

УДК 796.011

РЕАЛИЗАЦИЯ ОЗДОРОВИТЕЛЬНЫХ ПРОГРАММ В ИНТЕРЕСАХ МЕЖКУЛЬТУРНОГО ВОСПИТАНИЯ СТУДЕНТОВ ВУЗОВ

Татьяна Евгеньевна Коваль, кандидат геолого-минералогических наук, доцент, Санкт-Петербургский государственный университет, Санкт-Петербург; *Людмила Вячеславовна Ярчиковская*, кандидат педагогических наук, доцент, Санкт-Петербургский государственный университет, Санкт-Петербург; *Игорь Дмитриевич Посошков*, кандидат экономических наук, доцент, Санкт-Петербургский государственный экономический университет, Санкт-Петербург; *Владимир Павлович Демеш*, кандидат педагогических наук, доцент, Санкт-Петербургский государственный архитектурно-строительный университет, Санкт-Петербург

Аннотация

В статье рассмотрены особенности реализации оздоровительных программ в интересах формирования навыков межкультурного общения среди студентов различных этнических групп. Работа выполнена на примере использования оздоровительных программ по шейпингу и скандинавской ходьбе на базе Санкт-Петербургского государственного университета, представлены материалы экспериментальной работы.

Ключевые слова: толерантные отношения, физическая культура, межкультурное воспитание, оздоровительные программы, комбинированный подход, скандинавская ходьба, шейпинг.

DOI: 10.5930/issn.1994-4683.2015.05.123.p103-107

IMPLEMENTATION OF HEALTH IMPROVING PROGRAMS IN THE ASPECT OF INTERCULTURAL EDUCATION OF UNIVERSITY STUDENTS

Tatiana Eugenievna Koval, the candidate of geological and mineralogical sciences, senior lecturer, St. Petersburg State University; *Lyudmila Vyacheslavovna Yarchikovskaya*, the candidate of pedagogical sciences, senior lecturer, St. Petersburg State University; *Igor Dmitrievich Pososhkov*, the candidate of economic Sciences, senior lecturer, Saint-Petersburg State Economic University; *Vladimir Pavlovich Demesh*, the candidate of pedagogical sciences, senior lecturer, St. Petersburg State Architectural and Construction University

Annotation

The article describes the specifics of implementation of health improving programs in the aspect of the development of intercultural skills among the students of different ethnic groups. The work is done on the example of using the wellness programs of shaping and Nordic walking. Materials of the experimental work have been presented.

Keywords: tolerance, physical education, wellness programs, combined approach, Nordic walking, shaping.

ВВЕДЕНИЕ

При решении задач гармонизации межкультурных и межэтнических отношений, актуальность которых не вызывает сомнения, особое место отводится физической культуре. Роль высшего учебного заведения при решении вопросов толерантности в студенческой среде, включая овладение ценностями физической культуры неоспорима, так как объединяет в процессе обучения усилия студентов из разных стран и разных этнических групп [1].

В данной статье развитие межкультурного общения и воспитания рассматриваются на примере реализации оздоровительных программ средствами физической культуры.

В качестве объекта исследования был выбран процесс формирования толерантных отношений студентов в условиях университетского образования на занятиях физической культурой. Предметом исследования явились социально-педагогические условия и средства физической культуры с использованием оздоровительных программ для формиро-

вания толерантных отношений студентов разных этнических групп.

Целью исследования являлось теоретическое обоснование и практическое подтверждение специфики процесса формирования толерантных отношений студентов различных этнических групп в высшем учебном заведении средствами физической культуры.

Анализ последних научных работ показывает, что уровень толерантных отношений между студентами, обучающимися в различных учебных группах в высших учебных заведениях, достаточно низкий. Причем речь идет не только о нетерпимости студентов к представителям какой-либо национальной или социальной группы, но и о нетерпимости к отдельному человеку вообще [4].

МЕТОДЫ И ОРГАНИЗАЦИЯ ИССЛЕДОВАНИЯ

В Санкт-Петербургском государственном университете был разработан и внедрён ряд мероприятий, направленных на формирование толерантных отношений в студенческой среде, который был внедрён на занятиях с использованием оздоровительных программ. Экспериментальная работа, направленная на определение эффективности использования оздоровительных программ в аспекте межкультурного воспитания студентов различных этнических групп базировалась на комбинированном подходе [2, 3].

В качестве экспериментальной базы были выбраны две популярные оздоровительные программы по шейпингу и скандинавской ходьбе. В состав групп студентов, занимавшихся оздоровительными программами с использованием комбинированного подхода, входили студенты из разных этнических групп. Так в экспериментальную группу студентов, занимавшихся скандинавской ходьбой и шейпингом, вошли студенты Российской Федерации (Москва, Санкт-Петербург, Тула, Рязань, Сочи, Петропавловск-Камчатский и другие); студенты ближнего зарубежья (Латвия, Литва, Эстония, Казахстан); студенты скандинавских стран (Финляндия, Швеция); студенты из Китая и Японии; студенты из стран Латинской Америки (Колумбия, Венесуэла).

Выявление условий для развития толерантных отношений предполагало уточнение роли популярных музыкальных мелодий из вышеназванных стран, собранных воедино в оздоровительных программах, с применением комплекса ритмичных танцевальных движений, стилизованных под национальные танцы народов мира, оздоровительного характера. Музыкальное сопровождение использовалось как во время подготовительной части оздоровительного занятия, так и в основной части при выполнении оздоровительных упражнений, направленных на развитие координации и гибкости.

Более того, при проектировании и реализации оздоровительных программ широкое применение получили средства построения оздоровительных маршрутов по территории Санкт-Петербурга, проходящие по объектам межкультурного национального достояния (в программе по скандинавской ходьбе), с опорой на фольклорные особенности этнической направленности (в программе по шейпингу).

К экспериментальной работе по развитию толерантных отношений на занятиях физической культурой привлекалось 86 студентов разных национальностей. Продолжительность эксперимента составила 4 месяца (сентябрь-декабрь 2014 г.). При проведении занятий использовались два рабочих языка: русский и английский. Это во многом способствовало стиранию межнациональных границ в языковом общении при проведении занятий.

В ходе экспериментальной работы высокую эффективность показали следующие методические приёмы, направленные на развитие толерантности: комбинированные танцевальные разминки с использованием ритмичных движений танцев народов мира; организация занятия по скандинавской ходьбе на специальных маршрутах этнической направленности, беседы по музыкальному сопровождению, с объяснением особенностей культурного наследия; разучивание отдельных движений и комбинаций движений танцев

народов мира; дискуссии при составлении самостоятельных оздоровительных программ с использованием музыки и танцев народов мира; ролевые игры.

В проведённой экспериментальной работе нами были использованы музыкальные композиции танцев: Кадриль, Ча-ча-ча, Аргентинское танго, Финская полька, Летка-Енка, Лезгинка, Сиртаки, Восточный египетский танец, Рио-Рита, Ламбада, Сальса, Эстонский танец.

Следует отметить, что помимо решения задач межкультурного воспитания студентов, все комбинированные программы были сфокусированы на достижении планируемого оздоровительного эффекта (повышение адаптационного потенциала и функциональных резервов организма, укрепление мышечного корсета, укрепления нервной и сердечно-сосудистой систем, улучшения выносливости, координации, коррекции осанки). Это достигалось путём комбинированных занятий шейпингом и скандинавской ходьбой. Оздоровительный эффект был зафиксирован при использовании долговременной аэробной нагрузки в скандинавской ходьбе и выполнения серии упражнений на развитие выносливости и координации движений в танцевальных комплексах при занятиях шейпингом.

Эксперимент проводился на спортивных объектах СПбГУ. Продолжительность экспериментальной работы – 4 месяца (с сентября по декабрь 2014 года).

Интенсивная, запланированная нагрузка соответствовала работе средней мощности (колебания ЧСС от 120 до 160 уд/мин). В процессе занятий проводился постоянный контроль самочувствия студентов путём измерений ЧСС и сбора информации по оценке самочувствия каждого испытуемого.

Оздоровительный эффект использования предложенных оздоровительных программ физической культуры был проверен по окончании эксперимента в сравнении с данными входного контроля. Результаты оценки оздоровительного эффекта и опроса были обработаны и проанализированы. По полученным результатам были сделаны заключительные выводы.

РЕЗУЛЬТАТЫ И ИХ ОБСУЖДЕНИЕ

1. Результаты оценки эффективности использования разработанных оздоровительных программ, характеризуют с одной стороны, уровень межкультурного воспитания студентов различных этнических групп, а с другой - оздоровительный эффект. Критериями оздоровительного эффекта явились объективные показатели (ЧСС, артериальное давление, ортостатическая проба) и субъективные показатели (оценка самочувствия, работоспособности, сна). Так, многие студенты, занимающиеся по разработанной оздоровительной программе при проведении ортостатической пробы перестали испытывать какие-либо неприятные ощущения, а результаты изменения ЧСС и АД не превышали 20/мин и 10 мм.рт.ст., соответственно. Можно отметить также положительную динамику субъективных показателей, зарегистрированных в дневниках самоконтроля испытуемых.

2. Результаты опроса студентов разных национальностей, участвующих в экспериментальной работе показали следующее.

2.1. На вопрос о важности личной идентификации этнической принадлежности в процессе обучения, в начале эксперимента большинство студентов (60%) отметили что, чувство этнической принадлежности в процессе обучения в университете являлось значимым, и они считали национальную принадлежность важной и необходимой. В конце эксперимента результат изменился. Только 45% обучаемых отдали предпочтение национальной принадлежности как наиболее значимому фактору, особенно на занятиях физической культурой по предложенным программам этнической направленности.

2.2. Поменялись приоритеты в выборе факторов, формирующих этническую идентификацию, в начале и в конце эксперимента. В начале эксперимента 20% студентов выбрали фактор ущемления прав людей их национальности; 40% студентов выбрали

фактор проведения народных праздников; 30% – чтение национальной литературы. В конце эксперимента значимость фактора, ущемления прав сократился до 10%. А в качестве ведущего фактора, формирующих этническую идентификацию, был выбран фактор национальной культуры, включая национальную музыку и национальные танцы.

2.3. На вопрос: «Ощущаете ли вы трудности в общении с людьми других национальностей?», в начале эксперимента 35% студентов ответили, что иногда испытывают трудности в общении с людьми другой национальности. В конце эксперимента только 21% подтвердили свой первоначальный ответ.

2.4. На вопрос, заданный в конце эксперимента, о необходимости использовать в высших учебных заведениях на занятиях физической культурой современные подходы, направленные на развитие толерантных отношений, 89% студентов высказались в поддержку предложенных программ. Эти студенты считают, что такие мероприятия проводить надо, это сближает и роднит людей. При этом, только 3% студентов высказались против; 5% затрудняются ответить.

2.5. На вопрос о формировании большей терпимости по отношению к студентам другой национальности после освоения предложенных оздоровительных программ, направленных на решение вопросов толерантности, 78% опрошенных ответили положительно; 9% студентов ответили – нет; остальные 13% ответили, что не знают.

ЗАКЛЮЧЕНИЕ

1. Проведённые исследования подтвердили эффективность использования предложенного комбинированного подхода формирования толерантных отношений среди студентов различных этнических групп на занятиях физической культурой.

2. Реализуемые программы по физической культуре, при решении вопросов формирования толерантных отношений в студенческой среде, должны включать в себя современные методики работы со студентами различных этнических групп, в основе которых лежит культурное наследие, в виде национальных танцев и национальной музыки.

3. Использование оздоровительных программ физической культуры на базе комбинированного подхода с использованием современной методики межкультурного воспитания студентов различных этнических групп в высшем учебном заведении является эффективным, как для решения задач оздоровительной направленности, так и для решения задачи формирования толерантных отношений в студенческой среде.

ЛИТЕРАТУРА

1. Благова Костова-Бачева, Д. Влияние этнических стереотипов на толерантность школьников / Д. Благова Костова-Бачева // Дидактика. – 2003. – № 2 (53). – С. 65-69.
2. Коваль, Т.Е. Использование комбинированного подхода в технологии проектирования оздоровительных программ / Т.Е. Коваль, Л.В. Ярчиковская, О.В. Ошина // Теория и практика физической культуры. – 2015. – № 2. – С. 98-100.
3. Современные особенности методики проектирования и реализации оздоровительных программ / Т.Е. Коваль, Л.В. Ярчиковская, В.В. Маркелов, В.П. Демеш // Учёные записки университета имени П.Ф. Лесгафта. – 2014. – № 11 (117). – С. 70-72.
4. Толерантность как образ жизни : учебно-методическое пособие / под ред. Г.Л. Бардиер и А.Ю. Сунгурова. – СПб. : Изд-во Ютас, 2008. – 224 с.

REFERENCES

1. Blagova Kostova-Bacheva D. (2003), "The Influence of ethnic stereotypes on the tolerance of students", *Didactic*, No. 2 (53), pp. 65-69.
2. Koval, T.E., Yarchikovskaya, L.V. and Oshina O.V. (2015), "The use of the combined approach in the design of health programs", *Theory and practice of physical culture*, No. 2, pp. 98-100.
3. Koval T.E., Yarchikovskaya, L.V., Markelov, V.V. and Demesh, V.P. (2014), "New design methodology and implementation of wellness programs", *Uchenye zapiski universiteta imeni P.F. Lesgafia*, Vol.117, No. 11, pp. 70-72.

4. Ed. Barbier, G.L. and Sungurov, A.Y. (2008), *Tolerance as a way of life: the textbook*, publishing house "Utah", St. Petersburg.

Контактная информация: tatiana_koval@mail.ru

Статья поступила в редакцию 21.05.2015.

УДК 794.1

ШАХМАТНЫЕ СОРЕВНОВАНИЯ КАК ЭТАП ПРОЦЕССА ОБУЧЕНИЯ ДОШКОЛЬНИКОВ ШАХМАТАМ

Геннадий Андреевич Козлов, аспирант,

Российский государственный социальный университет (РГСУ), Москва

Аннотация

В статье рассмотрено влияние участия дошкольников в шахматных соревнованиях на общую успеваемость в обучении шахматам. Доказано, что учащиеся, регулярно принимающие участие в соревнованиях, показывают лучшие результаты и большее рвение и в ежедневной работе над шахматами.

Ключевые слова: шахматные соревнования; обучение дошкольников; методика преподавания шахмат.

DOI: 10.5930/issn.1994-4683.2015.05.123.p107-111

CHESS COMPETITIONS AS A STAGE OF THE CHESS LEARNING PROCESS OF PRESCHOOLERS

Gennady Andreevich Kozlov, the post-graduate student,

Russian State Social University, Moscow

Annotation

The article examines the influence of preschoolers' participation in chess competitions on the general performance in chess training. It has been proven that students regularly taking part in the competitions show the best results and greater zeal in their daily work on chess.

Keywords: chess competitions, training of preschool children, methods of chess training.

ВВЕДЕНИЕ

Дошкольный возраст уникален для формирования личности. В отличие от всех последующих возрастных этапов, именно в этот период закладываются отношения ребенка к окружающему миру, происходит интенсивное физическое и психическое развитие. Очень важно не упустить времени, поддержать и всемерно развивать качества, специфические для дошкольного возраста, так как уникальные условия, созданные природой для их становления, больше не повторятся и в дальнейшем наверстать упущенное окажется трудным или даже невозможным [1]. Следует учитывать, что задачи, стоящие перед шахматами, широки и разнообразны:

1. Образовательная – расширяет кругозор, пополняет знания, активизирует мыслительную деятельность дошкольника, учит ориентироваться на плоскости, тренирует логическое мышление и память, наблюдательность, внимание и т.п.

2. Воспитательная – вырабатывает у ребенка настойчивость, выдержку, волю, спокойствие, уверенность в своих силах, стойкий характер.

3. Эстетическая – играя, ребенок живет в мире сказок и превращений обыкновенной доски и фигур в волшебные, изящество и красота отдельных ходов доставляет ему истинное удовольствие, а умение находить в обыкновенном необыкновенное обогащает детскую фантазию, приносит эстетическое наслаждение, заставляет восхищаться удивительной игрой [2].

4. Физическая – несмотря на распространенный стереотип о низкой физической готовности шахматистов, для успешной игры необходимо находиться в хорошей спор-