

удара ножом наотмашь; курсанты гиперстенического типа – защиту от удара ножом снизу и сверху; представители нормостенического типа телосложения – защиту от удара ножом снизу и сверху.

Таблица 3

Результаты тестирования курсантов-юношей различного типа телосложения

Выполняемое двигательное действие	Юноши		
	Астенического типа	Гиперстенического типа	Нормостенического типа
Задержание и сопровождение	Задержание «рывком»	Задержание «рывком»	Задержание «нырком» и «рывком»
Приемы борьбы	Передняя подножка	Бросок через плечо	Броски через бедро, задняя подножка с захватом одной ноги
Освобождения	От захватов: за шею, захвата двух рук сверху	От захвата за шею сзади, обхвата туловища с руками	От захвата за шею двумя руками спереди и сзади
Защита от ударов ножом	Удар наотмашь	Удар снизу и сверху	Удар снизу и сверху
Защита от ударов руками и ногами	Прямой удар рукой, удар ребром ладони сбоку	Удар рукой снизу в живот, удар ногой подъемом стопы	Прямой удар рукой, удары рукой сбоку и снизу, удар ногой сбоку

Во время выполнения защитных действий от ударов руками и ногами у представителей астенического типа телосложения лучше всего получается защита от прямого удара рукой и удара ребром ладони сбоку; у курсантов-юношей гиперстенического типа защита от удара рукой снизу в живот, удара ногой подъемом стопы; у представителей нормостенического типа защита от прямого удара рукой, удара рукой сбоку и снизу, удара ногой сбоку.

Контактная информация: taekvondoroman@mail.ru

Статья поступила в редакцию 02.11.2015

УДК 796.077.5

ФОРМИРОВАНИЕ КОМПЕТЕНТНОСТИ СПЕЦИАЛИСТА НА ОСНОВЕ ИННОВАЦИОННЫХ ПОДХОДОВ К ПРЕПОДАВАНИЮ УЧЕБНОЙ ДИСЦИПЛИНЫ «ТЕОРИЯ И МЕТОДИКА ФИЗИЧЕСКОЙ КУЛЬТУРЫ»

***Владимир Юрьевич Карпов**, доктор педагогических наук, профессор, Российский государственный социальный университет (РГСУ), г. Москва; **Наталья Михайловна Лапина**, кандидат педагогических наук, доцент, Поволжская государственная социально-гуманитарная академия (ПГСГА), г. Самара; **Елена Дмитриевна Бакулина**, кандидат педагогических наук, доцент, Российский государственный социальный университет (РГСУ), г. Москва*

Аннотация

Создание научно-методических предпосылок к освоению учебной дисциплины «Теория и методика физической культуры», внедрением инновационных подходов и учетом исторического опыта становления и развития теории и методики физической культуры позволит поднять на новый уровень профессиональную компетентность академического бакалавра по направлению физическая культура.

Ключевые слова: физическая культура, профессиональная подготовка, система знаний, коммуникативность, компетентность, теоретические знания, профессиональная деятельность, комплексная диагностика.

FORMATION OF COMPETENCE OF THE SPECIALIST ON THE BASIS OF INNOVATIVE APPROACHES TO TEACHING TO THE SUBJECT "THEORY AND METHODOLOGY OF PHYSICAL CULTURE"

Vladimir Yuryevich Karpov, the doctor of pedagogical sciences, professor, Russian State Social University, Moscow; Natalya Mikhailovna Lapina, the candidate of pedagogical sciences, senior lecturer, Volga region State Social and Humanitarian Academy, Samara; Elena Dmitrievna Bakulina, the candidate of pedagogical sciences, senior lecturer, Russian State Social University, Moscow

Annotation

The establishment of the scientific and methodical preconditions for development of the educational discipline "theory and methodology of physical education", the introduction of the innovative approaches, and taking into account the historical experience of the formation and development of theory and methodology of physical education shall raise the professional competence of the academic Bachelor's degree in physical education to the new level.

Keywords: physical culture, professional training, system of knowledge, communicativeness, competence, theoretical knowledge, professional activity, complex diagnostics.

ВВЕДЕНИЕ

Реформирование системы профессиональной подготовки будущих педагогов по физической культуре это сложный и противоречивый процесс, который не может осуществляться без преемственности со всем ценным, что накопила на этапах своего развития теория физической культуры [1, 5, 8].

В системе высшего образования новые целевые установки делают приоритетом человеческую личность, которая является главной ценностью [2, 3, 6]. Именно такие ориентиры должны лечь в основу высшего физкультурного образования в процессе разработки новых подходов при формировании содержания большего числа теоретических курсов. Для формирования системы знаний о физической культуре необходимо использовать исторический опыт человечества, который ведет к образованности специалиста физической культуры и спорта, компетентности, профессиональной грамотности [5].

РЕЗУЛЬТАТЫ ИССЛЕДОВАНИЯ

Ряд противоречий сложился в содержании учебной дисциплины «Теория и методика физической культуры»:

- между уровнем развития знаний о физической культуре и отражением их в содержании учебной дисциплины;
- между утилитарной направленностью процесса физического совершенствования и ценностными ориентациями современных представлений на теорию физической культуры;
- между существенной важностью дисциплины и реальными условиями ее осуществления [4].

В исследованиях по теории и методике профессионального образования при установлении критериев оценки сформированности исследуемых умений, изучаемую педагогическую составляющую (коммуникативность, компетентность) классифицируют на компоненты (элементы). Этим подчеркивается наличие структуры анализируемого педагогического явления [5, 7, 9]. Наиболее часто выделяются следующие компоненты: мотивационно-ценностный, содержательно-деятельностный, процессуальный и проектировочный. Эту тенденцию можно рассматривать с двух позиций: или вышеуказанные компоненты универсальны и внутренне присущи исследуемым педагогическим составляющим, или аналогичная структуризация обусловлена разработанностью методического

инструментария для их оценки. Как правило, сформированность умений, входящих в соответствующий компонент, оценивается по уровням, включающих описательные характеристики. Очевидно, что использование структурно-уровневого подхода обеспечивает фиксирование последовательного материала и появляется возможность продуктивно решать поставленные исследовательские задачи.

Для изучения отдельных компонентов используются: индивидуальные и коллективные беседы, наблюдения за практической деятельностью, специально разработанные анкеты самооценки, метод экспертных оценок. Каждый компонент оценивается по уровневым характеристикам. В частности, в качестве критериев выделения уровней мотивационно-ценностного компонента выступают: гуманистический характер целей, задач, методов и приемов обучения; осмысление значимости гуманизации общения в развитии личности; понимание творческой природы педагогического труда; личностный смысл ценности педагогической деятельности; ориентация на ценность человека; профессионально-управленческая направленность [3, 10]. Содержательно-деятельностный компонент, как правило, представлен профессиональными знаниями и умениями.

Критериями сформированности профессиональных знаний являются:

- объем, системность и обобщенность профессиональных знаний;
- характер профессионального организационного мышления, открытость и способность к поиску, творческое нестандартное осмысление действительности;
- умение использовать знания с творческой интерпретацией в различных профессиональных ситуациях; глубина и подвижность профессиональных знаний;
- умение изучать, анализировать и прогнозировать влияние педагогического воздействия на результаты учебно-воспитательного процесса;
- гибкость мышления; способность к правильному выбору из числа многих альтернатив; концентрация и генерирование идей; критичность и гибкость ума; способность к осуществлению классификации [8, 9].

Практические профессиональные умения выступают формой функционирования теоретических знаний [5]. Выявления критериев оценки профессионально-педагогической деятельности помогает специалисту разработать инструментарий самоизучения и самооценки, а также создать собственную систему профессионально-творческой деятельности.

Развитие профессионально значимых качеств бакалавра физической культуры это достаточно сложный и противоречивый процесс, имеющий свои особенности в содержании и методике обучения. Содержанием процесса развития и становления профессионально значимых качеств является обострение и разрешение внутренних противоречий, возникающих в учебной деятельности будущего специалиста. К ним относятся:

- противоречие между имеющимися знаниями и приобретенными в процессе обучения, несовершенными действиями при их практическом применении и действиями, которые требуются должностными обязанностями;
- противоречия между сложившимися представлениями о будущей профессии и реальной профессиональной деятельностью. Очевидно, что для разрешения этих противоречий необходимо, у начинающих специалистов физической культуры стимулировать их участие в организаторской деятельности, саморазвитие и самовоспитание.

Изучение результативно-процессуальной составляющей профессиональной деятельности специалистов физической культуры показывает перераспределение значимости ряда социальных профессиональных действий с ростом опыта работы по специальности. Более опытные специалисты отдают предпочтение процессуальной стороне деятельности. Рациональность профессиональных действий характеризуется достижением максимальных результатов путем тщательной проработки процессуальной стороны деятельности [2, 6]. Осуществить фиксирование массива слабо рефлекслируемых и недостаточно реализуемых профессиональных действий, на основе изучения работы с малопро-

дуктивным уровнем деятельности, возможно оценив профессиональную деятельность специалиста физической культуры. Прежде всего, это детерминировано изучением «узких мест» в профессиональной деятельности с целью определения коэффициентов при выведении оценки [9].

А.К. Маркова [7] рассматривает условия и факторы, которые позволяют обеспечить высокий уровень достижения в какой-либо деятельности человека: гуманистические ценностные ориентации в труде, развитие волевых качеств в профессиональной деятельности, умение планировать, осознанно применять приемы преодоления трудностей в профессиональной деятельности, понимание собственной роли в достижении цели, умение управлять эмоциями, осознание значимости «внутреннего» профессионального развития.

И.Е. Лапшин [6] установил такие элементы оценки профессиональных умений специалистов физической культуры как: умение сочетать различные элементы процесса физического воспитания; умения вырабатывать самореализационные, содержательные и технологические задачи предстоящей деятельности; умение конструировать и осуществлять в процессе физического воспитания логически завершённую систему профессиональных действий. Выделенные умения, по мнению И.Е. Лапшина [6], могут являться учебными элементами теории и методики физического воспитания, которые необходимо осваивать будущим специалистам физической культуры во время профессионального обучения. На наш взгляд, гипотетически целесообразно установить неделимые учебные элементы, включаемые в соответствующие сочетания, составляющие конкретный вид профессиональной деятельности. Очевидно, что моделирование этих учебных элементов в процессе обучения будущих специалистов физической культуры направленно на формирование их профессиональной компетентности.

При изучении конкретной профессиональной деятельности пристальное внимание необходимо уделять раскрытию того, как внешние воздействия, в конкретном случае преломляются через внутренние условия, и как влияет деятельность на изменение ее внутренних условий [10]. По-видимому, необходимо после определения видов профессиональной деятельности выделять умения, позволяющие эффективно ее выполнять. Степень взаимосвязи видов профессиональной деятельности и умений их осуществлять обеспечивает оценку информативности исследуемых умений. Учитывая определенную субъективность в выявлении умений, для оценки их информативности целесообразно использование содержательной валидности.

Следует подчеркнуть, что оценка профессиональной деятельности обусловлена необходимостью фиксирования динамики ее формирования. Оценка является резюмирующим элементом осуществления профессиональной деятельности, сравнение эмпирических результатов деятельности с принятым эталоном позволяет специалисту изменять направленность профессиональных действий для эффективного их выполнения.

В ходе профессионализации существенно изменяются требования личности к работе, различные аспекты приобретают личностный смысл и определяют привлекательность профессии для субъекта деятельности. При этом ведущим фактором, определяющим требования субъекта деятельности к профессии, является сама профессиональная деятельность.

В.В. Шелеповой (Шелепова, В.В. Индивидуализация профессионального совершенствования специалистов физической культуры и спорта : автореф. дис. ... канд. пед. наук / Шелепова В.В. – М., 1996. – 25 с.) разработана и внедрена комплексная диагностика профессионального мастерства учителя физической культуры для оценки педагогических качеств специалистов, которая включает следующие методы и тесты:

1. Педагогическое наблюдение уроков, проводимых учителем по общепринятой форме.
2. Определение физической подготовленности специалиста.

3. Тестирование профессиональной грамотности специалиста, проводимого с целью выявления знаний теории, методики физического воспитания и оздоровительной работы, способности адаптироваться к определенным условиям жизни и труда.

4. Самооценка специалистов своей педагогической деятельности.

5. Анкетный опрос специалистов с целью определения личностных и профессиональных качеств в процессе педагогической деятельности.

6. Интервьюирование специалистов с целью проверки, уточнения данных методов, полученных путем применения других методов, а также получение дополнительной информации по различным вопросам.

7. Экспертная оценка профессионализма специалиста.

В профессиональной деятельности на основе изучения литературных источников и опыта практической работы возможно выделение системы критериев, которые характеризуют следующие компоненты: содержательно-операциональный и регуляционно-оценочный, личностно-мотивационный.

Выделенные критерии ориентированы на дифференциацию уровней профессиональной деятельности и проектируют соответственно способы ее совершенствования с учетом исходного уровня.

ЗАКЛЮЧЕНИЕ

Сформированная профессиональная деятельность специалиста физической культуры позволяет создавать ему ценности физической культуры, а сама успешность профессионала может быть представлена как ценность.

Развитие базовых теоретических знаний, умений и навыков, повышение уровня профессиональной саморегуляции и самооценки направлены на формирование интереса к профессии, представляя собой приоритетное направление профессионального совершенствования специалиста физической культуры.

Для определения косвенного влияния обучения теории и методики физического воспитания на формирование профессиональной деятельности, на наш взгляд, необходимо выявить соответствие между теоретическими знаниями и профессиональными умениями.

Это, возможно осуществить, используя теорию подобия. В частности, подобие рассматриваемых явлений, позволяет предсказать уровень сформированности профессиональных умений по траектории продвижения обучаемых в освоении теоретических знаний. Заметим, что справедливо и обратное. Это предполагает, что наряду с качественной оценкой умений, необходимо проводить разработку количественных параметров.

ЛИТЕРАТУРА

1. Бальсевич, В.К. Перспективы модернизации современных образовательных систем физического воспитания на основе интеграции национальной физической и спортивной культуры / В.К. Бальсевич ; Рос. гос. акад. физ. культуры. – М. : [б. и.], 2002. – 30 с.
2. Белоцерковец, Е.А. Особенности подготовки специалистов в сфере физической культуры в современных условиях / Е.А. Белоцерковец, В.Ю. Карпов // Физическая культура, спорт – наука и практика. – 2008. – № 3. – С. 51-54.
3. Карпов, В.Ю. Управление воспитанием студентов с использованием средств физической культуры и спорта : дис. ... д-ра пед. наук / Карпов В.Ю. – Самара, 2005. – 427 с.
4. Карпов, В.Ю. Инновационные подходы к преподаванию учебной дисциплины «Теория и методика физической культуры» / В.Ю. Карпов // Социальная политика и социология. – 2013. – № 4-1 (96). – С. 49-58.
5. Лапина, Н.М. Становление и развитие учебной дисциплины «Теория и методика физической культуры» : автореф. ... дис. канд. пед. наук / Лапина Н.М. – СПб., 2006. – 18 с.
6. Лапшин, И.Е. Обучение преподавателей физической подготовки моделированию ее организации : автореф. дис. ... канд. пед. наук / Лапшин И.Е. – СПб., 2001. – 18 с.
7. Маркова, А.К. Психология профессионализма / А.К. Маркова. – М. : Педагогика, 1996.

– 327 с.

8. Матвеев, Л.П. Теория и методика физической культуры. Введение в предмет : учебник для высш. спец. физкультур. учеб. заведений / Л. П. Матвеев. – 4-е изд., стереотип. – СПб. : Лань, 2004. – 159 с. : ил.

9. Пилосян, Н.А. Формирование и особенности мотивации учебной деятельности у студентов / Н.А. Пилосян, Т.В. Черепанова // Физическая культура, спорт – наука и практика. – 2008. – № 3. – С. 48-50.

10. Шадриков, В.Д. Профессиональные способности : монография / В.Д. Шадриков. – М. : Университетская книга, 2010. – 320 с.

REFERENCES

1. Balsevich, V.K. (2002), *Prospects for modernization of modern educational systems of physical education based on the integration of the national physical culture and sports*, Publishing house RSAPE, Moscow

2. Belotserkovets, E.A. and Karpov, V.Yu. (2008), “Prospects for modernization of modern educational systems of physical education based on the integration of the national physical culture and sports”, *Physical culture, sports, science and practice*, No.3, pp. 51-54.

3. Karpov, V.Yu. (2005), *Raising management of students by means of physical culture and sports*, dissertation, Samara.

4. Karpov, V.Yu. (2013), “Innovative approaches to teaching discipline: “Theory and methodology of physical education”, *Social politics and sociology*, No. 4-1 (96), pp. 49-58.

5. Lapina, N.M. (2006), *Formation and development of the discipline "Theory and methodology of physical education"*, dissertation, St. Petersburg.

6. Lapshin, I.E. (2001), *Training teachers of physical training organization modeling*, dissertation, St. Petersburg.

7. Markova, A.K. (1996), *Psychology of professionalism*, Pedagogy, Moscow

8. Matveev L.P. (2004) *Theory and methodology of physical education: textbook for colleges of physical education*, Lan, Moscow

9. Pylosyan, N.A. and Cherepanova, T.V. (2008), “Formation and features of motivation training activities among students”, *Physical culture, sport, science and practice*, No.3, pp. 48-50. Moscow

10. Shadrikov, V.D. (2010), *Professional ability, Monograph*, publishing house “University book”, Moscow.

Контактная информация:vu2014@mail.ru

Статья поступила в редакцию 12.11.2015

УДК 796.03

НОВЫЕ НАПРАВЛЕНИЯ В КОМПЛЕКСЕ ОЗДОРОВИТЕЛЬНЫХ ПРОГРАММ В ВУЗЕ (НА ПРИМЕРЕ АЭРО-ФИТНЕСА)

Татьяна Евгеньевна Коваль, кандидат геолого-минералогических наук, доцент,

Людмила Вячеславовна Ярчиковская, кандидат педагогических наук, доцент,

Светлана Михайловна Лукина, кандидат педагогических наук, доцент,

Санкт-Петербургский государственный университет, Санкт-Петербург

Аннотация

В статье рассмотрен опыт использования новой оздоровительной технологии – аэро-фитнеса. Дано краткое описание специфики аэро-фитнеса и его место в структуре комплекса оздоровительных программ на общеуниверситетской кафедре физической культуры и спорта СПбГУ. Представлены результаты занятий аэро-фитнесом со студентами специальной медицинской группы.

Ключевые слова: аэро-фитнес, оздоровительные программы, комбинированный подход, шейпинг.