

**ФОРМИРОВАНИЕ УМЕНИЙ САМООРГАНИЗАЦИИ УЧЕБНОЙ
ДЕЯТЕЛЬНОСТИ У СТУДЕНТОВ, ОБУЧАЮЩИХСЯ ПО
ИНДИВИДУАЛЬНОМУ ГРАФИКУ В ФИЗКУЛЬТУРНОМ ВУЗЕ, НА ОСНОВЕ
ТИПОЛОГИЧЕСКОГО ПОДХОДА И МЕТОДА CASE-STUDY**

Марина Сергеевна Мочалова, соискатель,

Московская государственная академия физической культуры (МГАФК), п. Малаховка

Аннотация

Статья посвящена экспериментальному обоснованию эффективности применения метода case-study в вузе физкультурно-спортивного профиля, направленного на повышение уровня самоорганизации студентов, обучающихся по индивидуальному учебным графикам. Основным принципом обучения явился учёт типологического профиля студентов, который был определен в начале эксперимента с использованием методики Г. Айзенка. Выявлен уровень выраженности компонентов самоорганизации от типологического профиля студентов. Полученные результаты исследования явились основой для разработки дифференцированной методики формирования умений самоорганизации студентов-спортсменов, обучающихся по индивидуальному учебному графику, с учётом типологических особенностей личности.

Ключевые слова: самоорганизация, типологический профиль, дифференцированная методика, профессиональная подготовка, индивидуальная работа, метод case-study.

DOI: 10.5930/issn.1994-4683.2016.04.134.p189-194

**FORMATION OF ABILITIES OF SELF-ORGANIZATION OF EDUCATIONAL
ACTIVITY AT THE STUDENTS WHO ARE TRAINED ACCORDING TO THE
INDIVIDUAL SCHEDULE IN SPORTS HIGHER EDUCATION INSTITUTION ON
THE BASIS OF TYPOLOGICAL APPROACH AND THE CASE-STUDY METHOD**

Marina Sergeevna Mochalova, the competitor,

Moscow State Physical Education Academy, Settlement Malakhovka, Moscow Region

Annotation

The article is devoted to the experimental justification of the efficiency of application of the case-study method in higher education institution of the sports profile aimed at increase of level of self-organization of the students who are trained according to the individual educational schedules. The basic principle of training accounted the typological profile of the students which has been defined at the beginning of experiment with use of G. Ayzenk's technique. Level of expressiveness of the components of self-organization from the typological profile of students is revealed. The received results of research were the basis for development of the differentiated technique of formations of abilities for self-organization of the students' athletes who are trained according to the individual educational schedule taking into account the typological features of the personality.

Keywords: self-organization, typological profile, differentiated methodology, vocational preparation, individual work, case-study method.

ВВЕДЕНИЕ

Особенности проведения учебной деятельности со студентами-спортсменами, обучающимися по индивидуальному учебному графику, предполагает разработку и внедрение новых форм обучения, ориентированных, прежде всего, на самообразование, проводимое под руководством преподавателя, что обусловлено рядом существующих проблем, возникающих у таких студентов в ходе обучения:

1. Невозможность регулярно присутствовать на аудиторных учебных занятиях;
2. Отсутствие в вузе адаптированных к специфике прохождения индивидуального графика учебно-методических комплексов дисциплин;

3. Отсутствие постоянной связи студента, обучающегося по индивидуальному графику, с преподавателем, что не позволяет целенаправленно корректировать процесс обучения;

4. Отсутствие надежного контроля самостоятельной работы студента.

Задача преподавателя в обучении студентов, занимающихся по индивидуальному графику, которое осуществляется преимущественно дистанционно, состоит в том, чтобы направить студента на эффективную самостоятельную работу, активный поиск, стимулировать его в достижении результатов, сориентировать в потоке научной информации, сформировать умения самоорганизации и культуру умственного труда.

При правильной организации самостоятельной работы студент формирует самостоятельность и самоорганизацию, как черту характера будущего работника сферы физической культуры и спорта.

Актуальность исследования обусловлена противоречием между возросшими требованиями к профессиональной компетентности, навыкам самоорганизации студентов, обучающихся по индивидуальным учебным графикам, в условиях повышения роли самостоятельной работы и недостаточной развитостью методов и средств их формирования в процессе учебной деятельности.

В свою очередь, очевидно, что особенности самоорганизации учебной деятельности студентов во многом обусловлены типологическими особенностями личности. В этой связи, эффективными будут те средства и методы, в которых учитываются сильные и слабые стороны каждого из типологических профилей, развиваются и корректируются наиболее слабые, используются преимущества и потенциал сильных сторон.

Целью настоящего исследования является экспериментальное обоснование эффективности типологического подхода и использования метода case-study при формировании умений самоорганизации у студентов вуза физкультурно-спортивного профиля, обучающихся по индивидуальным учебным графикам.

Для достижения поставленной цели в исследовании решались следующие задачи:

- 1) Определение уровня самоорганизации студентов во взаимосвязи с типологическим профилем;
- 2) Разработка на основе типологического подхода дифференцированной методики формирования самоорганизации студентов-спортсменов, обучающихся по индивидуальным графикам;
- 3) Проверить эффективности экспериментальной методики.

МЕТОДЫ И ОРГАНИЗАЦИЯ ИССЛЕДОВАНИЯ

В исследовании приняли участие 40 студентов-спортсменов III и V курсов, обучающиеся по индивидуальному учебному графику в вузе физкультурно-спортивного профиля. Они были распределены в две группы – контрольную и экспериментальную, по 20 человек в каждой. У всех студентов был определен тип темперамента с использованием методики Г. Айзенка (Тест-опросник ЕРІ), уровень самоорганизации определялся в ходе исследования по методике А.Д. Ишкова «Диагностика особенностей самоорганизации».

РЕЗУЛЬТАТЫ ИССЛЕДОВАНИЯ И ИХ ОБСУЖДЕНИЕ

В результате исследования установлено, что студенты с различными типологическими профилями отличаются, как по уровню сформированности компонентов самоорганизации, так и по интегральному показателю. Выявлено, что самой высокой способностью к самоорганизации обладают лабильные экстраверты, у которых основными регуляторами организации деятельности являются (по степени значимости): целеполагание, планирование, волевые усилия и коррекция (таблица 1). Менее всего представители данного типа обладают способностью к самоконтролю и анализу ситуации. Наименее расположены к самоорганизации деятельности стабильные экстраверты. У данного типа в са-

моорганизации деятельности доминирует только коррекция и волевые усилия.

Таблица 1

Распределение студентов по уровню выраженности компонентов самоорганизации в зависимости от типологического профиля, (%)

Шкалы	Типологический профиль	Уровни				
		Низкий	Ниже среднего	Средний	Выше среднего	Высокий
Целеполагание	ЛЭ	0	6,9	61,2	22,1	9,8
	СЭ	31,1	51,8	17,1	0	0
	СИ	0	10	60	20	10
	ЛИ	0	33,3	67,7	0	0
Анализ ситуации	ЛЭ	11,2	55,6	33,2	0	0
	СЭ	44,9	37,8	17,3	0	0
	СИ	0	10	20	60	10
	ЛИ	33,3	67,7	0	0	0
Планирование	ЛЭ	0	0	44,4	44,5	11,1
	СЭ	24,2	41,3	34,5	0	0
	СИ	0	20	40	40	0
	ЛИ	0	33,3	67,7	0	0
Самоконтроль	ЛЭ	16,6	66,7	16,7	0	0
	СЭ	31,1	27,5	41,4	0	0
	СИ	0	0	50	40	10
	ЛИ	0	33,3	33,4	33,3	0
Коррекция	ЛЭ	0	32	16,7	22,2	6,9
	СЭ	0	0	24,1	37,9	13,8
	СИ	20	30	50	0	0
	ЛИ	33,6	67,4	0	0	0
Волевые усилия	ЛЭ	6,9	20,7	23,4	37,9	11,1
	СЭ	9,7	11,1	46,6	29	5,6
	СИ	20	60	20	0	0
	ЛИ	67,4	33,6	0	0	0
Уровень самоорганизации	ЛЭ	5,5	11,1	27,7	44,5	11,2
	СЭ	21,2	52,2	24,1	6,9	0
	СИ	10	20	40	20	10
	ЛИ	33,3	0	33,3	0	0

Примечание: ЛЭ – лабильный экстраверт; СЭ – стабильный экстраверт; СИ – стабильный интроверт; ЛИ – лабильный интроверт

Полученные результаты исследования явились основой для разработки дифференцированной методики формирований умений самоорганизации студентов-спортсменов, обучающихся по индивидуальному учебному графику, с учётом типологических особенностей личности.

Умения самоорганизации студенты могут применять независимо от предмета изучения и сферы деятельности. В этой связи основные умения самоорганизации имеют обобщенный характер и их можно подразделить на четыре блока:

- умения воспринимать информацию;
- умения перерабатывать информацию: обобщать, систематизировать, анализировать, реферировать, классифицировать;
- умения планировать: расстановка приоритетов, распределение времени;
- умения самопроверки и самоконтроля.

Однако, очевидно, что способы достижение успеха в овладении данными умениями, т.е. способы восприятия и переработки информации, планирования и самоконтроля, различны у студентов, имеющих разные типологические профили. В этой связи, методика формирования умений самоорганизации учебной деятельности студентов, обучающихся по индивидуальному учебному графику, включает интегральную структурно-функциональную «оболочку» и дифференцированное содержание.

На первом занятии, преподаватель по дисциплине проводит диагностику типологических особенностей личности каждого студента на основе тестирования по методике Г. Айзенка. Кроме того, всем студентам дается первое диагностическое задание: подготовить творческую работу по теме «Самоорганизация деятельности», в теоретической части которой должны быть отражены основные понятия и термины самоорганизации, средства и методы формирования умений самоорганизации. Практическая часть включает индивидуальные задания – кейсы – практические ситуации, которые необходимо проанализировать или смоделировать, их цель – развитие способности продуктивно распределять время, выбирать средства, адекватные цели и задачам деятельности, анализировать и корректировать полученный результат в ходе самоконтроля. Важной функцией использования кейс-метода является установление партнерских отношений между преподавателем и студентом.

ПРОВЕДЕНИЕ ЭКСПЕРИМЕНТА

I этап – подготовительный. Предполагает краткое введение студента в суть case-study и проблему самоорганизации деятельности. Если студент ранее не работал по методу case-study, необходимо познакомить его с данным методом, как одной из форм активного обучения, коротко озвучить основные этапы его дальнейшей работы, а также обозначить способы и критерии ее оценки. Стоит также обратить внимание на принципы, лежащие в основе метода. На этом этапе студенту предлагается кейс, с которым он будет работать, обязательно озвучиваются временные рамки, задачи работы, в каком виде должен быть оформлен результат, отчет о работе.

II этап – индивидуальное внеаудиторное (самостоятельное) изучение студентами материалов кейса. Самостоятельная работа студентов над кейсом состоит из домашней (внеаудиторной) работы по подготовке к занятиям и работе в аудитории индивидуально с преподавателем. Кейс целесообразно читать, как минимум, дважды. Первый раз – «по диагонали», чтобы ознакомиться и определить ключевые проблемы. Второй – подробно, обозначая карандашом ключевые фразы, которые могут помочь определиться при ответе на вопрос, приведенные в конце кейса, и принять правильное решение.

Во время самостоятельной работы дома студенты знакомятся с поставленной задачей, дополнительной информацией по проблематике кейса, отвечают на основные вопросы, которые приводятся в конце каждого кейса.

III этап – индивидуальная работа студента над решением кейса, письменный или устный анализ кейса. Основные задачи данного этапа для студентов следующие:

- 1) определение основных проблем рассматриваемой ситуации, уровня возникновения проблем и принятия решений, цели и путей решения главной проблемы, ограничений и требований к решению;
- 2) формулировка собственных выводов и заключений.

IV этап – индивидуальное обсуждение кейса с преподавателем или обсуждение в малых группах;

V этап – оценка деятельности студента по анализу и решению кейса;

VI этап – самоанализ студента по итогам работы с кейсом.

После выполнения творческой работы «Самоорганизация деятельности», каждый студент получает технологическую карту освоения дисциплины, в которой четко прописаны разделы, формы и виды работы, задания, формы и сроки контроля. Каждый следующий раздел карты заполняется только после выполнения предыдущего.

На данном этапе включения в самостоятельную работу необходимо дифференцировать подходы к организации и самоорганизации учебной деятельности студентов с учетом типологических особенностей личности, так как наиболее универсальным и эффективным способом приспособления типологических особенностей личности к требованиям учебной деятельности является формирование её индивидуального стиля. Под

индивидуальным стилем подразумевается такая индивидуальная система способов и приёмов действий, которая характерна для данного индивида и целесообразна для достижения успешного результата.

В этой связи, мы учитывали особенности восприятия и переработки информации у различных типологических профилей при планировании самостоятельной работы студента, а также сильные и слабые стороны самоорганизации, развиваемые, в том числе, комплексно в процессе выполнения единичного задания, так как сами задания носили интегрированный характер.

Для проверки эффективности экспериментальной методики, исследование сформированности самоорганизации учебной деятельности проводилось в контрольной и экспериментальной группе до и после эксперимента (таблица 2).

Таблица 2

Динамика показателей, характеризующих уровень сформированности самоорганизации учебной деятельности студентов, обучающихся по индивидуальному графику, $\bar{X} \pm \sigma$

№ п/п	Показатель	До эксперимента		p	После эксперимента		p
		КГ	ЭГ		КГ	ЭГ	
1	Целеполагание	6,20±2,20	6,20±2,38	>0,05	5,75±1,90	7,40±1,54	<0,01
2	Анализ ситуации	5,20±1,80	5,40±1,67	>0,05	5,15±1,70	7,00±0,97	<0,01
3	Планирование	6,30±2,30	6,00±2,20	>0,05	5,90±2,23	7,20±1,18	<0,01
4	Самоконтроль	6,50±2,30	6,00±2,49	>0,05	6,10±1,92	7,50±1,39	<0,01
5	Коррекция	5,40±2,10	5,50±2,21	>0,05	5,30±1,94	7,50±1,32	<0,01
6	Волевые усилия	5,50±2,50	6,40±2,46	>0,05	5,10±2,42	7,50±1,40	<0,01
7	Уровень самоорганизации, баллы	5,90±0,90	5,91±0,90	>0,05	5,51±0,80	7,20±0,69	<0,01

По всем исследуемым показателям, характеризующим уровень самоорганизации учебной деятельности, контрольная и экспериментальная группы статистически не различались в начале эксперимента. В конце педагогического эксперимента обнаружена статистически достоверная разница между показателями на уровне значимости $p=0,01$.

Установлено достоверное повышение интегрального показателя уровня самоорганизации в экспериментальной группе с $5,90 \pm 0,90$ до $7,20 \pm 0,69$ баллов.

ВЫВОДЫ

Экспериментальное исследование процесса формирования умений самоорганизации студентов-спортсменов, обучающихся по индивидуальному графику в вузе физкультурно-спортивного профиля, показало, что использование предложенной нами дифференцированной методики, основанной на учете типологических особенностей личности и использования кейс-метода, способствовало росту уровня самоорганизации у студентов. Студенты экспериментальной группы после завершения эксперимента продемонстрировали уровень выше среднего, в то время как, студенты контрольной группы имели средний уровень самоорганизации.

ЛИТЕРАТУРА

1. Айзенк, Г.Ю. Структура личности / Г.Ю. Айзенк. — СПб.: Ювента, 1999. — 464 с.
2. Ахметова, А.Р. Кейс-технология — качественный инструмент для студентов, обучающихся по индивидуальному графику / А.Р. Ахметова, Е.Н. Герасимов // Дистанционное и виртуальное обучение. — 2013. — № 5 (71). — С. 10-17.
3. Ишков, А.Д. Опросник «Структура процесса самоорганизации» / А.Д. Ишков // Психолого-педагогические аспекты профессионального образования молодежи (начальное, среднее, высшее): сборник материалов Международной научно-практической конференции. Часть II. — Пенза: Приволжский Дом знаний, 2002. — С. 112-114.

REFERENCES

1. Ayzenk, G.Yu. (1999), *Structure of the personality*, Yuventa, St. Petersburg.

2. Akhmetova, A.R. and Gerasimov, E.N. (2013), "Keyes technology – the high-quality tool for the students who are trained according to the individual schedule", *Distance and virtual learning*, No. 5 (71), pp. 10-17.

3. Ishkov, A.D. (2002), "The survey "The structure of self-organization"", *Psycho-pedagogical aspects of vocational education for young people (primary, secondary, tertiary): Proceedings of the International Scientific and Practical Conference, Part II*, Penza, Volga House of Knowledge, pp. 112-114.

Контактная информация: m.mochalova80@mail.ru

Статья поступила в редакцию 25.03.2016

УДК 796.382.3:612

ВЛИЯНИЕ ИГРЫ В БИЛЬЯРД НА ПОКАЗАТЕЛИ ФУНКЦИОНИРОВАНИЯ НЕКОТОРЫХ СИСТЕМ ОРГАНИЗМА СТУДЕНТОВ

Александр Александрович Никитин, кандидат педагогических наук, доцент,
заведующий кафедрой,

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

Александр Сергеевич Грачев, кандидат педагогических наук, доцент,
Белгородский государственный технологический университет им. В.Г. Шухова
(БГТУ им. В.Г. Шухова), Белгород

Аннотация

В статье дается оценка влияния игры в американский бильярд (пул) два раза в неделю продолжительностью 45 минут на изменение функционирования различных систем организма студентов. Установлено, что данный объем времени игры в пул в недельном цикле не вызывает достоверных изменений в показателях остроты зрения и рефракции студентов. При этом выявлено достоверное увеличение на 10÷18% границ поля зрения правого и левого глаз на белый и синий цвет по направлению «Вниз». Экспериментально доказано воздействие игры пул на улучшение показателей зрительно-моторной и межмышечной координации. Исследована роль мотиваторов при игре в пул на показатели частоты сердечных сокращений играющих. Установлено, что средний объем двигательной активности составляет при игре «1 на 1» 1367±218 локомоций, а при игре «2 на 2» – 1256±195 локомоций.

Ключевые слова: пул, студенты, зрительный анализатор, нервно-психическое напряжение, ЧСС, мотиватор, двигательная активность.

DOI: 10.5930/issn.1994-4683.2016.04.134.p194-198

INFLUENCE OF BILLIARD GAME ON THE INDICATORS OF FUNCTIONING OF SOME SYSTEMS OF THE ORGANISM OF STUDENTS

Alexander Aleksandrovich Nikitin, the candidate of pedagogical sciences, senior lecturer,
department chairman,

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

Alexander Sergeevich Grachev, the candidate of pedagogical sciences, senior lecturer,
The Shukhov Belgorod State Technological University, Belgorod

Annotation

The article assesses the impact of the American billiards game (pool) played twice a week for 45 minutes on the change of the functioning of various body systems of the students. It was found that the amount of time spent on playing pool within the weekly cycle does not cause significant changes in terms of visual acuity and refraction of the students. At this the authors revealed the significant increase in the 10÷18% boundaries of the field of view of the right and left eyes in white and blue colors in the direction of "Down". Experimentally proved impact of the pool games on the improving the hand-eye coordination and intra-limb coordination has been noted. The role of motivators in the game of pool on the heart rate of