Носителями культуры являются коллективы людей (этнос), каждый из которых имеет свои неповторимые стереотипы и нормы поведения. Религиозные и национальные различия породили большинство крупных политических конфликтов в истории человечества. Демонстрация карты "Горячие точки планеты" и объяснение возникновения очагов напряженности приводят учащихся к пониманию серьезности проблемы. Для современного человека, связан он профессионально с туризмом или нет, важны не только знания географии как таковой - особенности природы, но и культуры стран мира (особенности верований, традиций).

Структура примерной программы по географии на базовом уровне ориентируется, прежде всего, на формирование общей культуры и мировоззрения школьников, а также решение воспитательных и развивающих задач общего образования, задач социализации личности.

По содержанию предлагаемый базовый курс географии сочетает в себе элементы общей географии и комплексного географического страноведения.

Он завершает формирование представлений у учащихся о географической картине мира, которые опираются на понимание географических взаимосвязей общества и природы, воспроизводства и размещения населения, мирового хозяйства и географического разделения труда, раскрытие географических аспектов глобальных и региональных явлений и процессов, разных территорий.

Содержание курса призвано сформировать у учащихся целостное представление о современном мире, о месте России в этом мире, а также развить у школьников познавательный интерес к другим народам и странам.

В школе продолжают формироваться нравственные и политические принципы, социальные чувства, содержанием которых является любовь к отечеству, преданность ему, гордость за его прошлое и настоящее, стремление защитить интересы родины.

На уроках географии часто употребляется понятие «Родина», «родная земля», «родной край». Эти понятия, прежде всего, обозначают то или иное место на Земле, ту или иную территорию, где ощущаешь себя в своей среде, где окружающие тебя люди говорят на родном для тебя языке, близки тебе по образу жизни, культуре, мироощущению.

Образованный и культурный человек должен хорошо знать особенности природы своей Родины, представлять, как повлияла природная среда на характер, быт, хозяйственную деятельность человека. Без знания особенностей природы той или иной территории трудно объяснить уклад жизни населения, традиционные направления хозяйства.

Начиная с 5-го класса и заканчивая девятым, очень большое внимание уделяется урокам, связанным с экологическими проблемами нашей страны и мира в целом. В 8

классе после завершения темы по регионам России, обязательно рассматриваются экологические проблемы, связанные с данной территорией.

Формирование толерантности школьников-подростков как базового личностного качества, которое характеризуется системой этнокультурных знаний, коммуникативных умений и иерархией ценностных ориентаций, необходимых для позитивного полиэтнического взаимодействия, будет эффективным, если в образовательном процессе школы реализуются следующие условия:

- обеспечивается профессиональная готовность педагога (учителя) к развитию толерантности школьников-подростков, которая проявляется в позитивном отношении к представителям других этносов, активной толерантной позиции, в использовании ориентационно-ценностных технологий;

- актуализируется аксиологический потенциал толерантности в содержании учебных предметов (история, география, литература);

- в жизнедеятельности школы моделируются специальные ситуации формирования толерантности с использованием тренинговых технологий, стимулирующих развитие знаний, ценностного отношения, толерантного поведения подростков. Воспитание терпимости имеет положительный результат на раскрытии негативных процессов, например, депортация народов.

Школьная география относится к числу важнейших учебных дисциплин, содержащих в себе большие возможности для осуществления патриотического воспитания молодежи. Большие возможности имеет физическая география России восьмого класса. Так, в учебнике по географии имеются сведения из истории географических открытий и современных исследований. Учащиеся узнают, как необъятны просторы нашей Родины, как велики и разнообразны ее природные богатства.

География как учебная дисциплина обладает уникальными возможностями в воздействии на развитие интеллектуальных, нравственных, эстетических качеств личности, в формировании экологического самосознания и толерантности учащихся.

Методы исследования: логика исследования обусловила использование теоретических методов: изучение философской, социологической, психолого-педагогической литературы; анализ понятийно-терминологической системы; обобщение педагогического опыта. Эмпирические - педагогическое наблюдение, анкетирование, беседы, опрос, сочинения - рассуждения; анализ результатов опытно-экспериментальной деятельности, статистическая обработка материалов исследования.

Изучение географии в старшей школе на базовом уровне направлено на достижение следующих целей:

- усвоение системы географических знаний о целостном, многообразном и динамично изменяющемся мире, взаимосвязи природы, населения и хозяйства на всех территориальных уровнях, географических аспектах глобальных проблем человечества и путях их решения, методах изучения географического пространства, разнообразии его объектов и процессов;

- овладение умениями сочетать глобальный, региональный и локальный подходы для описания и анализа природных, социально-экономических, геоэкологических процессов и явлений;

- развитие познавательных интересов, интеллектуальных и творческих способностей посредством ознакомления с важнейшими географическими особенностями и проблемами мира, его регионов и крупнейших стран;

- воспитание патриотизма, толерантности, уважения к другим народам и культурам, бережного отношения к окружающей среде;

- использование в практической деятельности и повседневной жизни разнообразных географических методов, знаний и умений, а также географической информации;

- нахождение и применение географической информации, включая карты, статистические материалы, геоинформационные системы и ресурсы Интернета, для правильной оценки важнейших социально-экономических вопросов международной жизни; геополитической и геоэкономической ситуации в России, других странах и регионах мира, тенденций их возможного развития;

- понимание географической специфики крупных регионов и стран мира в условиях стремительного развития международного туризма и отдыха, деловых и образовательных программ, телекоммуникации, простого общения.

Выводы

Изучение путей воспитания толерантности подростков особо важно, так как в настоящее время это стало одной из важнейших общественных проблем. Современное состояние общества характеризуется усилением социальной мобильности, миграции, развитием культурных контактов всех уровней, резкими изменениями ценностных ориентиров. При этом во всех сферах отмечается и повышение уровня межэтнической агрессии, культурной нетерпимости, религиозного и этнического экстремизма. Преодолеть эти кризисные явления возможно только при условии воспитания уже в личности подрастающего поколения толерантности, терпимости к иным способам жизни, к иным культурным формам, при условии формирования толерантного сознания как стабильной личностной характеристики.

На основе проведенного анализа социально-психологических условий можно выделить следующие основные условия:

1. Просвещение. Знакомство детей и подростков с культурами разных народов.
2. Формирование позитивного ценностного отношения к культурному многообразию и негативного отношения к проявлениям национализма, шовинизма.
3. Организация накопления позитивного опыта межэтнического взаимодействия и общения.

Воспитание толерантности подрастающего поколения может успешно осуществляться при посещении подростками занятий, где каждый подросток может с легкостью и удовольствием увидеть и осознать свои плюсы и минусы, достижения и поражения. Благодаря тому что ситуация учебная, ни один из участников не рискует уже сложившимися отношениями и взглядами, а приобретает и использует новый опыт.

ЛИТЕРАТУРА:

1. Агаев, А.Г. Нация, ее сущность и самосознание / А.Г. Агаев // Вопросы психологии. – 1967. – № 7. – С. 102.

2. Асмолов, А.Г. На пути к толерантному сознанию / А.Г. Асмолов. – М., 2000. – 7 с.

3. Аджиева, Е.М. Этнопедагогические и этнопсихологические условия воспитания толерантности / Е.М. Аджиева // Толерантное сознание и формирование толерантных отношений (теория и практика). Сб. науч.–метод. ст. – отв. редактор С.К. Бондырева. – М.: Московский психолого-социальный институт; Воронеж: Издательство НПО «МОДЭК», 2002. – С. 85-99.

4. Баскакова, Е.В. Психологические исследования и диагностика толерантного сознания на экспериментальных площадках Москвы / Е.В. Баскакова // Толерантное сознание и формирование толерантных отношений (теория и практика). Сб. науч.–метод. ст. – отв. редактор С.К. Бондырева. – М.: Московский психолого-социальный институт; Воронеж: Издательство НПО «МОДЭК», 2002. – С. 251-268.

5. Белинская, Е.П., Стефаненко, Т.Г. Этническая социализация подростка / Е.П. Белинская, Т.Г. Стефаненко. // Серия «Библиотека школьного психолога». – М.: Московский психолого-социальный институт; Воронеж: Издательство НПО «МОДЭК», 2000. – 208 с.

6. Белова, Т. П., Бессараб, Ю.А. Этническая толерантность в контексте трансформации российской идентичности / Т. П. Белова, Ю.А. Бессараб //

Этнопсихологические и социокультурные процессы в современном обществе: Материалы Международной научной конференции 18-20 сент. 2003 г. / отв. ред. В.В. Гриценко. – Балашов: Изд-во «Николаев», 2003. – С. 404.

ПРОЕКТНАЯ ДЕЯТЕЛЬНОСТЬ НА УРОКАХ ГЕОГРАФИИ КАК СРЕДСТВО РАЗВИТИЯ ИССЛЕДОВАТЕЛЬСКИХ УМЕНИЙ ШКОЛЬНИКОВ

Ивакина Екатерина,

студентка факультета естествознания

Научный руководитель – канд. пед. наук, доцент А.М. Шехмирзова

Происходящие изменения в общественной жизни требуют развития новых способов образования, педагогических технологий, имеющих дело с индивидуальным развитием личности, формирования у обучающегося универсального умения решать задачи самоопределения. Государственная политика в области образования реализуется через образовательные стандарты, отражающие изменяющиеся требования жизни общества к выпускникам общеобразовательной школы. В основе действующего федерального государственного образовательного стандарта лежит системно-деятельностный подход, который предопределил необходимость поиска инновационных форм и методов организации самостоятельной работы учащихся. Приоритетной целью новых ФГОС на уровне основного общего образования стало максимальное формирование способности школьников к проектной и учебно-исследовательской деятельности, развитие личностных качеств самостоятельной постановки учебных целей, проектирования путей их реализации, контроль и оценка собственных учебных достижений на основе индивидуальных образовательных маршрутов.

Организация проектной и учебно-исследовательской деятельности относится к наиболее эффективным способам построения школьного образования, направленного на развитие активной личности, успешной в постоянно изменяющихся условиях жизни. Она призвана формировать умения, сопряжённые с практической деятельностью, учит мыслить самостоятельно, ставить и решать проблемы, привлекая знания из разных областей науки. Именно проектный метод позволяет превратить ученика в активный субъект совместной деятельности.

Актуальность овладения школьниками основами проектирования обусловлена несколькими причинами: владение логикой и технологией проектной деятельности позволяет обучающимся эффективно осуществлять аналитические, организационные функции в социально-культурной сфере; проектные технологии обеспечивают конкурентоспособность обучающихся. В результате использования метода проектов на уроках, школьники учатся самостоятельно искать и анализировать информацию, обобщать и применять полученные ранее знания по предмету, приобретают самостоятельность, ответственность, формируют и развивают умения планировать и принимать решения.

Необходимость решения рассматриваемой проблемы находит отражение в различных государственных нормативных документах (ФЗ «Об образовании в РФ» от 29.12.2012 № 273-ФЗ с изм. и доп., вступ. в силу с 24.07.2015; ФГОС ООО, в ред. Приказа Минобрнауки России от 29.12.2014 № 1644). В соответствии с этими документами, программа развития универсальных учебных действий при получении основного общего образования должна быть направлена на: формирование у обучающихся основ культуры исследовательской и проектной деятельности и навыков разработки, реализации и общественной презентации обучающимися результатов исследования, предметного или межпредметного учебного проекта, направленного на решение научной, личностно и (или) социально значимой проблемы.

Изучение и анализ научной литературы свидетельствуют о том, что в теории и практике существуют ценные идеи, подходы к решению рассматриваемой проблемы.

Метод проектов связывали с идеями гуманистического направления в философии и образовании, разработанными Американским философом и педагогом Дж. Дьюи, а также

его учеником В.Х. Килпатриком (статья "Метод проектов" 1918), которые в основе метода проектов ставили идею о направленности учебно-познавательной деятельности школьников на результат, который получается при решении той или иной практически или теоретически значимой проблемы.

Развитие метода проектов в школах России связано с именами таких педагогов, как В.Н. Шульгин, М.В. Крупенина, Б.В. Игнатъев, С.Т. Шацкий и др.

Все эти работы имеют важное теоретическое и практическое значение. В то же время многие вопросы, связанные с проблемой практического применения проектного метода как средства развития исследовательских умений школьников, еще остаются открытыми. В частности, открытым остается вопрос определения педагогических условий формирования исследовательских умений на уроках географии.

Анализ состояния изучаемой нами проблемы в педагогической теории и практике выявил педагогическое противоречие между потребностью современной школы в условиях реализации новых стандартов в развитии исследовательских умений школьников и недостаточностью потенциала традиционного образования для их развития.

Процесс разрешения данного противоречия неизбежно сопровождается поисками методов, способных выработать умение самостоятельно искать и анализировать информацию, обобщать и применять полученные ранее знания по предмету, помочь приобрести самостоятельность, ответственность, сформировать и развить умения планировать и принимать решения. Значимость указанного противоречия определила проблему нашего исследования. Она заключается в определении педагогических условий формирования исследовательских умений на уроках географии.

Исходя из важности данной проблемы, ее недостаточной теоретической и практической разработки определена тема нашего исследования «Проектная деятельность на уроках географии как средство развития исследовательских умений школьников».

Понятие исследовательских умений учеными трактуется по-разному. Многие из них сразу обращаются к классификации, не давая определения самого понятия.

В нашей работе будем придерживаться следующего определения: исследовательские умения (по Л. В. Занкову) - стремление учащихся к познавательной активности, способность сравнивать, анализировать, самостоятельно решать поставленные перед ними задачи.

В научной литературе было множество попыток создать классификацию исследовательских умений. На сегодняшний день существуют классификации умений, выстроенных по функциям деятельности (Н.В. Кузьмина, З.Ф. Есарева, В.А. Николаев и другие), а также по логике процесса деятельности, в том числе и исследовательской (М.В. Владыка, И.Г. Бердников, Н.М. Яковлева и другие).

Исследовательские умения можно рассматривать как сложные умения, которые состоят из трех основных компонентов: мотивационного, содержательного, операционного (или технологического). При отсутствии одного из вышеперечисленных компонентов или при его плохой сформированности развитие исследовательских умений будет невозможно.

По мнению Гладковой А.П., можно выделить четыре группы исследовательских умений, которые формируются у школьников в процессе обучения в рамках каждой предметной области: организационно-практические, поисковые, информационные, оценочные.

Одним из средств развития исследовательских умений в условиях реализации современных ФГОС общего образования является метод проектов. Он рассматривается как способ достижения дидактической цели через детальную разработку проблемы (технология), которая должна завершиться вполне реальным, осязаемым практическим результатом, оформленным тем или иным образом (по Е.С. Полат). Применение метода проектов на уроках географии даёт возможность: реализовать системно-деятельностный подход в обучении, решить проблему сокращения часов на изучение географии, формировать у школьников исследовательскую компетентность,

овладевать школьникам методами географического прогнозирования.

Проектный метод всегда ориентирован на самостоятельную работу учащихся. С помощью этого метода ученики не только получают сумму тех или иных знаний, но и обучаются приобретать эти знания самостоятельно, пользоваться ими для решения познавательных и практических задач.

Очень важно, что для развития исследовательских умений школьников через проектную деятельность ученики не только приобретали новые знания, но и учились взаимодействовать друг с другом, работать в творческом коллективе. Этапами организации работы над проектом и развития исследовательских умений, выступают: 1) Разработка проектного задания, состоящая из следующих стадий: выбор темы проекта, выделение подтем в темах, формирование творческих групп, подготовка материала к исследовательской работе: формулировка вопросов, на которые нужно ответить, предъявление заданий для команд, определение форм выражения итогов проектной деятельности. На этом этапе у учащихся формируются умения организовать свою работу (организация рабочего места, планирование работы), умения и знания исследовательского характера (выбор темы исследования, умение выстроить структуру исследования, методы исследования, поиск информации), умения ставить цели и пути их реализации, умения участвовать в коллективном обсуждении проблем и принятии решений; 2) Разработка проекта, при котором формируется умение работать с информацией (виды информации, источники информации, научный текст, термин, понятие, смысловые части, умение выделять главное, краткое изложение, цитата, ссылка, план, определения, вывод, формулирование вывода, конспект, условные знаки, доказательство: аргументы, факты, выступление и заключение), развитие критического мышления; 3) Оформление результатов, при котором развивается умение представить результат своей работы (формы представления результатов, формы научных собраний, требования к докладу, речи докладчика; 4) Презентация, на этапе которой происходит развитие коммуникабельности, способности выступать перед публикой, связно излагать свои мысли, уметь аргументировано говорить, выслушивать других, с достоинством выходить из острых ситуаций; 5) Рефлексия формирует умение оценивать свою работу

Таким образом, проектная деятельность, применяемая на уроках географии, учит школьников самостоятельно мыслить, находить и решать проблемы, привлекая для этой цели знания из разных областей, формирует умения прогнозировать результаты, развивает умения устанавливать причинно – следственные связи, учащиеся не только увлекаются темой предмета, но и совершенствуют свои знания, развивают исследовательские умения, прививается интерес и любовь к географии не только как к предмету, но и как к науке в целом.

СРАВНИТЕЛЬНЫЙ АНАЛИЗ СОДЕРЖАНИЯ УЧЕБНИКОВ ШКОЛЬНОГО КУРСА БИОЛОГИИ ПО РАЗДЕЛУ «ЧЕЛОВЕК» ТЕМЫ «ПСИХИКА И ВЫСШАЯ НЕРВНАЯ ДЕЯТЕЛЬНОСТЬ»

*Коваленко Татьяна Владимировна
студентка 4 курса факультета естествознания АГУ
Научный руководитель: к.п.н., доцент Кабаян Ольга Сергеевна*

В настоящее время существует большой выбор учебников и учебных пособий по биологии, призванных обеспечить реализацию образовательных и учебных программ. Учебник отражает содержание учебной дисциплины в соответствии с требованиями стандарта к минимуму содержания биологического образования и к учебной программе. Он соответствует ведущим требованиям современной науки биологии, играет роль ядра системы средств обучения.

Форма представления учебного материала в учебнике включает: основной, дополнительный и иллюстративный материал, а также внетекстовым компонентом учебника.

Основной текст характеризуется строгим соответствием программе. Это каркас структуры учебника.

Назначение дополнительного текста состоит в подкреплении доказательности основного текста необходимой конкретизации, позволяющей лучше понять основное содержание.

Примером дополнительного текста могут служить комментарии к схемам, гистограммам, блокам иллюстративного материала, примечания, история открытий, словари терминов.

Иллюстративный материал раскрывает свойства изучаемого объекта и частично заменяет текст; выполняет функцию обслуживания текста.

Внетекстовые компоненты учебников представлены аппаратом организации усвоения, включающим инструктивно-методические материалы (предисловие к учебнику, заключение, планы перед параграфами, памятки, инструкции и т.д.), вопросы и задания в конце и в начале параграфов, тем, разделов; лабораторным практикумом; условными выделениями шрифта в тексте и аппаратом ориентировки.

В настоящее время существует несколько основных линий учебно-методических комплектов (УМК) по биологии, включающих в себя учебную программу по биологии, серию учебников и рабочих тетрадей по биологии с 5 по 11 классы, методическое сопровождение.

Мы провели сравнительный анализ содержания учебников школьного курса биологии по разделу «Человек» темы «Психика и высшая нервная деятельность» в трех учебниках разных линий.

Авторами одной из линий учебно-методических комплектов являются Н.И. Сонин, В.Б. Захаров, А.А. Плешаков. В данной линии учебников раздел «Человек» представлен учебником «Биология. Человек. 8 класс», авторы Н.И. Сонин, М.Р. Сапин[1]. Программа 8 класса ориентирована на ознакомление с особенностями строения и жизнедеятельности организма человека, привитие школьникам норм и правил здорового образа жизни, решение задач гигиенического и полового воспитания. Тема «Психика и ВНД» представлена в конце учебника, на ее изучение отведено 6 часов и в учебнике представлено 6 параграфов.

Вторую авторскую линию учебно-методического комплекта представляет авторский коллектив под руководством И.Н. Пономарёвой (Т.С. Сухова, В.И. Строганов, О.Н. Корнилова, В.М. Константинов), и представленный учебник «Биология. 8 класс. Человек» В.Н. Драгомилов, Р.Д. Маш[2]. Приоритетной целью авторской программы и компонентов учебно-методического комплекта является развитие у учащихся понимания величайшей ценности биологического разнообразия, идея эволюции органического мира, устойчивого развития природы и общества. Вместе с тем особое внимание уделено задачам экологического образования учащихся и воспитания у них экологической культуры, за счёт некоторого сокращения анатомического и морфологического материала. Тема «Психика и ВНД», как и в предыдущем случае, рассматривается в конце учебника, и она представлена 7 параграфами и 7 уроками. Следовательно, выделяется больше времени на рассмотрение данной темы.

Третьим вариантом авторской линии учебно-методического комплекта по биологии является линия авторского коллектива под руководством В.В. Пасечника: В.М. Пакуловой, Р.Д. Маша, В.В. Латюшина. Линия включает учебник «Биология. Человек. 8 класс» Д.В. Колесов, Р.Д. Маш, И.Н. Беляев[3]. В 8 классе данной образовательной линии учащиеся получают знания о человеке как биосоциальном существе. Большое внимание уделяется санитарно-гигиеническим правилам, охране природы и изучению правил личной гигиены. Включение в программу курса сведений по психологии направлено на формирование у

учащихся умений рационально организовывать учебную, трудовую, спортивную деятельность и отдых. Тема «Психика и ВНД», по аналогии с предыдущими учебниками, рассматривается в конце. На изучение ее отводится 5 уроков и 5 параграфов, что несколько меньше, нежели чем у вышепредставленных авторов.

Анализ содержания учебников по биологии (раздел «Психика и ВНД») позволил установить, что основным носителем знаний о высшей нервной деятельности и психике является основной текст, представленный во всех учебниках терминами, сквозными (ключевыми) понятиями, фактами, явлениями, процессами, а также характеристикой основных идей, биологических закономерностей, связанных с поведением человека. В тексте уделяется внимание вопросам углубления знаний о безусловных рефлексах, об условиях и механизме образования условных рефлексов, выясняется роль временной связи, возникающей в высших отделах головного мозга, показывается значение условных рефлексов, знание о процессах высшей нервной деятельности рассматривается для объяснения особенностей поведения и психики человека.

Проанализируем наличие необходимых для изучения темы основных понятий в рассматриваемых учебниках. (таб.1)

Авторы	Н.И. Сонин, М.Р. Сапин	В.Н. Драгомилов, Р.Д. Маш	Д.В. Колесов, Р.Д. Маш, И.Н. Беляев
Основные понятия			
Безусловный рефлекс	+	+	+
Условный рефлекс	+	+	+
Инстинкт	+	+	+
Запечатление	+	+	+
Динамический стереотип	-	+	+
Мышление	+	+	-
Подкрепление	-	+	+
Условное торможение	+	+	+
Центральное торможение	+	+	+
Временная связь	+	-	+
Этология	-	-	+
Растормаживание	+	-	+
Безусловное торможение	+	+	+
Доминанта	+	+	+
Взаимная индукция возбуждения-проведения	+	+	+
Быстрый сон	+	+	+
Медленный сон	+	+	+
Электроэнцефалограф		+	-
Сновидения	+	+	+
Режим сна и бодрствования	+	+	+
Физиология ВНД	+	+	+
Подсознание	-	+	-
Сознание	+	-	+
Языковые центры	-	+	-
Языковая среда	-	+	-
Внешняя и внутренняя речь	+	+	+
Интуиция	-	-	+
Ощущение	+	+	+
Восприятие	+	+	+

Память	+	+	+
Воображение	+	+	+
Мышление	+	+	+
Объект	-	-	+
Фон	-	-	+
Наблюдение	+	-	+
Представление	+	-	+
Ум	+	-	+
Воля	+	+	-
Этапы волевого акта	-	+	-
Внушаемость	+	+	-
Негативизм	-	+	-
Эмоции	+	+	+
Навыки	-	-	+
Привычки	+	-	+
Эмоциональные реакции	-	+	-
Эмоциональные состояния	-	+	-
Эмоциональные отношения	-	+	-
Внимание (произвольное, произвольное)	+	+	-
Функции воли (побудительная и тормозная)	+	+	+
Работоспособность	-	+	-
Активный и пассивный отдых	-	+	-
Режим дня	-	+	+
Стадии работоспособности	-	+	-

Таблица 1. Наличие основных понятий

Можем заметить, что многие понятия в анализируемых учебниках повторяются, однако есть и такие, которые присутствуют только в одной книге. Наиболее полный набор понятий представлен в учебнике В.Н. Драгомилова и Р.Д. Маша. В других книгах объём основных понятий меньше, однако соответствует стандарту.

Изучение иллюстративного материала рассматриваемых учебников показало, что он дополняет текст учебника, к представленным рисункам приведены пояснения, но нет диаграмм.

Лабораторный практикум носит исследовательский характер. Включены приёмы самооценки здоровья путём сравнения личных результатов функциональных проб и физиологических тестов с нормативными. Изучение тем сопровождается демонстрациями. Они направлены на развитие познавательного интереса, объясняющие процессы, протекающие в организме человека.

Сравним тематику и количество лабораторных работ по исследуемой теме. (таб.2)

Тема лабораторной работы	Авторы		
	Н.И. Сонин, М.Р. Сапин	В.Н. Драгомилов, Р.Д. Маш	Д.В. Колесов, Р.Д. Маш, И.Н. Беляев
Перестройка динамического стереотипа: овладение навыком	-	+	+

зеркального письма.			
Изучение внимания при различных условиях.	-	+	+

Таблица 2. Наличие лабораторных работ по теме

В учебнике Н.И. Сониной и М.Р. Сапина отсутствуют необходимые лабораторные работы.

Изучение тем сопровождается демонстрациями. Они направлены на развитие познавательного интереса, объясняющие процессы, протекающие в организме человека.

Наиболее успешным в плане наличия необходимых понятий является учебник В.Н. Драгомилова и Р.Д. Маша; лабораторные работы представлены в учебниках В.Н. Драгомилова, Р.Д. Маша и Д.В. Колесова, Р.Д. Маша, И.Н. Беляева в одинаковом количестве; иллюстрационный материал в большем объеме представлен в учебнике Н.И. Сониной, М.Р. Сапина. В этом учебнике присутствуют Интернет-ссылки по темам параграфов, что в современных реалиях положительно сказывается на изучении темы обучающимися.

Таким образом, сравнительный анализ содержания учебников школьного курса биологии по разделу «Человек» темы «Психика и высшая нервная деятельность» показал, что основную мотивационную, информационную, дидактическую нагрузку по содержанию анализируемой темы авторы возлагают на основной текст учебника, в то время как обладающие огромными возможностями другие структурные компоненты задействованы в меньшей мере. Наилучшее раскрытие темы представлено в учебнике «Биология. 8 класс. Человек» В.Н. Драгомилов, Р.Д. Маш[2], тогда как вспомогательный аппарат наиболее красочно представлен в учебнике «Биология. Человек. 8 класс», авторы Н.И. Сонин, М.Р. Сапин[1].

ЛИТЕРАТУРА:

1. Сонин, Н. И. Биология. Человек. 8 класс : учеб, для общеобразоват. учреждений / Н. И. Сонин, М. Р. Сапин. — 5-е изд., стереотип. — М. : Дрофа, 2012. — 287 с.

2. Драгомилов А.Г., Маш Р.Д. Биология: 8 класс: Учебник для учащихся общеобразовательных учреждений. — 3-е изд., перераб. — М.: Вентана- Граф, 2008. — 272 с.: ил.

3. Колесов Д. В. Биология. Человек: Учеб, для 8 кл. общеобразоват. учеб, заведений / Д. В. Колесов, Р. Д. Маш, И. Н. Беляев. — 3-е изд., стереотип. — М.: Дрофа, 2002. — 336 с.: ил.

ТВОРЧЕСКИЕ ЗАДАНИЯ НА УРОКАХ ГЕОГРАФИИ КАК СРЕДСТВО РАЗВИТИЯ КРЕАТИВНОСТИ УЧАЩИХСЯ

*Корабельникова Алина, студентка факультета естествознания
Научный руководитель – канд. пед. наук, доцент А.М. Шехмирзова*

Если посмотреть на современное состояние образования в России, то можно увидеть, что оно характеризуется качественными изменениями в области содержания. Запросы современного общества отражены в ФГОС на уровне основного общего образования, которые определяют модель выпускника школы. Ключевыми направлениями работы становятся личностные характеристики ученика, такие как любознательность, активность, заинтересованность в познании мира, способность к организации собственной деятельности, готовность самостоятельно действовать. Чтобы богатый творческий потенциал детей мог актуализироваться, нужно создать определенные условия, прежде всего, ввести ребенка в настоящую творческую деятельность.

Главной целью школы в современных условиях является разностороннее развитие детей, их познавательных интересов, обще учебных умений, навыков самообразования и, конечно, творческих способностей. Поэтому развитие креативности учащихся является важнейшей задачей современной школы. Этот процесс пронизывает все этапы развития

личности ребенка, пробуждает инициативность и самостоятельность принимаемых решений, привычку к свободному самовыражению, уверенность в себе. Можно сказать, что сама деятельность школьников – это единство обучения и творчества. Таким образом, развитие творческих способностей становится жизненно важной проблемой, актуальной во все времена.

Необходимость решения этой проблемы находит отражение в различных государственных нормативных документах в области образования (ФЗ «Об образовании в РФ» от 29.12.2012 № 273-ФЗ с изм. и доп., вступ. в силу с 24.07.2015; ФГОС ООО, в ред. Приказа Минобрнауки России от 29.12.2014 № 1644). Важнейшим интегративным результатом выпускника общеобразовательной школы, в соответствии с этими документами, выступает максимальная их готовность к дальнейшему саморазвитию и самореализации, залогом которых выступают осознанность, активность, творческая деятельность, самостоятельность и положительная мотивация к процессу познания и учения в целом.

Изучение и анализ научной литературы свидетельствуют о том, что в теории и практике существуют ценные идеи, подходы к решению рассматриваемой проблемы.

Этой проблеме посвящены работы ученых как: Т.М. Давыденко, Л.В. Занкова, И.Б. Котовой, А.И. Савенкова, Г.А. Балла, М.И. Махмутова, Е.И. Машбица, А.И. Уман, Т.И. Шамовой и др., в их работах акцентируется внимание на таких аспектах проблемы, как определение средств повышения продуктивности познавательной деятельности учащихся, организации их совместной творческой деятельности. Также рассматриваются вопросы организации творческой деятельности учащихся, но с помощью создания проблемных ситуаций, формирования у учащихся умений управлять процессами творчества: фантазированием, пониманием закономерностей, решением сложных проблемных ситуаций. Названные авторы отмечают недостаточную теоретическую разработанность проблемы организации самостоятельной творческой деятельности учащихся. Анализ состояния изучаемой нами проблемы в педагогической теории и практике выявил педагогическое противоречие между потребностью современной школы в условиях реализации новых стандартов в развитии креативности школьников, и недостаточностью потенциала традиционного образования для их развития.

На данном этапе было установлено, что уровень развития креативных способностей учащихся является равно недостаточным. Существует необходимость в проведении целенаправленной работы по развитию креативных способностей учащихся средствами творческих заданий в учебном процессе. Существует множество разных определений понятия креативности. В своём исследовании мы придерживаемся позиции Абрахама Маслоу. Он считает, что креативность – это творческая направленность, врожденно свойственная всем, но теряемая большинством под воздействием сложившейся системы воспитания, образования и социальной практики.

Несмотря на различия во взглядах авторов, креативность связывается с созданием чего-то нового для личности или общества. Существует несколько способов развития креативности учащихся такие как: творческие задания, исследовательские работы, доклады, методы проектной деятельности, решение проблемных ситуаций, нестандартные занятия и др.

В данной работе мы рассмотрим творческие задания как средство развития креативности личности. Н.Д. Левитов предлагает понимать под творческим заданием такую деятельность, в результате которой приобретает нечто новое, оригинальное, выражающее индивидуальные склонности, способности и индивидуальный опыт ученика.

Организация творческой деятельности учащегося для учителя - нелегкая задача, необходимо создать для каждого учащегося такие условия, которые позволяют ему творчески подойти к решению проблем и это должно происходить в рамках программы. Поэтому, учителю необходимо выбрать правильные методы и формы обучения, определить возможную меру включенности учащихся в творческую деятельность, которая

делает обучение интересным.

Организация творческих заданий на уроках географии: организация выполнения творческих заданий должна соответствовать основным целям и задачам обучения; творческие задания должны сочетаться с другими видами учебной деятельности учащихся на уроке; необходимо учитывать индивидуальные особенности учащихся, уровень их подготовки, их интересы и склонности, а также уровень самостоятельности; необходимо учитывать возрастные особенности учащихся и влияние переходного периода на развитие воображения; работа по выполнению творческих заданий на уроке географии может быть различной длительности по времени (от 5 минут до 45 минут); отличительной и главной чертой творческих заданий на уроке должен являться уровень новизны, так же актуализация прошлого опыта.

Обобщение передового педагогического опыта, позволил нам заключить, что учителя - предметники для развития креативности в большей степени придерживаются всем требованиям организации, в том числе и учитель географии.

Рассмотрим применение творческих заданий на уроках географии, как средство развития креативности личности: в рамках ФГОС и в рамках традиционной типологии уроков.

В рамках ФГОС применяются следующие типы современных уроков: урок открытия новых знаний, обретения новых умений и навыков; урок рефлексии; урок систематизации знаний; урок развивающего контроля.

Творческие задания по географии в соответствии с целями уроков применимы на таких типах как: урок открытия новых знаний, обретения новых умений и навыков и урок развивающего контроля.

В рамках традиционной типологии уроков по М.И. Махмутова: уроки изучения нового учебного материала; уроки совершенствования знаний, умений и навыков; уроки обобщения и систематизации; комбинированные уроки; уроки контроля и коррекции знаний, умений и навыков.

В рамках традиционной типологии, применение творческих заданий на уроках географии можно использовать на всех уроках.

Учителя практики предлагают ряд творческих заданий для развития креативности личности на уроках географии.

Из существующих видов творческих заданий, развитию креативности наилучшим образом способствуют творческие задания творческого типа художественно-образные и конструктивно-творческие.

Наиболее эффективные работы творческого типа, применяемые учителями на уроках географии: на основе изученного опыта учителей, мы пришли к выводу о том, что работы направлены на развитие художественно – образного мышления, способствует развитию креативности, моделирует, раскрывает содержание, формы, духовный смысл отношений человека к природе и обществу. С нашей точки зрения художественно – образные работы являются более эффективными.

Наиболее широко распространённым в деятельности учителей – практиков для развития креативности личности учащихся, выступают конструктивно - творческие работы. В его русле создаются условия для развития воображения и интеллектуальной активности, что и позволяет считать данный вид деятельности мощным средством развития креативных способностей у учащихся. Таким образом, для развития креативности учащихся целесообразно использование творческих заданий, в том числе и художественно-образные и конструктивно-творческие задания.

В перспективе использование творческих заданий способствует расширению горизонта предметного обучения, является дополнительным стимулом к более тщательному изучению материала и развитию интереса к предмету, расширению кругозора, способствует саморазвитию личности, самоутверждению подростков, создает атмосферу творческого сотрудничества не только между учителем и учащимися, но и

среди учеников в группах. И все это приводит к значительному повышению качества знания учащихся.

МЕТОДИКА ФОРМИРОВАНИЯ ИССЛЕДОВАТЕЛЬСКИХ УМЕНИЙ МЛАДШИХ ШКОЛЬНИКОВ В ПРОЦЕССЕ ИЗУЧЕНИЯ КУРСА «ОКРУЖАЮЩИЙ МИР»

О.А. Куц, студентка 4 курса

факультета педагогики и психологии

Научный руководитель – Б.Х. Панеш, к.пед.н., доцент

Актуальность исследования. Изменения, происходящие в настоящее время в социальной, экономической и культурной жизни России, оказывают влияние на демократические процессы в обществе, на становление новой системы образования, ориентированной на вхождение в мировое образовательное пространство, что сопровождается существенными изменениями в педагогической теории и практике образовательного процесса.

Для выполнения стратегической линии российские школы осуществили переход на Федеральный государственный образовательный стандарт начального общего образования (ФГОС НОО), предполагающий внесение кардинальных изменений в цели и задачи, структуру, содержание образования. ФГОС НОО ориентирован не только на формирование универсальных учебных действий младшего школьника, но и на его самообразование, самореализацию, включение его в активную творческую, поисковую и исследовательскую деятельность, что возможно только при наличии у него исследовательских умений. Все это выдвигает перед российской системой образования задачу формирования исследовательских умений как результата освоения образовательной программы начального общего образования [7].

Широкими возможностями по формированию исследовательских умений у младших школьников обладает школьный курс «Окружающего мира». Овладевая исследовательской деятельностью, ребенок усваивает эталоны исследования, вырабатывает свои правила поведения, свои способы действий и приобретает внутренний опыт, что приводит к формированию комплекса исследовательских умений.

Однако в образовательной практике современной начальной школы характер формирования исследовательских умений обучающихся зачастую имеет бессистемный характер. Не конкретизирован развивающий потенциал образовательного процесса, не определены критерии и способы оценки эффективности формирования исследовательских умений у младших школьников в процессе познания окружающего мира, что определяет актуальность исследования.

Таким образом, проблема исследования заключается в неразработанности научно-методических оснований процесса формирования исследовательских умений младших школьников при изучении окружающего мира.

Цель исследования: теоретически обосновать и разработать методику формирования исследовательских умений младших школьников при изучении курса «Окружающий мир».

Объект исследования: процесс обучения предмету «Окружающий мир» в начальной школе.

Предмет исследования: комплекс методов, направленных на формирование исследовательских умений младших школьников при изучении курса «Окружающий мир».

Гипотеза исследования:

Процесс развития исследовательских умений школьников при изучении окружающего мира будет более эффективным, если:

- выявлены и учтены особенности организации исследовательской деятельности в младшем школьном возрасте;
- определено учебное содержание, изучение которого позволяет организовать исследовательскую деятельность школьников;

- в методику уроков включены методы и методические приёмы, дидактические средства, обеспечивающие эффективность развития исследовательских умений школьников;

- организованы диагностика и мониторинг уровней развития исследовательских умений, позволяющие корректировать процесс обучения.

Изучение психолого-педагогической литературы по проблеме исследования показывает, что разработкам научно-методических основ формирования исследовательских умений обучающихся посвящено большое число исследований. В современной науке нет однозначного определения понятия «исследовательские умения». Большинство авторов определяют понятие «исследовательские умения» как способность учащихся сознательно выполнять умственные и практические действия, соответствующие логике исследования (И.А. Игошев, Э.Г. Сабинова, А.В. Тихомиров, В.А. Сластенин, Н.Б. Шумакова и др.) [2,3,5,4,7].

Осуществив анализ психолого-педагогической литературы, мы уточнили сущность понятия «исследовательские умения» – это совокупность теоретических знаний, практических действий и операций, обеспечивающих развитие положительной мотивации младших школьников к познавательному-исследовательскому поиску, направленному на осуществление самостоятельного действия.

Основываясь на идее того, что не всякое действие ученика должно быть доведено до уровня умения, нами был определен состав исследовательских умений и выделены операции, которые определяют исследовательские умения:

1) умение выдвигать гипотезы:

- постановка вопроса;
- формулировка гипотезы;
- корректировка гипотезы в соответствии с реальными условиями;

2) умение самостоятельно найти недостающую информацию в информационном поле:

- определение пути поиска источника информации;
- определение источника;
- извлечение нужной информации из источника;

3) умение презентовать результаты исследования:

- описание опыта;
- получение выводов и их изложение;
- соотнесение цели и выводов.

В процессе исследования выявлены и учтены особенности организации исследовательской деятельности в младшем школьном возрасте, определено учебное содержание, изучение которого позволяет организовать исследовательскую деятельность школьников.

Технология формирования и развития исследовательских умений младших школьников возможно использование разнообразных методов, средств и приемов: исследовательских, проблемных, эвристических методов, алгоритмизацию этапов исследования, проведение коллективных, групповых, индивидуальных учебных исследований. Исследовательские умения, формируемые на уроках «Окружающего мира», когда учащийся осознает цель своей работы, самостоятельно продумывает ход и формулирует выводы без помощи учителя, оказываются наиболее ценными.

Опытно - экспериментальная работа проводилась на базе ст. Новолабинская Усть-Лабинского района Краснодарского края в 4 «Б» классе в период с сентября 2018 г. по май 2019 г. Количество детей, участвующих в эксперименте -16 человек (из них 9 девочек и 7 мальчиков). Эксперимент состоял из трех этапов: констатирующего, формирующего и контрольного.

Цель констатирующего этапа эксперимента: с помощью диагностических методик определить критерии и выявить уровни сформированности исследовательских умений у

испытуемых, а именно:

- умения выдвигать гипотезы;
- умения самостоятельно находить недостающую информацию в информационном поле;
- умения презентовать результаты исследования.

Для каждого исследовательского умения были определены уровни его сформированности (высокий, средний, низкий).

С целью диагностики сформированности исследовательских умений использовались методики, предложенные А.П. Гладковой [1]. Был использован следующий диагностический инструментарий: наблюдение; анализ продуктов деятельности школьников; анкетирование; самостоятельная работа.

По данным констатирующего этапа экспериментальной работы была составлена итоговая таблица 1, в которой отражены все результаты проведенных диагностических методик.

Таблица 1. Уровни сформированности исследовательских умений

Уровни	Умение выдвигать гипотезы	Умение находить недостающую информацию	Умение презентовать результаты исследования
Высокий	3 чел. (18,75%)	7 чел. (43,75%)	3 чел. (18,75%)
Средний	5 чел. (31,25%)	8 чел. (50%)	6 чел. (37,5%)
Низкий	8 чел. (50%)	1 чел. (6,25%)	7 чел. (43,75%)

По полученным данным мы смогли определить уровень сформированности каждого умения. Наиболее сформированным оказалось умение находить недостающую информацию в информационном поле. Умения выдвигать гипотезы и презентовать результаты исследования находятся на низком уровне сформированности.

Анализ полученных данных позволил сделать вывод о преобладании у детей экспериментального класса низкого уровня сформированности таких исследовательских умений как умение выдвигать гипотезы и презентовать результаты исследования, что свидетельствует об отсутствии целенаправленной работы по их формированию.

При организации учебных исследований важным является дидактическая обоснованность включения исследовательской деятельности в урок, теоретические основания отбора содержания обучения для ее организации, сочетающие формы, методы и средства обучения, реализующие исследовательские варианты процесса обучения. Учитывая специфику изучаемой предметной области, в частности, применяемые соответствующие методы исследования, урок может включать различные принципы организации исследовательской деятельности младших школьников, алгоритмы реализации методов обучения при создании различных дидактических ситуаций, различные способы и формы организации исследовательского обучения, методику формирования УУД у младших школьников согласно предметному содержанию.

В 3 - 4 классах проводятся различные типы уроков и исследования, привлекающие учащихся к выполнению исследовательских работ. Многие дети уже знают, какой предмет им интересен или учебный материал усваивается без труда, поэтому могут сами выбирать тему исследования. Педагог только направляет их к правильному выбору с помощью вопросов и осуществляет педагогическое руководство учебными исследованиями на всех этапах выполнения работы.

Для формирования умений исследовательской работы на уроках активно использовались познавательные и занимательные задания, уроки - путешествия, элементарные опыты, игровые технологии, презентации, уроки взаимного обучения, дискуссии, решение ситуационных задач, уроки открытия нового знания и уроки-исследования. Для тренировки умения выдвигать гипотезы предлагались задания типа

«Найди причину события...» (например, почему заяц белый или трава пожелтела); для развития умения классифицировать – «Продолжи ряд: полезные ископаемые – это уголь, нефть...», «Раздели на группы», «Найди общий признак у предметов» и др.

Умения наблюдать хорошо развивают задания, заставляющие ребёнка разобраться в сплетённых линиях: «Узнай, кто где живёт?», «Что изображено на рисунке?» и др. Способности к умению анализировать зрительные образы тренируют задания с намеренно сделанными ошибками: «Что перепутал художник?», «Найди отличия у предметов». При ответе на поставленные в задании вопросы следует приучать школьников начинать со слов «Я думаю...», «По моему мнению...». Это формирует у детей умение выражать собственные мысли. Познавательные задания помогают развивать мыслительные операции, делать выводы. Разбор решений таких заданий становится началом общей дискуссии, в ходе которой дети учатся прислушиваться к мнениям товарищей, приводить свои аргументы.

На формирующем этапе использовались разные формы организации деятельности. Предпочтение отдавалось групповой, парной и индивидуальной формам работы, так как данные формы предполагают отсутствие вмешательства со стороны взрослого, у ребёнка появляется возможность находиться в группе равных (т.е. сверстников), при этом дети испытывают максимальную комфортность.

Немаловажным использование разных приемов оценивания. Нами использовались следующие:

- словесная оценка (она является краткой характеристикой труда школьника и позволяет раскрыть динамику развития и продвижения ученика);
- взаимооценка (критерии оценивания вырабатываются совместно);
- самооценка, саморефлексия совместной деятельности.

Цель контрольного этапа: изучить уровни сформированности исследовательских умений на контрольном этапе и сравнить его с результатами констатирующего среза.

Таблица 2. Уровни сформированности исследовательских умений

Уровни	Умение выдвигать гипотезы	Умение находить недостающую информацию	Умение презентовать результаты исследования
Высокий	4 (25%)	9 (56, 25%)	7 (43, 75%)
Средний	9 (56, 25%)	7 (43, 75%)	6 (37, 5%)
Низкий	3 (18, 75%)	0 (0%)	3 (18, 75%)

Наиболее сформированными являются умения находить недостающую информацию в информационном поле и презентовать результаты исследования – высокий уровень. Умение выдвигать гипотезы находится на среднем уровне сформированности.

Для каждого учащегося, так же как и на констатирующем этапе, была определена общая сумма набранных баллов и установлен общий уровень сформированности исследовательских умений. На высоком уровне сформированности исследовательских умений оказались 7 учеников (43, 75%), на среднем – 7 (43,75%), на низком уровне – 2 ученика (12,5%).

Качественный анализ контрольного этапа работы показал следующие результаты: дети не только научились выполнять элементарные опыты, но и приобрели новые личностные качества: умение работать в коллективе, умение решать творческие споры, достигать договоренности, оказывать помощь, умение обсуждать результаты деятельности. На этапе осознания проблемы дети хорошо дифференцировали известное и неизвестное, активно стремились добывать знания разными доступными им способами. Задачу и гипотезу эксперимента научились формулировать самостоятельно.

Самостоятельно продумывали методику проведения простых опытов и принимали активное участие в разработке сложных опытов. Выслушивая инструкции учителя,

задавали уточняющие вопросы. При прогнозировании результатов, дети экспериментального класса научились строить простейшие гипотезы, принимать их или отказываться под влиянием результатов проведения элементарного опыта.

Дети овладели разными способами фиксирования результатов элементарных опытов. Научились самостоятельно анализировать результат, делать заключение о скрытых (не воспринимаемых непосредственно) свойствах предметов и явлений.

На основе данных, полученных в ходе констатирующего и контрольного этапов работы, был сделан сравнительный анализ. Итоги занесены в таблицу 3.

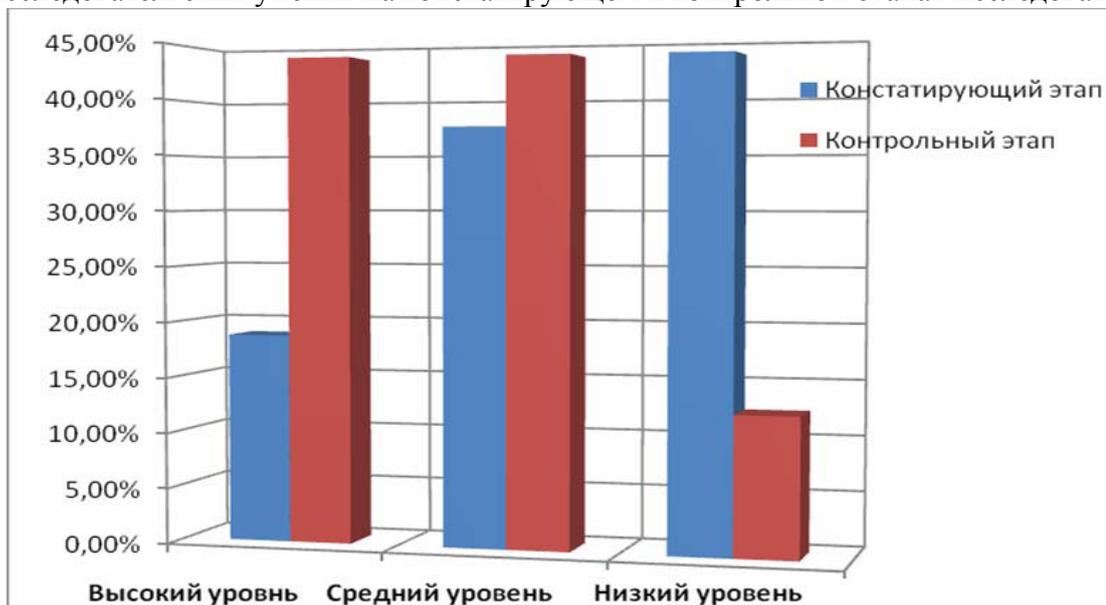
Таблица 3. Динамика формирования исследовательских умений на этапах эксперимента

Уровень сформированности исследовательских умений	Констатирующий этап эксперимента	Контрольный этап эксперимента
Высокий уровень	18, 75 (3)	43, 75 (7)
Средний уровень	37, 5 (6)	43, 75(7)
Низкий уровень	43, 75 (7)	12, 5(2)

Сравнительный анализ выявил положительный эффект применяемой методики опытно-экспериментальной работы. Представленные в таблице данные свидетельствуют о снижении количества детей экспериментального класса с низким уровнем сформированности исследовательских умений на констатирующем этапе исследования.

Сравнительный анализ уровней сформированности исследовательских умений на контрольном и констатирующем этапах исследования наглядно представлен на Гистограмме 1.

Гистограмма 1. Сравнительный анализ уровней сформированности исследовательских умений на констатирующем и контрольном этапах исследования



Результаты, полученные в ходе формирующего этапа исследования, позволяют сделать следующий вывод: произошло значительное улучшение в формировании у испытуемых исследовательских умений в ходе реализации методики с проведением нестандартных уроков, увеличилась самостоятельность и активность детей в процессе экспериментальной деятельности. Дети достаточно легко справляются с предложенной работой, активно участвуют в формулировании гипотез, предположений. Фиксирование результатов осуществляется учениками быстро, точно, без проблем.

Результаты контрольного этапа работы показывают эффективность апробируемой на формирующем этапе методики, направленной на формирование исследовательских умений.

ЛИТЕРАТУРА:

1. Гладкова, А.П. Процесс формирования исследовательских умений младших школьников во внеурочной деятельности [Текст] /А.П. Гладкова // Историческая и социально-образовательная мысль. – 2012. – №4. – С. 91-94.
2. Игошев, И.А. Формирование и развитие исследовательских навыков и умений у учащихся в процессе обучения физике [Текст] /И.А. Игошев // Вопросы методики и психологии формирования физических понятий. Челябинск, 2010. - С. 84-94.
3. Сабирова, Э.Г. Формирование исследовательских умений, учащихся в информационно-образовательной среде начальной школы [Текст] / Э.Г.Сабирова, В.Г. Закирова. – Казань:КФУ, 2015. 167 с.
4. Слостенин, В.А. Педагогика: учеб. для вузов [Текст] /В.А. Слостенин, И.Ф. Исаев, Е.Н. Шиянов; под ред. В.А. Слостенина. – 11-е изд., стер. – М.: Академия, 2012.- 608 с.
5. Тихомиров, А.В. Исследовательское обучение в начальной школе: современные методики [Текст] /А.В. Тихомиров. Красноярск: Изд-во Красноярского педагогического университета, 2008. 213 с.
6. Федеральный государственный образовательный стандарт начального общего образования (утвержден приказом Минобрнауки России от 22 сентября 2011 г. № 2357) [Текст].-URL: <http://standart.edu.ru/atalog.aspx?CatalogId=959>.
7. Шумакова, Н.Б. Развитие исследовательских умений младших школьников [Текст] / Н. Б. Шумакова. - Москва: Просвещение, 2011. - 154 с.

МЕТОДИЧЕСКИЕ ОСОБЕННОСТИ ФОРМИРОВАНИЯ ПАТРИОТИЧЕСКИХ ЦЕННОСТЕЙ У ОБУЧАЮЩИХСЯ ПРИ ИЗУЧЕНИИ ШКОЛЬНОГО КУРСА «ГЕОГРАФИЯ РОССИИ» НА ОСНОВЕ СИСТЕМНОГО ПОДХОДА

*Р.Э. Мардыросьян, студент 5 курса факультета естествознания
Научный руководитель – Т.Н. Мельникова, доцент, к.г.н.*

Для построения методики формирования патриотических ценностей был использован системный подход, предполагающий рассмотрение исследуемого объекта как совокупность структурных и функциональных компонентов, системообразующих связей, объединяющих их в единое целое. Разработанная методика формирования патриотических ценностей представлена на рис. 1.

Обобщение результатов исследований позволило выстроить методику формирования патриотических ценностей в образовательной организации в единстве структурных (интеллектуально-эмоциональный, потребностно-мотивационный, деятельностно-практический) и функциональных компонентов (цель, задачи, принципы, направления, педагогические условия, воспитательное пространство, формы организации, средства, методы, критерии оценки).

Системообразующим компонентом методики формирования патриотических ценностей является цель. Педагог А.Н. Леонтьев писал, что «цели не изобретаются, не ставятся субъектом произвольно. Целеполагание – не автоматический и не одномоментный акт, а длительный процесс предметного наполнения». Деятельная составляющая патриотизма является наиболее сложной и значимой в формировании патриотических ценностей. Наиболее значимым результатом патриотического воспитания являются патриотические качества, обеспечивающие привычки и навыки патриотического поведения. На основании обобщения результатов различных исследований целью патриотического воспитания является формирование у обучающихся патриотических знаний, убеждений, чувств, обеспечивающих готовность реализовывать их в интересах общества и государства, освоение устойчивых норм патриотического поведения, патриотических привычек, навыков, т.е. воспитание патриотизма. Задачи патриотического воспитания являются конкретизацией цели.

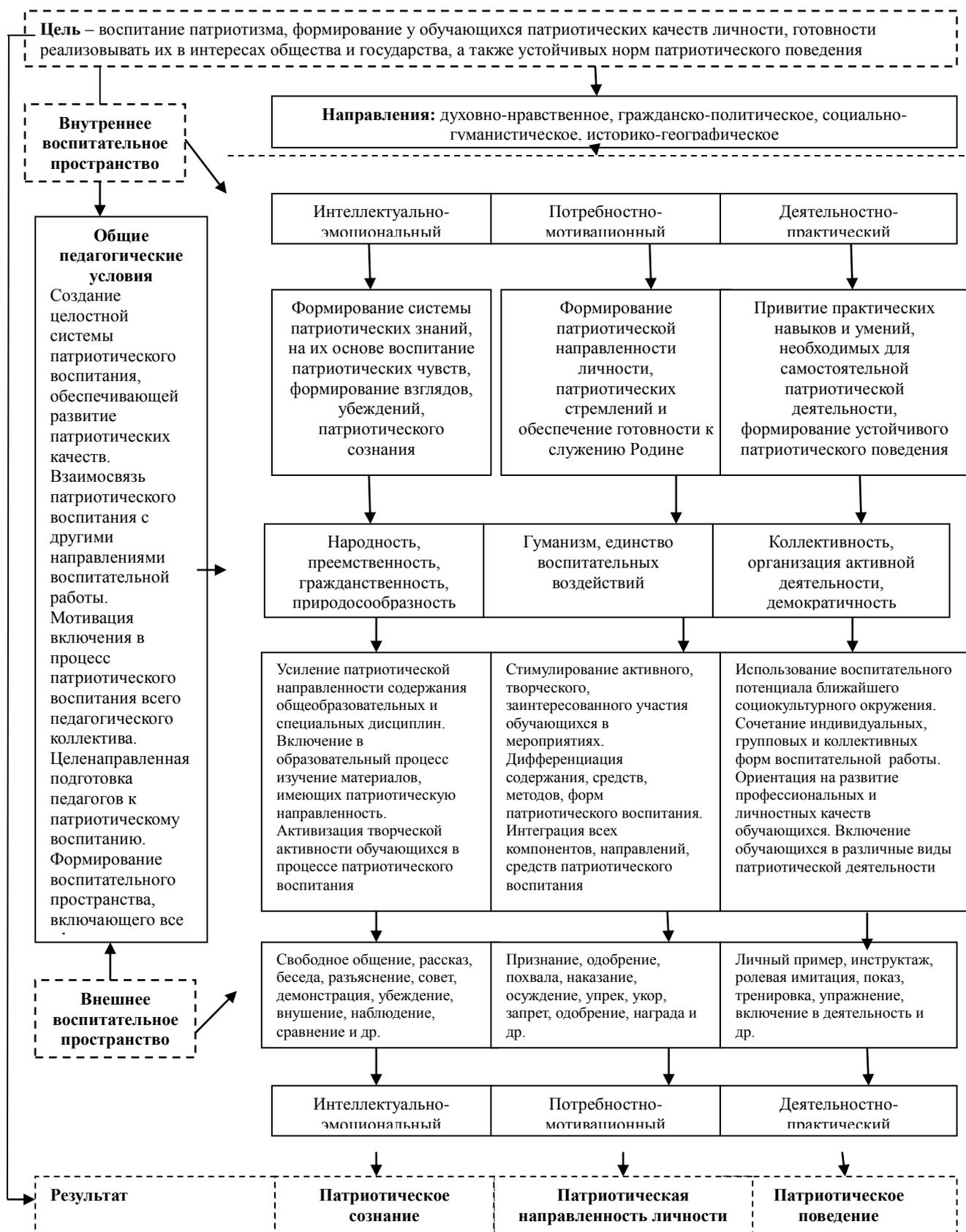


Рис. 1. Методика формирования патриотических ценностей

Задачи патриотического воспитания ориентированы на формирование составляющих патриотических ценностей: патриотического сознания, патриотической

направленности личности, патриотического поведения. Предложенная методика формирования патриотических ценностей определяет следующие *задачи*:

1) формирование системы патриотических знаний, на их основе воспитание патриотических чувств, взглядов, убеждений, что воплощается в патриотическом сознании;

2) развитие патриотических стремлений, обеспечение готовности служению Родине, что создает основу для становления патриотической направленности личности;

3) привитие практических навыков, привычек, необходимых для самостоятельной патриотической деятельности, что воплощается в устойчивом патриотическом поведении.

Успешность реализации методики формирования патриотических ценностей во многом обеспечивается установлением исходных принципов, которые определяют требования к содержанию, методам, организации воспитательного процесса. *Принципами* патриотического воспитания обучающихся являются: принцип коллективности, народности, преемственности, природосообразности, гуманизма, гражданственности, единство воспитательных воздействий, организация активной деятельности, демократичности.

Принцип коллективности предполагает объединение всех членов группы общей целью и организацию для её достижения совместной деятельности; распределение обязанностей среди членов группы; наличие связей участников друг с другом, их взаимозависимость в процессе деятельности. В хорошо организованных коллективах проявляется сплоченность, взаимопомощь и взаимоответственность, защищенность и доброжелательность.

Принцип народности основан на уважении, любви к своему народу, родному краю; сохранении традиций, обычаев, праздников, исполнении обрядов; приобщении к народным истокам духовности.

Принцип преемственности предполагает учет непрерывных изменений, происходящих в жизни человека, и необходимость корректировать содержание, средства воспитания с учетом возраста, уровня воспитанности.

Принцип природосообразности предусматривает организацию воспитательного процесса с учетом возрастных, половых, психолого-педагогических особенностей студентов, а также их интересов, наклонностей и талантов.

Принцип гуманизма предполагает построение патриотического воспитания на основе уважения права человека быть самим собой, ненасильственного формирования требуемых качеств, отказа от наказаний, унижающих человеческое достоинство, уважение личной позиции и убеждений обучающихся.

Принцип единства воспитательных воздействий основывается на скоординированной системной работе всех элементов воспитательного пространства.

Принцип организации активной деятельности предусматривает в процессе патриотического воспитания активное включение личности в полезную, общественно значимую, результативную деятельность.

Принцип демократичности предполагает исключение авторитарного стиля, обеспечение сотрудничества и партнерства, формирование свободной личности.

Принцип гражданственности выражается в соотношении воспитательной деятельности с приоритетами национальной политики, культуры, интересами общества и государства.

Представленная методика предусматривает следующие *направления* формирования патриотических ценностей: духовно-нравственное, гражданско-политическое, социально-гуманистическое, историко-географическое. Представленные направления связаны между собой, объединены целями, задачами, принципами, формами, методами воспитания, патриотической деятельностью.

Общими педагогическими условиями эффективности формирования патриотических ценностей являются: 1) создание педагогического коллектива,

включенного в процесс патриотического воспитания; 2) обеспечение патриотической направленности учебно-воспитательного процесса; 3) создание возможностей для активного практического участия обучающихся в патриотической деятельности; 4) формирование воспитательного пространства, включающего все сферы деятельности школы.

Важнейшей функцией методики формирования патриотических ценностей является координация действий субъектов воспитательного пространства. Это достигается благодаря организации целостной системы, которая выступает как одно из основополагающих условий функционирования процесса патриотического воспитания. Организация такого пространства особенно эффективна, если в создании подобного педагогического пространства проявляется активная позиция самих обучающихся. Согласно данным методиста Т.Е. Вежевич, воспитательное пространство целесообразно разделить на внешнее и внутреннее. Внешнее воспитательное пространство объединяет ресурсы социальной инфраструктуры региона. На это пространство накладывают свой отпечаток особенности исторического развития, геополитическое положение, демографическая и экономическая ситуация региона, национально-этнический компонент и др.

Внутреннее воспитательное пространство охватывает все структурные подразделения общеобразовательной организации.

Для формирования патриотических ценностей у обучающихся наиболее эффективными являются следующие группы *методов*:

1) методы, формирующие патриотическое сознание – свободное общение, рассказ, беседа, разъяснение, совет, намек, убеждение, внушение, наставление, назидание, наблюдение, сравнение, воспроизведение, самостоятельное творческое исполнение, знакомство с традицией, приобщение к ней с целью осознания, включение обучающегося в нее, сохранение традиции, ее развитие;

2) методы, формирующие патриотическую направленность личности – признание, одобрение, похвала, осуждение, упрек, укор, запрет, одобрение, награда и т.д.;

3) методы, формирующие патриотическое поведение – личный пример, инструктаж, ролевая имитация, соревнование, индивидуальное и коллективное переживание, показ, поручение, доверие, приучение, упражнение, испытание, включение в деятельность и т.п.;

Эффективность формирования патриотических ценностей обеспечивается соблюдением нескольких групп *педагогических условий*: интеллектуально-эмоциональные, потребностно-мотивационные, деятельностно-практические условия.

Интеллектуально-эмоциональные условия: 1) усиление патриотической направленности содержания дисциплин общеобразовательного, общепрофессионального и профессионального циклов; 2) включение в образовательный процесс изучение материалов, имеющих патриотическую направленность; 3) активизация творческого потенциала обучающихся в процессе патриотического воспитания.

Потребностно-мотивационные условия: 1) стимулирование активного, творческого, заинтересованного участия обучающихся в мероприятиях патриотической направленности; 2) дифференциация содержания, средств, методов, форм патриотического воспитания; 3) интеграция всех компонентов, направлений, средств реализации системы патриотического воспитания.

Деятельностно-практические условия: 1) использование воспитательного потенциала ближайшего социокультурного окружения (музеи, библиотеки и др.); 2) сочетание индивидуальных, групповых и коллективных форм организации учебно-воспитательной работы; 3) ориентация патриотических мероприятий на развитие профессиональных и личностных качеств обучающихся; 4) включение обучающихся в различные виды патриотической деятельности в общеобразовательной организации.

Важнейшим компонентом методики формирования патриотических ценностей, позволяющим судить о его результативности, выступают *критерии* и показатели результативности данного процесса.

В методике формирования патриотических ценностей определены следующие критерии оценки результативности:

1) интеллектуально-эмоциональный критерий, показатели которого характеризуют отношение к патриотическим ценностям, сформированность патриотических знаний, патриотических взглядов и убеждений, патриотического сознания;

2) потребностно-мотивационный критерий, показатели которого позволяют выявить ценностные ориентации личности, оценить наличие патриотических интересов, стремлений, мотивов, уровень патриотической направленности личности;

3) деятельностно-практический критерий, показатели которого определяют наличие навыков, привычек самостоятельной патриотической деятельности, уровень активности участия в ней.

ЛИТЕРАТУРА:

1. Белоганов, В.А. Патриотическое воспитание молодежи: (концепция, технология воен.-патриот. воспитания, орг.-метод. основы): учеб. пособие / В.А. Белоганов. - Чита: ЧитГУ, 2008. - 159 с.

2. Кабернюк, Т.П. Патриотическое воспитание на уроках географии и во внеурочной деятельности / Т.П. Кабернюк // Инновационные педагогические технологии: материалы Междунар. науч. конф. (г. Казань, октябрь 2014 г.). — Казань: Бук, 2014. — С. 169-171.

МЕТОДИКА ФОРМИРОВАНИЯ ГЕОГРАФИЧЕСКИХ ПОНЯТИЙ У УЧАЩИХСЯ 8-х КЛАССОВ ПРИ ИЗУЧЕНИИ ТЕМЫ «НАСЕЛЕНИЕ РОССИИ»

А. Мельниченко, студентка факультета естествознания.

Научный руководитель – к.г.н., доцент Ф.Д. Теучеж

В качестве основных методик взаимодействия научного консультанта и сотрудников экспериментальной и научно-образовательной площадки выступали консультирование проекта и консультирование процесса. В случае консультирования проекта консультанты выступали в качестве авторов учебников, методических пособий к ним, инструктивных материалов и пр., а сотрудники образовательной площадки - в качестве экспертов и участников апробации. Консультирование процесса предусматривало совместную работу консультантов, администрации и учителей географии по выявлению проблем реализации деятельностного подхода в обучении географии, разработке методических подходов и средств осуществления деятельностного подхода в обучении географии, по проектированию и апробации технологии реализации деятельностного подхода на основе новой линии учебников географии «Роза ветров».

Рассмотрим разработанные приемы и средства реализации деятельностного подхода в обучении географии на примере методики изучения раздела «Население» в курсе «География России».

Учебная деятельность - основа современного урока географии. Она многоплановая и разнообразная по своему содержанию, имеет ряд особенностей и этапов. Учебная деятельность представляет собой процесс тесного единства содержательного, операционального и эмоционально-ценностного аспектов. Содержательный аспект урока представлен системой географических знаний, включающей географические эмпирические и теоретические знания, эмоционально-ценностный - системой усвоенных норм и ценностей, а операциональный аспект обеспечивается применением систем умений и способов действий. Их усвоение происходит одновременно и неразрывно.

Содержательная составляющая учебной деятельности школьников при изучении раздела «Население» определяется его важной методологической ролью: особенности жизни населения разных территорий как бы синтезируют в себе своеобразие природы,

истории, хозяйства, культуры, раскрывают своеобразие труда местного населения, его связь с местными географическими условиями.

Эта интегрирующая роль раздела «Население» приобретает особую значимость в настоящее время в условиях реализации принципа комплексности при построении содержания школьной географии, выступая центральным связующим звеном в системе основных блоков содержания «природа – население – хозяйство», которые рассматриваются в курсе «География России» в неразрывной связи. При этом особенности природы страны в большей мере рассматриваются как фактор, определяющий условия и качество жизни населения, особенности его хозяйственной деятельности, своеобразие и самобытность материальной и духовной культуры, особенности адаптации коренных народов к жизни в разнообразных природных условиях.

Раздел «Население» несет в курсе «География России» важную теоретическую нагрузку. Он формирует важнейшие представления об особенностях населения страны в целом, закономерностях его развития, сущности и динамике глобальных и региональных социально-экономических процессов, и явлений России и мира, закономерностях размещения населения в связи с природными, социально-экономическими и экологическими факторами, особенностях взаимодействия населения и географической среды, исторических этапах формирования населения разных территорий, особенностях и качестве жизни населения и т.д.

При изучении раздела «Население» учащиеся знакомятся с большим количеством новых социально-экономических представлений, понятий и причинно-следственных связей. С содержательной точки зрения этот раздел несет для учащихся много нового. Содержание раздела «Население» насыщено новыми для школьников теоретическими знаниями (понятиями и причинно-следственными связями), а также представлениями, фактами, новой номенклатурой. К основным понятиям и представлениям, формируемым при изучении раздела, относятся: «естественный прирост населения», «город», «урбанизация» и т.д.

Важной особенностью методики изучения раздела «Население» является его эмоционально-ценностная составляющая. На эту особенность указывал еще Н.Н. Баранский, отмечая, что население – это наиболее интересная для школьников тема, не требующая специальной мотивации, необходимой при изучении других разделов и тем школьной географии. Очевидно, что это определяется как психолого-возрастными особенностями учащихся, вступивших в старший подростковый возраст, так и тем простым фактом, что человеку всегда интересен человек, что бы при этом ни изучалось: природа, страны и континенты, современные проблемы России в целом или ее отдельных регионов.

В этой связи наряду с достижением предметных результатов обучения еще более важной задачей изучения раздела «Население» служит реализация воспитательной направленности, заключающаяся в формировании личностных качеств учащихся (патриотизма, толерантности, терпимости и уважения к мировоззрению, культуре, образу жизни, обычаям народов, населяющих Российскую Федерацию), ценностей и ценностных ориентаций, принятых учащимися в качестве стратегических жизненных целей и составляющих основу их мировоззрения, воспитание российской гражданской идентичности, объединяющих россиян в единый суперэтнос. Решение этой задачи возможно благодаря тесным связям изучаемого содержания раздела «Население» с личным опытом учащихся, с современными социальными, экономическими, политическими, межнациональными событиями и проблемами, существующими в России, в мире, в регионе проживания учащихся.

Помимо уже ставших традиционными аспектов, в содержание раздела «Население» необходимо также включить новые представления, понятия, концепции, отражающие современные идеи географической науки и общественного развития.

Так, в современном обществе все большее значение играют показатели,

характеризующие качество населения: уровень интеллектуального развития, образования, культуры, квалификации, здоровья и пр. Человек образованный, сознательный, обладающий хорошим здоровьем и высоким уровнем профессиональной подготовки, не только возвращает государству затраченные на него средства, но и многократно их преумножает, создавая материальные, духовные, интеллектуальные ценности. Поэтому ведущим представлением, характеризующим население страны, является «национальный человеческий капитал», под которым понимается наиболее образованная, созидательная, инициативная, профессиональная и здоровая часть трудовых ресурсов, интенсивный производительный фактор экономического развития страны.

Люди - главное богатство страны, поэтому такие внешние, «количественные» характеристики, как его численность, демографические показатели, доля людей трудоспособного возраста и т.д., уже не в полной мере отражают реалии современного мира. При изучении раздела «Население» необходимо показать учащимся, что для формирования и эффективного функционирования человеческого капитала необходимы значительные затраты государства при создании среды, обеспечивающей высокое качество жизни населения. К основным формам «инвестиций в человека» относятся инвестиции в образование, здравоохранение и социальное обеспечение. В развитых странах суммарные расходы по этим направлениям значительно превышают производственные капиталовложения.

В экономически развитых странах в последние полвека инвестиции в человеческий капитал значительно опережают инвестиции в производственный (физический) капитал. В то же время, в условиях плохого качества жизни, низкой безопасности, агрессивной или угнетающей среды проживания и работы высококвалифицированные кадры уезжают в страны с более комфортными и безопасными условиями жизни и труда. За рубежом это явление получило название «утечка умов». Так, в России в 1990-1995 гг. в связи с кризисным состоянием научной отрасли около 50 тыс. российских ученых уехали работать за рубеж. Многолетний процесс «утечки умов» привел к тому, что основная часть мирового человеческого капитала сосредоточилась в развитых странах мира.

При изучении раздела «Население» необходимо показать учащимся, что человеческий капитал - неотъемлемая часть национального богатства страны наряду с природным, производственным, финансовым и интеллектуальным капиталом. В большинстве экономически развитых стран мира человеческий капитал составляет 70-80% накопленного национального богатства. В России человеческий капитал значительно ниже как за счет высокой стоимости природных ресурсов, так и за счет низких инвестиций на социальные нужды.

В настоящее время на формирование человеческого капитала направлены национальные проекты в области образования и здравоохранения, инициированные президентом РФ. Однако человеческий капитал невозможно изменить в короткие сроки, так как его величина и качество зависят не только от образования, знаний и здоровья населения, но и от менталитета, который формируется десятилетиями. Например, попустительское отношение части населения к нездоровому образу жизни (курению, употреблению спиртных напитков и пр.) делает инвестиции государства в здравоохранение малоэффективными. В то же время наличие национальной идеи, объединяющей граждан, здоровый образ жизни основной массы населения служат фундаментом для формирования человеческого капитала страны, что подтверждают сравнительно быстрые успехи Финляндии, Японии, Южной Кореи, Китая и ряда других стран.

Тесная связь учебного материала с современностью создает возможности для использования вопросов и заданий проблемного, дискуссионного, краеведческого содержания при изучении любого из смысловых блоков раздела «Население». При этом задания могут быть творческого и даже исследовательского характера. Например, по статистическим материалам выявить особенности естественного движения населения или

разработать прогноз изменения численности населения в регионе своего проживания, провести социологические исследования в своем классе и т.д.

Вопросы и задания могут быть связаны с естественным движением населения, миграциями, последствиями урбанизации, современными социальными проблемами, здоровым образом жизни населения, проблемами административно-территориального устройства и т.д. Работа с подобными вопросами способствует формированию у учащихся базовых ценностей и ценностных ориентиров, умений понимать суть происходящих в стране и мире событий и процессов.

Операциональный аспект при изучении раздела «Население» обеспечивается применением систем умений и способов действий. Планируя урок, учитель географии должен не только разработать географическое содержание урока, продумать логику его изложения и используемые средства обучения, но и понимать последовательность действий учащихся, которые составляют содержание разных видов учебно-познавательной деятельности. Именно поэтому на первый план профессиональной деятельности современного учителя выходит задача управления процессом усвоения знаний и умений, определения таких технологий, приемов, средств и форм обучения, которые позволят организовать продуктивную, в том числе самостоятельную, учебно-познавательную деятельность обучающихся.

С позиций реализации деятельностного подхода учебная деятельность должна выражаться в преобразовании объекта познания, т.е. учебного материала. Если учащийся только заучивает учебный материал в готовом виде, это нельзя назвать полноценной деятельностью. В таком случае можно говорить только об усвоении готовых знаний. Усвоение - это лишь исходная, начальная форма учебной деятельности; сумма знаний не ведет к развитию мышления, если знания воспринимаются в готовом виде. Необходим второй этап осуществления учебной деятельности - преобразование информации. Этот этап предполагает организацию учебно-познавательной деятельности школьников с разнообразными источниками географической информации, в первую очередь со статистическими материалами и тематическими картами.

При изучении раздела «Население» учащиеся впервые знакомятся с новым для них источником географической информации - массовыми статистическими показателями. Использование этого нового для учащихся средства обучения требует, чтобы учитель научил школьников с ними работать, раскрыл учащимся приемы, с помощью которых можно получить географическую информацию. Учащимся необходимо усвоить, что разные виды отображения статистических показателей служат разным целям: одни показывают динамику явлений, другие - структуру и связи, третьи - состав изучаемых объектов и явлений. Разнообразные статистические материалы раздела служат сначала объектом изучения и лишь после этого - источником информации.

В разделе «Население» учащиеся знакомятся с большим количеством новых тематических карт (карта «Народы России», карта «Уровень урбанизации» и т.д.). Как и в случае со статистическими материалами, эти карты также сначала выступают для учащихся объектами изучения (что изображено, каким образом, какого рода географическую информацию можно получить) и только потом - в качестве источника географической информации. При работе с картами учащиеся читают и анализируют социально-экономические показатели (например, плотность населения); устанавливают причинно-следственные связи (например, между степенью благоприятности природных условий и особенностями расселения населения); осуществляют оценочную деятельность (например, обеспеченность какой-либо территории социальной инфраструктурой) и т.д. При этом работа с картами осуществляется на разных уровнях сложности.

При изучении раздела «Население» целесообразно также использовать новые для учащихся карты-анаморфозы. Прежде чем работать с этими картами, следует подробно познакомиться с их содержанием. Например, чтобы убедиться, что население России размещается крайне неравномерно, достаточно увидеть анаморфозу «Плотность

населения», где площади отображают плотность населения по субъектам Российской Федерации. Такая карта сразу формирует представление о России, как о стране «европейской» по населению и «азиатской» по территории.

Деятельностный подход при изучении раздела «Население» может быть реализован через применение педагогических технологий личностно ориентированного и развивающего обучения: дифференцированного обучения, модульной, коммуникативно-диалоговой и др.

Широкие возможности применения педагогических технологий при изучении раздела «Население» связаны не только с проблемностью, актуальностью, дискуссионностью изучаемого материала, но и с возрастными особенностями учащихся. Учащиеся старшего подросткового возраста обладают возможностью длительно удерживать и быстро переключать внимание, записывать, «сворачивать» и «разворачивать» информацию, имеют значительный «багаж» географической подготовки, которым могут оперировать на нестандартных уроках. Стремление школьников самоутвердиться, высказать свое мнение, общаться с учителем и одноклассниками создают предпосылки для применения активных форм и методических приемов обучения (дискуссий, экспертиз, решения проблемных ситуаций, ролевых игр и т.д.).

Итак, на примере изучения раздела «Население» курса «География России» мы показали, что достижение предметных, личностных и метапредметных результатов обучения возможно, если процесс обучения будет организован на деятельностной основе с применением нового поколения учебников и других пособий УМК. В условиях реализации ФГОС ООО методика изучения раздела «Население» в курсе «География России» должна обеспечивать единство содержательного, операционального и эмоционально-ценностного аспектов учебной деятельности обучающихся.

ЛИТЕРАТУРА:

1. Таможняя, Е.А. Методика изучения раздела «Население» в курсе «География России» в условиях реализации федеральных государственных образовательных стандартов основного общего образования // Беловолова Е.А., Лопатников Д.Л. Современные проблемы науки и образования. – 2018. – № 3. - URL: <http://science-education.ru/ru/article/view?id=27676> (дата обращения: 09.01.2020).

ПРИМЕНЕНИЯ КЕЙС-ТЕХНОЛОГИИ НА УРОКАХ ГЕОГРАФИИ В УСЛОВИЯХ РЕАЛИЗАЦИИ ФГОС ОСНОВНОГО ОБЩЕГО ОБРАЗОВАНИЯ

*Мирошниченко Анна, студентка факультета естествознания
Научный руководитель – канд. пед. наук, доцент А.М. Шехмирзова*

Жизнь за стенами школы показывает, что успешность любого человека начинает определяться не объемом знаний, а его мобильностью, умением самостоятельно получить новую информацию, необходимую не вообще, а в данный момент, умением переучиваться. Если ученик знает, как учиться, как достигать цели, как работать с книгой, то ему легче получать любые знания, что и нужно в жизни. Традиционных форм и методов обучения уже недостаточно для формирования и развития метапредметных компетенций, необходимы внедрение интерактивных образовательных технологий и перестройка образовательного процесса.

Одной из новых форм эффективных технологий обучения является проблемно-ситуативное обучение с использованием кейс технологий или «case–study».

Необходимость использования в деятельности современного учителя инновационных образовательных технологий на уроке отмечается в ряде государственных нормативно – правовых актах (ФЗ « Об образовании в Российской Федерации от 29.12.2012 № 273- ФЗ с изм. и доп., вступ. в силу с 24.07.2015; Федеральный государственный стандарт утвержден приказом Минобрнауки России от 17 декабря 2010 г. № 1897).

Родиной метода case-study являются Соединенные Штаты Америки, а именно

Школа бизнеса Гарвардского университета. Ошибочно полагать, что этот метод новый и появился недавно. В российской системе образования интерес к этой технологии сформировался ещё к концу XX века.

Как показал теоретический анализ научно – педагогической литературы, тема применения кейс технологии на уроках популярна, что свидетельствует большое количество исследований ученых. Значительный вклад в разработку и внедрение этого метода внесли Г.А. Брянский, Ю.Ю. Екатеринославский, О.В. Козлова, Ю.Д.Красовский, В.Я. Платов, Д.А. Пospelов, О.А. Овсянников, В.С. Рапопорт и др.

Обобщение результатов исследования различных ученых позволило определить противоречие между необходимостью реализации требований ФГОС и недостаточной разработанностью инновационных образовательных технологий в соответствии с планируемыми образовательными результатами по географии. Вышесказанное определило выбор темы исследования: «Применение метода кейс стадии на уроках географии в условиях реализации ФГОС общего образования.

Цель исследования заключается в теоретическом обосновании возможности реализации кейс технологии на уроках географии условиях реализации ФГОС общего образования.

В процессе теоретического исследования проблемы нами были использованы следующие методы исследования: - теоретический анализ и обобщение психолого – педагогической литературы по проблеме исследования; - анализ информационных ресурсов сети Интернет по теме исследования; - изучение и обобщение передового педагогического опыта учителей географии по организации кейс технологии на уроках

Как показал анализ научно – педагогической литературы, термин «Технология» имеет различные трактовки. В своем исследовании я взяла за основу определение Г.М. Коджаспирова: «технология - это система способов, приемов, шагов, последовательность выполнения которых обеспечивает решение задач воспитания, обучения и развития личности воспитанника...».

Постепенно появляются различные технологии, развиваемые на основе отдельных теорий обучения. К ним относятся технология проблемного обучения, программированного обучения, модульного обучения и т.д. В своем исследовании рассмотрим кейс технологию, которая в педагогической литературе понимается, как интерактивная технология для краткосрочного обучения на основе реальных или вымышленных ситуаций, направленная не столько на освоение знаний, сколько на формирование у учащихся новых качеств. При применении кейс технологии у учащихся происходит развитие самостоятельного мышления, умения выслушивать и учитывать альтернативную точку зрения, аргументировано высказать свою. С помощью этого метода ученики имеют возможность проявить и усовершенствовать аналитические и оценочные навыки, научиться работать в команде, находить наиболее рациональное решение поставленной проблемы. Цель технологии - помочь каждому учащемуся определить собственный уникальный путь освоения знания, который ему более всего необходим. Таким образом, наблюдается выход в самообразование обучающегося, что соответствует требованиям к образованию сегодня.

Кейс – это единый информационный комплекс, состоящий из трёх блоков:

- сюжетный, содержащий вспомогательный материал, дающий возможность всесторонне проанализировать предлагаемую ситуацию;
- информативный блок, призванный воссоздать очерёдность действий внутри ситуации, оценить проблему и отношение к ней разных участников событий, проанализировать предпринятые действия по выходу из ситуации и их результаты, а также ресурсы, выделенные на её решение;
- методический блок, разъясняющий место кейса в учебном плане, чётко формулирующий все виды заданий, в него включённые, и предлагающий методические рекомендации для учителя.

Кейс дает возможность учителю использовать его на любой стадии обучения и для различных целей. Это может быть в виде опережающего задания, например, учащиеся получают кейс на дом, создается проблемная ситуация и далее, работая с ним, происходит актуализация и систематизация знаний, а также мотивирование на будущий материал. Работа с кейс-технологией может быть организована как в группах, так и индивидуально. Также целесообразно использовать ее при проектном обучении.

Наиболее успешно кейс - технологии можно применять на уроках по гуманитарным дисциплинам. Это как раз те дисциплины, где нет однозначного ответа на поставленный вопрос, а есть несколько ответов, которые могут соперничать по степени истинности.

Педагоги – практики активно используют кейс метод на уроках географии, потому что он повышает эффективность учебно-воспитательного процесса. Например, метод кейсов можно использовать в 8-9 классе, там кейс содержит небольшие тексты 1-2 страницы, а также иллюстрации. Работа учащихся над кейсом включает следующие этапы: критическое осмысление информации, вычленение проблемы для решения; анализ, ориентирующий на выявление причин проблемы; поиск идей, направленных на решение проблемы, или разработка плана действий. Содержание учебного материала предмета географии позволяет использовать разные типы ситуаций. В ходе лекций в 10 классах используются иллюстративные ситуации (например, тема «Политическая карта мира», проблема изменения карты мира); нормативные ситуации для контроля теоретических знаний по темам «Воспроизводство населения», «Национальный состав населения», «Расселение и урбанизация» в 8 классе, «Топливо-энергетический комплекс» в 9 классе; стратегические ситуации в курсе «Коммерческая география» (например, решение проблемы перспектив развития Российского Севера, моделирование свободной экономической зоны на территории Омской области). Но, в связи с тем, что в 5-6 классах, где согласно учебному плану на изучение географии отведено по одному часу, доминирующей технологией является проблемное обучение, которое подготавливает к решению кейсов, а их активное использование приходится на 7-9 классы, что позволяет и объем учебного времени, ведь использование кейсов в процессе обучения требует подготовленности обучающихся и значительных затрат времени обучения на уроках за счет длительности процесса осмысления проблем и поиска путей их решения.

При организации работы с кейсом на учебном занятии следует обратить внимание на определенную организационную деятельность учителя, включающую две фазы. Первая фаза – творческая работа по поиску или созданию кейса и вопросов для его анализа; подготовка методического обеспечения для предстоящего урока. Этот процесс осуществляется за пределами аудитории и включает в себя научно-исследовательскую, методическую и конструктивную деятельность педагога. Вторая фаза – работа учителя в классе, где он выступает со вступительным и заключительным словом, организует малые группы и дискуссию, поддерживает деловой настрой в классе, оценивает вклад учеников в анализ ситуации.

Использование кейс-технологии имеет явные преимущества перед простым изложением материала, широко используемым в традиционной системе образования. Благодаря этой технологии преодолевается «сухость», не эмоциональность содержания и методики преподавания сложного материала.

Обобщая сказанное, можно утверждать, что кейс – технология помогает: - понять, что чаще всего не бывает одного единственно верного решения; - вырабатывать уверенность в себе и в своих силах; - отстаивать свою позицию и оценивать позицию оппонента; - формировать устойчивые навыки рационального поведения и проектирования деятельности в жизненных ситуациях.

Кейс - технология дает возможность преподавателю использовать его на любой стадии обучения и для различных целей: дискуссия, опрос, зачёт, экзамен. Его достоинством является гибкость, вариантность, что способствует развитию креативности

и преподавателя и учащихся. Конечно, использование кейс – технологии в обучении не решит всех проблем и не должно стать самоцелью. Необходимо учитывать цели и задачи каждого занятия, характер материала, возможности обучающихся. Наибольшего эффекта можно достичь при разумном сочетании традиционных и интерактивных технологий обучения, когда они взаимосвязаны и дополняют друг друга.

МЕТОДИКА ФОРМИРОВАНИЯ ПОЗНАВАТЕЛЬНЫХ УНИВЕРСАЛЬНЫХ УЧЕБНЫХ ДЕЙСТВИЙ У МЛАДШИХ ШКОЛЬНИКОВ В КУРСЕ «ОКРУЖАЮЩИЙ МИР»

*Н.А. Нехай, магистрант 2 курса
факультета педагогики и психологии*

Научный руководитель – Б.Х. Панеш, к.пед.н., доцент

Актуальность исследования. Школа сегодня стремительно меняется, пытается попасть в ногу со временем. Главное же изменение в обществе, влияющее и на ситуацию в образовании, - это ускорение темпов развития. А значит, школа должна готовить своих учеников к той жизни, о которой сама еще не знает.

Поэтому важно не столько дать ребенку как можно больше конкретных предметных знаний и навыков в рамках отдельных дисциплин, а вооружить его такими универсальными способами действий, которые помогут ему развиваться и самосовершенствоваться в непрерывного меняющемся обществе путем сознательного и активного присвоения нового социального опыта.

Согласно федеральному государственному образовательному стандарту начального общего образования (ФГОС НОО) важной задачей становится развитие у младших школьников умения учиться, т.е. формирование универсальных учебных действий (УУД) [5]. Сегодня начальное образование призвано решать свою главную задачу: закладывать основу формирования учебной деятельности ребёнка - систему учебных и познавательных мотивов, умения принимать, сохранять, реализовывать учебные цели, планировать, контролировать и оценивать учебные действия и их результат. Важное место в формировании у младших школьников умения учиться занимают познавательные результаты, находящиеся в составе метапредметных результатов, которые представляют собой своеобразные мосты, которые соединяют все предметы. ФГОС НОО фиксирует, что познавательные УУД подразумевают достижение нескольких результатов, например: сформированность общеучебных универсальных действий формулирования учениками познавательной цели, поиска и выделения необходимой информации, структурирования знаний; умений ставить и решать задачи и проблемы; познавательных логических действий. Задача формирования именно познавательных логических действий как универсальных умений представляется наиболее важной в младшем школьном возрасте [4].

Актуальность работы определяется потребностями развития педагогической теории и практики в условиях введения ФГОС начального общего образования, что требует ответа на вопросы «Чему учить?» (обновление содержания на основе УУД) и «Как учить?» (обновление средств и технологий обучения).

Объект исследования - процесс обучения младших школьников в рамках курса «Окружающий мир».

Предмет исследования - методы и средства формирования познавательных УУД младшего школьника в условиях изучения предмета «Окружающий мир».

Цель работы – теоретически обосновать и экспериментально проверить методы и средства формирования познавательных универсальных учебных действий у младших школьников в курсе «Окружающий мир».

Гипотеза исследования основана на предположении: процесс формирования познавательных универсальных учебных действий у младших школьников на уроках окружающего мира будет наиболее эффективным, если:

- формирование познавательных универсальных учебных действий будет направлено на конечный результат, определённый ФГОС;

- чётко определены особенности формирования познавательных универсальных учебных действий в младшем школьном возрасте, включающие особенности развития мышления детей данного возраста, поскольку эти два процесса тесно взаимосвязаны между собой;

- он строится на диагностической основе в виде системной последовательности логических заданий, направленных на развитие познавательных УУД.

В первой главе «Теоретико-методологические основы проблемы формирования универсальных учебных действий в начальной школе» на основе анализа психологической, педагогической, методической литературы по выявленной проблеме исследования и изучения современного состояния практики образования были определены теоретические предпосылки формирования универсальных учебных действий у младших школьников. Под универсальными учебными действиями младших школьников мы понимаем совокупность обобщённых действий учащегося, а также связанных с ними умений и навыков учебной работы, обеспечивающих способность субъектов к самостоятельному усвоению новых знаний, умений и компетентностей, к сознательному и активному присвоению нового социального опыта, к саморазвитию и самосовершенствованию. Интегративный характер способности к саморазвитию позволяет определить систему универсальных учебных действий как ключевую компетенцию, обеспечивающую у учащихся «умение учиться». Основы формирования «умения учиться» закладываются в период начального обучения ребёнка в школе: полученный в это время опыт предопределяет успешность обучения учащихся в течение всей последующей жизни.

Во второй главе «Экспериментальная работа по формированию у младших школьников познавательных универсальных учебных действий на уроках окружающего мира» представлены этапы проведения и результаты опытно-экспериментального исследования по формированию познавательных УУД у младших школьников в курсе «Окружающий мир». На констатирующем этапе осуществлялся отбор и определялось содержание диагностических педагогических методик: методика «Исключение лишнего» Р. Амтхауэра, методика «Сравнение понятий» Л.С. Выготского, методика «Выделение существенных признаков» С.Я. Рубинштейна [1,2,3], количественная и качественная обработка экспериментальных данных, графическое представление полученных результатов. Констатирующий этап эксперимента показал, что на уроках окружающего мира разнообразие методов и средств обучения, способствующих формированию познавательных универсальных учебных действий необходимо систематизировать с учетом класса и уровня знаний школьников.

По итогам проведенных нами диагностик, мы получили данные о том, на каком уровне сформированности познавательных универсальных учебных действий находятся учащиеся экспериментальной и контрольной групп.

На основании этих данных с целью дальнейшего формирования познавательных УУД на базе экспериментального класса проводился формирующий эксперимент. Для этого был разработан комплекс уроков по предмету «Окружающий мир», включающий систему логических заданий и упражнений проблемно-поискового характера, обеспечивающих дальнейшее развитие познавательных универсальных действий (загадки, выполнение творческих заданий, проектов, заполнение таблиц, составление схем, установление соответствий и др.).

Например, при изучении нового материала по теме «Полезные ископаемые» в 4 классе для более эффективной работы с текстом учебника или других источников лучше использовать прием свертывания информации в таблицу или схему, который позволяет вести поиск и выделение необходимой информации, умение структурировать знания, определять основную и второстепенную информацию и выполнять знаково-

символическое моделирование. Была организована работа в группах с последующим обсуждением результатов. Задача группы: определить полезное ископаемое по образцу, установить и записать его свойства и заполнить свой столбец таблицы.

В практической части исследования нашел широкое применение прием на восстановление информационных пропусков в тексте: в разных местах текста удаляется несколько слов и учащимся предлагается заполнить пропуски, выбрав из предложенного набора слов. При изучении темы «Экономика и экология» применялись приемы «Найди лишнее», «Логические цепочки», «Моделирование ситуаций». На уроках по теме «Животноводство» с учащимися проводилась интеллектуальная разминка и театрализация. По теме «Экономика родного края» дети готовят творческие проекты и небольшие исследования (использование краеведческого материала (регионального компонента).

При выполнении приведенных выше заданий у учащихся формируются и отрабатываются все виды познавательных УУД. Как показал опыт работы данные задания, требующие от детей размышлений и доказательств, способствуют формированию и развитию познавательных универсальных учебных действий.

Дети с удовольствием выполняли эти задания, активно принимали участие, но особым вниманием пользовались творческие задания. Уроки вызвали большой познавательный интерес, поэтому учащиеся проявляли самостоятельность, стремясь сделать все сами. Они также учились договариваться друг с другом, тем самым формировалось умение вступать в диалог, дискуссию.

После завершения формирующего эксперимента нами был проведен контрольный этап эксперимента, в ходе которого диагностические процедуры были проведены повторно. Выявлялись изменения в уровне сформированности познавательных универсальных учебных действий у учащихся экспериментальной и контрольной групп. С этой целью были проведены диагностические процедуры по методикам, применявшимся на этапе констатирующего эксперимента.

Анализ результатов диагностики «Исключение лишнего» позволяет сделать вывод о том, что уровень сформированности познавательных УУД в экспериментальном классе стал выше, чем в контрольном. У многих учащихся есть положительные стороны развития познавательных УУД: адекватное выполнение задания, способность актуализировать имеющиеся знания и представления. Для сравнения полученных данных используем диаграмму (см. рис.1).

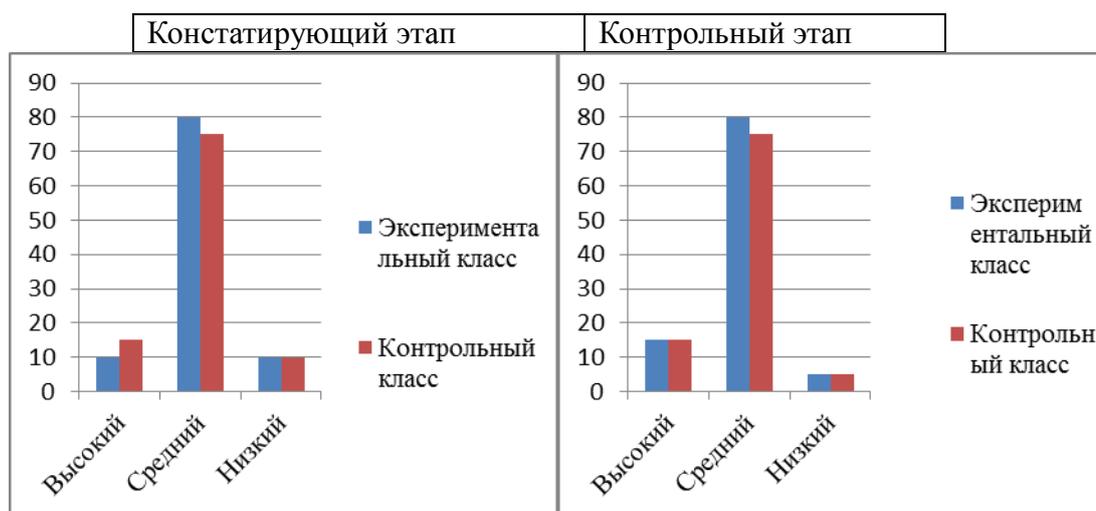


Рис.1. Уровни сформированности способности к обобщению на этапе контрольного эксперимента (методика «Исключение лишнего»)

По результатам диагностики «Сравнение понятий» видно, что уровень операций

сравнения, анализа и синтеза в мышлении детей экспериментальном классе стал выше. В контрольном классе ситуация осталась фактически такой же, что и на этапе констатирующего эксперимента (см. рис.2).

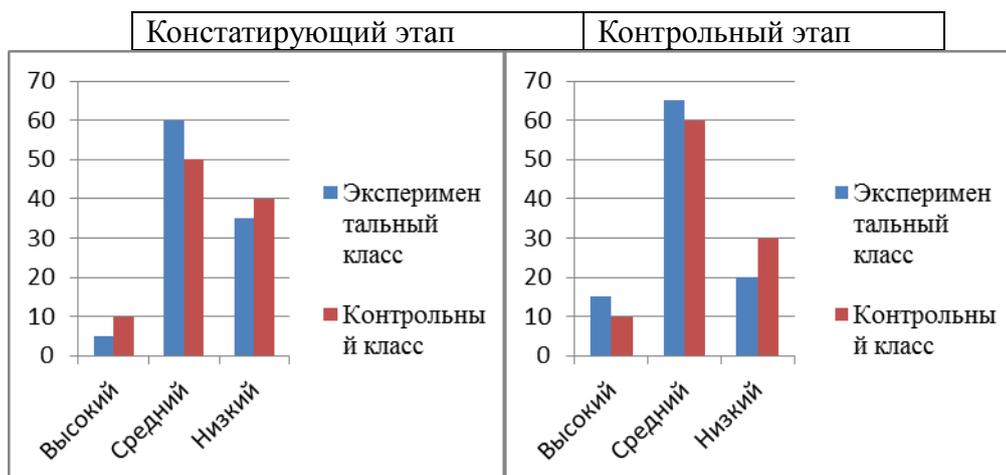


Рис.2. Уровни сформированности владения операциями сравнения, анализа и синтеза на этапе контрольного эксперимента

По результатам диагностики «Существенные признаки» видно, что у учащихся экспериментального класса уровень способности отличать существенные признаки предметов или явлений от несущественных, второстепенных увеличилась, а у учащихся контрольного класса осталась на том же уровне (см. рис.3).

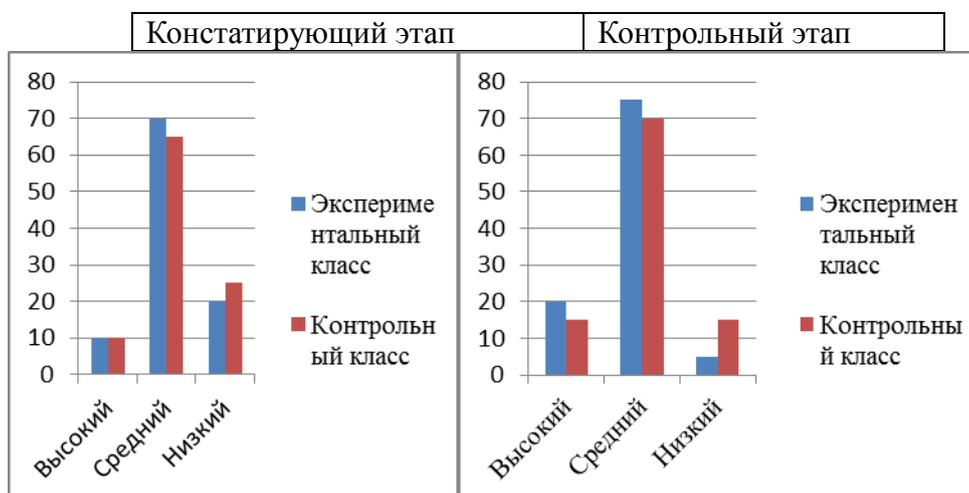


Рис.3. Уровни сформированности способности к выделению существенных признаков на этапе контрольного эксперимента

Сравнительный анализ констатирующего и контрольного эксперимента показал, что уровень сформированности познавательных УУД повысился.

Полученные данные свидетельствуют о положительной динамике формирования познавательных универсальных учебных действий у младших школьников.

Эффективность работы по формированию познавательных универсальных действий у младших школьников в рамках курса «Окружающий мир» видна из сравнения полученных результатов констатирующего и контрольного экспериментов.

Подводя итоги проведенной опытно-педагогической работы по формированию познавательных УУД, можно сделать следующие выводы:

1. Для установления уровня сформированности УУД необходимо использование

методик, соответствующих данной возрастной группе.

2. Одним из эффективных способов формирования познавательных УУД является включение в работу специальной системы заданий, повышающей познавательный интерес младших школьников на уроках, обладающей значительным воспитательным потенциалом, создающей зону ближайшего развития для всех учащихся. Разнообразие видов работ при обучении в рамках курса «Окружающий мир» способствует повышению познавательного интереса к предмету, повышению эффективности усвоения материала.

3. Особого внимания и усилий педагогов требует развитие личностных качеств учеников. Новые методы, приёмы и способы взаимодействия с учащимися в рамках системно-деятельностного подхода, определенного Федеральным государственным образовательным стандартом начального общего образования, должны получить приоритетное внимание в профессиональной деятельности учителей.

В ходе исследования была разработана и успешно апробирована система заданий по разделу «Чему учит экономика», способствующих формированию познавательных универсальных учебных действий учащихся 4 класса в процессе их обучения предмету «Окружающий мир».

Таким образом, гипотеза подтверждена, цель исследования по разработке и реализации системы заданий, направленных на формирование познавательных универсальных учебных действий у учащихся 4 класса на уроках по предмету «Окружающий мир» по УМК «Школа России», достигнута.

ЛИТЕРАТУРА:

1. Амтхауэр, Р. Тест структуры интеллекта (TSI). Практикум по психологии личности /под ред. Елисева О.П. - СПб., 2003.

2. Выготский, Л. С. Сахаров, Л.С. Исследование образования понятий: методика двойной стимуляции. Хрестоматия по общей психологии.- Выпуск III, Субъект познания/ Л.С. Выготский, Л.С. Сахаров /Отв. ред. В. В.Петухов.- М.: Просвещение, 1998.

3. Рубинштейн, С.Я. Экспериментальные методики патопсихологии/ С.Я. Рубинштейн.- М.: ЗАО Изд-во ЭКСМО-Пресс, 1999. - 448 с.

4. Татьянченко Д. Развитие общеучебных умений школьников /Д. Татьянченко, С. Воронцов //Народное образование. – 2003. – № 8. – с.115-126

5. Федеральный государственный образовательный стандарт начального общего образования (утвержден приказом Минобрнауки России от 22 сентября 2011 г. № 2357) [Текст].-URL: <http://standart.edu.ru/atalog.aspx?CatalogId=959>.

ИСПОЛЬЗОВАНИЕ ТЕХНОЛОГИИ КРИТЕРИАЛЬНОГО ОЦЕНИВАНИЯ НА УРОКАХ БИОЛОГИИ В РАМКАХ НОВЫХ СТАНДАРТОВ

Обухов Иван,

студент факультета естествознания

Научный руководитель – канд. пед. наук, доцент А.М. Шехмирзова

Под педагогической технологией понимается совокупность средств и методов воспроизведения теоретически обоснованных процессов обучения и воспитания, которые позволяют успешно реализовывать поставленные педагогом образовательные цели. В исследованиях российских педагогов понятие «педагогическая технология» получило более широкий смысл и прилагается к большому кругу образовательных процессов, а также рассматривается в педагогических системах разного уровня: национальных и региональных, учебных заведений или групп учащихся школ.

Проблема оценочной деятельности – одна из актуальнейших проблем, как в педагогической теории, так и в педагогической практике. Система оценивания отражает результат усвоения знаний, а не процесс их усвоения, то есть не соответствует в полной мере требованиям деятельностного подхода. Кроме этого основной проблемой в оценивании остается субъективизм школьной отметки, что наблюдается уже на начальной ступени обучения. Поэтому согласно требованиям Федерального государственного

образовательного стандарта начального общего образования (ФГОС НОО) процесс оценивания, как постоянная составляющая образовательного процесса, подлежит развитию. Данное развитие возможно при введении в практику критериального оценивания.

Под *критериальным оцениванием* М.Ю. Демидова, С.В. Иванов, О.А. Карабанова понимают процесс оценивания, основанный на сравнении учебных достижений учащихся с четко определенными, коллективно выработанными, заранее известными всем участникам образовательного процесса критериями, соответствующими целям и содержанию образования, способствующий формированию у учащихся умения учиться.

Актуальность реализации данной технологии обусловлена как самим ФГОС общего образования, который направлен на формирование содержательно-критериальной основы оценки результатов освоения программы обучающимся основной образовательной программы основного общего образования, так и другими активными факторами. В частности, позволяет: оценивать три группы образовательных результатов, определять в динамике степень соответствия целей, создавать условия для организации индивидуальной и групповой работы.

Положение о критериях и нормах оценок по учебным предметам представлено в локальных нормативно-правовых документах школы, в т.ч. в ООП, рабочих программах учителей, контрольно-измерительных материалах.

Процесс оценивания является постоянной составляющей образовательного процесса и также подлежит развитию. Противоречивый характер школьной отметки отмечали Я.А. Коменский, К.Д. Ушинский. Характеризуя недостатки системы оценивания, они подчеркивали, что отметка не должна подавлять умственную деятельность учащихся. В течение последних двадцати лет также неоднократно подвергались изучению вопросы, связанные с оцениванием учебных достижений учащихся (Ш.А. Амонашвили, В.Л. Беспалько, В.В. Давыдов, А.И. Липкина, А.Н. Майоров, В.М. Полонский, Е.И. Перовский, А.А. Реан, Н.М. Скаткин, Д.В. Чернилевский, Д.Б. Эльконин и др.). Была доказана необходимость создания универсальной, отвечающей всем требованиям современного общества и потребностям личности учащегося системы оценивания (Ш.А. Амонашвили, Б.Г. Ананьев, А.Б. Воронцов, И.В. Гладкая, А.А. Реан, Д.Б. Эльконин, И.С. Якиманская и др.). Не менее значимы, по мнению ученых, такие проблемы, как грамотная организация процесса оценивания с целью формирования у учащихся учебно-познавательной мотивации и стимулирования, учебных достижений. Для настоящего исследования представили интерес труды М.В. Золотовой, А.Н. Майорова, В.М. Полонского, Д.В. Чернилевского, которые предлагают рассматривать критерий оценивания как некоторый эталон, показатель уровня владения учебным материалом, имеющий значение стимула для повышения учебных достижений учащихся. Исходя из важности данной проблемы, ее недостаточной теоретической и практической разработки определена тема нашего исследования.

Целью нашего исследования ставилось теоретическое обоснование использования на уроках биологии технологии критериального оценивания в соответствии с новыми стандартами.

В процессе теоретического исследования проблемы нами были использованы следующие методы исследования: - анализ философских, педагогических трудов и методических изданий по исследуемой проблеме; - анализ информационных ресурсов сети Интернет, анализ учебных пособий по биологии.

В рамках исследования, под критериальным оцениванием понимается оценивание по критериям, когда оценка складывается из составляющих (критериев), которые отражают достижения учащихся по разным направлениям развития их учебно-познавательной компетентности.

Критерии оценки по предмету являются предметными образовательными целями, которые при переводе на язык характеристик ученика дают портрет идеально обученного

человека. Критерии расшифровываются показателями, в которых (для каждой конкретной работы) дается четкое представление о том, как в идеале должен выглядеть результат выполнения учебного задания, а оценивание по любому показателю – это определение степени приближения ученика к данной цели. При грамотном проектировании показателей учащийся может самостоятельно оценить качество своей работы, что, в свою очередь, стимулирует его для достижения более высокого результата. При критериальном оценивании нет условий для сравнения себя с другими. Ты успешен по одному критерию, а я – по-другому. Такие ярлыки, как “отличник”, “троечник”, “хорошист”, отпадают сами собой. Появляются дополнительные возможности оценивать и наращивать свои достижения по тому или иному критерию. Критериальное оценивание выполняет функцию обратной связи, когда ученик получает информацию о своих успехах и неудачах. При этом даже самые неудовлетворительные результаты промежуточной работы воспринимаются учеником лишь как рекомендации для улучшения собственных навыков. Критериальное оценивание включает в себя: формативное оценивание и суммативное оценивание. Учителя используют результаты формативного и суммативного оценивания для предоставления обратной связи обучающимся и информирования родителей во время учебного процесса. Все виды оценивания основаны на содержании учебных программ по предметам. Формативное оценивание в особенности, предполагает использование тщательно разработанных критериев для организации оценивания работы учащихся. Оценивание с использованием критериев позволяет сделать данный процесс понятным для всех участников образовательного процесса. Критерии способствуют объективации оцениванию. В повседневной практике формативного оценивания можно использовать методы для измерения уровня усвоения, прогресса обучающихся в процессе обучения. Суммативное оценивание предполагает проведение различного вида контрольно-проверочных работ. При разработке контрольно-проверочных работ необходимо учитывать то, что они должны включать в себя вопросы и задания, которые проверяют не только и не столько запоминание фактов или пройденного материала, а навыки более высокого уровня. Рассмотрим применение критериальной системы оценивания учебных достижений учащихся на примере урока биологии в 9 классе по теме: «Лечение и предупреждение некоторых наследственных болезней человека». В начале занятия был поставлен проблемный вопрос для того, чтобы заинтересовать учащихся, а также определить тему и цель урока. Проблемный вопрос заключался в том, что на данный момент одна из актуальных проблем человечества - это рождение большого числа детей с тяжелыми врожденными дефектами развития. Учащимся нужно было высказать свое мнение по поводу возможных причин данного недуга. Можно ли его избежать? Если да, то как? В качестве возможных причин были отмечены близкородственные браки, предрасположенность к некоторым болезням, факторы окружающей среды, алкоголь, табак, наркотики. Таким образом, был осуществлен переход к теме урока и формулировке цели: познакомить учащихся с наследственными заболеваниями, выявить причины их возникновения. Учащимся был раскрыт план занятия, который заключался в изучении материала путем составления кластера по группам. Групповая деятельность была выбрана по причине того, что материал был довольно объемным. Кроме того, информацию легко можно было разбить на несколько частей. После знакомства с планом были обговорены критерии, по которым будет оцениваться работа.

Таким образом, повышение качества образовательного процесса тесным образом связано с повышением качества знаний и успеваемости учащихся, без формирования положительной мотивации учащихся это решить невозможно. Используя в полном объеме факторы, влияющие положительно на процесс мотивации обучающихся можно добиться успеха. Критериальное оценивание способствует снижению тревожности ученика, формированию положительной мотивации. То обстоятельство, что оценки, получаемые за промежуточную работу, не выставляются в журнал, превращает эту работу в осмысленную деятельность по наращиванию своих знаний. Учитель превращается из

сурового судьи в заинтересованного помощника и консультант. Между учителем и учеником исчезает зона конфликта, оценивание превращается в совместную работу по критериям принятым обеими сторонами. Открытость, прозрачность самого процесса оценивания, возможность высказать свою точку зрения помогают ученику стать настоящим субъектом своего обучения.

ПОЗНАВАТЕЛЬНЫЙ ИНТЕРЕС КАК ПЕДАГОГИЧЕСКАЯ ПРОБЛЕМА

*Овезов А., студент факультета естествознания
Научный руководитель – к.г.н., доцент Ф.Д. Теучеж*

Один из главных мотивов учебной деятельности – познавательный интерес, формирование которого есть не только средство, обеспечивающее успешное усвоение программного материала, но и цель обучения. Успех обучения во многом определяется усвоением новых видов познавательной деятельности. Первый из них – мотивационный. Если ученик не знает, для чего необходимо усвоить тот или иной учебный материал и не хочет учиться, то научить его невозможно.

«Интерес – это сложное личностное образование, представляющее собой многообразие процессов мотивационной сферы» - А.К. Маркова. [1] Это означает, что проявление или не проявление учащимися интереса к учению зависит от многих переменных в его мотивации – от того, что является для него смыслом учения, каковы его мотивы и направленность, от того, умеет ли он ставить и реализовывать цели, от того какие эмоции он испытывает в учении и какова их роль.

«Интерес – мощный побудитель активности личности, под влиянием которого все психические процессы протекают особенно интенсивно и напряженно, а деятельность становится увлекательной и продуктивной» - Г.И. Щукина. [2]

«Интерес – основной внутренний механизм успешного учения» - К.Д. Ушинский. [2] «Важная особенность познавательного интереса то, что в центре находится такая познавательная задача, которая требует от ученика активной творческой деятельности» - А.З. Рахимов. [2]

Как было отмечено уже выше, познавательный интерес – это особый вид интереса в обучении, а точнее интерес к познанию. В процессе познавательного интереса происходит овладение содержанием учебных предметов и необходимыми способами, умениями и навыками, при помощи которых ученик получает образование; положительно влияет не только на процесс и результат деятельности, но и на протекание психических процессов – мышления, воображения, памяти, внимания, которые под влиянием познавательного интереса приобретают особую активность и направленность. Познавательный интерес направлен не только на процесс познания, но и на его результат, а это всегда связано со стремлением к цели, с ее реализацией, преодолением трудностей, с волевым напряжением и усилием.

Познавательный интерес – это один из важнейших мотивов учения школьников. Под влиянием познавательного интереса учебная работа даже у слабых учеников протекает более продуктивно. Этот мотив окрашивает эмоционально всю учебную деятельность подростка. В то же время он связан с другими мотивами (ответственностью перед родителями и коллективом и др.). Познавательный интерес как мотив учения побуждает ученика к самостоятельной деятельности, при наличии интереса процесс овладения знаниями становится более активным, творческим, что в свою очередь, влияет на укрепление интереса. Познавательный интерес формируется в деятельности, как направленность в личности и как любой психический процесс. На фоне общего положительного отношения к учению, к учебной деятельности, к лицам и объектам, участвующим в ней, сама учебная деятельность детей, организованная учителем, завершает формирование познавательного интереса. Для пробуждения и развития интереса, эта деятельность должна быть особым образом организована. [1], [3], [4]

«Познавательный интерес имеет огромную побудительную силу: он заставляет

человека активно стремиться к познанию, активно искать способы и средства удовлетворения возникшей у него жажды знаний» - Божович Л.И. [2]

Познавательный интерес – избирательная направленность личности на предметы и явления, окружающие действительность. Эта направленность характеризуется постоянным стремлением к познанию, к новым, более полным и глубоким знаниям. Систематически укрепляясь и развиваясь познавательный интерес становится основой положительного отношения к учению. [2] Наличие мотивов недостаточно, если у ученика отсутствует умение ставить цели на отдельных этапах своей учебной работы.

Цель – осознаваемый образ предвосхищаемого результата, на достижение которой направлена деятельность человека.

Процесс формирования познавательного интереса к предмету происходит под влиянием многих факторов: содержание предмета, методы обучения, деятельность учащихся и личность учителя (Таблица 1). [4] Решающее значение оказывает именно сочетание всех видов деятельности с учетом равномерно усложняющегося уровня познавательной самостоятельности.

Таблица 1. Структура познавательного интереса



Основные показатели познавательного интереса: любопытство, самостоятельность, инициативность, волевые качества (упорство, настойчивость, умение доводить начатое до конца, сопротивление отвлекающим воздействиям, энергичность), целенаправленность, целеустремленность, творчество.

Опираясь на опыт прошлого, специальные исследования и практику современности, можно говорить об условиях, соблюдение которых способствует формированию, развитию и укреплению познавательного интереса учащихся [4].

Первое условие - максимальная опора на активную мыслительную деятельность учащихся. Главная почва для развития познавательных сил и возможностей учащихся, как и для развития, подлинно познавательного интереса - ситуации решения познавательных задач, активного поиска, догадок, размышления, мыслительного напряжения, противоречивости суждений, столкновений различных позиций, в которых необходимо разобраться самому, принять решение, встать на определённую точку зрения.

Второе условие – развитие познавательных интересов и личности в целом. Оно состоит в том, чтобы вести учебный процесс на оптимальном уровне развития учащихся. Путь обобщений, отыскание закономерностей, которым подчиняются видимые явления и процессы - это путь, который в освещении множества запросов и разделов науки способствует более высокому уровню обучения и усвоения, так как опирается на максимальный уровень развития школьника. Именно это условие и обеспечивает укрепление и углубление познавательного интереса на основе того, что обучение систематически и оптимально совершенствует деятельность познания, её способов, её умений. В реальном процессе обучения учителю приходится иметь дело с тем, чтобы

постоянно обучать учащихся множеству умений и навыков. При всём разнообразии предметных умений выделяются общие, которыми учение может руководствоваться вне зависимости от содержания обучения, такие, например, как умение читать книгу (работать с книгой), анализировать и обобщать, умение систематизировать учебный материал, выделять единственное, основное, логически строить ответ, приводить доказательства и т.д. Эти обобщённые умения основаны на комплексе эмоциональных регулярных процессов. Они и составляют те способы познавательной деятельности, которые позволяют легко, мобильно, в различных условиях пользоваться знаниями и за счёт прежних приобретать новые. [4]

Эмоциональная атмосфера обучения, положительный эмоциональный тонус учебного процесса - третье важное условие. Благополучная эмоциональная атмосфера обучения и учения сопряжена с двумя главными источниками развития школьника: с деятельностью и общением, которые рождают многозначные отношения и создают тонус личного настроения ученика. Оба эти источника не изолированы друг от друга, они всё время переплетаются в учебном процессе, и вместе с тем стимулы, поступающие от них, различны, и различно влияние их на познавательную деятельность и интерес к знаниям, другие - опосредованно. Благополучная атмосфера учения приносит ученику желание быть умнее, лучше и догадливей. Именно это стремление ученика подняться над тем, что уже достигнуто, утверждает чувство собственного достоинства, приносит ему при успешной деятельности глубочайшее удовлетворение, хорошее настроение, при котором работается скорее, быстрее и продуктивней. Создание благоприятной эмоциональной атмосферы познавательной деятельности учащихся - важнейшее условие формирования познавательного интереса и развития личности ученика в учебном процессе. Это условие связывает весь комплекс функций обучения - образовательной, развивающей, воспитывающей и оказывает непосредственное и опосредованное влияние на интерес. Из него вытекает и четвёртое важное условие, обеспечивающее благотворное влияние на интерес и на личность в целом. [5]

Четвёртое условие - благоприятное общение в учебном процессе. Эта группа условий отношения «ученик - учитель», «ученик - родители и близкие», «ученик - коллектив». К этому следует добавить некоторые индивидуальные особенности самого ученика, переживание успеха и неуспеха, его склонности, наличие других сильных интересов и многое другое в психологии ребенка. Каждое из этих отношений может повлиять на заинтересованность ученика, как в положительном, так и в отрицательном направлении. Всеми этими отношениями и, прежде всего отношением «учитель - ученик» управляет учитель. Его требовательное и в то же время заботливое отношение к ученику, его увлеченность предметом и стремление подчеркнуть его огромное значение - определяет отношение ученика к изучению данного предмета. К этой группе условий следует способности ученика, а также успех, достигнутый им в результате упорства и настойчивости. [4]

Выделяют стадии развития познавательного интереса:

- любопытство;
- любознательность;
- познавательный интерес;
- устойчивый познавательный интерес. [5]

Любопытство – элементарная стадия. Обусловленная внешними, подчас неожиданными и необычными обстоятельствами, привлекающими внимание ребенка. Занимательность может служить начальным толчком выявления интереса, средством привлечения интереса к предмету, способствующим переходу интереса со стадии простой ориентировки на стадию более устойчивого познавательного отношения. Основан на словесно-логическом мышлении.

Любознательность – ценное состояние личности, характеризующееся стремлением человека проникнуть за пределы увиденного. На этой стадии развития интереса,

достаточно сильно выражены эмоции удивления, радости познания.

В формировании любопытства и любознательности преобладает приоритет игровых методов:

- школьники вовлекаются в воображаемую жизненную ситуацию, актуализируют субъектный опыт, находят знаниям и умениям практическое применение;

- особенности игры, способствующие развитию познавательного интереса: активность, занимательность и эмоциональность, состязательность, соревновательность, проблемность, моделирование профессиональной деятельности

Особенности использования:

- игра используется на начальном этапе формирования познавательного интереса к предмету, как наиболее органичная деятельность детства;

- игра служит для создания мотивации к изучению курса и подготавливает школьников к усвоению научных понятий;

- элементы игры целесообразно использовать на протяжении изучения всего курса, вплоть до 11 класса, это позволяет поддержать любознательность школьников. [5]

Познавательный интерес характеризуется познавательной активностью, ценностной мотивацией, в которой главное место занимают познавательные мотивы. Они содействуют проникновению личности в существенные связи между изучаемыми явлениями.

В развитии познавательного интереса используются проблемный и игровой метод:

- применяется при сформированности устойчивой любознательности при помощи проблемных вопросов, заданий, ситуаций и т.д.;

- вовлечение ученика в процесс самостоятельного поиска и "открытия" знаний стимулирует активную умственную деятельность;

- реализуется через частично поисковую и исследовательскую деятельность, что развивает познавательную самостоятельность.

В развитии устойчивого познавательного интереса используются проблемный, игровой и метод проектов:

- применяется при сформированном познавательном интересе;

- предполагается высокая степень самостоятельности;

- развитие познавательных процессов, рационального стиля мышления, эмоционального теоретического, практического познания окружающего мира;

- развитию познавательного интереса способствуют следующие особенности создания учебного проекта: наличие значимой проблемы и задачи для решения которых требуется актуализация предметных знаний, интеллектуальных, творческих, коммуникативных умений.

Ступени развития познавательного интереса: любопытство, любознательность, познавательный интерес, теоретический интерес - помогают нам более или менее точно определить отношение ученика к предмету и степень влияния его на личность. В реальном процессе путь, проделываемый познавательным интересом, характеризуется более сложными и тонкими взаимопереходами, в которых одна стадия как бы проникает в другую, одна вырастает из другой, одна сопутствует другой.

По уровням устойчивости интереса в педагогической литературе, выделяют:

- ситуативный интерес;

- относительно устойчивый интерес;

- достаточно устойчивый интерес.

Именно устойчивый познавательный интерес, как мотив познавательной деятельности, способствует формированию и развитию его познавательной активности, если познавательный мотив носит устойчивый характер, то он помогает ученику преодолеть трудности, встречающиеся на пути.

Говоря об интересах учащихся среднего звена в учебной деятельности, Г.И. Щукина отмечает, что источниками их стимуляции является содержание предмета,

деятельность и общение. [5] При этом развивается интерес к самопознанию, жизненным перспективам, интерес к философским проблемам мироздания, этическим нормам, моральным оценкам людей.

«Реальный смысл учения определяется не целями, а мотивами, отношением школьников к предмету» - Н.Ф. Талызина. Задача школы учить не столько фактам, теории, сколько общим методам мышления, повышать развивающий эффект обучения, способствовать развитию познавательной деятельности школьников.

Мотивация – это установка на деятельность, которая обеспечивает эту деятельность с психологической точки зрения. Особое внимание обращается на способность воспринимать учебную информацию, слушать, осмысливать, запоминать и т.д. «Учение, может иметь для ученика разный психологический смысл: может отвечать познавательным потребностям или служить средством достижения других целей. Ученик должен осознавать, для чего ему необходимы данные знания» - Н.Ф. Талызина. Поэтому в обучении надо идти от мотивов – к целевым задачам, а от них – к содержанию. [4]

Мотивы – это внутренняя побудительная сила, заставляющая человека переходить к действию. В учебной деятельности – это желание, стремление школьников учиться. В работах многочисленных исследователей психологов (Л.И. Божович, В.В. Давыдов, А.Н. Леонтьев, А.К. Маркова, В.Н. Мясищев, С. Л. Рубинштейн) и педагогов (Б. С. Волков, Л.А. Йоваша, Г. Г. Конычева, В. Н. Крутиков, Н.И. Мешков, Н.В. Тельтевская, Г.И. Шукина) мотивы рассматриваются как важные структурные компоненты деятельности. В работах, например, А.Н. Леонтьева показано, что деятельности без мотивов не бывает и что за соотношением деятельности открывается соотношение мотивов. Исследователи выделяют три группы мотивов учения. Основными критериями выступает их происхождения (биогенные, социогенные и стимулы-мотивы).

Биогенные мотивы присущи каждому индивиду и возникают в результате отражения познавательной потребности (любопытности, стремления к активному восприятию, действию и т.д.).

Социогенные мотивы формируются в процессе становления личности (отношения к обществу, стремления войти в определенную социально-профессиональную группу и т.д.).

Стимулы-мотивы – это результат стимулирующих педагогических воздействий.

Учебная деятельность, как и любая другая, определяется мотивами, выраженными через познавательный интерес, который определяется как особая избирательная направленность личности на процесс познания. К критериям познавательного интереса относят: особенность поведения учащихся, активное включение в учебную деятельность, сильную сосредоточенность на этой деятельности, появление вопросов у школьников, которые они задают учителю. [1]

Знания должны «поглощаться с аппетитом», учиться должно быть интересно, т.к. эмоции играют большую роль в деятельности человека. Учебная деятельность должна осуществляться с подъемом, сопровождаться положительными эмоциями, доставлять радость. Мотивационная установка может быть дана в выразительном, эмоциональном вступительном слове учителя, который раскрывает практическую роль нового материала, устанавливает связь новой темы с предшествующей, дает план действий на весь урок, на все время проведения экскурсии или какой-либо иной формы организации обучения. [4]

По предмету познания, вызывающему интерес, А.К. Маркова [1] выделяет:

1) низкий уровень познавательного интереса: открытый, непосредственный интерес к новым фактам, занимательным явлениям, которые фигурируют в информации, полученной учеником на уроке. Этот уровень требует поиска, догадки, активного оперирования имеющимися знаниями, приобретенными способами. На этом уровне интерес находится на поверхности отдельных фактов, но еще не проникает настолько в познание, чтобы обнаружить закономерности.

2) средний уровень познавательного интереса: интерес школьника к причинно-

следственным связям, к выявлению закономерностей, к установлению общих принципов явлений, действующих в различных условиях.

3) высокий уровень, связанный не только стремлением к познанию закономерностей, теоретических основ, но и с применением их в практике, появляется на определенном этапе развития личности и ее мировоззрения.

Ученик, обладающий высоким уровнем, обладает сильным, глубоким и устойчивым познавательным интересом, который выступает как стержневой мотив учебной деятельности. Его привлекают гуманитарные предметы, и он всегда готовится отвечать на уроке по дополнительным источникам литературы. Всегда выполняет домашние работы по всем учебным предметам без исключения. Ему свойственны увлеченность, сосредоточенность, интеллектуальная активность, положительные эмоции в процессе учебной деятельности. Такой ученик учится только на отлично. Как мотив учебной деятельности познавательный интерес занимает высшую степень в структуре мотивации учения, далее идут такие мотивы как профессиональная направленность, долг перед родителями, избегание неприятностей или потеря авторитета в классе. [4]

Ученик, обладающий средним уровнем развития познавательного интереса, проявляет избирательное отношение к определенным предметам, активность при побуждающих действиях учителя, предпочитает не творческий, а поисковый, реже репродуктивный вид учебной деятельности. Учится на «четыре» и «три». Познавательный интерес как мотив учения занимает срединное место в структуре мотивации учения. Он находится следом за мотивом ответственности перед своей будущей семьей. Далее стоит мотив долга перед родителями, учителями («...они ведь в меня верят, я не должен их расстраивать своими оценками, поэтому мне надо учиться на «четыре» и «пять» ...»), значительное место в системе мотивации учения занимает мотив избегания плохих оценок, недовольных оценок со стороны учителей и родителей.

Низкий уровень развития характеризуется слабым неглубоким, неустойчивым познавательным интересом. Ученик самостоятельно не включается в процесс урока, никогда не отвечает по собственному желанию. Несистематическое выполнение домашних заданий снижает объем и качество приобретаемых знаний. Волевые качества не развиты: часто отвлекается, невнимателен при объяснении нового материала, предпочтение отдает репродуктивному виду учебной деятельности. Учится на «три» и «четыре», «пятерки» редки. Характер работы на уроке свидетельствует о ситуативном характере познавательного интереса. Установлено, что в структуре мотивации учения познавательный интерес стоит на последней ступени, а первые занимают такие мотивы как: общение с другими, внеклассные мероприятия, аттестат, долг перед родителями («...учеба - это мое бремя, тяжелая работа...») т.е. познавательный интерес как мотив учения еще не осознан. [4]

К.Д. Ушинский справедливо отметил: «Безделье на уроке больше утомляет учащихся, чем активная деятельность». Проблема активности процесса обучения не может на современном этапе рассматриваться без учета личностной позиции обучаемого к процессу обучения. Повышение качества образования в настоящее время невозможно без удовлетворения личностных запросов. [1] Также каждого учителя беспокоит вопрос об эффективности его уроков, о том, как интереснее их провести. Урок до сих пор остается главным компонентом в школьном обучении и воспитании. Урок – это своеобразная визитная карточка каждого учителя. От того, насколько правильно учитель определил цель конкретного урока, отобрал необходимый материал, сумел выбрать адекватные ему методы и средства обучения, зависит качество обучения и воспитания, успешность конечных результатов, интерес к предмету.

Для эффективного развития познавательного интереса, используются следующие методы: наглядные, практические, объяснительно-иллюстративные, репродуктивный метод, метод проблемного изложения, частично поисковый метод и исследовательский метод. Для развития познавательного интереса, можно удачно использовать приемы,

направленные на развитие учебной и умственной деятельности.

Например, прием направленный на развитие познавательного интереса: Вызов – Осмысление – Размышление (класс разбивается на несколько групп, или работают в парах)

Для стадии Вызова: приемы на этой стадии направлены на активизацию ранее полученных знаний по теме, на пробуждение любопытства и определение целей изучения предстоящего материала. Пара учащихся составляет список того, что они знают или думают по данной теме. Парная мозговая атака очень помогает учащимся, для которых затруднительно высказывать свое мнение перед большой аудиторией. Зачастую, обмениваясь мнениями с товарищами, такой ученик обретает уверенность и легче выходит на контакт со всем классом. И, разумеется, работа в парах позволяет высказаться гораздо большему числу учащихся.

Для стадии Осмысление: когда учащиеся припомнили, что знали, в чем вполне уверены и в чем сомневаются, задались конкретными вопросами, поставили цели, они готовы приступить к следующей стадии осмысления

Для стадии Размышление: многие приемы, которыми пользуются на стадии «вызов», «осмысление», логически переходят в стадию «размышления» и достигают там своей кульминации.

На основе анализа литературы можем утверждать, что познавательный интерес - один из главных мотивов учебной деятельности, обеспечивающий успешное обучение. Каждый ученик должен знать и понимать, для чего необходимо усвоить тот или иной учебный материал, и если он не хочет учиться, то научить его невозможно.

ЛИТЕРАТУРА:

1. Подласый, И.П. Педагогика: учебник / И.П. Подласый. – М.: Высшее образование, 2017. – 340с.

2. Педагогика: учеб. Пособие для вузов / В.А. Сластенин – 4-е изд. – М.: Школьная пресса, 2018. – 413с.

3. Щукина, Г.И. Педагогические проблемы формирования познавательных интересов учащихся / Г. И. Щукина. – М.: Педагогика, 2015. – 203 с.

4. Ялышева, Л.В. Формирование познавательного интереса к естественнонаучным дисциплинам учащихся 6-7-х классов. Интернет-ресурс. Режим доступа: <http://www.dissercat.com/content/formirovanie-poznavatel'nogo-interesa-k-estestvennonauchnym-distiplinam-uchashchikhsya-6-7-k>

ПОВЫШЕНИЕ КАЧЕСТВА ОБУЧЕНИЯ НА УРОКАХ ГЕОГРАФИИ ПОСРЕДСТВОМ ФОРМИРОВАНИЯ УНИВЕРСАЛЬНЫХ УЧЕБНЫХ ДЕЙСТВИЙ УЧАЩИХСЯ

*Петренко Екатерина, студентка факультета естествознания
Научный руководитель – канд. пед. наук, доцент А.М. Шехмирзова*

Современный мир меняется всё более быстрыми темпами. Поэтому знания, полученные людьми в школе, через некоторое время устаревают и нуждаются в коррекции, а результаты обучения не в виде конкретных знаний, а в виде умения учиться становятся сегодня всё более востребованными. Сегодня деятельностная направленность обучения - это принцип обучения включающий овладение такими умениями, которые необходимы для дальнейшего становления человека как субъекта собственной жизнедеятельности. Также образование необходимо рассматривать как производство человеческого капитала, важной составляющей которого является интеллектуальный капитал. Если учитывать возрастание роли человеческого капитала в тенденциях экономического и научно-технического развития, то нетрудно увидеть, что образование становится главной движущей силой развития современного общества. Мало сказать, что образование — это наше будущее. Эта фраза превратилась в лозунг, в смысл которого уже не вдумываются. Образование — это производство активных знаний, обеспечивающих

ускорение общественного развития во всех его направлениях и тенденциях; гармонизация и гуманизация общественной жизни, это движение к подлинной свободе человека. От развития образования зависит развитие общества. Развитие образования может осуществляться само по себе, но является эффективным только в том случае, если оно управляется и совершенствуется в процессах управления.

Совершенно очевидно, что качеством образования в школе занимались всегда. Однако образование меняется, и поэтому появляется необходимость постоянного переосмысления ценностей и целей в новом контексте.

Качество образования — это степень удовлетворенности ожиданий различных участников образовательного процесса: учащихся и их семей, администрации школы, остальных членов педагогического коллектива, внешних организаций, с которыми сотрудничает образовательное учреждение для достижения результата. Также стоит отметить, что качественным можно считать образование, если определенные достижения имеют не только учащиеся, но и педагоги как участники образовательного процесса.

Среди разнообразия средств, с помощью которых можно повысить качество обучения я выделила УУД.

Развитие личности в системе образования обеспечивается прежде всего формированием универсальных учебных действий (УУД). Овладение универсальными учебными действиями создаёт возможности самостоятельного успешного усвоения учащимися новых знаний, умений и компетентностей, включая организацию усвоения, т.е. умения учиться.

Необходимость повышения качества образования находит отражение в различных государственных правовых актах (ФЗ «Об образовании в Российской Федерации» от 29.12.2012 №273-ФЗ с изм. и доп., вступ. в силу с 24.07.2015; ФГОС ООО в ред. Приказа Минобрнауки России от 29.12.2014 №1644)

Проведённый анализ научно-педагогической литературы показал, что наиболее полно проблема повышения качества обучения на уроках географии отражена в работах Г.И. Батурина, Т.А. Ильина, И.И. Кулибаба, И.Я. Лернер, В.М. Полонский, П.Я. Гальперин, Н.Ф. Талызина, В.П. Беспалько, В.С. Цетлин, Н.А. Селезнева, М.М. Поташник и др. Продемонстрированные в этих исследованиях подходы и взгляды на эту проблему порой существенно различаются, однако эти различия являются не недостатком, а скорее преимуществом, поскольку позволяют увидеть проблему с разных сторон.

Несмотря на многочисленность исследований в этом направлении, проблема повышения качества обучения на уроках географии требует более глубокого изучения.

Анализ состояния системы образования на современном этапе позволил выявить ряд противоречий: между современными требованиями к выпускнику и невозможностью их реализации в рамках традиционного обучения, а также между вооружением знаниями, умениями и навыками, и воспитанием интеллектуальной личности, стремящейся к познанию.

Целью исследования является теоретическое обоснование возможности формирования совокупности УУД, обеспечивающих компетенцию «научить учиться» в рамках предмета «География», как средство повышения качества обучения на уроках географии.

В процессе теоретического исследования проблемы нами были использованы следующие методы исследования: - теоретический анализ и обобщение психолого-педагогической литературы по проблеме исследования; - анализ информационных ресурсов сети Интернет по теме исследования; - изучение и обобщение передового педагогического опыта учителей географии.

Учитывая современный социальный заказ школе на формирование активной творческой личности и выявленные противоречия, актуальность исследуемой проблемы, недостаточность её раскрытия для образовательных учреждений, определили выбор темы исследовательской работы: «Повышение качества образования на уроках географии»

посредством формирования УУД учащихся».

Под Универсальными Учебными Действиями в педагогической литературе понимают базовый элемент умения учиться; совокупность способов действий учащегося и навыков учебной работы, обеспечивающих его возможностью самостоятельно развиваться и совершенствоваться в направлении желаемого социального опыта на протяжении всей жизни. По мнению А. В. Федотовой, это «обобщенные действия, открывающие возможность широкой ориентации учащихся, — как в различных предметных областях, так и в строении самой учебной деятельности, включая осознание учащимися её целевой направленности, ценностно-смысловых и операциональных характеристик».

Анализ научно-педагогической литературы и обобщение педагогического опыта показал, что в практике обучения используются различные блоки универсальных учебных действий (УУД): - регулятивные; - познавательные; - коммуникативные. Использование этих блоков УУД позволяет сделать учение осмысленным, увязывая их с реальными жизненными целями и ситуациями; - обеспечивает возможность управления познавательной и учебной деятельностью посредством постановки целей, планирования, контроля, коррекции своих действий, оценки успешности усвоения; - включают действия исследования, поиска, отбора и структурирования необходимой информации, моделирование изучаемого содержания; - обеспечивают возможности сотрудничества: умение слышать, слушать и понимать партнера, планировать и согласованно выполнять совместную деятельность, распределять роли, взаимно контролировать действия друг друга, уметь договариваться, вести дискуссию, правильно выражать свои мысли, оказывать поддержку друг другу и эффективно сотрудничать как с учителем, так и со сверстниками.

Для формирования познавательных УУД в системе урочной формы организации образовательного процесса учителя-практики используют следующие методические приемы: 1. Блицконтрольная; 2. Использование символов, схем, таблиц, алгоритмов; 3. Пропущенный вопрос.

Для формирования регулятивных УУД в системе урочной формы организации образовательного процесса учителя-практики используют следующие методические приемы: 1. Рейтинг; 2. Обсуждаем домашнее задание; 3. Резюме.

Для формирования коммуникативных УУД в системе урочной формы организации образовательного процесса учителя-практики используют следующие методические приемы: 1. Вопросы к тексту; 2. Доводящие карточки; 3. «Тонкие» и «толстые» вопросы.

Так, проблема повышения качества образования является ведущей и решить её может только учитель, его желание и умение творить, работать, увлекать за собой. Формирование универсальных учебных действий возможно на уроках географии при использовании различных современных педагогических технологий, при условии готовности учителя к сотрудничеству с учащимися и другими учителями предметниками. Проектный метод всегда ориентирован на самостоятельную работу учащихся. С помощью этого метода ученики не только получают сумму тех или иных знаний, но и обучаются приобретать эти знания самостоятельно, пользоваться ими для решения познавательных и практических задач.

Очень важно, что для развития исследовательских умений школьников через проектную деятельность ученики не только приобретали новые знания, но и учились взаимодействовать друг с другом, работать в творческом коллективе. Этапами организации работы над проектом и развития исследовательских умений, выступают: 1) Разработка проектного задания, состоящая из следующих стадий: выбор темы проекта, выделение подтем в темах, формирование творческих групп, подготовка материала к исследовательской работе: формулировка вопросов, на которые нужно ответить, предъявление заданий для команд, определение форм выражения итогов проектной деятельности. На этом этапе у учащихся формируются умения организовать свою работу (организация рабочего места, планирование работы), умения и знания исследовательского

характера (выбор темы исследования, умение выстроить структуру исследования, методы исследования, поиск информации), умения ставить цели и пути их реализации, умения участвовать в коллективном обсуждении проблем и принятии решений; 2) Разработка проекта, при котором формируется умение работать с информацией (виды информации, источники информации, научный текст, термин, понятие, смысловые части, умение выделять главное, краткое изложение, цитата, ссылка, план, определения, вывод, формулирование вывода, конспект, условные знаки, доказательство: аргументы, факты, выступление и заключение), развитие критического мышления; 3) Оформление результатов, при котором развивается умение представить результат своей работы (формы представления результатов, формы научных собраний, требования к докладу, речи докладчика; 4) Презентация, на этапе которой происходит развитие коммуникативности, способности выступать перед публикой, связно излагать свои мысли, уметь аргументировано говорить, выслушивать других, с достоинством выходить из острых ситуаций; 5) Рефлексия формирует умение оценивать свою работу

Таким образом, проектная деятельность, применяемая на уроках географии, учит школьников самостоятельно мыслить, находить и решать проблемы, привлекая для этой цели знания из разных областей, формирует умения прогнозировать результаты, развивает умения устанавливать причинно – следственные связи, учащиеся не только увлекаются темой предмета, но и совершенствуют свои знания, развивают исследовательские умения, прививается интерес и любовь к географии не только как к предмету, но и как к науке в целом.

МЕТОДИКА РЕАЛИЗАЦИИ МЕЖПРЕДМЕТНЫХ СВЯЗЕЙ В СИСТЕМЕ ЭКОЛОГИЧЕСКОГО ОБРАЗОВАНИЯ МЛАДШИХ ШКОЛЬНИКОВ

*Ю.А. Попова, студентка 4 курса
факультета педагогики и психологии*

Научный руководитель – Л.Л. Багова, к.пед.н., доцент

Актуальность исследования. Фундамент ответственного отношения к окружающей среде закладывается в начальной школе, поэтому успех экологического образования во многом зависит от первого этапа обучения школьников. Младшие школьники, стремящиеся к познанию окружающей нас природы, находятся в том возрасте, который благодатен для формирования элементарных экологических понятий, становления у ребенка экологической культуры, развития нравственных чувств, чувств сопереживания.

В школах все шире внедряются новые программы, учебники, учебные пособия с экологическим содержанием. Продолжается теоретическое осмысление проблемы, идет работа над новыми учебными книгами, накапливается практический опыт изучения с младшими школьниками окружающей среды и ее охраны. Мы начинаем выбираться из «экологической пустыни» в школьном образовании, в том числе, на ее начальном этапе.

Вместе с тем, многие выпускники школы слабо ориентированы в глобальных, в том числе, экологических проблемах сохранения здоровья человека и биосферы как среды его жизни. У школьников преобладают потребительские взгляды на природу, еще низок уровень восприятия экологических проблем как лично значимых, поверхностны знания об объектах охраны. У них недостаточно развита потребность практического участия в реальной природоохранной работе.

Одним из возможных путей обновления экологического образования и воспитания может быть использование межпредметных связей в обучении, направленное на преодоление разрозненности знаний, формируемых в процессе изучения детьми школьных дисциплин. Межпредметные связи рассматривают как один из путей развивающего обучения, который ведет к формированию новых образований в учебной деятельности школьников - межпредметных понятий и умений (И.В. Кошмина, Е.Н. Потапова, В.Ф. Боярчук) [1,3,4].

В последние годы в теории и практике обучения выдвигаются все новые и новые

вопросы интеграции естественнонаучного знания и взаимодействия естественных и общественных наук, а также чисто дидактические проблемы теоретического и практического характера.

Большая роль в формировании экологической культуры учащихся начальных классов отводится уроку окружающего мира. Однако этот предмет не в состоянии с достаточной полнотой решить проблему экологического образования и воспитания. Важно найти точки соприкосновения всех учебных предметов, поиски которых послужили основой для исследования темы: «Методика реализации межпредметных связей в системе экологического образования младших школьников».

Таким образом, актуальность исследования обусловлена необходимостью разрешения противоречия между изменением целей обучения, вызванным сменой парадигмы образования и совершенствованием развивающего обучения и недостаточной разработанностью вопросов межпредметной интеграции в теории и практике начального обучения.

Объект исследования - процесс экологического образования младших школьников.

Предмет исследования - межпредметные связи в системе экологического образования младших школьников.

Цель исследования - выявить эффективность систематической реализации межпредметных связей в системе экологического образования младших школьников.

Гипотеза исследования заключается в том, что межпредметная интеграция, реализуемая в системе экологического образования в начальной школе, способствует:

- формированию у младших школьников целостной картины окружающего мира, расширению образовательного кругозора младших школьников на основе комплексного, взаимосвязанного изучения различных явлений;

- более прочному и легкому усвоению экологических знаний и представлений у учащихся начальных классов за счет включения в интегрированные уроки нового содержательного материала.

В первой главе исследования «Психолого-педагогические основы экологического образования в начальной школе» проведен тщательный анализ научно-педагогической литературы по проблеме содержания экологического образования детей младшего школьного возраста на современном этапе, что позволило нам сделать вывод о том что:

- современные проблемы взаимоотношений человека с окружающей средой привели к необходимости экологического образования;

- экологическое образование должно рассматриваться как неотъемлемая часть общего образования;

- экологическое образование должно быть непрерывным, и именно в начальной школе целенаправленно закладываются начала экологической культуры детей;

- начальным этапом выработки у детей правильного отношения к окружающему миру является получение ими экологических знаний.

Младший школьный возраст является наиболее сензитивным для решения задач экологического воспитания и образования при условии соблюдения принципов экологического образования, лежащих в основе системы эколого-образовательной работы в начальной школе. К ним относятся:

1. Систематичность и непрерывность изучения экологического материала.

2. Единство интеллектуального и эмоционально-волевого начал в деятельности учащихся по изучению и улучшению окружающей природной среды.

3. Взаимосвязь глобальной, национальной и краеведческой составляющей экологических проблем в учебном процессе.

4. Принцип межпредметных связей.

Реализация межпредметности требует решения таких проблем, как определение функций каждого предмета в общей системе экологического образования, нахождение точек соприкосновения между различными предметами с курсом «Окружающий мир».

Разработка учебных курсов должна проводиться с учетом отражения в них всех аспектов содержания экологического образования: научно-познавательного, ценностного, нормативного, практически-деятельностного.

Во второй главе «Методика реализации межпредметных связей в области экологического образования младших школьников» раскрываются функции обучения как качественной характеристики учебно-воспитательного процесса, в котором выражена его направленность и результативность в формировании личности ученика. Межпредметные связи обеспечивают реализацию всех функций обучения: образовательной, развивающей и воспитательной.

Важным условием достижения оптимальных результатов экологического воспитания в школе является комплексное использование в обучении межпредметных связей. Возможны типы межпредметных познавательных задач в соответствии с логической направленностью их решения: индуктивные, когда обобщению подлежат факты из разных учебных предметов; частично индуктивные, когда проходит межпредметное обобщение уже обобщенных предметных знаний; дедуктивные, требующие доказательств межпредметных положений с помощью знаний по различным предметам.

Анализ учебных программ для начальной школы позволяет сделать вывод, что в содержании каждого учебного предмета заложены возможности для применения межпредметных связей в системе экологического образования учащихся. Так, например, в содержании предметов гуманитарного цикла раскрываются экологические знания о природе как источнике красоты, вдохновения, эстетического наслаждения, творческой деятельности человека, о том, что жизнь, здоровье человека зависят от окружающей природной среды.

Значение экологического краеведения исключительно велико в воспитании детей младшего школьного возраста. В процессе изучения родного края, широкого ознакомления с ним, дети приучаются любить свою Родину, понимать красоту окружающего мира, уважать людей труда. Природа родного края дает богатый материал для экологического воспитания.

Школьное экологическое краеведение преследует две основные цели: изучение родного края и экологической обстановки в нем; использование краеведческого материала в учебно-воспитательном процессе.

Этапы достижения этих целей:

1. Изучение своего края, своей местности самим учителем. Знание им экологической обстановки.
2. Привлечение учащихся к краеведческой работе и различным видам посильного общественно-полезного труда.
3. Использование краеведческого материала, эколого-краеведческих сведений, данных на уроках и внеклассных занятиях.

Методика организации образовательной деятельности с использованием интегрированного подхода имеет свои особенности. Для этого процесса характерна смешанная структура, позволяющая маневрировать при организации содержания, излагать отдельные его части различными способами.

Третья глава «Технология реализации межпредметных связей в системе экологического образования младших школьников» раскрывает методику и этапы проведения опытно-экспериментальной части исследования, проводимого в 3 «Б» классе МБОУ СОШ №12 ст. Кужорская Майкопского района.

Констатирующий этап эксперимента включал в себя выбор диагностической методики по проблеме исследования с целью определения уровней экологической грамотности учащихся экспериментального класса. За основу была взята методика диагностики экологической воспитанности младших школьников (авторы Е.А. Гринева, С.Ю. Прохорова) [2], а также тестирование по следующим темам: «Жизнь растений»,

«Жизнь животных», «Растения и животные», «Сбережем природу», «Человек и природа». Полученные данные показали: основную массу коллектива учащихся экспериментального класса составляют дети со средним и низким уровнями экологических знаний, что свидетельствуют о необходимости методической работы по включению межпредметных связей в систему экологического образования младших школьников в учебном курсе «Окружающий мир».

Реализуемая методика в ходе формирующего этапа эксперимента, включала в себя разнообразие форм и методов: эвристические беседы, решение познавательных и практических задач, творческих заданий и экологических ситуаций. Нами было замечено, что использование межпредметных связей на уроках по предметам «Окружающий мир», чтение, математика, русский язык, и в процессе организации внеурочной работы во время экскурсий, в трудовой и игровой деятельности детей способствует повышению интереса школьников к предстоящей деятельности, к изучаемым объектам и явлениям природы, развитию мыслительных способностей, бережного отношения ко всему живому. Установлено, что материал, отражающий природное своеобразие своей местности на уроках по разным предметам начальной школы, способствует более прочному и легкому усвоению экологических знаний и представлений у учащихся начальных классов, развитию познавательных интересов и способностей у воспитуемых, позволяет более эффективно формировать у ребенка теоретические способы познания мира (умения сравнивать, анализировать, классифицировать, обобщать), а также воспитывать чувство причастности к жизни родного края.

Повторная диагностика, проводимая на контрольном этапе эксперимента, показала повышение уровней экологической грамотности у испытуемых. Учащиеся получили знания о непосредственном природном окружении, о разнообразии растительного и животного мира своего края, приобрели навыки экономного, бережного использования природных ресурсов. Это стало возможным, по нашему мнению, за счет использования межпредметных связей на уроках «Окружающего мира», математики, русского и родного языков, изо, труда, чтения и т.д.

Таким образом, систематическая работа по реализации межпредметных связей в системе экологического образования учащихся младших классов, проводимая в процессе учебной и внеурочной работы, способствует значительному повышению экологической грамотности школьников, что доказывает гипотезу исследования.

ЛИТЕРАТУРА:

1. Боярчук, В.Ф. Межпредметные связи в процессе обучения [Текст] // В.Ф. Боярчук. - Вологда, 2008.-176 с.
2. Гринева, Е.А. Методика диагностики экологической воспитанности младших школьников [Текст] / Е.А. Гринева, С.Ю. Прохорова. - Ульяновск, 2008. - 112 с.
3. Кошмина, И.В. Межпредметные связи в начальной школе [Текст] / И.В. Кошмина. - М.: ВЛАДОС, 2013. - 144 с.
4. Потапова, Е.Н. Интегрированные уроки в начальной школе или как создать у младших школьников целостную картину мира [Текст]/ Е.Н. Потапова. - М.: Новая школа, 2012.- 400 с.

МЕТОДИКА ФОРМИРОВАНИЯ ЭКОНОМИЧЕСКИХ ПОНЯТИЙ У ОБУЧАЮЩИХСЯ ПРИ ИЗУЧЕНИИ ШКОЛЬНОГО КУРСА «ГЕОГРАФИЯ РОССИИ»

*К.В. Смородина, студентка 5 курса з /о факультета естествознания
Научный руководитель – Т.Н. Мельникова, доцент, к.г.н.*

Методика формирования экономических понятий у обучающихся при изучении школьного курса «География России» - это целостная система, включающая целевую, мотивационную, содержательную, процессуальную, оценочную и результативную составляющие, нашедшие свое отражение в комплексе взаимосвязанных компонентов

(Рис. 1).

Целевой компонент подразумевает формирование экономических понятий у обучающихся на уроках географии в процессе применения технологии проведения деловых игр, учитывая новые требования стандарта географического образования и возможности различных программ по географии. Целевой компонент согласуется с требованиями стандарта географического образования, прежде всего, с разделом «Применение географических знаний и умений в практической деятельности и повседневной жизни».

Мотивационный компонент определяется исходя из целей обучения и воспитания в школе. Он направлен на удовлетворение потребности в усвоении экономических понятий школьного курса «География России», развитие познавательного интереса, актуализацию личной позиции, основываясь на индивидуальных мотивах учащихся. Центральным звеном в методике формирования экономических понятий у обучающихся является технология проведения деловых игр, которую возможно отнести одновременно к содержательному и процессуальному компонентам.

Содержательный компонент базируется на основных разделах школьного курса «География России». Применение деловых игр в содержании школьного курса «География России» позволяют сформировать целостное восприятие изучаемых территорий, показать причинно-следственные связи между природой и хозяйственной деятельностью людей, развить интерес к учебно-познавательной деятельности.

Процессуальный компонент методики формирования экономических понятий у обучающихся раскрывает возможность использования деловых игр при изучении школьного курса «География России 9 класс», обеспечивая эмоционально-образное восприятие экономико-географического материала, опору на жизненный опыт обучающихся, внутрипредметную и межпредметную интеграцию.



Рис. 2.1. Методика формирования экономических понятий у обучающихся при изучении школьного курса «География России»

Оценочный компонент включает в себя критерии сформированности знаний, такие как глубина, обобщенность, осознанность, а также уровни усвоения знаний обучающихся по методике А.К. Марковой.

Результативный компонент предусматривает личностные и предметные результаты. Личностные результаты включают мотивацию к обучению, сформированность

экономических понятий и систему ценностей, а предметные результаты – систему предметных знаний, умений и способов деятельности, уровень сформированности экономической компетентности.

К методическим условиям формирования экономических понятий относят игровые технологии. Методикой игровых технологий занимались многие отечественные ученые: Л.С. Выготский, А.Н. Леонтьев, Д.Б. Эльконин и другие. Рассматривая игру как форму включения ребенка в мир человеческих действий и отношений, когда непосредственное участие детей в труде еще не возможно по возрасту. Условия жизни, воспитание формируют у учащихся стремление к совместной деятельности со взрослыми. Поэтому в играх учащихся часто моделируется деятельность взрослых.

Игры оказывают сильное эмоциональное воздействие на учащихся, формируют многие умения и навыки: прежде всего коммуникативные, умение работать в группе, принимать решения, брать ответственность на себя. Они развивают организаторские способности, воспитывают чувство сопереживания, стимулируют взаимовыручку в решении трудных проблем. Таким образом, использование в учебном процессе игровых методов позволяет решать целый комплекс психолого-педагогических задач.

В технологии проведения игр в курсе школьной географии выделяют основные психолого-педагогические задачи:

1. Изучение нового материала, формирование умений и навыков, обобщение и контроль знаний, обучение учащихся называть, показывать, описывать, объяснять, прогнозировать географические явления и процессы.

2. Раскрытие творческих возможностей и индивидуальных способностей обучающихся (игры типа творческих конкурсов, деловые и ролевые игры).

3. Воспитание коллективизма и взаимовыручки в решении трудных проблем.

4. Взаимообучение. Многие игры предполагают совещательный процесс. И в группе, где собраны сильные и слабые ученики идет процесс взаимообогащения информацией и умениями.

5. Самообучение. В игре приходится самоорганизовывать свое время, методы и способы поиска и сортировки информации, оптимального варианта подачи ответа, т.е. приходится познавать, как рационально «учиться».

6. Воспитание чувства сопереживания друг другу. Некоторые игры предполагают индивидуальную демонстрацию знаний для общекомандной победы. В этом случае идет процесс сопереживания в команде.

7. Вывод учащихся на мыслительную деятельность, когда мысль возникшая в ходе игры, предполагает дальнейшую реальную деятельность в жизни.

На уроках географии используются различные сюжетно-ролевые игры и игры-соревнования, в том числе и деловые игры.

Деловая игра – это форма воссоздания предметного и социального содержания профессиональной деятельности, моделирования систем отношений, характерных для данного вида практики. В деловых играх на основе игрового замысла моделируются жизненные ситуации и отношения, в рамках которых выбирается оптимальный вариант решения рассматриваемой проблемы и имитируется его реализация на практике. Являясь формой моделирования разнообразных условий профессиональной деятельности, аспектов человеческой активности и социального взаимодействия, деловая игра выступает и как метод поиска новых способов её выполнения, и как метод эффективного обучения, поскольку снимает противоречия между абстрактным характером учебного предмета и реальным характером профессиональной деятельности, основой которой являются соответствующие знания по данному предмету. Эта весьма сложная технология обучения, включающая целый комплекс методов активного обучения: дискуссию, мозговой штурм, исполнение ролей, имитацию действий в заданных условиях, анализ конкретных ситуаций, действия по инструкции и т. п.

На уроках, при обучении географии, чаще всего применяются учебные деловые

игры. Их отличительными свойствами являются:

- моделирование приближённых к реальной жизни ситуаций;
- поэтапное развитие игры, в результате чего выполнение предшествующего этапа влияет на ход следующего;
- наличие конфликтных ситуаций;
- обязательная совместная деятельность участников игры, выполняющих предусмотренные сценарием роли;
- использование описания объекта игрового имитационного моделирования;
- контроль игрового времени;
- элементы состязательности;
- правила, системы оценок хода и результатов игры.

Была разработана педагогическая модель использования деловой игры при формировании экономических понятий у обучающихся (Рис. 2). Модель представляет собой специально спроектированную дидактическую систему, направленную на формирование у обучающихся познавательной активности, необходимой для сознательного и целенаправленного овладения экономическими понятиями, а также на расширение экономико-географического кругозора.

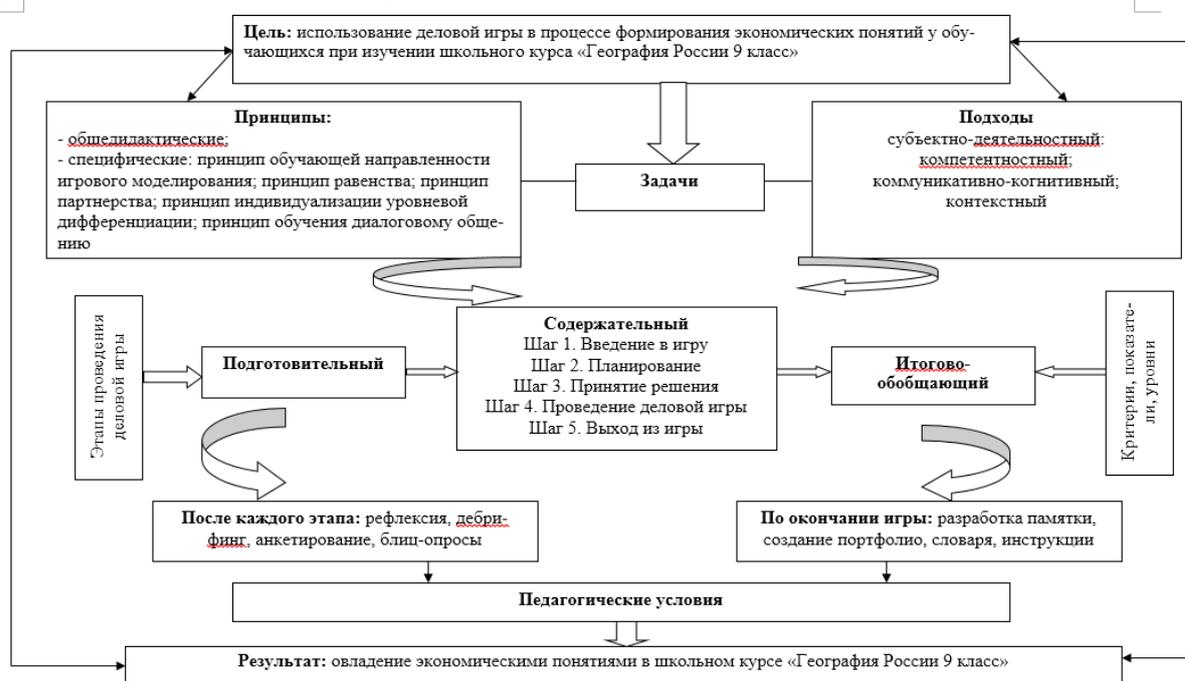


Рис. 2. Модель проведения деловой игры при формировании экономических понятий у обучающихся

Теоретическая модель включает в себя цели, дидактические, методические принципы, содержание, технологию, критерии, показатели и уровни усвоения знаний, а также условия, обеспечивающие эффективную реализацию данной модели и результат.

Подготовка и организация деловой игры включает несколько этапов:

- *подготовительный* – включает определение конкретных знаний и умений, которыми должен овладеть обучающийся в процессе деловой игры, выбор ситуаций с соблюдением ряда требований, определение роли каждого участника, описание игры;
- *содержательный* – включает шаги по проведению игры, такие как введение в игру, планирование, принятие решения, проведение деловой игры, выход из игры;
- *итогово-обобщающий* – включает в себя анализ и обобщение результатов игры.

ЛИТЕРАТУРА:

1. Смирнов, И.Б. К вопросу экономического воспитания школьников в современных условиях общеобразовательной школы / И.Б. Смирнов //Актуальные проблемы профессионального образования в современных условиях: Сб. науч. трудов. – М., 2009. - С.71-77.

ПРОБЛЕМА ИСПОЛЬЗОВАНИЯ УЧЕБНЫХ МОДЕЛЕЙ В ОБУЧЕНИИ ГЕОГРАФИИ В ШКОЛЕ

Б. Ягмургельдиева,

Обучающаяся 4 курса, факультета естествознания

Научный руководитель – Туова Т.Г., к.п.н., доцент

Одним из направлений дидактики общеобразовательной школы является развитие деятельностного компонента содержания образования. В этой связи особое значение приобретает не только совершенствование содержания обучения предметам, в частности, географии, но и поиск методов и средств, направленных на осознанное понимание учащимися сущности изучаемых явлений и процессов, происходящих в системе «человек – природа – общество».

Вопрос использования учебных моделей при изучении географии становится особенно актуальным в связи с тем, что многие географические явления скрыты от глаза наблюдателя или их протекание не совпадает с периодом наблюдения. В этом случае, географическая подготовка школьников заключается в освоении не столько объективной реальности и даже не столько научного знания о ней, сколько интерпретаций этого научного знания в целях обучения. В процессе познания в различных областях науки используются самые разнообразные модели.

Теоретический анализ методической литературы показал, что в методике обучения географии модели используются достаточно давно, но в основном как объемное средство наглядности, главное назначение которого – создание эмпирического образа у учащихся.

В работах Ю.Г. Барышевой, М.Б. Вестицкого, Т.П. Герасимовой, В.П. Голова, В.А. Коринской, А.А. Половинкина, посвященных проблеме использования учебных моделей при обучении географии, неоднократно отмечалось значение эмпирического знания, образующегося с помощью наблюдения [2,3,4,5,6].

В связи с положениями теории развивающего обучения, формирование у учащихся деятельностного подхода к усвоению географических знаний требует более полного учета познавательных возможностей учебных моделей по предмету, которые могут быть не только наглядным средством обучения, но и источником новых знаний о сущности изучаемых географических объектов, а также средством овладения учеником деятельностью по приобретению знаний, умений, навыков. Данные практики применения моделей в обучении, анализ психолого-педагогических и методических исследований, посвященных вопросу использования моделей, привели нас к выводу о том, что познавательные возможности моделей при обучении географии используются не полностью. Отсутствие исследований по данной проблеме в методике обучения географии объясняется, на наш взгляд, недостаточным теоретическим обоснованием использования моделей. Не существует единого определения понятия «учебная модель», не учитываются основные отличия научной модели от учебной, не раскрыты условия, при которых учебная модель является средством наглядности. Модели рассматриваются как один из элементов системы средств обучения, основное назначение которого – обеспечение наглядности обучения географии.

В рамках традиционной системы обучения эти средства наглядности чаще служат лишь иллюстрацией к тексту учебника или рассказу учителя. Задача формирования научно-теоретического типа мышления может быть успешно решена лишь тогда, когда научные модели изучаемых явлений займут в содержании обучения географии значительное место и будут изучаться с использованием соответствующей терминологии, с объяснением обучающимся сущности понятий модели и моделирования, с тем чтобы они осознали и овладели моделированием как методом познания.

Моделирование тесно связано с принципом наглядности в обучении. Использование моделирования в обучении имеет два аспекта:

Во-первых, моделирование служит тем содержанием, которое должно быть усвоено учащимися в результате обучения и тем методом познания, которым они должны овладеть;

Во-вторых, моделирование является тем учебным действием и средством, без которого невозможно полноценное обучение [1].

Для того чтобы учащиеся овладели моделированием как методом научного познания, недостаточно лишь познакомить их с научной трактовкой понятий модели и моделирования, недостаточно лишь демонстрировать им разные научные модели, включенные в содержание обучения, и показывать процесс моделирования отдельных явлений и процессов. Надо, чтобы школьники сами строили модели, сами изучали какие-либо объекты, явления с помощью, моделирования. В настоящее время использование инновационных форм и методов, применяемых в обучении, обуславливается развитием современных методов преподавания. Как показывает опыт, усиление практической направленности, ориентация на развитие личности, обучение принятию решений в условиях альтернатив должно являться базой для принципиально нового подхода к обучению географии.

В современном обучении географии применяется *метод моделирования*, который позволяет активизировать мышление, то есть создаются условия для «вынужденной активности» – это и позволяет включить учащегося в процесс изучения материала на уроке, например, чтобы предъявляемые знания были усвоены, учащийся должен проинтерпретировать материал, представить его мысленно. Иначе говоря, учащийся должен построить модель изучаемого материала, прочитав его в книге или услышав. Помочь ему в этом, а, следовательно, поднять эффективность обучения, можно, если сразу предъявлять знания в виде моделей. Для этого учебный курс разбивается на последовательность постепенно усложняющихся моделей, связанных между собой. Каждая модель представляет собой некий виртуальный стенд, в рамках которого можно управлять параметрами модели, наблюдать за изменением ее вида, поведения, переменных. Используя модель, можно ставить эксперименты, изучая реальность на модели, можно решать поставленные учителем задачи, определяя параметры, положения объектов, их поведение. Например, учащийся на модели может изучить и наглядно увидеть, как восходит Солнце в любой точке Земного шара, его путь по небосклону, как меняется освещенность местности, обнаружить, как образуются и от чего зависят сезоны года в любой точке Земли.

Освоив моделирование, учащиеся легко решают многочисленные разнообразные географические задачи, поставленные учителем, что указывает на степень усвоения ими материала. Школьник становится активным, заинтересованным, равноправным участником обучения. У него происходит отход от стандартного мышления, стереотипа действий, что позволяет развить стремление к знаниям, создать мотивацию к обучению. Такая работа на уроке имеет большое образовательное, воспитательное, а также развивающее значение.

Применение моделей имеют достаточно большую ценность для расширения абстракции у учащихся. Дидактическая ценность объемных моделей обусловлена тем, что они передают изображение объекта в трехмерном измерении и в связи с этим служат недостающим звеном, как бы переходным мостиком между природными объектами (явлениями) и их образом, что с психологической точки зрения чрезвычайно важно для образования правильных представлений и понятий. Особенно велико значение моделей при изучении начального курса физической географии, т. е. на ранней стадии формирования географических понятий. Это обусловлено тем, что у школьников подросткового возраста, во-первых, не велик еще запас необходимых образов, а во-вторых, слабо развиты пространственные представления.

Существуют различные классификации учебных моделей, в частности, по области использования, которые являются учебными.

Учебные модели используются при обучении. Это могут быть наглядные пособия, различные тренажеры, обучающие программы.

Опытные модели используются для исследования объекта и прогнозирования его будущих характеристик. Например, модель крыла самолета «продувается» в аэродинамической трубе, с целью исследования его обтекаемости; модель здания используется для привязки его к конкретной местности. Такие модели представляют собой уменьшенные или увеличенные копии проектируемого объекта.

Научно-технические модели создаются для исследования процессов и явлений. К таким моделям можно отнести прибор для получения грозового электрического разряда, модель движения планет Солнечной системы, модель работы двигателя внутреннего сгорания.

Игровые модели – это различного рода игры: деловые, экономические, военные. С помощью таких моделей можно разрешать конфликтные ситуации, оказывать психологическую помощь, проигрывать поведение объекта в различных ситуациях.

Имитационные модели не просто отражают реальность с той или иной степенью точности, а имитируют ее. Эксперимент с моделью либо многократно повторяется при разных исходных данных, чтобы изучить и оценить последствия каких-либо действий на реальную обстановку, либо проводится одновременно со многими другими похожими объектами, но поставленными в разные условия. По результатам исследования делаются выводы.

Таким образом, на уроках по географии необходимо проводить поиск и отбор необходимых источников знаний, проводить наблюдения за географической средой и прогнозировать тенденции ее развития, моделирование различных географических задач.

Современные требования к результатам географического образования ориентируют на формирование действенных знаний и практических умений как основы в развитии личности школьника. А это и есть средство подготовки учащегося к поведению в окружающей среде, в обществе, знание своей страны и мира, воспитание чувства патриотизма путем использования различных методов активизации учащегося на уроке.

ЛИТЕРАТУРА:

1. Андриянов, А.П. Прием моделирования на уроках геоэкологии / А.П. Андриянов // География в школе. – 2003. - №3. - С.69-71.
2. Барышева, Ю.Г. Самодельные учебно-наглядные пособия по географии / М.Б. Вестицкий / - М.: Академия педагогических наук СССР, 1985. – 115 с.
3. Герасимова, Т.П. Формирование мировоззрения учащихся средней школы в процессе обучения географии / М.К. Ковалевская Л.М. Панчешникова. - М.: Педагогика, 1982. - 96 с.
4. Голов, В.П. Самооборудование в школьной географии / В.П. Голов. - М.: Просвещение, 1979. - 64 с.
5. Коринская, В.А. Учебное оборудование по географии / В.А. Коринская. - М.,1964. - 119 с.
6. Половинкин, А.А. Методика преподавания физической географии / А.А. Половинкин. - М.,1953. - 145 с.

МЕТОДИКА ПРИМЕНЕНИЯ КВЕСТ-ТЕХНОЛОГИЙ В ПРОЦЕССЕ ОБУЧЕНИЯ ШКОЛЬНИКОВ 7 КЛАССА КУРСУ «ФИЗИЧЕСКАЯ ГЕОГРАФИЯ МАТЕРИКОВ И ОКЕАНОВ»

*Э. Байрамов, обучающийся 5 курса факультета естествознания
Научный руководитель – Туова Т.Г., к.п.н., доцент*

Главная задача современного образования – улучшение разнообразия видов и форм устройства учебной деятельности, предоставление возможности существенно увеличить

образовательные возможности обучаемых, осуществить выбор и реализацию индивидуальной деятельности в открытом образовательном пространстве. Наш век испытывает потребность в новых подходах к образованию, которые направлены на формирование самостоятельного критического и творческого мышления обучающихся. Каждый обучающийся в школе имеет право принимать решение о способе получения образования.

Одной из таких современных форм организации образовательного процесса является квест-технологии, которые можно отнести и к педагогической технологии, и информационной технологии, и к игровой технологии.

Квест – это не просто игра, а дидактическая игра, потому что в уроке-квесте есть все признаки дидактической игры: временная законченность, определенные правила, результат и отведенные роли и задачи для обучающихся.

На наш взгляд, в век компьютерных технологий мы можем использовать «квест» и как дидактическую поисковую игру, и как образовательную технологию, потому что в обоих случаях мы реализуем современные требования ФГОС по использованию универсальных учебных действий, развивающих компетенции школьников.

Американский педагог Берни Додж в 1995 году вводит понятие «веб-квест» (WebQuest), которое он определяет как модель обучения, связанный с Интернет или его технический ресурс, приложение. Это была попытка внедрения интернет-источников в образовательный процесс для решения учебных задач. Американский ученый, разработал инновационные приложения Интернет для интеграции в учебный процесс при преподавании различных учебных предметов на разных уровнях обучения. Он назвал сайт квестом, содержащий проблемное задание и предполагающий самостоятельный поиск информации в сети Интернет. Он определил виды заданий для веб-квестов и следующие критерии для оценки: исследовательской и творческой работы; качества аргументации, оригинальности работы; навыков работы в микрогруппе; устного выступления; мультимедийной презентации; письменного текста [1].

По мнению А.В. Хуторского, квест-технология, как игра, воздействует на развитие логического мышления, способности развития умственной деятельности, поиск верного решения задания, воспитание творческих качеств личности [4].

Урок-квест, как дидактическая игра, направлена на формирование образовательных компетенций у обучающихся.

Таким образом, обобщив анализ литературы по проблеме использования квестов, как дидактической игры, необходимо знать, что:

- квест–игра – это естественная форма деятельности человека, в которой проявляются качества и возможности личности;
- она социальна, целенаправленна, динамична;
- имеет познавательный, развивающий аспекты, позволяющие целенаправленно и системно использовать ее в педагогической практике;
- она формирует разносторонне и духовно развитую личность.

Планируя использовать квест как дидактическую игру на уроках географии, педагог должен учитывать свойства игры и возрастные особенности личности.

Использование урока-квеста в образовательном процессе позволяет обучающимся получать возможность самостоятельно выбирать и структурировать материал, анализировать полученную информацию, учиться самостоятельно принимать решения для получения нужного результата, постигать элементы научно-практической работы, развивать свои компетенции.

Квест – это поиск, приключенческая игра, в которой школьники решают умственные задачи для продвижения по сюжету. В таких играх по географии могут быть головоломки, требующие от игрока умственных усилий. Квест - как педагогическая технология может решать научные идеи, положения, теории в практике, а также может быть направлена на усвоение и закрепление знаний, воспитание и развитие или

совершенствование природных личностных качеств, на то какие средства воздействия дают лучшие результаты [3].

Уроки-квесты развивают креативное мышление; раскрывают творческий потенциал; формируют навыки рационального использования учебного времени; стимулируют познавательную мотивацию. Комплекс уроков-квестов можно назвать педагогической технологией, потому что открывает возможность изучения географии в новом образовательном формате, широко используя межпредметные связи. Урок-квест в 7 классе в процессе изучения «Физической географии материков и океанов» может использоваться в интеграции со многими естественными дисциплинами. Квест как дидактическая игра направлена на формирование соответствующих образовательных компетенций у обучающихся. Квесты развивают логическое мышление, способность ставить эксперименты, находить верное решение учебного задания, развивают активную личность. Тем самым, урок-квест активизирует учебный процесс, развивает познавательный интерес к предмету, раскрывает творческие способности обучающихся, прививает навыки самостоятельной работы и взаимопомощи в коллективной групповой работе.

Структура и требования к разработке квеста в процессе изучения «Физической географии материков и океанов» может быть следующей:

- 1) название квеста должно быть оригинальным.
- 2) направленность квеста – экологическая, эстетическая, патриотическая;
- 3) цели и задачи должны быть определены образовательными стандартами;
- 4) по длительности квест может быть краткосрочным или длительным;
- 5) учитывать возрастные особенности обучающихся;
- 6) легенда квеста может быть придумана группой школьников либо индивидуально;
- 7) авторы квеста разрабатывают сценарий, выдумывают персонажей. Выбор ролей участников квеста прописывается правилами: жеребьёвка, разделение по какому-либо признаку в зависимости от цели и содержания квеста.
- 8) задания квеста имеют проблемный характер;
- 9) В сюжете игры традиционные элементы: завязка, развитие действия, кульминация и развязка.
- 10) различные подсказки, метки, ориентиры, способствующие организации целенаправленного поиска, направленного на решение основного и дополнительных заданий.
- 11) предоставление различных ресурсов обучающимся: список литературы, интернет - источники, образовательные сайты; мультимедиа, презентации; ролики, географический инструментарий;
- 12) критерии оценки разрабатываются учителем в зависимости от разновидности предлагаемых заданий;
- 13) результат должен соответствовать выполнению основного задания, например: решена проблема, разгадана загадка, сделано открытие. Образовательным продуктом может быть социальный ролик, буклет, результаты исследования [2].

Урок-квест требует разработки информационного приложения, к которому имеется доступ обучающихся. Также помимо приложения можно разработать сайт по урокам-квестам. Наличие в классе или кабинете географии компьютерного оборудования с доступом в Интернет позволит использовать сайты, информацию, необходимую для выполнения заданий. Использование персонального компьютера у обучающегося позволяет в домашних условиях продолжать работать с учебными материалами.

Схема 1. – Педагогическая модель применения квест-технологий в процессе изучения курса «Физическая география материков и океанов»



Данная модель предполагает содержание целевого, мотивационного, содержательного, процессуального, контрольного блоков. В каждом блоке свои универсальные учебные действия.

Результаты исследования по использованию квест – технологии в процессе изучения географии позволяют сделать вывод о том, что при их применении повышается эффективность урока, улучшается усвоение знаний, возрастает творческая и интеллектуальная активность на уроках.

На последнем съезде учителей географии в 2017 году предложено обучение географии направить на использование Интернет – ресурсов, сделать предмет интересным, увлекательным. Это означает, что такие технологии как веб-квест с определенной

программой могут стать помощником учителю и обучающимся. Использование Интернет-ресурсов предполагает более сложной мыслительной деятельности в связи с самостоятельностью процесса познания. Такие технологии обучения способствуют к познанию стран мира, к интересу у обучающихся изучение природы материков и народов, проживающих на этих территориях. Задача учителя заключается в раскрытии различий культуры, адаптации народов к окружающей среде, традиций населения стран в зависимости от географической среды обитания. В решении этих задач могут быть использованы квест-технологии.

ЛИТЕРАТУРА:

1. Dodge, B. Creating WebQuests. - 1999. [электронный ресурс]. – Режим доступа: <http://webquest.org/>
2. Медведева, Я.С. Применение Web-квест технологии как современной модели обучения / Я.С. Медведев // Молодой ученый. – 2016. – №17. – С. 136-139. [Электронный ресурс]. – Режим доступа: URL:<http://www.science-education.ru/ru/article/view?id=26130> (дата обращения: 01.09.2019).
3. Николаева, Н.В. Образовательные квест-проекты как метод и средство развития навыков информационной деятельности учащихся [Электронный ресурс] / Н.В. Николаева // Вопросы Интернет-образования. - 2002. – № 7. – Режим доступа: http://vio.fio.ru/vio_07
4. Хуторской, А.В. Педагогическая инноватика: учеб. пособие для студ. высш. учеб. заведений, А.В. Хуторской. – М.: Издательский центр «Академия», 2008. – 256 с.

ФОРМИРОВАНИЕ ЭМОЦИОНАЛЬНО-ЦЕННОСТНОГО ОТНОШЕНИЯ К ОКРУЖАЮЩЕЙ СРЕДЕ У ОБУЧАЮЩИХСЯ В ПРОЦЕССЕ ИЗУЧЕНИЯ ГЕОГРАФИИ В ШКОЛЕ

Т. Касьмова,

*Обучающаяся 5 курса, факультета естествознания
Научный руководитель – Туова Т.Г., к.п.н., доцент*

Проблема формирования ценностных ориентаций школьников востребовано обществом, в котором необходимостью является ценностный потенциал социума, что будет важнейшим условием общения людей, их жизни и прогресса в современном мире.

Модернизация образования, программа «Наша новая школа», инициируют духовно-нравственное развитие и воспитание личности, требуют поиск новых подходов к развитию и воспитанию личности, формированию у обучающихся эмоционально-ценностного отношения к окружающей среде.

Федеральные государственные общеобразовательные стандарты нового поколения ставят новые задачи реформирования школы, ориентированные на качественное совершенствование образования в России. Личностные результаты школьников определяются сформированными ценностными ориентациями личности. Под ним подразумевается проявление в человеке ценностей, которые рассматриваются стратегическими жизненными целями и являются общими мировоззренческими ориентирами. Ценностные ориентации определяют содержательную сторону направленности личности, составляет основу ее взглядов на окружающий мир, окружающую среду, основу мировоззрения.

Таким образом, важнейшей задачей образования является формирование всесторонне образованной, инициативной и успешной личности – так отмечают общеобразовательные стандарты нового поколения, где в содержании показана система ценностей, передаваемая подрастающему поколению.

Анализ психологической, педагогической, методической литературы свидетельствует, что в науке разрабатываются такие проблемы как сущность понятия «ценностные ориентации», «эмоционально-ценностные отношения личности к

окружающей среде», их место в структуре личности, функции, возрастные особенности, механизмы формирования в процессе обучения.

Существенной проблемой, на которую обращают внимание многие исследователи, рассматривая ценностные отношения и ценностные ориентации школьников, является учет очень важного компонента в содержании образования: формирование опыта эмоционально-ценностного отношения к миру, к деятельности.

Учитывая, что важным элементом системы общего образования является содержание школьного географического образования (В.П. Максаковский, В.В. Николина), сформированность опыта эмоционально-ценностного отношения к миру, деятельности определяет проявление эмоциональных отношений школьников к окружающей среде и выраженность личностных качеств обучающихся является актуальной в практике школы [2,3].

Федеральные стандарты определили формирование таких духовно- нравственных качеств личности, как патриотизм, духовность, ответственность, гражданственность, то есть те, которые являются основой цивилизационного уровня государства. При таком составе личностных качеств решаются положительно многие экономические, экологические, национальные, политические проблемы нашего общества. Поэтому в Федеральном компоненте Государственного стандарта общего образования предусмотрено усиление воспитательного потенциала предметов и гуманизация содержания образования, а также его личностная ориентация.

В федеральном государственном стандарте основного общего образования по географии среди целей основной школы выделяется воспитание любви к Родине, своей местности; экологической культуры; бережное отношение к окружающей среде. Таким образом, усиливается воспитывающая роль школьного образования вообще, и географии как учебного предмета, в частности.

Некоторые педагогические исследования показывают недостаточность знаний у обучающихся для полноценного формирования положительного эмоционально-ценностного отношения (ЭЦО) к окружающей среде только теоретическим постижением основ биологии, географии, экологии. У человека на протяжении всей жизни формируется система взглядов к миру, отношений к природе, к себе, другим людям, которая сказывается на развитии активности личности, на формирование поведения сознательного субъекта деятельности.

А.Н. Леонтьев считал, что человек «не может отвлекаться от реальных отношений к миру, от содержания его отношений. Его характеристика должна исходить из их анализа, ибо иначе невозможно понять особенностей его сознания» [1].

Эмоционально-ценностное отношение является отражением системы субъективных ориентаций, идеалов, мотивов поведения. Однако оценочные суждения должны быть объективными, несмотря на свою эмоциональность. Глубина осознанности принципов коэволюционного развития системы «человек-природа» связан с идеями устойчивого развития окружающей среды. Ценностные ориентиры в обучении и воспитании школьников развивают их личностные качества, которые отражают субъективные оценки различных, в том числе экологических, ситуаций, когда обучающийся имеет потребности и способности к осуществлению экологически целесообразной деятельности с установкой на устойчивое развитие.

С пониманием и осознанием своей взаимозависимости с окружающей природой у школьника формируется ответственное отношение к природным объектам, готовность и желание к реализации природосообразной деятельности, интерес и самостоятельная активность к более глубокому изучению принципов и законов существования природных и природно-антропогенных экосистем.

Таким образом, происходит изменение самой личности, формируются ее новые качества. Выработка ответственного отношения к сохранению благоприятной

окружающей среды, осознанного развития человеческой цивилизации внутри окружающей среды – вот те проблемы, которые стоят перед образованием.

На наш взгляд, эмоционально-ценностное отношение человека к окружающей среде должно выражаться в способности оценивать красоту и неповторимость природы; в ответственном отношении к экологическому состоянию своей среды обитания. Развитие интереса, активности, творческих способностей, самостоятельности при изучении экологических проблем, осознание коэволюционных взглядов на принципы взаимодействия человека и природы; причастности личной деятельной к реализации принципов природосообразной деятельности являются принципами нравственного формирования личности, морально-этическими нормами поведения в природе. Формируя ценностные экологические ориентации, учитель дает возможность оценить природу не только как источник удовлетворения материальных потребностей, но и с точки зрения познавательного, эстетического интереса. В процессе воспитания и обучения формируются личностные качества школьника, однако, их формирование зависит от возрастных особенностей школьников.

Формирование эмоционально-ценностного отношения обучающихся к окружающей среде тесно переплетается со стратегией личностно-ориентированного географического образования при взаимосвязанной системе деятельности учителя и учащихся. Эта концептуальная педагогическая модель включает ценностно-ориентационный, содержательный, операционный и оценочный компоненты.

Эффективность личностно-ориентированного обучения географии успешно проявляется в условиях инновационных форм организации обучения. Создание личностно-ориентированных ситуаций по проблемам нравственно-духовным и эмоционально-ценностным и их разрешение в форме диалогов – залог успешности внедрения личностно-ориентированного обучения. В нашем исследовании представленная модель в ценностно-ориентационном блоке включает диалогический ценностный цикл с конструированными уроками и рефлексией (схема 1.).

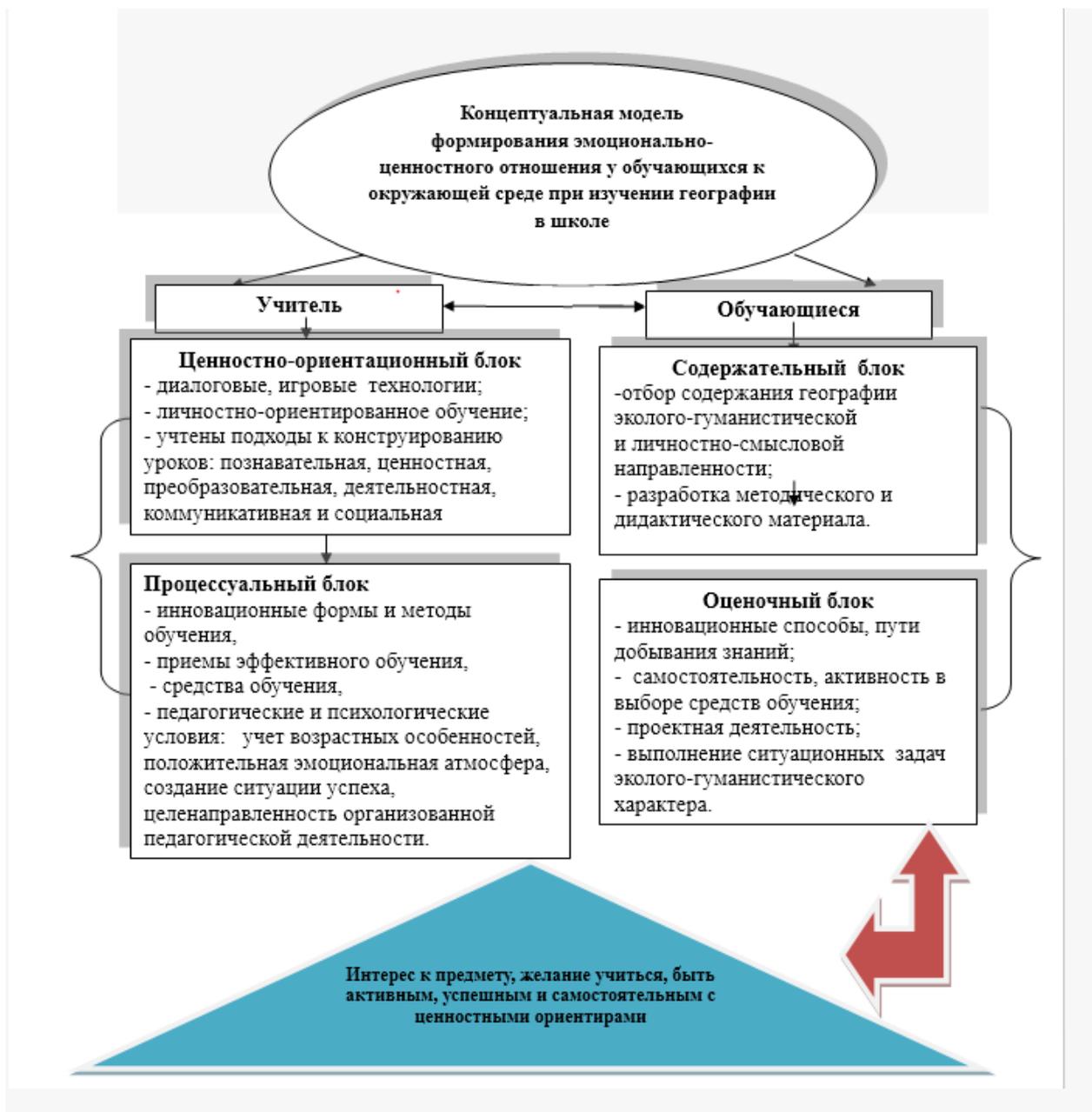


Схема 1. – Концептуальная модель формирования эмоционально-ценностного отношения к окружающей среде на уроках географии у обучающихся

Результаты исследования позволяют сделать вывод о том, что при формировании эмоционально-ценностного отношения у обучающихся к окружающей среде с использованием ценностно-ориентационного; содержательного; процессуального; оценочного компонентов и методических подходов (четкости, точности, последовательности, системности, технологичности), смоделированная концептуальная модель является эффективной.

ЛИТЕРАТУРА:

1. Леонтьев, А.А. Деятельность. Сознание. Личность. / А.А. Леонтьев. – М.: Политиздат, 1975. – С.304.
2. Максаковский, В.П. Научные основы школьной географии / В.П. Максаковский. – М.: Просвещение, 2002. – С. 202-208.
3. Николина, В.В. Экологическая культура будущего учителя: Методология и теоретические основы эколого-педагогического образования: монография / В.В. Николина // – Н. Новгород – Санкт-Петербург: Нижегородский гуманитарный центр, 2002. – С.45-60.

МЕТОДИКА ФОРМИРОВАНИЯ ГЕОГРАФИЧЕСКИХ ЗНАНИЙ У ОБУЧАЮЩИХСЯ О ПРИЧИННО-СЛЕДСТВЕННЫХ СВЯЗЯХ ПРИ ИЗУЧЕНИИ КУРСА «ФИЗИЧЕСКАЯ ГЕОГРАФИЯ РОССИИ»

*Б. Исгендеров, обучающийся 5 курса факультета естествознания
Научный руководитель – Туова Т.Г., к.п.н., доцент*

Сегодня одной из самых актуальных проблем в сфере образования является создание условий для повышения качества образовательного процесса. В этой связи коренные изменения претерпевает система образования, быстро адаптирующаяся к новым обстоятельствам, направленная на самостоятельное, критическое и творческое мышление обучающихся. Научить мыслить продуктивно, совершенствовать мыслительную деятельность, обозначить методы и приемы разрешения этих проблем – задачи современного учителя. Как и другие качества ума – мышление можно развивать. Именно этому развитию и способствует умение учащихся устанавливать и объяснять причинно-следственные связи. Эта деятельность требует от учащихся умственных усилий, применения логических операций (анализ, синтез, обобщение), умение выявлять причину и следствие, использовать различные источники знаний для их выявления.

В преподавании школьной географии вопрос о формировании причинно-следственных связей не нов, но их актуальность не уменьшилась со временем, ибо они являются основным звеном теоретических знаний при их усвоении, сложным процессом в умственной деятельности обучающихся.

Человеческий разум может сознать и размышлять, значит, и устанавливать причины и следствия, устанавливать закономерности, отвечать на вопросы, выявляя причину и следствие характеристики умственной деятельности.

Проблеме формирования умения устанавливать причину и следствие в педагогической науке посвящены исследования Л.С. Выготского и П.Я. Гальперина. Ученые утверждают об этапном процессе умения устанавливать причину и следствие. Сначала приём логического действия для ученика становится объектом усвоения, потом - средством нахождения связей между явлениями и предметами, затем - частью общеучебных умений [1, 2].

Н.Ф. Талызина уделяла внимание проблеме обобщения знаний и умений при изучении психологических основ управления процессом усвоения знаний. По ее мнению, обобщение является одним из основных процессов мышления [5].

В своем исследовании мы использовали этот прием при формировании причинно-следственных связей на уроках географии, как часть процесса мышления в системе учебной деятельности. Формирование причинно-следственных связей способствует развитию у школьников навыков научно-исследовательской работы, научного мировоззрения, осмыслению географических процессов и явлений. Эта методика является основой развивающего, проблемного обучения, проектирования и технологии критического мышления.

Концепция Е.Н. Кабановой-Меллер связана с формированием операций мышления, которых она определяет как приемы учебной работы или систему учебных действий. К ним она относит сравнение, обобщение, раскрытие причинно-следственных связей, наблюдение, составление характеристик изучаемых явлений, выделение существенных и несущественных признаков понятий [3].

На наш взгляд, эти приемы являются необходимыми для самостоятельного решения учебных задач и овладения знаниями, играют существенную роль в умственном развитии учащихся.

Д.П. Финаров отмечает, что сложнее всего школьниками усваиваются географические закономерности. По его мнению, усвоение географических закономерностей включает следующие этапы [6]:

1. Выявление существенных признаков во время наблюдения за объектами и явлениями, их происхождением и развитием, которое приводит к установлению связей между ними.

Например, для установления географических закономерностей при изучении климата, почв, природных зон, учитель сначала повторяет основные законы географии – широтную зональность и высотную поясность, затем с учащимися оценивает закономерности размещения климатических поясов, типов почв, расположение природных зон на равнинах и в горах, указывает на причины их размещения.

2. Выделение общих связей в изучаемых явлениях, имеющих закономерный характер. Например, широтное размещение природных зон на равнинах и вертикальная поясность в горах.

3. Совместный анализ объектов и явлений, выявление их закономерностей способом их конкретизации. Например, широтное расположение природных зон на крупных равнинах России (Восточно-Европейская, Западно-Сибирская), высотную поясность на Кавказе или Алтае.

Умение выявлять причинно-следственные связи определяется как сложный, интегративный процесс познания действительности посредством построения рассуждений и умозаключений, основанных на выполнении ряда логических операций (анализ, синтез, сравнение, абстрагирование, обобщение).

Новый федеральный государственный стандарт основной школы определяет преподавание «Географии России», направленное на получение достаточного объема общеобразовательных знаний, обязательное вооружение их практическими навыками, всестороннее развитие обучающихся, формирование образованной личности.

Таким образом, ФГОС предполагает:

1. Формирование у школьников географического образа Родины, понимания главных особенностей взаимодействия природы и общества, значение охраны окружающей среды и рационального природопользования, сущности и динамики страноведческих и региональных изменений, происходящих в современной политической, экономической и социальной жизни России.

2. Развитие у обучающихся образного и критического мышления, исследовательских способностей, необходимых для самостоятельного добывания знаний и умений, выявление причинно-следственных связей между природой и обществом с опорой на географический материал.

3. Реализацию компетентного подхода через самостоятельную деятельность, проявляющуюся в работе с различными источниками географической информации; получении, передаче и анализе информации, использовании ее для постановки географических вопросов и заданий, ответов на них; применении приобретенных географических знаний в жизни.

4. Формирование картографической грамотности и начальных навыков моделирования и прогнозирования.

Таким образом, модернизация географического образования и новая концепция предполагают легкую и интересную географию. При формировании географических знаний концепция предлагает уделить большое внимание причинно-следственным связям, как одной из основ теоретических знаний. Комплексный страноведческий подход окажет эффективное воздействие на формирование таких географических знаний. Без знаний общих причинно-следственных связей и познания законов развития природы, обучающиеся не смогут объяснить рациональное отношение человека к природе, разумное использование и охрану природных богатств. Понимание причинно-следственных связей развивает научное мировоззрение обучающихся. Научить ученика объяснить причины и следствия, протекающих в природе географических явлений и процессов – значит обеспечить их глубокими и убедительными географическими знаниями, в обратном случае они малоубедительны и неглубоки. Принцип

самодетальности, выраженный в самостоятельности объяснения причинно-следственных связей, способствует также умственному развитию школьников, а это одна из главных целей обучения географии в школе.

При изучении курса «Физическая география России» встречаются в содержании различные причинные зависимости. Их обычно группируют по географическому содержанию. В своей работе при изучении причинно-следственных связей мы пользовались классификацией В.А. Коринской (схема 1):

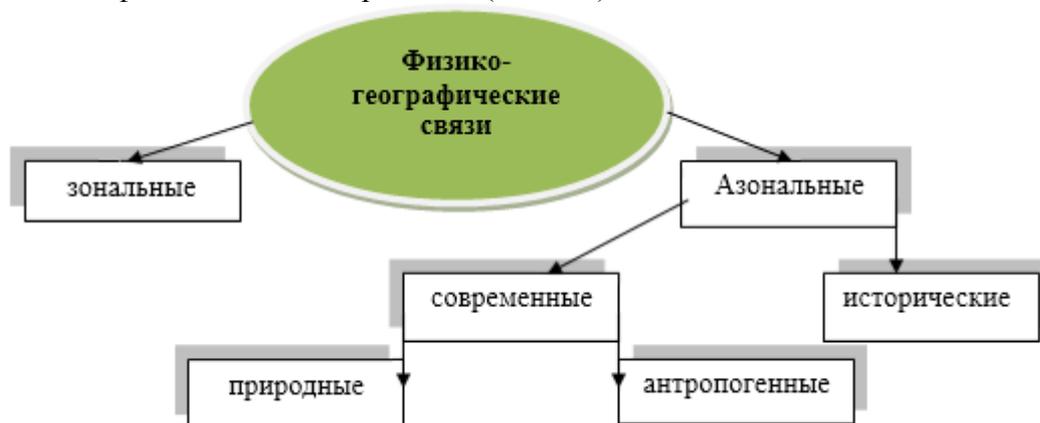


Схема 1. - Состав физико-географических связей по содержанию (по В. А. Коринской) [4].

Такая классификация отражает один из важнейших научных подходов к изучению природных объектов и явлений – генетический. В то же время этот подход в географической науке сочетается со структурным, который требует выяснить не только состав изучаемых объектов и явлений, но и систему их соподчинения.

Итак, умение выявлять причинно-следственные связи определяется как сложный, интегративный процесс познания действительности посредством построения рассуждений и умозаключений, основанных на выполнении ряда логических операций (анализ, синтез, сравнение, абстрагирование, обобщение).

ЛИТЕРАТУРА:

1. Выготский, Л.С. Педагогическая психология / Л.С. Выготский. – М.: Педагогика, 1991. – 479с.
2. Гальперин, П.Я. Методы обучения и умственное развитие / П.Я. Гальперин. - М., 1985.- С. 34.
3. Кабанова-Меллер, Е.Н. Учебная деятельность и развивающее обучение / Е.Н. Кабанова-Меллер.- М.: Знание, 1981. - 93 с.
4. Коринская, В.А. Формирование понятий при изучении курса географии материков / В.А. Коринская. – М.: Педагогика, 1979. – 152 с.
5. Талызина, Н.Ф. Теория поэтапного формирования умственных действий и проблема развития мышления / Н.Ф. Талызина // Сов. педагогика. – 1967. – № 1. – С. 28-32.
6. Финаров, Д.П. Пути оптимизации учебно-воспитательного процесса при изучении основных географических закономерностей в школьном курсе географии / Межвузовский сборник научных трудов / Д.П. Финаров. – Л., 1986.- 175с.

МЕТОДИКА ФОРМИРОВАНИЯ ГЕОМОРФОЛОГИЧЕСКИХ ПОНЯТИЙ У ОБУЧАЮЩИХСЯ 8-Х КЛАССОВ В ПРОЦЕССЕ ИЗУЧЕНИЯ ФИЗИЧЕСКОЙ ГЕОГРАФИИ В ШКОЛЕ

Л. Рахмедова, обучающаяся 5 курса факультета естествознания

Усвоить основы любой отрасли науки означает изучить её понятийный аппарат. Если он несформирован, то понимание этой науки не представляется возможным. Без знаний понятий нельзя сформировать у обучаемых научное мировоззрение, развить их умственные способности, правильно понимать данное направление научных знаний, в том числе и географической науки. В любом предмете выделены четко теоретические знания, которые являются его стержнем, а их основой являются понятия. В психологии и дидактике установлено, при слабом восприятии предметного содержания наблюдается снижение мотивации к учению, познанию. Вот почему актуальны в методике обучения дисциплинам исследования по проблемам усвоения теоретических знаний.

Формирование понятий – процесс сложный и длительный, поэтому нужно определить пути формирования понятия. Понимать понятие практически означает усвоить его содержание, предшествующее ему представление, овладеть приёмами умственной деятельности, с помощью которых возможно самостоятельное применение понятия на практике. Своеобразие процесса формирования понятий по любому учебному предмету определяется содержанием предмета и логикой его изложения.

Содержание предмета географии определяет:

- а) определение понятий;
- б) последовательность усвоения учащимися понятий и связанных с ними представлений;
- в) отбор путей, которые помогут формирование этих понятий.

Анализ опыта работы учителей показывает, что главным условием, обеспечивающим глубокое усвоение обучаемыми географических понятий на всех ступенях обучения, является четкое определение содержания формируемого понятия. Выполнение этого условия – это установление учителем существенных признаков формируемого понятия, которые могут быть усвоены учащимися данного возраста, с учетом их подготовки и уровня развития их познавательной деятельности. При определении содержания географического понятия выделяются наиболее существенные признаки, чтобы с их помощью можно было установить различия и сходства.

География, как любой другой школьный предмет, при изучении которой учитель оперирует различными понятиями и представлениями, которые невозможно охарактеризовать исчерпывающе одним признаком или свойством. Поэтому очень важно формировать у обучаемых способность мыслить на основе определенных представлений и понятий, выделяя существенные признаки. При введении любого понятия необходимо придавать большое значение их выявлению.

При формировании понятия нужно определить учебную задачу, отобрать содержание знаний и умений, выбрать методические пути их раскрытия.

Из школьных предметов, изучающих геоморфологические процессы, выделяется физическая география. Чтобы раскрыть целостность понимания научной картины мира в содержании физической географии России, наряду с изучением тем о климате, гидрологии, геологии и связанных с ними понятий, необходимым становится изучение понятий, раскрывающих геоморфологические объекты и явления для понимания проблем природного своеобразия России.

Геоморфологические понятия в школьном курсе географии упрощены, хотя играют важнейшую роль во всей школьной географии. Но содержание этой системы знаний имеет значительные трудности методического характера, сложны для восприятия учащимися и для формирования их учителем. Поэтому учитель при формировании геоморфологических знаний должен уметь правильно выбрать средства и методы.

Значение геоморфологических знаний в школьной географии определяется еще и тем, что они необходимы для понимания дифференциации природы земной поверхности. При изучении рельефа отдельных территорий России знания учащихся о происхождении и развитии крупных форм рельефа закрепляются и углубляются. Вместе с тем большой удельный вес принадлежит установлению

закономерностей размещения и развития мелких форм, происхождение которых обусловлено деятельностью внешних факторов рельефообразования.

Проведенный в исследовании анализ Федерального государственного стандарта образования по географии, соответствующих программ и учебников позволил отметить следующие особенности:

- в курсе географии 8 – го класса рассматриваются не все основные геоморфологические понятия;
- наблюдается разобщенность при изучении геоморфологических понятий в школьной географии.

Для формирования геоморфологических понятий могут быть использованы два пути: индуктивный и дедуктивный. Специфика использования разных путей зависит от курса обучения физической географии. В курсе начальной физической географии (6-7 кл.) – индуктивный, а в 8 классе – дедуктивный.

Для повышения уровня сформированности геоморфологических понятий большую роль играет ознакомление учащихся с местными геоморфологическими явлениями и объектами, при которых используется индуктивный путь. При изучении более сложных понятий применяется дедуктивный путь познания. Например, можно наблюдать на экскурсиях образование «карстовых борозд» и воронок, на плато Лагонаки, однако, образование «каровых ледников», «цирков», «курчавых скал», «карстовых пещер» процесс более длительный, поэтому он требует дедуктивного познания.

В соответствии с положениями в дидактике системный уровень усвоения является завершающим этапом формирования понятий, в частности, геоморфологических понятий.

Таблица 1.

Соотношение этапов формирования геоморфологического понятия с этапами развития практической деятельности учащихся

Этапы формирования геоморфологического понятия	Характеристика этапов развития практической деятельности учащихся		
	рекомендации	деятельность учителя	деятельность учащегося
1	2	3	4
1. Введение нового геоморфологического понятия	1 этап - обучающий		
	Работа направлена на усвоение признаков геоморфологического понятия и формулировку его определения. Можно использовать конструктивные, алгоритмические задания, раскрывающие существенные признаки понятия	Инструктирует о выполнении предлагаемой работы, объясняет, как пользоваться источниками знаний, определяет алгоритм работы, оказывает помощь учащимся.	Выполняет задания по образцу, представленному учителем, пользуется готовым планом.
1	2	3	4
Расширение объема и углубление содержания геоморфологического понятия	2 этап - тренировочный		
	Включаются задания на сравнение, проведение аналогии, вычленение	Раскрывает цель работы и проводит краткую беседу,	Выполняет задание, отражающее новую ситуацию. Рассказывает о последовательности

	существенных и несущественных признаков	оказывает помощь слабым ученикам	работы, указывают необходимые пособия.
3. Включение понятия в определенную систему и его применение на практике	3 этап – творческий		
	Используются задания на обобщение, задания прикладного характера, творческие задания. Проводятся работы по соотношению данного понятия с другими понятиями.	Дает общие указания по выполнению задания	Выполняют задания самостоятельно

Таким образом, формирование геоморфологического понятия у обучающихся 8-х классов предполагает 3 этапа: введение нового понятия; расширения понятия; введение понятия в систему и применения понятия в нестандартной ситуации [1].

Для мотивирования обучающихся на изучение геоморфологических понятий важно применить специфические приемы: «Удиви всех», «Угадай ошибку», «Угадай и исправь текст». Определение цели нестандартными способами организации учебного процесса может вызвать любопытство, затем оно переходит в познавательный интерес. А с интересом выполненная работа приносит удовлетворения от полученных знаний. Мотивация познания становится положительной. Например, организация учебного мозгового штурма в 8 классе перед постановкой цели изучения гидролакколитов в Средней Сибири может выглядеть так: каждой из групп обучаемых предлагаются штурмовать следующий вопрос: На этой территории необходимо построить жилой дом. Поясните особенности построения дома в связи с рельефом территории. Предложите идеи использования гидролакколитов.

Рефлексивный этап урока проходит в несколько приёмов. Например, на занятиях проводится опрос-итог, иногда используются сигнальные рисунки о своем эмоциональном состоянии, проведение приёма резюме [2].

ЛИТЕРАТУРА:

1. Леонтьев, А.Н. Овладение учащимися научными понятиями как проблема педагогической психологии / А.Н. Леонтьев. – М., 1980. – С. 161-186.
2. Менчинская, Н.А. Психология усвоения понятий / Н.А. Менчинская. – М.: Известия АПИ РСФСР, 1950. – С. 3-16.

ПЕДАГОГИЧЕСКИЕ УСЛОВИЯ ОРГАНИЗАЦИИ САМОСТОЯТЕЛЬНОЙ РАБОТЫ ПРИ ИЗУЧЕНИИ ТЕМЫ «КЛИМАТ» В КУРСЕ «ФИЗИЧЕСКАЯ ГЕОГРАФИЯ РОССИИ»

*Э. Ашанов, обучающийся 5 курса факультета естествознания
Научный руководитель – Туова Т.Г., к.п.н., доцент*

ФГОС второго поколения для общеобразовательных учреждений определяет самостоятельную работу обучающихся, как одно из обязательных требований к организации образовательного процесса. В этих условиях важным аспектом профессиональной деятельности учителя является обеспечение педагогических условий эффективной самостоятельной работы, направленной на развитие творческого потенциала личности, формирование у обучающихся навыков самоорганизации, самообразования, обеспечивающих возможность непрерывного личностного и профессионального роста.

Федеральный государственный стандарт 2010 года для общеобразовательной

школы указывает считать организацию самостоятельной деятельности обучающихся на уроках, как один из факторов формирования их ключевых компетентностей. Поэтому научные исследования по организации самостоятельной работы являются актуальными.

Формирование компетенций для выполнения самостоятельной работы может протекать, как осознано, так и на интуитивной основе.

Самостоятельная работа школьника с организацией учителя протекает в форме делового взаимодействия: ученик получает непосредственный инструктаж об организации самостоятельной деятельности, а учитель выполняет функцию управления через учёт, контроль и коррекцию ошибочных действий.

Технология А.С. Границкой – это оригинальная нелинейная конструкция урока: часть первая – обучение всех, часть вторая – два параллельных процесса: самостоятельная работа учащихся и индивидуальная работа учителя с отдельными учениками [1].

При выполнении любого вида самостоятельной работы ученик должен пройти следующие этапы:

- определение цели самостоятельной работы;
- конкретизация познавательной (проблемной или практической) задачи;
- самооценка готовности к самостоятельной работе по решению поставленной или выбранной задачи;
- выбор адекватного способа действий, ведущего к решению задачи (выбор путей и средств для ее решения);
- планирование (самостоятельно или с помощью преподавателя) самостоятельной работы по решению задачи;
- реализация программы выполнения самостоятельной работы;
- осуществление в процессе выполнения самостоятельной работы управленческих актов: контроль над ходом самостоятельной работы, самоконтроль промежуточных и конечного результатов работы, корректировка на основе результатов самоконтроля программ выполнения работы, устранение ошибок и их причин [2].

В дидактике выделяют три типа самостоятельных работ в зависимости от методов по характеру познавательной деятельности: репродуктивные, частично-поисковые, исследовательские.

Задания для самостоятельных работ репродуктивного типа включают требование выполнить те или иные действия по образцу. Эти задания, оказывают определенное развивающее влияние на обучающихся, выполнение которых систематизирует приобретенные знания. При этом самостоятельная работа является возможностью осмысления нового и закрепления в памяти изученного материала. Например, найти с помощью климатограммы города: Норильск, Москва, Владивосток, Краснодар; чтение климата отдельных ПК России по климатическим картам.

Самостоятельные работы частично-поискового типа имеют характер осознанной деятельности. На задания такого типа обучающимся предоставляется возможность самим определить путь и способ решения определенной задачи на основании имеющихся знаний. Например, игра «Географический лабиринт», групповая работа на тему «Климат России» после глобального потепления.

Исследовательские самостоятельные работы – один из методов проблемного обучения. Это исследования школьников с приобретением новых знаний или нового способа действия. При выполнении такого типа работ проявляется творчество обучающихся, потому что цель, учебные задачи, их способ решения определяется ими. Выбор оптимального решения выбирает обучающийся. Например, тема «Изменения климата своего региона на основании наблюдений за погодой в течение 10 лет» с использованием Интернет-ресурсов.

По форме проведения самостоятельные работы в курсе «Физическая география России» по теме «Климат» могут быть следующими:

1) *Задания тестового характера:* при их выполнении обучающиеся не затрачивают много времени, потому что либо правильный ответ подчёркивается, либо расставляются цифры.

2) *Конструктивные задания:* это задания, состоящие из отдельных вопросов, требующих кратких ответов. Они напоминают собой алгоритмический ход.

3) *Творческие задания:* мини-исследования, мини-проекты экологического содержания и т.д.

Сочетание всех видов заданий обеспечивает оптимальную организацию самостоятельных работ. Если создана система самостоятельных заданий, то должна быть организована методика проведения самостоятельных работ. К требованиям её организации относятся:

- включение каждого обучающегося в процесс самостоятельной деятельности с учётом особенностей личностно-ориентированного обучения;

- применение приёма от «простого к сложному»;

- обеспечение организационной, направляющей функций со стороны учителя на уроке, а во внеурочное время увеличить степень самостоятельности обучающихся;

- включение в сферу самостоятельной деятельности учащихся всех источников знаний (Интернет-ресурсы, мультимедиа, хрестоматии и энциклопедии).

Таблица 1.

Виды методов для организации самостоятельной работы

<i>Виды методов самостоятельного учения</i>	<i>Характерные особенности</i>	<i>Примеры содержания самостоятельных работ</i>
Теоретические, умственные методы - операции	Анализ, синтез, сравнение, абстрагирование, конкретизация и др. Они формируются и развиваются в процессе учебной деятельности	Самостоятельная работа со статистическими материалами является средством обобщения, сравнения имеющегося материала. Использование позволяет наглядно представить общие климатические явления, тенденции изменения климата. Статистический материал позволяет наглядно изложить материал, научить обучающихся пользоваться ими для доказательства, обосновании своей позиции.
Теоретические методы - действия	Выявление и разрешение противоречий; Постановка проблем Построение гипотез	Работа с понятиями и терминами. Словарная работа
Эмпирические методы - операции	Наблюдение, изучение литературных источников, опыты, эксперименты, конспектирование, реферирование, подготовка докладов, сообщений, эссе.	Наблюдения при изучении климата своей местности, мониторинг климата за 5 лет. Работа с текстом и первоисточниками

Методы - упражнения	Повторение определенных действий с целью формирования и совершенствования умений и навыков. Активный самостоятельный поиск обучающимися оптимальных способов выполнения действий Необходим учет рациональной длительности, продолжительности упражнений.	Решение заданий по определению К увлажнения, испаряемости, нахождения количества осадков на разных территориях России.
Метод примера	Формирование личности школьника. Психологической основой является формирование социально – нравственных целей личностного поведения, общественно – сложившиеся способы деятельности.	Использование информационно-коммуникационных технологий и средств медиаобучения по необходимым климатическим фактам
Проблемно – проективный метод	Материал задается в форме проблемной ситуации, знания и способы деятельности не переносятся в готовом виде, не предлагаются правила и инструкции Организация по типу проекта: - определение целей; - моделирование; - принятие обучающимися решения; - построение программы действий; - реализация программы действий; - контроль, оценка результатов и рефлексия.	Самостоятельная работа с проектированием решения «Построение климатограммы по имеющимся элементам климата». Экологические проекты, Прогнозирование: «Парниковый эффект», «Глобальное потепление» и последствия для России.
Поисково - исследовательский метод	Построение работы как системы задач и разработка средства для того чтобы, помочь учащимся в осознании проблемности предъявляемых задач, найти способы сделать разрешение проблемных ситуаций личностно – значимыми для обучающихся, научить их видеть и анализ проблемных ситуаций	Подготовка и проведение эвристических бесед, диспутов, собеседований, научно – практических конференций и т.п.

Важнейшими психолого-педагогическими условиями организации самостоятельных работ на уроках географии при изучении темы «Климат» являются: учет возрастных особенностей, интересов и склонностей учащихся, новизна содержательного и процессуального компонентов; использование положительной мотивации к учению через использование новых информационных и ГИС – технологий в процессе обучения; упор в воспитательном процессе на понимание значения знаний, направленных на развитие компетенций, на признание ценности человеческой личности и социальную активность.

ЛИТЕРАТУРА:

1. Границкая, А.С. Научить думать и действовать. Адаптивная система обучения в школе / А.С. Границкая. – М.: Просвещение, 1991. – С. 44.
2. Огородников, И.Т. Учитель и самостоятельная работа учащихся / И.Т. Огородников // Народное образование. – 1960. – №10. – С. 36-40.

МЕТОДИКА ФОРМИРОВАНИЯ ТОЛЕРАНТНОСТИ У ОБУЧАЮЩИХСЯ ПРИ ИЗУЧЕНИИ КУРСА «ЭКОНОМИЧЕСКАЯ И СОЦИАЛЬНАЯ ГЕОГРАФИЯ МИРА»

*А.Н. Ковтунович, обучающаяся 5 курса факультета естествознания
Научный руководитель: Т.Г. Туова, к.п.н., доцент*

Причиной появления проблемы формирования толерантности и практика ее реализации в первую очередь обусловлена проблемами межэтнического взаимодействия первого десятилетия XXI века, хотя она всегда была актуальна между представителями разных культур в мире. Естественно, существует некоторый опыт ее решения, требующий рассмотрения с точки зрения применимости к современной ситуации. В России актуальность данной проблемы определяется ее многонациональным составом, где требуются терпимые отношения между разными национальностями, а в школе к разным по происхождению одноклассникам. В таких условиях многонациональной среды, работа школы должна быть направлена на формирование толерантности школьников к представителям разных национальностей, что в дальнейшем, будучи гражданами своей страны, обеспечат межнациональное согласие в местах проживания. А создание благоприятных условий для национальной самореализации людей на основе их гражданской и духовной общности устраним нетерпимость к разным этносам, нациям и народам. Поэтому проблема необходимости расширения исследовательского поля в плане моделирования толерантной среды очень важна. Формирование толерантности у обучающихся длительный и сложный процесс. Его необходимо начинать в дошкольном учреждении и плавно реализовывать в школе, подключая в процесс и семью.

Личностно-ориентированное образование создает условия для самореализации личности в культуре, на что указывает в своих работах Е. В. Бондаревская. По ее мнению, такое образование направлено не только на формирование знаний и мышления учащихся, но и с развитием их сознания, ценностями и смыслами. Личностно-ориентированное образование помогает создать толерантный диалог и сотрудничество обучающей и обучаемой сторон [1].

На наш взгляд, метод диалога и общения, лежащий в основе формирования толерантности, должен быть не только средством образования, но и его целью. С этой точки зрения, толерантность выступает в качестве неотъемлемого элемента современного понимания свободы, которая является высшей человеческой ценностью. Человек культуры, гармонично сочетающий в своем личностном образе общечеловеческую нравственность, национальную и индивидуальную самобытность, выступает в данной концепции общей целью образования.

Мы придерживались в своем исследовании направлений Г.Н. Волкова, основоположника этнопедагогики, определившего национально-региональную и этническую культуру воспитания [2]. В контексте настоящего исследования мы рассматриваем аспект толерантности в сфере образовательной деятельности, которая характеризуется субъект – субъектными отношениями. Именно такой деятельности, которая осуществляется в поликультурной среде, присуща социокультурная неопределенность и связь с трансляцией социокультурных ценностей.

Мы также опирались на этнокультурную концепцию географического образования А.А. Лобжанидзе, его структуру учебно-методических комплексов, направленных на развитие культурологического подхода к образованию в старшей ступени профильной школы [3].

Что касается этимологии слова «толерантность», то оно происходит от лат.

tolerantia – терпение. Таким образом, толерантность представляет собой понятие многоаспектное и может рассматриваться в психологии как с позиций личности, ее установок, ценностей, так и с точки зрения воспитания, развития.

Толерантность в нашем понимании – это, с одной стороны, цель и результат воспитания, сопровождающиеся формированием определенных социальных установок, а с другой - ценность и качество личности, проявляющееся в поведении и поступках. Исходя из этого, мы можем определить этническую толерантность как интегративное качество личности, проявляющееся в готовности к осознанным личностным действиям, направленным на достижение гуманистических отношений между людьми, имеющими разную систему ценностей, стереотипов, поведения, мировоззрения. По нашему мнению, толерантность – это метапредметное понятие, объективное осмысление которого возможно только в процессе формирования личностных качеств (рис.1).

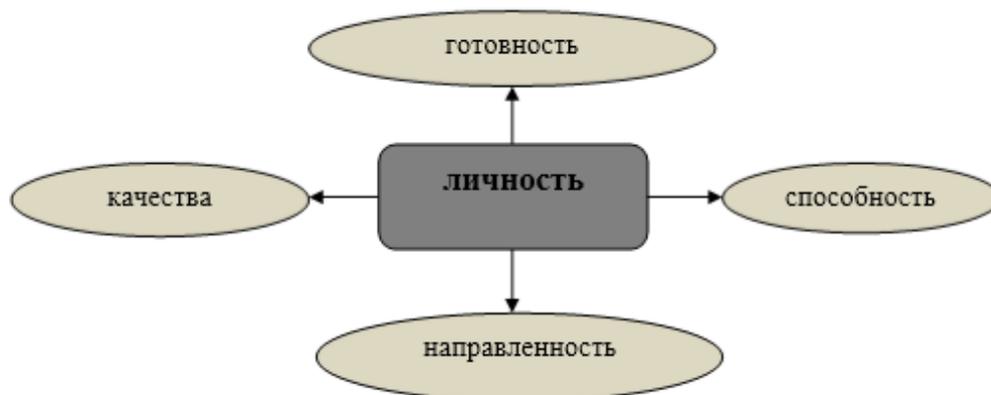


Рис.1. - Толерантность как системная целостность качеств, способности, направленности и готовности личности

Структурируя курс «Экономическая и социальная география мира», особо надо обращать внимание на тему «География населения мира». Например, изучая экономически активное население мира, нужно приводить те страны мира, где используется тяжелый малооплачиваемый детский труд (Индия, страны Юго-Западной Азии, страны тропической Африки). Изучая этнолингвистический состав населения, учитель объясняет сложные проблемы 4-5 тысяч народов мира, многообразие языков, традиций и обычаев в поликультурных регионах мира. В вопросах понимания миграций населения, необходимо воспитывать личность терпимую к таким процессам и явлениям, как беженцы, иммиграции и эмиграции как показатели современного общества. Учить школьников терпимо относиться к мировым и национальным религиям, приводя примеры общности мировых религий, их географии и причин их появления.

Тема «Глобальные проблемы человечества» является итоговой темой курса экономической и социальной географии мира. Рассматривая демографические, продовольственные, экологические проблемы, учитель, опираясь на фактологический материал, применяя разные организационные формы обучения географии, может целенаправленно формировать толерантность у обучающихся. В заключении изучаются проблемы стратегии устойчивого развития общества, где условием такой стратегии должны быть условия мирного терпимого сосуществования всех людей на планете.

Таким образом, помимо отбора содержания географического образования на старшей ступени обучения в контексте социокультурных идей толерантного отношения к человеку другой национальности, возможно также на основе создания интегрированных курсов культурологической направленности; разработки и реализации учителями индивидуальных исследовательских проектов; проведении традиционных и инновационных мероприятий в условиях многонациональной школы.

Образовательная стратегия данной методики – это реализация идеи привития школьникам старшей ступени добросердечных и уважительных отношений к другим

людям, представителям других национальностей, способствовало созданию благоприятной толерантной среды, в которой каждый субъект образования, независимо от этнической принадлежности, чувствует себя комфортно, защищено и способен к открытому взаимодействию с миром.

ЛИТЕРАТУРА:

1. Бондаревская, Е.В. Толерантное сознание и формирование толерантных отношений / Е.В. Бондаревская. М.: Изд-во МПСИ, 2002. – 368с.
2. Волков, Г.Н. Этнопедагогика: учеб. для студ. сред. и высш. пед. учеб. заведений / Г.Н. Волков. -- М.: Издательский центр «Академия», 1999. - 168 с.
3. Лобджанидзе, А.А. Этнокультурная парадигма школьного географического образования как средство реализации культурологического подхода / А.А. Лобджанидзе дисс. док. пед. наук М, 2009. – 422с.

ПСИХОЛОГО-ПЕДАГОГИЧЕСКИЕ УСЛОВИЯ ФОРМИРОВАНИЯ ЭТНОГЕОГРАФИЧЕСКИХ ПОНЯТИЙ У ОБУЧАЮЩИХСЯ ПРИ ИЗУЧЕНИИ КУРСА «ГЕОГРАФИЯ РЕСПУБЛИКИ АДЫГЕЯ» В 8-9-Х КЛАССАХ ОБЩЕОБРАЗОВАТЕЛЬНОЙ ШКОЛЫ

*А.Б. Тхакушинова, обучающаяся 5 курса факультета естествознания
Научный руководитель: Т.Г. Туова, к.п.н., доцент*

В многонациональной стране региональный компонент является стратегическим для реализации создания устойчивого общества на демократических основах. Поэтому проблема изучения региональных курсов остается немаловажной для реализации задач воспитания личности, будущего строителя устойчивого общества.

Анализ изученности проблемы психолого-педагогических условий усвоения и формирования этногеографических понятий в региональных курсах выявил нерешенность некоторых практических вопросов, которые не дают возможности добиться значительных результатов в обучении, устойчивом усвоении школьниками этногеографических понятий, которые являются ядром географических знаний.

Следует отметить, что во многих субъектах России реализация регионального компонента определяется министерствами образования регионов. В Республике Адыгея региональный курс отдельно не преподается, а является частью федерального компонента в 8-9 -х классах в четвертой четверти. Дальнейший конкретный анализ степени усвоения этногеографических понятий в региональных курсах показал недостаточность разработанности психолого-педагогических условий их формирования.

Изучение современной практики преподавания географии в школе показывает, что применению системы дидактических средств, созданию психолого-педагогических условий, активизации процесса формирования этногеографических понятий не уделяется должного внимания. Если учесть, что от их сформированности зависит и отдельные аспекты этнонациональной толерантности обучающихся в полиэтничном образовательном пространстве, то проблема качественного усвоения понятий в курсе «География Республики Адыгея» становится достаточно актуальной.

По мнению Т.Н. Ильиной, первоначальные понятия формируются еще до школы. Как первоначальный момент мысли, ребенок на основе имеющихся знаний начинает абстрагировать те существенные признаки, которые впервые вводят его во внутреннее строение предмета, в сущность или в закономерность.

К таким первоначальным этногеографическим понятиям относится «национальность». В частности, в семье это понятие определяется вопросом, «кто ты?». Этот процесс образования первоначальных абстракций по теории отражения находится на уровне образования чувственно-наглядных образов, в основе чего лежат ощущения и восприятия (это одежда, обычаи, традиции). Чувственные образы о предметах и явлениях окружающего мира, образованные при непосредственном восприятии или реальной действительности остаются в памяти человека. Такие чувственно-наглядные образы

предметов и явлений называют в науке представлениями. Представления являются формой обобщенного, чувственного отражения реального мира, являются переходной ступенью между теоретическими и эмпирическими знаниями.

В процессе обучения географии школьники воспроизводят понятия после чувственного наглядного образа, т.е. представления. Обучающимся необходимы не только готовые понятия, а способы их логического упорядочивания, понимание того, что за понятием стоят способы действий, посредством которых это понятие может быть сформировано.

Географические знания, составляющие основное содержание курса «География Республики Адыгея» в ее экономической части, скомпонованы по блокам:

- первый блок предполагает овладение понятиями: «численность населения», «демографический убыль и прирост населения», «размещение населения», «плотность населения», «расселение населения», «трудовые ресурсы»;

- второй блок включает в себя знания о воспроизводстве населения «рождаемость», «смертность», «естественный прирост населения»; «половозрастная пирамида», «национальный состав населения»; «народы», «языковые семьи»;

- третий блок связан со знаниями о миграции населения: «эмиграция», «иммиграция», «реиммиграция», «занятость населения», «рынок труда», «спрос и предложение», «городское и сельское население».

В нашем исследовании, важными являются все три блока, в которых изучаются этногеографические понятия: как «человеческая раса», «языковая семья», «языковые группы», «этнос», «этническая общность», «этнический процесс», «этнические взаимоотношения», «этногеографическое положение», «народность», «нации», «народонаселение», «демографический переход», «система расселения», «духовная и материальная культура», «религии», «конфессиональный состав».

Успешность процесса активизации интеллектуальной деятельности обучающихся на уроках региональной географии при изучении этногеографических понятий может быть обеспечена созданием определённой совокупности психолого-педагогических условий:

- 1) *учёт психолого-возрастных особенностей обучающихся;*
- 2) *создание на уроках географии творческой и непринуждённой атмосферы;*
- 3) *активное взаимодействие учителя с обучающимися;*
- 4) *учёт уровня интеллектуального развития старшеклассников;*
- 5) *формирование у старшеклассников лично значимой мотивации к интеллектуальной деятельности;*
- 6) *интеграция активных инновационных средств обучения географии с традиционными средствами обучения;*
- 7) *сочетание частично-поискового метода и метода стимулирования и мотивации учебно-познавательной деятельности обучающихся;*
- 8) *реализация герменевтического подхода.*

Содержание инновационных средств, используемых при выявлении уровня сформированности этногеографических понятий, должно быть основано на принципах историзма и системности. Главным показателем оценки деятельности учителя на уроке является использование им системы средств соответственно основным целям урока и его этапам. Классификация этногеографических понятий является первым этапом формирования этих знаний. В нашем исследовании мы проанализировали этногеографические понятия по теме «Население республики Адыгея».



Рис.1 – Система этногеографических понятий в теме «Население Республики Адыгея»

Таким образом, формирование этногеографических понятий можно представить так: при сопоставлении фактического материала обучающиеся выделяют сходные внешние черты и обозначают их соответствующими словами. Основным критерием обобщения знаний является умение школьником привести конкретный пример или иллюстрацию, которые по внешним особенностям соответствуют этим знаниям. Таким образом, в методике формирования этногеографических понятий возможно достижение уровня элементарных обобщений, который является первой ступенью в дальнейшем ходе обучения учащихся и постепенного подведения к высшим формам обобщения.

ФОРМИРОВАНИЯ УМЕНИЙ РЕШЕНИЯ ЗАДАЧ ПО МОЛЕКУЛЯРНОЙ БИОЛОГИИ У УЧАЩИХСЯ 9 КЛАССА НА ОСНОВЕ ДЕЯТЕЛЬНОСТНОГО ПОДХОДА

*Аннагурбанов С., студент 5 курса факультета естествознания АГУ
Научный руководитель: Кабаян О.С.*

Реализация ФГОС предполагает формирование универсальных учебных действий для всех учебных предметов, в том числе и для биологии. Реализацию данной задачи полностью обеспечивает деятельностный подход. Обучение решению задач по молекулярной биологии дают возможность связать теорию с практикой и более глубоко проникнуться процессами, происходящими в живой природе. Через решение задач дети знакомятся с важными в познавательном и воспитательном отношении фактами. Это нашло свое отражение в работах современных методистов и психологов (Г.И. Саранцев, В. Бухвалов), которые определили, что развитие мыслительных способностей личности в образовательном процессе происходит в процессе решения задач [1]. Г.А Балл, Л. М. Фридман утверждают, что использование деятельностного подхода в процессе решения задач оказывает положительное влияние на умственное развитие школьников так как их выполнение требует осуществление умственных операций: анализа и синтеза, конкретизации и абстрагирования, сравнения и обобщения[2].

Однако, результаты констатирующего эксперимента показали, что формирование умений решения задач по молекулярной биологии у учащихся 9 класса на основе деятельностного подхода остается фрагментарным, что актуализировало проблему

формирования умений решения задач у учащихся 9 класса на основе деятельностного подхода/

Нами были подобраны задания, направленные на обучение решению задач по молекулярной биологии разного содержания и методики формирования умений их решения.

Например:

Задание первого типа, соответствующие заданиям ЕГЭ под номером 24.

Найдите ошибки в приведённом ниже тексте, исправьте их, укажите номера предложений, в которых они допущены, запишите эти предложения без ошибок.

1. Молекула ДНК состоит из двух спирально закрученных цепей. 2. При этом аденин образует три водородные связи с тиминном, а гуанин — две водородные связи с цитозином. 3. Молекулы ДНК прокариот линейные, а эукариот — кольцевые. 4. Функции ДНК: хранение и передача наследственной информации. 5. Молекула ДНК, в отличие от молекулы РНК, не способна к репликации.

Задания второго типа: решение задач на закономерность Э.Чаргаффа.

А) В одной молекуле ДНК нуклеотиды с цитозином (Ц) составляют 11 % от общего числа нуклеотидов. Определите количество (в %) нуклеотидов с гуанином (Г), аденином (А), тиминном (Т) в отдельности в молекуле ДНК. Объясните полученные результаты.

Б) В молекуле ДНК находится 1250 нуклеотидов с тиминном, что составляет 20% от их общего числа. Определите, сколько нуклеотидов с аденином (А), цитозином (Ц) и гуанином (Г) содержится в отдельности в молекуле ДНК. Ответ поясните.

В) Участок одной из двух цепей молекулы ДНК содержит 420 нуклеотидов с тиминном (Т), 210 нуклеотидов с аденином (А), 120 нуклеотидов с цитозином (Ц) и 300 нуклеотидов с гуанином (Г). Какое количество нуклеотидов с А, Т, Ц и Г содержится в двух цепях молекулы ДНК? Сколько аминокислот должен содержать белок, кодируемый этим участком молекулы ДНК? Ответ поясните.

Г) Две цепи ДНК удерживаются друг против друга водородными связями. Определите число двойных и тройных водородных связей этой цепи ДНК, а также её длину, если известно, что нуклеотидов с тиминном (Т) — 18, с цитозином (Ц) — 32 в обеих цепях ДНК; расстояние между нуклеотидами в молекуле ДНК составляет 0,34 нм. Ответ поясните.

Задание третьего типа: задачи на владение умениями работать с таблицей генетического кода.

А) В биосинтезе белка участвуют молекулы т-РНК с антикодонами ЦЦА, ГАЦ, УУА, ААУ, АУГ, ЦГА. Определите нуклеотидную последовательность участка двойной цепи молекулы ДНК, в котором закодирована информация о структуре данного белка. Ответ поясните.

Б) Фрагмент матричной цепи ДНК имеет следующую последовательность нуклеотидов: —ГАЦЦГАТТЦАГАЦАЦ—. Определите последовательность нуклеотидов на и-РНК, антикодоны т-РНК и соответствующую последовательность аминокислот фрагмента молекулы полипептида, используя таблицу генетического кода.

В) Последовательность нуклеотидов в цепи ДНК:

-ТАГАЦГААТГГАЦЦТАЦЦАТ-

В результате мутаций одновременно выпадают седьмой и тринадцатый нуклеотиды. Запишите новую последовательность нуклеотидов в цепи ДНК. Определите по ней последовательность нуклеотидов в и-РНК и последовательность аминокислот в молекуле белка. Для выполнения задания используйте таблицу генетического кода (см. приложение).

Г) Фрагмент цепи и-РНК имеет следующую последовательность нуклеотидов: —ААЦУЦГУУАГЦГУУАУАГ—. Определите последовательность нуклеотидов на участке молекулы ДНК, антикодоны соответствующих т-РНК и аминокислотную последовательность соответствующего фрагмента молекулы полипептида, используя

таблицу генетического кода.

Д) Все виды РНК синтезируются на ДНК-матрице. Фрагмент молекулы ДНК, на которой синтезируется участок центральной петли т-РНК, имеет следующую последовательность нуклеотидов: —ТТАГГЦЦАТГГЦЦАЦ—. Установите нуклеотидную последовательность участка молекулы т-РНК, который синтезируется на данном фрагменте ДНК, и аминокислоту, которую будет переносить эта т-РНК в процессе биосинтеза белка, если третий триплет соответствует антикодону т-РНК. Ответ поясните. Для выполнения задания используйте таблицу генетического кода.

Задания четвертого типа: математические задачи по молекулярной биологии.

А) Белок состоит из 315 аминокислот. Установите число нуклеотидов участков молекул ДНК и и-РНК, которые кодируют данный белок, а также число молекул т-РНК, необходимых для переноса этих аминокислот к месту синтеза белка. Ответ поясните.

Б) Белок состоит из 250 аминокислот. Определите, во сколько раз молекулярная масса участка гена, кодирующего этот полипептид, превышает молекулярную массу белка (средняя масса молекулы аминокислоты — 110, а нуклеотида — 300). Ответ поясните.

В) Какую длину имеет участок молекулы ДНК, в которой закодирована первичная структура рибонуклеазы, если молекула рибонуклеазы содержит 124 аминокислоты, а один нуклеотид занимает 0,34 нм в цепи ДНК? Сколько молекул т-РНК будет участвовать в переносе этого количества аминокислот к месту синтеза? Ответ поясните.

В статье приведены лишь некоторые разновидности задач по молекулярной биологии.

Апробация их в учебно-воспитательном процессе школы показала положительную тенденцию. Обучающиеся осваивали не только алгоритм выполнения заданий, но и у них формировалось целостное представление о процессе, изложенном в задаче.

Таким образом, обучение школьников основам решения задач по биологии с позиции идеи деятельностного подхода способствует всестороннему развитию личности, самостоятельности, реализует принципы научности, связи теории с практикой, поэтапного формирования умственных действий.

ЛИТЕРАТУРА:

1. . Саранцев Г.И. Гуманитаризация математического образования и его состояние сегодня. /Г.И. Саранцев // Математика в школе. 2016. №4

2. Фридман Л.М. Как предотвратить неуспеваемость учащихся? / Научно-практический журнал «Завуч».- 1999.- №7.- с. 54-85. 24.

СРАВНИТЕЛЬНЫЙ АНАЛИЗ СОДЕРЖАНИЯ ШКОЛЬНЫХ УЧЕБНИКОВ ПО БИОЛОГИИ РАЗДЕЛ «РАСТЕНИЯ. ГРИБЫ. БАКТЕРИИ» РОССИИ И ТУРКМЕНИСТАНА

Хазраткулова Г.

студентка 5 курса факультета естествознания АГУ

Научный руководитель: Кабаян О.С.

Туркменистан - независимое развивающееся государство в Центральноазиатском регионе. В стране проживают представители более ста национальностей [4]. Туркменистан приобрел независимость 27 октября 1991 г. В первые годы независимости в Туркменистане была принята экономическая программа «10 лет стабильности», которая включала такие целевые национальные программы, как «Зерно», «Здоровье», «Образование», «Новое село» и т. д.

В июне 2004 г. Министерством образования Туркменистана был издан приказ, согласно которому были признаны недействительными все дипломы об окончании вузов, полученные за рубежом после 1993 г., и уволены лица, имеющие такие дипломы, с должностей государственной службы. Страна стала испытывать острую нехватку квалифицированных кадров среднего и высшего звена во всех отраслях экономики и во всех сферах государственного управления, в том числе и в образовании.

С приходом к власти президента республики Гурбангулы Бердымухамедова в Туркмении была провозглашена новая реформа образования. Интеграция Туркменистана в систему международных экономических отношений, индустриализация страны потребовали от руководства страны обеспечения всех сегментов экономики специалистами высокой квалификации. Сфера образования стала важнейшим приоритетом государственной политики, сферой интеграции общенациональных интересов и интересов каждого гражданина.

В настоящее время система образования Туркменистана включает [4]:

- дошкольное образование;
- общее среднее образование;
- профессиональное образование.

Начиная с 2013—2014 учебного года, было введено двенадцатилетнее общее среднее образование [3]. Переход в средних школах республики на двенадцатилетнее обучение осуществляется с целью дальнейшего совершенствования деятельности общеобразовательных средних школ и обеспечения соответствия качества предоставляемых в них образовательных услуг мировому уровню.

В системе общего среднего образования в соответствии с Указом «Об улучшении системы образования Туркменистана» с 1 сентября 2007/08 учебного года был восстановлен 10-летний срок обучения. Начиная с 2013—2014 учебного года, было введено двенадцатилетнее общее среднее образование. При этом в школьную программу вводят новые предметы, в частности экология, мировая культура, информационно-коммуникационные и инновационные технологии, моделирование и графика [4].

Переход на двенадцатилетнее среднее образование определяет необходимость увеличения численности педагогов.

Современной тенденцией является и то, что в настоящее время юноши и девушки Туркменистана имеют возможность обучаться не только в своей стране, но и в ведущих высших школах мира.

Таким образом, в Туркменистане в последние годы активизировались реформы в системе профессионального образования, за короткий период увеличился охват молодежи профессиональным обучением, в том числе и за рубежом.

Обучаясь в Адыгейском госуниверситете, и анализируя программы и содержание учебников по биологии России, мы поставили цель сравнить содержание учебников двух стран.

Анализ содержания учебников из двух стран проводили исходя из содержания двух частей: инвариантной и вариативной. Инвариантная часть – это часть, которая обозначает обязательную часть основного материала и помогает обеспечить единство образовательного пространства и культурного развития не только в одной стране, но и в разных странах, и в условиях многообразия учебных заведений. Вариативная часть предполагает акцентирование внимания на региональном материале, в соответствии с особенностями региона.

Анализируемый российский учебник по биологии посвящен изучению растений, бактерий, грибов, лишайников (авт. Пономарева И. Н., Корнилова О.А., Кучменко В.С.) [3].

Учебник красочно оформлен, в нем много дополнительного материала, что делает его интересным для прочтения. Очень важным является то, что его авторы значительное внимание уделяют эволюционному аспекту.

Анализируемые учебники туркменских авторов [1,2] содержат основные темы инвариативной части. В них представлены разделы: Основные отделы растений, Разнообразие покрытосеменных, сельскохозяйственные растения, развитие растительного мира, растения и окружающая среда, бактерии, грибы, лишайники.

В учебниках много красочных иллюстраций занимательных фактов для любопытных учеников. Следует отметить, что вариативная часть представлена достаточно разнообразно. В содержании присутствует материал по темам: дикорастущие,

лекарственные, пищевые, эфирно-масличные и редкие растения Туркменистана.

В основе концепции анализируемых учебников — системно-структурный подход к изучению биологии: формирование биологических и экологических понятий через установление общих признаков жизни.

Темы излагаются последовательно.

ЛИТЕРАТУРА:

1.Кертиков Х. и др. Биология. Растения. Бактерии. Грибы. Лишайники. Пробный учебник для 6 класса с русским языком обучения общеобразовательных средних школ. – А.: Туркменская государственная служба. 2013

2.Kertikow H. we basg. Biologiya (Öümlikler ,bakteriyalark, komelekler lisaynikler). Orta mekdeplerin VI synpy usin okuw kitaby.-A.Turkmen dowlet nesiryat gullugy 2012

3.Пономарева И.Н., Корнилова О.А., Кучменко В.С. Биология: Растения. Бактерии.Грибы. Лишайники: учебник для 6 класса общеобразовательной школы/ под ред проф. И.Н. Пономаревой. – М.: Вентана-Графф, 2012

4.Официальный сайт Министерства Иностранных Дел Туркменистана [The official website of the Ministry of Foreign Affairs of Turkmenistan]. URL: <http://mfa.gov.tm/ru/turkmenistan-ru/genral> (дата обращения: 16.10.2019)

ИСПОЛЬЗОВАНИЕ ИНТЕРАКТИВНЫХ МЕТОДОВ НА УРОКАХ ГЕОГРАФИИ В УСЛОВИЯХ ФГОС ОБЩЕГО ОБРАЗОВАНИЯ

Тацый Александр,

студент факультета естествознания

Научный руководитель – канд. пед. наук, доцент А.М. Шехмирзова

Многие годы традиционной целью школьного образования было овладение системой знаний, составляющих основу наук. Память учеников загружалась многочисленными фактами, именами, понятиями. Предмет нашей гордости в прошлом – большой объём фактических знаний – в изменившемся мире потерял свою ценность, поскольку любая информация быстро устаревает. Необходимым становятся не сами знания, а знания о том, как и где их применять. Но ещё важнее знание о том, как информацию добывать, интерпретировать, или создавать новую. И то, и другое, и третье – результаты деятельности, а деятельность – это решение задач. Таким образом, желая сместить акцент в образовании с усвоения фактов (результат – знания) на овладение способами взаимодействия с миром (результат – умения), мы приходим к осознанию необходимости изменить характер учебного процесса и способы деятельности учащихся.

При разработке федеральных государственных стандартов второго поколения приоритетом образования становится формирование общеучебных умений и навыков, а также способов деятельности, уровень освоения которых в значительной мере предопределяет успешность всего последующего обучения. В настоящее время все более актуальным в образовательном процессе становится использование в обучении приемов и методов, которые формируют умения самостоятельно добывать новые знания, собирать необходимую информацию, выдвигать гипотезы, делать выводы и умозаключения. Общая дидактика и частные методики в рамках предмета призывают решать проблемы, связанные с развитием у школьников умений и навыков самостоятельности и саморазвития. А это предполагает поиск новых форм и методов обучения, обновление содержания образования.

Программа модернизации российского образования выдвигает задачу более широкого применения активных и интерактивных методов обучения, реально отражающих социальные-экономические и политические процессы общественной жизни. Высокий уровень конкуренции требует от человека владения разнообразными видами деятельности, такими как исследование, проектирование, организация, коммуникация и рефлексия. Быстрее и качественнее эти компетентности формируются при активном взаимодействии, использовании интерактивных методов обучения. Выпускник школы

должен уметь применять полученные в школе знания и умения в реальных жизненных ситуациях. Мы должны помнить, что перед нами школьник XXI века, который имеет широкие интересы, свои суждения. Мне представляется, что для достижения качества образовательных услуг необходимо использование интерактивных образовательных технологий, переход на интерактивное обучение.

Интерактивные методы обучения построены на постоянном взаимодействии участников образовательного процесса между собой или с техническими средствами обучения. Суть их состоит в том, что происходит постоянный ориентир на мобилизацию познавательных сил и стремление учащихся, на пробуждение самостоятельного интереса к познанию, становление собственных интересов деятельности, в развитии умения концентрироваться на творческом процессе.

Особенности, характеризующие интерактивное обучение: - включенность каждого ученика в решение творческих задач не в конце, а в начале процесса усвоения нового предметного содержания; - оптимизация познавательной деятельности и межличностных отношений, ведущая к становлению механизмов саморегуляции поведения и личности учащегося; - более продуктивное, чем ранее, мотивированное овладение операционно-техническими средствами выполнения новой деятельности; - наличие рефлексивной составляющей как учебной, так и педагогической деятельности.

Исследователи выделяют в качестве основных технологий интерактивного обучения следующие: 1) Работа в малых группах, в паре; 2) Работа с текстом; 3) Технология проблемного обучения; 4) Диалоговое обучение; 5) Сравнительный метод; 6) Метод проектов; 7) ИКТ; 8) Уровневая дифференциация; 9) Моделирование.

Рассмотрим некоторые технологии интерактивного обучения.

Работа в группах на учебном занятии с использованием методов интерактивного обучения проходит шесть этапов: Подготовительный этап; I этап – постановка проблемной ситуации; II этап – формирование учебных групп; III этап – организация учебной деятельности учащихся в группе; IV этап – презентация групповых решений; V этап – рефлексия прошедшего занятия.

На подготовительном этапе выявляется субъектный опыт учащегося. Ученик любого возраста начинает учебу не с «чистого листа», он уже имеет свой жизненный опыт, знания, интересы, направленность. На I этапе основными методами являются проблемные методы, а основная задача учителя – вовлечь учащихся в разрешение проблемных ситуаций. Проблема, определяется как знание о незнании. Так, например, при работе по теме урока «Распределение тепла» учащиеся устанавливают, что температура воздуха с высотой понижается, о чём свидетельствуют заснеженные вершины гор. Противоречие, поставленное на занятии, заключалось в том, что чем дальше от поверхности, тем ближе к солнцу и значит должно быть теплее. На втором этапе, поставив проблемную ситуацию, переходим к формированию учебных групп с тем, чтобы разрешить поставленное противоречие. Существуют два основных принципа формирования групп - свободное (по желанию) и организованное учителем. Организованное распределение происходит с учетом психологических особенностей учащихся и дидактических целей урока. На III этапе - организации учебной деятельности учащихся в группе происходит: усвоение учебной задачи, стоящей перед группой; процесс поиска (обсуждения) лучшего решения; суммирование мнений и подведение итогов групповой работы; презентацию группового решения поставленной задачи в рамках, определенных педагогом. Только нестандартная постановка проблемы вынуждает школьников искать помощи друг у друга, обмениваться точками зрения - так формируется общее мнение группы. Задание для интерактивной формы обучения может быть следующим: при изучении Восточной Сибири выбрать из предложенного перечня характеристик те, которые, по общему мнению, наиболее полно характеризуют климат, черты рельефа, заселённость территории и пр. Еще раз подчеркнем: для определения общего мнения группы необходимо, чтобы задача, которая определяет ход групповой

работы, была правильно воспринята всеми членами группы. Организация следующего IV этапа – презентация группового решения – зависит от задуманного построения всего занятия. Презентация решений может проходить в одной из форм: - устное сообщение; - представление структурно-логических схем; - заполнение таблиц и пр. V этап – рефлексии прошедшего занятия, на котором презентации групповых решений сменяются исключительным по своей значимости интерактивным обучением. Вопросы к прошедшему занятию могут быть следующими. Например: Легко ли работать в группе? Кто ощущал себя некомфортно и почему? Всегда ли прав тот, кто берет на себя руководящую роль в группе? Что испытывает человек, которому не дают высказаться? Что помогает и что мешает общей работе? Какова должна быть помощь учителя и т. д.

Работа в малых группах позволяет всем учащимся участвовать в работе, практиковать навыки сотрудничества, межличностного общения.

С целью успешной работы в группах можно составить четкую инструкцию и предоставить достаточно времени на выполнение задания. Например, с помощью учебника, карт атласа, статистических данных подготовить информацию в течение 7-10 минут. Совместная деятельность приносит пользу каждому, так как позволяет всем учащимся (в том числе стеснительным и слабым) участвовать в работе, практиковать навыки сотрудничества, межличностного общения (умения активно слушать, вырабатывать общую стратегию решения заданной проблемы, разрешать возникающие согласия). На некоторых уроках географии с целью активизации мыслительной деятельности каждая группа готовит «проблемное» задание другой группе (в форме вопросов: «Почему?», «В чем причина?», «Чем объяснить?» и т. д.). В этом случае работа направлена на приобретение новых географических знаний, на решение проблем, на выход из сложных, но посильных для решения ситуаций.

Отличие интерактивного обучения от традиционного требует пересмотра привычной системы оценки деятельности учащихся. К процессу оценивания необходимо подойти очень гибко. Можно обратиться за консультацией по поводу оценивания деятельности к самим ученикам. Если между педагогом и учениками действительно существуют доверительные и искренние отношения, то оценки, выставленные учениками, совпадают с оценкой, данной учителем.

Работа по данной технологии предъявляет особые требования к учителю. Учитель должен: уметь находить проблемную формулировку темы урока, занятия. Тогда традиционная тема, например, «Рельеф Африки» может стать предметом живого диалога; уметь ставить перед учащимися вопросы, которые, в отличие от наводящих («Почему для Восточной Африки характерны плоскогорья?»), способствуют поиску и совместной работе («Какие процессы формируют современный рельеф Восточной Африки?»); быть готовым к детальному анализу и самоанализу занятия и не жалеть времени на «педагогические заметки». Такие краткие записи помогают проследить, что, как и почему происходило на занятии; где взаимодействие «зависало», с чем это было связано, как этого избежать в дальнейшем.

Технология проблемного обучения. Проблемным называется такое обучение, при котором усвоение знаний и начальный этап формирования интеллектуальных навыков происходят в процессе относительно самостоятельного решения проблем, протекающего под общим руководством учителя. Этапы проблемного обучения: - Постановка практического или теоретического задания; - Поиск неизвестного в этой проблемной ситуации путем самостоятельного исследования ученика. Проблемные ситуации создаю на разных этапах урока. На практических работах в начале урока ставлю проблему и предлагаю решить ее с помощью учебника, атласа и статистических данных. Использование технологии проблемного обучения создает благоприятные условия для активизации устной речевой и творческой самостоятельной деятельности учащихся, что способствует развитию личностных компетенций школьника.

Диалоговое обучение – взаимодействие учителя и учащегося. Использование этой технологии способствует формированию: умения определять и отстаивать свою позицию (кейс-метод); возможности критиковать и даже отвергать любое мнение; поиска группового соглашения в виде общего мнения или решения. Взаимодействие учащихся в ходе дискуссии осуществляется на уважительном обращении друг к другу для углубленного и разностороннего обсуждения идей, позиций, мнений и т.д. Эта технология сложно даётся, не всегда учащиеся вступают в диалог, тем не менее, стараюсь постоянно вести диалог на основе анализа источников географических знаний.

Сравнительный метод предполагает, что одни учащиеся закрепляют свои знания, а для других школьников необходимо еще раз найти данную информацию и проанализировать ее. Затем после сравнения учащиеся обязательно делают вывод, что способствует развитию мышления и приобретению навыков лаконичной записи (в форме таблицы, например, при изучении экономических районов).

Таким образом, используя интерактивное обучение на уроках географии: - значительно повышается мотивация, особенно это отражается на «слабых учениках»; - повышается уровень усвоения материала, снижается утомляемость; - учащийся не имеет возможности отсидеться, ему надо думать самому, не полагаясь на других, а в целом, в классе работают как слабые, так и сильные учащиеся. - организованы и включены в работу все учащиеся без исключения, хорошо развивается устная речь, совершенствуется умение работать с различной литературой; - развивается умение работать в группе; - вырабатываются коммуникативные навыки; - учащиеся приобретают способы деятельности, которые в значительной мере предопределяет успешность всего последующего обучения.

ИСПОЛЬЗОВАНИЕ ТЕХНОЛОГИИ РАЗВИТИЯ КРИТИЧЕСКОГО МЫШЛЕНИЯ НА УРОКАХ ГЕОГРАФИИ В УСЛОВИЯХ РЕАЛИЗАЦИИ ТРЕБОВАНИЙ НОВЫХ ФГОС ОБЩЕГО ОБРАЗОВАНИЯ

*Тесля Юрий, студентка факультета естествознания
Научный руководитель – канд. пед. наук, доцент А.М. Шехмирзова*

Актуальность использования технологии развития критического мышления школьников в системе школьного образования продиктованы стремительной модернизацией современного мира, именно поэтому так важно внедрять новые способы воздействия на обучающихся с целью их более качественного развития. Данная задача имеет огромное социальное значение.

Критическое мышление - это один из видов интеллектуальной деятельности человека, который характеризуется высоким уровнем восприятия, понимания, объективности подхода к окружающему его информационному полю. Термин «критическое мышление» может относиться практически ко всей умственной деятельности. Учение, ориентированное на выработку навыков критического мышления, предусматривает не просто активный поиск учащимися информации для усвоения, а нечто большее: соотнесение того, что они усвоили, с собственным опытом, а также сравнение усвоенного с другими исследованиями в данной области знания. Учащиеся вправе подвергать сомнению достоверность или авторитетность полученной информации, проверять логику доказательств, делать выводы, конструировать новые примеры для её применения, рассматривает возможности решения проблемы и т.д.

Формирование культуры чтения, включающей в себя умение ориентироваться в источниках информации, пользоваться разными стратегиями чтения адекватно понимать прочитанное, сортировать информацию с точки зрения важности, «отсеивать» второстепенную, критически оценивать новые знания, делать выводы и обобщения. Стимулирование самостоятельной поисковой творческой деятельности, запуск механизмов самообразования и самоорганизации.

Актуальность развития критического мышления у учащихся возникла по нескольким причинам: 1) Возросшие требования к учащимся 2) необходимость их ускоренного развития в тенденциях современного мира 3) требование развивать в них умение работать совместно с другими людьми.

Технология «Развитие критического мышления через чтение и письмо» (РКМЧП) разработана в конце XX в. в США (Ч. Темпл, Д. Стил, К. Мередит). В ней синтезированы идеи и методы русских отечественных технологий коллективных и групповых способов обучения, а также сотрудничества, развивающего обучения, она является общепедагогической, надпредметной.

Технология РКМЧП представляет собой целостную систему, формирующую навыки работы с информацией в процессе чтения и письма. Она формирует базовые навыки человека, открытого информационного пространства, развивает качества гражданина открытого общества, включенного в межкультурное взаимодействие. Технология открыта для решения большого спектра проблем в образовательной сфере.

Анализ состояния изучаемой нами проблемы в педагогической теории и практике выявил педагогическое противоречие между способностью к обучению учащегося и его личностных качеств. Процесс решения данного противоречия очень прост. Нужно найти эффективные методы воздействия на обучаемого.

Высокая необходимость развития критического мышления у учащихся, выявила цель нашего исследования - теоретически обосновать эффективность использования технологии развития критического мышления на уроках географии.

Технология «Развитие критического мышления через чтение и письмо» (РКМЧП) разработана в конце XX в. в США (Ч. Темпл, Д. Стил, К. Мередит). В ней синтезированы идеи и методы русских отечественных технологий коллективных и групповых способов обучения, а также сотрудничества, развивающего обучения, она является общепедагогической, надпредметной.

Технология РКМЧП надпредметная, применима к любым программам и предмету. В основу технологии положен базовый дидактический цикл, состоящий из трех этапов (стадий).

Каждая фаза имеет свои цели и задачи, а также набор характерных приемов, направленных сначала на активизацию исследовательской, творческой деятельности, а потом на осмысление и приобретение знаний.

Первая стадия - «вызова», во время которой у учащихся активизируются имеющиеся ранее знания, пробуждается интерес к теме, определяются цели изучения предстоящего учебного материала.

Задача первой фазы урока (вызов) — не только активизировать, заинтересовать учащегося, мотивировать его на дальнейшую работу, но и «вызвать» уже имеющиеся знания, создать ассоциации по изучаемому вопросу, что станет активизирующим и мотивирующим фактором для дальнейшей работы.

Прием «Корзина идей, понятий, имен...»

Учитель выделяет ключевое понятие изучаемой темы и предлагает учащимся за определенное время выписать как можно больше слов или выражений, связанных, по их мнению, с предложенным понятием. Важно, чтобы школьники выписывали все, приходящие им на ум ассоциации. В результате, на доске формируется кластер (пучок), отражающий имеющиеся у учащихся знания по данной конкретной теме, что позволяет учителю диагностировать уровень подготовки классного коллектива, использовать полученную схему в качестве опоры при объяснении нового материала.

Вторая стадия «осмысление» - содержательная, в ходе которой происходит непосредственная работа ученика с текстом, причем работа направленная на осмысление. Процесс чтения сопровождается действием со стороны ученика (маркировка, составление таблиц, ведение дневника), которые позволяют отслеживать собственное понимание.

На фазе осмысления (реализации замысла) идет непосредственная работа с информацией. Важно, что приемы и методы технологии развития критического мышления позволяют сохранить активность ученика, сделать чтение или слушание осмысленным

Прием «Концептуальная таблица» - это педагогический метод, который направлен на создание сравнительной таблицы. Он учит учащихся рассматривать тему с разных сторон, анализировать и обобщать информацию. Данный метод — один из способов обучения учеников критическому осознанному мышлению, который формирует сравнительную систему суждений, способствует умению находить и анализировать отличительные признаки объектов.

Третья стадия «рефлексия» - размышления. На этом этапе ученик формирует личностное отношение к тексту и фиксирует его либо с помощью собственного текста, либо своей позиции в дискуссии. Именно здесь происходит активное переосмысление собственных представлений с учетом вновь приобретенных знаний.

Прием «Кластер» - это графическая форма организации информации, когда выделяются основные смысловые единицы, которые фиксируются в виде схемы с обозначением всех связей между ними. Он представляет собой изображение, способствующее систематизации и обобщению учебного материала. Кластер оформляется в виде грозди или модели планеты со спутниками. В центре располагается основное понятие, мысль, по сторонам обозначаются крупные смысловые единицы, соединенные с центральным понятием прямыми линиями. Это могут быть слова, словосочетания, предложения, выражающие идеи, мысли, факты, образы, ассоциации, касающиеся данной темы. И уже вокруг «спутников» центральной планеты могут находиться менее значительные смысловые единицы, более полно раскрывающие тему и расширяющие логические связи. Важно уметь конкретизировать категории, обосновывая их при помощи мнений и фактов, содержащихся в изучаемом материале.

Правила оформления кластера на уроке. В зависимости от способа организации урока, кластер может быть оформлен на доске, на отдельном листе или в тетради у каждого ученика при выполнении индивидуального задания. Составляя кластер, желательно использовать разноцветные мелки, карандаши, ручки, фломастеры. Это позволит выделить некоторые определенные моменты и нагляднее отобразить общую картину, упрощая процесс систематизации всей информации. На уроках естественнонаучной направленности можно использовать следующие методы для развития критического мышления у школьников.

Синквейны. Приём, позволяющий развивать способность излагать сложные идеи, чувства и представления в нескольких словах. Требуется вдумчивой рефлексии, основанной на богатом понятийном запасе. Слово «синквейн» происходит от французского слова, которое обозначает пять строк: 1. Существительное; 2. Два прилагательных; 3. Три глагола или деепричастия; 4. Фраза из четырех слов; 5. Синоним существительного.

Разбивка на кластеры. Кластеры - это графические систематизаторы, которые показывают несколько различных типов связей между объектами или явлениями. Это приём, который помогает моим учащимся, открыто думать по поводу какой-либо темы, стимулирует их размышления о связях между идеями. Учащимся предлагаю записать в центре слово, вокруг которого они фиксируют слова или предложения, связанные с темой, обозначенной этим словом.

Таким образом, использование технологии РКМ предполагает создание атмосферы сотрудничества в системе «Учитель – ученик - класс». Дает возможность ставить четкие воспитательные и образовательные задачи и оценивать эффективность работы по различным категориям. Использование приемов технологии РКМ, основанной на философско-социальной концепции «открытого общества», традициях «конструктивного» подхода в психологии; педагогических аспектах активизации познавательной деятельности учащихся. Данная технология позволяет создать такую обучающую среду, когда ученик не только исходит из своих особенностей, но и поставлен в такие

обстоятельства, что вынужден проявлять активность, действовать в условиях выбора, преодолевать возникшие затруднения; создает условия для обучения каждого учащегося в зоне его ближайшего развития, формирования коммуникативных умений и навыков, успешности и признания учащихся. Данная технология позволяет взглянуть на самого себя «изнутри» и «извне», сравнить себя с другими учащимися, оценить себя, выработать силу воли, так как, иногда действуя вопреки своим желаниям и интересам, ученик учится управлять собой, своими мыслями и разумно пользоваться речью; удовлетворяет свои потребности в самореализации, повышении статуса, в творчестве, общении, познании.

ВЛИЯНИЕ ПРАКТИЧЕСКИХ РАБОТ НА КАЧЕСТВО ЗНАНИЙ И РАЗВИТИЕ САМОСТОЯТЕЛЬНОСТИ УЧАЩИХСЯ

*Тораев Д., студент факультета естествознания
Научный руководитель – к.г.н., доцент Ф.Д. Теучеж*

Практическая работа оказывает значительное влияние на глубину и прочность знаний учащихся по предмету, на развитие их познавательных способностей, самостоятельности, на темп усвоения нового материала.

Организация выполнения учащимися разнообразных по дидактической цели и содержанию практических работ способствует развитию их познавательных и творческих способностей, развитию мышления и самостоятельности.

При тщательно продуманной методике проведения практических работ ускоряются темпы формирования у учащихся умений и навыков практического характера, а это в свою очередь оказывает положительное влияние на формирование познавательных умений и навыков.

С течением времени при систематической организации практических работ на уроках и сочетании ее с различными видами домашней работы по предмету у учащихся вырабатываются устойчивые навыки самостоятельной работы. В результате для выполнения примерно одинаковых по объему и степени трудности работ, учащиеся затрачивают значительно меньше времени по сравнению с учащимися таких классов, в которых практические работы совершенно не организуется или проводятся нерегулярно. Это позволяет постепенно наращивать темпы изучения программного материала, увеличить время на решение задач, выполнение экспериментальных работ и других видов работ творческого характера.

В настоящее время практические занятия не в полной мере реализуют свои функции, что связано прежде всего с недостаточной теоретической и методической разработанностью проблемы. Среди мотивов, побуждающих учащихся к самостоятельной работе, преобладают конкретные, прагматические: необходимость подготовки к практическому занятию, стремление избежать осложнений на уроке, экзамене.

Поэтому и возникла необходимость разработки настоящей модели, направленной на развитие самостоятельности и обеспечивающей реализацию вышеперечисленных функций и, прежде всего развитие самостоятельности как качества личности [1].

Рассмотрим некоторые модели развития самостоятельности на практических занятиях по географии, содержащая следующие компоненты:

- целевой;
- мотивационно-потребностный;
- содержательный;
- операционально-деятельностный;
- контрольный.

Целевой компонент

Главная цель представленной модели - развитие самостоятельности учащихся на практических занятиях по географии. Учитывая, что самостоятельность представляет собой интегративное качество, включающее такие компоненты, как умение, мотив, воля, выделим задачи:

1.Формирование положительной мотивации самостоятельной деятельности, стремления действовать самостоятельно.

2.Актуализация, активизация и совершенствование знаний, умений и навыков, позволяющих учащемуся чувствовать себя уверенно, реализовать свои возможности и быть готовым к самостоятельной деятельности.

3.Развитие волевого компонента самостоятельности посредством четкого осознания логики действий, как в процессе подготовки, так и в ходе непосредственного выполнения практической работы.

Прежде чем четко определить задачи, преследуемые составлением этой модели, необходимо уточнить основные цели и задачи географии в целом.

Обучение географии служит общим целям образования и воспитания личности: вооружить учащихся знаниями, необходимыми для их развития; готовить их к практической работе и продолжению образования, формировать научное мировоззрение.

Большее значение, на наш взгляд, приобретает второй компонент, связанный с формированием самостоятельности, умений и навыков самостоятельной работы.

Кроме того, ядро содержания образования в современном, быстро меняющемся мире должно включать не только необходимый комплекс знаний и идей, но и универсальные способы познания и практической деятельности. Только при этом условии можно достичь активизации познавательной деятельности. Выпускники любого учебного заведения должны понимать, в чем суть моделей природных объектов (процессов) и гипотез, как делаются теоретические выводы, как экспериментально проверять модели, гипотезы и теоретические выводы. Это требует отведения части учебного времени на практические формы занятий.

В связи с этим в данной модели мы рассматриваем развитие самостоятельности на практических занятиях по географии.

Мотивационно-потребностный компонент

Мотивационно-потребностный компонент представляет формирование потребности в осознанном изучении географии, интереса к географии, устойчивой мотивации овладения навыками самостоятельной деятельности, осознание личностного смысла полученных знаний.

Уже сама четко поставленная и принятая учащимся цель стимулирует положительную мотивацию в начале работы, а в дальнейшем является и важным регулятором самостоятельной деятельности.

Нами была разработана система заданий для самостоятельного выполнения в ходе практической работы, которые различаются по характеру познавательной деятельности, уровню самостоятельности, сложности, специфике компонентов практической деятельности.

Стимулирующее управление предусматривает активное воздействие на мотивационную сферу личности различными путями. Побуждают рациональная организация и задания, а также контроль.

В любом случае задания выполняют функцию управления и стимулируют учение, если они: нацеливают учащихся на осмысление узловых, жизненно важных вопросов; требуют от учащихся разнообразных умственных и практических действий, интеграции знаний; ориентируют учеников на творческое применение знаний; побуждают к использованию личных наблюдений, практического опыта, к проявлению инициативы; постепенно усложняются; учитывают индивидуально-типические особенности; понятно и четко формулируются, интересно и разнообразно предъявляются исполнителям.

Практическое занятие не должно быть топтанием на месте. Если ученики поймут, что все его обучающие возможности исчерпаны, то резко упадет уровень мотивации. Мы попытались организовать эти занятия так, чтобы учащиеся постоянно ощущали рост сложности выполняемых заданий, испытывали положительные эмоции от переживания собственного успеха в учении, были заняты напряженной творческой работой, поисками

правильных и точных решений. Большое значение имеют индивидуальный подход и продуктивное педагогическое общение. Обучаемые получают возможность раскрыть и проявить свой личностный потенциал. Поэтому при разработке заданий и плана занятий преподаватель должен учесть уровень подготовки и интересы учеников, выступая в роли консультанта и не подавляя самостоятельности и инициативы учеников.

Следует также помнить о том, что важное влияние на мотивацию школьника при организации самостоятельной работы, оказывает инструктаж преподавателя к заданиям. Он необходим для того, чтобы помочь учащемуся осмыслить содержание задания, требования учебной задачи и направлен на формирование ориентировочной основы действий. Ориентировочная основа действий - это система указаний о том, как выполнить действие.

Устное инструктирование - наиболее гибкий и универсальный метод подготовки учащихся к выполнению задания. Обращая внимание на цель работы и те конечные результаты, к которым должны прийти обучаемые, преподаватель выделяет лишь то, что помогает лучше раскрыть вопросы задачи, побуждающие к самостоятельному размышлению. Таким образом, ученики получают те ориентиры, на которые они опираются, выполняя задания. Тем самым, обосновывая свои требования, преподаватель приучает их в любой обстановке действовать правильно, избегая лишних проб и ошибок.

При выполнении практических заданий, которые требуют строгой последовательности действий, применяют также вариативные письменные инструкции.

Одним из стимулов предлагаемой нами работы может выступать тот факт, что полученный в ходе эксперимента результат может быть проверен либо путем теоретических расчетов, либо иным способом. В качестве другого стимула может выступать возможность предложить свой вариант проведения опыта и придумать к нему описание. Это позволяет проявить ученикам инициативу, повысить свою самооценку, побудить их к самостоятельной деятельности.

Кроме того, необходимы и специальные стимулы, главное назначение которых - создание положительной установки. Педагогическая инструментальность их может быть различной и зависит от конкретного содержания, эрудиции преподавателя и особенностей класса. Обратим внимание лишь на некоторые приемы:

1. В доступной форме преподаватель раскрывает практическую значимость знаний и умений, которыми будут овладевать учащиеся.

2. Учащимся сообщаются интересные факты, непосредственно связанные с изучаемой темой, содержащие элементы занимательности, парадоксальности и т. д.

Поскольку самостоятельная работа - важнейшая форма учебного процесса, следует акцентировать внимание учащихся на ее непосредственном влиянии на формирование мобильности, умение прогнозировать ситуацию и активно влиять на нее, самостоятельности оценок и т. д., с тем, чтобы ученики видели положительные результаты своего труда и, чтобы переживаемый ими успех в обучении способствовал трансформации опосредованного интереса в непосредственный. Нельзя преподавать, не обращая внимание на то, понимают ли ученики материал или нет. Если исходный уровень учащихся ниже ожидавшегося, необходимы корректировка программы и заданий на самостоятельную работу в том числе. Итак, преподаватель должен знать начальный уровень знаний и умений учащихся и познакомить их с целями обучения, средствами их достижения и средствами контроля [3].

Содержательный компонент

Следующим компонентом модели является содержание географической дисциплины. Содержание географии включает в себя следующие виды знаний:

- основные географические понятия;
- законы;
- теории;
- явления;

- факты;
- правила;
- свойства географических объектов;
- устройство и принцип действия отдельных географических приборов и т. д.

Операционально-деятельностный компонент

Характеризуя операционально-деятельностный компонент, необходимо отметить, что практические занятия ориентированы как на формирование специфических, так и общеучебных навыков.

Усиление активной умственной деятельности обучаемых в процессе их самостоятельной работы достигается при условии, если преподаватель планомерно организует эту работу и умело ею руководит.

В этом состоит самостоятельная работа учащихся при подготовке к данному занятию. Школьники пользуются при этом учебными пособиями, дополнительной литературой и прочими средствами.

Нельзя забывать о том, что работа по развитию умений и навыков самостоятельного умственного труда проводится в системе, основой которой является постепенное увеличение самостоятельности школьников, осуществляющееся путем усложнения заданий для самостоятельной работы и путем изменения роли и руководства учителя при выполнении учащимися этих заданий.

Постепенное нарастание трудности самостоятельной работы совершается в основном по трем направлениям: путем увеличения объема заданий и длительности самостоятельной работы учащихся; путем усложнения содержания задания, а вместе с тем мыслительных операций и приемов самостоятельной работы, которые необходимы для его решения; путем изменения способов инструктирования и постепенного уменьшения объема помощи со стороны преподавателя.

Преподаватель должен хорошо себе представлять, какие элементы могут затормозить или ускорить работу учеников, чего должны достичь учащиеся в результате работы. Это позволяет ему при проверке самостоятельной работы легко и быстро замечать неточности и ошибки в работе учащихся и с минимальной затратой времени обращать на них также внимание самих учеников. [1].

При подготовке преподавателем самостоятельной работы необходимо продумать, как предлагать обучающимся задание, как инструктировать их перед работой. Необходимо так строить процесс обучения, чтобы он предъявлял достаточно высокие требования к более подготовленным ученикам, обеспечивал их интеллектуальное развитие и в то же время создавал условия для успешного овладения знаниями и развития менее подготовленных учеников.

В нашей модели предполагается, что на само практическое занятие учащиеся приходят подготовленными. Эта подготовка проверяется преподавателем с помощью различных методов: индивидуальной беседы, просмотра письменных работ, опроса и т.п. В ходе данной проверки преподаватель решает, какие именно задания лучше выполнить данному ученику, выясняет на каком уровне сформирована познавательная и учебная деятельность данного ученика и в каком виде предъявить ему задания: с полным подробным описанием хода выполняемых действий, с указаниями к работе или только с целью работы [3].

Поскольку успех обучения в значительной степени зависит от направленности и внутренней активности обучаемых, характера их деятельности, то именно характер деятельности, степень самостоятельности и творчества и должны служить важным критерием выбора метода обучения.

Если проанализировать виды деятельности, которые используют учащиеся как в ходе подготовки к практическому занятию по географии, так и непосредственно на самом занятии, можно отметить следующее.

При подготовке к практическому занятию используются такие методы, как решение задач, работа с учебником и дополнительной литературой.

Непосредственно на самом занятии учащиеся проходят инструктаж, как устный (когда преподаватель поясняет выполнение работы), так и письменный (когда учащиеся выполняют работу по инструкции). Кроме того, используются такие словесные методы как беседа, объяснение, не исключена и дискуссия [3].

Контрольный компонент

В нашей модели используются следующие виды контроля:

1)предварительный. Сущность его заключается в том, что преподаватель проверяет подготовку учащихся к данному занятию. Это может осуществляться с помощью различных методов: беседа, индивидуальный или фронтальный опрос, проверка решения задач.

2)текущий (коррективный). Используется для стимулирования деятельности через коррекцию и направлен на то, чтобы поддержать ход мыслей ученика, обсудить возникающие вопросы, упростить или усложнить задание. Для него наиболее характерны такие методы: инструктаж, объяснение, беседа.

3)итоговый. Выражается в проверке преподавателем уровня усвоения данного материала. Применяются такие методы, как беседа, решение задач, анализ результатов, тестирование, индивидуальный или фронтальный опрос и т. п.

Выполняя задание, учащиеся независимо от возраста чаще всего испытывают потребность в руководстве учителя (преподавателя) на этапе решения учебной задачи. Это можно объяснить не только появлением затруднений. Активность, умственное и волевое напряжение проявляются не только в сосредоточенности, углубленности в работу, но и в потребности общения, направленного на обсуждение возникающих вопросов. Общение необходимо учащемуся для того, чтобы утвердиться в собственных поисках, своевременно получить подкрепление или же поделиться с товарищами своими находками. [5].

На этом же этапе часто обнаруживается необходимость для некоторых учащихся коррекции задания. Для одних они оказываются слишком просты, для других непосильны. Одни испытывают радость удаи, осознают потенциальные возможности, стремятся выполнить более сложные, интересные для них задания, другие теряют интерес к работе, веру в свои силы, но, не желая отставать от товарищей, готовы принять их помощь или помощь преподавателя. Особенностью коррективного контроля является также то, что он в большей степени, чем проверка в каких-либо других ситуациях, стимулирует деятельность, самоконтроль и самокоррекцию. Он необходим, чтобы "поддержать ход мыслей", усилия ученика. Слова "хорошо", "правильно", движение руки, кивок - действия-стимулы, в которых нуждается каждый учащийся [4].

Текущая коррекция необходима, если: учебная задача не соответствует возможностям учащегося; выбран неправильный или нерациональный способ ее решения; допущены ошибки в первых действиях.

Педагог должен вести наблюдение за последовательностью действий учащихся, просматривать записи и пометки. Отдельным учащимся он может указать на ошибки, рекомендовать другие приемы. В процессе выполнения работы творческого характера возникает потребность в дополнительном разъяснении и советах педагога.

Констатирующая проверка дает возможность установить, в какой мере результаты соответствуют цели, поставленной перед учащимися, насколько правомерна и целесообразна последовательность этапов работы. [2].

Предварительный (подготовительный) самоконтроль проводится до начала выполнения задания. Он необходим учащемуся для того, чтобы убедиться в правильности ориентиров: понять цель, учебную задачу, требования педагога. Внешнее выражение это находит в вопросах, обращенных к преподавателю, в просьбе разъяснить условия задачи, уточнить исходные данные и т.п.

Текущий (коррективный) самоконтроль осуществляется в процессе решения учебной задачи. Специфичными действиями этого вида самоконтроля являются слежение, сравнение промежуточных результатов с заданным эталоном, фиксация расходуемого времени и др.

Заключительный самоконтроль, осуществляемый после выполнения самостоятельной работы, протекает в более благоприятных условиях, поскольку он остается той главной и единственной задачей, на которой учащийся может сосредоточить свое внимание.

Таким образом в процессе подготовки и выполнения практических работ должны развиваться самостоятельность, познавательные и творческие способности личности, потребность в самообразовании, высокая культура труда.

ЛИТЕРАТУРА:

1. Барина И.И., Самостоятельные и практические работы по физической географии СССР. – М.: Просвещение, 1990, С. 95.
2. Вербицкий, А. Самостоятельная работа студентов: проблемы и опыт /А. Вербицкий, Попов Ю., Подлеснов, В., Андросюк, Е. //Высшее образование в России. – 1995. - №2. – с.137-145.
3. Жарова, Л.В. Учить самостоятельности: Кн. для учителя: Пособие для студентов пединститутов и учителей /Л. В. Жарова. – М.: Просвещение, 1993. – 203с.
4. Кошарный, А. С. Формирование интерактивной самостоятельности подростков: Автореферат кандидата педагогических наук /А. С. Кошарный. - Белгород, 1997. - 16с.
5. Пономарева, З.Ф. Воспитание самостоятельности подростка в общественной деятельности /З.Ф. Пономарева. //Развитие познавательной активности и самостоятельности учащихся. Выпуск 6. Научные труды. Том 212. – Куйбышев, 1978. – 86с.

ОРГАНИЗАЦИЯ ПРОЕКТНОЙ ДЕЯТЕЛЬНОСТИ ВО ВНЕУРОЧНОЙ РАБОТЕ ПО ХИМИИ

Уджуху Зухра,

студентка факультета естествознания

Научный руководитель – канд. пед. наук, доцент А.М. Шехмирзова

Изучение химии в школе способствует формированию мировоззрения учащихся и целостной картины мира, пониманию необходимости химического образования для решения повседневных жизненных проблем, воспитанию нравственного поведения в окружающей среде.

В то же время, в условиях резкого сокращения времени, отводимого на изучение химии при сохранении объема ее содержания, снижается интерес учащихся к предмету.

Для того, чтобы организовать процесс обучения так, чтобы учащиеся воспринимали химию как нужную и востребованную жизнью науку педагоги на уроках используют технологию проектного обучения. Технология проектного обучения рассматривается в системе личностно ориентированного.

Актуальность овладения основами проектирования обусловлена несколькими причинами: - Владение логикой и технологией проектной деятельности позволяет обучающимся эффективно осуществлять аналитические, организационные функции в социально-культурной сфере; - Проектные технологии обеспечивают конкурентоспособность обучающихся

В результате использования метода проектов на уроках, школьники учатся самостоятельно искать и анализировать информацию, обобщать и применять полученные ранее знания по предмету, приобретают самостоятельность, ответственность, формируют и развивают умения планировать и принимать решения. Учащиеся, занимающиеся проектно- исследовательской деятельностью, становятся более коммуникативными, уверенней чувствуют себя на уроках, учатся грамотно задавать вопросы.

Необходимость использования метода проектов находит отражение в различных государственных нормативных документах (ФЗ «Об образовании в РФ» от 29.12.2012 №273-ФЗ с изм. и доп., вступ. в силу с 24.07.2015; ФГОС ООО, в ред. Приказа Минобрнауки России от 29.12.2014 №1644). В соответствии с этими документами, программа развития универсальных учебных действий при получении основного общего образования должна быть направлена на формирование у обучающихся основ культуры исследовательской и проектной деятельности и навыков разработки, реализации и общественной презентации обучающимися результатов исследования, предметно и межпредметного учебного проекта, направленного на решение научной, лично или социально значимой проблемы.

Метод проектов связывали с идеями гуманистического направления в философии и образовании, разработанными американским философом и педагогом Дж.Дьюи, а также его учеником В. Х. Килпатриком (ст. «Метод проектов» 1918). В основе метода проектов ставили идею о направленности учебно-познавательной деятельности школьников на результат, который получается при решении той или иной практически или теоретически значимой проблемы. Развитие метода проектов в России связано с именами таких педагогов, как В. Н. Шульгин, М. Н. Крупенина, Б. В. Игнатъев, С. Т. Шацкий и др.

Все эти работы имеют важное теоретическое и практическое значение. В то же время многие вопросы, связанные с проблемой практического применения проектного метода как средства развития исследовательских умений школьников, еще остаются открытыми. В частности, открытым остается вопрос определения педагогических условий формирования исследовательских умений на уроках химии.

Одной из педагогических условий формирования исследовательских умений на уроках химии может выступать творческая деятельность. Творческий процесс характеризуется рядом внешних и внутренних, объективных и субъективных особенностей. К ним, помимо новизны и общественной значимости результата деятельности, относится различный характер мыслительной деятельности в различных фазах творческого процесса.

Анализ состояния изучаемой нами проблемы в педагогической теории и практике выявил педагогическое противоречие между потребностью современной школы в условиях реализации новых стандартов в развитии исследовательских умений школьников, и существующим уровнем применения метода проектов в практической педагогической деятельности.

Процесс разрешения данного противоречия неизбежно сопровождается поисками методов, способных выработать умение самостоятельно искать и анализировать информацию, обобщать и применять полученные ранее знания по предмету, помочь приобрести самостоятельность, ответственность, сформировать и развить умения планировать и принимать решения. Значимость указанного противоречия определила проблему нашего исследования — как эффективно организовать проектную деятельность во внеурочной работе по химии?

Исходя из важности данной проблемы, её недостаточной теоретической и практической разработки определена тема нашего исследования «Организация проектной деятельности во внеурочной работе по химии».

Цель исследования - теоретически обосновать эффективность организации проектной деятельности во внеурочной работе по химии.

Методы исследования: теоретические: - анализ и синтез философской, педагогической, психологической и методической литературы исследуемой проблемы; - анализ программ, учебных пособий, методических материалов по химии; - сравнение; - метод моделирования; эмпирические: - педагогический эксперимент; - анкетирование; - метод изучения и обобщения передового практического опыта; - метод изучения продуктов деятельности учащихся.

Учебный проект понимается как специально организованный педагогом и

самостоятельно выполняемый обучающимися комплекс действий по решению значимой для учащихся проблемы, завершающихся созданием творческого продукта.

Главная идея проектно-исследовательской деятельности заключается в развитии познавательных интересов обучающихся, умений самостоятельно конструировать свои знания и ориентироваться в информационном пространстве, воспитание творческой личности и развитие критического мышления.

Существуют различные подходы к классификации проектов: - по характеру доминирующей в проекте деятельности; - по характеру координации; - по продолжительности проведения; - в зависимости от учебных дисциплин, в рамках которых разрабатывается проект; - по количеству участников. Применение того или иного вида проекта - исследовательские, творческие, ролево-игровые, информационные, практико-ориентированные, краткосрочные, среднесрочные, долгосрочные, индивидуальные, парные, групповые и т.д. – определяется его возможностями, особенностями и дидактическими задачами.

Организация проектной деятельности состоит из нескольких этапов: 1. Знакомство обучающихся с правилами и основами проектной деятельности, с требованиями, предъявленными к проектам; 2. Формирование интереса к работе через знакомство с уже выполненными проектами. 3. Предложение примерных тем проектов; 4. Анализ ситуации и выявление проблем; 5. Анализ целей; 6. Анализ ресурсов; 7. Определение логики деятельности; 8. Указание допущений и факторов риска; 9. Определение показателей измерения результативности (эффективности); 10. Составление графика мероприятий, их продолжительности; 11. Составление плана расходов.

Анализируемые знания по химии закрепляются, углубляются, расширяются в процессе работы над проектом. Во внеурочное время проектная деятельность учеников может быть представлена на научно-практических конференциях разного уровня. Но при преподавании химии не на каждом уроке создание проекта позволяет добиться значимых результатов. Существуют темы, например, «строение атома» или «химическая связь», где метод проектов практически не применим. Хорошие результаты дает применение метода проектов при изучении различных веществ. Например, проекты по темам «Нитраты в продуктах питания», «Глюкоза», «Основания», «Пероксид водорода», «Химия в быту (спички, карандаши, фосфаты)».

Таким образом, в основе проектной деятельности лежит развитие познавательных навыков учащихся, умений самостоятельно конструировать свои знания, ориентироваться в информационном пространстве, развитие критического мышления.

ПРОЕКТНАЯ ДЕЯТЕЛЬНОСТЬ НА УРОКАХ ГЕОГРАФИИ КАК СРЕДСТВО РАЗВИТИЯ ИССЛЕДОВАТЕЛЬСКИХ УМЕНИЙ ШКОЛЬНИКОВ

*Устюжанина Анастасия,
студентка факультета естествознания*

Научный руководитель – канд. пед. наук, доцент А.М. Шехмирзова

Происходящие в последние годы изменения в системе российского общего образования в контексте стандартов нового поколения определили необходимость повышения качества подготовки обучающихся посредством обновления типологии урока и развитием креативного мышления у школьников.

Изучение урока открытия нового знания, с помощью которого развивается креативное мышление становится все более актуальной проблемой школы. В результате с помощью креативного мышления на уроках открытия новых знаний, школьники учатся самостоятельно искать и анализировать информацию, ставить цели и задачи, обобщать и применять полученные ранее знания по предмету.

Необходимость решения этой проблемы находит отражение в различных государственных нормативных документах (ФЗ «Об образовании в РФ» от 29.12.2012 № 273-ФЗ с изм. и доп., вступ. в силу с 24.07.2015; ФГОС ООО, в ред. Приказа Минобрнауки

России от 29.12.2014 № 1644).

В настоящее время достаточно обосновано положение, что креативное мышление является неременной составляющей каждого школьника. Концепция креативности как универсальной познавательной творческой способности приобрела популярность после выхода в свет работ Дж. Гилфорда. Дж. Гилфорд указал на принципиальное различие между двумя типами мыслительных операций: конвергенцией и дивергенцией.

Для определения уровня креативности Дж. Гилфорд выделил 16 гипотетических интеллектуальных способностей, характеризующих креативность. Среди их: беглость мысли, гибкость мысли, оригинальность, любознательность, способность к разработке гипотезы, ирреальность, фантастичность, способность усовершенствовать объект, добавляя детали. Многие исследования показали, что мотивация достижений, соревновательная мотивация и мотивация социального одобрения блокируют самоактуализацию личности, затрудняют проявление ее креативных возможностей. Для проявления креативности необходима соответствующая творческая среда. Таким образом, единственным плодотворным путем развития творческого мышления становится максимально полное раскрытие потенциальных возможностей, природных задатков, и учитель должен создать такую полноценно развивающуюся деятельность для учащихся, чтобы потенциал не остался не востребованным.

Все эти работы имеют важное теоретическое и практическое значение. В то же время многие вопросы, связанные с проблемой развития креативного мышления у школьников, еще остаются открытыми. В частности, открытым остается вопрос развития креативного мышления на уроках открытия новых знаний по химии.

Анализ состояния изучаемой нами проблемы в педагогической теории и практике выявил социально-педагогические противоречия между потребностью в подготовке конкурентоспособного подрастающего поколения с креативным мышлением, способного к самообразованию и не умением школьников превращать информацию в знания. Данное противоречие обусловило выбор темы исследования - «Развитие креативного мышления обучающегося на уроках открытия новых знаний по химии».

Целью исследования стало теоретическое обоснование возможности развития креативного мышления обучающихся 8 классов на уроках открытия новых знаний по химии.

В процессе теоретического исследования проблемы нами были использованы следующие методы исследования; - анализ информационных ресурсов сети Интернет по теме исследования; изучение и обобщение передового педагогического опыта учителей химии по развитию креативного мышления на уроках открытия новых знаний.

Многие считают, что «креативность» и «творчество» – это синонимы. Такое мнение глубоко ошибочно. Творчество – это вдохновение автора, его способности. Креативный человек, создавая свой продукт, уже изначально знает, зачем он его создает, кому он пригодится, как его нужно сделать и что именно необходимо для этого. Существуют различные определения креативности, но в своей работе я придерживаюсь данного определения. Креативное мышление-это способ человека нестандартно решать стоящие перед ним задачи и находить новые, более эффективные пути достижения своих целей.

Основные требования и методы ФГОС к современному уроку изменились. Теперь знания не преподносятся в готовом виде. Теперь важен деятельностной подход: не рассказать, а показать и создать условия для самостоятельного творческого изучения. Так как традиционный тип урока менее эффективно развивает творческие качества в соответствии с требования нового стандарта и не способен решить всех задач, то по такому принципу строится новая типология уроков. Современный стандарт предполагает 5 типов урока. Рассмотрим подробнее: как конструировать урок, который по ФГОС называется уроком открытия нового знания. Какие цели важно выделить, какие этапы нужно соблюсти и как с помощью этого типа можно развить креативное мышление.

Данный тип урока ориентирован на реализацию двух целей: 1) Деятельностная цель: формирование у учащихся умений реализовать новых способов действия; 2) Содержательная цель: расширение понятийной базы за счет включения в нее новых элементов.

Алгоритм конструирования урока открытия нового знания включает в себя 12 пунктов: от выделения и формулировки нового знания до внесения при необходимости коррективы в план конспекта. Урок ОНЗ имеет свою структуру. Основной целью для 1 этапа является выработка на личностно значимом уровне внутренней готовности выполнения нормативных требований учебной деятельности, для второго этапа подготовка мышления учащихся и организация осознания ими внутренней потребности к построению учебных действий организовать фиксирование каждым из них индивидуального затруднения в пробном действии, для третьего осознание того, в чем именно состоит недостаточность их знаний, умений или способностей, для четвертого постановка целей учебной деятельности и на этой основе- выбор способа и средств их реализации, для пятого построение учащимися нового способа действий и формирование умений его применять как при решении задачи, вызвавшей затруднение, так и при решении задач такого класса или типа вообще, для шестого усвоение учащимися нового способа действия при решении типовых задач, седьмого интериоризация нового способа действия и исполнительская рефлексия (коллективная и индивидуальная) достижения цели пробного учебного действия, применение нового знание в типовых заданиях, восьмого повторение и закрепление ранее изученного и подготовка к изучению следующих разделов курса, выявление границы применимости нового знания и научить использовать его в системе изученных ранее знаний, повторить учебное содержание, необходимое для обеспечения содержательной непрерывности, включение нового способа действий в систему знаний, девятого самооценка учащимися результатов своей учебной деятельности, осознание метода построения и границ применения нового способа действия.

Химия как никакой другой школьный предмет создаёт все необходимые условия для развития творческого воображения и мышления. Структура креативного урока по схеме целостной системы многоуровневого непрерывного креативного образования НФТМ-ТРИЗ М. М. Зиновкиной отличается от традиционного урока и включает в себя блоки, реализующие цели занятия, адекватные целям креативного образования в целом. Приведем пример реализации блоков учителями-новаторами, раскрывая на конкретном уроке химии в 8 классе по теме: «Кислоты». Здесь структуру креативного урока можно предстаить 8 блоками, каждый элемент которой значим для развития креативного мышления. Реализация всех составных элементов на уроке химии в системе позволяет развить у учащихся: умение анализировать проблемные ситуации; умение выдвигать альтернативные гипотезы решения проблемных ситуаций; умение разрешать противоречия; умение создавать творческие задания. Реализуя все эти 8 элементов можно использовать специальные приемы, которые характерны для урока ОНЗ. На уроке открытия нового знания по химии учитель вовлекает учеников в процесс обучения, в процесс постановки целей урока и его темы, поэтому усвояемость материала становится максимальной, за счет этого формируют универсальные учебные действия, способствуют развитию креативного мышления школьников.

Таким образом, за счет обновления содержания творческих задач, методов, технологий, приемов учителям химии удастся максимально развить креативное мышление обучающихся на уроках открытия новых знаний по химии.

ФОРМИРОВАНИЕ ИНФОРМАЦИОННОЙ КУЛЬТУРЫ У ОБУЧАЮЩИХСЯ ПРИ ИЗУЧЕНИИ ШКОЛЬНОГО КУРСА ГЕОГРАФИИ

*Устьян Анна, студентка факультета естествознания
Научный руководитель- Ф.В. Тугуз, доцент кафедры географии*

В условиях перехода к информационному обществу одной из наиболее значимых проблем является формирование информационной культуры у обучающихся. Современные школьники находятся в интенсивном информационном потоке и испытывают определенные трудности с пониманием и использованием информации. Для комфортного существования в современном информационном мире ученик, будущий выпускник школы, должен овладеть следующими знаниями, умениями и навыками: добывать, понимать, систематизировать, анализировать, интерпретировать, представлять информацию и использовать ее в своей практической деятельности.

Исторический подход к пониманию информационной культуры наиболее полно представлен в работах К.К. Колина, А.И. Ракитова, Э.П. Семенюка. С философских позиций информационную культуру анализирует А.П. Суханов. В работах М.Г. Вохрышевой, Э.П. Семенюка, А.П. Суханова информационная культура рассматривается с позиций ее значения для существования и развития общества. Ю.С.Зубов и Н.А. Сляднева исследуют информационную культуру в разрезе микропроцессов, происходящих в настоящее время в обществе. В начале 1980-х годов И. Я. Лернер предпринимает попытку описать понятие «информационная культура» с педагогической точки зрения. Н. М. Розенберг рассматривает информационную культуру в контексте содержания общего образования.

Проблемы формирования информационной культуры обучающихся в последние двадцать лет достаточно активно изучаются. Изучением информационной культуры обучающихся занимались Н. И. Гендина, Л. И. Лазарева, С. М. Конюшенко и др.

Как показал анализ научно-методической литературы, на сегодняшний день в психолого-педагогической науке проблема формирования информационной культуры обучающихся остается актуальной. Необходимость уточнения сущности понятия «информационная культура», определение методов и средств организации педагогического процесса, направленного на формирование у личности качеств, необходимых для соответствия требованиям современного информационного общества определило выбор темы нашего исследования.

География как школьный предмет обладает большой информационной насыщенностью и связан с информацией географического, этнокультурного, экологического и др. содержания, его задачей является обучение детей работать с различными источниками информации. Такого рода работы как презентации, электронные учебники и энциклопедии, интерактивные карты, ресурсы интернет которые способствуют индивидуализации процесса обучения, становлению информационных знаний и умений и развитию информационной культуры школьников, расширяют каналы получения информации, возможности неоднократного доступа, одновременного использования нескольких каналов восприятия, что позволяет обучаемым получить опыт аудиального, визуального, аудиовизуального, и других способов получения информации. Возможности одновременного использования различных каналов восприятия информации усиливает внимание обучаемого на излагаемый материал, позволяет интенсифицировать процесс и качество обучения, повысить мобильность обучаемого при восприятии информации, представленной в разных формах.

Для того чтобы обучить учащихся работать с источниками информации, способствовать формированию у школьников информационной культуры, важная задача учителя географии - использовать такие приёмы и методы организации деятельности обучающихся, чтобы работа с ней была наиболее эффективной.

Использование различных источников информации и соответствующих приёмов и методов требует от учителя учёта психологических особенностей обучающихся, так как эффективность формирования элементов информационной культуры для каждого возраста специфична.

Чтобы обеспечить всестороннее развитие школьников, формировать и развивать у обучающихся информационную культуру необходимо организовать их участие в

разнообразных видах деятельности и постепенно расширяющихся отношений - от отношений в классе и до включения в общественную жизнь.

Школьный курс географии теоретически и практически приближен к жизни и потребностям учащихся, что позволяет на основе познавательного интереса школьников к предмету сформировать систему работы по овладению навыками информационной культуры в учебной и внеучебной деятельности.

На наш взгляд необходимо на уроках отводить максимально возможное время на самостоятельную работу учащихся – «учение через деятельность», используя разнообразные приёмы и методы обучения и самостоятельной работы учащихся. Ниже остановимся на описании некоторых из них.

1. Метод проектов активно развивает все компоненты информационной культуры (поиск информации, предметно-аналитическая деятельность, перекодировка информации, хранение информации).

2. Медиаобразование. Работа с материалами периодической печати всегда планировалась в обучении географии, поскольку содержание школьного курса географии изменяется и дополняется в связи с постоянно меняющимися политической, социально-экономической ситуациями в странах и регионах мира.

3. Самостоятельный поиск информации, используя средства массовой информации и библиотеку школы как информационный центр.

4. Создание альтернативной ситуации. Суть этого приема заключается в следующем. Искусственно создается ситуация (на уроке, во время разнообразных внеклассных и внешкольных мероприятий), разрешить которую можно разными способами. Выбор способа остается за учеником, но при этом он должен обосновать свои действия. Наиболее часто этот методический прием используется при подготовке к проведению предметных недель, тематических географических вечеров.

5. Обсуждение прочитанного в газетах и журналах.

6. Подготовка собственной информации с использованием разных носителей.

7. Информационные технологии: слайд - лекции, электронные таблицы Excel, мультимедийные издания (справочники, энциклопедии и др.), мультимедийные учебники, интерактивные карты.

8. Работа с текстом – важный метод работы учителя по развитию критического мышления учащихся.

Главная задача учителя - определить наиболее эффективные приёмы и методы для обучения и воспитания школьников. Его задача теперь - не просто говорить, но также научить детей систематизировать ту информацию, которую они получают как в школе, так и вне ее. Это требует совершенно иных принципов организации учебно-воспитательных мероприятий, неизбежного отказа от авторитарности, демократизации отношений между всеми участниками педагогического процесса, пересмотра критериев и методов оценки деятельности учащихся.

Результаты проведенного нами исследования позволяют сделать вывод о том, что формирование информационной культуры на уроках географии обеспечивает особый тип мышления учащихся, глубину убеждений, прочность усвоения знаний и творческое их применение в практической деятельности. Кроме того, данная методика способствует формированию мотивации достижения успеха, развивает мыслительные способности обучающихся.

СРАВНИТЕЛЬНЫЙ АНАЛИЗ СОДЕРЖАНИЯ ШКОЛЬНЫХ УЧЕБНИКОВ ПО БИОЛОГИИ РАЗДЕЛ «РАСТЕНИЯ. ГРИБЫ. БАКТЕРИИ» РОССИИ И ТУРКМЕНИСТАНА

Хазраткулова Г., студентка 5 курса факультета естествознания АГУ

Научный руководитель: Кабаян О.С.

Туркменистан - независимое развивающееся государство в Центральноазиатском

регионе. В стране проживают представители более ста национальностей [4]. Туркменистан приобрел независимость 27 октября 1991 г. В первые годы независимости в Туркменистане была принята экономическая программа «10 лет стабильности», которая включала такие целевые национальные программы, как «Зерно», «Здоровье», «Образование», «Новое село» и т. д.

В июне 2004 г. Министерством образования Туркменистана был издан приказ, согласно которому были признаны недействительными все дипломы об окончании вузов, полученные за рубежом после 1993 г., и уволены лица, имеющие такие дипломы, с должностей государственной службы. Страна стала испытывать острую нехватку квалифицированных кадров среднего и высшего звена во всех отраслях экономики и во всех сферах государственного управления, в том числе и в образовании.

С приходом к власти президента республики Гурбангулы Бердымухамедова в Туркмении была провозглашена новая реформа образования. Интеграция Туркменистана в систему международных экономических отношений, индустриализация страны потребовали от руководства страны обеспечения всех сегментов экономики специалистами высокой квалификации. Сфера образования стала важнейшим приоритетом государственной политики, сферой интеграции общенациональных интересов и интересов каждого гражданина.

В настоящее время система образования Туркменистана включает [4]:

- дошкольное образование;
- общее среднее образование;
- профессиональное образование.

Начиная с 2013—2014 учебного года, было введено двенадцатилетнее общее среднее образование [3]. Переход в средних школах республики на двенадцатилетнее обучение осуществляется с целью дальнейшего совершенствования деятельности общеобразовательных средних школ и обеспечения соответствия качества предоставляемых в них образовательных услуг мировому уровню.

В системе общего среднего образования в соответствии с Указом «Об улучшении системы образования Туркменистана» с 1 сентября 2007/08 учебного года был восстановлен 10-летний срок обучения. Начиная с 2013—2014 учебного года, было введено двенадцатилетнее общее среднее образование. При этом в школьную программу вводят новые предметы, в частности экология, мировая культура, информационно-коммуникационные и инновационные технологии, моделирование и графика[4].

Переход на двенадцатилетнее среднее образование определяет необходимость увеличения численности педагогов.

Современной тенденцией является и то, что в настоящее время юноши и девушки Туркменистана имеют возможность обучаться не только в своей стране, но и в ведущих высших школах мира.

Таким образом, в Туркменистане в последние годы активизировались реформы в системе профессионального образования, за короткий период увеличился охват молодежи профессиональным обучением, в том числе и за рубежом.

Обучаясь в Адыгейском госуниверситете, и анализируя программы и содержание учебников по биологии России, мы поставили цель сравнить содержание учебников двух стран.

Анализ содержания учебников из двух стран проводили исходя из содержания двух частей: инвариантной и вариативной. Инвариантная часть – это часть, которая обозначает обязательную часть основного материала и помогает обеспечить единство образовательного пространства и культурного развития не только в одной стране, но и в разных странах, и в условиях многообразия учебных заведений. Вариативная часть предполагает акцентирование внимания на региональном материале, в соответствии с особенностями региона.

Анализируемый российский учебник по биологии посвящен изучению растений,

бактерий, грибов, лишайников (авт. Пономарева И. Н., Корнилова О.А., Кучменко В.С.)[3].

Учебник красочно оформлен, в нем много дополнительного материала, что делает его интересным для прочтения. Очень важным является то, что его авторы значительное внимание уделяют эволюционному аспекту.

Анализируемые учебники туркменских авторов [1,2] содержат основные темы инвариативной части. В них представлены разделы: Основные отделы растений, Разнообразие покрытосеменных, сельскохозяйственные растения, развитие растительного мира, растения и окружающая среда, бактерии, грибы, лишайники.

В учебниках много красочных иллюстраций занимательных фактов для любопытных учеников. Следует отметить, что вариативная часть представлена достаточно разнообразно. В содержании присутствует материал по темам: дикорастущие, лекарственные, пищевые, эфирно-масличные и редкие растения Туркменистана.

В основе концепции анализируемых учебников — системно-структурный подход к изучению биологии: формирование биологических и экологических понятий через установление общих признаков жизни.

Темы излагаются последовательно.

ЛИТЕРАТУРА:

1.Кертиков Х. и др. Биология. Растения. Бактерии. Грибы. Лишайники. Пробный учебник для 6 класса с русским языком обучения общеобразовательных средних школ. – А.: Туркменская государственная служба. 2013

2.Kertikow H. we basg. Biologiya (Öümlükler ,bakteriyalark, komelekler lisaynikler). Orta mekdeplerin VI synpy ucun okuw kitaby.-A.Turkmen dowlet nesiryat gullugy 2012

3.Пономарева И.Н., Корнилова О.А., Кучменко В.С. Биология: Растения. Бактерии.Грибы. Лишайники: учебник для 6 класса общеобразовательной школы/ под ред проф. И.Н. Пономаревой. – М.: Вентана-Графф, 2012

4.Официальный сайт Министерства Иностранных Дел Туркменистана [The official website of the Ministry of Foreign Affairs of Turkmenistan]. URL: <http://mfa.gov.tm/ru/turkmenistan-ru/genral> (дата обращения: 16.10.2019)

ИСПОЛЬЗОВАНИЕ УЧЕБНЫХ КАРТОГРАФИЧЕСКИХ ПОСОБИЙ В ПРОЦЕССЕ ИЗУЧЕНИЯ ШКОЛЬНОГО КУРСА ГЕОГРАФИИ

Хайруллаев Керимджан, студент 5 курса факультета естествознания

Научный руководитель- Ф.В. Тугуз, доцент кафедры географии

Использование картографических пособий - один из важнейших принципов преподавания географии. Без наглядности нельзя добиться повышения эффективности преподавания этой дисциплины в школе.

При применении картографических пособий учебный процесс становится более разнообразным и интересным, облегчается понимание и усвоение трудных и сложных закономерностей. Развивается логическая последовательность мышления, воображение, наблюдательность, повышается интерес к изучаемому материалу, активизируется познавательная деятельность учащихся.

Роль картографических пособий различна на отдельных этапах обучения. Она меняется в зависимости от возраста обучающихся и содержания географической дисциплины или раздела школьной программы.

Развитию использования картографических пособий, их роли и месту в методике обучения географии всегда уделялось много внимания. Этой проблеме были посвящены работы Ю.Г. Барышевой, М.Б. Вестицкого, В.П. Голова, И.И. Дриги, Г.И. Рах. В этих работах отмечаются широкие педагогические возможности применения картографических пособий, рассматриваются его особенности и значение как средства учебно-воспитательной деятельности.

Вместе с тем, несмотря на активное внедрение в учебный процесс современных

картографических пособий, разработку разнообразных картографических средств учебного назначения для преподавания географии, необходимо отметить отсутствие достаточного числа методических рекомендаций по их применению.

Во многих исследованиях, подчеркивается, например, в труде Занкова Л. В. «Дидактика и жизнь», что учителя недооценивают роль картографических средств обучения, не связывают выбор средств обучения с целями урока, содержанием обучения, особенностями учащихся.

Так как школьная география изучает реальные объекты и явления, пространственно-территориальные и классификационные системы, в основу классификации средств обучения может быть положено деление их по способу изображения и отображения географических объектов и явлений (Таблица 1.)

Таблица 1.

Классификации средств обучения по их по способу изображения и отображения географических объектов и явлений.

1. Натуральные объекты:	а) природные объекты и предметы хозяйственной деятельности человека, изучаемые в классе (коллекции, гербарии ...); б) природные и хозяйственные объекты в их естественной среде, изучаемые на экскурсиях (растительность, почвы, промышленные и с/х предприятия...).	служат образованию непосредственных представлений об изучаемых предметах и явлениях, их свойствах, связях, отношениях.
2. Воспроизведение натуральных географических объектов и явлений.	а) объемные модели (форм поверхности, хоз. объектов ...); б) иллюстративные плоскостные пособия (картины, рисунки, портреты, диапозитивы, кинофильмы и кинофрагменты).	воспроизводят образы соответствующих объектов, явлений, служат формированию конкретных представлений о хозяйственных и природных объектах.
3. Описание предметов и явлений символами:	а) вербальные пособия (учебники, справочники, тетради на печатной основе, текстовые таблицы); б) картографические пособия (настенные, настольные и контурные карты, атласы, карты-транспаранты, карты-схемы и ...); в) графические схематические пособия (схемы структурные, классификационные, связей и взаимосвязей природных и экономических объектов и явлений); г) графические статистические пособия (графики, диаграммы).	служат развитию воображения. Они раскрывают сущность и структуру объектов и явлений, особенности их пространственно-территориального разделения. Эти пособия помогают приобретению теоретических знаний.

<p>средства, необходимые для воспроизведения и анализа географических объектов и явлений.</p>	<p>Это приборы и инструменты, предназначенные для измерительных работ местности и в классе, определения количественных и качественных показателей явлений природы, картометрических работ, воспроизведения годового и суточного движения Земли.</p>	<p>Служат формированию умений работы с инструментами и приборами, выполнению наблюдений, фиксации и обработки материалов. Так как использование приборов и инструментов требует анализа полученных материалов, работа с ними является условием формирования географического мышления учащихся.</p>
---	---	--

Средства преподавания имеют существенное значение для реализации информационной и управляющей функции учителя. Они помогают возбудить и поддерживать познавательные интересы учащихся, улучшают наглядность учебного материала, делают его более доступным, обеспечивают более точную и полную информацию об изучаемом явлении, интенсифицируют самостоятельную работу и позволяют вести ее в индивидуальном темпе. Их можно разделить на средства объяснения нового материала, средства закрепления и повторения и средства контроля.

При работе с картами следует учесть, что учащимся бывает сложно соотнести общую и тематическую карты. Поэтому на уроке в начале изучения темы следует иметь две карты, показывающие местоположение того или иного объекта (государства) на общей карте, например карте мира, а потом уже на тематической. Применение карт целесообразно с использованием разных видов наглядности, например приложений [8].

В старших классах карта выполняет роль источника географических знаний, поэтому и задания учащимся должны иметь более глубокий, аналитический характер. Целесообразно применение проблемных заданий по карте.

Выделены основные методические условия по применению в процессе обучения учебных картографических пособий :

- логика построения урока;
- методы изложения материала;
- конкретные методические приемы предъявления информации;
- системность использования учебных картографических пособий.

Таким образом, картографические знания и умения являются составной частью географического знания учеников. Принцип наглядности обучения - это ориентация на использование в процессе обучения разнообразных средств наглядного представления соответствующей учебной информации. Необходимость классификации средств обучения обусловлена тем, что от их типологических особенностей зависит использование в учебном процессе.

Сложный процесс формирования картографических знаний требует от учителя качественной предметной подготовки, творческого отношения к организации работы с картой и другими видами условной наглядности. Важным требованием к уроку является умение учителя обеспечить мотивацию учения, т.е. вызвать у учащихся интерес к содержанию и методам работы, создать на занятии творческую, эмоциональную атмосферу.

Только при таких условиях можно добиться достижения уровня программных требований.

ФОРМИРОВАНИЕ ПРЕДСТАВЛЕНИЙ ОБ ЭКОЛОГИЧЕСКИХ ПОНЯТИЯХ В ГЕОГРАФИЧЕСКОЙ НАУКЕ КАК УСЛОВИЕ АКТИВИЗАЦИИ ПОЗНАВАТЕЛЬНОГО ИНТЕРЕСА ОБУЧАЮЩИХСЯ

*Б.Б. Худайкулов, студент 5 курса факультета естествознания
Научный руководитель – Т.Н. Мельникова, доцент, к.г.н.*

В школьном курсе географии при изучении экологических понятий нельзя ограничиться знанием только фактического материала, требуемого программой. Обучающиеся должны не только иметь представление об экологических явлениях и процессах, но и уметь объяснить их, не только знать происходящие экологические изменения в природе в разных частях света, России, отдельных районах страны, но и понимать, почему на изучаемой территории происходят именно такие изменения в климате, почве, растительности и т.д.

В результате восприятия объектов и явлений образуются географические представления. На основе их осмысливания формируются географические и экологические понятия. Все этапы усвоения знаний составляют единый процесс, формирование понятий опирается на соответствующие представления. Понятия, в свою очередь, обогащают эти представления. Умения и навыки вырабатываются на основе знаний и в то же время способствуют их закреплению.

В учебном процессе первый этап по усвоению знаний - *формирование представлений*. Экологические представления - это чувственно-наглядные образы объектов и явлений (мысленные картины), отражающие их внешние признаки. Представления - одна из форм отражения окружающего нас мира. Представления - часть знаний; они необходимы для формирования понятий. Представления имеют воспитательное значение, на их основе развивается воображение обучающихся, воспитываются эстетические чувства.

Экологические представления разделяются на общие и единичные (по степени обобщения).

Общие представления - обобщенный образ группы сходных предметов - горы, озеро, лес, город, или явлений - гроза, ливень, извержение вулкана. Они включают существенные внешние признаки всех однородных объектов и явлений.

Единичные представления - это образы конкретных географических и экологических объектов. Единичное представление по отношению к явлениям – выброс газа в атмосферу в определенном месте, такой-то тайфун и т. д. - имеет подсобное значение для конкретизации общего представления об этих явлениях. Каждое единичное представление, связано с общим, конкретное проявление общего имеет общие признаки со всеми однородными объектами.

Формирование представлений - первая ступень познания. На ней раскрывается только внешняя сторона предметов и явлений. Ощущения и восприятия не отражают внутреннюю сущность явлений. На основе непосредственного или опосредованного восприятия нельзя узнать, из каких пород сложены равнины и горы, как образуются атмосферные осадки, ветер и т. д. Для этого нужно проникнуть в сущность явлений, выяснить взаимосвязь между явлениями и объектами: требуется осмысливание восприятий («от живого созерцания к абстрактному мышлению...»). В результате осмысливания формируются понятия.

Вторая ступень познания - это *формирование понятий*. Понятие - мысленное отражение существенных свойств (признаков) объектов (предметов) или явлений, внутренних связей между признаками. Понять - это значит проникнуть вглубь предметов, явлений, процессов, совершающихся в природе и в обществе. Понимание включает знание практического значения изучения объектов и явлений (понятий). Для чего нужны знания о форме и движениях Земли, о климатообразующих факторах и т. д.

Раскрытие практического значения знаний, получаемых на уроках географии, способствует более глубокому усвоению основ наук, усилению политехнической

направленности и трудового воспитания. Учащиеся должны убедиться, что знание законов природы, изучаемых в школьном курсе географии, необходимо для рационального использования природных ресурсов, для охраны окружающей среды. Оно возможно лишь с учетом всего комплекса природных условий, на основе знаний законов природы и в соответствии с ними.

Экологические понятия, как и представления, подразделяются на общие и единичные. Общие понятия отражают существенные признаки класса, рода и вида однородных предметов (понятие озеро - отражает существенные признаки всех озер) или явлений - землетрясение, климат. Общие понятия разделяются на конкретные, отвлеченные и абстрактные.

Понятие - основная единица географических и экологических знаний. Работа по формированию понятий - главная задача школьного курса географии. Познавательной целью каждой темы, каждого урока должны быть - формирование новых понятий или углубление уже имеющихся. Качество знаний обучающихся, их научный уровень в значительной степени определяются количеством усвоенных понятий, глубиной их усвоения, системой понятий. На основе работы по усвоению понятий формируется научное мировоззрение учащихся.

Работа по формированию понятий способствует развитию мышления обучающихся. Работа над понятиями повышает интерес учащихся к изучению географии, помогает перенести центр тяжести в обучении с запоминания на мышление.

В системе знаний общие понятия имеют наиболее важное, основополагающее значение, поскольку они являются опорными для формирования единичных. Из этого следует важность усвоения понятий в школьном курсе географии. Не усвоив общих понятий, таких как «климат», «климатообразующие факторы», невозможно формировать понятие о климате какой-либо территории и явлениях происходящих в атмосфере. То же самое можно сказать о рельефе, почвах и других компонентах природных условий.

Формирование понятия опирается на уже имеющиеся у обучающихся знания (опорные знания), на основании которых ведется поиск признаков изучаемого явления и его причинно-следственных связей с другими явлениями. Для этого требуется выяснить, что учащимся уже известно о явлениях или объектах, которые предстоит изучить, в том числе из знаний по географии.

Выявление опорных знаний чаще всего проводится в ходе беседы, изредка могут быть даны для этой цели короткие письменные работы. Если учащиеся не имеют опорных знаний для формирования того или иного понятия, им остается заучить определение понятия, прочитанное в учебнике или продиктованное учителем. Знания в таком случае будут формальными.

Работа по формированию понятий проводится с учетом возрастных особенностей обучающихся, их подготовленности. В начальном курсе физической географии общие экологические понятия формируются на примерах небольшого количества фактов, от частного к общему. В старших классах формирование понятий проводится в основном от общего к единичному, на большем количестве фактов и с большей степенью обобщения.

Основные понятия, которыми оперирует экология, и которые входят в ее понятийное ядро, по мнению А.И. Жирова, делятся на три группы (блока): общенаучные (фундаментальные), общегеографические и общеэкологические, а также собственно экологические.

К экологическим понятиям А.И. Жиров относит понятия: «антропогенные воздействия», «воздействия окружающей среды», «экологические свойства», «экологическое состояние», «экологический и природно-ресурсный потенциалы ландшафта», «экологическое пространство», «гармонизация взаимоотношений человека и окружающей среды», «экологический мониторинг», «экологический прогноз», «экологическая оценка». Понятийную периферию экологии образуют несколько групп терминов и понятий (Табл. 1).

Таблица 1

Экологические понятия (по А.И. Жирову)

№ п/п	Наименование группы	Основные понятия
1.	Пространственно-временные особенности	окружающая среда
2.	Экологические свойства субъектов антропогенного воздействия	эффективность использования ресурсов, отходы, выбросы, стоки, захоронения, токсичность выбрасываемых веществ
3.	Характеристика экологических отношений	загрязнения, атмосферное загрязнение, загрязнение гидросферы, загрязнение литосферы, биологическое загрязнение, заиливание, затопление, подтопление, осушение, повреждение, уничтожение, засорение, заражение, самозаращение, запыление, исчерпаемые и неисчерпаемые природные ресурсы, возобновимые и невозобновимые природные ресурсы, природно-экологический потенциал ландшафта (территории), природно-ресурсный потенциал ландшафта
4.	Аспекты взаимоотношений человека с окружающей средой	Природопользование, рациональное и нерациональное природопользование, рыболовство, экологический кризис, экологическая катастрофа, засоление почв, опустынивание, антропогенное воздействие на окружающую среду, воздействие природных условий, охрана природы, охрана окружающей природной среды
5.	Вопросы глобальной экологии	экологическая проблема, климатические условия и агроклиматические ресурсы, меры по сокращению выбросов в атмосферу, водные ресурсы, загрязнение рек, озер и подземных вод, истощение рыбных и водных ресурсов, меры по охране вод, минеральные ресурсы, захоронение радиоактивных веществ, рекультивация земель, эрозия, засоление, заболачивание, истощение почв, восстановление почвенного плодородия, биологические ресурсы, сокращение биологического разнообразия, меры по поддержанию биологического разнообразия (биосферные заповедники, национальные парки, заказники), экологические ситуации, зоны экологического бедствия и катастроф, зональные особенности природопользования и др.
6.	Методика и методология ландшафтно-экологических исследований	качественная и количественная оценка потенциала ландшафта
7.	Вопросы экологического просвещения и образования	Закон об охране окружающей природной среды РФ

Важную роль специальных понятий в изучении экологических проблем подчеркивает Б.И. Кочуров, отмечая, что различные подходы к конструированию понятий позволяют разработать альтернативные модели взаимодействия общества и природы. По

его мнению, современные экологические представления опираются на широкую понятийную базу, заимствованную из философии, социологии, экономики, географии, биологии.

Исторический подход к выделению понятийного аппарата потребовал содержательного анализа идей каждой эпохи, поскольку даже самые абстрактные понятия есть «продукт исторических условий». Хронология обеспечивает возможность исторической привязки экологических понятий к определенному временному контексту. Более того, дает возможность проследить изменение объема и содержания понятия в процессе дальнейшего научного развития, следовательно, обеспечивает необходимую преемственность (Табл. 2).

Таблица 2

Экологические понятия, соответствующие историческим этапам экологизации географической науки (по В.С. Преображенскому)

Этап	Исторический этап	Направление экологических знаний	Экологические понятия
I этап	1930-1960 гг.	Природоохранное	охрана природы, охрана животного мира, охрана растений, особо охраняемые природные территории
II этап	1960-1990 гг.	Ресурсоведческое	природные ресурсы, ресурсообеспеченность, природопользование
III этап	1990-е гг.	Экопроблемное	природно-ландшафтные проблемы, ресурсно-хозяйственные проблемы, антропоэкологические проблемы
	Настоящее время	Козволюционное («сотворчество общества и природы»)	устойчивое развитие, качество среды, культурный ландшафт, гармонизация взаимоотношений общества и природы, рациональное природопользование

Таким образом, исторический анализ этапов экологизации в географической науке позволил выделить ряд экологических понятий, которые также поэтапно включались в содержание учебного курса «География России».

Масштабная экологизация географической науки сопровождается активным формированием экологического понятийного аппарата, включающего систему интегрированных научных понятий, имеющих познавательный, ценностный и деятельностный смысл, выступающий «опорным каркасом» экологического содержания.

ЛИТЕРАТУРА:

1. Дмитрук, Н.Г. Методика обучения географии: учебник для студ. учреждений высш. пед. проф. образования / Н.Г. Дмитрук, В.А. Низовцев, С.В. Васильев. – М.: Издательский центр «Академия», 2012. – 320 с.
2. Исаченко, А.Г. Ведение в экологическую географию: Учеб. пособие / А.Г. Исаченко. – СПб.: Изд-во С.-Петербур. ун-та, 2003. – 192 с.

ИСПОЛЬЗОВАНИЕ НА УРОКАХ БИОЛОГИИ ИНФОРМАЦИОННЫХ ТЕХНОЛОГИЙ КАК СРЕДСТВО АКТИВИЗАЦИИ ПОЗНАВАТЕЛЬНОЙ ДЕЯТЕЛЬНОСТИ УЧАЩИХСЯ

*Хут Диана, студентка факультета естествознания
Научный руководитель – канд. пед. наук, доцент А.М. Шехмирзова*

В отечественной общеобразовательной школе в последние годы компьютерная техника и другие средства информационных технологий стали все чаще использоваться при изучении большинства учебных предметов. Не исключением стала и биология. Преподавание биологии немыслимо без широкого использования различных методов и средств обучения. Согласно классификации педагогических технологий (по Селевко Г.К.), информационные технологии (ИТ) относятся к классу технологий по ориентации на личностные структуры, целью которых является формирование знаний, умений, навыков учащихся, личностно-ориентированный подход в обучении позволяющий качественно повысить уровень познавательного интереса у школьников.

Внедрение в процесс обучения ИТ обеспечивает доступ к различным информационным ресурсам и способствует обогащению содержания обучения, придает ему логический и поисковый характер, а также решает проблемы поиска путей и средств активизации познавательного интереса учащихся, развития их творческих способностей, стимуляции умственной деятельности.

Особенностью учебного процесса с использованием компьютерных средств является то, что центром деятельности становится ученик, который исходя из индивидуальных способностей и интересов выстраивает процесс познания. Между учителем и учеником складываются «субъект-субъектные» отношения. Учитель часто выступает в роли помощника, консультанта, поощряющего оригинальные находки, стимулирующего активность, инициативу и самостоятельность.

Актуальность данной работы заключается в том, что появляется противоречие между трудностями усвоения учебного материала у детей и необходимостью обеспечить выполнение обязательного образовательного стандарта, а также включением учащихся в активный познавательный процесс. Разрешить данное противоречие позволяет использование новых информационных технологий.

Необходимость решения этой проблемы находит отражение в различных государственных нормативных документах (ФЗ « Об образовании РФ » от 29.12.2012 № 273 - ФЗ с изм. и доп. вступ. в силу с 24.07.2015 , ФГОС ООО, в ред. Приказа Минобрнауки России от 29.12.2014 № 1644) .

Проведенный анализ научно-педагогической литературы показал, что проблемой использования ИКТ занимаются огромное количество ученых, таких как: В.В. Гузеев, В.А. Далингер, И.В. Роберт, Н.А. Алексеев, Е.В. Бондаревская, И.А. Колесникова, В.В. Сериков, И.С. Якиманская и др. Вместе с тем, на сегодняшний день недостаточно разработаны отдельные аспекты использования ИТ на уроках. Многие вопросы, связанные с проблемой практического, а не теоретического, применения ИКТ школьниками остаются открытыми. В частности, остается открытым вопрос использования информационно-коммуникационных технологий на уроках биологии. В этих вопросах особую актуальность приобретает решение данной проблемы на качественно новой основе. Анализ состояния изучаемой нами проблемы в педагогической теории и практике в современных условиях подготовки будущего учителя биологии выявил социально - педагогические *противоречия* между потребностью современной школы в ИТ и существующим уровнем. Процесс разрешения указанных противоречий неизбежно сопровождается поисками методов, условий, способных выработать умение самостоятельно пользоваться информационными технологиями. Значимость указанных противоречий определила проблему нашего исследования. Она заключается в определении педагогических условий использования ИКТ на уроках биологии. Данное противоречие обусловило выбор темы исследования: «Использование информационно-коммуникационных технологий (ИКТ) как средство активизации познавательной деятельности учащихся на уроках биологии».

Цель исследования: теоретически обосновать возможность использования ИТ на уроках биологии для активизации познавательной деятельности учащихся.

В процессе теоретического исследования проблемы нами были использованы

следующие *методы исследования*: - анализ и синтез педагогической и методической литературы по исследуемой проблеме, анализ информационных ресурсов сети Интернет по теме исследования, изучение и обобщение передового педагогического опыта учителей биологии по активизации познавательной деятельности учащихся.

Под активизацией познавательной деятельности понимается создание такой атмосферы учения, при которой учащиеся совместно с учителем активно работают, сознательно размышляют над процессом обучения, отслеживают, подтверждают, опровергают или расширяют наши знания.

Как показал анализ научно-педагогической литературы, под информационно-коммуникативными технологиями мы понимаем следующее- это необходимый элемент современного образования. Необходимость которого, обусловлена следующими факторами: ИТ нужны для формирования информационного общества; использование ИТ влияет качественные изменения в структуре образовательных систем и в содержании образования.

В.И.Загвязинский дает такое определение: «Информационная технология обучения - это педагогическая технология использующая специальные способы, программные и технические средства (аудио, компьютеры, видео средства и др.). Как считают многие исследователи (Г.А. Абумова, В. П. Беспалько, А. П. Аношкин, С. А. Маврин, В. И. Андреев и др.), ИКТ создают принципиально новую систему в обучении. Они усиливают индивидуализацию обучения, учебные заведения становятся по настоящему открытой образовательной системой для внешнего мира, т. к. обучающиеся получают доступ к объемным массивам информации, они оказываются лишь перед выбором необходимой им информации в соответствии с их целями, которые ставит и корректирует учитель. В контексте изучаемой проблемы представляется значимым мнение В.И. Андреева, который отмечает, что ИКТ принципиально изменяют образ мышления учителя и обучающихся, делая их соучастниками информатизационного поиска актуальной для каждого из них информации и тем самым активизируется познавательная деятельность учащихся. В своей работе придерживаемся данного определения.

Особенностью применения ИКТ на уроках биологии является необходимость демонстрации различных форм наглядности на всех этапах урока: при опросе, при объяснении нового материала и в процессе закрепления новых знаний. Установлено, что эффективность усвоения материала при использовании одних словесных методов изложения возможна в пределах 10–15 %, при использовании только зрительной наглядности усвоение возрастает до 25 %, а при одновременном предъявлении звуковой и зрительной информации эффективность усвоения материала достигает уже 65 %.

Многие учителя новаторы, включая учителей биологии, на своих уроках использовали ИКТ. И все учителя пришли к выводу, что ИКТ можно применять на различных этапах урока: - *на этапе объяснения нового материала* (цветные рисунки и фото, слайд-шоу, видеофрагменты, анимации короткие и сюжетные, интерактивные модели и рисунки, вспомогательный материал, электронные презентации). Например, на уроке 6 класса по теме "Строение побега" можно использовать иллюстрации различных побегов. Таким же образом, при помощи слайд-шоу, можно показывать многообразие различных отряд, например, жуков, стрекоз и т.д.; - *на этапе закрепления полученных знаний* (задания с выбором ответа, тренажеры, интерактивные задания, биологические лабиринты, виртуальные лабораторные работы). Например, если у школы нет возможности на лабораторные приборы, можно с помощью виртуальных лаб. работ показывать ученикам строение, срезы и клетки; - *на этапе контроля знаний* (компьютерное тестирование).

Таким образом, проведение уроков биологии с использованием ИКТ позволяет активизировать познавательную деятельность обучающихся, стимулировать творческое проявление их способностей, способствуя повышению качества результатов обучения.

ГЕОГРАФИЯ

КОНСТРУИРОВАНИЕ МАЙН – КАРТ (НА МАТЕРИАЛЕ РЕГИОНА) ДЛЯ ОСУЩЕСТВЛЕНИЯ ЭКОЛОГИЧЕСКОГО ОБРАЗОВАНИЯ ОБУЧАЮЩИХСЯ

*Васильева Виктория Владимировна,
Факультет естествознания магистр 1 курс
Научный руководитель - к. п. н., доцент Кабаян Ольга Сергеевна,*

*«Я не могу научить никого ничему. Я могу только заставить их думать»
Сократ*

В современном мире с большим потоком информации, применение майн-карт (майндмэппинг, mindmapping, майнд-карты) в обучении школьников может дать огромные положительные результаты, поскольку дети учатся выбирать, структурировать и запоминать ключевую информацию, а также воспроизводить её в последующем. Ментальные карты – удобный способ структурирования информации, где главная тема находится в центре листа, а связанные с ней понятия располагаются вокруг в виде древовидной схемы.

“Метод ментальных карт или интеллект-карт», созданный американским учёным и бизнесменом Тони Бьюзеном. Буквально слово «mind» означает «ум», а слово «maps» — “карты”. В итоге получаются «карты ума». В переводах книг Т. Бьюзена чаще всего используется термин “интеллект-карты”, хотя по способу построения карты отражают процесс ассоциативного мышления, поэтому их уместнее было бы называть картами ассоциаций [1]. Учебная информация, представленная в виде интеллект-карты сильно сжата, но, в то же время содержит всю совокупность её нюансов, свойств и особенностей.

Считаем, что создание интеллект-карт будет эффективным и интересным методом осуществления экологического образования обучающихся.

Рассмотрим на конкретном примере конструирование майн – карт на материале региона - Республики Адыгея, для осуществления экологического образования обучающихся.

На рис.1. представлен один из вариантов авторской майн-карты Республики Адыгея. В центре размещена карта региона исходя из территориальных границ, с выделением цветом административных районов. [4] Справа от карты сведения о численности и национальном составе населения Адыгеи, как в настоящее время, так и с учетом исторически сложившихся аборигенных племен, проживающих на данной территории ранее (перечислены названия племен на русском и адыгском языках). Внизу сведения о природных ресурсах и полезных ископаемых региона, сверху - описание климата. Слева размещен материал о животном и растительном мире региона с учетом эндемичных, реликтовых, краснокнижных видов. [2,3]

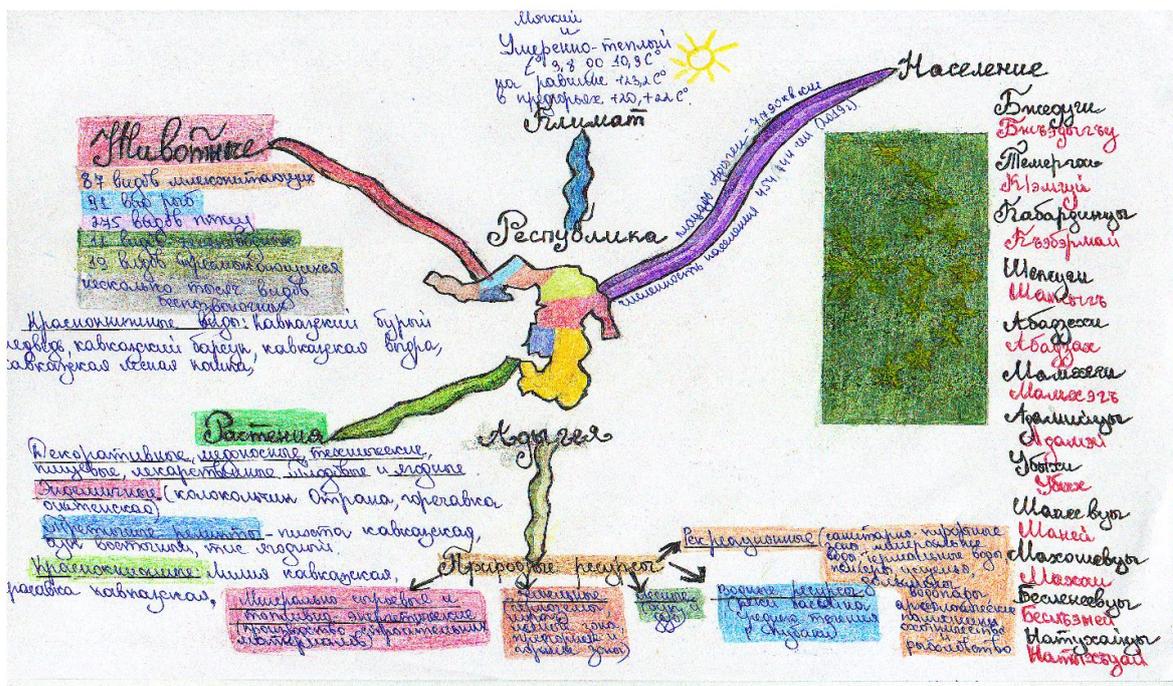


Рис. 1. Майн-карта Республика Адыгея

Благодаря визуализации информации, представленной необычной, красочной форме легче запоминается и быстрее усваивается учебный материал. Таким образом, в создании мыслительных карт задействованы воображение, творческое и критическое мышление, и все виды памяти: зрительная, слуховая, механическая, что и позволяет эффективнее запоминать сложные закономерности. В связи, с чем становится понятно, почему мы в качестве эпиграфа к статье взяли цитату Сократа: «Я не могу научить никого ничему. Я могу только заставить их думать». Использование метода интеллект-карт позволяет обучающимся: формировать личностные, регулятивные, коммуникативные и познавательные универсальные учебные действия; повысить работоспособность и эффективность обучения; развивать оба полушария головного мозга; повысить качество обучения; формировать орфографические и пунктуационные навыки; обогатить словарный запас; повысить уровень навыков рисования.[6]

Считаем, что конструирование майн – карт играет большое значение для осуществления экологического образования обучающихся.

Нами была апробирована методика конструирования майн-карты, описанной в статье с обучающимися РЕМШ. Целью являлось осуществление экологического образования на материале региона. Результат продемонстрировал эффективность применения этого метода. За одно занятие 95 % обучающихся усвоили необходимые знания о флоре и фауне региона, экологических закономерностях, исторических особенностях формирования территории и населения Адыгеи. Тогда как при традиционной подаче материала в контрольной группе для понимания этого же материала потребовалось два занятия.

Таким образом, майн-карты позволяют не только изучить необходимый материал, но и дают возможность преподавателю понять личность учащихся и обнаруживать причины их когнитивных и эмоциональных затруднений; развивать креативность школьников; формировать коммуникативную компетентность в процессе групповой деятельности по составлению интеллект-карт; формировать общеучебные умения, связанные с восприятием, переработкой и обменом информацией, улучшать все виды памяти обучающихся, тем самым ускорять процесс обучения.[5]

ЛИТЕРАТУРА:

1. <https://www.mindmeister.com/ru>
2. Красная книга Республики Адыгея. Редкие и находящиеся под угрозой

изчезновения объекты животного и растительного мира. – Майкоп: ГУРИПП «Адыгея», 2000. – 418 с.

3. Шебзухова Э.А. Редкие и исчезающие животные Адыгеи /Э.А. Шебзухова. – Майкоп: РИПО «Адыгея», 1993.

4. Корпакова Н.В. Наша родина - Адыгея. Природа, население, хозяйство, история: учебное пособие/ Корпакова Н.В. - Ростов-на-Дону: БАРО-ПРЕСС, 2014, - 448с.

5. Бердинский М.Е. Метод интеллект-карт <http://bershadskiy.ru>

6. <http://www.mind-map.ru/>

ПЕЩЕРЫ ПЛАТО ЛАГО-НАКИ

*Данилов С., студент факультета социальных технологий и туризма
Научный руководитель – доцент, к.г.н. Теучеж Ф.Д.*

Бондаревская пещера стала известной недавно и поэтому сохранилась значительно лучше, чем Большая Азишская. Она была открыта в 1971 году одним из организаторов спелеологического движения в Краснодарском крае Б. И. Бондаревым и в последующем названа его именем. Пещера исследовалась краснодарскими спелеологами и в 1971-1972 и 1977-1979 годах. Проведены геологические, гидрологические и микроклиматические наблюдения, охвачены топографической съемкой все известные ходы, окрашивалась подземная река с целью определения места ее выхода на поверхность. Бондаревская пещера располагается на левом берегу реки Курджипе напротив Азишского перевала на высоте 1520 м. Полость интересна тем, что в ней можно наблюдать разные типы образования подземных пустот. Овальный в разрезе входной лаз является остатком канала, сформировавшегося в начальной стадии образования пещеры, когда вода заполняла все сечение хода и двигалась под давлением. Далее преобладают галереи, которые имеют вид щели или подземного каньона. Они образованы свободно текущим (вадозным) потоком, действие которого похоже на работу обычной поверхностной реки. В самом конце верхнего этажа полость вновь преобразуется. Ширина коридора здесь почти на всем протяжении остается одинаковой. Боковые стенки более или менее параллельны друг другу. Потолок плоский, и по центральной оси его змеится трещина. Она точно повторяет все ломаные изгибы прохода. Эта часть пещеры образовалась в результате механического расширения трещины. В этом коридоре совершенно нет натечных образований, но карстовые процессы выражены сетью ячеистых карров на стенах. Некоторые участки пещеры сформированы обвалами. Для этих мест характерны глыбовые завалы, сильная трещиноватость стен и потолков, нависающие «живые» камни. Пещера имеет два этажа. По дну нижнего хода протекает река, которая разгружается карстовым источником (что было определено окрашиванием в 1977 году) на левом берегу реки Курджипс, несколько ниже по течению от входного отверстия пещеры. Непосредственно под входом, прямо у уреза воды, вскрывается еще один источник. Но его связь с потоком Бондаревской пещеры не обнаружена. Если двигаться вверх по течению подземной реки, то, пройдя сифон (заполненный водой ход), можно попасть в самый интересный участок пещеры – обширные залы с массой натечков. Длина пещеры 1031 м. Бондаревская пещера интересна тем, что в ней можно наблюдать разные типы образования подземных пустот. Первые десятки метров пробираться в пещеру надо по низкому лазу, потолок которого в сечении имеет овальную форму. Это фреатический канал, сформировавшийся в начальной стадии образования полости, когда вода заполняла все сечения хода и двигалась под давлением. Далее преобладают галереи, которые имеют вид щели или подземного каньона. Они образованы свободнотекущим (вадозным) потоком, действие которого похоже на работу обычной поверхностной реки. В самом конце верхнего этажа полость вновь преобразуется. Ширина коридора здесь почти на всем протяжении остается одинаковой. Боковые стенки более или менее параллельны друг другу. Потолок плоский, и по центральной оси его змеится трещина. Она точно повторяет все ломаные изгибы прохода. Эта часть пещеры образовалась в результате сползания пачки пластов по слабонаклонной плоскости (следы растяжения видны на потолке в виде

трещины). В этом коридоре совершенно нет натечных образований, но карстовые процессы выражены сетью каверн, глубина которых близка к 3-5 мм. Некоторые участки пещеры сформированы обвалами. Для этих мест характерны глыбовые завалы, сильная трещиноватость стен и потолков, нависающие «живые» камни. Пещера имеет два этажа. По дну нижнего хода протекает река, которая разгружается карстовым источником (что было определено окрашиванием в 1977 году) на левом берегу реки Курджиписе, несколько ниже по течению от входного отверстия пещеры. Непосредственно под входом, прямо у уреза воды, вскрывается еще один источник. Но его связь с потоком Бондаревской пещеры не обнаружена. Если двигаться вверх по течению подземной реки, то, пройдя сифон (заполненный водой ход), можно попасть в самый интересный участок пещеры – обширные залы с массой натечков. Часть пещеры, расположенная за сифоном, впервые была исследована краснодарскими спелеологами в мае 1977 года. По их мнению, вновь открытые залы являются одними из самых красивых на Западном Кавказе. Длина пещеры равна 1031 м. Пока пещера сохраняет свою первозданность, ее необходимо объявить памятником природы. Бондаревская пещера располагается на левом берегу реки Курджиписе (плато Лагонаки). Она имеет научное и учебно-познавательное значение [2].

Малая Азишская пещера. Вероятно, эта полость составляла вместе с Большой Азишской звено единой пещерной системы: между ними под землей всего 50 м, и эти участки завалены обломками известняка, перегородившими пещерный ход на протяжении нескольких десятков метров. Пещера открыта сочинским спелеологом В.А.Исаевым в мае 1978 г. Нетронутость ее натечного убранства приятно удивила спелеологов, и вход в пещеру решили замаскировать камнями, но полную секретность соблюсти не удалось. Малая Азишская пещера, вероятно, составляла вместе с Большой Азишской звено единой пещерной системы. Во всяком случае, ближние друг к другу концы ходов этих полостей (между ними под землей всего 50 м) заканчиваются завалами обломков известняка. Может быть, здесь произошел обвал, перегородивший пещерный ход на протяжении нескольких десятков метров? Видимо, эта естественная преграда уплотнилась еще не настолько, чтобы полностью изолировать пещеры друг от друга — в одну из экспедиций было установлено, что между пещерами существует переток воздуха. Длина Малой Азишской 66 м, амплитуда 14 м, объем 118 м³. Вход в пещеру начинается неглубоким (около 2 м) колодцем, в который можно проникнуть или сверху, или со склона по узкому, более или менее горизонтальному лазу (длина 4-5 м), выводящему прямо на дно колодца. От колодца наклонно вниз уходит тесный туннель, позволяющий плашмя пробраться в основную часть пещеры. Этот ход выводит в маленький куполовидный зал высотой чуть больше 2 м и диаметром 4 м. Пол камеры усыпан обломками известняка и костями животных. Сталактиты и сталагмиты имеют длину в среднем до 10-20 см. Сквозь кровлю в пещеру проникают корни деревьев. Второй зал напоминает первый, описанный выше, но в нем больше натечков (самый крупный сталагмит 60 см). Под одной из стенок здесь можно увидеть маленькие ванночки с водой, образованные кальцитовыми плотинами – гурами. Длина этих прозрачных лужиц до полуметра, глубина около сантиметра. Между вторым и третьим расширениями пещеры есть ванночка длиной 10 см и глубиной 3 см. В третьей камере натечки несколько крупнее, чем в предыдущих. В ее конце интересный сталактит: он вздут в средней части. Его длина 45 см, диаметр вздутия 13 см, а диаметр шейки 6 см. И в этой стороне пещеры также имеются ванночки с водой. Далее тянется узкий лаз, заканчивающийся завалом, за которым всего в нескольких десятках метров находятся галереи Большой Азишской.

Пещера Каньон – третья по глубине карстовая полость Лагонакского нагорья. Расположена, в северной части Черногорья на высоте около 1000 м. Открыта в 1978 году группой спелеологов Краснодарского института «Крайколхоз-проект», которая продолжает здесь свои исследования. Ежегодно участники секции проходят новые участки пещерных ходов, благодаря чему полость продолжает «углубляться» и «удлиняться». По материалам съемок 1983 года, глубина пещеры достигает 214, а длина

1030 м. Название «Каньон», данное полости первоисследователями, не случайно. Вход в нее действительно имеет вид каньона. Это узкая (от 2 до 5 м) и очень высокая (до 60 - 70 м) вертикальная щель, врезанная в восточный склон крупной карстовой воронки. Дно входного коридора наклонно-ступенчатое. Высота уступов достигает 10-15 м. Круто наклоненный пол покрыт снегом и льдом. Наиболее труднопроходимые его участки получили название ледяных катушек. Входной коридор заканчивается нешироким, но высоким залом, в дальней торцовой стене которого видна вскрытая галерея поперечного хода. На всем описанном участке стены отвесны, большей частью покрыты натечной кальцитово-корой. В отдельных местах – натеки льда и огромные, 0-7-метровые ледяные сталактиты (это описание дается по наблюдениям, проведенным в мае, когда на поверхности, всего в 40-50 м от скопления льда, деревья стояли уже покрытые молодой листвой). На стенах выделяются немногочисленные, но рельефно выраженные желоба стальных карров, ширина которых изменяется от 20 см до 2 м. Стенные карры характерны для приледниковых высокогорий с их большим количеством снега. Наличие стальных карров в полости свидетельствует о том, что карстовый процесс в ее верхней привходовой части идет по тому же типу, что и в условиях голого карста высокогорий. Несомненно, велика роль талых снежных вод в формировании подземных карровых желобов. Наложение поверхностной полуинструментальной топоъемки на план пещеры показывает, что на дневной поверхности точно над первым залом расположены воронки. Долго сохраняющийся во впадинах снег поставляет талые воды по трещинам во внутренние части пещеры. Стекающие по стенам струи воды и вырабатывают карровые желоба. За списанным выше залом ход понижается, общий характер стен и пола сохраняется, но исчезают желоба стальных карров и появляются первые, еще небольшие сталактиты, длина которых не превышает 20 см. Примерно 30 м этого хода приводят к новому 7-метровому уступу, за которым пол наклонно уходит вниз к разветвлению пещеры. Вправо (на юг) ведет расширенная часть пещеры, отдельные отрезки которой получили название залов Сабельного, Королевского и Бара. Этот участок полости богат натечными образованиями: сталактитами, сталагмитами, колоннами. Продолжающийся затем извилистый ход имеет все тот же наклонно-ступенчатый характер. Он украшен разного вида натеками и приводит в южную часть пещеры, где располагаются окруженные вертикальными стенами озера-колодцы. Это небольшие по площади водоемы. Их диаметр не превышает 3-4 м. Левый (северо-восточный) ход от развилки начинается узким и низким изогнутым лазом, который спелеологи, не теряющие чувство юмора и в тесноте темного подземелья, назвали Калибрами. За ними ход несколько расширяется и повышается, однако на значительном протяжении он имеет ширину 1 — 2 м и только в крайнем северо-восточном конце расширяется до 5 - 7 м. Пол, как и везде в пещере, пересекается несколькими многометровыми уступами и наклонен к дальнему концу. Водоемов в этой части полости больше, но сами они меньше по размерам: поперечник зеркала воды большинства из них не превышает 1 - 1,5 м. Примерно в 250 м от Калибров вход приводит в небольшую камеру, в одной из стен которой выше пола есть овальное отверстие. На дне камеры скопление окатанных обломков известняка размером до 10-25 см. Упомянутое выше окно открывается в среднюю часть 30-метрового колодца, у его дна в противоположной от окна стене открывается ход, в котором на одной из стен единственное в пещере скопление ослепительно белого пещерного молока. Это скользкая влажная масса, покрывающая наклонную стенку. В начале следующего зала, называемого Ривьерой слышен шум водопада, к которому можно проникнуть через отверстие в левой по ходу стене. Высота водопада 6 м. Описанный водоток сохраняется даже в жаркий период, когда исчезают все другие потоки на поверхности и в самой полости. В паводок его расход значительно увеличивается. Возможно, если удастся проникнуть по нему дальше, он приведет в новое продолжение пещеры. В Каньоне, кроме упомянутых уже таких хемогенных образований, как сталактиты и сталагмиты, встречаются еще кальцитовые плотины, ограждающие небольшие ванны с водой, и кальцитовые корочки

на поверхности маленьких озер. Последние напоминают ледяной покров поверхностных водоемов. Сходство дополняется даже небольшими полыньями, разрывающими сплошность корочки. Толщина ее достигает 2 см. Во многих точках встречаются отложения глины. Иногда пол усеян обломками коренной породы. Пещера выработана в массивных и толстослоистых известняках, которые очень полого, под углом 2°, падают на северо-запад. В полости обитает несколько колоний летучих мышей, насчитывающих сотни особей. Пещера Каньон красива. У нее своеобразное строение и развитие. Она в той или иной, но достаточно большой степени участвует в формировании карстовых вод, которые вырываются затем на поверхность мощными воклюзскими источниками. Малоизвестная, она пока сохраняется в первозданном виде. Поэтому особо остро стоит вопрос о своевременном принятии мер по ее действенной охране [2].

Пещера Красивая (Инженерная) расположена среди леса в южной части Азиш-Тау (к югу от Камышановой Поляны) на высоте 1362 м. Ее длина 173 м, амплитуда 8 м, объем 1255 м³. Пещера выработана в плотных темно-серых известняках верхней юры. Вход в нее – это более или менее прямоугольное отверстие, ведущее круто вниз. Сразу же после непродолжительного спуска полость расширяется, а у конца его стоят две колонны. Высота одной из них 2,8 м (это и высота зала), а поперечник до 15 см. Здесь же на потолке масса свисающих сталактитов (или, вернее, того, что от них осталось), которые расположены настолько густо, что основания их слились. На участках наибольшей их густоты максимальная плотность достигает 1010 сталактитов на 1 м² площади потолка. Явление не часто встречаемое в пещерах! Пол первого зала неровный, а стены изъедены углублениями и покрыты почкообразными натечками. На стенках есть выступы кальцитовых пластин, ширина которых 7-15 см. Это остатки плоского дна пещеры, сформировавшегося в ранее бывшем здесь подземном водоеме. Пройдя дальше по пещере, можно увидеть, что местами (особенно в ее суженных частях) эта кальцитовая кора сохранилась полностью. Под кальцитовой корой (ее толщина колеблется от 10 до 15 см) открывается небольшая пустота. В нескольких десятках метров от входа потолок на протяжении 10 м обрушился. Здесь же на полу масса обломков сталактитов. Чуть дальше еще один участок обрушившегося потолка. А за ним интересное образование на полу галереи - кальцитовые плотины (гуры), которые ограничивают небольшие ванны с водой. Затем пещера сильно сужается, и пробираться в дальнюю ее часть можно, только протиснувшись через узкий лаз, за которым общий характер строения пещеры в целом сохраняется. В провалах, покрывающих пол кальцитовых кор, заметны более глубокие «подполья». Интересна и колоннада, пересекающая по диагонали один из залов. Колонны (их более десяти) вытянулись по азимуту 325°. В дальнем конце полости еще несколько таких же красивых рядов колонн. В этой же части пещеры расположены более крупные ванны, образованные гурами. Эти озера достигают в поперечнике 2 м, а глубина их 13-15 см. Пещера действительно красивая. В целом для нее характерно огромное количество натечков (натечные коры, кораллиты, сталактиты, сталагмиты, колонны, почкообразные натечки), расположение колонн рядами, наличие плоского пола, а в случае обвала слагающей его кальцитовой коры – двухъярусное строение. Но пещере уже нанесен большой урон. По подсчетам, проведенным в мае 1978 г., в ней сбито 10 149 сталактитов и огромное количество сталагмитов. Пещеру Красивую необходимо взять под охрану. Первыми проникли в пещеру Красивую краснодарские спелеологи, которые узнали о ней от местных жителей. В конце декабря 1964 – начале января 1965 г. оператором Краснодарского телевидения А. Старосельским и спелеологами в этой и соседней Пикетной пещере был снят короткометражный видовой телефильм «В мире пещер». В 1965 г. он демонстрировался по Краснодарскому и Центральному телевидению. Топографическая съемка полости проведена краснодарцами в 1969 г. Через девять лет на Азиш-Тау работает совместная экспедиция кафедры геологии и геоморфологии Кубанского госуниверситета и Краснодарской спелеологической комиссии, в числе задач исследователей были постановка морфологических и геологических наблюдений в пещере

и выполнение новой топографической съемки. Пещерой заинтересовались и спелеологи Днепропетровского горного института. В 1984 г. они отсняли ее еще раз. В своих материалах днепрпетровчане эту пещеру называют Инженерной [2].

Пещера Нежная расположена у восточной кромки западного платообразного склона Азиш-Тау, между истоком реки Мезмай и скальной стеной, опоясывающей хребет с востока. В нескольких десятках метров от нее проходит асфальтовое шоссе. Длина пещеры 95 м, амплитуда 5 м, объем 510 м³. Пещера состоит из двух частей, соединенных низким лазом. В первом, привходовом зале почти полностью отсутствуют натеки и пол усеян обломочным материалом. Высота этой камеры достигает 3 м. За лазом потолок максимально поднимается на 5-6 м. Здесь обилие сталактитов, сталагмитов, много колонн. На полу обломки известняка и натечных образований. Видимо, пещера испытала какой-то момент мгновенного разрушения (возможно, землетрясение). Затем вновь началось образование натеков. Сталагмиты достигают высоты 1,3 м, диаметр самых крупных из них 20-30 см. Вдоль стен и в низких проходах стоят колонны. Сталактиты обычно не превышают длины 30-35 см. Сталагмиты, растущие на усеявших дно обломках известняка, достигают 17 см в высоту. Обломки известняка в центре зала совершенно лишены натеков. Над ними самая высокая куполовидная часть потолка пещеры. В 1975 г. в пещере краснодарские спелеологи провели топосъемку. Пещера Нежная расположена на 21 километре автодороги Майкоп – Лаго-Наки от развилки направлений (перед станицей Даховская), у восточной кромки западного платообразного склона Азиш-Тау, между истоком реки Мезмай и скальной стеной, опоясывающей хребет с востока. Название «Нежная» пещера получила за свой молодой, по сравнению с другими пещерами, возраст, всего 2-3 миллиона лет. Образования на потолках и на земле очень молодые и маленькие. Длина пещеры составляет 95 метров, амплитуда около 5 метров, объем около 510 метров квадратных. Первый зал в пещере называется «Атаманский». Считается, что в давние времена в этом зале прятались атаманы со своими отрядами, которые грабили проходящие мимо караваны. Потолок закопченный, так как здесь жгли костры набегчики. Здесь почти полностью отсутствуют натеки и пол усеян обломочным материалом. Ко второму залу ведет низкий проход, который делали здесь сами экскурсоводы. Пришлось делать проход потому, что свод пещеры обвалился под тяжестью сталактитов. Когда был сделан проход, были обнаружены кости разных животных, а на входе в следующий зал – кости человека. Последний зал богато украшен кальцитовыми сталактитами, сталагмитами, колоннами и каменными кружевами. И эту каменную сказку на протяжении долгих тысячелетий создавали неутомимые капли подземной воды. Сталагмиты в пещере достигают высоты 1,3 м, диаметр самых крупных из них 20-30 см. Вдоль стен и в низких проходах стоят колонны. Сталактиты обычно не превышают длины 30-35 см. Сталагмиты, растущие на усеявших дно обломках известняка, достигают 17 см в высоту. Если напрячь воображение можно себе представить дельфина, выныривающего из воды, рядом с ним немного выше был слон, на котором сидит погонщик, так же здесь был и Маленький Мук из сказки Вильгельма Гауфа. Обломки известняка в центре зала совершенно лишены натеков. Над ними самая высокая куполовидная часть потолка пещеры. Поражает также акустика пещеры. Если постучать палочкой по подвешенным к своду дюралевым трубочкам и божественная мелодия наполняет подземный зал [1].

ЛИТЕРАТУРА:

1. География Республики Адыгея // А.Ш. Бузаров, Т.Н. Мельникова. – Майкоп: Адыг. Республ. кн. изд-во, 2001. – 200 с.
2. Горшенев, К.А. Туристскими маршрутами Адыгеи / К.А. Горшенев. – Краснодар 1984.

ТЕРМИНОЛОГИЧЕСКИЕ ПРОБЛЕМЫ В РЕКРЕАЦИОННОЙ ГЕОГРАФИИ И ТУРИЗМЕ

*Е. Селезнев, студент факультета социальных технологий и туризма
Научный руководитель – доцент, к.г.н. Теучеж Ф.Д.*

В рамках рекреационной географии изучался рынок туризма, рекреационный спрос и рекреационные потребности, что сейчас является объектом маркетинговых исследований. Методами экономической географии туризм изучался как экономическое явление. Подход к туризму как сложной системе привел к созданию в середине 70-х годов центрального понятия в рекреационной географии – территориально-рекреационной системы (ТРС).

Анализ научной и специальной литературы 70-80-х годов показывает, что в большинстве публикаций по рекреационной географии рассматриваются только вопросы, связанные с туризмом, а не с отдыхом вообще. Таким образом, в отечественной литературе прочно сложилось представление что рекреация и туризм понятия близкие, в большинстве публикаций тождественные, но, если быть точным рекреация включает в себя туризм, экскурсии и отдых без перемещения из обычной среды существования. Таким образом, туризм важнейшая составная часть рекреации. Все термины, включающие слово "рекреационный" ориентированы преимущественно на вопросы, связанные с туризмом или с отдыхом вообще.

Одно из самых хорошо разработанных понятий, вошедших в 80-е годы даже в школьную программу – «рекреационные ресурсы».

Иное понимание слова «рекреация» за рубежом, которое стало активно внедряться в русский язык. В английской туристской литературе под рекреацией понимается совокупность явлений и процессов, связанных с восстановлением сил в процессе отдыха и лечения. Поэтому англоязычное «Recreation and Tourism» надо воспринимать скорее, как «Отдых и Туризм». Однако в современной туристской литературе постоянно встречается выражение «Рекреация и туризм», что для русского языка нонсенс, так как туризм составная часть рекреации. Более того, стали выделять «рекреационный туризм», что в традиционном понимании этих терминов тавтология.

Началось вытеснение термина «Рекреационные ресурсы», который очень хорошо разработан и смысл его ясен.

Вместо «рекреационных ресурсов» используют термин «туристские ресурсы», сущность и теория которого еще не разработаны, а само определение очень расплывчато. Нередко эти понятия рассматривают как синонимы, тогда не понятно, зачем вводить новый термин взамен устоявшегося и теоретически обоснованного. Встречается утверждение, что рекреационные ресурсы – часть туристских, что опять же является терминологической путаницей, так как туризм часть рекреации, а не наоборот.

Таким образом, заимствование иностранной терминологии без учета сложившегося понятийного аппарата в рамках отечественной науки и практики, приводит, во-первых, к филологическим парадоксам, во-вторых, запутывает изложение материала из-за смысловых противоречий. Игнорирование существования рекреационной географии приносит туризму только вред.

Ряд заимствований из английского языка просто лишние. Одно из модных ныне слов «дестинация» переводится просто как «направление» и другой смысловой нагрузки не несет. Попытки толковать дестинацию как направление, привлекающее туристов рекреационными ресурсами и обеспеченное условиями для размещения, транспортировки, питания и развлечения туристов не убедительны. Это любое туристское направление: Франция с 70 млн. туристов в год и микросоударства Океании, Париж и деревня в Сибири, Адриатика и Северный полюс. Отражая туристскую специфику понятия, можно было бы переводить слово «дестинация» как «туристское (рекреационное) направление», что и отмечается в ряде публикаций. Автор не предлагает отказаться от термина, который стремительно вошел в русскоязычную туристскую терминологию, а преследует цель обратить внимание туристской общественности на излишнее засорение языка иностранной терминологией.

Наряду с появлением терминов, противоречащих устоявшемуся понятийному аппарату, появляются публикации, искажающие теорию рекреационной географии.

Например, И.В. Зорин и В.А. Квартальнов рекреационным потенциалом называют "отношение между фактической и предельно возможной численностью туристов, определяемой исходя из наличия рекреационных ресурсов". Потенциал не может быть "отношением", хотя его изучение позволяет оценить предельно возможную численность туристов. Рекреационный потенциал территории – "это совокупность природных, культурно-исторических и социально-экономических предпосылок для организации рекреационной деятельности", главной составной частью рекреационного потенциала являются рекреационные ресурсы.

Из определения рекреационных ресурсов по И.В. Зорину и В.А. Квартальнову, во-первых, не ясно, почему они часть ресурсов туристских, что в них не входит, во-вторых, где в этом определении их важнейшая часть – культурно-исторические рекреационные ресурсы. По-видимому, авторы под рекреационными ресурсами понимают только природную составляющую. В этой же работе, поясняя понятие "ёмкость рекреационных ресурсов" (по сути природных!), рассматривается "нагрузка антропогенная". Нагрузка антропогенная не имеет норм, определяемых "в целях недопущения нарушения экологического состояния природной среды", т. к. это реальная нагрузка, которая может быть ниже, равна или быть больше предельно допустимой и называется она в туризме рекреационной нагрузкой (антропогенная нагрузка – нарушения природы при любой деятельности человека, не только рекреационной). Предельно допустимые рекреационные нагрузки не "определяются в соответствии с законодательством Российской Федерации", т. к. они различны для каждого ландшафта, а имеющиеся нормативы касаются единичных случаев, например, пляжей, природоохранных зон.

Имеется множество определений термина рекреационные ресурсы, одни более удачны, другие менее. У В. И. Преловского используется вполне приемлемое определение природных рекреационных ресурсов, "под которыми следует понимать природные явления, процессы или отдельные элементы ландшафта (более ёмко и лучше – "элементы и явления географической среды"), которые могут быть использованы для организации рекреационной деятельности". Однако в последних научных и учебных публикациях приводится неудачное, на наш взгляд, определение, а пояснения искажают суть термина с попутными обвинениями всех и вся в непонимании его. По В.И. Преловскому, природные рекреационные ресурсы – это "природные тела, явления, процессы или отдельные элементы рельефа..., которые могут быть использованы для целей рекреации и туризма", это "компоненты природной среды". Природные рекреационные ресурсы, как и любые ресурсы не компонент природной среды, а совокупность элементов всей географической среды, т. е. рекреационные ресурсы пляжа – это определенное сочетание характеристик рельефа, климата и моря, а также растительности и животного мира. Неудачно на наш взгляд употребление для определения рекреационных ресурсов слов "природные тела", несущих физическую и философскую нагрузку. Скорее следует говорить о природных объектах или элементах географической среды. Растения, животные, пляжи, водопады и прочее, требуют другого определения. Странно выглядит добавление среди абстрактных понятий конкретного – "отдельные элементы рельефа".

Самое главное: рекреационный ресурс, как и любой другой требует изучения, но ресурсом он будет независимо от того исследован или нет. Если водопад известен и манит туристов – это ресурс, независимо от того измерена ли его высота и рассчитано ли сколько человек его может посетить, если пляж привлекает людей для отдыха и купания – значит это ресурс независимо знаем ли мы его площадь, длительность пляжно-купального сезона и рекреационную ёмкость. Человек с древности использует энергетические ресурсы ветра и падающей воды, не имея представления о киловаттах. Патриции в Древнем Риме купались в банях на минеральных источниках, ничего не зная об их дебите, химическом составе, о температурных шкалах Цельсия и Фаренгейта, но ведь лечебный ресурс они использовали. Таким образом, неверно утверждение, что природное условие становится ресурсом только тогда, когда оно изучено, что "климатические условия становятся

ресурсом лишь в том случае если известна продолжительность периода с комфортными условиями" (по В. И. Преловскому). Природные условия и природные ресурсы – одно из базовых понятий географии, тесно связанное с естественно-философской категорией "географическая среда".

Природные условия – это те элементы географической среды, которые человек непосредственно не использует в производственной деятельности, но без которых его существование невозможно, это воздух, которым мы дышим, это климат, в котором мы живем (независимо теплый климат или холодный, вызывающий огромные затраты на теплое строительство и на топливо).

Природные ресурсы – это те элементы географической среды, которые человек непосредственно использует в своей производственной деятельности (минеральные, энергетические, водные и пр.). Климат становится не условием, а ресурсом, когда он начинает использоваться в хозяйственной деятельности. Применительно к сельскому хозяйству он представляет собой агроклиматические ресурсы, т. к. для земледелия важно количество тепла и осадков данного климата. Для городского познавательного, для фестивального, даже для охотничьего туризма – климат является природным условием, но для купально-пляжного или горнолыжного туризма – это ресурс. По мере развития производительных сил новые элементы географической среды становятся ресурсом. Переход от бронзового века к железному связан с освоением нового минерального ресурса – железной руды, с появлением мельниц ветер и горные реки из природных условий превращаются в ценные энергетические ресурсы. Таким образом, граница между условием и ресурсом очень зыбкая и определяется использованием в хозяйственной деятельности, а не степенью изученности.

Рекреация относится сейчас к такому избирательному виду деятельности, который становится необходимым условием нормальной человеческой жизни, средством компенсации напряжения, средством восстановления работоспособности и условием продолжения самого производства.

Основная ее задача – восстановление и развитие физических и психических сил каждого члена общества, всестороннее развитие его духовного мира. При этом высшей потребностью, которая должна удовлетворяться в первую очередь, является развитие духовного мира человека, его творческих способностей.

Хотя в науке до сих пор не существует общепринятой классификации общественных функций рекреации, их можно было бы разделить на 3 основные группы:

Медико-биологическая функция состоит в санаторно-курортном лечении и оздоровлении. Оздоровление через туризм – один из путей решения проблемы снятия производственного и внепроизводственного психического утомления человека.

Социально-культурная функция – это ведущая функция рекреации. Культурные, или духовные, потребности – это потребности познания в самом широком смысле, познания окружающего мира и своего места в нем, познания смысла и назначения своего существования. Туризм открывает большие возможности для общения человека природными, культурно-историческими и социальными ценностями не только своей страны, но и всего мира.

Экономическая функция – простое и расширенное воспроизводство рабочей силы. Рекреация сберегает общественно необходимое время. Благодаря рекреации повышается способность трудящихся к труду, увеличивается продолжительность периода сохранения полноценной работоспособности, что ведет к увеличению фонда рабочего времени вследствие сокращения заболеваемости, повышения жизненного тонуса.

Рекреация выполняет также и другие экономические функции: ускоренное развитие хозяйственной структуры определенной части территории страны; расширение сферы приложения труда, то есть увеличение занятости населения за счет рекреационного обслуживания и в отраслях, связанных с рекреацией косвенно; существенное влияние на структуру баланса денежных доходов и расходов населения по территории страны в

пользу рекреационных районов; повышение эффективности иностранного туризма как источника поступления иностранной валюты.

ЛИТЕРАТУРА

1. Основы туристской деятельности. – М.: Российский международный институт туризма, 2012. – 347 с.

О ВЛИЯНИИ РЕКРЕАЦИИ И ТУРИЗМА НА ЭКОСИСТЕМЫ СЕВЕРО-ЗАПАДНОГО КAVKAZA

*Сташ Д., студентка факультета социальных технологий и туризма
Научный руководитель – доцент, к.г.н. Теучеж Ф.Д.*

Исследования в различных регионах, категориях и типах лесов показывают, что интенсивное рекреационное и туристское природопользование оказывает влияние на все основные компоненты экосистем и ландшафт в целом. Северо-Западный Кавказ был вовлечен в природопользование еще с древнейших времен благодаря его положению на перекрестке торговых путей, уникальным природным и историко-культурным рекреационным ресурсам. Вероятно, что первыми видами туризма здесь были научный и познавательный. Организованный характер они приобрели в связи с образованием в 1924 г. и последующим функционированием Кавказского зубрового заповедника. Познавательный туризм развивался путем проведения пешеходных туристских походов и экскурсий по определенным маршрутам и носил самодеятельный характер до 1931 года. Плановый характер походы по туристским маршрутам приобрели в связи с заключением договора между заповедником и Обществом пролетарского туризма и экскурсий (ОПТЭ), а позже организацией в 1936 г. Туристско-экскурсионного управления при ВЦСПС. Со временем расширились цели и функции природопользования и стали осваиваться различные виды туризма: оздоровительный и спортивный (Основы туристской деятельности, 1992); кемпинговая и повседневная рекреация; спортивно-массовые мероприятия; лесной туризм и лесная экскурсия (по ОСТ 56-100-95); дорожная, бездорожная, добычательская, бивачная, транспортная рекреация (по Тарасову, 1986). Они вносят существенные изменения в состояние наиболее привлекательных для отдыха горных экосистем, которые размещены в Майкопском районе Республики Адыгея, где сосредоточена большая часть особо охраняемых природных территорий (ООПТ) региона, в том числе объекты Всемирного природного наследия ЮНЕСКО «Западный Кавказ».

Наиболее популярны среди туристов многодневные туристские походы через Главный Кавказский хребет с выходом к Черному морю, походы выходного дня, прогулки и экскурсии на интересные природные и антропогенные объекты. Более 70 лет совершаются многодневные плановые и самодеятельные походы по маршрутам, имевшим Всесоюзное и местное значение. Состояние экосистем, через которые проходят эти маршруты, слабо изучено. Проведение таких исследований особенно важно в связи с тем, что наиболее популярные туристские маршруты (№№ 30, 30а, 825) пролегают через ООПТ: Кавказский государственный заповедник; памятники природы: «Долина реки Руфабго», «Гранитное ущелье», «Верховье реки Цице».

На туристских маршрутах влияние на окружающую природу обычно концентрируется на экскурсионных объектах, приютах и тропах, по которым туристы перемещаются в соответствии с правилами техники безопасности и передвижения в походе. Ширина троп на маршрутах варьирует от 0,4 до 3,0 м (иногда 4,0 м), что зависит от рельефа, особенно крутизны склона; типа почв и лесорастительных условий; сомкнутости древостоя и высоты напочвенного покрова, подроста, подлеска; степени развития эрозионных процессов.

Наиболее значительные изменения в экосистемах происходят лишь на самой тропе и существенно не затрагивают прилегающей к ней части системы. Это отмечено нами на участках туристских маршрутов, пролегающих через лесные и луговые массивы, расположенные на крутых склонах (например, от Инструкторской щели до приюта

«Фишт», от приюта «Фишт» до Черкесского перевала и др.) и имеющие высокий травяной покров, густой подрост и подлесок. На таких участках туристы вынуждены перемещаться строго по нитке маршрута и проложенным тропам. С одной стороны, это уменьшает площадь воздействия на экосистемы и ландшафт в целом, а с другой, концентрирует влияние на тропе. В результате проведенных нами исследований выявлены наиболее общие изменения в лесных и луговых биогеоценозах под влиянием рекреации: вытаптывание напочвенного покрова и подстилки на значительной площади вплоть до минеральной части, уплотнение верхних горизонтов почвы, полное уничтожение подроста и подлеска, что согласуется с другими исследованиями (Ибрагимов, 1990; Комарова, 2001 и др.). Так, видовое разнообразие напочвенного покрова буково-пихтовых лесов на туристских тропах снижается во много раз и на их отдельных участках составляет 0-2 вида на 1 м² проективного покрытия - 0-1%. Вне троп покрытие может превышать 100 % за счет перекрывания ярусов. Существенное ухудшение отмечено в лесной подстилке, почвенном покрове и возобновительном процессе.

Наиболее неблагоприятные условия для сохранения природным комплексом рекреационной привлекательности создаются на участках, где совпадают несколько туристских маршрутов. Так, нитки маршрутов № 30 и 30а сходятся на турприюте «Фишт», далее следуют вместе к Черкесскому перевалу, где к ним присоединяется еще один - № 825. Затем все три маршрута идут с Черкесского перевала по южному склону Главного Кавказского хребта, покрытому буковым криволесьем и пихтарником, по одной нитке. Начиная с Черкесского перевала, ширина тропы увеличивается до 2 и более метров, так как в прошлом здесь проходила старая черкесская торговая (колесная) дорога к морю, позже перегонялся (перегоняется и сейчас) скот на летние пастбища. В настоящее время эта дорога используется большим числом туристов, направляющихся к Черноморскому побережью по указанным маршрутам.

Более крупномасштабное воздействие на экосистемы и ландшафт происходит на приютах, местах привалов, экскурсионных объектах, панорамных точках, где одновременно концентрируется значительное число туристов и рекреантов. Так, на приюте «Фишт» общей площадью 3,6 га, расположенном на высоте 1500 м н.у.м. у подножья горы Фишт, площадь полностью вытаптанной территории составляет 0,29 га. Общая протяженность троп на всей поляне составляет 1499 м, средняя ширина - 72 см (от 50 до 150 см), площадь - 0,11 га. Под постройками находится 0,02 га, под кострищами - 0,018 га. В целом естественной растительности лишено 0,33 га, или около 10% площади всей поляны. Состав растений субальпийского луга существенно изменен - присутствуют сорные виды (подорожники, пастушья сумка, крапива и др.), не свойственные данному высотному поясу. Зона влияния туристов здесь не ограничивается субальпийскими лугами, так как примерно около половины туристов останавливается не на полянах приюта «Фишт», а под пологом леса на левом берегу р. Белой. Под бивак используются удобные участки буково-пихтового леса, что привело к полному уничтожению напочвенного покрова, лесной подстилки и подроста на нескольких участках вдоль тропы размером около 200 м² каждая.

Масштабы воздействия на природу несколько снижаются в местах малых и больших привалов, где костры для приготовления пищи не разводятся (например, на Абадзешском перевале, под Оштенем у озера «Осыпс», на Фишт-Оштеновском перевале, поляне Стадника, поляне Холодный ручей, на правом берегу реки Шахе за висячим мостом). На этих участках туристских маршрутов частично вытаптаны почва, покров и подстилка, появились стихийные свалки бытового мусора.

Одним из наиболее доступных и интересных рекреационных и экскурсионных объектов Республики Адыгея является памятник природы «Долина реки Руфабго», который раньше многих других охраняемых объектов был вовлечен в природопользование. Это связано со строительством в 1930 году железной дороги из Белореченска в Каменноостский и организацией первых туристских маршрутов через

Кавказский заповедник. Поселок стал уже в 1936 году туристским центром и исходным пунктом для многих походов и экскурсий. Туристские группы останавливались в доме туриста и в течение двух дней готовились к переходу через Главный Кавказский хребет. Через долину реки Руфабго проходил тренировочный маршрут, и она служила испытательным полигоном для туристов, которые называли ее «долиной испытаний».

В настоящее время этот природный комплекс, несмотря на организацию в 1979 году памятника природы регионального значения, интенсивно используется практически круглый год туристами, любителями отдыха на природе, сборщиками грибов, черемши, декоративных растений. Определенные положительные изменения в снижении негативного влияния на сам памятник природы, окружающие экосистемы и ландшафт произошли в связи с его передачей в 1999 г. в аренду ЗАО «Руфатур». Построен мост через Белую, ведущий непосредственно к первому водопаду. Оборудована (кострищами, столами, качелями) площадка для отдыха и игр, территория которой регулярно очищается от мусора. Несмотря на некоторые положительные изменения в использовании этого природного комплекса, количество туристов, посещающих долину реки Руфабго, не регламентируется и их поведение не контролируется. Значительная часть отдыхающих (до 300 в день) добирается до водопадов по туристской тропе, устанавливает палатки, костры в любом удобном месте, рубит лес на дрова. Поэтому вдоль троп скапливается мусор, на них полностью разрушен напочвенный покров, подрост, подлесок, лесная подстилка. Участок леса, ведущий к ущелью Руфабго, покрыт сетью троп, несмотря на наличие маркированной туристской тропы шириной до 3 метров и протяженностью около 2 км (площадь около 0,3 га); имеет вытопанные площадки общим размером более 0,4 га с кострищами. Все деревья на тропах и вдоль них имеют многочисленные механические повреждения.

Полностью лишена покрова, подстилки и подростка благоустроенная для отдыха площадка размером 2,5 га у нового моста. Площадь троп на ней составляет 0,62 га при их протяженности 2862 м. Эта площадка приспособлена для проведения пикников под пологие лесные насаждения, которое естественным путем не восстановится из-за почти полного отсутствия подростка (единичные экземпляры сохранились у стволов деревьев). Поэтому сохранить лесные массивы около этого рекреационного объекта в будущем возможно только путем проведения мероприятий по искусственному лесовосстановлению на поляне для отдыха, жесткого контроля за рубкой живых деревьев и кустарников на менее нарушенных участках. Для предотвращения рубок необходимо дополнительное благоустройство территории и размещение в местах стоянок и привалов, вдоль магистральной тропы кострищ, сухих дров, форм малой архитектуры.

Таким образом, продолжительное рекреационное использование территории Северо-Западного Кавказа привело к существенным изменениям горных экосистем и их компонентов. В связи с этим прогнозируемое расширение масштабов развития туризма в регионе без увеличения ущерба экосистемам, в том числе особо охраняемых природных территорий, возможно лишь при комплексном подходе к организации рекреационного природопользования, включающем все аспекты (экологический, природоохранный, экономический, юридический и другие) этой деятельности.

ЛИТЕРАТУРА:

1. Бондаренко В.Д. О рекреационном пользовании в дубравах // Лесопользование и охрана окружающей среды: Тезисы докладов участников Всесоюзного научно-технического совещания. – М., 2003. – С. 218-219.
2. Зарудная Г.И., Минкевич И.И. Состояние древесных пород парков при высокой рекреационной нагрузке // Лесное хозяйство, 2017. - № 2. – С. 28-35.
3. Ибрагимов К.Г. Антропогенное влияние на лес рекреации и выпаса // Проблемы лесоведения и лесной экологии: Тезисы докладов. Ч.2. – М., 1990. – С. 523-525.
4. Комарова Н.А. К вопросу о свойствах почвы в местах интенсивного рекреационного использования // Устойчивое развитие горных территорий: проблемы

региональной политики горных регионов: Тезисы докладов 4-ой международной конференции. – Владикавказ, 2001. – С.415-416.

5. Основы туристской деятельности. – М.: Российский международный институт туризма, 2012. – 347 с.

6. ОСТ 56-100-95. Методы и единицы измерения рекреационных нагрузок на лесные природные комплексы. – М., 2005. – 14 с.

7. Шадже А.И., Шадже А.Е. О влиянии рекреации на напочвенный покров буково-пихтовых насаждений // Актуальные проблемы экологии в условиях современного мира: Материалы научно-практической конференции. – Майкоп, 2017. – С.103-104.

ОСНОВНЫЕ ПОНЯТИЯ И ОПРЕДЕЛЕНИЯ ТУРИЗМА КАК СФЕРЫ ДЕЯТЕЛЬНОСТИ

*Шаурман М., студентка факультета социальных технологий и туризма
Научный руководитель – доцент, к.г.н. Теучеж Ф.Д.*

В любой деятельности, особенно связанной с международными сделками, самым актуальным является вопрос дефиниций, т. е. согласованных и принятых за основу определений, понятий, терминов, позволяющих адекватно толковать предмет, объект и условия сделки, принципы и положения нормативных актов. Разночтения в толковании применяемых терминов могут иметь самые неблагоприятные последствия в практических действиях субъектов туристской деятельности.

Туристская терминология претерпевает существенные изменения сообразно стремительному темпу развития и формирования как общественных отношений, так и туризма, его отраслей и видов. Толкование туристских терминов - предмет ожесточенных дискуссий апологетов теории туризма.

Когда мы говорим о туризме, мы подразумеваем людей, которые посещают друзей и родственников, отдыхают на каникулах и просто хорошо проводят время. В свободное время они могут заниматься различными видами спорта, принимать солнечные ванны, кататься на лошадях, могут ходить в походы, читать, разговаривать и, наконец, просто наслаждаться окружающим миром. Можно включить в наше определение туризма и людей, которые принимают участие в различных съездах, конференциях или других видах деловой и профессиональной деятельности, ездят в обучающие туры или занимаются исследованиями.

Эти люди (назовем их туристами) используют во время путешествий различные виды транспорта: начиная с велосипедов и заканчивая полетами на реактивных самолетах. Многие путешествуют на автомобилях, автобусах, поездах и даже мотоциклах.

Для того чтобы установить значение туризма и полнее описать сферу его деятельности, необходимо в первую очередь выделить различные группы субъектов, которые взаимодействуют в туризме.

1. *Туристы.* Это люди, которые испытывают различные психические и физические потребности, природа которых определяет направления и виды участия этих людей в туристской деятельности.

2. *Организации, предоставляющие туристам товары и услуги.* Это предприниматели, которые видят в туризме возможность получать прибыль посредством предоставления товаров и услуг с учетом спроса на туристском рынке.

3. *Местные органы власти.* Рассматривают туризм как важный фактор экономики, связанный с доходами, которые местные граждане могут получать от этого бизнеса в виде налогов, поступающих в местный бюджет.

4. *Принимающая сторона.* Местное население, воспринимающее туризм в первую очередь как фактор занятости населения. Для этой группы важным является результат взаимодействия с туристами, в том числе иностранными.

Таким образом, туризм может быть определен как совокупность явления и взаимоотношений, возникающих при взаимодействии туристов, поставщиков, местных

органов власти и местного населения в процессе туристской деятельности.

Путешествия, туризм - это комплекс родственных сфер бизнеса. Наиболее близкой к туризму профессией является распространение туров, т. е. работа туристских агентств. Непосредственно привлечены к туризму авиакомпании, компании по прокату машин, железные дороги, автобусы, гостиницы и рестораны. К сопряженным видам бизнеса также можно отнести финансовые структуры, которые финансируют развитие сферы обслуживания и др. Для того чтобы сформулировать полное определение понятия «туризм», необходимо рассмотреть многоаспектность туризма и его взаимодействие с другими видами деятельности. Отсутствие единых определений затрудняет изучение туризма как учебной дисциплины.

Изучение туризма с научной точки зрения (в ряду других дисциплин) с недавних пор привлекло внимание ученых многих областей знаний. В связи с этим возникла необходимость в разработке точных определений и терминов. Эта проблема не так проста, как кажется на первый взгляд. Ею ежегодно занимаются различные организации, включая Лигу Наций, Организацию Объединенных Наций, Всемирную туристскую организацию, Организацию экономического сотрудничества и развития.

Международные организации постоянно обращаются к теме толкования терминологии, в основном с целью согласования принципов международной статистики. Так, в 1937 г. определение «международный турист» было дано на Конференции экспертов по статистике Лиги Наций. В 1950 г. International Union of Official Travel Organization (IUOTO) - Международный союз официальных туристских организаций (МСОТО), преобразованный в 1975 г. во Всемирную туристскую организацию (ВТО), уточнил определение «турист», введя новые понятия: «экскурсант» и «транзитный путешественник». При этом было дано четкое разграничение этих категорий от категории «турист» [1].

Определенные групповые и экономические интересы стран существенно влияют на толкование понятий, принимаемых за основу в национальных нормативных актах, регулирующих определенные отношения в сфере туризма.

Путешествия и туризм - два неразрывно связанных понятия, которые характеризуют определенный образ жизнедеятельности человека. Это отдых, активное развлечение, спорт, познание окружающего мира, торговля, лечение и множество других видов деятельности. Однако всегда при этом присутствует характер-нос действие, определяющее и обособливающее собственно путешествие от иных сфер деятельности - перемещение человека в иную местность или страну, континент, отличные от его обычного местонахождения или проживания.

Например, кочевые племена: белуджи, бедуины, цыгане и др. Кочевники вместе со стадами животных ежегодно перемещаются по мере освоения пастбищ, причем их не останавливают даже границы государств. Так, белуджи постоянно мигрируют из Пакистана в Афганистан. Сезонные сельскохозяйственные рабочие путешествуют по мере сбора урожая с юга на север США.

Путешествие - термин, обладающий значительной общностью понятийного смысла и обозначающий перемещение людей в пространстве и времени.

Таким образом, путешествие - это перемещение людей во времени и пространстве, а человек, совершающий путешествие, независимо от целей, направлений, средств передвижения и временных промежутков, именуется путешественником.

В зависимости от особенностей путешествия путешественника можно именовать мореплавателем, космонавтом, бизнесменом, натуралистом и т. д. в соответствии с целями, направлениями, средствами передвижения и иными характеристиками, имеющими существенное или даже несущественное значение. При определенных характеристиках и условиях организации и осуществления путешествие может быть составной частью туристской услуги. Для целей статистики путешествующий человек именуется также «посетителем».

Туристская политика государства - это совокупность форм, методов и направлений воздействия государства на функционирование сферы туризма для достижения конкретных целей сохранения и развития социально-экономического комплекса.

Основные направления туристской политики России:

- защита прав путешественников;
- защита интересов производителей отечественного турпродукта;
- всемерная поддержка внутреннего и въездного туризма, которая может проявляться в форме: прямых инвестиций в формирование туристской инфраструктуры; научного и рекламно-информационного обеспечения продвижения национального турпродукта на мировом рынке; налоговых и таможенных льгот, стимулирующих приток инвестиций. Туристская политика государства базируется на стратегии и тактике.

Туристская стратегия - выработка общей концепции развития и целевых программ, для реализации которых требуется время и большие финансовые ресурсы.

Туристская тактика - конкретные меры и приемы достижения поставленной цели в конкретных условиях.

Любое государство, развивающее туризм, стремится достичь от него максимальной экономической эффективности.

Экономическая эффективность туризма означает получение выигрыша (экономического эффекта) от организации туризма в масштабах государства, туристского обслуживания населения региона, производственно-обслуживающей деятельности туристской фирмы [1].

Туризм как торговлю услугами на мировом рынке можно назвать невидимым экспортом, вносящим соответствующий вклад в платежный баланс страны.

Положительным явлением считается тот факт, когда сумма ввоза туристами валюты превышает сумму вывоза валюты.

Прямое влияние туризма на экономику страны или региона - это результат доходов туриста на покупку услуг и товаров туризма. Прямое влияние понимается как результат вклада денег туристами в туристские предприятия, материальное обеспечение работников туризма и создание новых рабочих мест [1].

Расходы туристов повышают доход туристского региона, что в свою очередь ведет к цепочке «расходы - доходы - расходы» и т. д. до тех пор, пока эти связи не замыкают цепочку. Таким образом, влияние первичного дохода вследствие туристских расходов сложно переоценить, так как с ним связаны последующие циклы туристских расходов.

Кроме прямого влияния туристских расходов на развитие региона существует также *косвенное влияние*, или «эффект мультипликатора», который вступает в силу по мере циркуляции туристских расходов в регионе.

Понятие «мультипликатор» (от лат. *mulduplicator* - умножающий) было введено в экономическую науку в 1931 г. английским экономистом Ричардом Каном. Это их выручка от продажи туристам услуг и товаров. Доход региона - это налоги, полученные с этой выручки и оставляемые в распоряжении региона [1].

Деньги туристов начинают полностью работать на экономику региона, когда туристская фирма покупает местные (региональные) товары и услуги. Продавцы этих товаров и услуг, получив деньги от туристов, выплачивают из них заработную плату своим работникам, которые, в свою очередь, тратят их на покупку товаров, оплату услуг и т. д. Однако если работники, получив зарплату, тратят ее на приобретение импортных товаров или отдых за рубежом, то цикл замыкается и происходит утечка денежных средств из региона.

Сочетание прямого и косвенного влияния схемы расходов туристов определяет влияние на местную экономику в целом. Обычно не весь доход, полученный в каждом цикле расходов туристов, бывает потрачен. Некоторая часть его откладывается, а другая тратится за пределами данного региона. Чем больше доля дохода, потраченная в пределах региона, тем больше эффект мультипликатора. Способность удерживать турдоход в

пределах региона зависит от экономической замкнутости района и самостоятельности местной экономики. Если местная экономика способна производить товары и услуги, которые пользуются спросом у туристов, то эффект мультипликатора будет очень значителен. Чем больше товаров импортируется из других регионов, тем меньше эффект мультипликатора.

Из вышесказанного можно сделать вывод: эффект мультипликатора - это количество раз, которое деньги, вложенные туристами в местную экономику, были фактически потрачены в принимающем регионе. Этот коэффициент можно назвать также коэффициентом доходов, так как потраченные туристами деньги прямо или косвенно становятся доходами местного населения. Теоретически эффект мультипликатора в туризме неоспорим, но на практике возникают трудности с его учетом. Западная экономическая наука по проблемам туризма только начинает разрабатывать методику учета и расчета вклада отрасли в экономику страны.

Помимо эффекта мультипликатора есть сопутствующие экономические явления. Растущие затраты туристов вызывают необходимость в дополнительной рабочей силе, что выражается коэффициентом занятости. По мере расширения туристского региона совершенствуется его инфраструктура, идет строительство новых зданий и сооружений. Следовательно, можно рассчитать коэффициент дохода. Рассмотрим эти коэффициенты более подробно.

Коэффициент занятости. Количество имеющихся и вновь создаваемых рабочих мест - один из важнейших показателей вклада отрасли в экономику. Наиболее исследованная категория занятых в туризме - в гостиничном и курортно-санаторном хозяйстве. Косвенная же занятость, создаваемая туризмом в настоящее время, может быть оценена очень приблизительно. Коэффициент занятости различен по регионам и зависят от их экономической базы. Если коэффициент занятости для страны составляет 1,13, это означает, что страна может обеспечить трудоустройство дополнительно 0,13 человек на каждого напрямую работающего в обслуживании экспортного туристского спроса. А если данный коэффициент составляет, предположим, 2,63, то страна обеспечивает рабочими местами приблизительно 1,63 человека на каждого уже работающего в индустрии. В целом же коэффициент занятости страны изменяется прямо пропорционально численности населения или общему количеству трудоустроенного населения. По мере роста населения в стране возрастает и значение коэффициента занятости [2].

Коэффициент дохода. Занятость предполагает доход, который стимулирует экономику региона в процессе его развития. Значительность этого стимулирования зависит от некоторых факторов. Если использовать в качестве примера отель, то его администрации необходимо выбрать один из двух способов распределения прибыли: потратить прибыль на товары и услуги или отложить часть прибыли. Экономисты называют эти способы маржинальной склонностью к потреблению (МСП) или маржинальной склонностью к сбережению (МСС) - оттоком денег из местной экономики. Отток маржинальных (дополнительных!) фондов из местной экономики может производиться двумя путями: они могут быть отложены или могут быть использованы на приобретение импортных товаров. В любом случае данные действия способствуют оттоку фондов и не стимулируют местную экономику [2].

Основным объективным фактором, определяющим уровень потребления, является доход, поэтому объемы потребления прямо пропорциональны величине доходов. Субъективна *склонность к потреблению* может быть средней и предельно! (маржинальной). *Средняя* склонность к потреблению людей выражается отношением потребляемой части дохода ко всему доходу. *Предельная* склонность к потреблению выражается отношением изменения в потреблении к тому изменению в доходе, которое его вызвало.

Но и человек, и предприятие не только потребляют, но и сберегают. Сбережения - это часть дохода, которая не потребляется. *Склонность к сбережению* бывает средней и

предельной (маржинальной). *Средняя* склонность к сбережению выражается отношением сберегаемой части дохода ко всему доходу. *Предельная* склонность к сбережению выражается отношением любого изменения в сбережениях к тому изменению в доходе, которое его вызвало.

Утечка денежных средств. Утечка - это комбинация *сбережений* (деньги, которые не предоставляются в заем) и *импорта* (деньги, которые тратятся на туристские потребности за пределами принимающего государства). Если тратятся деньги за рубежом на импортные товары, то очевидно, что это не стимулирует местную экономику. И аналогично, если деньги отложены в форме сбережений, которые не отдаются в заем в течение года, то они опять же не стимулируют экономику. Таким образом, для получения максимальной экономической прибыли от туристских расходов необходимо вкладывать как можно больше туристских фондов в местную экономику путем покупки национальных товаров и услуг, так как замораживание денежных средств или приобретение импорта в больших объемах не способствует развитию принимающей страны [2].

В заключении, можно сказать, что в России сейчас утечка достаточно велика, так как из-за упадка производственной сферы отелям, транспортным предприятиям и прочим поставщикам туристской отрасли приходится закупать оборудование и некоторые услуги у зарубежных производителей.

ЛИТЕРАТУРА:

3. Власов А.А. Туризм: Учебно-метод. пособие / А.А. Власов. – М: Высшая школа, 1977. – 123 с.
4. Географические проблемы организации труда и отдыха: Сб. статей. Вып.1. – М.: Турист, 2000.

ФИЗИОЛОГИЯ. БИОЛОГИЯ. ЭКОЛОГИЯ

УМСТВЕННАЯ РАБОТОСПОСОБНОСТЬ МЛАДШИХ ШКОЛЬНИКОВ, ПРОЖИВАЮЩИХ В УСЛОВИЯХ СЕЛЬСКОЙ СРЕДЫ

*Аббасова Л.А., магистрант факультета естествознания,
МБОУ «Гимназия №1»,*

Научный руководитель – Т.В. Челышкова, к.б.н., доцент

Учебные возможности и академические успехи детей младшего школьного возраста в значительной мере зависят от их умственной работоспособности. Младшие школьники, имеющие высокий уровень работоспособности, хорошо учатся, меньше болеют и реже пропускают занятия [4]. Кроме того, высокая умственная работоспособность позволяет детям без напряжения овладевать различными умениями и навыками. При достижении высокого уровня работоспособности ребенку удается добиться значительных успехов в развитии познавательных способностей, внимания, памяти, воображения и волевых качеств [3].

Проблема сохранения, поддержания и развития умственной работоспособности приобретает большое значение, особенно в последнее время, в связи с социальными преобразованиями и обновлением содержания школьного образования. Возрастающий объем информации, постоянная модернизация учебных программ, привлечение разнообразных технических средств обучения, влекущие интенсификацию умственной деятельности, - все это создает ощутимое давление на учащихся [1]. Проблеме физиологической адаптации учащихся к учебным нагрузкам в сельской школе не уделяется должного внимания, поэтому актуальным является вопрос изучения умственной работоспособности младших школьников, проживающих в условиях сельской среды.

Исследование проводилось на базе МБОУ «Гимназия №1» с. Красногвардейского. В эксперименте приняли участие школьники 4-го класса. Общее количество обследованных составило 23 человека. Средний возраст испытуемых - 9-10 лет.

Для выявления уровня динамики умственной работоспособности (УР) школьников использовалась корректурная проба-методика дозирования работы по буквенным таблицам Анфимова в модификации Института возрастной физиологии Российской академии образования (РАО), в течение двух минут, до занятий и после. Оценку каждого выполненного задания проводили по объему работы и количеству допущенных ошибок, в пересчете на 200 просмотренных знаков [3].

Результаты нашего исследования показали, что интенсивность умственной работоспособности (количество просмотренных знаков) как и у мальчиков, так и у девочек (по числу просмотренных знаков), после занятий имела тенденцию к снижению (рис.1). Падение работоспособности выражалось в согласованном ухудшении количественных и качественных показателей: объема и точности работы. При этом интенсивность умственной работоспособности (количество просмотренных знаков) до и после занятий в начале (пн) и в конце (пт) учебной недели снижалась, а в среду наблюдалось увеличение количества просмотренных знаков как у девочек, так и у мальчиков.

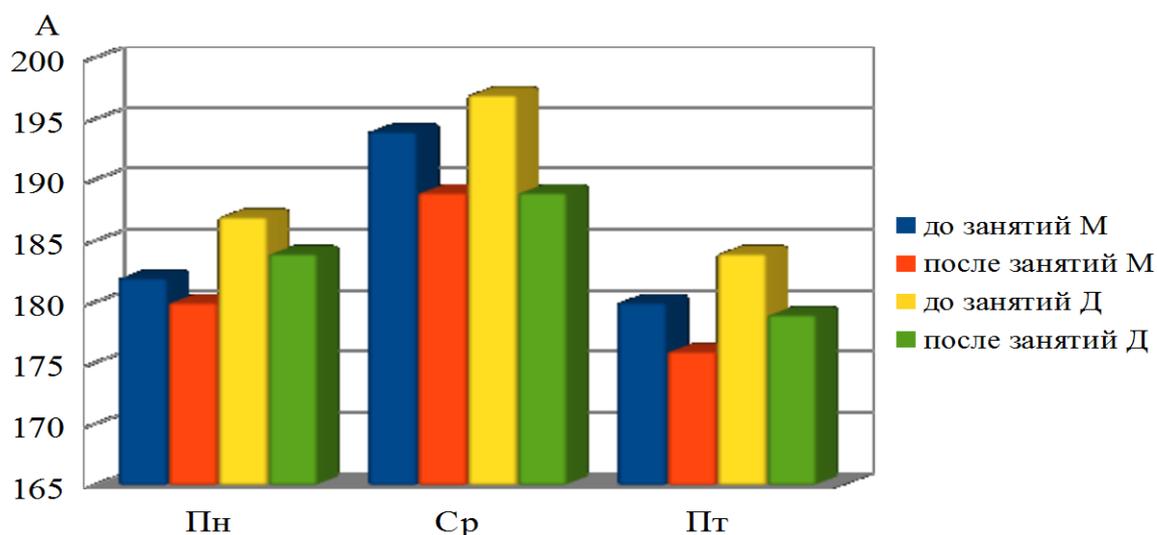


Рисунок 1- Интенсивность умственной работоспособности учащихся 4-го класса

Примечание: А - количество просмотренных знаков

Динамика количества ошибок была аналогичной динамике количества просмотренных знаков. Так, и у девочек и у мальчиков в понедельник и в пятницу было больше допущенных ошибок при выполнении корректурной пробы по буквенным таблицам Анфимова, в сравнении со средой (рис.2). Отмеченный характер изменения показателей умственной работоспособности в недельной динамике соответствует классической биоритмальной кривой изменения работоспособности в указанный промежуток времени.

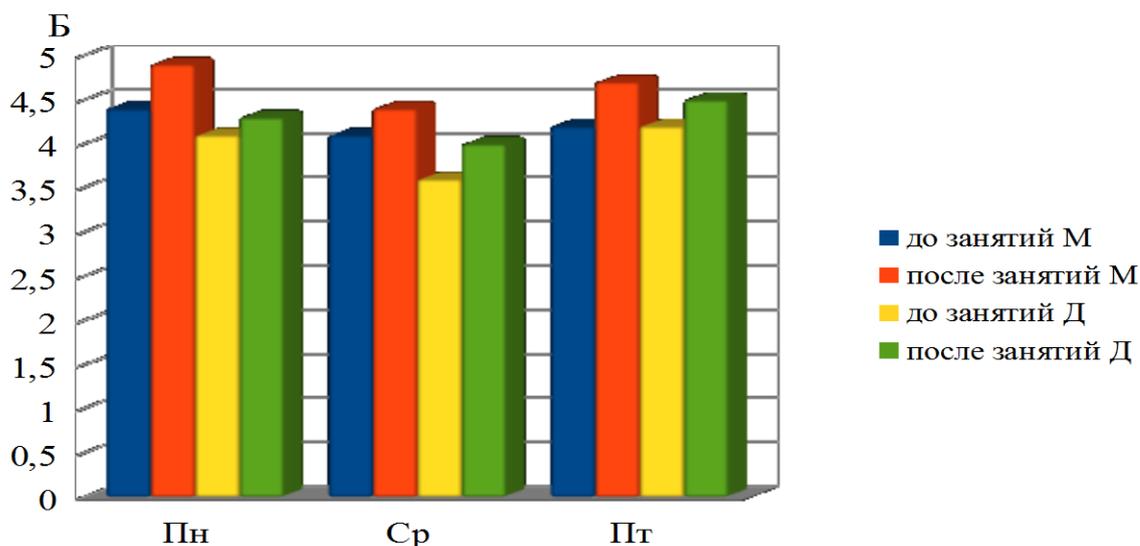


Рисунок 2 – Количество ошибок у учащихся 4-го класса

Примечание: Б – количество ошибок

Результаты проведения комплексной оценки индивидуальной работы каждого школьника позволили выделить следующие группы школьников: с высоким, средним и низким уровнем умственной работоспособности. Процент работ с низким уровнем работоспособности был более высоким у мальчиков после занятий, что указывает на большую утомляемость этого контингента обследованных. Напротив, большинство девочек демонстрировали средний и высокий уровень умственной работоспособности (рис.3). При этом динамика изменений уровня умственной работоспособности указывает и на развивающееся утомление у девочек, после занятий.

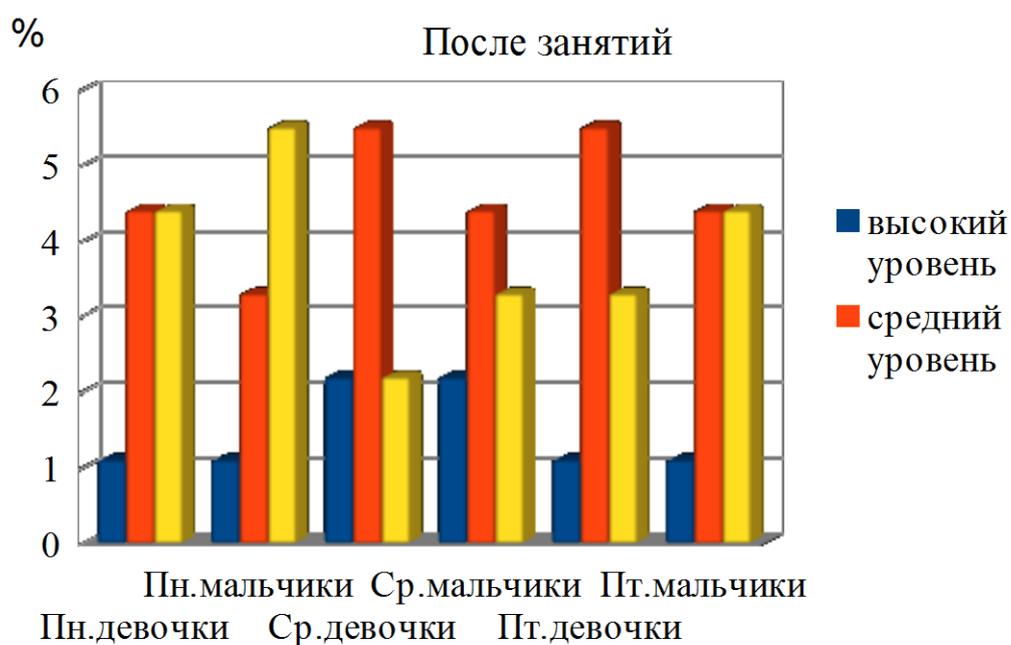
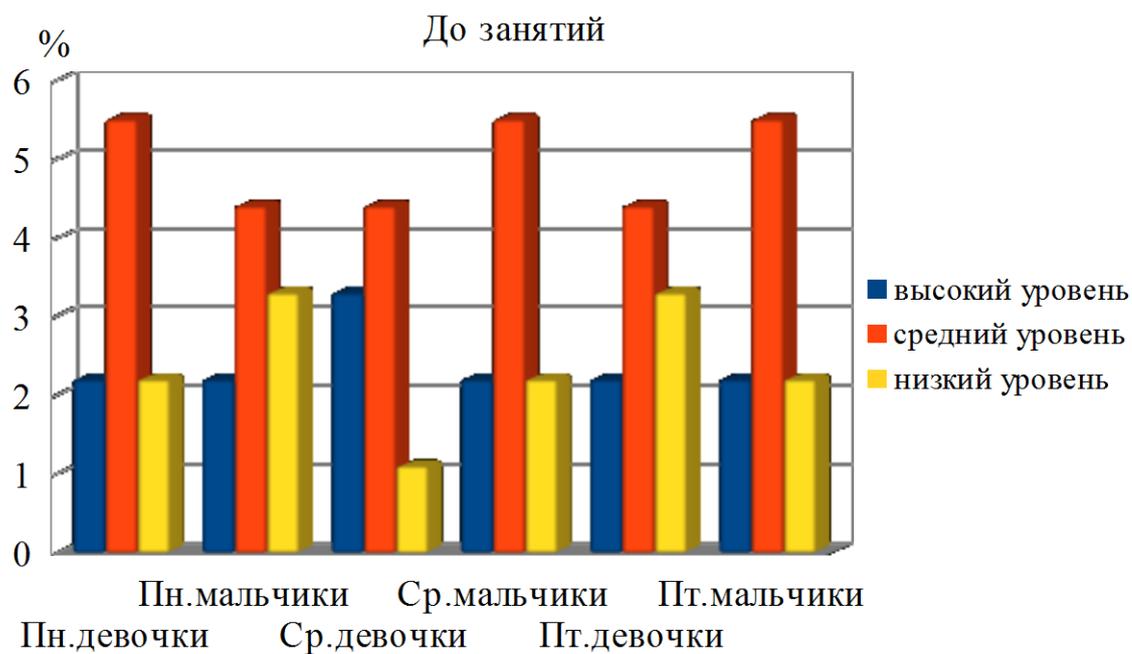


Рисунок 3 – Процентное соотношение работ с разным уровнем работоспособности до и после занятий у учащихся 4-го класса

Таким образом, проведенная комплексная оценка умственной работоспособности показала, что девочки демонстрируют более высокий уровень умственной работоспособности до и после занятий на протяжении всей учебной недели, чем мальчики (рис.4), что подтверждается значением коэффициента «П», то есть преобладания хороших работ над плохими.

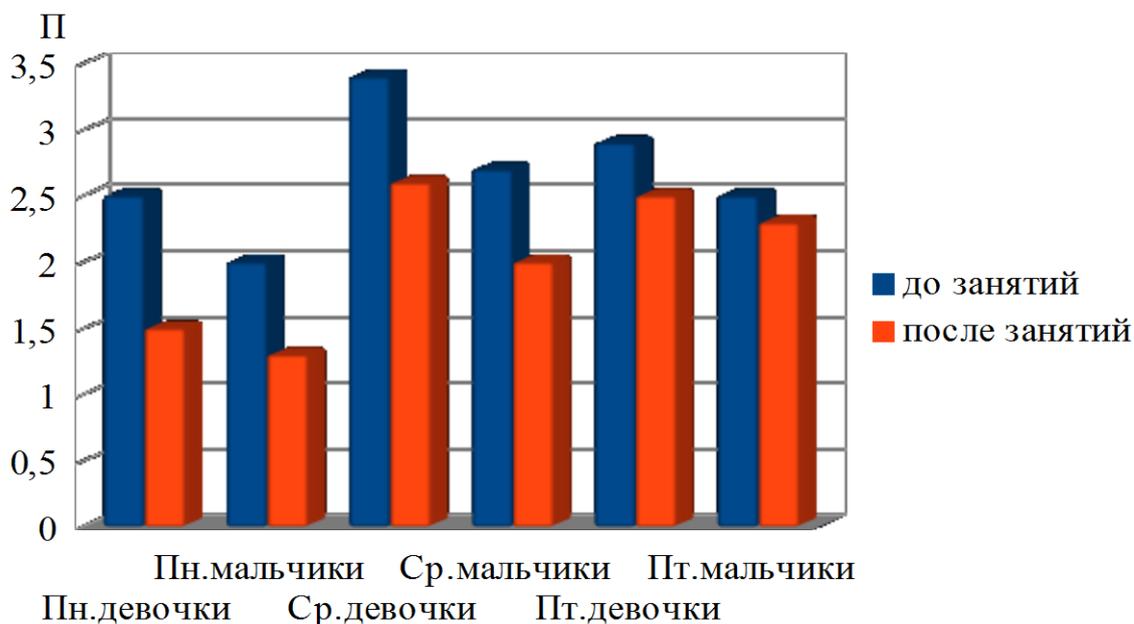


Рисунок 4- Динамика коэффициента «П» до и после занятий у учащихся 4-го класса

Таким образом, в начале учебного года у учащихся 4-го класса сельской школы нами выявлено совпадение недельной динамике изменения показателей умственной работоспособности с классической биоритмальной кривой, что проявлялось в увеличении работоспособности к середине недели и ее снижении к пятнице. Это свидетельствует о благоприятном функциональном состоянии ЦНС, о становлении регуляторных механизмов организма и формировании устойчивой долговременной адаптации в условиях учения в сельской местности [2].

ЛИТЕРАТУРА:

1. Антропова, М.В. Работоспособность учащихся и ее динамика в процессе и трудовой деятельности / М.В. Антропова // Просвещение, 2004.-251с.
2. Алипов, Н.Н. Основы медицинской физиологии / Н.Н. Алипов // Учебное пособи, 2008.-303с.
3. Бойко, Е.И. Механизмы умственной деятельности / Е.И. Бойко // Педагогика, 2009.-248с.
4. Виноградов, М.И. Общая характеристика основных форм трудовой деятельности // М.И. Виноградов // Руководство по физиологии труда, 2006.-40с.

ФУНКЦИОНАЛЬНОЕ СОСТОЯНИЕ ЗДОРОВЬЯ СТУДЕНТОВ 1-4 КУРСОВ ФАКУЛЬТЕТА ЕСТЕСТВОЗНАНИЯ ПО ПОКАЗАТЕЛЯМ ВАРИАбельНОСТИ СЕРДЕЧНОГО РИТМА

С.А. Перепелица, Факультет естествознания

Научный руководитель- С.С. Гречишкина к.б.н., доцент

Актуальность исследования. Студенты – особая категория в составе населения, состояние здоровья которой является показателем социального благополучия и медицинского обеспечения предшествующего периода детства и отрочества, а также вестником изменений в здоровье этой категории в последующие годы. Важным является тот факт, что часто в ВУЗы поступают школьники со сниженным уровнем здоровья и адаптационных возможностей [3]. Также не следует забывать о том, что возраст обучающихся в ВУЗе (16-23 года) относится к периоду окончательного становления адаптационных систем организма.

В прогноз состояния здоровья определяющими факторами считаются состояние

регуляторных систем, а также их способность обеспечить должную адаптацию организма к учебной нагрузке. Анализ состояния ССС, как главного индикатора функционального состояния организма, позволяет эффективно решать задачи оперативного педагогического и доврачебного контроля функционального состояния здоровья студентов. Исследование взаимосвязей между состоянием здоровья организма учащихся и особенностями адаптации их функциональных систем к учебному процессу продолжает оставаться одной из важнейших медико-биологических и социальных проблем.

Обращает на себя внимание и тот факт, что данные о здоровье первокурсников и выпускников нередко не отличаются от общей статистики всех обучающихся в ВУЗе. Также, в доступной литературе буквально отсутствуют сведения о состоянии здоровья подростков 16—17 лет, обучающихся в ВУЗе и относящихся еще к детской возрастной популяции. Физиологические особенности первокурсников, обусловленные продолжающимся созреванием физиологических систем организма, делают их особо чувствительными к влиянию неблагоприятных факторов среды. Имеющиеся малочисленные работы приводят данные об изменениях в состоянии здоровья студентов данной возрастной категории. Однако данные этих исследований не делают целостную картину процесса адаптации к началу обучения в ВУЗе. Это в свою очередь не позволяет разделить студентов по курсам и группам риска и воздействовать на факторы, которые могут способствовать их дезадаптации [1,2].

Назрела необходимость в использовании новых средств и методов определения адаптационных и функциональных резервов организма и проведении ранней диагностики различных патологических состояний и каких-либо функциональных нарушений. Серьезного внимания заслуживает применение в качестве медико-инструментальной базы компьютерных диагностических комплексов, позволяющих использовать неинвазивные методы исследования.

Таким образом, целью данного исследования явилось выявление особенностей функционального состояния здоровья студентов 1 и 4 курсов факультета естествознания по показателям variability сердечного ритма.

Методы исследования. Запись электрокардиограммы и расчет показателей ВРС проводились с помощью аппаратно-программного комплекса «Поли-Спектр-12» компании «НейроСофт» (г. Иваново) в положении лежа в течение 5 минут, а также в условиях активной ортостатической пробы в положении стоя в течение 6 минут. Применялся спектральный метод анализа ВРС и анализ по Р.М. Баевскому.

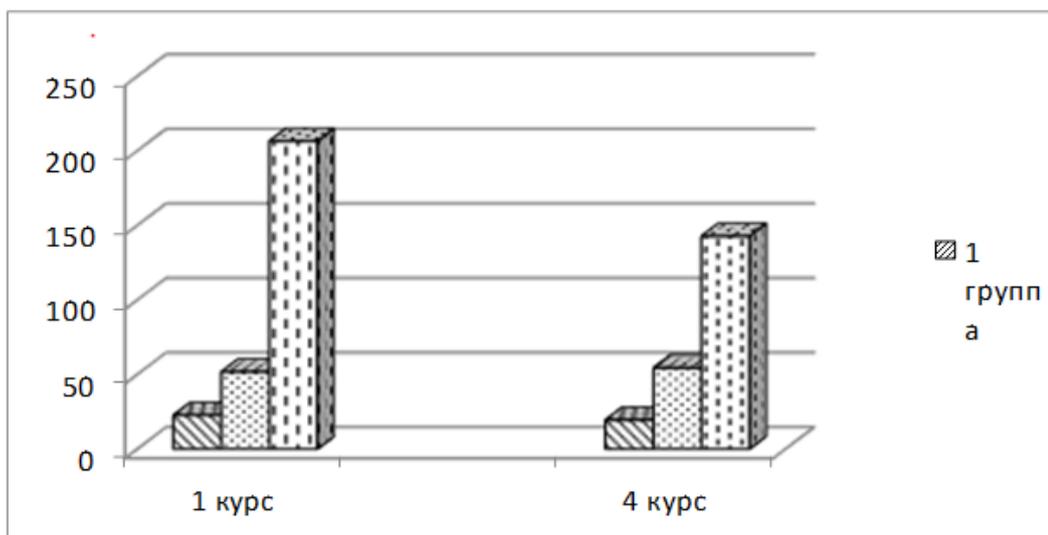
Результаты исследования

За основу разделения на группы здоровья нами был выбран ИН (отражает степень централизации управления сердечным ритмом), ПАПР (отражает соответствие между активностью парасимпатического отдела ВНС и ведущим уровнем функционирования синусового узла), ТР (интегральный показатель, отражающий воздействие симпатического и парасимпатического отделов автономной нервной системы), ЧСС (отражает количество сокращений, совершаемых желудочками, за одну минуту).

На основании экспериментальных данных и табличных значений были выделены 3 группы здоровья у студентов 1 и 4 курсов.

Исследования показали, что ИН регуляторных систем имел достоверно большее значение у студентов с 3 группой здоровья обоих курсов, причем у студентов 1 курса показатель превысил более, чем в 1,5 раза. Наименьшее значение имели студенты с 1 группой здоровья (рис.1). У испытуемых с 1 группой здоровья зарегистрировано преобладание активности парасимпатического отдела ВНС и автономного контура регуляции, что может быть охарактеризовано как состояние оптимального баланса регуляторных систем.

Рисунок 1. Показатели индекса напряженности (ИН) регуляторных систем у студентов 1 и 4 курсов с разными группами здоровья



При проведении АОП у большинства студентов 1 и 4 курса ИН возрастает, что является оптимальной реакцией на нагрузку, указывая на активизацию симпатoadреналовой системы, а у студентов с 3 группой здоровья 1 и 4 курса значительно снижается, что подтверждает напряжение регуляторных систем (рис.2).

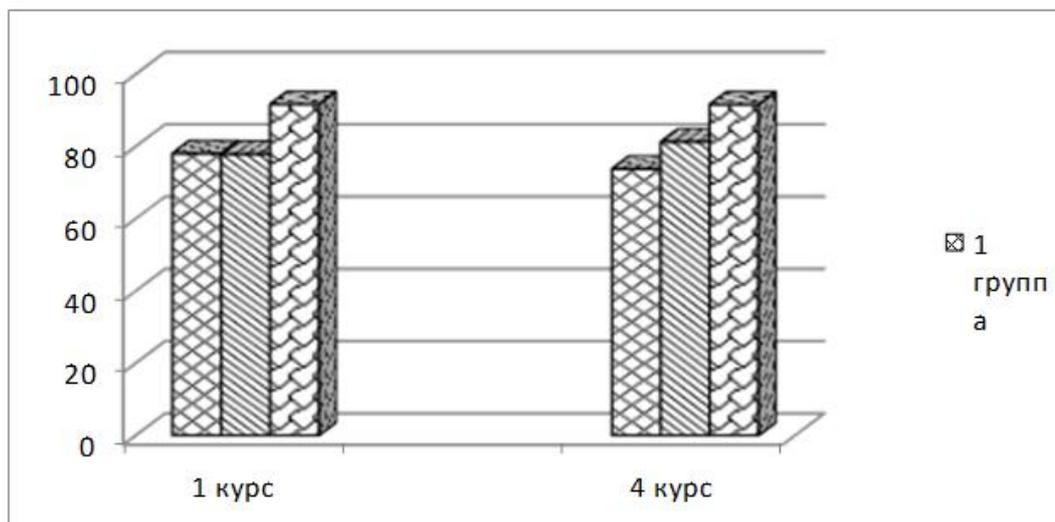


Рисунок 2. Показатели индекса напряженности (ИН) регуляторных систем у студентов 1 и 4 курсов с разными группами здоровья при проведении АОП

Значения показателя ПАПР у студентов с 3 группой здоровья оказались также достоверно выше, чем у студентов с 1 и 2 группой здоровья. Вместе с тем, значение данного показателя в 1 группе было ниже, чем во 2 группе. Известно, что увеличение числовых значений данных показателей наблюдается при превалировании симпатических, а уменьшение вагусных влияний на ритм сердца. Таким образом, полученные данные еще раз свидетельствуют о значительной активации центрального контура и усилении симпатической регуляции ССС у испытуемых с 3 группой здоровья, что проявляется в смещении регуляции в сторону централизации управления. В то же время, у испытуемых с 1 группой здоровья, напротив, зарегистрировано преобладание активности парасимпатического отдела ВНС и автономного контура регуляции, что может быть охарактеризовано как состояние оптимального баланса регуляторных систем.

Из данных диаграммы 3 видно, что показатель ПАПР у студентов 4 курса со 2 группой здоровья выше, чем у студентов 1 курса этой группы. Однако у студентов 4 курса с 1 и 3 группой здоровья значение этого показателя меньше, чем у студентов 1 курса. По-видимому, это свидетельствует о значительном напряжении механизмов адаптации

сердечно-сосудистой системы студентов 4 курса со 2 группой здоровья к учебным нагрузкам (рис.3).

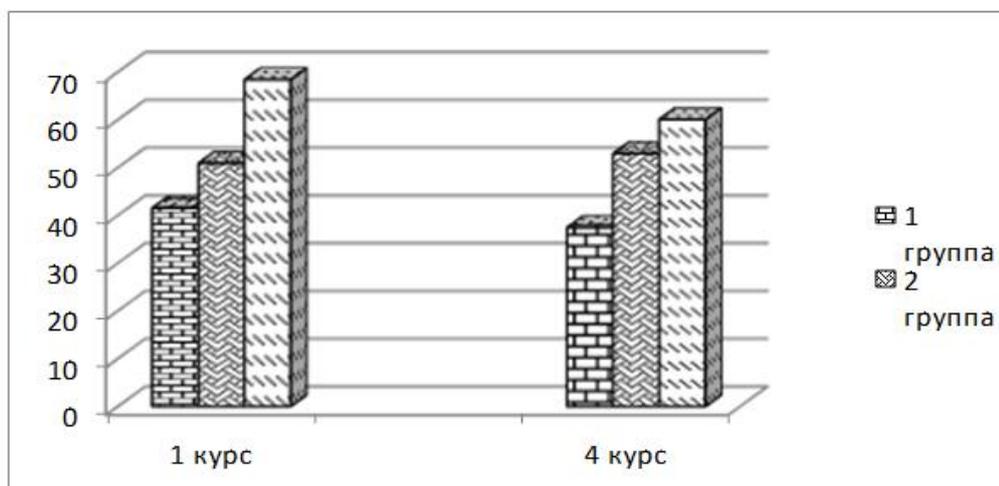


Рисунок 3. Показатели адекватности процессов регуляции у студентов 1 и 4 курсов с разными группами здоровья

При проведении АОП значение показателя ПАПР повышается у всех групп. Но у студентов 1 курса значение этого показателя достоверно выше, чем у студентов курса (рис.4).

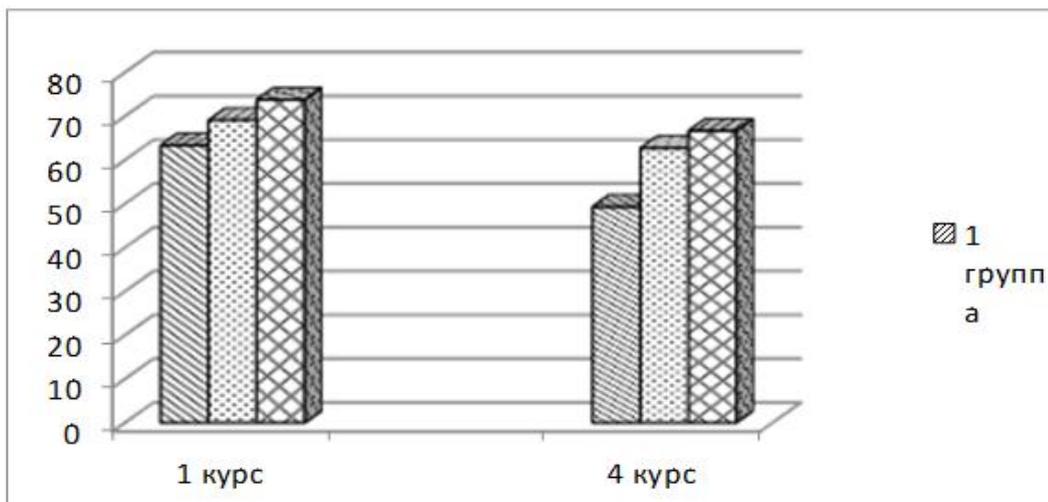


Рисунок 4. Показатели адекватности процессов регуляции у студентов 1 и 4 курсов с разными группами здоровья при проведении АОП

При анализе ЧСС наибольшее значение имели студенты 1 курса с 3 группой здоровья и студенты 4 курса со 2 и 3 группой здоровья, показатель ЧСС $96,33 \pm 9$; 83 ± 6 ; 80 ± 4 уд/мин соответственно определено выше допустимых значений, что вероятно, говорит об усилении механизмов регуляции и увеличении централизации контура регуляции (рис.5). Наименьшее значение ($74,29 \pm 9$ и 65 ± 5 уд/мин соответственно) имели студенты 1 и 4 курса с 1 группой здоровья. Повышенную активность центральных механизмов регуляции у студентов можно расценивать как снижение адаптационных возможностей организма и наличие функционального напряжения сердечно-сосудистой системы.

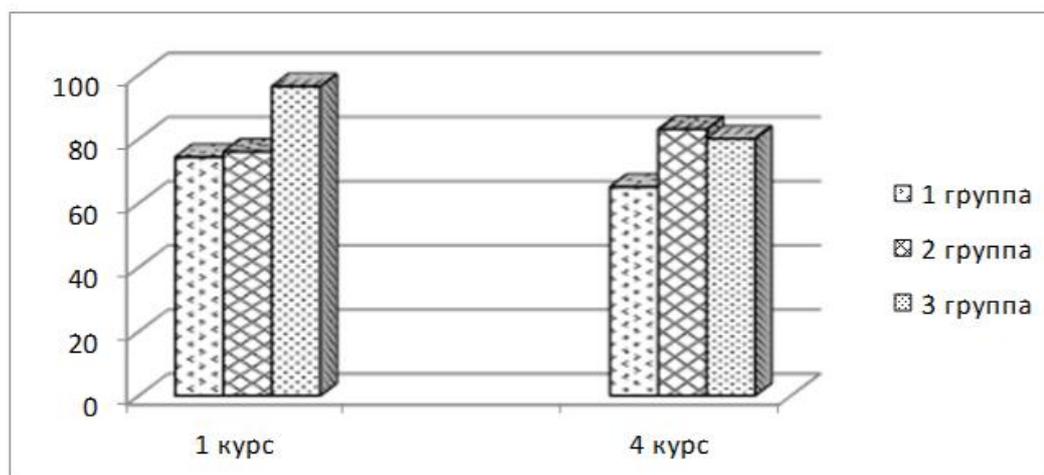


Рисунок 5. Показатели ЧСС у студентов 1 и 4 курсов с разными группами здоровья при фоновой пробе

При оценке реакции сердца на физическую нагрузку (АОП) были получены следующие данные: у всех испытуемых проявилась адекватная реакция на нагрузку, увеличение пульса не превысило 20 уд/мин относительно фона, что говорит об адекватной реакции ССС на нагрузку (рис.6), однако у испытуемых 3 группы здоровья восстановление ЧСС до исходного не произошло во время пробы, тогда как у испытуемых 1 и группы восстановление фоновых показателей происходило через 3-4 минуты.

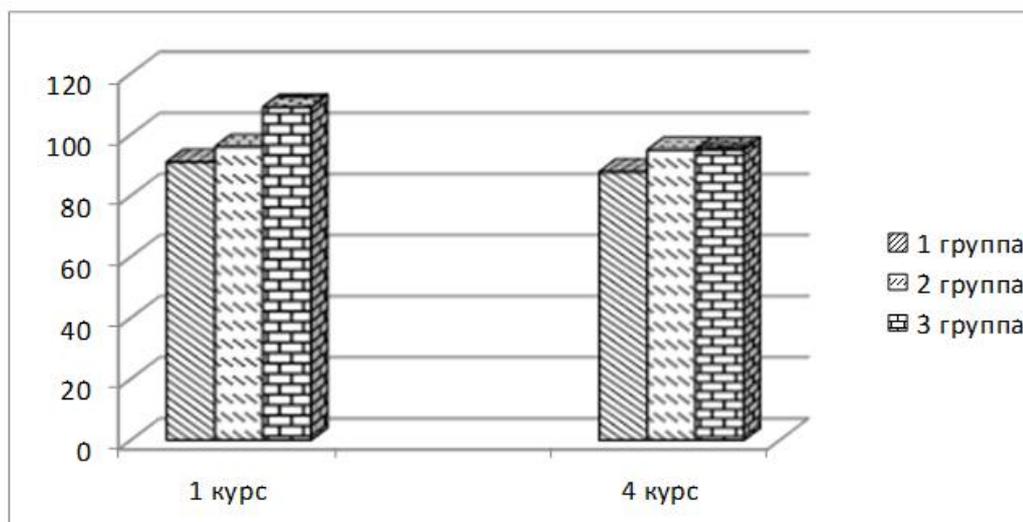


Рисунок 6. Показатели ЧСС у студентов 1 и 4 курсов с разными группами здоровья при проведении АОП

Обработка данных ВРС показала, что достоверно более высокое значение общей мощности спектра (TP) при фоновой пробе имели студенты с 1 группой здоровья и 1 и 4 курсов. Как видно на рис.7 TP у студентов с 2 и 3 группой здоровья уменьшается. Снижение значений TP может говорить о напряжении резервов организма и характерны для лиц находящихся в состоянии симпатикотонии. В работе Ю.В. Бушова отмечается, что лица, обладающие исходно ваготоническим типом вегетативной регуляции, что характерно для студентов с 1 группой здоровья, проявляют энергетически экономный характер функционирования, определяющий повышенную устойчивость к действию различных экстремальных факторов.

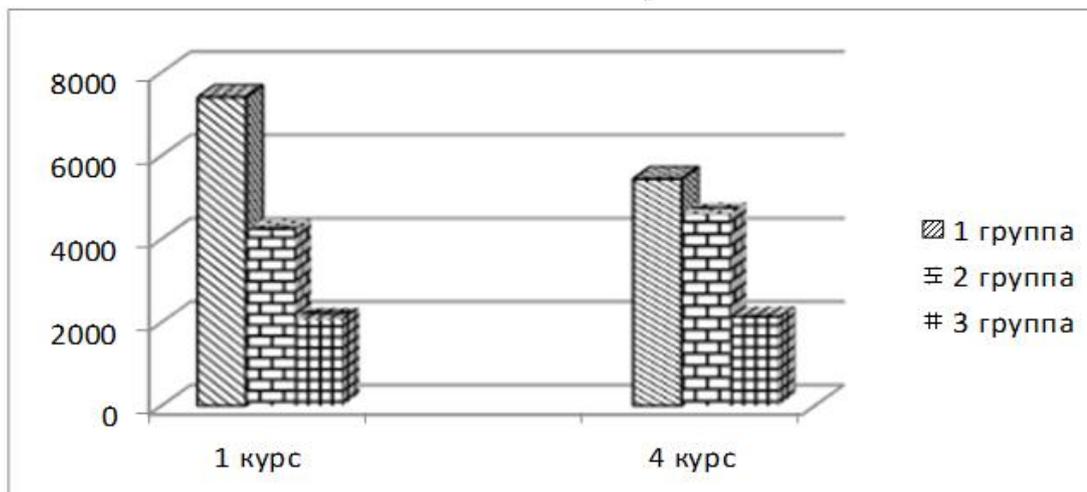


Рисунок 7. Показатели общей мощности спектра у студентов 1 и 4 курсов с разными группами здоровья при фоновой пробе

При проведении АОП у студентов с 2 и 3 группой здоровья 1 курса и студентов с 1 и 3 группой здоровья 4 курса значение TP возрастает, что отражает благоприятный тип реагирования на нагрузку, то как студенты с 1 группой здоровья 1 курса, а также студенты с 2 группой здоровья имели тенденцию к снижению TP, что может говорить о напряжении регуляции сердечной деятельности (рис.8).

Распределение спектральных показателей ВСР показало, что мощность спектра очень низкочастотного компонента variability (VLF) у студентов с 3 группой здоровья 1 и 4 курсов имела наибольшее значение, причем на 4 курсе VLF был достоверно выше, у студентов с 1 группой здоровья - наименьшее значение. Наименьшие среди всех испытуемых значение мощности спектра в VLF диапазоне у студентов с 1 группой здоровья указывают на оптимальный вегетативный баланс организма и наибольшую автономность регуляции сердечного ритма у испытуемых этой группы.

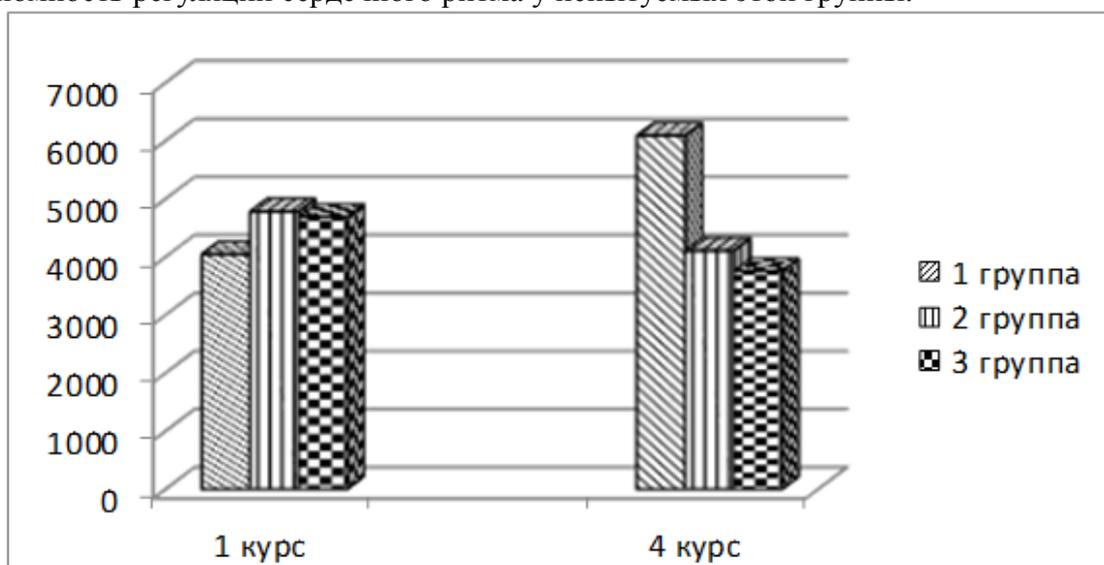


Рисунок 8. Показатели общей мощности спектра у студентов 1 и 4 курсов с разными группами здоровья при АОП

Вместе с тем, превалирование в спектре мощности ВСР у студентов с 3 группой здоровья 4 курса VLF-компонента подтверждает значительное преобладание симпатических и надсегментарных влияний и отражает повышенную активность центрального, нейрогуморального и метаболического уровней регуляции у испытуемых

данной группы, возможно связанного с высоким психоэмоциональным напряжением, связанным с последним годом обучения в ВУЗе.

HF - показатель имел наибольшее значение у студентов с 1 группой здоровья 1 курса и студентов с 2 второй группой здоровья 4 курса, а наименьшее значение у студентов с 3 группой здоровья. Доля HF-волн больше у ваготоников, что характерно для студентов с 1 группой здоровья 1 курса и студентов с 2 второй группой здоровья 4 курса, что согласуется с адаптационно-трофическим защитным действием влияния блуждающих нервов на сердце.

Мощность спектра низкочастотного компонента variability (LF) у 1 курса наибольшее значение имели студенты с 3 группой здоровья, а наименьшее – студенты с 2 группой здоровья, у 4 курса наибольшее значение имели студенты с 1 группой здоровья, а наименьшее имели студенты с 2 группой здоровья. LF- компонент вносит наибольший вклад в состав общей мощности спектра и составляет 44% - 55%. В настоящее время нет единого мнения о природе формирования LF – компонента в общей мощности спектра. Одни авторы считают, что он является маркером симпатических влияний [2], а по мнению других – он обеспечивается как симпатическими, так и парасимпатическими механизмами, сопряженными с барорефлекторной регуляцией СР (рис. 9) [5].

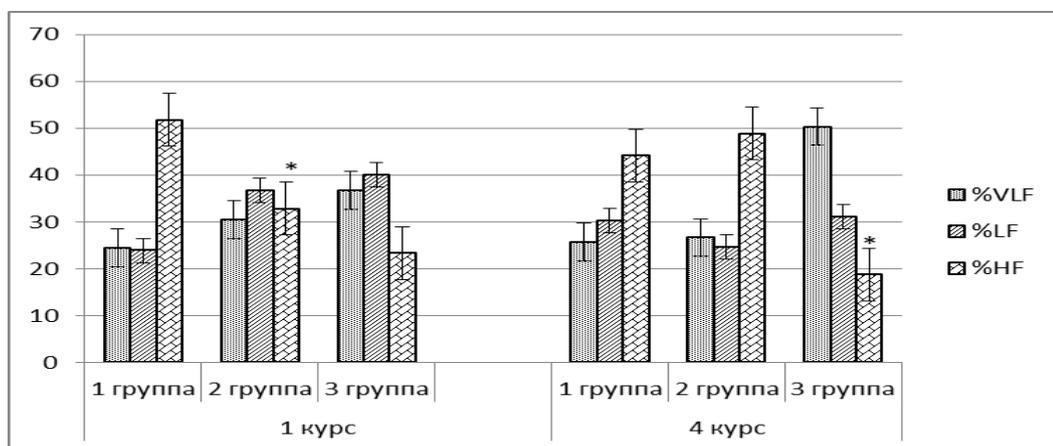


Рисунок 9. Показатели мощности спектра высокочастотного (HF), низкочастотного (LF), очень низкочастотного (VLF) компонента variability у студентов 1 и 4 курсов с разным группами здоровья

При проведении АОП мощность высокочастотного компонента спектра сердечного ритма (HF) достоверно уменьшается во всех группах. Мощность спектра низкочастотной составляющей спектра сердечного ритма (LF), отражающая относительный уровень активности подкоркового вазомоторного центра, и мощность спектра сверхнизкочастотного компонента ВСР (VLF) достоверно увеличиваются, кроме 3 группы 1 курса, у которой VLF достоверно уменьшается (рис.10).

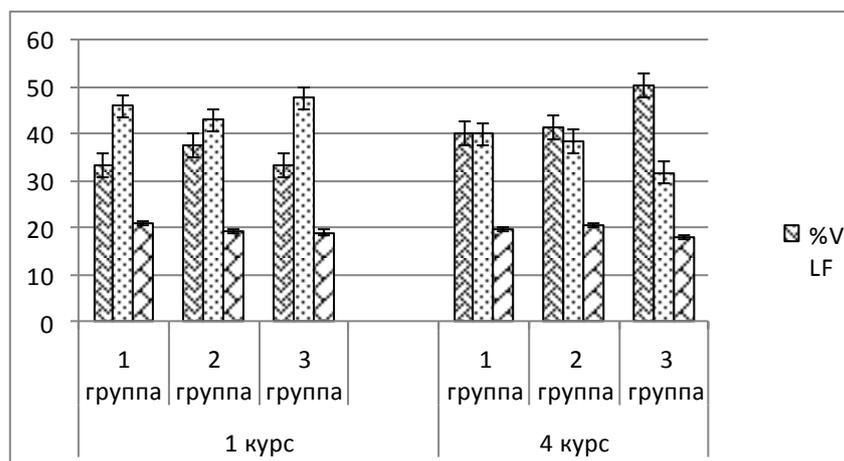


Рисунок 10. Показатели мощности спектра высокочастотного (HF) , низкочастотного (LF), очень низкочастотного (VLF) компонента variability у студентов 1 и 4 курсов с разным группами здоровья при проведении АОП

Выводы:

1. На основании показателей ВРС (ИН, ПАПР, ЧСС) сформированы критерии оценки функционального состояния здоровья, на основании которых выделены 3 группы здоровья (1 группа – с высоким уровнем, 2 группа – со средним уровнем, 3 группа – с низким уровнем).

2. Согласно показателям ВРС значительное количество студентов-первокурсников отнесены ко 2 и 3 группе здоровья (60%), тогда как у студентов-четверокурсников преобладала 1 и 2 группа здоровья (75%). При этом показатели здоровья 3 группы на 4 курсе характеризовались достоверно наибольшим напряжением регуляторных механизмов (превалирование в спектре мощности VLF-компонента, низкая реактивность симпатической нервной системы при проведении АОП), по сравнению со студентами-первокурсниками.

ЛИТЕРАТУРА:

1. Анохин, П.К. Принципиальные вопросы общей теории функциональных систем / П.К. Анохин. – М.: Медицина, 1971.- 46 с.

2. Баевский, Р.М. Анализ variability сердечного ритма при использовании различных электрокардиографических систем/ Р.М. Баевский , Г.Г. Иванов , Л.В. Чирейкин // Вестник аритмологии. – 2001. – № 24. – С. 65–87.

3. Губарева, Л.И. Влияние инновационных форм обучения на соматическое здоровье и функциональное состояние ЦНС школьников в разных экологических условиях / Л.И. Губарева, О.В. Прасолова // Здоровье нации – здоровый город : матер.международ. конф. – Кисловодск, 2005. – С. 35-37

4. Соколов Е.В., Кузнецова Т.Д., Самбунова И.П. .Возрастное развитие резервных и адаптивных возможностей системы дыхания //Физиология развития ребенка. –Изд-во: От А до Я.-2000. - гл.10.–С.167-185

5. Murphy, С. А. Pharmacologic responses and spectral analyses of spontaneous fluctuations in heart rate and blood pressure in SHR rats / С. А. Murphy, В. Р. Sloan, М. М. Myers // J. Auton. Nerv. Syst. – 1991. – Vol. 36, № 3. – P. 237–250.

МОРФОЛОГО-АНАТОМИЧЕСКИЕ ОСОБЕННОСТИ РАСТЕНИЙ ЧАЯ СОРТОПОПУЛЯЦИИ «КИМЫНЬ» В ПРЕДГОРЬЯХ АДЫГЕИ

*Петрова Е.С., магистрант 2 курса факультета естествознания
Научный руководитель – И.В. Чернявская, к.б.н., доцент*

Предгорья Северо-Западного Кавказа принадлежат самым северным рубежам выращивания и возделывания чайной культуры в мире.

В настоящее время учеными Всероссийского НИИ цветоводства и субтропических культур (Рындина А.В (2007), Белоус О.Г., 2009; и др.) были проведены многолетние комплексные исследования по технологии возделывания чая, изучены биологические особенности данной культуры. Выявлены основные закономерности влияния микроэлементов на физиолого-биохимические и анатомо-морфологические параметры чайных растений в условиях влажных субтропиков России [1].

В Адыгее чайное дело стало развиваться после принятия государственной программы развития чайной промышленности в России [3]. В период с 1938-1940 гг., усилиями большого числа отечественных ученых исследователей (И.Н. Клинген, А.Н. Краснов, Г.Т. Селянинов, М.К. Дараселия, В.Д. Кисляков, И.И.Чхаидзе и др.) были заложены первые опытные участки будущих чайных плантаций на высоте до 550 метров над уровнем моря. Первоначально базой современных чайных растений служили элитные грузинские сорта, доставленные известным специалистом-чаеводом, доктором

сельскохозяйственных наук И.И. Чхаидзе, на которых проводились научные исследования по районированию и совершенствованию органолептических свойств [4].

В последние годы сотрудниками Адыгейского филиала ФГБНУ ВНИИЦ и СК (Корзун Б.В., (2015), Пчихачев Э.К., (2015)) достаточно полно исследованы способы повышения зимостойкости чая, имеются данные по росту и развитию надземной части и корневой системы; подробно освещены качественные показатели чайного сырья и готовой продукции [2].

Известно, что специфика природных условий, таких, как освещение в период вегетации, интенсивность света, водный режим и физико-химический состав почв сказываются на морфолого-анатомических и физиологических особенностях растений [4]. Однако, эти показатели практически не изучены, хотя они тесно связаны с сырьевой продукцией.

В связи с этим, изучение морфолого-анатомических особенностей растений чая сортопопуляции «Кимынь» представляет собой актуальную задачу исследования.

Целью исследования являлось изучение морфолого-анатомических особенностей растений чая сортопопуляции «Кимынь» в условиях предгорной зоны Республики Адыгея.

Исследования проводились по общепринятым методикам на листьях растений чая сортопопуляции «Кимынь»: анатомические исследования, определение удельной поверхностной плотности листа (УППЛ) по методике А.Т. Мокроносова. математическую обработку данных с использованием программного пакета Microsoft Office Excel 2003.

Отбор листьев проводился в третью декаду сентября 2018 и 2019 гг, в п. Цветочном, на базе чайных насаждений Адыгейского филиала Федерального государственного бюджетного научного учреждения Всероссийского научно-исследовательского института цветоводства и субтропических культур. Было исследовано 17 разновидностей растений чая сортопопуляции «Кимынь».

Семейство чайные (*Theaceae*) – это кустарники или невысокие деревья. Включает 10 родов и свыше 500 видов, распространенных в тропиках и субтропиках. К роду Камелия (*Camellia* L.) относятся 2 вида растений: чайное дерево, или чай китайский (*Camellia sinensis* L.K.); чай индийский, или ассамский (*Thea assamica* L.).

Популяция Кимынь относится к лучшей категории китайского крупнолистного чая. Растение чая в Адыгее представляет собой вечнозеленый многолетний кустарник, срок жизни которого достигает от 100 – 110 лет. Куст достигает 1 – 1,5 метров в высоту. Листья шириной до 5 см (узкие) и длиной до 12 см с массой флешы в среднем от 0,6 – 0,8 г [2].

Лист, как самый пластичный по внешнему облику орган растения, представляет особый интерес в изучении изменчивости растений. Такое внимание к листу уделяется в связи с тем, что он является одним из главных органов, связанных с функционированием растений, поэтому его признаки должны подвергаться значительному давлению отбора.

Анализ данных показал, что листовые пластинки популяций чайных растений сортопопуляции «Кимынь» разнообразны по морфологическим признакам. Форма варьирует от ланцетной до яйцевидной, пластинка листа гладкая, зеленая глянцевая или матовая. Верхушка листа имеет две формы: выемчатую и притупленную с пильчатым краем. Результаты биометрических исследований показали, что площадь пластинки варьирует от 7 см² до 25 см². Длина от 5 см до 9 см. Ширина изменяется от 2 см до 5 см. Форма листовой пластинки, т.е. соотношения длины листа к его ширине, варьирует от 2 до 3. Соответственно, чем больше этот показатель, тем более лист вытянут в длину, и наоборот, если ниже, то лист имеет более округлую форму.

При исследовании морфологических особенностей листьев были выявлены корреляционные связи между изученными биометрическими признаками (площадью и шириной, площадью и формой, площадью и длиной, а также длиной и шириной). Данному вопросу придается большое значение, так как на основании корреляции зная параметры одних признаков растений можно прогнозировать степень проявления других.

Наблюдались сильные корреляционные связи между длиной и шириной листовой

пластинки равной 0,727; длиной и площадью 0,789, и между шириной листа и его площадью 0,948. Между формой листовой пластинки и площадью выявлена слабая связь (-0,28).

Изучение анатомического строения листьев сортопопуляции «Кимынь» показало, что чайный лист имеет типичное строение характерное для двудольных растений. Результаты исследований 17-ти образцов не выявили различий в анатомическом строении листьев внутри сортопопуляции, что можно объяснить малой изменчивостью этих показателей внутри одной сортопопуляции анатомических показателей по сравнению с морфологическими.

Особое место среди эколого-физиологических признаков, важных для изучения стратегии растений, занимает удельная поверхностная плотность листа, связывающая процессы роста и фотосинтеза и отражающая накопление сухого вещества единицей поверхности. Чем выше УППЛ, тем эффективнее идут процессы фотосинтеза. Известно, что под влиянием факторов внешней среды (интенсивности освещения, доступность влаги) данный признак варьирует, приводя либо к уменьшению, либо к увеличению интенсивности фотосинтеза и, как следствие, выхода готовой продукции.

В связи с этим нами был изучен показатель УПП листа у растений чая сортопопуляции «Кимынь» для выявления наиболее перспективных форм.

Для каждой разновидности присуща определённая удельная поверхностная плотность листа (УППЛ) и данный признак колеблется в пределах от 0,3 до 1,5 г/дм². Наиболее высокие показатели были зарегистрированы у форм №1 и №17 (1,07 и 1,49 г/дм² соответственно), наименьшие – у формы №13 (0,32 г/дм²).

Нами установлена обратная корреляция УПП листа с площадью листовой пластинки, равная -0,8. Следовательно, уменьшение листовой поверхности компенсируется увеличением степени их ксероморфности, т.е. удельной поверхностной плотности, что в свою очередь приводит к повышению интенсивности фотосинтеза.

В связи с этим при оценке перспективности более рационально ориентироваться не на повышении площади листовой поверхности, поскольку дальнейшее ее увеличение может привести к негативным последствиям, а усилению интенсивности отдельных физиологических процессов растения.

Таким образом, полученные данные позволяют расширить представления об изменчивости различных форм растений чая сортопопуляции «Кимынь» и выявить среди них наиболее перспективные к условиям предгорий Адыгеи.

ЛИТЕРАТУРА:

1. Белоус, О.Г. Биологические особенности культуры чая в условиях влажных субтропиков России: автореф. дис. ... д-ра биол.наук / О.Г. Белоус. – Краснодар, 2009. – 314 с.
2. Корзун, Б.В. Возделывание чая в предгорьях Северо-Западного Кавказа: монография / Б.В. Корзун. – Майкоп: Изд-во Магарин Олег Григорьевич, 2013. – 176 с.
3. Распоряжение об утверждении Стратегии развития пищевой и перерабатывающей промышленности до 2020 года [Электронный ресурс]. – <http://government.ru/docs/23574> (дата обращения 21.02.2018).
4. Самый северный в мире и просто вкусный чай – новый бренд Адыгеи [Электронный ресурс] // Natpress, информационно-аналитическое агентство. – <http://www.natpressru.info/index.php?newsid=8385> (дата обращения 25.04.18).

ОСОБЕННОСТИ СИСТЕМНЫХ СВЯЗЕЙ ПАРАМЕТРОВ СЕРДЕЧНО-СОСУДИСТОЙ СИСТЕМЫ У СПОРТСМЕНОВ

*О.А. Сажина, Магистрант 2 курса факультета естествознания
Научный руководитель – С.С. Гречишкина, к.б.н., доцент кафедры физиологии*

В отличие от многих олимпийских видов спорта, история которых исчисляется тысячелетиями, велосипедный спорт возник сравнительно недавно - в конце XIX века.

Различные дисциплины велосипедного спорта существенно отличаются характером физиологических механизмов, отвечающих за результативность [1-5].

Спортивные физические нагрузки играют важную роль в развитии функциональных способностей сердечно-сосудистой системы (ССС) организма. Эффективность тренировки велосипедистов повышается, если условия работы ССС оптимально согласуются с функциональными возможностями спортсмена. Тренированный организм отличается от нетренированного не только величиной функциональных резервов, но и умением достаточно быстро включать их в действие, обеспечивая должную координацию между ними [1-3].

Ярко выраженные тенденции современного спорта заключаются в повышение тренировочных и соревновательных нагрузок, усложнении техники выполнения спортивных упражнений, что предъявляет соответствующие требования к различным функциональным системам организма спортсмена. Одной из самых важных функциональных систем организма является ССС, определяющая функциональную подготовленность спортсменов. Адаптация ССС к физической нагрузке представляет собой один из центральных вопросов всей проблемы адаптации, т.к. способность этих систем увеличивать свою функцию нередко становится звеном, лимитирующим интенсивность и длительность приспособительных реакций целого организма [1-6].

Несмотря на то, что изучение особенностей динамики совершенствования функциональных возможностей ССС является актуальной задачей, исследования корреляционных связей системных параметров ССС у спортсменов практически отсутствуют. Таким образом, актуальность данного исследования обусловлена необходимостью изучения корреляционных связей системных параметров ССС у спортсменов велосипедного спорта.

Целью данного исследования являлось определение особенности системных связей параметров сердечно-сосудистой системы у спортсменов.

Материалы и методы

В исследование были включены велосипедисты (n=55) из двух возрастных групп: подростки (n=31) в возрасте от 13 до 16 лет и юноши (n=24) в возрасте 17-21 год.

Запись электрокардиограммы и расчет показателей ВРС проводились с помощью аппаратно-программного комплекса «Поли-Спектр-12» компании «НейроСофт» (г. Иваново) в положении лежа в течение 5 минут, а также в условиях активной ортостатической пробы в положении стоя в течение 6 минут. Обработка данных и оценка результатов основывалась на методике Р.М. Баевского «Вариабельность сердечного ритма».

Результаты исследования.

Вегетативное обеспечение процессов кровообращения, дыхания, метаболизма играет существенную роль, как во время тренировок спортсменов, так и во время соревнований. Эффективность и скорость включения регуляторных систем должна определять режим тренировки с учетом длительности периода вработывания, основной тренировки и периода восстановления. Типологические особенности вегетативной регуляции не всегда оцениваются и учитываются при выборе режима тренировки, либо ограничиваются традиционным выделением симпатотоников и парасимпатотоников, часто без понимания физиологических закономерностей, лежащих в основе такой классификации. Вместе с тем, новые возможности оценки вегетативного статуса дает метод кардиоинтервалографии, данные которого могут быть использованы при планировании тренировочного процесса.

Анализ ВСР основывается на оценке общего состояния регуляторных систем, анализе соотношения между парасимпатическим и симпатическим отделами вегетативной нервной системы.

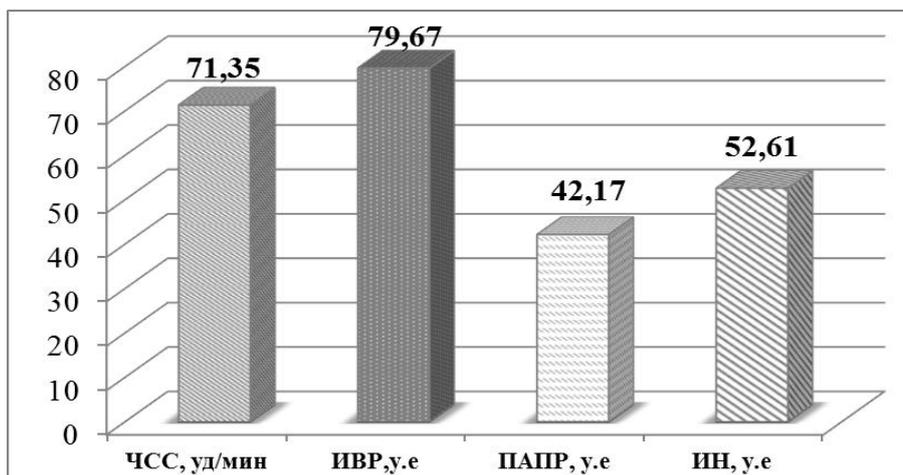


Рис.1. Показатели физиологических параметров сердечно-сосудистой системы у велосипедистов подростковой группы

Средний показатель частоты сердечных сокращений у велосипедистов-подростков составляет 71,35 уд/мин, что является нормальным, так как начинающих спортсменов пульс может быть более частым, чем у опытных. Кроме того, с возрастом у тренированного человека частота биений имеет тенденцию снижаться. Самые высокие параметры – у молодых спортсменов, в возрасте до 15 лет, тренирующихся на выносливость. Для них норма 69-73 ударов в минуту.

Среднее значение индекса вегетативного равновесия (ИВР) у спортсменов велосипедного спорта оказался ниже нормы и составил 79.67 у.е., что указывает на преобладание парасимпатического отдела над симпатическим, то есть о ваготонии.

Показатель адекватности процессов регуляции (ПАПР) у велосипедистов подростковой группы входил в референсные значения: 35-70 ед., и составил 42,17 у.е., что говорит о достаточной централизации управлением ритма.

Индекс напряжения регуляторных систем (ИН) у велосипедистов был умеренно понижен (52,67у.е.), (при норме у физически развитых взрослых людей ИН составляет 80-140 ед.), что указывает на средний уровень здоровья. Он отражает степень централизации управления сердечным ритмом; тенденция к его понижению указывает на преобладание парасимпатического отдела (рис. 1).

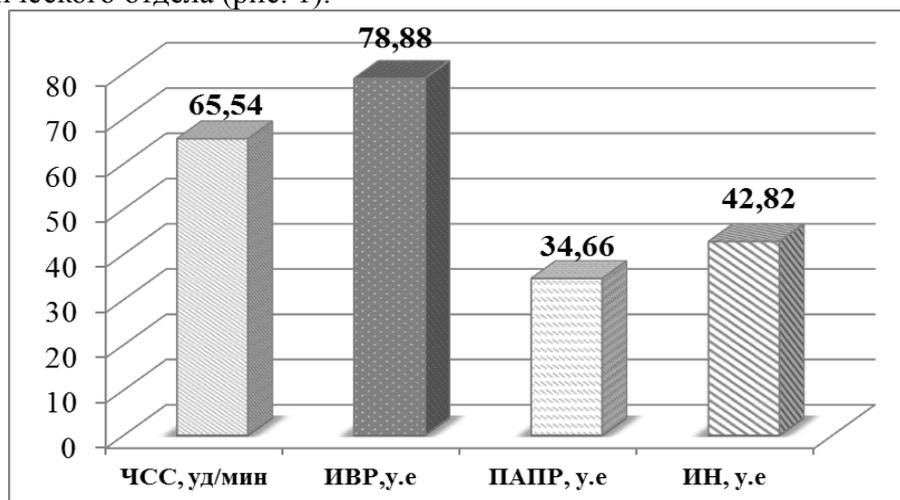


Рис.2. Показатели физиологических параметров сердечно-сосудистой системы у велосипедистов юношеской группы

Средний показатель частоты сердечных сокращений у юношей, занимающихся велосипедным видом спорта, составляет 65,54 уд/мин, что является нормальным, так как у опытных спортсменов пульс менее частый.

Среднее значение индекса вегетативного равновесия (ИВР) у спортсменов

юношеской группы составил 78.88 у.е., что указывает о ваготонии, т.е о преобладании парасимпатического отдела над симпатическим.

Показатель адекватности процессов регуляции (ПАПР) велосипедистов юношеского возраста был незначительно ниже референсных значений: 35-70 ед., и составил 34,66 у.е., что говорит об избыточной централизации управлением ритма.

Индекс напряжения регуляторных систем (ИН) у юношей был понижен (42,85 у.е.), (при норме у физически развитых взрослых людей ИН составляет 80-150 ед.), что указывает на средний уровень здоровья. Он отражает степень централизации управления сердечным ритмом; тенденция к его понижению указывает на преобладание парасимпатического отдела (рис. 2).

Таблица 1.

Системная связь показателей сердечно-сосудистой системы у велоспортсменов подростковой и юношеской группы

Возрастная группа	Показатели сердечно-сосудистой системы					
	ЧСС \ ИВР	ЧСС\ПАПР	ЧСС\ИН	ИВР\ПАПР	ИВР\ИН	ПАПР\ИН
Подростки	r= 0,32; p >0.05	r= -0,56; p <0.05	r= 0,63; p <0.05	r= 0,79; p < 0.01	r= 0,84; p < 0.01	r= 0,73; p <0.01
Юноши	r= -0,004; p >0.05	r= 0,21; p >0.05	r= 0,11; p >0.05	r= 0,94; p <0.01	r= 0,99; p <0.01	r= 0,96; p <0.01

Примечание: r – значение коэффициента корреляции; p – уровень значимости.

В ходе анализа корреляционных связей нами установлено, что в группе подростков наблюдается отсутствие корреляции между ЧСС и ИВР, однако сравнение ЧСС с ПАПР и ИН показало наличие слабой ($r= 0,56$; $p < 0.05$) и средней ($r=0,63$; $p < 0.05$) прямой корреляционной зависимости соответственно. При сравнении показателей ИВР с ПАПР и ИН, а также ПАПР и ИН установлена высокая прямая корреляционная связь. У юношей в сравнении с подростками наблюдается немного иная картина, хотя общая тенденция сохраняется, так ЧСС юношей не коррелирует с ИВР, ПАПР и ИН ($p > 0.05$), но такие показатели как ИВР/ПАПР, ИВР/ИН и ПАПР/ИН находятся в тесной прямой ($p < 0.01$) корреляционной зависимости (табл. 1).

Выводы:

1. У спортсменов подростковой группы преобладает парасимпатический отдел вегетативной нервной системы; средний показатель ЧСС составляет 71,35 уд/мин, что является нормальным.

2. Показатель адекватности процессов регуляции (ПАПР) у велосипедистов подростковой группы составил 42,17 у.е., что свидетельствует о достаточной централизации управлением ритма, однако у юношей он составил 34,66 у.е., что говорит об избыточной централизации управлением ритма.

3. Анализ корреляционных связей показал отсутствие зависимости между ЧСС и ИВР. В группе подростков ЧСС с ПАПР и ИН имеют слабую ($r=0,56$; $p < 0.05$) и среднюю ($r=0,63$; $p < 0.05$), а ИВР с ПАПР и ИН, ПАПР и ИН высокую ($p < 0.001$) прямую корреляционную зависимость соответственно. У юношей ЧСС не коррелирует с ИВР, ПАПР и ИН ($p > 0.05$), но такие показатели как ИВР/ПАПР, ИВР/ИН и ПАПР/ИН находятся в тесной прямой ($p < 0.01$) корреляционной зависимости.

ЛИТЕРАТУРА:

1. Агаджанян, Н.А. Соревновательный стресс у представителей различных видов спорта по показателям вариабельности сердечного ритма / Н.А. Агаджанян, Е.Е. Батоцыренова // Теория и практика физической культуры. – 2006. - №1. – С. 5-10.

2. Солодков, А.С., Сологуб, Е.Б. Физиология человека. Общая. Спортивная. Возрастная. Учебник для высших учебных заведений физической культуры. 8-е издание. – Litres, 2018.- 98 с.

3. Яковлев, Б.П. Психическая нагрузка: практические аспекты ее исследования в условиях спортивной деятельности / Б.П. Яковлев // Теория и практика физ. культуры. - 2000. -№ 5. –С. 25-28.

4. Анохин, П.К. Узловые вопросы теории функциональных систем / П.К. Анохин. – М.: Наука, 1980. – 200 с.

5. Белоцерковский, З.Б., Любина, Б.Г. Сердечная деятельность и функциональная подготовленность у спортсменов. Норма и атипичные изменения в условиях адаптации к физическим нагрузкам. Учебное пособие. – 2012. – 128с.

6. Коломиец, О.И., Быков, Е.В. Вариабельность ритма сердца при адаптации к физическим нагрузкам различной направленности //Ученые записки университета им. ПФ Лесгафта. – 2014. – №. 12 (118).

ФУНКЦИОНИРОВАНИЕ СЕРДЕЧНО-СОСУДИСТОЙ СИСТЕМЫ ОБУЧАЮЩИХСЯ МЛАДШИХ КЛАССОВ В ПРОЦЕССЕ ОБУЧЕНИЯ ПО ПРОГРАММЕ «ШКОЛА РОССИИ»

*Симболетова Д.М., магистрант факультета естествознания,
Шатилова Г.А, Копьева К.О., МБОУ СШ №16,
Научный руководитель – Т.В.Чельшкова, к.б.н., доцент*

Реакция организма на изменение формы обучения в значительной степени определяется функциональным состоянием сердечно-сосудистой системы (ССС). Сочетание существенных качественных морфофункциональных преобразований миокарда и влияния внешних факторов может неблагоприятно отразиться на состоянии здоровья ребенка.

Гемодинамические параметры сердечно-сосудистой системы являются высокоинформативными и чувствительными к воздействию учебных и физических нагрузок. Поэтому актуальным является вопрос изучения функционального состояния сердечно-сосудистой системы младших школьников, обучающихся в современных условиях.

Исследование проводилось на базе лаборатории «Физиология развития ребенка» НИИ КП АГУ. В эксперименте приняли участие школьники 2-го и 4-го классов, обучающиеся по программе «Школа России». Общее количество обследованных составило 69 человек. Средний возраст испытуемых – 8-10 лет.

В ходе эксперимента исследовали следующие показатели сердечно-сосудистой системы: частота сердечных сокращений (ЧСС), артериальное давление: систолическое (АД_{max}), диастолическое (АД_{min}) и пульсовое (ПД), рассчитывался систолический (СО) и минутный объем крови (МОК).

К базовым показателям функционирования ССС относятся артериальное давление и частота сердечных сокращений.

Результаты нашего исследования показали, что среди обучающихся 2,4-х классов большинство (53,8%-58,8%) лиц с нормокардией. Однако у 45,5% мальчиков 2-го класса, а также у значительной части учащихся 4-го класса (30,8% мальчиков и 29,4% девочек) средние значения ЧСС были выше возрастных нормативных значений, что указывает на склонность к тахикардии (табл.1). ЧСС в покое является независимым предиктором сердечно-сосудистых заболеваний, которые могут возникать у детей и отражать проявление стресс-напряжения путем усиления регуляторной активности симпатического отдела вегетативной нервной системы. В дальнейшем, вследствие интенсивного физиологического развития и полового созревания, и в связи с этим

роста энергозатрат на фоне снижения адаптивных возможностей миокарда, процент учащихся с тахикардией может увеличиться.

Таблица 1

Процентное соотношение показателей сердечно-сосудистой системы обучающихся 2,4-х классов

Показатели (\pm %) отклонения от нормы			
Класс	Ниже нормы	Норма	Выше нормы
ЧСС(%)			
2кл(М)	36,3	18,2	45,5
2кл(Д)	41,2	58,8	0
4кл(М)	15,4	53,8	30,8
4кл(Д)	11,8	58,8	29,4
АД max (%)			
2кл(М)	31,8	63,6	4,6
2кл(Д)	29,4	52,9	17,7
4кл(М)	23,1	53,8	23,1
4кл(Д)	41,2	35,3	23,5
АДmin (%)			
2кл(М)	9,9	50	40,1
2кл(Д)	0	23,5	76,5
4кл(М)	0	38,5	61,5
4кл(Д)	5,9	41,2	52,9

Средние значения ЧСС мальчиков несколько выше, чем у девочек (на 10 уд/мин во 2-м классе и на 5 уд/мин в 4-м классе) (табл.1 рис. 1), что не согласуется с данными литературы. Так, по данным Н.И. Обреимовой, А.С. Петрухина (2000), у девочек в возрасте 6-12 лет частота сердцебиений становится больше, чем у мальчиков. Кроме того, ЧСС четвероклассников не имеет тенденции к снижению в сравнении со второклассниками (табл.1, рис.1). Столь противоречивые данные могут свидетельствовать о перенапряжении адаптационных систем в условиях перманентного прессинга учебного характера. Растущему организму свойственна ограниченность адаптационных резервов, поэтому такая неэкономичная их трата является фактором риска появления и развития заболеваний [2].

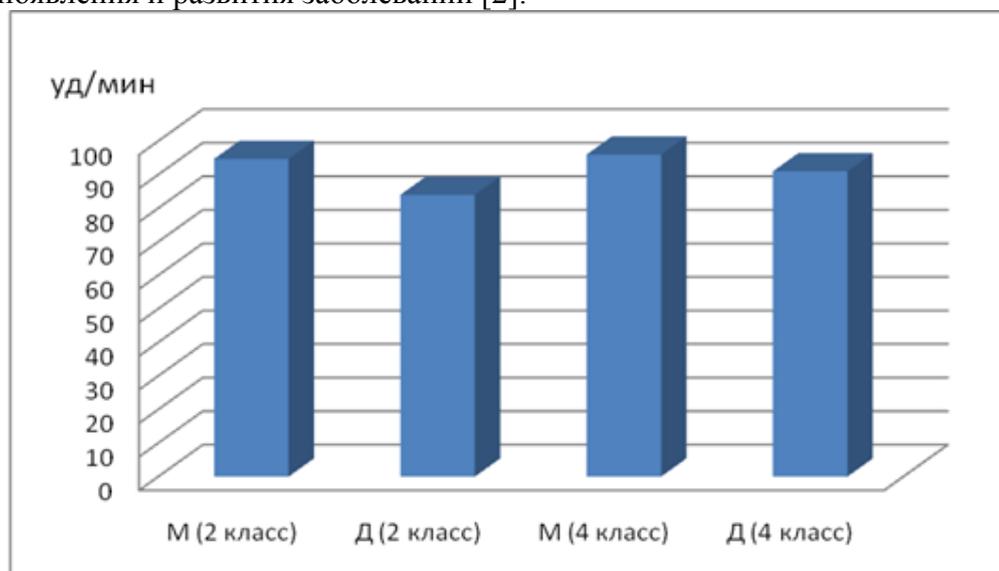


Рисунок 1 - Показатели ЧСС обучающихся 2,4-х классов

Показатели АД_{max}, характерные для данного возраста, отмечены у 63,6% мальчиков и 52,9% девочек 2-го класса. 4,6% мальчиков и 17,7% девочек имели АД_{max} выше нормы. Результаты исследования учащихся 4-го класса показали, что у 53,8% мальчиков и 35,3% девочек показатели АД_{max} были в пределах нормы.

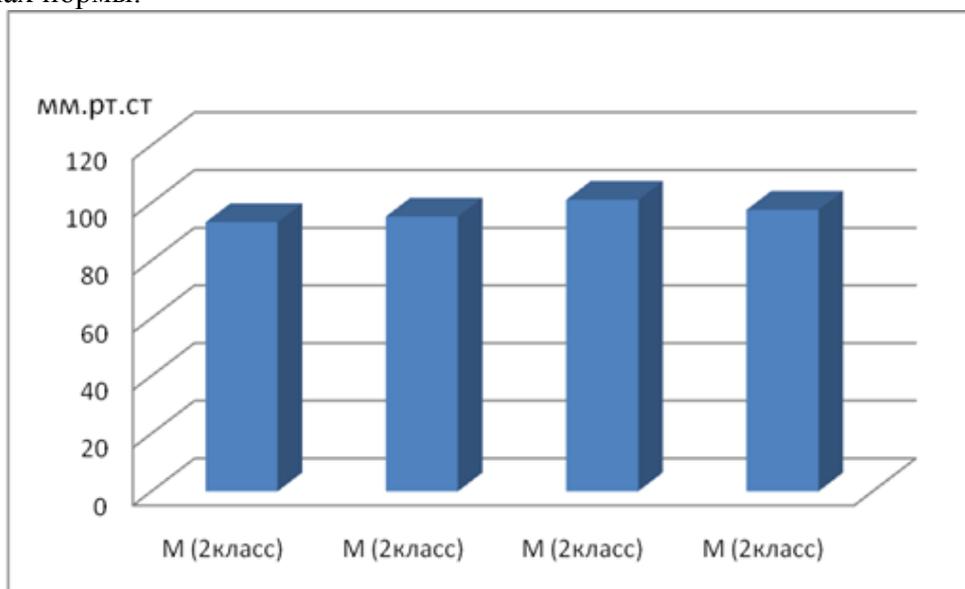


Рисунок 2 – Показатели АД_{max} обучающихся 2,4-х классов

Значения АД_{min} у 76,5 % девочек 2-го класса превышали возрастные нормативы, приводимые в литературе для детей 7-8 лет (табл. 1). Достаточно большой контингент 4-го класса (61,5% мальчиков и 52,9% девочек) имели высокие значения АД_{min}. При этом значения АД_{max} и АД_{min} у девочек и мальчиков 2-го класса не имели достоверно значимых различий ($p > 0,05$).

В 4-м классе зарегистрировано более высокое АД_{max}, согласно возрастной динамике. АД_{max} мальчиков превышало таковое у девочек в среднем на 13 мм.рт.ст (табл.1, рис. 2).

Показатели систолического и минутного объема крови не имели достоверно значимых различий ($p > 0,05$) как между двумя классами, так и между мальчиками и девочками.

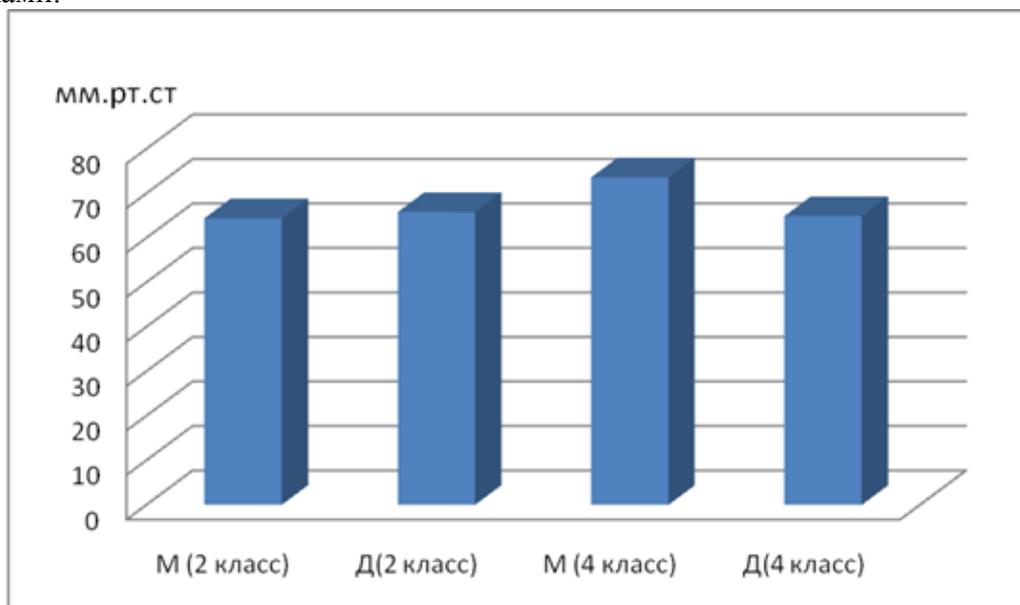


Рисунок 3 – Показатели АД_{min} обучающихся 2,4-х классов

Сравнивая результаты наших исследований с аналогичными показателями, опубликованными в монографии «Образование и здоровье: физиологические аспекты» по результатам исследований, проведенными коллективом кафедры физиологии АГУ, нами выявлены некоторые различия. Так, спустя 15 лет у девочек и мальчиков 4-го класса отмечено значительное увеличение АД_{max} и АД_{min}. В современных исследованиях отмечается, что повышенное систолическое и диастолическое давление является независимым фактором риска ряда заболеваний. У учащихся как 2-го, так и 4-го классов в сравнении с ровесниками начала 2000-х годов отмечено выраженное снижение ПД, что скорее всего, связано как с различиями в уровне ежедневных учебных нагрузок, так и с более низким уровнем здоровья современного поколения учащихся [3,4].

Функциональное состояние организма ребенка определяется адаптационными возможностями организма. Показатели системы кровообращения, изменяясь под воздействием факторов среды, могут отражать степень напряженности адаптивных процессов сердечно-сосудистой системы.

Анализ полученных результатов показал, что под воздействием стандартной физической нагрузки (30 приседаний) происходит сдвиг гемодинамических показателей в сторону их увеличения. Однако, следует отметить, что увеличение МОК происходит не за счет CO, а за счет прироста ЧСС, что является неэкономным вариантом функционирования сердечно-сосудистой системы (рис. 4-6).

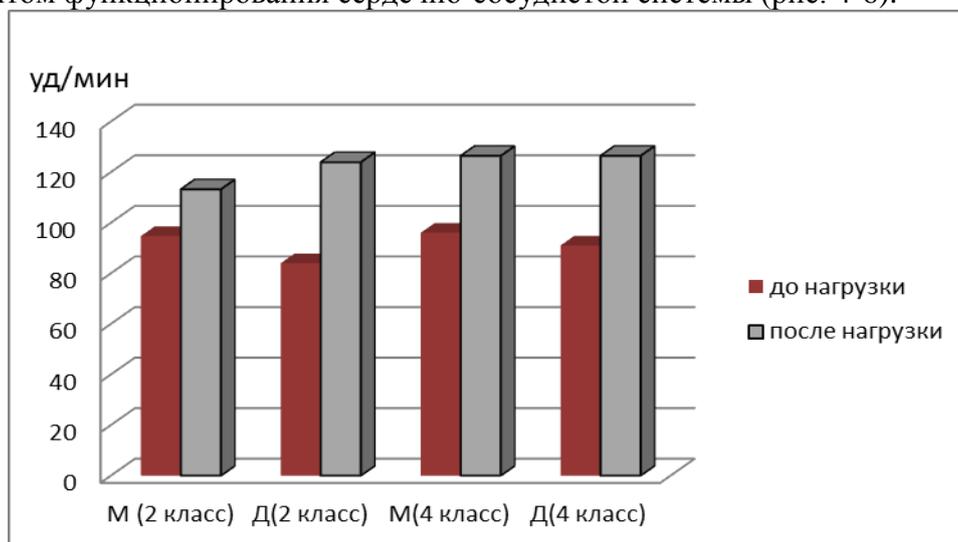


Рисунок 4 - Показатели ЧСС у обучающихся 2,4-х классов до и после физической нагрузки (30 приседаний)

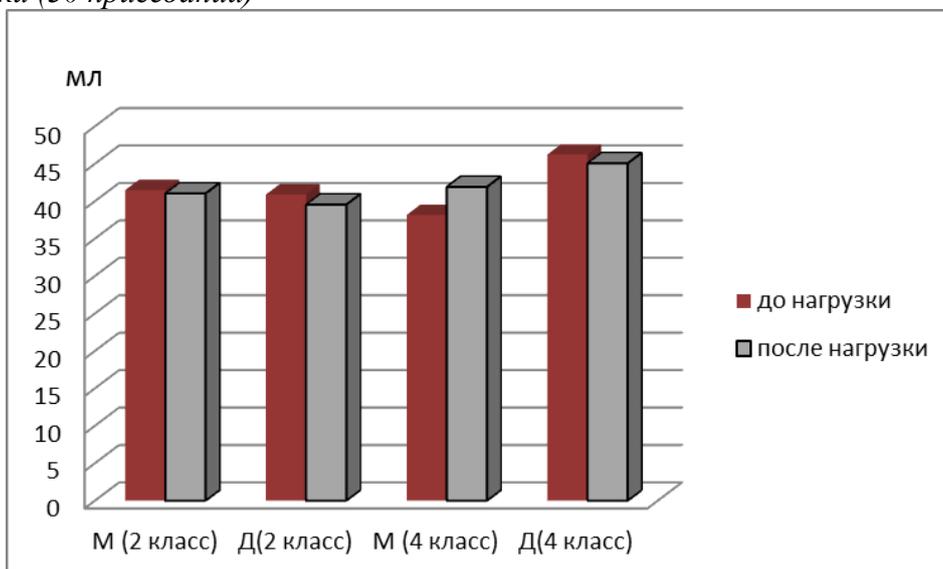


Рисунок 5 - Показатели CO у обучающихся 2,4-х классов до и после физической нагрузки (30 приседаний)

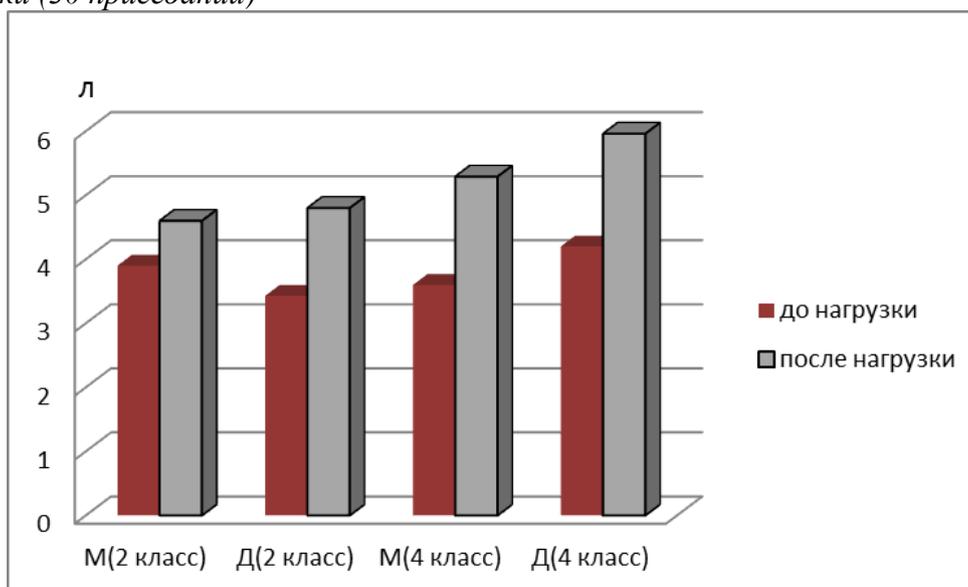


Рисунок 6 - Показатели МОК у обучающихся 2,4-х классов до и после физической нагрузки (30 приседаний)

В целях ранней донозологической диагностики учащихся необходимо проводить мониторинг реакции сердечно-сосудистой системы на физическую нагрузку в ходе учебной деятельности.

Согласно данным Научного центра здоровья детей РАМН, среди учащихся младших классов только 10-12% можно считать здоровыми[1]. Среди факторов, вызывающих ухудшение здоровья детей, кроме недостаточной двигательной активности, нарушений режима дня и питания, выделяют и проводимое в течение ряда лет реформирование системы образования, к сожалению, не сопровождающиеся физиолого-гигиенической оценкой. В связи с этим, необходим адекватный динамический контроль за функциональным состоянием сердечно-сосудистой системы и здоровья в целом в процессе обучения [2].

ЛИТЕРАТУРА:

1. Баранов, А.А. Оценка состояния здоровья детей. Новые подходы к профилактической и оздоровительной работе в образовательных учреждениях / А.А.Баранов, В.Р.Кучма, Л.М. Сухарова. – М.: «ГЭОТАР - Медиа», 2008. - 473с.
2. Обреимова, Н.И. Основы анатомии, физиологии и гигиены детей и подростков / Н.И. Обреимова, А.С. Петрухина. – М.: Академия, 2000. - 376с.
3. Хурса, Р.В. Пульсовое давление крови: роль в гемодинамике и прикладные возможности в функциональной диагностике / Р.В.Хурса// Медицинские новости. - 2014.-№4.- С.13-18.
4. Образование и здоровье: физиологические аспекты / А.В.Шаханова, Т.В.Глазун. – Майкоп: АГУ,2008. – 195 с.

ПСИХОФИЗИОЛОГИЧЕСКАЯ АДАПТАЦИЯ ИНОСТРАННЫХ СТУДЕНТОВ

*Шахбулатова А.М., студентка 4 курса
факультет естествознания*

Научный руководитель - Т.В. Чельщикова, к.б.н., доцент

Проблема адаптации иностранных студентов к условия обучения в российских вузах, в том числе и Адыгейском государственном университете является достаточно острой. Это связано с тем, что эффективная психофизиологическая адаптация представляет собой одну из основных предпосылок успешного освоения будущей

профессии.

В качестве основных факторов, затрудняющих процесс адаптации, многие ученые выделяют социальные психологические проблемы, которые связаны с проживанием в иноязычной стране, отрывом от семьи и привычного социального окружения. Кроме этого, проблемы адаптации обуславливаются психофизиологическими последствиями измененного темпа и ритма жизни, стрессогенностью факторов окружающей среды, непривычными климато-географическими условиями [1,2].

В основе психофизиологических реакций на воздействие вышеперечисленных факторов лежит индивидуальная стратегия адаптации. В связи с этим представляется актуальной оценка и прогнозирование психофизиологической адаптации к учебной нагрузке.

Исследование проводилось на базе Адыгейского государственного университета. В эксперименте приняли участие 80 студентов 1-го курса факультета естествознания. Из них 52 человека – это студенты-иностранцы (I группа), остальные студенты составили II группу. Для выявления уровня динамики умственной работоспособности (УР) студентов использовалась корректурная проба-методика дозирования работы по буквенным таблицам Анфимова в модификации Института возрастной физиологии Российской академии образования (РАО). Оценка каждого выполненного задания проводили по объему работы и количеству допущенных ошибок, в пересчете на 200 просмотренных знаков (стандартизация ошибки). Так же использовали методику анкетирования по определению Интегрального индекса социального самочувствия (ИИСС-20), уровня знания русского языка и удовлетворенности иностранных студентов своим образом жизни.

Изучение динамики умственной работоспособности студентов 1-го курса в течение лекционного занятия показало ухудшение параметров умственной работоспособности от начала к концу занятий (рис. 1). Падение работоспособности выражается в согласованном ухудшении количественных и качественных показателей: объема и точности работы (рис. 1,2).

Развивающееся утомление - это естественная реакция организма на более или менее длительную и интенсивную нагрузку. Однако, большая учебная нагрузка или же нерациональная организация учебной и внеучебной деятельности могут привести к быстро развивающемуся утомлению организма [3].

При этом, следует отметить, что количественные и качественные характеристики умственной работоспособности студентов-иностранцев были достоверно ниже (и характеризовали удовлетворительный и неудовлетворительный уровень умственной работоспособности), чем у студентов II группы, умственная работоспособность которых относилась к хорошему и отличному уровню ($p < 0,05$). Такая динамика прослеживалась как до начала занятий, так и после и у юношей, и у девушек.

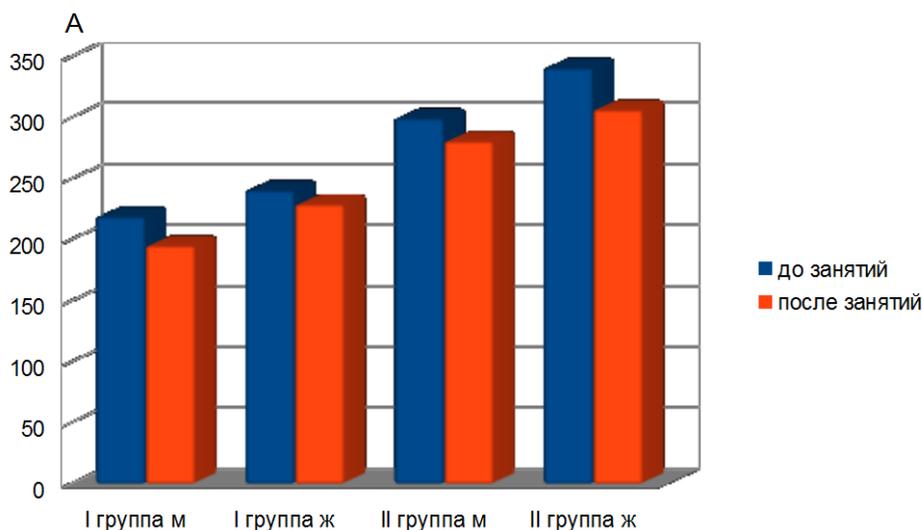


Рисунок 1 – Интенсивность умственной работоспособности студентов 1-го курса

Примечание: А-количество просмотренных знаков.

Так, количество просмотренных знаков до занятий у юношей – иностранцев составляло $225 \pm 22,0$ знаков, что на 85 знаков меньше, чем у их русскоязычных однокурсников ($p < 0,05$).

Количество просмотренных знаков у девушек и в I и во II группах больше, чем у юношей. Межгрупповые различия в интенсивности умственной работоспособности девушек аналогичны таковым у юношей: девушки, составляющие II группу, демонстрировали более высокую интенсивность умственной работоспособности до и после занятий в сравнении с I группой.

Точность работы является информативным показателем состояния корковой нейродинамики, так как отражает способность к дифференцированному торможению. Количество ошибок у всех обследованных студентов увеличилось по отношению к исходному уровню после лекционного занятия. При этом именно у студентов иностранцев (и у юношей, и девушек) нами зарегистрировано наибольшее количество ошибок в сравнении с русскоязычными студентами (рис. 2).

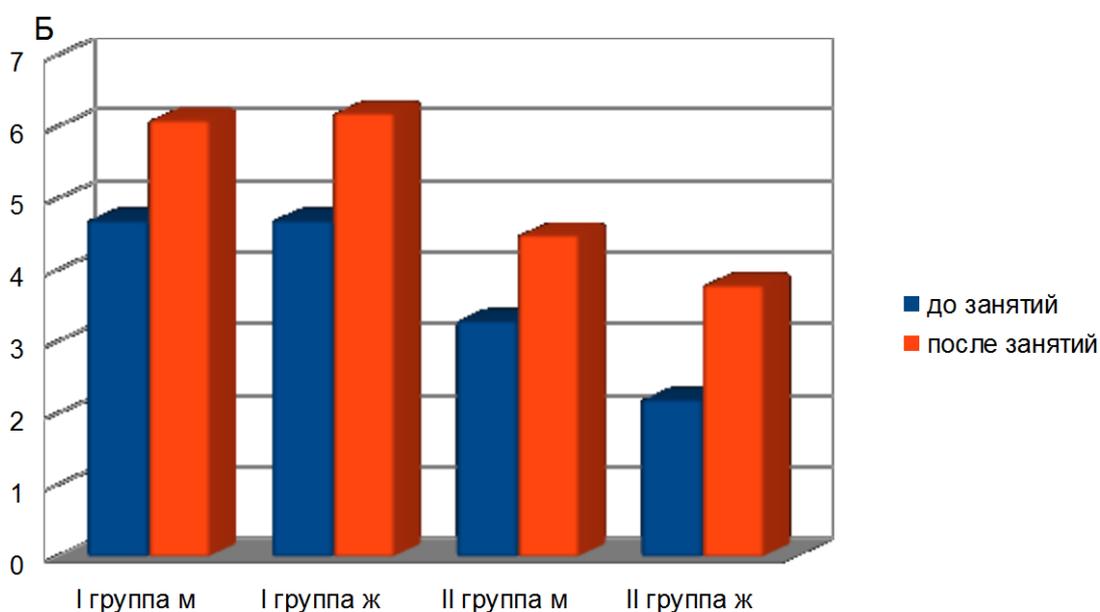


Рисунок 2 – Количество ошибок у студентов 1-курса

Примечание: Б-количество ошибок

Количество допущенных ошибок у девушек I группы до и после занятий больше, чем у девушек II группы, такая же тенденция наблюдается между юношами до и после занятий.

Оценка комплексной работоспособности коллектива (по коэффициенту «П») показала, что у русскоязычных студентов преобладает общее количество отличных и хороших работ над неудовлетворительными. Значения коэффициента «П» (значительно ниже единицы) у студентов-иностранцев указывает на низкий уровень комплексной работоспособности этого контингента обследованных (рис. 3).

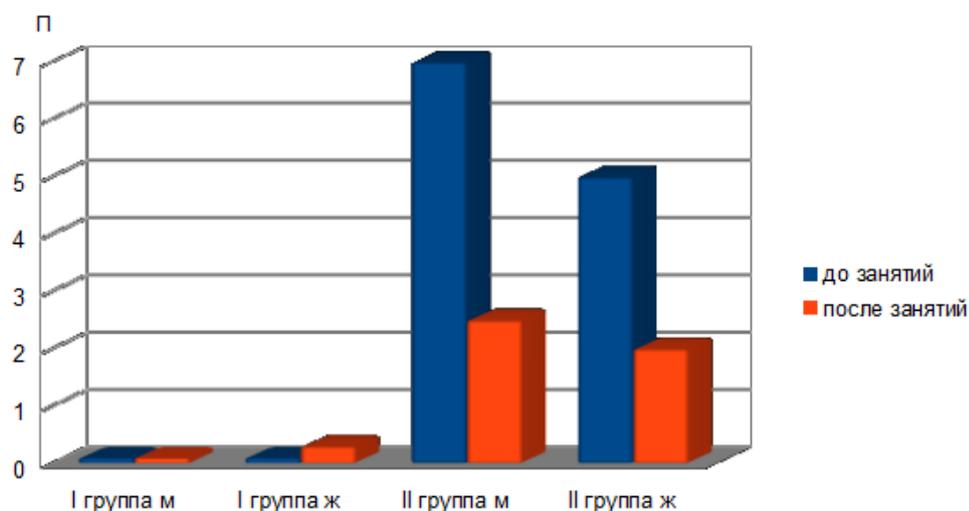


Рисунок 3-Динамика комплексной работоспособности коллектива во время лекционного занятия

Большое количество допущенных ошибок у студентов I группы обусловлено, скорее всего, большой сложностью в восприятии и усвоении информации. Студент-первокурсник должен преодолеть процесс адаптации к новым условиям обучения. Однако, к сложностям адаптации первого года, связанными с освоением нового вида деятельности, у иностранных студентов добавляются непростые аспекты социокультурной адаптации. Студенты-иностранцы, имеющие специфические этнические и психологические особенности, преодолевают психологические, нравственные, социальные и религиозные барьеры.

При этом, по данным проведенного нами анкетирования самым главным препятствием при освоении российской действительности оказался языковой барьер. На вопрос: «Как Вы оцениваете Ваш уровень владения русским языком?» 84% студентов-иностранцев ответили, что испытывают трудности в понимании речи и написании, 11% - могут общаться только со словарем, 5% не ответили (рис. 4). Можно предположить, что они вообще не владеют языком и не могут ответить на предложенный вопрос.

Таким образом, у большинства иностранных студентов, уже обучающихся на 1-ом курсе, не сформирован операциональный компонент готовности к учебно-профессиональной деятельности в высшей школе, а именно – владение лингвистическим аппаратом для установления профессионально значимой информации.



Рисунок 4- Результаты анкетирования по определению уровня владения русским языком

Студенты 1-го курса – это особая социальная группа, которая испытывает повышенное психоэмоциональное воздействие, связанное с изменением условий жизни, обучения, высокой суммарной учебной нагрузкой, новизной и сложностью материала, особенностями психологических состояний и адаптации к новым условиям жизни.

Полученные результаты, указывают на напряженность процессов адаптации, то есть характеризуют низкую способность иноязычных студентов выполнять определенную интеллектуальную нагрузку на заданном уровне сложности в течении определенного времени. Скорее всего, это связано с тем, что уровень их языковой компетентности недостаточен для нормальной учебной деятельности.

В современной системе высшего образования доля студентов-иностранцев увеличивается с каждым годом, поэтому необходимо проводить мониторинг психофизиологических показателей, характеризующих адаптационные процессы, к которым относится динамика умственной работоспособности, с целью ее оптимизации.

ЛИТЕРАТУРА:

1. Абишева, З.С. К проблеме психофизиологической адаптации иностранных студентов к обучению / З.С. Абишева, Г.Д. Жетписбаева, Т.К. Раисов // Международный журнал прикладных и фундаментальных исследований. – 2016. – № 11-5. – С. 883-885.

2. Аркадьева, Т. Г. Ценностные основания в профессиональной адаптации студентов к обучению в российском вузе / Т. Г. Аркадьева, И. Е. Кузьмин, Т. Г. Шарри // Человек и образование. – 2012. – № 2 (31). – С. 120–125; [Электронный ресурс]. – Режим доступа: URL : <http://www.obrazovanie21.narod.ru/Files/>.

3. Вадутова, Ф. А. Оценка и прогнозирование адаптации иностранных студентов к условиям обучения в российских вузах / Ф. А. Вадутова, Л. И. Кабанова, Г. И. Шкатова // Вестн. Том. гос. пед. ун-та. – 2010. – № 12 (102). – С. 123–126; [Электронный ресурс]. – Режим доступа: URL: <http://vestnik.tspu.ru/files>.