

6. Ушаков, А.Р. Информационные технологии переподготовки сотрудников Федеральной службы Российской Федерации по контролю за оборотом наркотиков / А.Р. Ушаков, Д.А. Романов, Т.А. Шапошникова // Ученые записки университета имени П.Ф. Лесгафта. – 2010. – № 10 (68). – С. 95-101.

REFERENCES

1. Balsevich, V.K. (2000), "From High Informational Technologies – to Sport Wins", *Theory and practice of the physical culture*, No. 10, p. 56.
2. Belyantseva, V.B. (2010), "The Model of the monitoring to physical preparedness student", *Proceedings of the International scientifically-practical conference, Agrarian science and formation on modern stage of the development: experience, problems and way of their decision*, Ulyanovsk, pp. 149-153.
3. Biryukova, G.M. and Zobnina, T.V. (2010), "Methodological principles of the acmeological approach to psychological training of pedagogical university students", *Uchenye zapiski universiteta imeni P.F. Lesgafta*, Vol. 68 No. 10, pp. 17-23.
4. Bogdanov, V.M., Ponomarev, V.S. and Solovov, A.V. (2000), "Use modern information technology in theoretical and methods-practical preparation student on physical education", *Proceedings of the Russian scientifically practical conference: "Physical culture and sport on border millennium"*, St.-Petersburg, Vol. 2, pp. 23-24.
5. Gaykov, A.V. (1998), "Old and new as philosophical categories", *Theoretical and practical aspects of the training specialist physical culture*, No. 7, pp. 99-104.
6. Ushakov, A.R., Romanov, D.A. and Shaposhnikova, T.A. (2010), "Information technologies of the retraining of employees of Federal Agency of the Russian Federation on control over drug trafficking", *Uchenye zapiski universiteta imeni P.F. Lesgafta*, Vol. 68 No. 10, pp. 95-101.

Контактная информация: valentina1950@inbox.ru

УДК 796.8

ТЕОРЕТИКО-МЕТОДИЧЕСКИЕ ОСНОВЫ ПРОЕКТИРОВАНИЯ МОДЕЛИ СТРУКТУРЫ СОДЕРЖАНИЯ И ОРГАНИЗАЦИИ ПОДГОТОВКИ ЮНЫХ ДЗЮДОИСТОВ НА ОСНОВЕ СПОРТИВНО ОРИЕНТИРОВАННОГО ФИЗИЧЕСКОГО ВОСПИТАНИЯ

*Михаил Александрович Вершинин, доктор педагогических наук, доцент,
заведующий кафедрой,*

*Алексей Сергеевич Яковлев, соискатель,
Волгоградская государственная академия физической культуры (ВГАФК)*

Аннотация

В работе представлены результаты проведенного исследования по подготовке спортивного резерва в дзюдо на основе реализации принципов спортивно ориентированного физического воспитания младших школьников. Авторами разработаны программно-методическое обеспечение и модель структуры содержания и организации подготовки юных дзюдоистов, позволяющие повысить их техническую подготовленность и соревновательную результативность. В исследовании проанализированы основные принципы и критерии проектирования спортивно ориентированного физического воспитания учащихся начальной школы, позволяющие модернизировать процесс подготовки спортивного резерва в дзюдо, реализуемого в условиях интеграции детско-юношеских спортивных школ и общеобразовательных учреждений. Разработанная и апробированная в ходе эксперимента авторская учебная программа позволяет выйти на новый качественный уровень физической подготовленности и демонстрирует прирост параметров морфофункциональных показателей юных дзюдоистов.

Ключевые слова: юные дзюдоисты, спортивно ориентированное физическое воспитание в начальной школе, подготовка спортивного резерва в дзюдо.

**THEORETICAL AND METHODOLOGICAL FRAMEWORK OF DESIGN OF THE
MODEL STRUCTURE AND ORGANIZATION OF TRAINING FOR YOUNG
JUDOISTS BASED ON SPORTS ORIENTED PHYSICAL EDUCATION**

*Mikhail Alexandrovich Vershinin, the doctor of pedagogical sciences, senior lecturer,
Department chair,*

*Aleksey Sergeyevich Yakovlev, the competitor,
The Volgograd State Academy of Physical Culture*

Annotation

The work presents the results of the study on preparation of sports reserve in judo based on the principles of sports-oriented physical education realization for the primary school children. The authors have developed the software methodological support and model of the structure of the content and organization of training of young wrestlers that improve their technical competencies and competitive performance. The research analyzed the main principles and criteria of designing the sports focused physical training of pupils of elementary school, allowing modernizing the process of preparation of the sports reserve in judo that is being realized in the conditions of integration of children-youthful sports schools and educational institutions. The author's curriculum developed and approved during experiment allows achieving the new qualitative level of physical readiness and shows the gain of parameters of morphofunctional indicators of young judoists.

Keywords: young wrestlers, sports-oriented physical education in elementary school, sports reserve training in judo.

ВВЕДЕНИЕ

Подготовку спортивного резерва в рамках интеграции занятий избранным видом спортом с механизмами «спортизации» общеобразовательных учреждений следует рассматривать в контексте проектирования и реализации школьных учебных программ по физической культуре с акцентированным содержательным наполнением, отражающим технику спортивной специализации. Разработка и модернизация программ по физической культуре для общеобразовательных школ – одна из ключевых проблем физического воспитания. От того, какие целевые приоритеты и концептуальные идеи будут положены в основу разрабатываемых программ, во многом будет зависеть сбалансированность содержания отобранного учебного материала. Однако, на наш взгляд, данная проблема пока еще недостаточно проанализирована в теоретическом контексте, поскольку в научно-методической литературе встречается достаточно широкий спектр трактования цели, задач и содержания физического воспитания.

В национальной доктрине образования в Российской Федерации, утвержденной постановлением Правительства Российской Федерации от 4 октября 2000 г. № 751, в качестве одной из основных целей определено воспитание здорового образа жизни, развитие детского и юношеского спорта. В то же время основными задачами этапа начальной подготовки в дзюдо является вовлечение максимального числа детей и подростков в систему спортивной подготовки, направленную на гармоническое развитие физических качеств, общей физической подготовки и изучение базовой техники дзюдо, волевых и морально-этических качеств личности, формирования потребности к занятиям спортом и ведения здорового образа жизни [1].

Исходя из этого, мы считаем, что технология спортивно-ориентированного физического воспитания может служить основой для эффективной системы подготовки спортивного резерва для дзюдо, равно как и спортивная тренировка в дзюдо может быть интегрирована в систему физического воспитания в школе. В этом отношении система дзюдо представляет особую ценность как наиболее «постепенный», втягивающий вид физической и психической деятельности, именно как система физического воспитания

[4]. Мы полагаем, что в результате внедрения данного организационного методического подхода будут решены две важнейшие задачи: во-первых, в полной мере реализуется технология спортивно-ориентированного физического воспитания школьников, во-вторых, будет обеспечена эффективная подготовка резерва для борьбы дзюдо.

Следует отметить, что если попытки использования такого вида спорта как дзюдо в системе спортивно-ориентированного физического воспитания школьников уже предпринимались [3], то организация подготовки спортивного резерва для дзюдо на основе спортивно-ориентированной технологии физического воспитания еще не рассматривались ни в организационном, ни в методическом плане.

ПРОГРАММНО-МЕТОДИЧЕСКОЕ ОБЕСПЕЧЕНИЕ

Спортивно ориентированное физическое воспитание – относительно новое направление в совершенствовании физкультурного образования подрастающего поколения. В то же время, достаточно широкое и позитивное распространение этой инновационной педагогической технологии в городах Российской Федерации (Ижевск, Иркутск, Краснодар, Омск, Пермь, Самара, Сургут, Чайковский, Челябинск) позволило сформулировать ряд научно обоснованных положений, которые в настоящее время призваны стать ориентиром для формирования учебно-нормативной базы. На основе анализа и обобщения работ ведущих ученых и практиков, занимающихся решением вопросов физического воспитания школьников [2,3], а также исходя из собственного опыта по работе со спортивными классами в общеобразовательной школе, нами разработана модель подготовки спортивного резерва в дзюдо на основе спортивно ориентированного физического воспитания школьников, представленная на рисунке.

Важным условием отбора содержания программы по предмету «Физическая культура» в школе является выделение общих принципов, выступающих в качестве приоритетов при конструировании содержания программы. В нашей работе мы опирались на классификацию принципов определения содержания программы по предмету «Физическая культура», представленную в исследовании Р.Х. Яруллина [5]: 1) Принцип соответствия программного материала базовым, фундаментальным основам науки о физической культуре; 2) Принцип единства логики науки о физической культуре и логики учебного предмета «Физическая культура»; 3) Принцип структурного единства содержания программы по спортивно ориентированному физическому воспитанию с учетом личностного развития и становления школьника; 4) Принцип учета содержательной и процессуальной стороны обучения при формировании и конструировании содержания программы по предмету «Физическая культура».

В соответствии с указанными принципами необходимо определить критерии отбора содержания учебного предмета «Физическая культура». Применительно к учебному предмету «Физическая культура» критериями отбора его содержания являются следующие:

1) Критерий высокой наукоемкости содержания учебного материала по предмету «Физическая культура».

2) Критерий соответствия сложности содержания учебного материала реальным возможностям учащихся данного возраста.

3) Критерий соответствия объема содержания учебного материала по физической культуре лимиту времени, отпущенному на изучение этого предмета.

4) Критерий соответствия содержания учебного материала имеющейся материальной и учебно-методической базе современной общеобразовательной школы.

На рис. 1 представлена модель структуры содержания и организации подготовки юных дзюдоистов на основе спортивно ориентированного физического воспитания.



Рис. 1. Модель структуры содержания и организации подготовки юных дзюдоистов на основе спортивно ориентированного физического воспитания

СТРУКТУРНЫЕ ЭЛЕМЕНТЫ УЧЕБНОЙ ПРОГРАММЫ

Концептуальная часть представляет собой описание целей и задач курса, причин создания данной программы, основных авторских изменений, дополнений и причин, вызвавших эти изменения. Цель и задачи должны базироваться на требованиях «Обязательного минимума содержания образования по физической культуре» и отражать основные направления педагогического процесса по формированию физической культуры лично-

сти.

Целью физического воспитания в общеобразовательной школе на основе активного использования основ техники избранного вида спорта может являться укрепление здоровья школьников, содействие их гармоническому физическому развитию, подготовка к соревновательной и повседневной трудовой деятельности, привитие жизненно необходимых навыков. В соответствии с целью мы сформулировали примерные задачи учебной программы спортивно ориентированного физического воспитания младших школьников, ориентированной на подготовку спортивного резерва в дзюдо: 1) расширение двигательного опыта за счет овладения техническими элементами по дзюдо и использование их в качестве средств укрепления здоровья и формирования основ здорового образа жизни; 2) совершенствование функциональных возможностей организма посредством направленной общеприкладной и спортивно-рекреационной подготовки юных дзюдоистов, организации педагогических воздействий на развитие основных биологических и психических процессов у учащихся младших классов; 3) обучение элементарным основам знаний спортивной тренировки, психологии, физиологии, профилактики спортивного травматизма, коррекции осанки и телосложения; 4) формирование практических умений в организации и проведении самостоятельных форм занятий физическими упражнениями с различной направленностью; 5) гармоничное развитие двигательных способностей.

Содержательная часть. Материал содержательной части учебной программы включает в себя годовой план-график распределения учебных часов, основы знаний, общую физическую подготовку, специальную подготовку, контрольные тесты и стандартные нормативы по физической подготовленности учащихся.

В раздел «Общая физическая подготовка» необходимо включать упражнения, строевые команды и другие необходимые двигательные действия, которые способствуют формированию общей культуры движений, развивают определенные двигательные качества. В зависимости от возраста учащихся и уровня тренированности представление этого раздела в программе нужно варьировать. Постепенно, по мере повышения уровня физической подготовленности и формирования определенных двигательных навыков и умений, доля общеразвивающих упражнений должна снижаться.

В разделе «Специальная подготовка» представляется материал по виду избранному виду спорта, способствующий специальной физической подготовке и обучению школьников техническим и тактическим приемам. Применительно к дзюдо в этом разделе осуществляется формирование основ ведения единоборства, происходит овладение элементами техники и тактики данного вида спорта, развивается умение анализировать тактику других спортсменов.

В разделе «Методическая часть» должны быть указаны пути решения поставленных в программе целей, приведены формы и методы учебного процесса.

Диагностическая часть. В данном разделе программы раскрывается система проверки достижения цели и задач программы. Диагностическая часть должна содержать критерии оценки по всем видам подготовленности юных дзюдоистов: теоретической, физической, технико-тактической и психологической. Одним из таких комплексов, позволяющих, по нашему мнению, эффективно проводить оценку физического состояния юных дзюдоистов, является комбинированная диагностика, реализуемая в три этапа и включающая в себя:

- на первом этапе – традиционные тесты по определению сформированности физических качеств необходимых дзюдоисту (подтягивание на перекладине; «челночный» бег 3х10 метров; прыжок в длину и высоту с места; наклон туловища вперед из исходного положения сидя);

- на втором этапе – тесты, выявляющие уровень двигательной активности;

- на третьем этапе – комплекс специализированных подвижных игр с элементами дзюдо (в касание; в атакующие захваты; в блокирующие захваты; в теснение; с опережением и борьбой за выгодное положение).

РЕЗУЛЬТАТЫ И ИХ ОБСУЖДЕНИЕ

Учебно-тренировочный материал по дзюдо, как составляющая часть программы по спортивно ориентированному физическому воспитанию учащихся младших классов, оказывает благотворное влияние на организм юных спортсменов. Это способствовало положительному изменению исследуемых в ходе педагогического эксперимента показателей и обеспечило успешную реализацию процесса подготовки спортивного резерва в дзюдо: улучшение физического развития произошло по трем показателям, наблюдаемым в экспериментальной группе: длине и массе тела, окружности грудной клетки, а по кистевой динамометрии был зафиксирован достоверный прирост на 17,5% ($P<0,05$); значительное улучшение наблюдается в показателях морфофункционального состояния юных дзюдоистов экспериментальной группы (ЧСС покоя, ЧСС после нагрузки, ЖЕЛ, Индекс Руфье ($P<0,05$)); повышение показателей физических качеств произошло по шести показателям у дзюдоистов, обучающихся по экспериментальной программе: по результатам подтягиваний, в прыжке в длину с места, в прыжке в вверх с места, в беге на 30 м, в челночном беге, в наклоне вперед из исходного положения сидя ($P<0,05$); значительное снижение частоты заболеваемости юных спортсменов экспериментальной группы к концу эксперимента – на 38,1% ($P<0,05$) и сокращение продолжительности одного случая болезни – на 27,4%; усиление мотивационно-целевых приоритетов юных дзюдоистов экспериментальной группы характеризуется: повышением интереса к учебным занятиям физической культурой – на 14%; ростом чувства удовлетворения от занятий физической культурой, проводимых в школе – на 24%; регулярностью посещения учебных занятий по физической культуре – на 46%.

ВЫВОДЫ

Экспериментальная проверка эффективности теоретически обоснованной программы подготовки спортивного резерва для дзюдо на основе реализации принципов спортивно ориентированного физического воспитания младших школьников показала, что ее применение способствует не только развитию двигательных способностей и повышению морфофункциональных показателей, но и оказывает значительное воздействие на рост спортивного мастерства юных дзюдоистов. По итогам эксперимента зафиксировано достоверное ($p<0,05$) повышение показателей технической и тактической подготовленности спортсменов, обучающихся в экспериментальной группе. Юные дзюдоисты быстрее овладевали новыми техническими навыками и движениями, качественнее выполняли изученные упражнения, проявляли в целом более широкий и более качественный диапазон двигательных действий. Это нашло свое отражение в соревновательных схватках, проведенных по итогам эксперимента между представителями контрольной и экспериментальной групп: из 50 проведенных поединков в 34 случаях победу одержали воспитанники экспериментальной группы.

ЛИТЕРАТУРА

1. Акопян, А.О. Дзюдо : программа для системы дополнительного образования детей / А.О. Акопян, В.В. Кашавцев, Т.П. Клименко. – М. : Советский спорт, 2003. – 96 с.
2. Инновационная образовательная технология спортизированного физического воспитания обучающихся в общеобразовательной школе / под ред. Л.Н. Прогонюк. – Сургут : Дефис, 2001. – 212 с.
3. Чедов, К.В. Спортивно ориентированное физическое воспитание учащихся 10-11 лет общеобразовательных школ на основе дзюдо : дис. ... канд. пед. наук / Чедов К.В. – Чайковский, 2006. – 168 с.
4. Шулика, Ю. Дзюдо. Система и борьба : учебник для СДЮШОР, спортивных факультетов пед. институтов, техникумов физической культуры и училищ Олимпийского резерва / Ю. Шулика. – М. : Феникс, 2006. – 800 с.
5. Яруллин, Р.Х. Педагогические детерминанты эффективности образования

школьников по физической культуре : дис. ... д-ра пед. наук / Яруллин Р.Х. – Казань, 2003. – 426 с.

REFERENCES

1. Akopjan, A.O., Kashchavtsev, V.V. and Klimenko, T.P. (2003), *Judo. The program for system of additional education of children*, Soviet sports, Moscow, Russian Federation.
2. Progonjuk, L.N. (2001), *Innovative educational technology sport physical training trained at comprehensive school*, Hyphen, Surgut, Russian Federation.
3. Chedov, K.V. (2006), *The focused physical training of pupils 10 – 11 years of comprehensive schools on the basis of a judo: Dis. ... cand. ped. sciences*, Tchaikovsky, Russian Federation.
4. Shulika, J. (2006), *Judo. System and struggle: the textbook for sports faculties of teacher's colleges, technical schools of physical training and schools of the Olympic reserve*, Phoenix, Moscow, Russian Federation.
5. Jarullin, R.H. (2003), *Pedagogical determinants of efficiency of formation of schoolboys on physical training. Diss. ... dr. ped. sciences*, Kazan, Russian Federation

Контактная информация: mikhail0871@rambler.ru

УДК 378

ПЕДАГОГИЧЕСКИЕ УСЛОВИЯ, НЕОБХОДИМЫЕ ДЛЯ ПОВЫШЕНИЯ РАБОТОСПОСОБНОСТИ У ЛЕТЧИКОВ-ИНСТРУКТОРОВ ВУЗОВ ГРАЖДАНСКОЙ АВИАЦИИ

*Александр Антонович Голубев, кандидат педагогических наук,
Санкт-Петербургский государственный университет гражданской авиации*

Аннотация

В работе представлены материалы исследования автора по обоснованию педагогических условий, необходимых для повышения работоспособности у летчиков-инструкторов вузов гражданской авиации. Автором обоснованы следующие педагогические условия: преимущественное использование эмоционально насыщенных средств физической подготовки; учет индивидуальных физкультурных интересов летчиков-инструкторов во время занятий физической подготовкой; разработка мероприятий по повышению уровня знаний летчиков-инструкторов об эффективных средствах физической подготовки для поддержания работоспособности; планирование процесса физической подготовки летчиков-инструкторов с учетом организации учебных полетов; учет индивидуальных возможностей и функционального состояния летчиков-инструкторов; проведение мероприятий, направленных на повышение уровня методической подготовленности руководителей занятий; использование средств физической культуры, направленных на расширение аэробных возможностей летчиков-инструкторов; создание постоянно действующей системы мониторинга физического состояния летчиков-инструкторов. Экспериментально подтверждена высокая эффективность применения выявленных педагогических условий для повышения работоспособности у летчиков-инструкторов вузов гражданской авиации.

Ключевые слова: физическая подготовка; летчики-инструкторы; гражданская авиация; педагогические условия; работоспособность.

DOI: 10.5930/issn.1994-4683.01.83.p36-39

PEDAGOGICAL CONDITIONS NECESSARY FOR INCREASE OF WORKING CAPACITY AT PILOTS-INSTRUCTORS OF HIGHER SCHOOLS OF CIVIL AIRCRAFT

*Alexander Antonovich Golubev, the candidate of pedagogical sciences,
The St.-Petersburg State University of Civil Aircraft*

Annotation

The work presents the materials of author's research on a substantiation of the pedagogical conditions necessary for increase of working capacity at pilots-instructors of higher schools of civil aircraft.

The author proves the following pedagogical conditions: primary use of emotionally enriched