

12+

ВЕСТНИК
ПЕРМСКОГО ГОСУДАРСТВЕННОГО
ГУМАНИТАРНО-ПЕДАГОГИЧЕСКОГО
УНИВЕРСИТЕТА



Серия № 1
ПСИХОЛОГИЧЕСКИЕ И ПЕДАГОГИЧЕСКИЕ
НАУКИ

Выпуск 2/2016

В 2 частях

Часть 1

МИНИСТЕРСТВО ОБРАЗОВАНИЯ И НАУКИ РОССИЙСКОЙ ФЕДЕРАЦИИ
Федеральное государственное бюджетное образовательное учреждение
высшего образования
«Пермский государственный гуманитарно-педагогический университет»

12+

ВЕСТНИК
ПЕРМСКОГО ГОСУДАРСТВЕННОГО
ГУМАНИТАРНО-ПЕДАГОГИЧЕСКОГО
УНИВЕРСИТЕТА

Серия № 1
ПСИХОЛОГИЧЕСКИЕ И ПЕДАГОГИЧЕСКИЕ НАУКИ

Выпуск 2 / 2016

В 2 частях

Часть 1

Электронный научный журнал

Пермь
ПГГПУ
2016

Вестник Пермского государственного гуманитарно-педагогического университета. Сер. № 1. Психологические и педагогические науки. Вып. 2: в 2 ч. Ч. 1: электрон. науч. журн. [Электронный ресурс] / ред. кол.: Л.А. Косолапова (отв. ред. сер.), К.Э. Безукладников, Б.А. Крузе, Н.А. Гангнус (отв. секретарь вып.), Е.К. Гитман, Л.В. Коломийченко, Т.А. Полякова (отв. ред. вып.), А.И. Санникова; Перм. гос. гуманит.-пед. ун-т. – Пермь, 2016. – 185 с. – 16,1 Mb.

Первая часть журнала включает материалы, отражающие результаты исследований в области физической культуры и спорта, проводимых преподавателями, аспирантами и студентами кафедр теории и методики физической культуры, спортивных игр, адаптивной и лечебной физической культуры факультета физической культуры ПГГПУ, а также учителями физической культуры общеобразовательных школ.

В первом разделе представлены результаты исследований, проводимых в соответствии с программами двух научно-педагогических школ: «Психолого-педагогические основы управления развитием интегральной индивидуальности в физическом воспитании и спорте» (проф. В.В. Маркелов) и «Интегративная система профессиональной подготовки педагогов по физической культуре в педагогическом вузе» (доц. А.М. Тихонов). Следующие разделы содержат материалы исследований по вопросам физической культуры в школе, спортивной подготовки в условиях дополнительного образования, адаптивной и лечебной физической культуры, туризма и профессионального туристского образования.

Вторая часть журнала посвящена исследованиям, которыми занимаются представители научной школы «Антропоцентрические исследования современной парадигмы международного образования» (проф. К.Э. Безукладников). Ряд статей отражают результаты докторских и кандидатских исследований, выполненных в рамках научной школы. Другие материалы посвящены перспективным исследованиям аспирантов и магистрантов факультета иностранных языков, выполняемым под руководством профессорско-преподавательского коллектива.

Издание адресовано ученым и специалистам в области теории педагогики и образования, теории и методики преподавания иностранных языков, теории и методики физической культуры, теории и методики адаптивной и лечебной физической культуры, спортивной и педагогической психологии, а также аспирантам, магистрантам и студентам, работникам высшего и общего образования.

РЕДАКЦИОННАЯ КОЛЛЕГИЯ СЕРИИ:

Л.А. КОСОЛАПОВА – д-р пед. наук, зав. кафедрой педагогики
К.Э. БЕЗУКЛАДНИКОВ – д-р пед. наук, проф., зав. кафедрой методики преподавания иностранных языков
Б.А. КРУЗЕ – д-р пед. наук, доц., проф. кафедры методики преподавания иностранных языков
Н.А. ГАНГНУС – канд. пед. наук, доц. кафедры педагогики
Е.К. ГИТМАН – д-р пед. наук, проф. кафедры педагогики
Л.В. КОЛОМИЙЧЕНКО – д-р пед. наук, проф., зав. кафедрой дошкольной педагогики и психологии
Т.А. ПОЛЯКОВА – канд. пед. наук, доц., зав. кафедрой теории и методики физической культуры
А.И. САННИКОВА – д-р пед. наук, проф. кафедры социальной педагогики

Электронный журнал зарегистрирован в Федеральной службе по надзору в сфере связи, информационных технологий и массовых коммуникаций. Свидетельство о регистрации средства массовой информации ЭЛ № ФС77-54747 от 17.07.2013 г.

Журнал включен в Российский индекс научного цитирования (РИНЦ), договор № 270-04/2014 от 28.04.2014 г.

Журнал зарегистрирован как сериальное сетевое издание в международном регистрационном каталоге (ISSN International Centre, Франция, Париж)

Сайт журнала Вестник ПГГПУ. Серия № 1 «Психологические и педагогические науки»:

URL: <http://www.vestnik1.pspu.ru>

Электронная почта журнала: pedagog@pspu.ru – Гангнус Наталии Андреевне,
tevtuh@pspu.ru – Евтух Татьяне Викторовне

Печатается по решению редакционно-издательского совета
Пермского государственного гуманитарно-педагогического университета

**ВЕСТНИК
ПЕРМСКОГО ГОСУДАРСТВЕННОГО ГУМАНИТАРНО-
ПЕДАГОГИЧЕСКОГО УНИВЕРСИТЕТА**

НАУЧНЫЙ ЖУРНАЛ

СОДЕРЖАНИЕ

РАЗДЕЛ 1. НАУЧНАЯ ШКОЛА 6

**1.1. ПСИХОЛОГО-ПЕДАГОГИЧЕСКИЕ ОСНОВЫ УПРАВЛЕНИЯ
РАЗВИТИЕМ ИНТЕГРАЛЬНОЙ ИНДИВИДУАЛЬНОСТИ
В ФИЗИЧЕСКОМ ВОСПИТАНИИ И СПОРТЕ 6**

Маркелов В.В. СПОРТИВНАЯ АКТИВНОСТЬ КАК ФАКТОР
ИНТЕГРАЦИИ СВОЙСТВ В СТРУКТУРЕ ИНДИВИДУАЛЬНОСТИ
СТУДЕНТОВ 6

Александров И.Ю., Маркелов В.В. ОСОБЕННОСТИ
ПСИХОЛОГИЧЕСКИХ ЗАЩИТ И КОПИНГ-СТРАТЕГИЙ В
СТРУКТУРЕ ЛИЧНОСТИ СТУДЕНТОВ ФАКУЛЬТЕТА ФИЗИЧЕСКОЙ
КУЛЬТУРЫ..... 10

Алексеев В.Ю. ИНТЕГРАЛЬНАЯ ХАРАКТЕРИСТИКА НАДЕЖНОСТИ
СОРЕВНОВАТЕЛЬНОЙ ДЕЯТЕЛЬНОСТИ В ЮНОШЕСКОМ
СПОРТЕ..... 17

Зубков А.Е. СИСТЕМНЫЙ АНАЛИЗ СТИЛЕВЫХ ОСОБЕННОСТЕЙ
ПЕДАГОГИЧЕСКОЙ ДЕЯТЕЛЬНОСТИ УЧИТЕЛЯ ФИЗИЧЕСКОЙ
КУЛЬТУРЫ..... 23

**1.2. ИНТЕГРАТИВНАЯ СИСТЕМА ПРОФЕССИОНАЛЬНОЙ
ПОДГОТОВКИ ПЕДАГОГОВ ПО ФИЗИЧЕСКОЙ КУЛЬТУРЕ
В ПЕДАГОГИЧЕСКОМ ВУЗЕ..... 31**

Тихонов А.М., Кечкин Д.Д., Полякова Т.А. ФИЗИЧЕСКАЯ КУЛЬТУРА:
ПРОБЛЕМЫ И ПЕРСПЕКТИВЫ..... 31

Лубышева Л.И. КОНЦЕПЦИЯ СПОРТИЗАЦИИ В СИСТЕМЕ
ФИЗКУЛЬТУРНОГО ОБРАЗОВАНИЯ..... 44

Ермаков А.С., Ермакова В.А., Тихонов А.М. ФОРМИРОВАНИЕ
СПЕЦИАЛЬНЫХ КОМПЕТЕНТНОСТЕЙ У СТУДЕНТОВ ФАКУЛЬТЕТА
ФИЗИЧЕСКОЙ КУЛЬТУРЫ В ПРОЦЕССЕ ОСВОЕНИЯ ДИСЦИПЛИНЫ
«ТЕОРИЯ И МЕТОДИКА ФИЗИЧЕСКОЙ КУЛЬТУРЫ» 55

Мартынов Д.И. МОДЕЛЬ УЧЕБНО-ТРЕНИРОВОЧНОГО ПРОЦЕССА
С ИСПОЛЬЗОВАНИЕМ ИНТЕРАКТИВНЫХ ТЕХНОЛОГИЙ
В ПОДГОТОВКЕ БОЙЦОВ КОМПЛЕКСНЫХ ЕДИНОБОРСТВ 64

<i>Кузнецова О.Б.</i> МАССАЖ КАК УЧЕБНЫЙ ПРЕДМЕТ В ПОДГОТОВКЕ СПЕЦИАЛИСТОВ ПО ФИЗИЧЕСКОЙ КУЛЬТУРЕ И СПОРТУ	75
<i>Старкова Е.В.</i> ПРЕДПОСЫЛКИ И ПРЕДВАРИТЕЛЬНЫЕ РЕЗУЛЬТАТЫ ВНЕДРЕНИЯ ВФСК ГТО В ВУЗАХ	81

РАЗДЕЛ 2. ФИЗИЧЕСКАЯ КУЛЬТУРА В ШКОЛЕ..... 89

<i>Поспелов А.В.</i> ПРЕДМЕТНАЯ ИНТЕГРАЦИЯ В ПРОЦЕССЕ ОСВОЕНИЯ ПРЕДМЕТА «ФИЗИЧЕСКАЯ КУЛЬТУРА»	89
<i>Пырцаки Н.Г., Тихонов А.М.</i> ПРИМЕНЕНИЕ МЕТОДА УЧЕБНОГО ПРОЕКТА ПРИ ПОДГОТОВКЕ УЧАЩИХСЯ ОСНОВНОЙ ШКОЛЫ К МЕЖШКОЛЬНЫМ СОРЕВНОВАНИЯМ.....	99
<i>Трушников Ю.Н., Гончаров К.В.</i> ВЛИЯНИЕ ИССЛЕДОВАТЕЛЬСКОГО МЕТОДА НА ФОРМИРОВАНИЕ ПОЗНАВАТЕЛЬНЫХ УНИВЕРСАЛЬНЫХ УЧЕБНЫХ ДЕЙСТВИЙ И РАЗВИТИЕ РАВНОВЕСИЯ	107
<i>Федорова Т.А.</i> ОСОБЕННОСТИ ОБУЧЕНИЯ КОНЬКОВОМУ ХОДУ УЧАЩИХСЯ ШЕСТЫХ КЛАССОВ	113

РАЗДЕЛ 3. СПОРТИВНАЯ ПОДГОТОВКА В УСЛОВИЯХ ДОПОЛНИТЕЛЬНОГО ОБРАЗОВАНИЯ..... 118

<i>Ключинская Т.Н., Пигасова В.Е.</i> ОПЫТ ПРИМЕНЕНИЯ ПРЕДМЕТОВ ХУДОЖЕСТВЕННОЙ ГИМНАСТИКИ В КООРДИНАЦИОННОЙ ПОДГОТОВКЕ ГИМНАСТОК.....	118
<i>Райнхардт О.О., Попова В.М.</i> РАЗВИТИЕ ВЫРАЗИТЕЛЬНОСТИ У СПОРТСМЕНОВ ГРУПП НАЧАЛЬНОЙ ПОДГОТОВКИ В ХУДОЖЕСТВЕННОЙ ГИМНАСТИКЕ	125

РАЗДЕЛ 4. АДАПТИВНАЯ И ЛЕЧЕБНАЯ ФИЗИЧЕСКАЯ КУЛЬТУРА..... 131

<i>Абызова Т.В., Акатова А.А., Рудаков Ф.Д.</i> РАЗВИТИЕ ФИЗИЧЕСКИХ КАЧЕСТВ У ШКОЛЬНИКОВ С НАРУШЕНИЕМ ЗРЕНИЯ В УСЛОВИЯХ КОРРЕКЦИОННОЙ ШКОЛЫ III–IV ВИДА	131
<i>Шарова Л.В., Шаров А.В.</i> РЕЗУЛЬТАТЫ ДЕМОГРАФИЧЕСКИХ ИССЛЕДОВАНИЙ ПО АДАПТАЦИИ И СОХРАНЕНИЮ ДЕЕСПОСОБНОСТИ ЛИЦ, ПРОЖИВАЮЩИХ В УСЛОВИЯХ СЕВЕРНОГО УРАЛА	137

РАЗДЕЛ 5. ТУРИЗМ И ПРОФЕССИОНАЛЬНОЕ ТУРИСТСКОЕ ОБРАЗОВАНИЕ 143

Бородулина Ю.В. ИСПОЛЬЗОВАНИЕ СРЕДСТВ ТУРИЗМА НА УРОКАХ ФИЗИЧЕСКОЙ КУЛЬТУРЫ В ПЯТЫХ КЛАССАХ..... 143

Киряева Е.К., Мандрица С.А. РАЗВИТИЕ ДЕЛОВОГО ТУРИЗМА В ПЕРМСКОМ КРАЕ 148

Мажанова Е.С. РАЗВИТИЕ ВНУТРЕННЕГО ТУРИЗМА В РОССИИ С 2014 ГОДА..... 156

Черепанов К.Н. ПРОБЛЕМЫ И ПЕРСПЕКТИВЫ РАЗВИТИЯ ОХОТНИЧЬЕГО И РЫБОЛОВНОГО ТУРИЗМА В ПЕРМСКОМ КРАЕ (НА ПРИМЕРЕ СОЛИКАМСКОГО РАЙОНА) 162

Шевырин С.А. ИЗ ИСТОРИИ ТУРИЗМА НА ТЕРРИТОРИИ ПЕРМСКОГО КРАЯ..... 176

РАЗДЕЛ 1. НАУЧНАЯ ШКОЛА

1.1. ПСИХОЛОГО-ПЕДАГОГИЧЕСКИЕ ОСНОВЫ УПРАВЛЕНИЯ РАЗВИТИЕМ ИНТЕГРАЛЬНОЙ ИНДИВИДУАЛЬНОСТИ В ФИЗИЧЕСКОМ ВОСПИТАНИИ И СПОРТЕ

УДК 796:159.9

Маркелов Владимир Вениаминович

доктор педагогических наук, профессор кафедры спортивных дисциплин,
кафедр теоретической и прикладной психологии и практической психологии

*ФГБОУ ВО «Пермский государственный гуманитарно-педагогический
университет», Пермь, Россия*

6140990, Пермь, Сибирская 24, +7 (342) 238-63-44

e-mail: markvv@rambler.ru

СПОРТИВНАЯ АКТИВНОСТЬ КАК ФАКТОР ИНТЕГРАЦИИ СВОЙСТВ В СТРУКТУРЕ ИНДИВИДУАЛЬНОСТИ СТУДЕНТОВ

Vladimir V. Markelov

PpD, Professor of the Chairs of Sport Disciplines, Theoretical and Applied and
Practical Psychology

*Federal State Budget Educational Institution of Higher Education
«Perm State Humanitarian Pedagogical University»*

24, Sibirskaja, 614990, Perm, Russia

e-mail: markvv@rambler.ru

SPORTS ACTIVITY AS A FACTOR OF INTEGRATION OF PROPERTIES IN THE STRUCTURE OF INDIVIDUALITY OF STUDENTS

Аннотация. В статье показана роль активных занятий спортом в создании системы разноуровневых свойств в структуре интегральной индивидуальности студентов. Занятия спортом обеспечивают формирование и функционирование системы связей между свойствами нейродинамики, психодинамики и личности. Описывается сопряженность уровня спортивной квалификации и физической подготовленности студентов с эффективностью использования рациональных механизмов психологической защиты и саморегуляции, а также с успешностью их учебной деятельности. Полученные в исследовании факты позволяют рассматривать активные занятия

спортом как важнейший фактор интеграции и творческой самоактуализации субъектов образовательной деятельности.

Ключевые слова: студент, система, индивидуальность, структура, интеграция, спортивная активность, физическая подготовленность, нейродинамика, психодинамика, личность,

Abstract. The article shows the role of active sports to create a system of multi-level properties in the structure of integral individuality of students. Sports ensure the formation and functioning of the relations between the properties of neurodynamics, psychodynamics and personality. We have discovered the associativity of level of sports skills and physical fitness of students with the efficiency of rational use of psychological defense mechanisms and self-regulation, but also with the success of their learning activities. These study facts allow the consideration of active sports as an important factor of integration and creative self-actualization of educational activities.

Key words: student, system, personality, structure, integration, sport activity, physical fitness, neurodynamics, psychodynamics, personality.

В процессе активных занятий физическими упражнениями и спортом совершенствуются двигательные способности человека и создаются условия для формирования социально ценных качеств личности, обеспечивающих адаптацию, интеграцию и самоактуализацию человека в социуме. В ходе занятий физическими упражнениями и спортом формируется комплекс позитивных качеств личности: оптимистичность, инициативность, креативность, стрессустойчивость, толерантность, чувство коллективизма и др. В последние годы Б.В. Бальсевичем и Л.И. Лубышевой [2] широко внедряется система спортивно-ориентированной физической культуры, основанная на привлечении учащейся молодежи к активным занятиям спортом. Синтез теории культурно-исторического развития Л.С. Выготского [3], теории историко-эволюционного развития А.Г. Асмолова [1], теории деятельности А.Н. Леонтьева [5], концепции интегральной индивидуальности В.С. Мерлина [6] и концепции полисистемного взаимодействия Б.А. Вяткина [4] позволяет выдвинуть предположение о том, что в ходе высокомотивированной деятельности человек становится инициатором создания гармоничной индивидуальности как системы разноуровневых свойств, обеспечивающей высокий уровень функционирования. Спорт как особый вид экстремальной деятельности, требующей максимальной мобилизации творческого потенциала человека, содействует не только его максимальной самоактуализации, но и выполняет системообразующую функцию по установлению и функционированию в структуре его индивидуальности новой системы связей.

Целью настоящего исследования было сравнительное изучение особенностей подструктур индивидуальности и особенностей защитного и преодолевающего поведения у студентов, активно занимающихся спортом, и студентов, ограничивающихся занятиями физическими упражнениями

в соответствии с требованиями вузовских учебных программ. Исследование проводилось на базе вузов Москвы, Брянска и Перми. В каждой из участвующих в сравнительном исследовании групп было по 100 испытуемых в возрастном диапазоне от 18 до 22 лет.

Для диагностики разноуровневых свойств индивидуальности использовался комплекс методов, включающих тесты физической подготовленности, а также опросники свойств нейродинамики, психодинамики и личности. Изучение защитных механизмов и стратегий преодолевающего поведения осуществлялось с помощью опросников В.В. Бойко, Р. Плутчика – Г. Келлермана – Х. Конте и анкеты С. Хобфолла.

В результате эмпирического исследования нами было обнаружено, что студентов, активно и успешно занимающихся спортом, отличают от студентов-«неспортсменов» следующие личностные особенности: относительно низкая склонность к неоправданному риску ($t = -2,53$; $p < 0,01$), к общению ($t = -2,61$; $p < 0,01$), к управлению другими людьми ($t = -3,08$; $p < 0,02$) и к проявлению агрессии ($t = -2,36$; $p < 0,02$). По данным корреляционного анализа обнаружено, что у студентов – спортсменов в меньшей степени по сравнению с остальными выражено стремление к избеганию ($-0,18$; $p < 0,05$) и к редукции профессиональных обязанностей ($-0,19$; $p < 0,05$). Успешность учебной деятельности у студентов-спортсменов оказалась сопряженной с высокими показателями интернальности в области достижений и неудач. Следует отметить, что по обобщенным показателям учебной успеваемости представители группы «спортсменов» на статистически значимом уровне превосходят студентов, не занимающихся спортом ($p = 0,05$).

В результате корреляционного анализа выявлено, что у представителей группы студентов, занимающихся спортом, обнаружен гораздо более объемный комплекс связей между всеми показателями физической подготовленности и разноуровневыми свойствами индивидуальности по сравнению с данными, полученными у представителей группы «неспортсменов» (156 против 78). При этом количество связей показателей физической подготовленности со свойствами личности у спортсменов значительно больше, чем у «неспортсменов» (127 – 81,4 % от общего количества связей против 46 – 58,9 %). В исследовании обнаружено, что студенты, имеющие высокую спортивную квалификацию, достоверно отличаются от студентов, не занимающихся спортом, предпочтением рациональных моделей преодоления сложных ситуаций, что выражается в более высоких показателях ассертивного поведения и вступления в социальные контакты, а также в более низких показателях агрессивности и асоциальности. Студенты этого типа чаще используют не прямые действия, интеллектуализацию, а также поиск позитивного в эмоционально напряженных ситуациях. У них преобладает мотивация достижения успеха над мотивацией избегания неудач, готовность к активному противостоянию негативным факторам среды. Они в меньшей степени нуждаются в моральной поддержке, в положительном оценивании, в избегании, а также в принятии со стороны окружающих. Для студентов, не занимающихся спортом, в большей степени характерны стратегии пассивности

и поиска поддержки, которые в экстремальных ситуациях сменялись стратегиями деструктивизма, асоциального и даже агрессивного поведения. Вероятно, последние выполняют компенсаторные функции по преодолению внутреннего дискомфорта и комплексов неуверенности в себе и негативизма.

Студентов-спортсменов отличает относительно более высокий уровень интернальности при осознании и решении проблем. Поведение студентов-спортсменов характеризуется мысленным моделированием высказываний и поступков, а также целенаправленным управлением поведением, что указывает на сформированность навыков самоконтроля и саморегуляции. Студенты-спортсмены проявляют готовность к поиску новых способов разрешения стрессогенных ситуаций, к восприятию их как способствующих приобретению нового опыта и способностей к саморазвитию, что характеризует высокую степень их готовности к принятию ответственности за результаты своей деятельности.

Таким образом, студенты, занимающиеся спортом, отличаются от студентов-«неспортсменов» предпочтением конструктивных моделей преодоления сложных ситуаций. Студенты-спортсмены чаще используют не прямые действия, рационализацию и поиск позитивного в эмоционально напряженных ситуациях. Их отличает готовность к активному противостоянию негативным факторам среды и осознанная направленность копинг-поведения на источник стресса. Они в меньшей степени нуждаются в поиске поддержки, в положительном оценивании, в избегании неудач, также в принятии их как личности другими. Таким образом, полученные в исследовании факты можно интерпретировать как проявление феномена позитивного влияния занятий спортом на формирование структуры интегральной индивидуальности студентов, сопряженного с успешностью их самореализации в учебной деятельности.

Список литературы

1. *Асмолов А.Г.* Психология личности. Культурно-историческое понимание развития человека. М.: Смысл – Академия. 2007. 528 с.
2. *Бальсевич В.К., Лубышева Л.И.* Физическая культура: молодежь и современность // Теория и практика физической культуры. 2005. № 4. С. 2–4.
3. *Выготский Л.С.* Собрание сочинений. Т. 6. Вопросы теории и истории психологии. М., 1982. 488 с.
4. *Вяткин Б.А.* Индивидуальность как предмет интегрального исследования. Индивидуальность растущего человека в условиях современной школы. Пермь: ПГГПУ – институт психологии, 2015. С. 9–19.
5. *Леонтьев А.Н.* Деятельность. Сознание. Личность. М.: Политиздат, 1975. 204 с.
6. *Мерлин В.С.* Очерк интегрального исследования индивидуальности. М.: Педагогика, 1986. 256 с.



УДК 159.923:378

Александров Игорь Юрьевич

аспирант

e-mail: igor170-93@mail.ru

Маркелов Владимир Вениаминович

доктор педагогических наук, профессор кафедры спортивных дисциплин,
кафедр теоретической и прикладной психологии и практической психологии

e-mail: markelov@rambler.ru

ФГБОУ ВО «Пермский государственный гуманитарно-педагогический

университет», Пермь, Россия

614990, Пермь, ул. Сибирская 24, +7 (342) 238-63-44

ОСОБЕННОСТИ ПСИХОЛОГИЧЕСКИХ ЗАЩИТ И КОПИНГ-СТРАТЕГИЙ В СТРУКТУРЕ ЛИЧНОСТИ СТУДЕНТОВ ФАКУЛЬТЕТА ФИЗИЧЕСКОЙ КУЛЬТУРЫ

Igor Y. Aleksandrov

Graduate Student

e-mail: igor170-93@mail.ru

Vladimir V. Markelov

PpD, Professor of the Chairs of Sport Disciplines, Theoretical and Applied and
Practical Psychology

e-mail: markelov@rambler.ru

Federal State Budget Educational Institution of Higher Education

«Perm State Humanitarian Pedagogical University»

24, Sibirskaja, 614990, Perm, Russia

FEATURES OF PSYCHOLOGICAL PROTECTION AND COPING-STRATEGIES IN THE STRUCTURE OF PERSONALITY OF STUDENTS OF THE FACULTY OF PHYSICAL CULTURE

Аннотация. Статья посвящена исследованию эмпирически выявленных различий в использовании механизмов психологической защиты и копинг-стратегий, а также взаимосвязи между этими формами поведения у студентов факультета физической культуры.

Ключевые слова: копинг-стратегии, студенты, психологическая защита, студенты.

Abstract. Our research is to empirically identify the differences in the use of psychological defense mechanisms and coping strategies as well as the relationship between the behaviors of the students of the Faculty of Physical Education.

Key words: coping strategies, students, psychological defense, students.

Становление и развитие современной отечественной психолого-педагогической науки, придерживающейся традиций гуманистического, личностно-ориентированного подхода, ставят в ряд актуальных научно-практических задач изучение проблемы активности студентов как субъектов деятельности и проявлений их индивидуальности во взаимодействии с окружающим миром. В этой связи не менее актуальным сегодня является изучение психологических закономерностей и факторов, потенциально обеспечивающих эффективность учебной деятельности студента.

В качестве одного из таких факторов выступает феномен психологической защиты, тесно связанный с проблемами психической адаптации, регуляции и становления личности.

Начиная с работ З. Фрейда проблема психологической защиты была и остается предметом пристального внимания представителей самых разных психологических школ и направлений (З. Фрейд, А. Фрейд, К. Хорни, Э. Фромм, В. Райх, Ф. Перлз, Н. Мак-Вильямс, Ф.В. Басейн, В.И. Журбин, И.М. Никольская, Р.М. Грановская, В.А. Усталов и др.). Несмотря на существующие между исследователями разногласия в понимании феноменологии защитных механизмов, их роли в онтогенезе и социальной адаптации личности, большинством авторов тем не менее поддерживается точка зрения, согласно которой действие психологической защиты при определенных условиях может препятствовать личностному развитию и самореализации человека в социальном мире.

На сегодняшний день в отечественной психологии можно условно выделить три основных линии исследований феномена психологической защиты.

Первая связана с изучением проявлений защитных механизмов в условиях различного рода профессиональной деятельности.

Вторая линия включает в себя исследования, ориентированные на изучение психологических защит у больных с различными типами хронических заболеваний: нервно-психических, психосоматических и соматопсихических.

Наконец, третье направление исследований психологической защиты является преимущественно теоретическим и связано с поиском ответов на вопросы относительно феноменологии защитных механизмов, их роли в индивидуальном онтогенезе, социальной адаптации и деятельности человека.

Перечисленные группы исследований феномена психологической защиты обладают несомненной теоретической и прикладной ценностью. Вместе с тем в области изучения данной проблемы остались недостаточно изученными взаимосвязи защитных механизмов психики с разноуровневыми

индивидуальными свойствами (нервной системы, темперамента и личности) в контексте целостного, интегрального подхода к изучению индивидуальности спортсмена. На наш взгляд, разработка проблемы стиля психологической защиты в контексте изучения его адаптивных функций, источников детерминации, особенностей индивидуальных проявлений имеет сегодня важное теоретическое и практическое значение. Она вносит вклад в понимание закономерностей проявлений активности спортсмена в его взаимодействии с окружающим миром, расширяет возможности практики оказания психологической поддержки индивидуальному развитию и может быть отнесена к области актуальных научно-исследовательских психолого-педагогических задач. Наряду с механизмами психологической защиты эффективность социально-психологической адаптации обеспечивается использованием копинг-стратегий, которые представляют собой индивидуальные способы преодоления трудных ситуаций. Они функционально едины, однако их отличие состоит в том, что защитные механизмы неосознаваемы и пассивны, а копинги используются субъектом сознательно и активно (Л. Мерфи, А. Маслоу, А. Биллингс, Р. Моос, Т.Д. Крюкова).

Копинг-стратегии используются как стратегии действий личности, направленные на устранение ситуации психологической угрозы. Структуру копинг-процесса можно представить следующим образом: восприятие процесса – когнитивная оценка – выработка стратегий преодоления – оценка результата действия. Р. Лазарус исходит в большей степени из приоритета субъективного восприятия и переживания стресса и уделяет особенное внимание когнитивным процессам и когнитивной оценке. При столкновении со стрессовым событием происходит динамический процесс когнитивной оценки, переоценки и эмоциональной переработки ситуации и совладания.

В зависимости от степени конструктивности защитные механизмы и копинг-стратегии могут способствовать или препятствовать успешности преодоления ситуации.

Цель нашего исследования заключается в том, чтобы эмпирически выявить различия в использовании механизмов психологической защиты и копинг-стратегий, а также взаимосвязи между этими формами поведения у студентов первого и четвертого курсов факультета физической культуры.

Задачи:

1. Экспериментально выявить различия в использовании защитных механизмов и копинг-стратегий студентами факультета физической культуры.
2. Экспериментально выявить характер взаимосвязи защитных механизмов и копинг-стратегии у студентов факультета физической культуры.

Для того чтобы исследовать уровень напряженности основных психологических защитных механизмов, а также оценку общей напряженности всех измеряемых защит у студентов в трудных ситуациях, мы использовали опросник «Индекс жизненного стиля». Показатели представлены в табл. 1.

Таблица 1

**Результаты средних значений индекса напряженности по методике
«Индекс жизненного стиля»**

№ п/п	Психологические механизмы защиты (ПМЗ)	Напряженность ПМЗ у студентов 1-го курса	Напряженность ПМЗ у студентов 4-го курса	t-критерий Стьюдента	p
1	Отрицание (max 13)	8,7	10,2	$t=1,8$	$p>0,05$
2	Подавление (max 12)	7,3	3,2	$t=4,2$	$p<0.01$
3	Регрессия (max 14)	11,8	8,2	$t=3,1$	$p>0,05$
4	Проекция (max 13)	8,7	11,4	$t=2,8$	$p>0,05$
5	Замещение (max 13)	10,3	4,7	$t=4,5$	$p<0.01$
6	Интеллектуализация (max 12)	6,8	11,1	$t=3,6$	$p<0.01$

В результате диагностики защитных механизмов мы выявили, что студенты первого курса превосходят студентов четвертого курса по многим показателям. Однако статистически значимые различия обнаружены только по трем показателям.

Нами получены статистически значимые различия по показателю «подавление». Так, у студентов первого курса этот показатель равен 7,3, а у студентов четвертого курса он равен 3,2 ($t=4.2$; $p<0.01$). Это связано с тем, что в отличие от старшекурсников, студенты первого курса более тревожны и дисциплинированы из-за опасений быть отчисленными. Студенты первого курса превосходят старшекурсников по показателю «замещение», этот показатель равен 10,3, а у студентов четвертого курса – 4,7 ($t=4,5$; $p\leq 0.01$). По-видимому, связано это с тем, что студенты первого курса недостаточно устойчивы эмоционально и в отличие от студентов четвертого курса, имеющих достаточный опыт, могут непроизвольно редуцировать негативные переживания на основе использования нейтральных объектов.

Вместе с тем обнаружено, что студенты четвертого курса превосходят студентов первого по показателю «интеллектуализация». Так, у студентов четвертого курса этот показатель равен 11,1, а у студентов первого курса – 6,8 ($t=3,6$; $p<0.01$). Связано это с тем, что на старшем курсе студенты стараются бессознательно абстрагироваться от чувств, трезво оценить ситуацию, придумать механизм объяснения, который облегчит им жизнь и социальную адаптацию.

Все остальные показатели у студентов четвертого и студентов первого курса находятся вне зоны значимости, что свидетельствует о том, что они и у тех и других проявляются в одинаковой степени.

Вместе с тем результаты исследования показали, что в случае возникновения трудной ситуации студенты первого курса чаще используют такой наивный механизм психологической защиты, как регрессия (11,8). Это можно предположительно объяснить тем, что студенты первого курса полагают, что они еще только вступают во взрослую жизнь и многие погрешности в поведении и инфантильность будут «сходить им с рук». В поведении студентов четвертого курса преобладают такие защитные механизмы, как проекция (11,4) и отрицание (10,2). Это объясняется тем, что студенты четвертого курса, в отличие от первокурсников, более самостоятельны, серьезнее и более осознанно относятся к учебе и к выбранному профессиональному поприщу.

Для того чтобы выяснить особенности поведения студентов в сложных (стрессовых) ситуациях, а также для определения стратегии поведения учащихся в таких ситуациях, мы провели диагностику по методике «Стратегии и модели преодолевающего поведения – копинг-стратегии Г.С. Никифорова и М.А. Дмитриевой». Показатели представлены в табл. 2.

Таблица 2

Среднегрупповые показатели копинг-стратегий, используемых студентами в стрессовых ситуациях

Модель поведения	Модели преодолевающего поведения, % (1-й курс)			Модели преодолевающего поведения, % (4-й курс)			t-критерий Стьюдента	P
	низкая	средняя	высокая	низкая	средняя	высокая		
Импульсивные действия	15,5	–	–	–	19,5	–	t=4,3	p<0.01
Агрессивные действия	–	17,5	–	–	–	21,6	t=3,9	p<0.01

Результаты тестирования по данной методике показали, что у студентов первого курса импульсивные действия находятся в низкой степени выраженности, а все остальные показатели находятся в средней степени выраженности. У студентов 4-го курса, в трудной ситуации, агрессивные действия находятся в высокой степени выраженности, все остальные показатели – в средней степени.

Из этого следует, что на первом курсе обучения студенты более сдержанны, не импульсивны, стараются выполнять правила распорядка, всячески избегать стрессовых ситуаций.

В результате исследования копинг-поведения выявили, что все показатели у студентов первого и четвертого курсов находятся в средней степени выраженности, статистически значимые различия не выявлены, кроме 2 показателей.

Так, нами обнаружено, что показатель преодолевающего поведения «импульсивные действия» у студентов четвертого курса равен 19,5, а у студентов первого курса – 15,5 ($t=4,3$; $p<0.01$). Это связано с тем, что студенты первого курса более сдержанны, опасаются конфликтов с преподавателями и студентами, так как только «вступили в новую жизнь» и стараются не портить отношение с окружающими.

Показатель преодолевающего поведения «агрессивные действия» у студентов четвертого курса равен 21,6, а у студентов первого курса – 17,5 ($t=3,9$; $p<0.01$). Это можно объяснить тем, что на четвертом курсе студенты приобретают социальную смелость и снижают уровень исполнительного и ответственного отношения к учебе.

В результате исследования взаимосвязей изучаемых переменных обнаружено, что у студентов четвертого курса показатели ассертивности коррелируют с такими показателями защиты, как подавление (0,458) и интеллектуализация (0,503). В то же время имеется связь показателя «ассертивность» с показателем «проекция» (0,478), а показатель копинга «вступление в социальный контакт» коррелирует с показателями регрессии (0,611) и проекции (0,542).

У студентов первого курса нами была выявлена взаимосвязь конструктивной копинг-стратегии «вступление в социальный контакт» и подавления (0,458). Обнаружена связь с деструктивными механизмами защиты. Так, показатели ассертивности связаны с такими механизмами, как «регрессия» (0,523), «замещение» (0,503) и «реактивное образование» (0,598). Студенты четвертого курса овладевают этими конструктивными механизмами психологической защиты, что проявляется в более тактичном поведении в конфликтных ситуациях, дают отчет своим поступкам, а у студентов первого курса копинг-стратегия «вступление в социальный контакт» связана с механизмом подавления.

Можно предположить, что необходимость вступления в социальные контакты вынуждает подавлять потребность общаться лишь в кругу предпочитаемых людей, тем самым расширяет круг контактов.

Выводы:

1. В условиях стресса психологическая адаптация человека происходит главным образом посредством двух механизмов: психологической защиты и копинг-поведения. Студенты первого и четвертого курсов используют разные психологические механизмы защиты и копинг-стратегии и в разной степени проявляют их в трудных жизненных ситуациях. У студентов первого курса ярче выражены такие примитивные механизмы психологической защиты, как регрессия и замещение. У студентов четвертого курса преобладают более сложные защитные механизмы – проекция, интеллектуализация и отрицание. Преодолевающее поведение студентов разных курсов различается по таким показателям копинг-стратегий, как импульсивные и агрессивные действия.



2. Корреляционный анализ позволил обнаружить связь некоторых показателей механизмов защиты и копинг-стратегий. Студенты первого курса, использующие защитный механизм «подавление», более активны в применении копинг-стратегии «вступление в социальный контакт». Студенты четвертого курса, использующие механизмы психологической защиты «подавление» и «интеллектуализация», чаще прибегают к конструктивному копинг-поведению в форме ассертивного поведения.

УДК 796:159.9

Алексеев Владимир Юрьевич

старший преподаватель кафедры спортивных дисциплин

ФГБОУ ВО «Пермский государственный гуманитарно-педагогический университет», Пермь, Россия
6140990, Пермь, Сибирская 24, +7 (342) 238-63-44
e-mail: markvv@rambler.ru

ИНТЕГРАЛЬНАЯ ХАРАКТЕРИСТИКА НАДЕЖНОСТИ СОРЕВНОВАТЕЛЬНОЙ ДЕЯТЕЛЬНОСТИ В ЮНОШЕСКОМ СПОРТЕ

Vladimir Yu. Alekseev

Senior Lecturer, Chair of Sports Disciplines

*Federal State Budget Educational Institution of Higher Educational
«Perm State Humanitarian Pedagogical University»
24, Sibirskaja, 614990, Perm, Russia
e-mail: markvv@rambler.ru*

INTEGRAL CHARACTERISTICS RELIABILITY COMPETITIVE ACTIVITY IN YOUTH SPORTS

Аннотация. В статье представлены значимые компоненты факторных структур соревновательной надежности юных спортсменов, различных по специфике видов спорта. Определяются универсальные детерминанты надежности соревновательной деятельности в результате выделения общих компонент с показателями профессиональных спортсменов.

Ключевые слова: надежность, соревновательная надежность, соревновательная деятельность, индивидуальность, диагностика, факторная структура.

Abstract. Researchers successful personality in the sport say that in sports activities under independence, social boldness, strength of motivation to achieve group goals are based on a mental quality of the athlete as the reliability. Therefore, the objective reasons for increasing the reliability of sports activity demanded changes in certain provisions of sports training theories, planning, implementation of new, innovative technologies of sports training, the use of mathematical modeling for the construction of the theory of training of athletes. Identified circumstances impose strict requirements to the level of preparedness of the athlete for a competition that

actualizes the list of science-based ways to optimize its athletic training. The purpose of the study is to determine the reliability of competitive athletes in adolescence, and the development of guidance and formation in pedagogical system reliability. The article presents the significant components of the factor structure of competitive reliability of young athletes on the specifics of the various sports. Determined universal determinants of reliability of competitive activity, as a result of allocation of common components with performance of professional athletes.

Key words: reliability, competitive reliability, competitive activity, individuality, diagnosis, factor structure.

Модернизация системы спортивных соревнований в последние годы связана как с существенным расширением международного спортивного календаря, так и с пересмотром ряда устоявшихся положений о планировании деятельности квалифицированных спортсменов. Расширилась география проведения соревнований, что повышает *актуальность* проблемы соревновательной надежности как субъекта спортивной деятельности. Увеличилось количество международных соревнований с большой психической напряженностью. Мы рассматриваем надежность соревновательной деятельности как системную характеристику деятельности, обеспечивающую стабильную эффективность выступлений спортсмена в экстремальных условиях ответственных соревнований. В большинстве исследований соревновательная надежность рассматривается как свойство, детерминированное преимущественно особенностями личности спортсмена. В качестве адекватной теоретической модели решения проблемы системной детерминации надежности соревновательной деятельности можно рассматривать теорию интегральной индивидуальности В.С. Мерлина [2]. Интегральная индивидуальность понимается как особый, выражающий индивидуальное своеобразие, характер связей между разноуровневыми свойствами биологической, психологической и метаиндивидуальной подсистем. Проблема целостной индивидуальности как функциональной системы, обеспечивающей надежность соревновательной деятельности рассматривается в исследованиях: Б.А. Вяткина (1981, 1983), Б.А. Вяткина и В.В. Маркелова (1986), В.А. Плахтиенко и Ю.М. Блудова (1983, 1987), В.Э. Мильмана (1983), С.М. Гордона и А.Б. Ильина (2003), А.В. Еганова (1999), О.А. Сиротина (2000), О.В. Матыцина (2002), А.Т. Каландия (2010), С.В. Сарычева (2009, 2011), А.В. Гончаровой (2008) и многих других. Уровень соревновательной надежности определяется широким комплексом качеств спортсмена, включая используемые технико-тактические средства и приемы; рациональность распределения задач, решаемых в ходе соревновательной деятельности; наличие различных видов избытка возможностей спортсмена, в частности, физических, технико-тактических, морфофункциональных, эмоционально-волевых, индивидуально-типологических и личностных качеств. Большинство исследований посвящено изучению влияния индивидуально-

типологических особенностей личности на надежность соревновательной деятельности спортсмена. В этой связи не определены универсальные факторы соревновательной надежности, обусловленные параметрами физической и технико-тактической подготовленности. В то же время очевидна взаимосвязь этих параметров со спортивным результатом, который помимо прочего определяется уровнем соревновательной надежности как способности спортсмена адекватно реализовывать уровень своей подготовленности при выступлении на соревнованиях. Впервые проблема сопряженного влияния на надежность соревновательной деятельности системы разноуровневых свойств индивидуальности была поставлена и решена в исследованиях Б.А. Вяткина в 1981 г.

Цель исследования состоит в определении детерминант соревновательной надежности спортсменов и разработке рекомендаций развития и формирования надежности в педагогической системе. Для решения проблемы детерминации соревновательной надежности мы обследовали спортсменов 16–17 лет, вошедших в сборную Пермского края, различных по специфике видов спорта (баскетбол, дзюдо, легкая атлетика). Надежность соревновательной деятельности диагностировали на основе интеграции экспертных оценок ведущих тренеров Пермского края. Свойства индивидуальности испытуемых изучались с помощью методик Р. Кеттелла, В. Русалова, А. Мехрабиана, В. Мильмана, и Д. Леонтьева. Также учитывались дополнительные показатели: результаты теста на физическую работоспособность (PWC 170), уровень максимального потребления кислорода (VO_2Max), экспертная и собственная оценка уровня соревновательной надежности. Исследования проводились на статистически репрезентативных выборках с использованием корреляционного и факторного анализов. В результате анализа была составлена факторная структура надежности соревновательной деятельности в отдельных видах спорта.

Факторная структура надежности соревновательной деятельности

Показатели	Б	Д	Л/А
Экспертная оценка уровня надежности	0,70	–	0,63
Ранжирование по степени надежности	–	–	–
MD «адекватная самооценка – неадекватная самооценка»	–	–	0,65
А «замкнутость – общительность»	–	–	–
В «интеллект»	0,60	0,68	–
С «эмоциональная нестабильность или стабильность»	0,42	0,45	–
Е «подчиненность – доминантность»	0,74	0,47	–
Ф «сдержанность – экспрессивность»	0,44	0,48	–
Г «низкая нормативность поведения – высокая нормативность поведения»	0,68	–	–
Н «робость – смелость»	0,60	0,67	0,69
І «жесткость – чувствительность»	–	–	–
Л «доверчивость – подозрительность»	–	–	0,54

Окончание табл.

Показатели	Б	Д	Л/А
М «практичность – мечтательность»	–	–	0,60
Н «прямолинейность -дипломатичность»	0,62	0,73	0,74
О «спокойствие – тревожность»	0,44	0,43	–
Q1 «консерватизм – радикализм»	0,70	–	–
Q2 «конформизм – нонконформизм»	–	0,44	–
Q3 «низкий самоконтроль – высокий самоконтроль»	0,76	0,61	0,71
Q4 «расслабленность – напряженность»	–	–	0,67
ЭРМ Эргичность психомоторная	–	0,53	0,71
ЭРИ Эргичность интеллектуальная	0,70	–	–
ЭРК Эргичность коммуникативная	0,67	–	0,56
(ПМ) Пластичность психомоторная	0,61	0,49	0,42
(ПИ) Пластичность интеллектуальная	–	0,48	0,43
(ПК) Пластичность коммуникативная	–	–	0,60
(СМ) Скорость психомоторная	–	–	0,54
(СИ) Скорость интеллектуальная	–	0,42	0,43
(СК) Скорость коммуникативная	–	–	–
(ЭМ) Эмоциональность психомоторная	–	0,67	0,54
(ЭИ) Эмоциональность интеллектуальная	–	0,55	–
(ЭК) Эмоциональность коммуникативная	–	–	–
(ДМД) Диагностика мотивации достижений	–	0,45	0,44
(СЭУ) Соревновательная эмоциональная устойчивость	0,72	0,71	–
Саморегуляция	–	0,63	–
(МЭ) Мотивационно-энергетическая сфера	–	–	–
Стабильность – помехоустойчивость	0,60	0,43	–
Вовлеченность	0,60	0,60	–
Контроль	–	0,42	–
Принятие риска	–	–	0,61
Жизнестойкость	–	–	–
РОСТ	0,52	0,54	0,43
ВЕС	0,54	0,52	0,47
PWC 170 (сек/чсс)	–	–	–
PWC_170(кгм/мин)	–	–	–
(МПК) Максимальное потребление кислорода	0,60	0,75	–
(СОСФ) Собственная оценка спортивной формы	–	–	0,66
(ЭОСФ) Экспертная оценка спортивной формы	0,55	–	–

При проведении факторного анализа нами были выделены наиболее значимые признаки соревновательной надежности (см. таблицу), которые представляют собой взаимообусловленные характеристики специальной подготовленности спортсменов. Сравним полученные нами факторные структуры с данными исследования соревновательной надежности профессиональных спортсменов В.В. Маркелова [1]. В результате факторизации показателей соревновательной надежности группы **баскетболистов** нами получен фактор соревновательной надежности, отражающий 26,4 % дисперсии. В данный фактор со статистически значимыми весами вошли показатели: экспертная оценка уровня надежности (0,70), интеллект (0,60), эмоциональная

устойчивость (0,72), доминантность (0,74), самоконтроль (0,76), нормативность поведения (0,68), дипломатичность (0,62), консерватизм (0,70), интеллектуальная эргичность (0,70), коммуникативная эргичность (0,67), психомоторная пластичность (0,61), стабильность (0,50), вовлеченность (0,50), уровень МПК (0,50). Фактор соревновательной надежности группы **дзюдоистов** (22,1 %), полученный в результате исследования, включает показатели: *интеллекта* (0,68), смелости (0,67), дипломатичности (0,73), *самоконтроля* (0,61), психомоторной эмоциональности (0,67), *эмоциональной устойчивости* (0,71), саморегуляции (0,63), вовлеченности (0,60), уровень МПК (0,75). Выделим общие показатели с фактором надежности ведущих профессиональных дзюдоистов страны (18,8 %): самоконтроль (0,57), эмоциональная устойчивость (0,54), в сочетании с отрицательным показателем интеллекта (-0,41). Фактор надежности соревновательной деятельности, полученный в группе **легкоатлетов** (20,8 %), включает статистически значимые данные по показателям: экспертная оценка уровня надежности (0,63), адекватная самооценка (0,65), смелость (0,69), практичность (0,60), прямолинейность (0,74), *самоконтроль* (0,71), напряженность (0,67), психомоторная эргичность (0,71), коммуникативная пластичность (0,60), принятие риска (0,61), собственная оценка спортивной формы (0,66). Выделим общие показатели с фактором надежности ведущих профессиональных легкоатлетов страны, (18,5 %): интеллект (0,56), эмоциональная устойчивость (0,43) и самоконтроль (0,38).

В результате анализа результатов выявлены универсальные детерминанты надежности, присутствующие в факторных структурах молодых и опытных спортсменов: соревновательная эмоциональная устойчивость, уровень самоконтроля и уровень интеллекта, что позволяет интерпретировать их как основные показатели, обеспечивающие стабильное выполнение спортсменом заданных функций либо позволяющие сохранять высокую результативность независимо от возникающих обстоятельств. Большое значение в повышении надежности имеет показатель самоконтроля. Совершенствование самоконтроля является одним из способов повышения надежности поведения спортсмена в сложных психоэмоциональных соревновательных условиях, связанных с большим потоком информации. Поэтому огромные скрытые резервы организма, за счет которых спортсмены пытаются себя реализовать в экстремальных условиях, определяют самоконтроль как личностное свойство, особенность психического состояния, индивидуально-типологическую особенность, что в конечном итоге влияет на надежность спортсменов и представляет большой интерес для исследования. В качестве общих детерминант надежности выступают: экспертные оценки уровня соревновательной надежности, смелость спортсменов, практичность и прямолинейность, показатели общительности и чувствительности, достаточно высокие показатели напряженности – свойства, отражающие способности к самоконтролю и преодолению фрустрации. Показатели интеллекта имеют статистически значимые данные практически в каждой факторной структуре как у молодых спортсменов, так и у профессионалов. Свойства темперамента оказались тесно связанными с факторами надежности в дзюдо и легкой

атлетике. Представляется интересным факт специфичности комплексов детерминант надежности в различных видах спорта. Полученные данные позволяют по-новому взглянуть на проблему детерминации соревновательной надежности и предложить ряд путей ее повышения. Системная диагностика структуры индивидуальности позволит тренеру не только адекватно осуществлять спортивный отбор, но и применять систему психолого-педагогических воздействий, адекватных структуре индивидуальности конкретных спортсменов. В качестве путей оптимизации соревновательной деятельности предлагается формирование свойств личности и интеллекта в соответствии с модельными характеристиками соревновательной надежности, дозирование мотивации спортсменов с учетом комплекса свойств личности. Вместе с тем для оптимальной реализации принципов сознательности и индивидуализации эффективно овладение системой рациональных механизмов психической самозащиты и психической саморегуляции, которые способствуют преодолению стресса и обеспечивают интеграцию свойств индивидуальности в целях предельной мобилизации резервных возможностей спортсменов в ответственных соревнованиях.

Список литературы

1. *Маркелов В.В.* Развитие индивидуальности человека в физическом воспитании и спорте. Пермь, 2006. 244 с.
2. *Мерлин В.С.* Очерк интегрального исследования индивидуальности. М.: Педагогика, 1986. 253 с.
3. *Плахтиенко В.А., Блудов Ю.М.* Надежность в спорте. М.: ФиС, 1983. 175 с.

УДК 796.015.4:159.923

Зубков Александр Евгеньевич

преподаватель кафедры теории и методики физической культуры

ФГБОУ ВО «Пермский государственный гуманитарно-педагогический университет», Пермь, Россия

614990, Пермь, Сибирская, 24, (342) 212-91-21

e-mail: zubkov@pspu.ru

СИСТЕМНЫЙ АНАЛИЗ СТИЛЕВЫХ ОСОБЕННОСТЕЙ ПЕДАГОГИЧЕСКОЙ ДЕЯТЕЛЬНОСТИ УЧИТЕЛЯ ФИЗИЧЕСКОЙ КУЛЬТУРЫ

Aleksandr E. Zubkov

Lecturer of Department of Theory and Methodology of Physical Culture

Federal State Budget Educational Institution of Higher Education

«Perm State Humanitarian Pedagogical University»

24, Sibirskaja, 614990, Perm, Russia

e-mail: zubkov@pspu.ru

SYSTEM ANALYSIS OF STYLE FEATURES OF PEDAGOGICAL ACTIVITY OF PHYSICAL EDUCATION TEACHER

Аннотация. В статье исследуются взаимосвязи между стилевыми характеристиками педагогической деятельности учителя физической культуры, системой разноуровневых свойств индивидуальности, опытом работы, уровнем квалификации и полом учителя. Экспериментально выделен ряд разновидностей стиля педагогической деятельности учителей физической культуры.

Ключевые слова: стиль педагогической деятельности, индивидуальность, структура, детерминация, интеграция, педагогическое мастерство.

Abstract. The article examines the relationship between stylistic characteristics of pedagogical activity of teacher of physical culture, the system of multi-level properties individuality, experience, skill level and gender teacher. Experimentally selected a number of varieties of style of pedagogical activity of teachers of physical culture.

Key words: the style of pedagogical activity, personality, structure, determination, integration, pedagogical skills.

Реформирование российской школы ставит перед педагогами физического воспитания новые сложные задачи и требует постоянного профессионального роста. Достижение мастерства учителем физической культуры невозможно без умения работать с учетом своих индивидуальных особенностей, что обуславливает необходимость формирования индивидуального стиля педагогической деятельности (ИСПД), который помогает повысить эффективность труда педагога за счет использования механизмов адаптации и компенсации. Исследований СПД педагогов физического воспитания выполнено немного, и особенности стиля в этих работах исследовались фрагментарно, в отдельных узких аспектах, что делает актуальной необходимость системного подхода к изучению данной проблемы.

Цель нашего исследования, проведенного в 2009–2011 гг., – выявить связи стилевых характеристик педагогической деятельности с системой разноуровневых свойств индивидуальности, с педагогическим стажем, с уровнем квалификации и с полом учителя физической культуры.

Методологической основой исследования нами избрана теория интегральной индивидуальности, предложенная В.С. Мерлиным [3] и развитая его последователями – Б.А. Вяткиным [1] и М.Р. Щукиным [1]. Используемая нами модель стиля может рассматриваться как полисистема, включающая две взаимосвязанные системы: в одной представлены особенности способов профессиональной деятельности педагогов, в другой – задействованные в стиле индивидуально-личностные свойства педагогов. Экспериментальную выборку составили 85 педагогов физического воспитания Пермского края. Для изучения нейро- и психодинамических особенностей педагогов нами были использованы анкеты А.И. Щебетенко; для измерения личностных параметров – методики Р. Кеттелла, В.В. Столина – С.Р. Пантелеева, Дж. Роттера, Г. Дэвиса; для анализа стилевых особенностей – методики А.К. Марковой [2], О.И. Моткова, Ю.С. Шведчиковой [4] и К. Томаса. Полученный эмпирический материал был обработан методами корреляционного и факторного анализов.

Результаты исследования. С помощью факторного анализа показателей основной матрицы (85 испытуемых) было выделено 5 факторов, интерпретированных нами как разновидности ИСПД учителей физической культуры (табл. 1).

Таблица 1

**Факторная структура стилей педагогической деятельности
учителей физической культуры**

1-й фактор – «стиль бескомпромис- сного поведения»	2-й фактор – «методичный оценивающий стиль»	3-й фактор – «мягкий стиль»	4-й фактор – «позитивный одобряющий стиль»	5-й фактор – «стиль уступающего поведения»
Отсутствие склонности к стратегии компромисса – 0,588	Склонность к рассуждающе- методическому стилю 0,432	Мягкость, податливость (фактор I+) 0,543	Отсутствие склонности к порицающим действиям – 0,683	Склонность к стратегии приспособления в конфликте 0,406
Слабость процесса торможения – 0,497	Склонность к оценивающим действиям 0,431	Отсутствие склонности к порицающим действиям –0,685	Деловая направленность, ответственность (фактор G +) 0,432	Низкий уровень самоуважения – 0,595
Высокая реактивность 0,437	Подозрительность (фактор L+) 0,591	Чувствительность 0,448	Социальная смелость (фактор H+) 0,575	Низкий уровень субъективного контроля – 0,394
Высокая эго- напряженность (фактор Q4+) 0,572	Авторитарность 0,452	Мечтательность (фактор M+) 0,525	Креативность 0,471	

Для исследования особенностей структуры стиля профессиональной деятельности учителей физической культуры в зависимости от педагогического стажа был выполнен факторный анализ показателей матрицы, в которую вошли данные об учителях физической культуры с педагогическим стажем 15 и более лет (47 испытуемых). При этом были выделены следующие факторы, в которые со значимыми вошли показатели стиля и свойств индивидуальности педагогов с большим стажем (табл. 2).

Таблица 2

**Факторная структура СПД учителей физической культуры
с большим стажем работы**

1-й фактор – «стиль конфликтного поведения»

Отсутствие склонности к стратегии сотрудничества	– 0,482
Отсутствие склонности к стратегии компромисса	– 0,351
Слабость процесса торможения	– 0,385
Высокая реактивность	0,580
Высокая эгонапряженность (фактор Q4 +)	0,432

Окончание табл. 2

2-й фактор – «авторитарно-методический стиль»

Склонность к рассуждающе-методическому стилю	0,522
Авторитарность	0,433
Подозрительность (фактор L +)	0,466
Озабоченность (фактор O +)	0,414

3-й фактор – «гибкий эвристический стиль»

Склонность к дидактическим действиям, характеризующим творческое обучение	0,677
Склонность к дидактическим действиям, характеризующим проблемное обучение	0,722
Гибкость, стремление к преобразованиям (фактор Q1 +)	0,431
Креативность	0,544

Сравнение разновидностей СПД учителей-стажистов (см. табл. 2) с вариациями СПД, выделенными на общей выборке (см. табл. 1), показывает, что между теми и другими имеется и сходство и различие. Так, обнаруживается сходство между **конфликтным** стилем у стажистов и стилем **бескомпромиссного поведения**, а также между **авторитарно-методическим** стилем у стажистов и **методичным оценивающим**. Вместе с тем среди всех разновидностей стилей, выделенных на общей выборке, нет аналога **гибкому эвристическому** стилю, выделенному нами у педагогов с большим стажем. Повидимому, это свидетельствует в пользу предположения о том, что с опытом работы возрастают мастерство, педагогическая гибкость и творческие возможности учителей физической культуры.

Предположение, сделанное на основе данных факторного анализа, подтверждается результатами корреляционного анализа. Наличие отрицательной корреляции педагогического стажа с показателями содержательной подготовки к проведению урока ($r = -0,40$) и рассуждающе-методического стиля ($r = -0,35$) и положительной корреляции педагогического стажа с показателями использования проблемных ($r = 0,31$), творческих ($r = 0,27$) методов и склонности к импровизационным стилям: эмоционально-импровизационному ($r = 0,43$) и рассуждающе-импровизационному ($r = 0,21$), свидетельствует о том, что с увеличением стажа работы учителей физической культуры снижается роль предметной подготовки к уроку и увеличивается роль импровизации и творческого начала. Это дает основание предполагать, что склонность учителей физической культуры к применению творческих и импровизационных методов образовательной деятельности связана со стажем работы в школе.

Факторизация исследуемых переменных по результатам эмпирического исследования учителей-мастеров (27 чел) дала возможность выделить три фактора, интерпретированных нами как разновидности индивидуального стиля педагогической деятельности.

Таблица 3

**Факторная структура СПД учителей физической культуры
с высоким уровнем педагогического мастерства**

1-й фактор – «стиль креативного сотрудничества»

Умение устанавливать отношения сотрудничества	0,539
Высокая резистентность	0,672
Высокая психодинамическая активность	0,494
Уравновешенность, ответственность, настойчивость	0,397
Эмоциональная устойчивость (фактор С+)	0,460
Креативность	0,601

2-й фактор – «оценивающий стиль»

Склонность к оценивающим действиям	0,797
Высокая психодинамическая активность	0,408
Высокий психический темп	0,419
Пластичность	0,645
Подозрительность (фактор L+)	0,569

3-й фактор – «конструктивный деловой стиль»

Склонность к рассуждающе-методическому стилю	0,760
Практичность (фактор М –)	–0,599
Высокая психодинамическая активность	0,484
Высокий психический темп	0,480
Уверенность в себе	0,497
Подозрительность (фактор L+)	0,387
Авторитарность	0,619

Следует отметить, что выделенные нами разновидности СПД учителей-мастеров (табл. 3) обнаруживают разную направленность. Стиль «креативного сотрудничества», включающий такие компоненты, как эффективная коммуникация с учащимися и высокая креативность учителя, может быть отнесен к фасилитативным, эмоционально-поддерживающим СПД, в то время как «оценивающий» и «конструктивно-деловой» стили, включающие авторитарность, подозрительность, склонность к оценивающим действиям и практичность, могут быть отнесены к авторитарно-контролирующим СПД. Принадлежность этих СПД учителям физической культуры с высоким уровнем мастерства обосновывает вывод об эффективности данных стилей и, следовательно, об отсутствии зависимости между направленностью СПД и его успешностью. Оговоримся, что речь идет об эффективности стиля в широком смысле, т.е. когда критерием эффективности стиля педагога является мастерство педагога. В узком смысле – когда критерием эффективности стиля педагога выступают либо развитие личности ученика, либо конечный результат его обученности. Между направленностью стиля и его эффективностью существует связь: по критерию развития личности ученика более эффективными являются эмоционально-поддерживающие стили, а по критерию

достижения результата обученности – эффективней авторитарно-контролирующие, командноцентричные стили. На это указывает сопоставление выделенных нами на общей выборке и выборке учителей-мастеров разновидностей СПД по соотношению количества эмоционально-поддерживающих и авторитарно-контролирующих моделей стиля. Из выделенных на общей выборке пяти моделей СПД к эмоционально-поддерживающим можно отнести три («мягкий», «позитивный одобряющий», «уступающего поведения»), т.е. 60 % общего числа, к авторитарно-контролирующим – один («методичный оценивающий») – 20 % и к смешанному типу – один («бескомпромиссного поведения») – 20 %. Иное соотношение – среди разновидностей СПД учителей-мастеров: две модели относятся к авторитарно-контролирующему типу («оценивающий» и «конструктивный деловой») – 66,7 % и одна – к эмоционально-поддерживающему типу («стиль креативного сотрудничества») – 32,3 %. Эти данные говорят о более частом применении учителями физической культуры с высоким уровнем профессиональной квалификации авторитарных методов по сравнению с педагогами более низких категорий. Возможно, это связано с существующей системой аттестации учителей физической культуры, с применяющимися органами образования критериями оценки результата педагогической деятельности учителя физической культуры, требующими для выполнения условий аттестации применения учителем «нажимных» методов педагогической деятельности.

Нами проведено сопоставление показателей самоуважения по В.В. Столину – С.Р. Пантелееву, подсчитанных в общей выборке учителей физической культуры и в выборке педагогов-мастеров. Средний балл по этому показателю в общей выборке составил – 8,50, а в выборке педагогов-мастеров – 9,33, что указывает на то, что отличительной личностной особенностью учителей физической культуры с высоким уровнем профессионального мастерства является высокое самоуважение. Таким образом, к отличительным особенностям стилей учителей-мастеров относится высокая представленность в их структуре таких свойств индивидуальности, как сила нервных процессов, высокий психический темп, активность, уверенность, уравновешенность, подозрительность и высокое самоуважение.

Сравнение данных корреляционного анализа по группам учителей-мужчин (47 чел.) и учителей-женщин (38 чел.) указывает на то, что стилевые особенности у мужчин и у женщин могут быть обусловлены различными, порой противоположными, свойствами индивидуальности. Так, склонность к авторитарным методам педагогического воздействия сопряжена у мужчин с преобладанием 2-й сигнальной системы, а у женщин – с преобладанием 1-й сигнальной системы. Показатель эмпатийности педагогического стиля связан у мужчин с положительным значением показателя реактивности, а у женщин – с отрицательным значением этого показателя.

Вместе с тем некоторые другие стилевые особенности сопряжены у мужчин и женщин-учителей физической культуры с одними и теми же свойствами индивидуальности: фактор пола учителя не оказывает влияния на связь методичности педагогического стиля с тревожностью и обеспокоенностью и на ряд других связей. Обращает на себя внимание то обстоятельство, что такая амбигендерность обнаруживается и в корреляциях с участием свойств индивидуальности, имеющих гендерную окраску: фактор *I* (мягкость, женственность – жесткость, мужественность) и фактор *H* (робость – смелость). Этот факт указывает на то, что при склонности к коммуникативным действиям педагоги-мужчины проявляют свойства мягкости, женственности, а при склонности к применению творческих методов педагоги-женщины проявляют социальную смелость – качество, более распространенное среди мужчин. Это можно рассматривать как проявление андрогинии – гибкого соединения черт мужского и женского характера.

При выполнении факторного анализа данных эмпирического исследования по выборкам учителей-женщин и учителей-мужчин было выделено шесть факторов (3 – у мужчин и 3 у женщин), допускающих их интерпретацию в качестве разновидностей стилей педагогической деятельности. Разновидности СПД мужчин были нами обозначены как «эмпатийный демократический», «креативный одобряющий» и «развивающий поддерживающий» стили, а разновидности СПД женщин-учителей были нами интерпретированы как «импульсивный артистичный», «развивающий поддерживающий» и «методичный оценивающий» стили. Сравнение их компонентной структуры показывает, что «мужские» разновидности педагогических стилей имеют направленность на взаимные действия и на решение задачи, тогда как «женские» – на взаимные действия и на себя.

Выводы:

1. Стиль деятельности учителей физической культуры представляет собой многокомпонентное образование, которое характеризуется специфическими особенностями деятельности и детерминировано системой разноуровневых свойств интегральной индивидуальности. Проявление стилевых особенностей деятельности учителей физической культуры связано со специфическими симптомокомплексами индивидуальных свойств.

2. Экспериментально выявлены такие разновидности СПД учителей, как «бескомпромиссный», «методичный оценивающий», «мягкий», «позитивный одобряющий» и «стиль уступающего поведения», сопряженные с разными сочетаниями свойств индивидуальности учителей физической культуры.

3. Нами выявлены такие разновидности СПД учителей физической культуры с большим стажем работы, как «авторитарно-методический», «конфликтный» и «гибкий эвристический». Склонность учителей физической культуры к применению творческих и импровизационных методов образовательной деятельности связана со стажем работы в школе.

4. Отличительной особенностью СПД педагогов-мастеров является обусловленность их стилей деятельности преобладанием таких свойств индивидуальности, как активность, психический темп, уверенность в себе, подозрительность и высокое самоуважение. Нами выделены следующие стили педагогической деятельности учителей с высоким уровнем мастерства: «креативного сотрудничества», «оценивающий» и «конструктивный деловой», детерминированные системами разноуровневых свойств индивидуальности.

5. Сопоставление результатов факторного анализа, проведенного на выборках, выделенных по признаку пола учителя, показывает, что «мужские» педагогические стили имеют направленность на взаимные действия и на решение задачи, тогда как «женские» – на взаимные действия и на себя.

Список литературы

1. Вяткин Б.А., Щукин М.А. Психология стилей человека. М.; Пермь.: Книжный мир, 2013. 128 с.
2. Маркова А.К. Психология труда учителя. М.: Просвещение, 1993. 192 с.
3. Мерлин В.С. Очерк интегрального исследования индивидуальности. М.: Педагогика, 1986. 256 с.
4. Шведчикова Ю.С. Особенности функциональных взаимоотношений профессиональных способностей и индивидуального стиля педагогической деятельности учителя // Материалы Всерос. науч. конф. «Активность – индивидуальность – субъект». Пермь: ПГПУ, 2008. С. 130–132.

1.2. ИНТЕГРАТИВНАЯ СИСТЕМА ПРОФЕССИОНАЛЬНОЙ ПОДГОТОВКИ ПЕДАГОГОВ ПО ФИЗИЧЕСКОЙ КУЛЬТУРЕ В ПЕДАГОГИЧЕСКОМ ВУЗЕ

УДК 796

Тихонов Александр Михайлович

кандидат педагогических наук,
профессор кафедры теории и методики физической культуры

e-mail: al_tihonov@mail.ru

Кечкин Денис Дмитриевич

кандидат педагогических наук, доцент кафедры спортивных дисциплин

e-mail: kechkin_dd@mail.ru

Полякова Татьяна Андреевна

кандидат педагогических наук,
доцент кафедры теории и методики физической культуры

e-mail: tap29@mail.ru

*ФГБОУ ВО «Пермский государственный гуманитарно-педагогический
университет», Пермь, Россия*

614990, Пермь, Сибирская, 24, +7 (342) 238-64-76

ФИЗИЧЕСКАЯ КУЛЬТУРА: ПРОБЛЕМЫ И ПЕРСПЕКТИВЫ

Aleksandr M. Tikhonov

Ph.D., Professor, Department of Theory and Methodology of Physical Culture

e-mail: al_tihonov@mail.ru

Denis D. Kechkin

Ph.D., Associate Professor of Department of Sports Disciplines

e-mail: kechkin_dd@mail.ru

Tatiana A. Poliakova

Ph.D., Associate Professor of Theory and Methodology of Physical Culture

e-mail: tap29@mail.ru

Federal State Budget Educational Institution of Higher Education

«Perm State Humanitarian Pedagogical University»

24, Sibirskaja, 614990, Perm, Russia

PHYSICAL CULTURE: PROBLEMS AND PROSPECTS

Аннотация. Изменения, происходящие в образовании, заставляют с иной точки зрения взглянуть на учебный предмет «Физическая культура». В статье представлены взгляды авторов на определение понятия «культура» с позиций деятельностного подхода. На этом основании представлена концепция преподавания физической культуры в соответствии с федеральным государственным образовательным стандартом и результаты ее проверки в многочисленных исследованиях.

Ключевые слова: культура, физическая культура, деятельностный подход, способы умственных действий, образовательная физическая культура: цель, результат, системно-деятельностный подход, методы обучения, содержание образования.

Abstract. The changes occurring in education, to stimulate a different point of view to look at a subject "Physical culture". The article presents the authors' views on the definition of "culture" from the standpoint of activity approach. On this basis, the concept of teaching physical education in accordance with Federal state educational standard and the results of its validation in numerous studies.

Key words: culture, physical culture, activity approach, ways of mental actions, educational physical education: purpose, result, system-activity approach, teaching methods, content of education.

К сожалению, следует констатировать, что учебный предмет «Физическая культура», находясь в статусе учебного предмета, по сути никогда им не был. Основными задачами со времени его образования в советской школе всегда были: оздоровительные, развитие двигательных качеств и формирование техники двигательных действий. Изучение знаний тоже входило в задачи, но звучало это декларативно, так как рекомендовалось давать их в начале урока (3–5 минут) в течение учебного года. Учителя, заботясь в большей степени о моторной плотности урока, эти рекомендации игнорировали. Для выявления степени усвоения знаний делались попытки вводить экзамены по предмету, до сих пор проводятся олимпиады школьников по физической культуре. И вот на этих олимпиадах в концентрированном виде проявляется аморфность самого учебного предмета: в тест-билеты по выявлению знаний входят вопросы по валеологии, физиологии, анатомии, биологии, медицине, истории физической культуры. А физическая культура? Пропала! Складывается интересная ситуация: предмет есть, а предмета преподавания нет.

В 2001–2002 гг. годах вышли в свет документы, определяющие основные направления общего образования [6; 15], на основе которых были созданы и введены в 2011 г. новые федеральные государственные образовательные стандарты [20]. Изменены цель и результат образования, образовательный подход, содержание образования, методы обучения, предмет оценивания, урочная форма занятий пополнилась новыми формами. Во всех этих документах сказано, что формирование универсальных учебных действий

(результат обучения) – **обязательно для всех предметов без исключения.** Десять лет – достаточный срок для того, чтобы выстроить учебный процесс в соответствии с новыми стандартами, но теория и методика физической культуры продолжала «вариться в собственном соку», обособившись от современной дидактики отличными от других предметов условиями преподавания. Показательно в этом отношении как раз введение ФГОС. Первые первоклассники, повторимся, начали обучение в соответствии с ними в 2011 г. Но рекомендованные Министерством образования и науки РФ программы по физической культуре не соответствуют требованиям стандарта. Например, в программах В.И. Ляха [9; 10], по которым работают 92 % учителей Пермского края, не соответствует требованиям цель обучения. В разделе «Личностные, метапредметные и предметные результаты освоения учебного курса» указаны универсальные учебные действия, которые должны формироваться в процессе освоения дисциплины «Физическая культура», а предметом оценивания являются техника двигательного действия и показатели двигательной подготовленности. Очевидно, что вне логики результатом обучения является одно, а оценивания – совершенно другое. Содержание образования (знания, умения, навыки) также не адекватно требованиям ФГОС и соответствует не деятельностному, а репродуктивному подходу. Не соответствуют новым требованиям и методы обучения. Спокойно работая по этой программе, учителя, как и прежде, беззаботно выставляли отметки за уровень выполнения учебных нормативов и степень овладения техникой двигательных действий. Способствовала такому состоянию дел беспроблемная зона в научно-методических журналах (так, в журналах «Физическая культура в школе» за 2015 г. (12 номеров!) аббревиатура УУД (универсальные учебные действия) встречается один раз по какому-то незначительному поводу) и школьная администрация не требует их формирования от учителей физической культуры. Но, по неизвестным нам причинам, ситуация начала меняться, и в 2015 г. с 43 % учителей Пермского края администрации школ уже требовали формирование УУД. Последний наш опрос (апрель 2016 г.) показал увеличение этого показателя до 70 %, а в отдельных районах – до 88 % [18].

Российская академия образования (авторы не указаны) разработала проект Концепции модернизации содержания и технологий преподавания учебного предмета «Физическая культура» в общеобразовательных организациях Российской Федерации [7] и вынесла его на всеобщее обсуждение. Анализ данного документа **оставил удручающее впечатление.** Написанная с многочисленными нарушениями норм русского языка, она и по сути своей концепцией-то не является: отсутствует система путей решения выбранной задачи (модернизация содержания и технологий обучения), не определяет стратегию действий.

Если «Физическая культура» – это учебный предмет (а он находится в статусе учебного предмета), то концепция его преподавания должна соответствовать стандарту. В любом другом случае это будет нарушение закона (ФГОС – это «конституция» общего образования). Тогда в соответствии с ФГОС и необходимо прописывать уже конкретно: цель обучения предмету «Физическая культура»; результат обучения; образовательный подход,

лежащий в основе обучения; содержание обучения, методы, формы занятий, средства, предмет оценивания. В данной же Концепции эти структурные элементы любой педагогической технологии приходится «вылавливать в мутной воде» написанного.

В Концепции речь идет о содержании обучения, а какой концепции содержания образования придерживаются авторы – не указано. Но, судя по тексту (приходится догадываться, так как в Концепции отсутствует терминологический аппарат), под содержанием понимаются упражнения из разных видов спорта. Тогда содержание подменяется средством (упражнение – это **средство** физической культуры).

Об остальных элементах системы преподавания в Концепции умалчивается.

Таким образом, явно обозначается ряд проблем, связанных с преподаванием учебного предмета «Физическая культура»:

1. Отсутствуют четкие границы учебного предмета «Физическая культура».

2. Действующие программы, утвержденные Министерством образования и науки, не соответствуют требованиям ФГОС.

3. Вынесенная РАО на обсуждение концепция модернизации содержания и технологий преподавания учебного предмета «Физическая культура» в общеобразовательных организациях Российской Федерации не является документом, определяющим стратегию действий по решению поставленной задачи.

4. У учителей физической культуры появилась необходимость выполнения требований стандарта, в связи с чем появилась и потребность в технологиях, обеспечивающих его выполнение.

5. Возникла необходимость разработки технологии преподавания физической культуры в соответствии с ФГОС в связи с тем, что, во-первых, возник запрос учителей на нее и, во-вторых, в педагогическом вузе обязательно формирование профессиональной компетентности «готов реализовать образовательные программы по предметам в соответствии с требованиями образовательных стандартов» (ПК-1).

Прежде чем решать эти проблемы, необходимо осознать, что федеральный государственный образовательный стандарт [20] выдвигает новые требования к результатам, а следовательно, и к цели, содержанию и методам обучения. В связи с тем, что **результатом обучения** в школе должен быть ученик, способный к самообучению (субъект учебной деятельности, т.е., ученик, овладевший системой универсальных учебных действий – УУД), то новизна стандарта содержания образования по физической культуре **определяется реализацией системно-деятельностного подхода**, разработанного в отечественной педагогике, а также рядом принципов, определяющих основы развития как собственно процесса образования, так и его учебного содержания. Изменение цели, результата, подходов к образованию должны привести и к изменению содержания и методов. В этой связи перед нами встают главные вопросы дидактики: *зачем учить? Чему учить? Как учить?* Первый вопрос относится к смыслу обучения, второй – к его

содержанию, третий – к формам и методам обучения, составляющим определенные образовательные технологии.

Зачем учить? Созидание человека культуры – в этом смысл национального образования [22]. Но само понятие «культура» сегодня многозначно и размыто: свыше 200 дефиниций только в американской культурологии. Тем не менее отечественные философы сделали попытку дойти до сути понятия «культура».

В российской науке относительно культуры сложились две точки зрения. С середины 60-х гг. прошлого века культура рассматривалась как совокупность материальных и духовных ценностей, созданных человеком. Обладая большой широтой, этот подход отличается неопределенностью, так как отсутствуют точные критерии того, что же считать ценностями культуры. Аксиологическая интерпретация культуры заключается в вычислении той сферы бытия человека, которую можно назвать миром ценностей. Именно к нему, к этому миру, с точки зрения сторонников данной концепции, и применимо понятие культуры. Она предстает как величественный итог предшествующей деятельности человека, являющий собою сложную иерархию значимых для конкретного общественного организма духовных и материальных образований.

Сторонники деятельностной концепции усматривают в такой трактовке понятия культуры известную ограниченность. По их мнению, аксиологическая интерпретация замыкает культурные явления в относительно узкой сфере, тогда как «культура... диалектически реализующийся процесс в единстве его объективных и субъективных моментов, предпосылок и результатов». **Деятельностный подход** к культуре конкретизируется по двум направлениям: одно рассматривает культуру в контексте личностного становления, другое – характеризует ее как универсальное свойство общественной жизни.

Поиски содержательного определения культуры приводят, таким образом, к пониманию родового способа бытия человека в мире, а именно – к человеческой деятельности как подлинной субстанции человеческой истории. Реализующееся в деятельности единство субъективного и объективного позволяет понимать культуру как **«систему внебиологически выработанных механизмов, благодаря которым стимулируется, программируется и реализуется активность людей в обществе»** [11]. Другими словами, культура выступает как «способ деятельности», «технологический контекст деятельности», придающей человеческой активности внутреннюю целостность и особого рода направленность, и выступает как способ регуляции, сохранения, воспроизведения и развития всей общественной жизни.

Поскольку физическая культура – это часть общей культуры, то тут необходимо соотнести ее с деятельностным подходом. В этой связи следует отметить, что универсальные учебные действия, о необходимости формирования которых заговорили учителя, – это способы умственных действий, т.е., тот самый интеллектуальный вектор физической культуры, о котором поговорили и, судя по публикациям, забыли. А об интеграции телесного и социокультурного в процессе занятий физическими упражнениями начали говорить еще в середине 80-х гг. XX в. [13]. Предлагалось перейти от теории физического воспитания (управление развитием телесного в человеке)

к теории физической культуры (общих закономерностей обучения двигательным действиям и воспитания физических качеств человека в единстве с направленным формированием личности). И единство человека, как биологического, социального и культурного существа, отмечает Ю.М. Николаев, проявляется в физкультурной деятельности как основы для интеграции всех аспектов знания о физической культуре [12]. Структура физкультурной деятельности представлена им как ее виды: рекреационная, реабилитационная, физкультурно-образовательная, физкультурно-спортивная.

В примерной программе по физической культуре [14] структура двигательной (физкультурной) деятельности выглядит несколько по-иному:

- знания о физической культуре (информационный компонент деятельности);
- способы двигательной (физкультурной) деятельности (операциональный компонент деятельности);
- физическое совершенствование (процессуально-мотивационный компонент деятельности).

По этому принципу (в соответствии со структурой физкультурной деятельности) выстроены программы по физической культуре В.И. Ляха.

Но представленные структуры не соответствуют структуре деятельности, разработанной в отечественной психологии. Вот краткая история развития представления о структуре деятельности. Начало (1975 г.): потребность – мотив – цель – условия достижения цели (цель + условия = задача) – действия [8]. Уточненная структура деятельности (2002 г.): нужда; потребности; эмоции; задачи; действия; мотивы действий; средства, используемые в действиях; планы (перцептивные, мнемические, мыслительные, креативные) – это познавательные процессы; воля [3].

Через деятельность дает определение физической культуры и В.М. Выдрин: «Физическая культура – вид культуры человека и общества. Это деятельность и ее результаты по формированию физической готовности к жизни; это, с одной стороны, специфический процесс, а с другой – результат человеческой деятельности, а также средство и способ физического совершенствования людей» [16].

Хорошее определение, только развития оно не получает, подтверждением чему является учебник, в котором это определение дается [16]. Оно приведено в первой главе, но в дальнейших речь идет лишь о двигательных действиях и обучении им и о двигательных качествах и их развитии. Так что же мешает идти дальше?

С нашей точки зрения, здесь несколько причин. Во-первых, имеют место разные представления о структуре деятельности, во-вторых, не дифференцируется исполнительская деятельность и субъектная, в-третьих, вследствие вышесказанного существуют разные суждения о деятельностном подходе и, в-четвертых, отсутствуют методики формирования субъекта физкультурной деятельности.

Мы предлагаем все-таки придерживаться той структуры деятельности, которая принята в отечественной психологии, и сутью деятельностного

подхода считать формирование субъекта деятельности, т.е. человека, способного создавать собственный продукт (автора), для чего ему необходимо освоить способы действий: целеполагание, планирование, прогнозирование, коррекцию, самоконтроль, самооценку, классификацию, знаково-символические действия, анализ, синтез, действие по инструкции и составление их, соблюдение норм и правил взаимоотношений с людьми, рефлексия. Акцент в обучении ставится именно на эти действия, не умаляя значимости теоретических (объяснительных и предсказывающих явления и процессы) знаний. Эти способы деятельности и будут тем интегративным (системообразующим) фактором, который и объединит биологическое, разумное, социальное и духовное в человеке. Тогда человек станет существовать не на деятельном уровне, на котором существуют и животные (роют норы, выют гнезда, строят плотины и муравейники), а на деятельностном, присущем только человеку разумному.

Тогда в логике вышесказанного физическая культура – это физкультурная деятельность как система последовательных и взаимосвязанных действий автора по созданию, исполнению, дозированию, контролированию, рефлексированию воздействия, которое упражнение оказывает на него. Следовательно, физическая культура личности – это владение способами использования физических упражнений с целью изменения своего психофизического состояния.

Чему учить? Различные теории содержания образования (дидактический формализм, материализм и прагматизм) определили различия отечественных концепций содержания образования: а) педагогически адаптированные основы наук; б) система знаний умений и навыков; в) педагогически адаптированный социальный опыт человечества, тождественный по структуре человеческой культуре; г) содержание и результат процесса прогрессивных изменений свойств и качеств личности; д) образовательная среда. В связи с системно-деятельностным подходом содержание образования представляет собой педагогически адаптированный социальный опыт человечества, изоморфный, т.е. тождественный, по структуре (но не по объему) человеческой культуре во всей ее структурной полноте [15]. Такое содержание предполагает использование в учебном процессе (**как учить?**) продуктивных методов обучения (метод решения учебных задач, исследовательский, проектный, эвристический), что в свою очередь делает учебный процесс личностно-ориентированным, потому как личность – это субъект деятельности, производящий новый материальный или духовный продукт. Произвести такой новый продукт – значит осуществить акт творчества. Поэтому понятия «личность» и «творчество» неотделимы друг от друга. Творческое начало содержит в себе учебная деятельность, поэтому в процессе систематического выполнения ее субъект приобретает и черты личности [3].

Структура учебной деятельности соответствует общей структуре деятельности. Специальное рассмотрение учебной деятельности показало, что она состоит из нескольких взаимосвязанных компонентов: 1) учебная задача (УЗ); 2) учебные действия; 3) действие контроля; 4) действие оценки [23]. В процессе решения учебных задач формируются все УУД. УЗ должна

соответствовать требованиям зоны ближайшего и зоны актуального развития, т.е., с одной стороны, она должна быть настолько сложна, чтобы ученики не могли ее решить известным способом, но и не настолько сложна, чтобы они не могли ее решить вместе, а с другой стороны, решение этой УЗ должно стать актуальным для учеников.

Развитие личности обучающегося на основе усвоения универсальных учебных действий, познания и освоения мира составляет **цель и основной результат** образования (умение учиться, формирование субъекта учебной деятельности) [20]. В соответствии с главной **целью физической культуры** в образовательных учреждениях, с нашей точки зрения, должно стать освоение учениками системы способов физкультурной деятельности, обеспечивающих самостоятельное применение физических упражнений для удовлетворения своих потребностей (в здоровье, развитии двигательных качеств, красоте телосложения, проведении досуга, получении острых ощущений и др.). Ни в цели, ни в задачах, разработанных в последующем, речь не идет о здоровье по той причине, что у каждой науки имеется свой предмет изучения. Индивидуальное здоровье, его механизмы, возможности управления ими – предмет исследования валеологии. Объект валеологии – индивиды, находящиеся во всем диапазоне здоровья. Одна из задач валеологии – разработка программ повышения уровня здоровья популяций через индивидуальное здоровье [1]. Не ставятся задачи и развития двигательных способностей, потому что за три академических часа в неделю сделать это невозможно – нужно как минимум шесть астрономических часов [2]. Но в наших силах дать ученикам за время обучения в школе инструменты (физические упражнения) и научить умело ими пользоваться, а для чего – это уже будет их собственный выбор.

Мы предлагаем рассматривать физическую культуру в системе образования (образовательная физическая культура) **как теорию физкультурной деятельности, объектом** которой является физкультурная деятельность как система последовательных и взаимосвязанных действий по созданию учеником физического упражнения. Под системой последовательных действий понимаются способы действий, указанные выше (целеполагание, планирование, прогнозирование и др.). И именно эти способы действий являются теми самыми универсальными учебными действиями, помощи в формировании которых просят (требуют!) от нас учителя физической культуры. **Предметом** исследования в физической культуре становится процесс создания учеником физического упражнения, выполнение его и рефлексии учеником завершённой деятельности (по этапам или полностью). Упражнение подбирается учеником, исполняется, дозируется, контролируется, оценивается, рефлексировается воздействие, которое упражнение оказывает на него.

Физическая культура как теория физкультурной деятельности позволяет определить соотносимый с наукой **предмет преподавания** физической культуры как учебной дисциплины. Это в самом общем виде **освоение основ физкультурной деятельности**.

Предметом оценивания в соответствии со стандартом должен стать уровень сформированности универсальных учебных действий. Выпускник

средней школы – это субъект физкультурной деятельности. **Содержанием образования** в таком случае должен стать опыт творческого мышления и творческой деятельности, **методом** (в начальной школе) – организация совместной учебной деятельности младших школьников (и прежде всего организация решения ими учебных задач), в основной и средней школе – продуктивные методы (проектный, исследовательский, эвристический). Участники образовательной деятельности – субъекты, объектом взаимодействия которых является учебная задача.

Разработка данной концепции началась в 2000 г. в рамках преподавания физической культуры в системе развивающего обучения Д.Б. Эльконина – В.В. Давыдова [19]. К этому же году относится и экспериментальная проверка выдвинутых положений. Анализировались факторы, обеспечивающие эффективность обучения двигательным действиям с целью нахождения точек соприкосновения с основными положениями развивающих технологий (субъектность деятельности, самоконтроль и самооценка, осмысленность действий, осознание ощущений, действие по инструкции и составление инструкций, создание условий для проявления творческих способностей, осознание ошибок, формирование образа действия), анализировались теории поисковой активности В.С. Ротенберга и теории физиологии активности Н.А. Бернштейна. На этой основе были разработаны способы формирования самооценки двигательного действия учащихся начальной, основной, средней школы, учащихся колледжей; исследовательский метод преподавания физической культуры; метод формирования понятий (в отличие от действующих программ теоретическое мышление формируется в реальной деятельности без потери двигательного компонента занятий); разработаны таблицы для работы над техникой видов спорта с инструкциями по выполнению и критериями для самооценки; созданы контрольно-измерительные материалы для школьников.

Результаты формирования универсальных учебных действий в начальной школе представлены в работах студентов и преподавателей факультета физической культуры ПГГПУ и учителей физической культуры. Обобщенные результаты были представлены в диссертационных исследованиях Б.Ф. Кадыкова [4] и Д.Д. Кечкина [5]. В исследованиях были определены универсальные учебные действия, формирование которых возможно в условиях школьного урока «Физическая культура»; внесены коррективы и разработаны в окончательном варианте последовательные учебные задачи в соответствии с программами освоения учебного материала по предмету «Физическая культура» в начальной школе; определены и разработаны методы диагностики сформированности универсальных учебных действий младших школьников.

В исследовании Д.Д. Кечкина ученики обеих групп – контрольной и экспериментальной (4-е классы) – занимались 3 раза в неделю по 1 академическому часу в течение года. Перед началом и после окончания формирующего эксперимента была проведена диагностика. В экспериментальной группе уроки проводились методом решения учебных задач в совместной с учителем деятельности.

Модифицированный для физической культуры вариант этапов решения учебной задачи выглядит следующим образом: 1. Постановка и принятие учебной задачи. 2. Анализ ситуации. 3. Конструирование способа достижения результата и создание идеального образа предполагаемого результата. 4. Решение частных учебных задач. 5. Самоконтроль. 6. Самооценка.

Уже на втором этапе решения учебной задачи необходимо проведение исследований, для чего возникает потребность в подготовительной работе, которая и должна быть проведена в начале обучения. И тогда образовательный процесс в виде схемы примет следующий вид: выделение объекта изучения – наблюдение – проблема – гипотеза – эксперимент – теоретические знания.

В результате эксперимента была разработана программа [21] (а к ней и учебное пособие для учителей [17]) по физической культуре для начальной школы, составленная таким образом, чтобы она могла обеспечивать достижение планируемых результатов освоения основной образовательной программы начального общего образования.

Она разработана на основе: а) требований к результатам освоения основной образовательной программы начального общего образования; б) программы формирования универсальных учебных действий.

Программа содержит:

- 1) пояснительную записку, в которой конкретизируются общие цели начального общего образования с учетом специфики предмета «Физическая культура»;
- 2) общую характеристику учебного предмета;
- 3) описание места учебного предмета в учебном плане;
- 4) описание ценностных ориентиров содержания учебного предмета;
- 5) личностные, метапредметные и предметные результаты освоения конкретного учебного предмета;
- 6) содержание учебного предмета;
- 7) тематическое планирование с определением основных видов учебной деятельности обучающихся;
- 8) описание материально-технического обеспечения образовательного процесса.

Реализация программы, представляющей собой последовательность учебных задач, которые выстраиваются в систему по принципу преемственности: решение одной задачи является основанием для постановки и решения следующей задачи, приводит к формированию личностных и метапредметных универсальных учебных действий.

К личностным универсальным учебным действиям относится знание основных моральных норм и ориентация на их выполнение, дифференциация моральных и конвенциональных норм, развитие морального сознания. Снижение количества нарушений дисциплины в экспериментальном классе является показателем сформированности этих личностных универсальных учебных действий. Переход на субъект-субъектные отношения в экспериментальном классе привел к снижению и уровня агрессивности учеников. Изменения этих показателей в контрольном классе произошли на недостоверно значимом уровне.

В числе регулятивных универсальных учебных действий были сформированы целеполагание; действие планирования; прогнозирования и контроля; самооценка двигательного действия. Благодаря сформированности действий контроля и самооценки уровень освоения техники двигательных действий в экспериментальном классе оказался выше, чем в контрольном.

Произошли качественные изменения в умении классифицировать двигательные действия. Конечная диагностика умений постановки и формулирования проблемы показала значительный рост в его качестве в экспериментальной группе по сравнению с контрольной.

В графическом тесте, диагностирующем умения действовать в знаково-символической форме, количество ошибок в экспериментальной группе достоверно снизилось. В контрольной группе данное явление не проявилось.

Умения слушать и ясно выражать свои мысли относятся к коммуникативным универсальным действиям. Первое определялось количеством ошибок при выполнении и оценке двигательного действия по словесной инструкции, а второе – по количеству ошибок при составлении инструкций. За время эксперимента количество ошибок при выполнении упражнений учениками экспериментальной группы снизилось как при выполнении действия по заданной инструкции, так и при осуществлении контроля выполнения действий другими учениками. Улучшение этих показателей в контрольной группе произошло на недостоверно значимом уровне. При составлении инструкций количество ошибок в экспериментальной группе за время эксперимента достоверно снизилось.

Улучшение показателей физической подготовленности за учебный год произошло в обеих группах в одинаковой степени. Исключение составил прыжок в длину с места: в контрольной группе улучшение результата не произошло, в экспериментальной же он значительно улучшился ($p < 0,05$).

Уровень усвоения эмпирических знаний после проведения эксперимента оказался выше в обеих группах на достоверно значимом уровне. Уровень же теоретических знаний в экспериментальной группе в конце эксперимента оказался однозначно и значительно выше, чем в контрольной.

Снижение работоспособности школьников на уроках с применением метода решения учебной задачи в среднем зафиксировано на уровне развивающей нагрузки, а моторная плотность уроков в экспериментальной группе в среднем составила 70 %.

У учеников экспериментального класса в среднем сформировалась хорошая школьная мотивация. В отличие от контрольного класса, разница у них в результатах первичной и конечной диагностики находится на статистически достоверном уровне ($p < 0,01$).

Выводы. Анализ понятия «культура» с позиций деятельностного подхода позволил дать определение понятиям «физическая культура», «физическая культура личности», «образовательная физическая культура», определиться с ее целью. Это стало основой для установления четких границ предмета преподавания по физической культуре.

Изучение факторов, влияющих на эффективность формирования двигательного навыка, с одной стороны, а с другой – теорий поисковой

активности и физиологии активности, дало возможность разработать способы формирования универсальных учебных действий без потери двигательного компонента урока физической культуры.

Список литературы

1. *Апанасенко Г.Л.* Валеология: первые итоги и ближайшие перспективы [Электронный ресурс]. URL: <http://lib.sportedu.ru/press/TPFK/2001N6/p2-8.htm>.
2. *Бальсевич В.К.* [и др.] Конверсия основных положений теории спортивной подготовки в процессе физического воспитания // Теория и практика физической культуры. 1997. № 6. С. 15–25.
3. *Давыдов В.В.* Новый подход к пониманию структуры и содержания деятельности: докл. на IV Междунар. конгр. по теории деятельности // Развивающее образование. Т. I. Диалог с В.В. Давыдовым. М.: АПК и ПРО, 2002. С. 24–35.
4. *Кадыков Б.Ф.* Формирование двигательных навыков у школьников на уроке физической культуры: дис. ... канд. пед. наук. М., 2004. 153 с.
5. *Кечкин Д.Д.* Формирование универсальных учебных действий младших школьников в процессе освоения физкультурной деятельности: дис. ... канд. пед. наук / Тул. гос. ун-т. Тула, 2013. 149 с.
6. Концепция модернизации российского образования на период до 2010 года // Образование и общество. 2002. № 1 (12). С. 32–42.
7. Концепция модернизации содержания и технологий преподавания учебного предмета «Физическая культура» в общеобразовательных организациях Российской Федерации (проект) [Электронный ресурс]. URL: <https://www.koiro.edu.ru/>
8. *Леонтьев А.Н.* Деятельность. Сознание. Личность. М.: Политиздат, 1975. 304 с.
9. *Лях В.И.* Физическая культура. Рабочие программы. Предметная линия учебников В.И. Ляха. 1–4 классы: пособие для учителей общеобразоват. учреждений. 2-е изд. М.: Просвещение, 2012. 64 с.
10. *Лях В.И.* Физическая культура. Рабочие программы. Предметная линия учебников М.Я. Виленского, В.И. Ляха. 5–9 классы: пособие для учителей общеобразоват. учреждений. 2-е изд. М.: Просвещение, 2012. 104 с.
11. *Маркарян Э.С.* Теория культуры и современная наука. М.: Мысль, 1983. С. 117.
12. *Николаев Ю.М.* Общая теория и методология физической культуры как отражение потребности в модернизации физкультурного образования // Теория и практика физической культуры. 2004. № 7. С. 2–10.
13. Очерки по теории физической культуры: тр. ученых соц. стран. / сост. и общ. ред. Л.П. Матвеев. М.: Физкультура и спорт, 1984. 248 с.
14. Примерные программы по учебным предметам. Физическая культура. 5–9 классы. М.: Просвещение, 2010. 61 с. (Стандарты второго поколения).
15. Стратегия модернизации содержания общего образования: материалы для разработки документов по обновлению общего образования. М., 2001. 101 с.

16. Теория и методика физической культуры: учебник / под ред. проф. Ю.Ф. Курамшина. 2-е изд. М.: Советский спорт, 2004. С. 20.

17. *Тихонов А.М., Кечкин Д.Д.* Физическая культура: системно-деятельностный подход в преподавании. Направление подготовки: 050100 – «Педагогическое образование». Профиль подготовки: «Физическая культура». Квалификация (степень) выпускника: бакалавр / Перм. гос. гуманит.-пед. ун-т. Пермь, 2013. 104 с.

18. *Тихонов А.М., Полякова Т.А., Кечкин Д.Д.* Физическая культура в школе с позиций системно-деятельностного подхода // Физическая культура: воспитание, образование, тренировка. 2016. № 4. С. 2–4.

19. *Тихонов А.М., Чащухин В.И., Чудинов Ю.В.* Основные подходы к преподаванию физкультуры в начальных классах в системе РО Д.Б. Эльконина – В.В. Давыдова // Совершенствование и развитие вариативных систем развивающего обучения в образовании г. Перми / Материалы IV гор. науч.-практ. конф. Секция: Содержательно-технологические проблемы в начальной школе РО Д.Б. Эльконина – В.В. Давыдова. Пермь, 2000. С. 33–48.

20. Федеральный государственный образовательный стандарт: начальное образование: Приказ об утверждении стандарта начального общего образования зарегистрирован в Минюсте России № 17785 от 22 декабря 2009 г. М., 2009.

21. Физическая культура: Программа для начальной школы / А.М. Тихонов, Т.А. Полякова, Д.Д. Кечкин, О.О. Волосатых. Пермь: КЦФКиЗ, 2013. 23 с.

22. *Хуторской А.В.* Современная дидактика: учеб. для вузов. СПб.: Питер, 2001. 544 с.

23. *Эльконин Д.Б.* О структуре учебной деятельности // Избранные психологические труды. Проблемы возрастной и педагогической психологии. М.: Междунар. пед. акад., 1995. С. 157–167.

УДК 796.011.3

Лубышева Людмила Ивановнадоктор педагогических наук, профессор кафедры теории и методики
физической культуры*ФГБОУ ВО «Пермский государственный гуманитарно-педагогический
университет», Пермь, Россия
614990, Пермь, Сибирская, 24, +7 (342) 238-64-76
e-mail: fizkult@teoriya.ru*

КОНЦЕПЦИЯ СПОРТИЗАЦИИ В СИСТЕМЕ ФИЗКУЛЬТУРНОГО ОБРАЗОВАНИЯ

Liudmila I. Lubysheva

Dr.Hab., Professor of the Chair of Theory and Methodology of Physical Culture

*Federal State Budget Educational Institution of Higher Education
«Perm State Humanitarian Pedagogical University»
24, Sibirskaja, 614990, Perm, Russia
e-mail: e-mail fizkult@teoriya.ru*

CONCEPT OF SPORTIZATION IN PHYSICAL EDUCATION SYSTEM

Аннотация. В статье представлена инновационная технология преобразования современного физического воспитания на основе внедрения спортизированных форм занятий, которая позволяет не только значительно улучшить динамику показателей физической подготовленности занимающихся в учебно-тренировочных группах, но и коренным образом изменить отношение детей к физической активности.

Ключевые слова: конверсия, спортивная культура, спортизация, общеобразовательная школа, инновационная технология.

Abstract. The author's innovative technology of modernization of modern physical education by introducing sportized forms of classes not only improves a lot the dynamics of physical fitness indicators of those engaged in training groups, but also radically changes the attitude of children to physical activity.

Key words: conversion, sports culture, sportization, general school, innovative technology.

В современных условиях, вопреки традиционной практике работы учебных учреждений, ориентированных на образовательный результат в виде предметных, культурных, профессиональных компетенций и организацию

здоровьесберегающей среды, формируются новые концептуальные подходы и инновационные технологии, позволяющие признать здоровье обучающихся фундаментальным образовательным объектом. Уже признана необходимость смещения акцентов с организации здоровьесберегающей среды образовательных учреждений на построение здоровьесформирующего образовательного пространства, обеспечивающего освоение школьниками и студентами здоровьесформирующих ценностей и смыслов, позволяющих повышать их здоровье и физические кондиции.

Здоровьесформирующее образовательное пространство учебного заведения должно направленно стимулировать рост адаптационных возможностей учащихся и студентов путем укрепления здоровья, содействовать усилению их продуктивной активности, повышению уровня здоровьесформирующей компетентности, а также успешной адаптации и социализации в образовательном учреждении.

С позиций здоровьесформирования процесс спортизации физического воспитания в образовании может рассматриваться как новая методология исследований в сфере образования, с одной стороны, а с другой – как инновационная технология, позволяющая развивать педагогическую практику.

Еще в 1990-е гг. В.К. Бальсевичем была высказана идея повышения эффективности физического воспитания за счет конверсии высоких спортивных технологий в физическом воспитании подрастающего поколения. Нами были сформулированы варианты и формы построения учебных физкультурно-спортивных занятий, в содержание которых был конверсирован обоснованный еще мэтрами отечественной физиологии В.С. Фарфелем, А.Н. Крестовниковым, Н.В. Зимкиным феномен спортивной тренировки. Инноватика и идейная основа спортивно-ориентированного физического воспитания заключается в том, чтобы спроектировать условия дифференцированного освоения обучающимися ценностей спортивной культуры согласно личностным мотивам, особенностям и уровню притязаний каждого занимающегося.

Цель исследования – научно обосновать концептуальные основы и технологические решения спортизации образовательных учреждений.

Методология исследования. В реалиях современного российского образования **спортизация** процесса физического воспитания детей и молодежи различного возраста является одним из приоритетных направлений здоровьесформирования. ***Под спортизацией понимается активное использование спортивной деятельности, спортивных технологий, соревнований и элементов спорта в образовательном процессе с целью формирования спортивной культуры обучающихся [1].***

Любая инновация проходит особый цикл развертывания от идеи до технологического решения и внедрения (рис. 1).

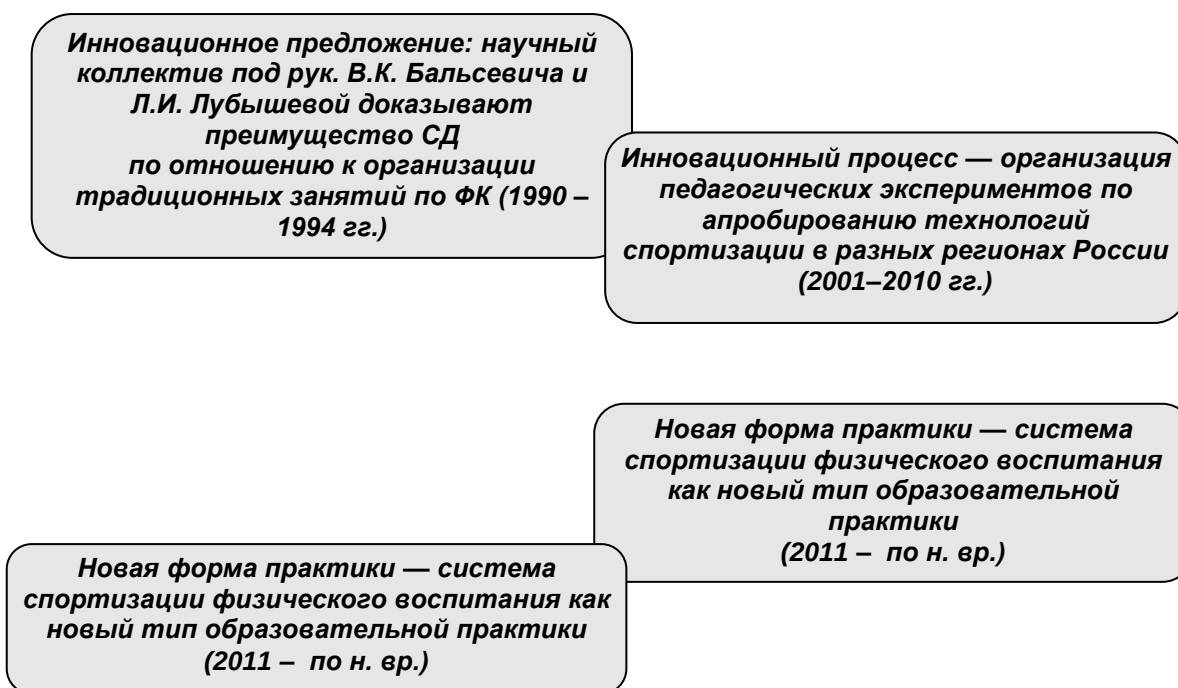


Рис. 1. Схема инновационного развертывания спортизации в системе образования РФ

Методологическими предпосылками спортизации являются следующие положения:

- становление спортивной культуры учащихся, определение, отбор и дальнейшая ориентация спортивных талантов понимаются как основа для постановки целей при проектировании педагогических технологий;
- инновационный вариант трансформации традиционного урока в спортизированный с активным привлечением адаптационных эффектов спортивной тренировки понимается как методическая база преобразований;
- обеспечение эффективной комплексной реализации образовательной, воспитательной и здоровьесформирующей функции процесса физического воспитания как приоритетного направления спортизированных уроков;
- архитектура педагогического процесса базируется на консолидации усилий общеобразовательной и спортивной школ, метапредметной связи общего и дополнительного образования;
- привносится выраженный паритет форм и средств спортивной подготовки и уровня притязаний, интересов, индивидуальных особенностей и психофизических возможностей занимающихся.

Теоретический и научный фундамент построения спортивно-ориентированного физического воспитания формируют разработанные В.К. Бальсевичем организационно-методические принципы и положения:

Принцип конверсии

По мнению ученых-единомышленников В.М. Зациорского, Л.П. Матвеева, Ю.В. Верхошанского, максимально действенным способом

целенаправленного совершенствования психофизических способностей человека является физическая тренировка, понимаемая как организованный процесс адаптации функциональных систем организма к физическим нагрузкам соответствующего объема и интенсивности, привносимым упорядоченным подбором физических упражнений. Соответственно, условием повышения эффективности физического воспитания выступает использование зарекомендовавших себя в теории и практике спортивной тренировки креативных возможностей феномена тренировки.

Принцип гармоничности развития личности обучающегося

Данный принцип предполагает внедрение лишь такой инновационной технологии, которая позволит обеспечивать максимальное освоение каждым учащимся ценностей физической культуры и спорта, соотносимых с его задатками, способностями, личностными установками, потребностями и интересами, уровнем физического развития и подготовленности. Поэтому важно, модернизируя физическое воспитание, учитывать качество освоения воспитанниками комплекса ценностей физической и спортивной культур.

Принцип активного здоровьесформирования

Соответствие педагогических стимулов ритму онтогенеза моторики ребенка служит критически необходимым условием организационно-методического обеспечения образовательного процесса, осуществляемого в соответствии с экспериментальной моделью. В связи с этим актуализируется поиск формы организации учебного процесса по физическому воспитанию, обеспечивающей скорость развертывания механизмов адаптации к физическим нагрузкам, дифференцированным исходя из учета сенситивных периодов индивидуальных особенностей ребенка. Привычная классно-урочная форма не соответствует этим требованиям и условиям, поскольку предусматривает лишь соответствие учеников определенному календарному возрасту, как правило, не совпадающему с биологическим.

Потому представляется целесообразной интеграция учащихся по интересам в сфере физкультурно-спортивной деятельности, по потребностям и интересам, а также по возможностям их физического совершенствования в отдельные коллективы – учебно-тренировочные группы.

Принцип накопления потенциала социальной активности и толерантности

Процесс освоения ценностей физической и спортивной культур происходит на коллективных занятиях малых групп, в условиях строгого регламента выполнения упражнений в индивидуальной и коллективной форме, при понятной ответственности каждого за успешность действий коллектива. Здесь создаются модели соперничества и сотрудничества для достижения целей отдельной личности и коллектива.

Процесс спортивно-ориентированного воспитания может восприниматься как территория деятельностной социализации ребенка, где созданы условия для

развития его гармоничной социальной активности, навыков достойной и честной победы и проигрыша, служащего уроком для будущих побед.

Принцип свободы выбора

Ребенок свободно и осознанно выбирает вид спорта или иную форму физкультурно-спортивной активности. Учебный процесс может и должен быть адаптирован для учащихся различных физических кондиций, что предусматривает прогрессивность содержания инновационной технологии с точки зрения государственной политики и гуманность по отношению к ребенку.

Спортивно-ориентированное физическое воспитание во многих регионах России нашло своих последователей и продолжателей идей, практическая ценность которых – в автономной воспроизводимости каждым образовательным учреждением за счет средств собственной инфраструктуры [2; 3].

К наиболее оригинальным проектам, способным существенно улучшить систему физического и спортивного воспитания, относятся следующие инновационные технологии:

- спортивно-ориентированное физическое воспитание;
- спортивная культура как учебный предмет общеобразовательной школы;
- школьный спортивный клуб;
- школьная спортивная команда.

Целевая направленность спортивно-ориентированного физического воспитания заключается в обеспечении школьников свободой выбора вариантов занятий, режимов их интенсивности, в планировании результативности, а также возможности беспрепятственного изменения вида физкультурной или спортивной деятельности на основе информированности о своих индивидуальных физических способностях и потенциальных возможностях их развития. Практические занятия в рамках учебного предмета «Физическая культура» проводятся по трем видам учебных программ:

- спортивная тренировка по избранному виду спортивной специализации;
- общеразвивающая тренировка по программе ОФП;
- оздоровительная и адаптивная физическая культура.

Логическим продолжением организации физической активности школьников является учебный предмет «**Спортивная культура**» (рис. 2). Если внедрение технологии спортивно-ориентированного физического воспитания предлагается с 5-х по 8-е классы, то «Спортивная культура» логично вписывается в учебный план старшей школы. В отличие от традиционного урока физической культуры занятия проводятся по выбранному виду спорта с обязательным участием в соревнованиях и выполнением учебно-спортивных нормативов в сочетании с регулярной учебно-тренировочной деятельностью.

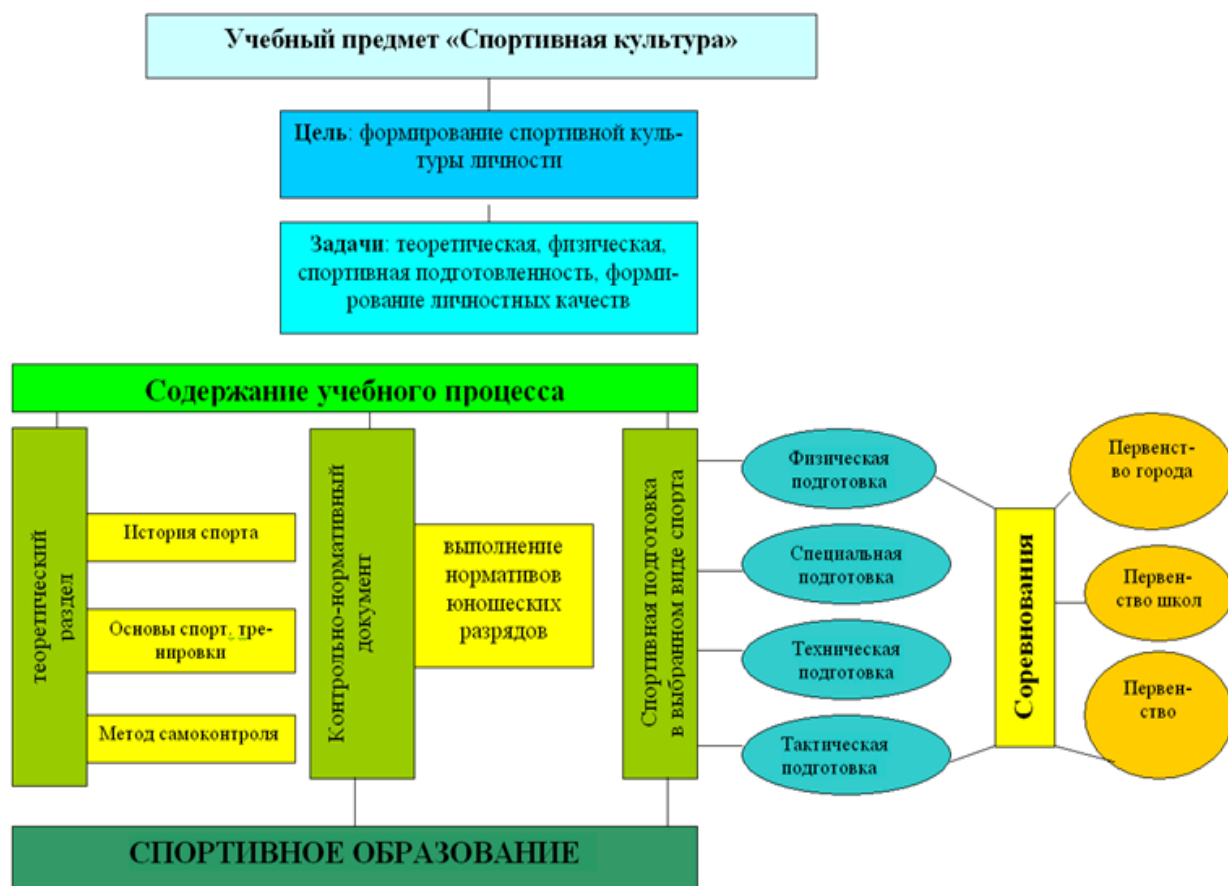


Рис 2. Модель учебного предмета «Спортивная культура»

Старшеклассники, имеющие отклонения в состоянии здоровья, тренируются в оздоровительных группах с обязательной оценкой динамики психофизической подготовленности. В то же время учащиеся, не выбравшие для себя вид спорта, могут тренироваться в фитнес-группах или группах ОФП также с обязательным тестированием динамики психофизической подготовленности. Помимо организации учебно-тренировочной и соревновательной деятельности старшеклассники в ходе изучения предмета «Спортивная культура» осваивают теоретические и методические знания по организации самостоятельных занятий массовым спортом, ведению спортивного стиля жизни.

В рамках предмета наряду с формированием личностной спортивной культуры старшеклассника происходит его активная социализация. Подростки в процессе спортивной деятельности учатся занимать лидирующие позиции, обучаются навыкам общения, исполняют разные социальные роли (физорг, спорторганизатор, капитан команды, спортивный судья), определяются со своими профессиональными интересами. Образно говоря, спорт – это школа жизни. Здесь можно научиться выигрывать и проигрывать, в спортивной деятельности моделируются различные жизненные ситуации и пути выхода из сложностей, которые встречаются и в спортивной деятельности, и в обычной жизни.

Существенным дополнением к процессу спортизации общеобразовательной школы может стать внедрение инновационного **проекта «Школьный спортивный клуб»**. Суть данного проекта заключается в интеграции основного и дополнительного образования спортивно-оздоровительной направленности посредством внедрения 6-часовых занятий в неделю (3 урока физической культуры и 3 занятия в спортивно-оздоровительных группах ДСШ). Данную модель можно рассмотреть как модернизацию физического воспитания, с одной стороны, и тренировочного процесса – с другой, а также как создание условий и механизма развития детско-юношеского спорта, обеспечение современного качества доступности и эффективности школьных спортивных занятий на основе лучших традиций, заложенных еще советской системой физического воспитания. Инновационные проекты такого направления не вносят противоречий в содержание физического воспитания, а дополняют его спортивную составляющую. Однако правильно организованный процесс спортизации создает равные возможности самореализации в спорте для каждого ребенка, оперативно реагирует на мотивацию, интерес, потребности детей и родителей, оказывает помощь и поддержку одаренным юным спортсменам (рис. 3).



Рис. 3. Структура и организация школьного спортивного клуба

Процесс спортизации общеобразовательных школ можно существенно улучшить путем внедрения **проекта «Каждой школе – спортивную команду»** хотя бы по одному наиболее популярному среди детей, родителей, учителей виду спорта.

Огромный социализирующий и оздоровительный эффект заложен в ведущей идее данного проекта. Он несет в себе возможность воспитания качеств, присущих настоящим гражданам; патриотизма, любви к школе, умения бороться и побеждать, а иногда и умения проигрывать, чувствовать локоть товарища – всему этому можно научиться в спортивной команде школы. При

хорошей организации спортивной работы школьная команда может стать клубом для общения учащихся разных возрастов. Немаловажно, что в таких условиях будет укрепляться связь общеобразовательных школ со спортивными структурами: федерациями, городскими комитетами по физической культуре и спорту.

Данный проект повышает эффективность учебного процесса, расширяет возможности использования внеучебного времени в целях привлечения детей к систематическим занятиям спортом и формирования их спортивной культуры. Он рассматривается нами как перспективная инновация. Поэтому нами разработано Положение о спортивной и школьной спортивной команде. Структура Положения отвечает правилам построения подобных документов, содержательная часть освещает специфику данного проекта.

Освоение ценностей спортивной культуры происходит в процессе коллективных занятий малых групп, в условиях строгого регламента выполнения упражнений в индивидуальной и коллективной формах. Здесь реализуется принцип единства соперничества и сотрудничества для достижения целей отдельной личности и коллектива. Спортивное образование должно рассматриваться как пространство деятельности социализации личности, обеспечивающее естественные условия формирования ее социальной активности и успешной жизнедеятельности.

Необходимо использовать учебные и внеучебные тренировочные программы разного уровня, адаптированные к способностям и возможностям каждого ученика. Двигательная нагрузка на учебных занятиях должна соответствовать оптимальному уровню развития психофизической подготовленности занимающихся (не больше, но и не меньше!). Недостаточная физическая нагрузка, так же как и перетренировка, губительны для развивающегося организма школьника. Только оптимальная, соответствующая возрастному развитию индивида тренировочная нагрузка обеспечивает положительный функциональный сдвиг необходимо интегрировать в образовательный процесс теоретические курсы по теории спорта и истории олимпийского движения.

Возможны индивидуальные программы и экстернат для особо одаренных учащихся.

Учитель-тренер должен находиться в процессе непрерывного саморазвития, творчески разрабатывая и реализуя обучающие тренировочные программы.

Результаты исследования. Экспериментальная работа по выявлению эффективности реализации инновационных технологий спортизации проводилась в течение 25 лет в разных регионах России. Наиболее

информативными явились высокие показатели уровня физической подготовленности школьников г. Сургута по сравнению с детьми из благополучных европейских стран, таких как Турция, Словакия, Чехия, полученные в конце 90-х годов прошлого столетия. Завершающим этапом экспериментальной работы стала оценка эффективности построения здоровьесформирующего пространства в МАОУ СОШ № 45, 118 г. Челябинска, № 1, 11 г. Коркино Челябинской области. Полученные данные свидетельствовали о достаточно высокой эффективности построения здоровьесформирующего образовательного пространства в аспекте формирования метапредметных результатов здоровьесформирующей деятельности. В экспериментальных школах значительно возрос уровень детей с *оптимальным* (21,7 %) и *допустимым* (56,6 %) уровнями сформированности метапредметных результатов здоровьесформирующего образования.

Здоровьесформирующий результат образования должен, на наш взгляд, рассматриваться совместно с образовательной составляющей процесса. Корреляционный анализ показателей здоровьесформирующей компетентности и результатов Государственной итоговой аттестации учащихся 9-х классов выявил высокий уровень их взаимосвязанности ($r = 0,79$ при коэффициенте детерминации $D = 62,41$ %).

Возрастание метапредметных результатов здоровьесформирования подтвердилось положительной динамикой объективных показателей функционирования организма школьников. Изучение функциональных показателей респираторной системы и уровня стрессоустойчивости позволило отметить в экспериментальной группе более выраженный прирост всех изучаемых параметров ($P < 0,05$). В частности, при сопоставительном анализе статических характеристик респираторной системы в экспериментальной группе установлено увеличение ЖЕЛ вдоха и выдоха от 30,7 до 42,9 % соответственно, тогда как в контрольной – от 11,9 до 14,1 %. Кроме того, в экспериментальной группе значительно увеличились параметры дыхательного объема (17,3 %), минутного объема дыхания (30,9 %), резервного объема вдоха (39,0 %) и выдоха (15,4 %), емкость вдоха (32,4 %), что определило снижение частоты дыхания на 17,3 %. Следует отметить и больший относительный прирост объемно-скоростных параметров дыхательной системы у девочек экспериментальной группы. В частности, ЖЕЛ выдоха в ЭГ увеличилась на 30,3 %, пиковая объемная скорость выдоха – на 17,4 %, мгновенная объемная скорость выдоха в крупных бронхах – на 12,7 %, средних – 15,6 %, мелких – 15,6 %, что сопровождается ростом средней объемной скорости выдоха по всей кривой «поток – объем» форсированного выдоха (от 10,8 до 31,0 %). Схожие по направленности изменения зафиксированы и в динамике показателей функции

внешнего дыхания у мальчиков, что свидетельствует о значительном улучшении проходимости дыхательной путей и увеличении силовых характеристик дыхательной мускулатуры. Так, прирост минутных и объемных скоростей выдоха варьирует от 10,36 до 32,38 %, что привело к возрастанию форсированной ЖЕЛ на 31,49 %.

В конце учебного года у детей с повышенной двигательной активностью, организованной в рамках экспериментальной системы спортизированного физического воспитания, уровень кортизола слюны оказался ниже по сравнению с контролем (контрольная группа: $0,19 \pm 0,013 \text{ } \mu\text{g/dL}$; экспериментальная группа: $0,13 \pm 0,031 \text{ } \mu\text{g/dL}$; $p = 0,021$, критерий Вилкоксона-Манна-Уитни для независимых выборок) и достоверно не изменился по сравнению с исходным состоянием ($p = 0,232$ по непараметрическому критерию Вилкоксона для связанных выборок). В контрольной группе уровень кортизола вырос по сравнению с исходным состоянием ($p = 0,014$ по непараметрическому критерию Вилкоксона для связанных выборок). Прирост содержания кортизола в организме детей контрольной группы отражает усиление стрессорного состояния, связанного с интенсивной учебной нагрузкой и воздействием других стрессогенных факторов.

Выводы. Введение учебного предмета «Спортивная культура» и других спортизированных форм занятий в условиях общеобразовательной школы позволит устранить «болевые точки» традиционно сложившейся системы физического воспитания:

- создает организационно-педагогические условия привлекательности для учащихся содержания учебных занятий;
- обеспечивает соответствие обучающих и тренирующих воздействий на уроках спортивной культуры особенностям возрастного развития, моторики и психики учащихся, их спортивным интересам;
- способствует активному и системному использованию новейших технологий спортивного воспитания детей и подростков;
- предоставляет возможности для приоритетного освоения этических, нравственных, духовных и здоровьесформирующих ценностей спортивной культуры;
- стимулирует разработку и создание принципиально новых проектов учебно-спортивных сооружений, обеспечивающих использование современных технологий спортивного воспитания, оснащенных диагностическими и тренажерными комплексами, системами оперативного контроля за здоровьем занимающихся.

Концепция спортизированного физического воспитания и технологии ее реализации применимы для образовательных учреждений высшей школы.

Перспективным научным направлением развития спортизации физического воспитания в вузе является обоснование кинезиологических проектов, обеспечивающих психофизическую готовность будущих специалистов.

Список литературы

1. *Лубышева Л.И.* Конверсия высоких спортивных технологий как методологический принцип спортизированного физического воспитания и «спорта для всех» // Физическая культура: воспитание, образование, тренировка. 2015. № 4. С. 6–8.

2. *Лубышева Л.И.* Феномен спортивной культуры в аспекте методологического анализа // Теория и практика физ. культуры и спорта. 2009. № 3. С. 10–13.

3. *Лубышева Л.И., Моченов В.П.* Новый концептуальный подход к современному пониманию социальной природы спорта // Теория и практика физ. культуры. 2015. № 4. С. 94–101.

УДК 796 (07)

Ермаков Алексей Станиславович
магистрант факультета физической культуры

Ермакова Валентина Александровна
магистрант факультета физической культуры

Тихонов Александр Михайлович
профессор кафедры теории и методики физической культуры
ФГБОУ ВО «Пермский государственный гуманитарно-педагогический
университет», Пермь, Россия
614990, Пермь, Сибирская, 24, +7(342) 212-91-21
e-mail: al_tihonov@mail.ru

ФОРМИРОВАНИЕ СПЕЦИАЛЬНЫХ КОМПЕТЕНТНОСТЕЙ У СТУДЕНТОВ ФАКУЛЬТЕТА ФИЗИЧЕСКОЙ КУЛЬТУРЫ В ПРОЦЕССЕ ОСВОЕНИЯ ДИСЦИПЛИНЫ «ТЕОРИЯ И МЕТОДИКА ФИЗИЧЕСКОЙ КУЛЬТУРЫ»

Aleksei S. Ermakov
Student of Faculty of Physical Culture

Valentina A. Ermakova
Student of Faculty of Physical Culture

Aleksandr M. Tikhonov
Professor, Department of Theory and Methodology of Physical Culture
*Federal State Budget Educational Institution of Higher Education
«Perm State Humanitarian Pedagogical University»
24, Sibirskaja, 614990, Perm, Russia
e-mail: al_tihonov@mail.ru*

FORMING OF SPECIAL COMPETENCE IN STUDENTS OF FACULTY OF PHYSICAL CULTURE IN THE DEVELOPMENT OF THE DISCIPLINE "THEORY AND METHODOLOGY OF PHYSICAL CULTURE"

Аннотация. В статье представлены материалы, отображающие сравнение разных способов формирования специальных компетентностей. Разработанные задания, в основу которых легли выделенные дидактические единицы,

позволили выявить эффективность оценочных средств и преимущество деятельностного подхода в формировании специальных компетентностей.

Ключевые слова: компетентностный подход, диагностика, специальные компетентности, дидактические единицы.

Abstract. The article presents the materials reflecting the comparison of the different methods of formation of special competencies. Designed task in which the formed selected didactic units, allowed to identify the effectiveness of assessment tools and the advantage of the activity approach in the formation of special competences.

Key words: competence approach, diagnostics, special competence, didactic units.

В настоящее время в высшей профессиональной школе введены новые образовательные стандарты. Они в корне меняют принципы организации педагогического процесса, так как в основание образования вместо знаниевого положен компетентностный подход. Это повлекло за собой и изменение содержания образования и методов обучения. В связи с этим преподаватели высшей школы испытывают затруднения в реализации требований стандарта. Поэтому анализ литературы по проблеме профессиональной подготовки в сфере физической культуры, изучение опыта работы и на этой основе создание механизмов, которые бы обеспечивали сформированность компетенций студентами являются актуальными.

В соответствии с обозначенной проблемой была поставлена следующая **цель** исследования: выявить современные тенденции профессионального образования в России в сфере физической культуры и спорта, и на этой основе создать способы формирования специальных компетентностей (СК): «СК-4 – способен использовать ценностный и деятельностный потенциал учебного предмета “Физическая культура” для освоения основ физкультурной деятельности» и «СК-7 – способен проводить сравнительный анализ различных систем физической культуры, их принципов, содержания, технологий обучения; распознавать теории и системы физического воспитания на предмет их соответствия системно-деятельностному подходу».

В соответствии с целью был определен **объект исследования** – это профессиональные компетентности в сфере физической культуры и спорта. **Предмет исследования** – процесс профессиональной подготовки специалистов в области физической культуры в высших физкультурно-спортивных учебных заведениях России.

В основу исследования положена **гипотеза**, согласно которой специальные компетентности будут формироваться эффективнее, если содержанием образования станет опыт практической деятельности.

Так как цель – комплексная, она «развертывалась» в серии **задач** следующим образом.

Во-первых, необходимо было проанализировать теоретические аспекты подготовки профессиональных кадров в России, на основе чего выявить современные подходы к профессиональной подготовке специалистов по физической культуре.

Во-вторых, следовало разработать способы формирования специальных компетентностей СК-4 и СК-7.

И, наконец, в-третьих, проверить эффективность разработанных методик в педагогическом эксперименте.

Новизна исследования определяется тем, что впервые представлена методика преподавания нового в профессиональной подготовке предмета «Образовательная физическая культура».

Практическая значимость исследования заключается в том, что полученные по итогам работы результаты позволяют организовать учебный процесс в высшем профессиональном образовательном учреждении таким образом, чтобы формировались специальные компетентности будущих учителей физической культуры, позволяющие им работать в соответствии с федеральным государственным образовательным стандартом.

Анализ литературы показал, что основным звеном, от состояния которого зависит система образования в целом и высшего физкультурного образования в частности, является его содержание. Провозглашен личностно-ориентированный подход к образованию, другой тенденцией реформирования высшего образования является выдвижение компетентностного подхода при подготовке специалистов в качестве приоритетного. Реализация такого подхода в образовании опирается на принципы демократизации, гуманитаризации, гуманизации, непрерывности [8; 9]. Высказываются идеи упорядочения логических связей между предметами [2], органичного вплетения научных исследований в саму «ткань» вузовской педагогики в качестве неотъемлемой составляющей образовательного процесса [3; 4].

Заслуживает, на наш взгляд, мысль о переходе от чисто педагогического образования к научно-педагогическому. Суть не в том, что в вузах должна преподаваться наука, а в том, что в вузах наука должна развиваться совместными усилиями преподавателей и студентов и в ходе самого образовательного процесса. Предпосылкой решения этой проблемы является непосредственное включение каждого вузовского педагога в научно-исследовательскую деятельность [3]. Преподавателям необходимо иметь возможность выразить свою творческую индивидуальность, опереться на собственный физкультурно-спортивный и жизненный опыт, проверить и реализовать свою программу обучения [9].

Современное состояние в общем образовании характеризуется тем, что изменение образовательных парадигм вызвало появление разных типов учреждений среднего образования (гимназий, лицеев, колледжей), нуждающихся в кадровом обеспечении. В школах также реализуются разные типы образовательных программ (базовая, программа углубленного обучения,

гимназическая, компенсирующего обучения и др.) [11], поэтому они нуждаются в разносторонних профессионалах и, следовательно, в многопрофильности подготовки кадров [1; 11; 13]. К пяти основным компонентам педагогической деятельности учителя физической культуры (гностическому, проектировочному, конструктивному, организаторскому и коммуникативному) необходимо присоединение шестого – инновационного [7; 12]. Это повышает требования к выпускающим кафедрам вуза по совершенствованию подготовки специалистов [1].

Отмечается, что результатом обучения в высшей школе должно стать формирование способности к саморазвитию, самоопределению, самосовершенствованию, рефлексивной мыслительной деятельности, приводящей к умению **проблематизировать и проектировать профессиональную деятельность** [5; 6; 10].

Попытка интегрировать все эти тенденции и проверить их на практике была предпринята на факультете физической культуры ПГГПУ [14; 15; 16]. Проблема была представлена в следующем виде: отсутствие взаимосвязи между профессиональным образованием, научно-исследовательской и практической деятельностью приводит к тому, что научные изыскания в области физической культуры и спорта не воплощаются в новых формах и технологиях обучения. Причина нам видится в том отчуждении, которое существует между теорией и практикой обучения. Сегодня ситуация складывается таким образом, что ученые на основе теоретических разработок, обобщения передового опыта, экспериментальных исследований разрабатывают методики и затем внедряют их в практику, иногда используя для этого административные меры. При этом не учитываются личный опыт учителей, их возможности и желание, что ставит их в позицию исполнителей, отсекая стремление к самореализации. Преподаватель в совместной деятельности со студентами разрабатывали новую технологию обучения предмету «Физическая культура». Эти разработки внедрялись в процесс обучения во время прохождения педагогической практики. Проверенные на практике методики обучения становились предметом преподавания в теоретической части учебной дисциплины «Легкая атлетика». По результатам исследовательской и научно-методической работы субъектами образовательного процесса было защищено свыше 100 дипломных работ, опубликовано 40 работ, защищены две кандидатские диссертации. В работе приняли участие учителя физической культуры и преподаватели факультета – специалисты, необходимость в помощи которых возникала при разработке и экспериментальной проверке отдельных сторон преподавания инновационной технологии. В соавторстве с ними была разработана и издана программа по физической культуре для начальной школы, а также опубликованы 4 методических пособия для студентов и учителей.

Данная работа проходила в процессе освоения базовой дисциплины предметной подготовки («Легкая атлетика»). Совершенно в других условиях

происходит изучение дисциплины «Теория и методика физической культуры». Насколько возможно эту дисциплину, теоретическую по сути, преподавать с позиций компетентного подхода? Выяснению таких возможностей и было посвящено данное исследование.

В исследовании приняли участие 147 студентов факультета физической культуры ПГГПУ.

Экспериментальная работа по формированию СК-7 проводилась на факультете физической культуры ПГГПУ со студентами 3-го курса очного (контрольная группа, 35 чел.) и 4–5-го курсов заочного отделения (экспериментальная группа, 37 чел.) факультета физической культуры.

Экспериментальная работа по формированию СК-4 проводилась в 2015–2016 гг. в течение двух семестров на четвертом курсе ($n = 36$) и одного семестра на первом курсе ($n = 39$).

Специальная компетентность (СК-7) формировались различными способами. Студентам третьего курса очного отделения (контрольная группа) во время лекций предлагался анализ ФГОС с выделением основных опорных точек. На следующем занятии им предоставили возможность сравнить концепции и программы на соответствие их ФГОС. А еще через занятие знания ФГОС были проверены посредством тест-билета.

Студентам заочного отделения (экспериментальная группа) была представлена структура педагогической системы и они, опираясь на ее компоненты (цель, результат, образовательный подход, методы, содержание, предмет оценивания), в процессе коллективно-распределенной деятельности (работа в группах) проанализировали ФГОС для начальной, основной и средней школ. После этого они анализировали концепции и программы на соответствие их федеральному стандарту. Анализ проводился по специально разработанной схеме.

Для анализа студентам было предложено 27 концепций и технологий по проблеме преподавания физической культуры в школе. Каждый студент самостоятельно анализировал одну из них. Качество анализа оценивалось по шестибальной шкале: анализа цели, результата, образовательного подхода, методов обучения, содержания образования и предмета оценивания.

После таким образом организованной работы знание стандарта было проверено с помощью тест-билета.

Эффективность методик определялась по достоверности разности процентных чисел и средних отношений ошибки разности процентных чисел.

По результатам анализа концепций и программ на соответствие их ФГОС средний балл в контрольной группе составил 2,5, что составило 41,5 % качества. В экспериментальной группе в среднем студенты набрали 4,3 балла, что составило 71 % качества анализа. Расчет достоверности процентных чисел показал, что разность является достоверной.

После анализа концепций и программ было проведено тестирование с целью выявления качества знаний ФГОС. Оно составило 2,4 балла (40 %

освоения знаний), а в экспериментальной – 4,2 (70 % освоения знаний). Расчет достоверности процентных чисел показал, что разность процентных чисел является доверительной.

Для формирования СК-4 использовались две различные методики обучения. Они сходились по цели, результатам, предмету оценивания. Разница была в образовательном подходе: в экспериментальной группе обучение велось с позиций компетентностного подхода, а в контрольной – знаниевого. И, соответственно, тогда в одном случае наряду с репродуктивными методами использовались продуктивные, а в другом – только репродуктивные. Отличие состояло и в формах организации занятий. Первый курс занимался в течение 28 часов: 10 ч лекций, 18 – семинаров, причем 10 часов из них проводились в спортивном зале, в котором моделировались уроки в начальной и основной школе. Уроки вел преподаватель в соответствии с ФГОС начального и основного образования. Четвертый курс занимался 60 часов (24 – лекции, 36 – семинары) в аудитории.

Для определения уровня сформированности СК-4 использовался тест-билет, в котором выделены следующие дидактические единицы:

1. Знание ФГОС.
2. Владение познавательными действиями (умение сформулировать проблему и умение составить план эксперимента).
3. Владение компетентностью по формированию УУД у школьников.
4. Владение компетентностью по диагностике УУД у школьников.
5. Эмпирические (описательные) знания материала школьной программы.
6. Теоретические (объяснительные) знания материала школьной программы.

Результаты сформированности СК-4 оказались следующими.

1. Знание ФГОС у четвертого курса превосходит знание у первого курса на 10,3 %, но данная разница не доверительна.

2. Владение познавательными действиями: первый курс превосходит четвертый на 5,25 % – разница не доверительна. Но данные по этой дидактической единице неоднозначны. Так, в вопросе № 2, в котором необходимо было сформулировать проблему со словом «школа», четвертый курс превзошел первый на 22 %, но эта разница хоть и близка к доверительной, но не дотягивает до нее. А на вопрос № 8 (сформулировать проблему и составить план эксперимента.) первый курс ответил на 32,5 % лучше и эта разница достоверна.

3. Владение компетентностью по формированию УУД у школьников: четвертый курс превосходит первый на 13,7 %, но разница не является доверительной.

4. Владение компетентностью по диагностике УУД у школьников: первый курс превосходит четвертый на 17,1 %, что является не доверительной разностью.

5. Эмпирические (описательные): первый курс превосходит четвертый на 22,8 %, разница при этом является доверительной.

6. Теоретические знания (объяснительные): первый курс превосходит четвертый на 19,5 %, что не является доверительной разницей.

В среднем по результатам тестирования первый курс освоил 66,1 % знаний (что соответствует оценке «хорошо»). Четвертый курс освоил 59,5 % знаний (что соответствует оценке «удовлетворительно». Но разница не доверительна. Принимая во внимание то, что на освоение дисциплины у первого курса ушло в два раза меньше времени, можно утверждать, что экспериментальная методика, содержанием которой является опыт практической деятельности, более эффективна.

Таким образом, рекомендуем процесс формирования специальной компетентности «способен проводить сравнительный анализ различных систем ФК, их принципов, содержания, технологий обучения; распознавать теории и системы ФВ на предмет их соответствия системно-деятельностному подходу» начинать с предоставления студентам структуры педагогической системы, чтобы они, опираясь на ее компоненты (цель, результат, образовательный подход, методы, содержание, предмет оценивания), имели возможность в процессе коллективно-распределенной деятельности анализировать ФГОС для начальной, основной и средней школ. А после этого уже анализировать концепции и программы на соответствие их федеральному стандарту. Наше исследование показало большую эффективность именно такого способа формирования СК-7.

При формировании СК-4 освоение знаний более эффективно в том случае, когда учебный процесс организуется с позиций компетентностного подхода, а не знаниевого.

Список литературы

1. Дементьев В.Л. Новый методологический подход в подготовке специалистов-тренеров на выпускающих кафедрах РГУФКа // Теория и практика физической культуры, 2003. № 12.

2. Кожемов А.А. Формирование творческой личности специалиста по физической культуре и спорту, проблемы профессионализации преподавания циклов общественных и психолого-педагогических дисциплин // Совершенствование подготовки кадров в области физической культуры и спорта в условиях модернизации профессионального образования в России: тез. докл. II Всерос. науч.-практ. конф. (г. Москва, 25–27 марта 2004 г.). М.: Флинта, 2004. С. 96–98.

3. *Корневский С.А.* Научно-образовательный трансфер в системе совершенствования подготовки кадров в вузах физкультурного профиля // Теория и практика физической культуры. 2003. № 12. С. 17–22.

4. *Короткова Е.А., Фомичева Н.А.* Активизация мыслительной деятельности младших школьников в процессе обучения двигательным действиям // Теория и практика физической культуры. 2005. № 8. С. 12–14.

5. *Кузьмин А.М.* Теоретические аспекты профессионального воспитания студентов вуза физической культуры // Теория и практика физической культуры. 1999. № 10.

6. *Лубышева Л.И., Магин В.А.* Концепция модернизации процесса профессиональной подготовки специалистов по физической культуре и спорту (авторский проект) // Теория и практика физической культуры. 2003. № 12. С. 13–16.

7. *Магин В.А.* Особенности внедрения инновационных технологий физического воспитания в практику профессиональной подготовки специалистов по физической культуре и спорту // Совершенствование подготовки кадров в области физической культуры и спорта в условиях модернизации профессионального образования в России: тез. докл. II Всерос. науч.-практ. конф. (г. Москва, 25–27 марта 2004 г.). М.: Флинта, 2004. С. 135–137.

8. *Маслов Б.В., Зволинская Н.Н.* Многоуровневая структура физкультурного образования – очередной указ или осознанная необходимость // Теория и практика физической культуры. 1994. № 3/4. С. 2–8.

9. *Маслов В.И., Зволинская Н.Н.* Тенденции развития содержания профессионального физкультурного образования (теоретический аспект) // Вестник учебных заведений физической культуры. 2003. № 1. С. 51–55.

10. *Неверкович С.Д.* Принципы развивающего образования // Совершенствование подготовки кадров в области физической культуры и спорта в условиях модернизации профессионального образования в России: тез. докл. II Всерос. науч.-практ. конф. (г. Москва, 25–27 марта 2004 г.). М.: Флинта, 2004. С. 29–30.

11. *Пономарев Г.Н.* Государственные образовательные стандарты в области физической культуры и спорта: проблемы и перспективы усовершенствования // Теория и практика физической культуры. 2000. № 12.

12. *Работин И.В.* Инновационный компонент педагогической деятельности учителя физической культуры // Теория и практика физической культуры. 2001. № 2. С. 22–24.

13. *Соловьев Г.М., Горбатов В.Ф.* Некоторые аспекты технологической модели подготовки специалистов по физической культуре в системе

дополнительного профессионального образования в вузе // Теория и практика физической культуры. 2002. № 9. С.23–27.

14. *Тихонов А.М.* Креативный подход в организации процесса педагогической практики по физической культуре // Физическая культура: воспитание, образование, тренировка. 2012. № 6, С. 23–25.

15. *Тихонов А.М.* Модель процесса профессионального образования по физической культуре в системе базовых дисциплин предметной подготовки // Теория и практика физической культуры. 2009. № 5. С. 17–21.

16. *Тихонов А.М.* Модернизация процесса профессионального образования по физической культуре: монография / Перм. гос. пед. ун-т. Пермь, 2007. 364 с.

УДК 796.8 (07)

Мартынов Дмитрий Иванович
аспирант

*ФГБОУ ВО «Пермский государственный гуманитарно-педагогический
университет», Пермь, Россия
6140990, Пермь, Сибирская 24, +7 (342) 238-63-44*

МОДЕЛЬ УЧЕБНО-ТРЕНИРОВОЧНОГО ПРОЦЕССА С ИСПОЛЬЗОВАНИЕМ ИНТЕРАКТИВНЫХ ТЕХНОЛОГИЙ В ПОДГОТОВКЕ БОЙЦОВ КОМПЛЕКСНЫХ ЕДИНОБОРСТВ

Dmitrii I. Martynov
Graduate Student

*Federal State Budget Educational Institution of Higher Education
«Perm State Humanitarian Pedagogical University»
24, Sibirskaja, 614990, Perm, Russia*

THE MODEL OF TRAINING PROCESS USING INTERACTIVE TECHNOLOGIES IN THE PREPARATION OF INTEGRATED MARTIAL ARTS FIGHTERS

Аннотация. В статье представлена модель учебно-тренировочного процесса, решающего задачи не только спортивной подготовки, но и образовательные, а также воспитания личностных качеств. Экспериментальное исследование показало, что подростки, занимающиеся по разработанной модели с использованием интерактивных технологий в учебно-тренировочном процессе, стремятся к большему взаимодействию с тренером на учебно-тренировочных занятиях. Они более успешно адаптируются к учебно-тренировочному процессу; у них отмечается более высокая работоспособность и концентрация внимания на учебно-тренировочных занятиях; быстрее формируется мотивация спортивной деятельности. Внедрение интерактивных технологий в учебно-тренировочный процесс подростков, занимающихся комплексным единоборством, способствует усилению взаимосвязей развития физических качеств и включенности в учебно-тренировочный процесс.

Ключевые слова: модель, интерактивные технологии, физические качества, техника комплексных единоборств, взаимодействие с тренером, адаптация к тренировочному процессу, работоспособность, концентрация внимания, мотивация спортивной деятельности, включенность в тренировочный процесс.

Abstract. The article presents the model training process and the problem solver not only sports training, but also educational, as well as the education of personal qualities of the Pilot study showed that adolescents in the developed model with the use of interactive technologies in the training process, strive for more interaction with the coach at the training sessions. They are more successfully adapted to the educational-training process; they observed a higher capacity for work and concentration at training sessions; formed faster motivation sports activities. The introduction of interactive technologies in the training process adolescents engaged in a comprehensive martial art, promotes the strengthening of development of physical qualities and involvement in the training process.

Key words: model, interactive technologies, physical qualities, technique of integrated martial arts, interaction with the coach, the adaptation to the training process, performance, concentration, motivation, sports activities, involvement in the training process.

Введение. Современные тенденции развития общества предъявляют к образовательной сфере новые требования, связанные с изменением государственного и социального заказа на образовательные услуги, и обуславливают необходимость поиска новых подходов к подготовке выпускников школы. Согласно новым нормативным документам – Закону об образовании в Российской Федерации, Федеральному государственному образовательному стандарту второго поколения, Концепции развития физического образования в Российской Федерации – приоритетной целью школьного образования становится развитие личности учащихся через формирование способов действий. Именно поэтому стандарт образования этого поколения определяет не только предметные, но и метапредметные и личностные результаты обучения. Таким образом, физическая культура в настоящее время, в рамках педагогической науки, рассматривается не только как учебная дисциплина, но и как образовательная область, выступающая в роли базового компонента формирования целостного развития личности ребенка. Актуальность нашей работы определяется недостаточностью рассмотрения проблемы формирования личностных качеств в учебно-тренировочном процессе спортивных секций по комплексным единоборствам.

Цель исследования: разработка и экспериментальная проверка эффективности модели формирования предметных и личностных спортивных действий в учебно-тренировочном процессе с подростками, занимающимися комплексным единоборством, в системе дополнительного спортивного образования.

Для достижения поставленной цели последовательно решались задачи по изучению современного состояние проблемы построения учебно-тренировочного процесса с подростками, занимающимися комплексным единоборством в системе дополнительного образования; разработке модели формирования спортивных действий (предметных и личностных) в учебно-тренировочном процессе с подростками и экспериментальному обоснованию ее эффективности.

Исследование проводилось на базе клуба «Росток», структурного подразделения МАУ ДО ЦДТ «Ритм» г. Перми, в период с сентября 2015 г. по март 2016 г. Экспериментальную выборку (группу) составили 20 испытуемых; контрольную – 20 испытуемых. Все испытуемые – подростки мужского пола. Возраст испытуемых от 13 до 14 лет.

Для проверки эффективности разработанной модели были выбраны следующие методы исследования: 1) педагогическое наблюдение; 2) педагогическое тестирование; 3) психологическое тестирование; 4) методы математико-статистической обработки данных.

Педагогическое наблюдение.

Целью проведения педагогического наблюдения является определение влияния разработанной модели организации учебно-тренировочного процесса с применением интерактивных технологий в режиме проведения спортивных занятий с подростками, занимающимися комплексным единоборством. В процессе организации педагогического наблюдения отслеживаются следующие показатели: степень адаптации ребенка к учебно-тренировочному процессу; уровень работоспособности и уровень включенности в учебно-тренировочный процесс; эмоциональная реакция на учебно-тренировочный процесс.

Результаты педагогического наблюдения фиксируются в разработанной карте наблюдений (см. таблицу).

**Карта педагогического наблюдения за включенностью подростка
в учебно-тренировочный процесс**

Показатели	Уровень выраженности				
	Высокий		Средний	Низкий	
	5	4	3	2	1
Адаптация к учебно-тренировочному процессу					
Мотивация спортивной деятельности					
Работоспособность на учебно-тренировочных занятиях					
Темп выполнения учебно-тренировочных заданий					
Концентрация внимания на учебно-тренировочных занятиях					
Преобладающий эмоциональный настрой на учебно-тренировочных занятиях					
Стремление к физическому самосовершенствованию и саморазвитию					
Стремление взаимодействовать с тренером в процессе учебно-тренировочного занятия					
Стремление взаимодействовать со сверстниками в процессе учебно-тренировочного занятия					

Педагогическое тестирование.

Целью проведения педагогического тестирования физических качеств выступает изучение степени влияния разработанной модели на развитие физических качеств ребенка, занимающегося комплексным единоборством в системе дополнительного образования.

Для определения уровня *скоростных способностей* оценивается бег на 30 метров, определение уровня *координационных способностей* осуществляется при помощи челночного бега (3 x 10 метров), определение *скоростно-силовых способностей* проводится при выполнении прыжка в длину с места, определение уровня *гибкости* осуществляется в процессе выполнения испытуемым наклона вперед, определение уровня *силовых способностей* осуществлялось при помощи сгибания и разгибания рук в висе.

Специальные способности оцениваются по качеству выполнения технических элементов комплексного единоборства: 1) ударная техника руками; 2) ударная техника ногами; 3) борцовская техника в стойке; 4) борцовская техника в партере; 5) техника выполнения болевых приемов. Испытуемому выставляется оценка по пятибалльной шкале (за каждый правильно выполненный прием добавляется 1 балл).

Психологическое тестирование.

С целью определения влияния разработанной модели на личность подростка предлагается оценить уровень мотивации спортивной деятельности. Для определения мотивации спортивной деятельности применяется методика Е.А. Калинина «Мотивы спортивной деятельности».

Методы математико-статистической обработки данных.

Для определения степени различия физических и психологических показателей применяются следующие методы математической статистики: среднее арифметическое значение, достоверность различий по Стьюденту.

Проведенный анализ научной литературы по проблеме построения педагогической модели позволил выделить основную идею, цель, задачи, функции, принципы, компоненты и критерии качественно-количественной оценки, разработанной нами модели учебно-тренировочного процесса.

В рамках системного подхода *модель учебно-тренировочного процесса рассматривается нами как система, которая включает в себя ряд подсистем (компонентов) тесно взаимодействующих между собой.*

Разработка модели осуществлялась на основе следующих принципов педагогического моделирования и педагогического воздействия:

- принцип гуманистической направленности – педагогическая деятельность подразумевает отношение тренера к ребенку как к субъекту собственного развития, и в соответствии с этим осуществляется построение взаимодействия с его личностью на основе субъект-субъектных отношений;
- принцип активности – обязательное включение подростков в процесс формирования их физических и личностных особенностей;

– принцип приоритета личности – стратегия и тактика учебно-тренировочного процесса должны быть направлены на создание условий для становления и развития личности каждого ребенка исходя из приоритета личности перед группой и коллективом;

– принцип коллективности – организация учебно-тренировочного процесса осуществляется в коллективах (малых группах) различного типа, что дает ребенку опыт адаптации и коммуникации, а также создаются оптимальные условия для позитивного направления процессов самопознания, самоопределения, самореализации и самоутверждения ребенка;

– принцип доступности – все происходящее вокруг ребенка во время проведения эксперимента должно быть доступно для его восприятия и понятно ему;

– принцип индивидуального подхода – учет индивидуальных особенностей каждого ребенка при прохождении различных этапов учебно-тренировочного процесса;

– принцип учения без принуждения (добровольности) – увлеченность, рожденная интересным преподаванием; ставка на самостоятельность и творчество подростков; применение интерактивных технологий, направленных на улучшение и развитие не только спортивных способностей, но и личности ребенка в целом.

В модели нами были выделены следующие компоненты (подсистемы) модели учебно-тренировочного процесса: 1) целевой; 2) организационно-содержательный; 3) диагностический.

Целевой компонент модели является принципиально важным, так как именно в цели отражаются результаты исследовательской и практической деятельности. Данный компонент предусматривает осуществление процесса целеполагания, который способствует разработке и постановке целей применения интерактивных технологий в учебно-тренировочном процессе с подростками, занимающимися комплексным единоборством.

Основная *цель* разработки модели заключается в *построении учебно-тренировочного процесса с подростками, занимающимися комплексным единоборством, с применением интерактивных технологий; накоплении и развитии положительного опыта в тренерской деятельности.*

В организации учебно-тренировочного процесса модель призвана решать следующие задачи:

1. Развивающие:

– сформировать и развить у ребенка спортивные навыки, умения и качества, мотивацию к спортивной деятельности;

– сформировать и развить у ребенка умение правильно общаться со взрослыми и сверстниками;

– сформировать и развить у ребенка положительное отношение к здоровому образу жизни.

2. Обучающие:

- передать теоретические знания о комплексном единоборстве как спортивной дисциплине;
- сформировать у ребенка специальные спортивные навыки и умения;
- обучить тактике ведения спортивного боя.

3. Воспитательные:

- сформировать и развить у ребенка социально желаемые личностные качества (доброжелательность, дисциплинированность, ответственность и т.п.) в сочетании с волевыми качествами (терпеливость, усидчивость, выдержанность и т.п.);
- сформировать и развить у ребенка способность адаптироваться в окружающем социальном мире.

Организационно-содержательный компонент модели включает: 1) ресурсное обеспечение; 2) методическую базу; 3) разработку программы учебно-тренировочного процесса по комплексному единоборству с учетом нормативных и научно-методических требований, а также с учетом применения интерактивных технологий.

Ресурсное обеспечение предусматривает наличие определенной материально-технической базы для организации учебно-тренировочного процесса по комплексному единоборству. В нашем случае это – мягкое покрытие зала (татами), наличие защитной амуниции (перчатки, раковина защитная, щитки на голень, жилет для защиты корпуса, защитный шлем), наличие спортивного инвентаря (лапы для отработки ударов, гантели, мячи и т.п.), наличие компьютера (или интерактивной доски).

Методическая база включает в себя методические разработки по организации физического воспитания подростков в рамках дополнительного образования.

Разработка плана учебно-тренировочного процесса проводится на основе микроциклов, предложенных Н.Г. Озолиным (Озолин Н.Г. Настольная книга тренера. М., 2002. 864 с.).

Диагностический компонент модели представлен двумя этапами: предварительной диагностикой и итоговой диагностикой по выбранным показателям, позволяющим оценить эффективность применения интерактивных технологий в учебно-тренировочном процессе с подростками, занимающимися комплексным единоборством. К этим показателям относятся показатели, характеризующие уровень физического развития ребенка и его мотивацию спортивной деятельности.

Внедрение разработанной модели применения интерактивных технологий в учебно-тренировочном процессе подростков, занимающихся комплексным единоборством, проводилось в рамках формирующего эксперимента.

Учебно-тренировочные занятия в экспериментальной и контрольной группах проводились 3 раза в неделю по 1,5 часа. В экспериментальной группе внедрение разработанной модели применения интерактивных технологий

в учебно-тренировочном процессе подростков, занимающихся комплексным единоборством, осуществлялось на основе плана, состоящего из 20 недельных микроциклов, разбитых на 3 основных блока.

Первый блок – подготовительный. В этом блоке недельных микроциклов упор делался на общую физическую подготовку с последующим увеличением спортивной нагрузки. Подростки осваивали упражнения общей физической подготовки, обучались играм и игровым заданиям. Продолжительность первого блока составляла 5 недель.

Второй блок – освоение основных спортивных навыков и умений. Здесь приоритет отдавался сочетанию учебно-тренировочных занятий, направленных на обучение специальным спортивным навыкам и умениям, а также укреплению общих физических качеств. Подростки знакомились с базовыми техническими действиями нанесения ударов руками и ногами, в партере и стойке. У них формировалось представление об особенностях комплексного единоборства. Продолжительность второго блока составляла 7 недель.

Третий блок – совершенствование спортивных навыков и умений. В этом блоке большинство учебно-тренировочных занятий были направлены на развитие у подростков физических, технических и тактических компонентов комплексного единоборства. Подростки изучали и отработывали двигательные техники и тактические приемы комплексного единоборства: атаки и контратаки; комбинации ударов и бросков; болевые приемы. Продолжительность третьего блока составляла 8 недель.

Второй и третий блоки учебно-тренировочного процесса завершались микроциклом занятий, направленных на устранение усталости после выполнения физических нагрузок.

Исходя из трех основных блоков учебно-тренировочного процесса, нами была разработана примерная структура учебно-тренировочного занятия.

Структура учебно-тренировочного занятия первого блока:

1. Подготовительно-разминочный этап (25 минут) – беговые и общие разминочные упражнения.

2. Основной этап (45 минут) – разучивание/выполнение упражнений, направленных на общефизическую подготовку подростков, с применением игровых интерактивных технологий.

3. Заключительный этап (25 минут) – силовая подготовка, упражнения на обучение расслаблению (снятию мышечного напряжения).

Структура учебно-тренировочного занятия второго и третьего блоков:

1. Подготовительно-разминочный этап (25 минут) – беговые, общие разминочные упражнения и упражнения, направленные на общефизическую подготовку.

2. Основной этап (50 минут) – разучивание/отработка специальных упражнений по комплексному единоборству с применением интерактивных технологий; работа в спарринге.

3. Заключительный этап (20 минут) – силовая подготовка/интерактивные игры; упражнения на расслабление (снятие мышечного напряжения).

Весь педагогический процесс учебно-тренировочных занятий организовывался на основе интерактивной технологии педагогического сотрудничества. Интерактивная технология сотрудничества позволила реализовать на каждом учебно-тренировочном занятии принципы равенства, партнерства в субъектных отношениях тренера и подростка. Так, например, тренер и юные спортсмены по итогам проведенного учебно-тренировочного занятия совместно вырабатывали цели и содержание последующего учебного тренировочного занятия. Это способствовало также формированию у подростков адекватной оценки и самооценки не только своих спортивных навыков и умений, но и поведения в целом.

Учебно-тренировочные занятия с подростками, начинающими заниматься комплексным единоборством, проводятся в групповой форме. Исходя из этого наиболее интересным и доступным в нашем случае является применение интерактивной технологии сотрудничества, направленной на обучение подростков работать в команде или группе в сотрудничестве с тренером и с членами учебно-тренировочной группы. Интерактивная технология сотрудничества, применяемая нами в учебно-тренировочном процессе, позволила осуществить решение конкретных тренировочных задач, направленных на подготовку юных спортсменов по комплексному единоборству.

В рамках интерактивной технологии сотрудничества в учебно-тренировочные занятия включалась работа в малой группе, направленная на решение той или иной проблемной ситуации. Например, подросткам, разбитым на четыре малые группы, предлагалось самостоятельно разработать тактику ведения спарринга по комплексному единоборству. Результаты проделанной работы выносились на коллективное обсуждение и корректировались тренером.

Основными идеями построения учебно-тренировочного процесса в рамках интерактивной технологии сотрудничества являются: 1) общность цели и задач тренировочного процесса; 2) индивидуальная ответственность подростков; 3) равные возможности достижения желаемого результата. Построение учебно-тренировочного процесса с учетом интерактивной технологии сотрудничества кроме решения спортивно-тренировочных задач, позволило оказать воздействие на личностную, познавательную, творческую и мотивационную сферу подростков. Другими словами, благодаря интерактивной технологии сотрудничества на учебно-тренировочных занятиях нами решались не только вопросы физического развития подростков, но и их психолого-педагогическое и социальное сопровождение.

Интерактивные технологии, применяемые в учебно-тренировочном процессе подростков, занимающихся комплексным единоборством, базировались на двух направлениях: общеподготовительном и специализированном. Так, в рамках общеподготовительного направления

учебно-тренировочного процесса (с 1-й по 5-ю неделю) применялись такие игровые интерактивные технологии, как «развивающие». Например: 1) перетягивание; 2) отталкивание; 3) отрыв соперника от ковра; 4) овладение определенным предметом; 5) преодоление преграды и т.п.; 6) игровые.

Наиболее широкий спектр интерактивных технологий использовался при организации специализированного направления учебно-тренировочного процесса. Так, игровые интерактивные технологии включали в себя игры с применением элементов комплексного единоборства и игры с тактико-техническими элементами. Игры с элементами комплексного единоборства: 1) касание; 2) атакующие захваты; 3) блокирующие захваты; 4) теснение; 5) опережение и борьба за выгодное положение и т.п. Игры с тактико-техническими элементами: 1) на лучшее выполнение приема; 2) на проверку теоретических знаний; 3) на умение анализировать ситуацию и т.п.

При помощи компьютера на учебно-тренировочных занятиях организовывался просмотр видеосюжетов о технике двигательных действий профессиональных спортсменов по комплексному единоборству. Данная интерактивная технология направлена: 1) на развитие у подростков абстрактного, образного мышления; 2) формирование у подростков целостности двигательного действия, состоящего из отдельных элементов; 3) осуществление переноса теоретических знаний по выполнению приемов комплексного единоборства на практику.

Для съемки двигательных действий (отдельных упражнений, спаррингов) на учебно-тренировочных занятиях применялась видеоаппаратура. Полученная информация обрабатывалась при помощи компьютерной программы «Покадровое движение». Видеоматериал просматривался на учебно-тренировочном занятии с анализом техники выполнения приемов по комплексному единоборству. С помощью данной интерактивной технологии у подростков развивается аналитическое мышление, формируется адекватная самооценка. Кроме этого подростки: 1) детально изучали технику двигательного действия выполнения того или иного приема комплексного единоборства; 2) учились принимать решения на основе анализа проведенного спарринга.

Интерактивный диалог с подростками в учебно-тренировочном процессе организовывался в трех основных видах: диалог-обсуждение; диалог-имитация; диалог-познание. Это способствовало: 1) пробуждению у подростков интереса к спортивной деятельности и к комплексному единоборству; 2) организации активного участия каждого подростка в учебно-тренировочном процессе; 3) формированию мотивации спортивной деятельности; 4) эффективному усвоению учебно-тренировочного материала; 5) получению обратной связи (ответная реакция подростка); 6) многоплановому воздействию на подростков; 7) формированию спортивных навыков. Так, например, с применением диалога-имитации с подростками проводились следующие беседы: «Разработать различные эффективные движения для выполнения болевого приема на руку

(рычаг локтя)», «Сравнить разные способы выполнения движения для поиска более эффективного движения при выполнении болевого приема», «Выбрать критерии для оценивания своих движений и движения противника».

При помощи метода *анализа конкретных ситуаций* организовывался разбор техники выполнения учебных упражнений по комплексному единоборству, ведения спарринга как спортсменом более высокой квалификации, так и самими подростками. Как показала практика применения данной интерактивной педагогической технологии, подростки начинают проявлять больший интерес к учебно-тренировочному процессу; у них формируется способность критически оценивать свои действия в спарринге и умение тактически мыслить в процессе проведения спарринга. Кроме этого у подростка формируется система самоанализа, что необходимо для повышения спортивного мастерства подростка в комплексном единоборстве.

Применение *интерактивных упражнений* в учебно-тренировочном процессе по комплексному единоборству включало в себя работу: 1) с интерактивным листом самоконтроля; 2) ментальными графическими картами (описание представлено выше); 3) по выполнению общефизических и специальных упражнений комплексного единоборства с заранее подобранным музыкальным сопровождением.

Таким образом, разработанная модель применения интерактивных технологий в учебно-тренировочном процессе подростков, занимающихся комплексным единоборством, внедрялась на основании разработанного плана учебно-тренировочного процесса. Внедрение модели носило поэтапный характер (блочный) характер, осуществлялось с учетом микроциклов, составляющих учебно-тренировочный процесс.

Результаты исследования эффективности модели тренировочного процесса с использованием интерактивных технологий.

На констатирующем этапе опытно-экспериментальной работы было выявлено, что:

1. Уровень физической подготовки подростков в контрольной и экспериментальной группах не превышает средних результатов. В обеих выборках преобладают подростки с низким уровнем физической подготовки.

2. По результатам педагогического наблюдения в обеих выборках отмечается средний уровень включенности подростков в учебно-тренировочные занятия. Наиболее выражено у подростков стремление к установлению межличностных контактов в кругу своих сверстников.

3. В обеих группах испытуемых наиболее выражены следующие мотивы спортивной деятельности: потребность в борьбе, потребность в поощрении и потребность в общении.

4. Достоверно значимые различия по изучаемым показателям физической подготовленности, отношения к учебно-тренировочному процессу по комплексному единоборству и мотивации спортивной деятельности не выявлены.

В результате проведения опытно-экспериментальной работы выявлено, что применение интерактивных технологий в учебно-тренировочном процессе подростков, занимающихся комплексным единоборством, способствует лучшему формированию у них физических качеств. Подростки, занимающиеся по разработанной модели применения интерактивных технологий в учебно-тренировочном процессе, в отличие от подростков контрольной группы, стремятся к большему взаимодействию с тренером на учебно-тренировочных занятиях. Благодаря интерактивным педагогическим технологиям подростки более успешно адаптируются к учебно-тренировочному процессу; у них отмечается более высокая работоспособность и концентрация внимания на учебно-тренировочных занятиях; быстрее формируется мотивация спортивной деятельности. Внедрение интерактивных технологий в учебно-тренировочный процесс подростков, занимающихся комплексным единоборством, способствует усилению взаимосвязей развития физических качеств и включенности в учебно-тренировочный процесс.

Выводы. Таким образом, эффективность формирования предметных и личностных спортивных действий в учебно-тренировочном процессе подростков, занимающихся комплексным единоборством, подтверждается результатами, полученными на обобщающем этапе опытно-экспериментальной работы.

Подростки экспериментальной группы демонстрируют более высокий уровень подготовленности по сравнению с контрольной группой по выполнению элементов ударной техники руками и ногами, борцовской техники в стойке и в партере, техники болевых приемов; имеют более выраженную мотивацию спортивной деятельности и потребность в достижении более высокого спортивного результата; проявляют большее стремление к плодотворному взаимодействию не только с тренером, но и между собой.

Анализ научно-методической литературы и данные проведенного исследования показали, что для более эффективного построения учебно-тренировочного процесса в работе с подростками, занимающимися комплексным единоборством в системе дополнительного спортивного образования, необходимо применение модели с использованием интерактивных технологий. В связи с этим возникает необходимость разработки программы, которая может быть использована в практике организации и проведения учебно-тренировочных занятий в системе дополнительного образования подростков различного возраста.

УДК 796.01:61

Кузнецова Ольга Борисовна

кандидат биологических наук, доцент кафедры физической культуры
ФГБОУ ВО «Пермский государственный гуманитарно-педагогический
университет», Пермь, Россия
614990, Пермь, Сибирская, 24, +7 (342) 238-63-84
e-mail: o_b_k@bk.ru

МАССАЖ КАК УЧЕБНЫЙ ПРЕДМЕТ В ПОДГОТОВКЕ СПЕЦИАЛИСТОВ ПО ФИЗИЧЕСКОЙ КУЛЬТУРЕ И СПОРТУ

Olga B. Kuznetcova

Ph.D., Associate Professor, Department of Physical Education
Federal State Budget Educational Institution of Higher Education
«Perm State Humanitarian Pedagogical University»
24, Sibirskaja, 614990, Perm, Russia
e-mail: o_b_k@bk.ru

MASSAGE AS A SUBJECT IN THE TRAINING OF SPECIALISTS IN PHYSICAL CULTURE AND SPORT

Аннотация. Определены цель и задачи учебного курса массажа. Показана роль спортивного массажа как средства восстановления и профилактики травм при занятиях физической культурой и спортом. Рассмотрены результаты действия массажа на вегетативные показатели студентов при выполнении умственной нагрузки.

Ключевые слова: классический массаж, спортивный массаж, студенты, средства восстановления.

Abstract. Defined the purpose and objectives of the training course of the massage. The role of sports massage as a means of recovery and prevention of injuries when engaging in physical culture and sports. The results of the massage effect on the vegetative performance of students in the mental stress.

Key words: classical massage, sports massage, students, repair tools.

На сегодняшний день в Российской Федерации функционируют более двадцати вузов физической культуры, спорта и туризма. Кроме того, существуют десятки отдельных факультетов при педагогических и военных вузах.

Высшее спортивное образование имеет свои особенности. Будущие специалисты должны овладеть широким спектром общекультурных и специальных компетенций, обладать мотивацией к личностному и профессиональному росту.

Ведущими факторами трудового процесса в профессиональном спорте являются *тяжесть* и *напряженность труда* как самих спортсменов, так и их тренеров, спортивных врачей, массажистов. Путь становления спортсмена высокого класса может занимать от 5 до 15 лет. На любом этапе подготовки важна не только физическая нагрузка на организм спортсмена, но и грамотное восстановление. Наиболее доступным безопасным и эффективным средством восстановления для спортсменов и физкультурников является применение элементов и сеансов классического и спортивного массажа. Именно поэтому важно обучить специалистов в сфере физической культуры и спорта технике и методике массажа.

Цель учебного курса массажа – формирование у студентов систематических знаний о массаже, овладение умениями и навыками выполнения приемов классического массажа с восстановительной и профилактической направленностью.

Знания по дисциплине служат теоретической основой в освоении медицинских знаний и овладении умениями и навыками, необходимыми специалисту для практического использования.

В результате изучения дисциплины студент должен:

- знать: основы анатомии и физиологии организма; показания и противопоказания к проведению массажа; основы проведения классического и спортивного массажа;
- уметь: на практике использовать технические приемы классического и спортивного массажа;
- владеть: приемами классического и спортивного массажа; методиками проведения массажа частей тела, методиками проведения массажа при деформациях и травмах опорно-двигательного аппарата.

Массаж показан всем здоровым людям как профилактическое и восстановительное средство. Массаж как одно из лечебных средств широко применяется в процессе лечения различных заболеваний: сердечно-сосудистой, дыхательной и нервной систем, опорно-двигательного аппарата.

Процедура массажа состоит из трех этапов: вводного, основного и заключительного. Во вводном разделе (продолжительность – 1–3 мин) используются щадящие приемы для подготовки пациента к основной части. В основной части (5–20 мин) выполняется дифференцированный массаж в соответствии с характером заболевания. В заключительной части (1–3 мин) интенсивность процедуры снижается для восстановления исходных показателей частоты сердечного ритма, дыхания. После массажа должно появиться ощущение тепла, комфорта, улучшение самочувствия.

В спорте массаж способствует:

- профилактике травм и заболеваний в течение предстартового и соревновательного периодов;
- быстрому и полному восстановлению спортсменов после соревнований;
- лечению травмированных и заболевших спортсменов.

Наибольший лечебный и оздоровительный эффект проявляется при использовании дифференцированного массажа, учитывающего как особенности заболеваний и повреждений, так и специфику лечебного действия определенных технических приемов.

Обучение массажу должно начинаться с теоретической подготовки и базироваться на знаниях анатомии, физиологии, гигиены.

Теоретическая часть программы обучения включает сведения о строении кожи, физиологическом влиянии массажа на различные органы и ткани, дается подробное описание техники основных и вспомогательных массажных приемов. Большое внимание уделяется изучению взаимосвязи структуры, функции органов и тканей, индивидуальных особенностей пациента. Подробное описание массажа частей тела имеет большое значение для понимания частных методик массажа, значительное место занимают вопросы дифференцированного воздействия на различные части тела и мышечные группы. Частные методики при травмах и заболеваниях могут быть представлены вопросами применения массажа при наиболее распространенных заболеваниях сердечно-сосудистой системы (гипертония и гипотония), органов дыхания (пневмония, бронхит, бронхиальная астма), опорно-двигательного аппарата (артриты, артрозы, сколиозы, остеохондроз, плоскостопие, травмы и повреждения сухожилий и связок).

После успешного изучения теоретических аспектов массажа процесс обучения предполагает овладение практическими навыками. Студенты должны освоить технику выполнения основных и вспомогательных приемов поглаживания, растирания, разминания и вибрации.

Обучение практическим элементам массажа лиц, имеющих спортивную подготовку, по нашим наблюдениям проходит значительно быстрее, чем не имеющих таковой, так как отработка массажных приемов требует высокой координации движений и точной дифференциации мышечных усилий.

После прочного освоения элементов и методик классического массажа будущим специалистам необходимо овладеть основами спортивного массажа.

Спортивный массаж – вид массажа, применяемый с целью усовершенствования физических возможностей и увеличения работоспособности людей, занимающихся спортом и фитнесом. Основы спортивного массажа разработаны И.М. Саркизовым-Серазини.

Известную роль в привлечении внимания к спортивному массажу в прошлом столетии сыграли выдающиеся спортсмены с мировым именем, высоко оценивавшие массаж и применявшие его в своей спортивной жизни:

Н.В. Струнников, Пааво Нурми, братья Знаменские и многие другие. Спортивные врачи отмечают, что спортивный массаж должен явиться обязательной составной частью каждой тренировки.

По данным медицинских исследований, при сравнении действия массажа, тепла, холода и пассивного отдыха на экспериментально вызванное мышечное утомление, исследуемое с помощью миографических записей, выяснилось, что эффективнее всего на восстановление работоспособности мышц действует массаж, после которого показатели мышечной работы резко возрастают.

Спортивный массаж включает в себя подготовительный, предстартовый и восстановительный. Первые виды спортивного массажа актуальны в спорте высших достижений, для большинства людей, занимающихся физической культурой и фитнесом, будет актуален спортивный восстановительный массаж.

В спорте высших достижений большие физические и психоэмоциональные нагрузки. Травмы и заболевания, утомление и гипоксия в результате тренировочного процесса снижают спортивную работоспособность и являются факторами снижения роста спортивных результатов.

В настоящее время практика спорта высших достижений не располагает данными о длительном проведении профилактического массажа. При этом феномен привыкания к нему (т.е. снижения или даже прекращения эффекта от его применения) широко известен. В большинстве случаев он наступает через 10-15 процедур.

Существуют особенности методики превентивного массажа в различных видах спорта. Особое внимание, как правило, уделяется массажу спины и паравертебральных зон.

Задачи профилактического массажа:

- 1) нормализация мышечного кровотока (микроциркуляции);
- 2) устранение повышенного мышечного тонуса;
- 3) нормализация метаболизма;
- 4) активизация функционального состояния спинальных мотонейронов;
- 5) стимуляция всех звеньев нервно-мышечного аппарата.

После интенсивных физических нагрузок массаж способствует уменьшению болевых ощущений и чувства утомления, припухлости и одеревенелости в тканях, ускоряет обмен веществ и вывод токсинов, увеличивает эластичность мышц и подвижность суставов, восстанавливает дыхательную и сердечно-сосудистую системы. Без должного восстановления интенсивные физические нагрузки приводят к перенапряжению ведущих систем организма: сердечно-сосудистой и центральной нервной системы, опорно-двигательного аппарата, желудочно-кишечного тракта. Постепенно состояние хронического утомления переходит в переутомление и перетренированность.

Проведение спортивного массажа в каждом виде спорта имеет свои особенности. В контактных видах (различные виды спортивной борьбы) массаж

может проводиться как перед тренировкой, так и во время тренировки и после тренировки. Конкретные особенности в методиках выполнения различных видов спортивного массажа выбираются исходя из специфики вида спортивной борьбы, индивидуальных особенностей спортсмена, периода подготовки, преимущественной направленности нагрузки [2].

Спорт характеризуется не только предельными физическими, но и чрезвычайно высокими эмоциональными и умственными нагрузками. Многообразие вариантов тактических действий, методик подготовки, контактная борьба, постоянно меняющиеся и усложняющиеся правила соревнований предъявляют высокие требования к интеллектуальной и психологической подготовке спортсмена и тренера. Постоянно ведется поиск эффективных путей профилактики заболеваний, обусловленных длительными и интенсивными стрессорными (соревновательными) воздействиями.

Использование средств, способных уменьшить выраженность вегетативных реакций, не влияя при этом на эффективность деятельности, даст возможность снизить вероятность развития патологических реакций сердечно-сосудистой системы. В этом плане представляет интерес применение массажа как эффективного метода снижения активности вегетативных механизмов, контролирующих артериальное давление и эмоциональное состояние. Использование массажа приводит к снижению частоты сокращений сердца, систолического и диастолического артериального давления. В связи с этим массаж головы, шейно-затылочной и паравертебральных зон применяется в комплексном лечении неврозов, артериальной гипертонии. Имеются данные о возможности применения массажа для снижения уровня стресса, обусловленного профессиональной деятельностью [3].

В наших исследованиях проводился анализ влияния массажа на выраженность вегетативных и психофизиологических компонентов умственной деятельности.

В исследовании приняли участие 40 студентов (20 девушек и 20 юношей). Анализировали показатели вариабельности сердечного ритма, психоэмоционального напряжения и артериального давления у одних и тех же лиц на трех этапах эксперимента: в условиях относительного покоя, во время дозированной умственной нагрузки до и после процедуры массажа.

Результаты сравнения степени вегетативных сдвигов при умственной нагрузке показали, что у юношей процедура массажа вызывает более выраженное увеличение активности парасимпатического звена регуляции, чем у девушек. Одновременно с этим у юношей в меньшей степени, по сравнению с девушками, проявляется активация симпатического звена вегетативной регуляции. В итоге у юношей возникает относительное преобладание активности парасимпатического отдела вегетативной нервной системы на фоне высокого уровня активности центральных механизмов регуляции сердечного ритма.

Применение массажа перед умственной нагрузкой снижает хронотропную реакцию сердца у студентов обоего пола. Специфика гендерных различий проявляется в виде повышения числа правильно решенных задач при уменьшении числа ошибок у девушек. Для юношей свойственно выраженное снижение величины двойного произведения (ДП) после массажа, что указывает на снижение энергозатрат в процессе умственной деятельности. Поскольку ДП отражает уровень потребления кислорода миокардом, массаж шейно-затылочной области можно рассматривать как средство экономизации функции сердца и снижения влияния факторов риска во время интенсивной умственной деятельности у студентов [1].

Таким образом, массаж является эффективным и безопасным средством восстановления, лечения и профилактики различных заболеваний и профессиональных стрессов. Спортивный массаж является неотъемлемым этапом в системе многолетней спортивной тренировки.

Подготовка специалистов по физической культуре и спорту должна включать курс массажа как учебный предмет, в ходе которого студенты приобретают теоретические знания и овладевают практическими навыками классического и спортивного массажа.

Список литературы

1. *Кузнецова О.Б.* Вариабельность ритма сердца в процессе учебной деятельности студентов с разным уровнем физической активности: дис. ... канд. биол. наук. Челябинск, 2007.
2. *Мелешков В.А.* Спортивный массаж как способ сохранения хорошего физического состояния и высокой спортивной работоспособности у спортсменов контактных видов спорта // Современные здоровьесберегающие технологии: материалы междунар. науч.-практ. конф. / под ред. Д.М. Воронина. Орехово-Зуево: ГГТУ, 2015. С. 59–66.
3. *Cady, S.H., Jones G.E.* Massage therapy as a workplace intervention for reduction of stress // *Percept. Mot. Skills.* 1997. V. 84, № 1. P. 157–158.

УДК 796.015.865

Старкова Елена Викторовна

кандидат педагогических наук, доцент, декан факультета физической культуры

ФГБОУ ВО «Пермский государственный гуманитарно-педагогический университет», Пермь, Россия

614990, Пермь, Сибирская, 24, +7 (342) 212-91-21

e-mail: starkova@pspu.ru

ПРЕДПОСЫЛКИ И ПРЕДВАРИТЕЛЬНЫЕ РЕЗУЛЬТАТЫ ВНЕДРЕНИЯ ВФСК ГТО В ВУЗАХ

Elena V. Starkova

Ph.D., Associate Professor, Dean of Faculty of Physical Culture

Federal State Budget Educational Institution of Higher Education

«Perm State Humanitarian Pedagogical University»

24, Sibirskaja, 614990, Perm, Russia

e-mail: starkova@pspu.ru

BACKGROUND AND PRELIMINARY RESULTS OF THE IMPLEMENTATION OF TRP IN UNIVERSITIES

Аннотация. В статье автор анализирует изменения во ФГОС ВО третьего поколения и нормативно-правовые документы по внедрению Всероссийского физкультурно-спортивного комплекса ГТО, повлиявшие на реализацию дисциплины «Физическая культура» в высших учебных заведениях. Представлены статистические данные апробации выполнения студентами ПГПУ нормативов комплекса ГТО и результаты выполнения испытаний (тестов) ВФСК в условиях соревнований.

Ключевые слова: физическая культура, дисциплины по физической культуре и спорту, ФГОС ВО, Всероссийский физкультурно-спортивный комплекс ГТО, нормативы, испытания (тесты).

Abstract. In the article the author analyzes changes in the GEF IN the third generation and regulatory documents for the implementation of the all-Russian sports complex TRP that influenced the implementation of the discipline "Physical culture" in higher education. Presents statistics testing the performance of students of PERM the standards of the TRP and the results of the tests (tests) WFSC in terms of competition.

Key words: physical culture, discipline, physical culture and sport, IN GEF, the all-Russian sports complex TRP, standards, testing (test).

Освоение физической культуры в нашей стране является обязательным для участников образовательного процесса, организация которого обеспечивается в дошкольных образовательных учреждениях, школах и вузах. Реформы в сфере образования, проводимые нашим государством в последнее десятилетие, не могли не отразиться и на этой учебной дисциплине.

С 2011 г. высшие образовательные учреждения страны работают в соответствии с требованиями ФГОС ВПО так называемого «третьего поколения», в основе которого лежит компетентностный подход к обучению. В результате освоения программы у выпускника должны быть сформированы общекультурные, общепрофессиональные, профессиональные или профессионально-прикладные компетенции.

С 2011 по 2013 г. раздел «Физическая культура» трудоемкостью 2 зачетные единицы реализуется в объеме 400 часов, при этом объем практической, в том числе игровых видов, подготовки должен составлять не менее 360 часов. Результатом освоения дисциплины должна была явиться сформированная общекультурная компетенция: выпускник «готов использовать методы физического воспитания и самовоспитания для повышения адаптационных резервов организма и укрепления здоровья».

В 2013–2014 гг. наше высшее образование развивается в соответствии с претерпевающими изменения федеральными стандартами, которые получают на этот «переходный» период название ФГОС ВО 3+. Физическая культура – это (как и прежде) дисциплина, а не раздел, однако в новой версии стандарта она раздваивается на две составляющие (отдельные дисциплины): «Физическая культура» и «Прикладная физическая культура». Дисциплина (модуль) «Физическая культура» должна быть реализована в объеме не менее 72 академических часов (2 зачетные единицы) в форме *лекций, семинарских, методических занятий*, а также *занятий по приему нормативов физической подготовленности*, а «Прикладная физическая культура» – в объеме не менее 328 академических часов в форме *практических занятий* для обеспечения физической подготовленности обучающихся, в том числе профессионально-прикладного характера, и уровня физической подготовленности для выполнения ими нормативов физической подготовленности. В стандарте по направлению подготовки «Педагогическое образование» помимо вышесказанного уточнялось: «для обеспечения физической подготовленности обучающихся, в том числе профессионально-прикладного характера и выполнения ими *нормативов, предусмотренных Всероссийским физкультурно-спортивным комплексом*». По окончании образовательных курсов по физической культуре у выпускника должна быть сформирована «способность использования методов физического воспитания и укрепления здоровья для обеспечения полноценной социальной и профессиональной деятельности».

Конец 2015 – начало 2016 г. ознаменовались утверждением «переходных» стандартов, и на сегодняшний день требования к освоению физической культуры едины для всех направлений подготовки и выглядят следующим

образом: «Дисциплины (модули) по физической культуре и спорту реализуются в рамках:

- базовой части блока 1 программы бакалавриата в объеме не менее 72 академических часов (2 зачетные единицы) в очной форме обучения;
- элективных дисциплин (модулей) в объеме не менее 328 академических часов. Указанные академические часы являются обязательными для освоения и в зачетные единицы не переводятся.

Дисциплины (модули) по физической культуре и спорту реализуются в порядке, установленном организацией. Для инвалидов и лиц с ограниченными возможностями здоровья организация устанавливает особый порядок освоения дисциплин (модулей) по физической культуре и спорту с учетом состояния их здоровья».

В соответствии с вышезаявленными требованиями на сегодняшний день организации высшего образования самостоятельно разрабатывают курсы по физической культуре и спорту и реализуют их в различных формах, в зависимости от материальной базы, специализации преподавательского состава, климатических условий территорий, отношения руководства вуза к организации физкультурно-спортивной работы: традиционно в форме занятий по физической культуре, секционных занятий по видам спорта в рамках деятельности спортивных клубов, есть даже примеры учреждений, где организация таких курсов закреплена в самостоятельной работе студентов, без выделения в аудиторные занятия и др.

На основе анализа изменений, произошедших во ФГОС ВО за последние пять лет, можно сделать следующие выводы:

- разработчики стандартов несомненно понимают важность физкультурной образованности молодого поколения, что подтверждается количеством часов, отведенных на освоение курсов (модулей) по физической культуре и спорту (в сумме 400 часов);
- учебный процесс предлагалось организовывать в форме лекционных, *семинарских, методических занятий*, практических занятий, в том числе на основе игровых видов, занятий *по приему нормативов физической подготовленности*, а также ВФСК ГТО;
- в утвержденном стандарте формы организации не оговариваются, т.е. ответственность за их выбор лежит непосредственно на образовательном учреждении;
- в ряде случаев на местах отсутствует понимание определения сформированности у выпускника способности использования методов физического воспитания и укрепления здоровья для обеспечения полноценной социальной и профессиональной деятельности.

Не является случайным появление в содержании дисциплины «Физическая культура» в стандартах ФГОС ВО 3+ выполнения *нормативов, предусмотренных Всероссийским физкультурно-спортивным комплексом*.

С 1 сентября 2014 г. в Российской Федерации введен в действие Всероссийский физкультурно-спортивный комплекс «Готов к труду и обороне» (ГТО), который составляет *программную и нормативную основу* физического воспитания населения страны. Комплекс включает одиннадцать возрастных ступеней: от I – 6–8 лет, до XI – 70 лет и старше, студенческая молодежь относится к VI ступени (18–29 лет). В содержание комплекса входят: виды испытаний (тесты) и нормативы, рекомендации к недельному двигательному режиму, требования к оценке уровня знаний и умений в области физической культуры и спорта.

Координирует деятельность по реализации мероприятий по подготовке к сдаче норм ГТО в Пермском крае Министерство физической культуры и спорта, региональный оператор – колледж олимпийского резерва ПК. В их ведении находятся вопросы создания клубов для подготовки граждан к выполнению испытаний, обустройство спортивных площадок, создание центров тестирования, организация и проведение мероприятий по тестированию.

Ответственность за организацию тестирования нормативов Всероссийского физкультурно-спортивного комплекса ГТО несет руководство органов исполнительной власти субъектов РФ в сферах образования, здравоохранения, физической культуры и спорта.

С 1 января 2016 г. в стране внедрены I–VI ступени комплекса, т.е. учащиеся всех образовательных учреждений (школы, ссузы, вузы) имеют возможность пройти любые испытания ВФСК ГТО. С января 2017 г. такая же возможность должна быть предоставлена всем категориям населения во всех регионах России.

Нормативно-правовая база ВФСК ГТО закреплена в федеральных законах РФ, указами президента РФ, нормативно-правовыми актами правительства России, приказами федеральных органов исполнительной власти, в методических рекомендациях и письмах Министерства физической культуры и спорта РФ, Министерства образования и науки РФ и др.

В вышеперечисленных документах указывается, что формой подготовки граждан к выполнению нормативов комплекса ГТО являются *учебные занятия по физической культуре*, внеурочные занятия по различным видам спорта, занятия в физкультурно-спортивных клубах образовательных организаций. В соответствии с чем для реализации мероприятий по подготовке к выполнению комплекса ГТО в учреждениях системы начального, среднего и высшего профессионального образования предусматривается:

- внесение изменений в федеральный компонент государственного стандарта общего образования в раздел «Спортивно-оздоровительная деятельность» в части учета деятельности обучающихся по комплексу ГТО;

- выпуск методических рекомендаций для учета государственных требований к уровню физической подготовленности при выполнении

нормативов и требований комплекса ГТО в общеобразовательных программах по предмету (дисциплине) «Физическая культура»;

- определение мер поощрения обучающихся образовательных организаций, включая возможность установления повышенной государственной академической стипендии студентам, выполнившим нормативы и требования золотого знака отличия комплекса ГТО [2; 4].

Для внедрения комплекса ГТО в образовательных организациях планировалось:

- внесение изменений в обязанности педагогических работников образовательных организаций, отвечающих за внедрение комплекса ГТО;
- включение в программы *учебного предмета «Физическая культура»*, внеучебных курсов деятельности по формированию у обучающихся *компетенций*, предусмотренных требованиями комплекса ГТО;
- обеспечение педагогических работников необходимыми учебно-методическими материалами.

В свою очередь в обязанности педагогических и физкультурно-спортивных работников по внедрению комплекса ГТО должны быть включены:

- оказание консультационной и методической помощи желающим подготовиться к выполнению нормативов и требований комплекса ГТО;
- осуществление контрольных тестирований по предварительной оценке уровня подготовленности граждан к выполнению нормативов;
- пропаганда и популяризация комплекса ГТО [3].

Образовательные организации должны обеспечить физкультурно-спортивным и педагогическим работникам повышение квалификации, предусматривающее освоение знаний по внедрению комплекса ГТО.

Главенствующая роль в проведении работы с общественностью должна отводиться образовательным организациям физкультурного профиля, университетам, академиям и институтам, факультетам и институтам физической культуры и спорта, спортивным клубам и федерациям по видам спорта, центрам тестирования по видам испытаний комплекса ГТО, муниципальным органам управления физической культурой и спортом и непосредственно центрам тестирования населения [3].

На деле же только в этом году абитуриенты пермских вузов получили возможность учитывать индивидуальные достижения по выполнению нормативов и требований комплекса ГТО, студенты, выполнившие нормативы и требования золотого знака отличия комплекса ГТО – возможность установления повышенной государственной академической стипендии.

В соответствии с требованиями «переходных» ФГОС ВО 3+ в содержание рабочих программ по дисциплинам «Физическая культура» и «Прикладная физическая культура» в Пермском государственном гуманитарно-педагогическом университете были включены практические разделы по подготовке обучающихся к выполнению нормативов и требований комплекса. В сентябре 2015 г. была проведена оценка уровня подготовленности студентов



I-го курса ПГГПУ к выполнению нормативов ВФСК ГТО. В исследовании приняли участие 175 студентов (100 девушек и 75 юношей) в возрасте 18–19 лет. Первокурсники в условиях стадиона и спортивного зала прошли следующие испытания ВФСК ГТО VI ступени:

1. Бег на 100 метров.
 2. Наклон вперед из положения стоя с прямыми ногами на гимнастической скамье.
 3. Прыжок в длину с места толчком двумя ногами.
 4. Поднимание туловища из положения лежа на спине (количество раз за 1 минуту, девушки).
 5. Подтягивание из виса на высокой перекладине (юноши).
- Результаты испытаний представлены в табл. 1.

Таблица 1

**Результаты подготовленности студентов 1 курса ПГГПУ
к выполнению нормативов ВФСК ГТО**

Тесты	Золотой		Серебряный		Бронзовый		Не выполнили	
	д*	ю**	д	ю	д	ю	д	ю
1. Бег 100 м	28 %	16 %	16 %	49 %	10 %	4 %	46 %	31 %
2. Наклон вперед из положения стоя с прямыми ногами на гимнастической скамье	39 %	44 %	27 %	12 %	16 %	22 %	18 %	22 %
3. Прыжок в длину с места толчком двумя ногами	7 %	27 %	11 %	28 %	22 %	18 %	60 %	27 %
4. Поднимание туловища из положения лежа на спине	44 %	–	17 %	–	17 %	–	22 %	–
5. Подтягивание из виса на высокой перекладине	–	28 %	–	14 %	–	10 %	–	48 %

Примечание: * – девушки; ** – юноши

Наиболее сложным испытанием для девушек оказался тест для оценки уровня развития скоростно-силовых способностей (прыжок в длину с места толчком двумя ногами), для юношей – подтягивание. Большинство испытуемых успешно справились с тестом на гибкость (наклон вперед из положения стоя на гимнастической скамье).

В мае 2016 г. студенты Пермского края впервые получили возможность официально выполнить нормативы ВФСК ГТО в рамках фестиваля «Студенческая весна-ГТО». В соревнованиях приняли участие студенты 1–3-х

курсов вузов Пермского края, в том числе 154 девушки и 75 юношей из ПГГПУ, желающие выполнить нормативы комплекса на знаки отличия (табл. 2).

Таблица 2

Результаты выполнения испытаний (тестов) ВФСК ГТО студентами ПГГПУ

Испытания (тесты)	Золотой		Серебряный		Бронзовый		Не выполнили	
	д	ю	д	ю	д	ю	д	ю
1. Бег 100 м	76 %	71 %	11 %	26 %	6 %	3 %	7 %	0
2. Наклон вперед из положения стоя с прямыми ногами на гимнастической скамье	67 %	60 %	24 %	25 %	7 %	3 %	2 %	12 %
3. Прыжок в длину с места толчком двумя ногами	47 %	70 %	33 %	16 %	12 %	7 %	8 %	7 %
4. Поднимание туловища из положения лежа на спине	24 %	–	28 %	–	20 %	–	28 %	–
5. Подтягивание из виса на высокой перекладине	–	60 %	–	18 %	–	7 %	–	15 %

Процент студентов, не выполнивших нормативы знаков отличия, во втором случае был значительно ниже (2–28 %), что свидетельствует о том, что в соревнованиях участвовали юноши и девушки реально оценивавшие свои возможности, желающие проверить свои возможности и показать высокий результат. Были выявлены трудности в выполнении теста «Поднимание туловища из положения лежа на спине» девушками (28 % не справились с нормативом бронзового знака) и «Подтягивание из виса на высокой перекладине» юношами (15 % не справились).

Кроме представленных тестовых испытаний студенты пробовали выполнить нормативы в стрельбе из электронного оружия из положения сидя с опорой локтей о стол, дистанция 10 м. Из всех участников соревнований только трое выполнили нормативы бронзового знака (2 девушки, 1 юноша), таким образом 98 % участников не смогли набрать необходимую сумму баллов для получения какого-либо знака комплекса. На наш взгляд, это объясняется отсутствием опыта у молодежи в данном виде, отсутствием соответствующей материальной базы в образовательных организациях для занятий стрелковым спортом, что в свою очередь объясняет отсутствие стрелкового спорта в рабочих программах по физической культуре.

Внедрение нового Всероссийского физкультурно-спортивного комплекса ГТО в практику высших учебных заведений потребует совершенствования

государственных образовательных стандартов высшего профессионального образования и программ по дисциплине «Физическая культура», поиска новых форм и методов практической работы [1].

Список литературы

1. *Гадельшин Р.М.* Комплекс ГТО в системе физического воспитания студентов: история создания и развития [Электронный ресурс]. URL: www.teoriya.ru
2. Комплекс мер по стимулированию различных возрастных групп населения к выполнению нормативов и требований Всероссийского физкультурно-спортивного комплекса «Готов к труду и обороне» на 2015–2017 годы [Электронный ресурс]. URL: www.gto.ru/document
3. Методическое пособие по подготовке граждан, в том числе по самостоятельной подготовке лиц, подлежащих призыву на военную службу, к выполнению нормативов и требований Всероссийского физкультурно-спортивного комплекса ГТО для физкультурно-спортивных работников и организаторов тестовых мероприятий [Электронный ресурс]. URL: www.gto.ru/document
4. Письмо о порядке приема на обучение по образовательным программам высшего образования № АК-850/05 от 25.04.2016 г. (для образовательных организаций высшего образования, подведомственных Минобрнауки России) [Электронный ресурс]. URL: www.gto.ru/document

РАЗДЕЛ 2. ФИЗИЧЕСКАЯ КУЛЬТУРА В ШКОЛЕ

УДК 796.011.3

Поспелов Александр Витальевич

магистрант второго года обучения факультета физической культуры
ФГБОУ ВО «Пермский государственный гуманитарно-педагогический
университет»

614990, Пермь, Сибирская, 24, +7 (342) 212-91-21

e-mail: Peregrev9833@gmail.com

ПРЕДМЕТНАЯ ИНТЕГРАЦИЯ В ПРОЦЕССЕ ОСВОЕНИЯ ПРЕДМЕТА «ФИЗИЧЕСКАЯ КУЛЬТУРА»

Aleksandr V. Pospelov

Student of Faculty of Physical Culture

*Federal State Budget Educational Institution of Higher Education
«Perm State Humanitarian Pedagogical University»*

24, Sibirskaja, 614990, Perm, Russia

e-mail: Peregrev9833@gmail.com

SUBJECT INTEGRATION IN THE PROCESS OF DEVELOPMENT OF THE SUBJECT "PHYSICAL CULTURE"

Аннотация. Нынешние темпы развития научно-технического прогресса требуют от субъекта образовательного процесса уметь ориентироваться в огромном количестве информации и выбирать необходимую, иметь навыки самообразования и исследовательской деятельности. Автор предлагает решить эту задачу на основе интегративного подхода в образовании, в частности, результативность процесса освоения учебного предмета «Физическая культура» будет выше, если в программу начальной школы будут внедрены интегрированные задания.

Ключевые слова: предметная интеграция, ФГОС, учебная программа, физическая культура, межпредметные связи.

Abstract. The current rate of development of scientific and technical progress require the subject of the educational process to be able to navigate in the huge amount of information and choose the necessary, to have skills of self-education and research activities. The author proposes to solve this problem based on an integrative approach to education, in particular the performance of the process of mastering the

academic subject "Physical culture" will be higher if the primary curriculum will be introduced integrated tasks.

Key words: subject integration, GEF, curriculum, physical culture, interdisciplinary connections.

Нынешние темпы развития научно-технического прогресса требуют от субъекта образовательного процесса новых качеств и способностей для ориентации в мировом пространстве, а именно: уметь ориентироваться в огромном количестве информации и выбирать необходимую, иметь навыки самообразования и исследовательской деятельности.

Современная система образования требует от педагогов нового подхода к преподаванию предметов, созданию таких технологий обучения, которые будут формировать не только предметные знания, но и способствовать формированию «универсальных учебных действий» [9]. Упор должен делаться не на само знание, а на процесс его открытия [11].

В эпоху научно-технического прогресса со все возрастающей стремительностью и интенсивностью происходит процесс взаимопроникновения наук, их интеграция. Конкретным выражением интеграционных процессов в науке и образовании являются межнаучные и межпредметные связи.

Реализация межпредметных связей в обучении обусловлена потребностями общества в усвоении учащимися единой системы знаний, объективно отражающих взаимосвязи предметов и явлений, умений их практического использования.

Межпредметные связи, являясь педагогической категорией, представляют собой комплексную проблему, решение которой требует многоаспектного подхода. Вытекая из общих целей и задач образования, межпредметные связи органически связаны с предметной структурой его содержания, находя отражение в методах, приемах, формах и средствах обучения. Вместе с тем нельзя себе представить эту проблему в полном объеме без характеристики путей и средств их реализации в практике обучения [8].

Функционирование учебного процесса в виде строго разделенных учебных предметов с различными целями, проводимых разными преподавателями и в отдельных аудиториях, способствует тому, что обучающийся у себя в голове мысленно «раскладывает знания по полочкам или отсекам», почти не сообщаясь друг с другом. Таким образом, получается, что знания функционируют для него не в качестве элемента целостной культуры, выработанной человечеством, а в качестве определенного, практического и даже эмпирического инструмента для решения профессиональных задач. Более того, в ходе учебного процесса будущий специалист не познает все человеческие определения и качества объекта, для него они не являются человеческими, он не осознает их таковыми. Иными словами, для него они остаются абстрактно-теоретическими определениями, не



связанными содержательно и познавательно с сущностью социального человека, создавшего познаваемый объект, т.е. самого себя. Человек не познает все свои способности, как бы застывшие в предмете, а усваивает только те определения и действия, которые необходимы ему в данный момент времени для удовлетворения сиюминутных потребностей. Школа не формирует способность понять вещь как средство трансляции и воспроизводства культуры, как способ отношения человека к человеку. Более того, многие системы обучения способствуют возникновению у обучающихся опасной иллюзии полного понимания, которая мешает развитию продуктивного понимания и осмысления значимости той или иной социокультурной проблемы развивающегося общества. Необходимо помнить, что само понимание вопроса или ситуации, проблемы является не бесстрастным актом, а представляется эмоционально окрашенным, вызывающим удовлетворение или разочарование. Следовательно, императивом образования должна быть не окончательность знания, а его динамизм, овладение методологией познания, поскольку все наши теории необходимы лишь до тех пор, пока их не сменяют другие, более прогрессивные, пришедшие им на смену [10].

Интеграция – общий и многогранный процесс установления связей между информацией, знаниями, науками, а также обеспечение их целостности и единой структуры, охватывающей все компоненты в диалектическом единстве. Интеграция учебных предметов способствует росту вариативности, личностной ориентации, формированию целостности знаний учащихся о мире и профилизации обучения на старшей ступени школы непосредственно или через дифференциацию образования [9].

Интеграция (лат. *integratio* – восстановление, восполнение, от *integer* – целый), понятие теории систем, в философских определениях формулируется, как объединение в целое частей, элементов. Состояние и процесс связанности отдельных дифференцируемых частей в целое [9].

Формы реализации принципа интеграции в образовательном процессе. Предметную интеграцию разделяют на внутрипредметную и межпредметную, А.Я. Данилюк в своей работе [2] дает такие объяснения этих видов интеграции.

Внутрипредметная интеграция: словом «предмет» или «учебная дисциплина» мы привычно называем некоторую в себе завершенную целостную часть учебного процесса, достаточно известную нам из учебной практики. Предмет – это вещь, которая применяется человеком для удовлетворения собственных интересов или же служит объектом его бескорыстного эстетического наслаждения. В этом смысле учебный предмет можно определить как то, что применяется для достижения известной цели – образования ребенка. Учебный процесс структурируется в последовательности: учитель – предмет – ученик.

Школьный курс литературы всегда являлся интеграцией науки о литературе, читательской практики и опытов сочинительства, т.е. явлений разного порядка, связанных между собой на основе целеполагания. То же самое

можно сказать применительно к курсу музыки, изо, только с иным соотношением указанных выше компонентов.

Также в своей работе А.Я. Данилюк ссылается на Ю.М. Лотман, так как он определяет два рода интеграционных механизмов: блок метаязыка и креолизация языков.

Метаязык – описывает два различных языка как один, заставляя всю систему восприниматься с субъективной точки зрения в качестве некоторого единства. В мыслительной системе «урок» роль метаязыка выполняет учитель. Например, урок литературы состоит из трех принципиально различных семиотических областей: художественного произведения (эстетическое сознание), литературоведческого исследования (рационально-научное сознание), мышления ученика. Чтобы провести урок, учитель должен владеть содержанием и языками литературного произведения и соответствующего литературного исследования, он также должен принимать во внимание своеобразие языка ребенка и включать его мышление в общее содержание урока при помощи вопросов, заданий и т.д.

Креолизация учебных языков. Язык учителя, выступая в роли метаязыка, представляет собой взрослое сознание, которое обогащено другими учебными языками: литературы и литературоведения, прошлой культурной жизни и историографии, искусства и искусствоведения, искусно работать в режиме устной и письменной речи и др. На другом полюсе этой оппозиционной семиотической пары находится детское сознание. В процессе обучения происходит их постепенное и последовательное взаимопроникновение. Учитель в процессе обучения детей приспособливает свой язык к уровню обученности учащихся, и этот язык значительно отличается от того, на котором он общается со своими коллегами на профессиональные темы. Также язык учителя отличается по степени содержательного наполнения, по смысловой нагрузке и способу организации в зависимости от возраста учащихся. В итоге в процессе обучения учащиеся осваивают научные понятия, учатся рассуждать, выстраивать последовательные логические цепочки. Примером этого служат устные ответы на вопросы учителя, выполнение письменных заданий, сочинения на заданную и свободную тему. Первичное, необразованное мышление учащихся постепенно осваивает элементы языков науки и искусства и постепенно подтягивается до уровня интегративного профессионального мышления учителя.

Таким образом, учебный предмет представляет собой самостоятельную образовательную систему, соединяющую особые просветительские области, языки которых устроены принципиально различным образом.

Межпредметная интеграция. Исходя из самого определения интеграция не значит слияние, она сопровождается дифференциацией учебных знаний. Если представлять межпредметную интеграцию как слияние учебных дисциплин, то это лишено всякого смысла, так как это невозможно будет реализовать. Межпредметная интеграция приводит к дифференциации.

Принципы составления учебных программ на основе межпредметной интеграции. Принцип культуросообразности: межпредметная интеграция



приводит к формированию единого гуманитарного образовательного пространства, функционирующего как целостная дидактическая система. Это более высокий и качественно новый уровень организации учебного материала и образовательного процесса в целом. Единое гуманитарное образовательное пространство способно воссоздавать, моделировать жизнь определенной культурной эпохи и ее ограниченной целостности.

Принцип усиления семиотической чистоты учебных предметов. Если принцип культуросообразности можно определить как процесс интеграции разобщенных гуманитарных дисциплин в единое образовательное пространство, то этот принцип представляет собой процесс их дифференциации и интегральном пространстве.

Традиционная практика преподавания гуманитарных предметов приводит к необходимости систематического дублирования на уроках содержания других учебных дисциплин. Так, изучение литературного произведения требует воссоздания исторического контекста, и филолог вынужден становиться историком; понимание художественного текста требует привлечения философских систем – он становится философом, не имея ни для того ни для другого достаточной квалификации. Учебный предмет, помимо своего основного содержательно курса, поневоле обрывает содержательными «лоскутами» из других дисциплин. Эта проблема полностью снимается в едином гуманитарном пространстве. Учителю нет необходимости воспроизводить материал из других дисциплин, поскольку при синхронном преподавании это профессионально делают его коллеги. Только на уровне межпредметной интеграции учебный предмет становится самим собой, а учитель приобретает возможность заниматься собственным делом.

Для реализации межпредметной интеграции А.Я. Данилюк выделяет следующие этапы реализации:

1. Определение общего для всех гуманитариев-предметников интегрального образовательного пространства.
2. Разделение общего предмета изучения на ряд особых областей и согласование их с годичной структурой учебного процесса.
3. Установление межпредметных связей в пределах обозначенных областей. Технически это решается составлением интегрированных календарно-тематических планов для каждого года обучения.
4. Крупноблочное структурирование содержания гуманитарного образования.
5. Создание учебных программ на основе разработанных ранее планов межпредметной и блоковой интеграции по каждому предмету, входящему в интегральное гуманитарное образовательное пространство [2].

Межпредметная интеграция в физической культуре. В повседневной жизни мы практически не используем в чистом виде задания, которые выполняем на уроках по разным предметам в школе. В жизни мы попадаем в ситуации, которые требуют от нас знаний из разных предметных дисциплин.

Овладение базовыми предметными и межпредметными понятиями, отражающими существенные связи и отношения между объектами и процессами.

Стандарт устанавливает следующие требования к результатам обучающихся, освоивших основную образовательную программу начального общего образования:

- личностные, включающие готовность и способность обучающихся к саморазвитию, сформированность мотивации к обучению и познанию, ценностно-смысловые установки обучающихся, отражающие их индивидуально-личностные позиции, социальные компетенции, личностные качества; сформированность основ гражданской идентичности;
- метапредметные, включающие освоенные обучающимися универсальные учебные действия (познавательные, регулятивные и коммуникативные), обеспечивающие овладение ключевыми компетенциями, составляющими основу умения учиться, и межпредметными понятиями;
- предметные, включающие освоенный обучающимися в ходе изучения учебного предмета опыт специфической для данной предметной области деятельности по получению нового знания, его преобразованию и применению, а также систему основополагающих элементов научного знания, лежащих в основе современной научной картины мира [11].

Интегрированный урок – это специально организованный урок, цель которого может быть достигнута лишь при объединении знаний из разных предметов, направленный на рассмотрение и решение какой-либо пограничной проблемы. Он позволяет добиться целостного, синтезированного восприятия учащимися исследуемого вопроса [8].

На сегодняшний день интегрированные уроки с целью освоения материала по физической культуре не проводятся. Мы задались целью в соответствии с программным материалом по таким предметам, как «Русский язык», «Математика», «Окружающий мир», «Технология» и другие, разработать учебные задания, которые были бы связаны с материалом, осваиваемом на уроке физической культуры и наоборот. На наш взгляд, такой подход будет способствовать формированию целостного представления о двигательной деятельности и возможности самостоятельного использования ее в жизни.

В соответствии с вышесказанным целью нашего исследования стало научное обоснование интегрированного обучения по учебному предмету «Физическая культура». Для выявления степени освещения данной проблемы нами проведен анализ существующих программ по предмету «Физическая культура», разработанных в соответствии с ФГОС (В.И. Лях, А.А. Зданевич; А.П. Матвеев, А.Я. Журкина, В.А. Панов и др.).

В программе В.И. Ляха, А.А. Зданевича программный материал изложен в соответствии с федеральным компонентом учебного плана, имеет место региональный компонент (лыжная подготовка заменяется кроссовой). Базовая часть содержит обязательный минимум образования по предмету «Физическая культура». Программный материал усложняется по разделам каждый год за счет увеличения сложности элементов на базе ранее пройденных [5].

Авторы программы по физической культуре для 5–11 классов А.П. Матвеев, А.Я. Журкина, В.А. Панов сделали акцент на профильное



обучение, по их мнению, именно данный вид обучения является одной из ведущих форм организации педагогического процесса в современной школе. Учебная программа по физической культуре В.Г. Стерлева опирается на основу образовательной рабочей программы основного общего образования ФГОС второго поколения и направлена на достижение обучающимися личностных, метапредметных и предметных результатов по физической культуре [6].

В результате проведенного нами анализа программ по физической культуре мы не выявили в них компонента интеграции учебных предметов. Авторы предлагают изучение предмета на локальном уровне.

Так как мы разрабатываем межпредметную дисциплину, где пересекаются несколько дисциплин, мы провели анализ существующих программ по предметам «Окружающий мир», «Русский язык», «Литература», «Технология». Мы взяли по одной программе от каждого предмета, именно тех, по которым работают в школе, где будет проходить наш эксперимент по внедрению новых заданий по физической культуре.

Мы разобрали четыре программы, а именно: рабочую программу по предмету «Окружающий мир», 2 класс, автор А.А. Плешаков, рабочую программу курса «Русский язык», разработанную Р.Н. Бунеевым и др., рабочую программу курса «Математика», авторы Т.Е. Демидова, С.А. Козлова, А.Г. Рубин, А.П. Тонких, рабочую программу курса «Технология», авторы О.А. Куревина и Е.А. Лутцева.

Программа по окружающему миру Плешкова учитывает особенности детей с задержкой психического развития, также программа придерживается концепции из трех идей:

- многообразия мира;
- целостности мира;
- уважения к миру.

Программа направлена на достижение обучающимися личностных, метапредметных и предметных результатов по предмету «Окружающий мир» [7].

Программа по русскому языку, разработанная Р.Н. Бунеевым и др., ставит цель – формирование у учащихся представления о языке как составляющей целостной научной картины мира; знаково-символического и логического мышления на базе основных положений науки о языке (познавательная цель); формирование коммуникативной компетенции (социокультурная цель), также формирование личностных, метапредметных, предметных УУД [1].

Рабочая программа курса «Математика», авторы Т.Е. Демидова, С.А. Козлова, А.Г. Рубин, А.П. Тонких. Важнейшей отличительной особенностью курса с точки зрения деятельностного подхода является включение в него специальных заданий на применение существующих знаний «для себя» через дидактическую игру, проектную деятельность и работу с жизненными (компетентностными) задачами [3].

Рабочая программа курса «Технология», авторы О.А. Куревина и Е.А. Лутцева. В основе курса лежит целостный образ окружающего мира, который преломляется через результат творческой деятельности учащихся. Учебный предмет «Технология» является комплексным и интегративным по

своей сути. В содержательном плане он предполагает реальные взаимосвязи практически со всеми предметами начальной школы.

Математика – моделирование (преобразование объектов из чувственной формы в модель, воссоздание объектов по модели в материальном виде, мысленная трансформация объектов и пр.), выполнение расчетов, вычислений, построение форм с учетом основ геометрии, работа с геометрическими фигурами, телами, именованными числами.

Окружающий мир – рассмотрение и анализ природных форм и конструкций как уникального источника инженерно-художественных идей для мастера; природы как источника сырья с учетом экологических проблем, деятельности человека как создателя материально-культурной среды обитания, этнокультурных традиций.

Родной язык – развитие устной речи на основе использования важнейших видов речевой деятельности и основных типов учебных текстов в процессе анализа заданий и обсуждения результатов практической деятельности (описание конструкции изделия, материалов и способов их обработки; повествование о ходе действий и построении плана деятельности; построение логически связанных высказываний в рассуждениях, обоснованиях, формулировании выводов).

Литературное чтение – работа с текстами для создания образа, реализуемого в изделии, театрализованных постановках.

Изобразительное искусство – использование средств художественной выразительности в целях гармонизации форм и конструкций, изготовление изделий на основе законов и правил декоративно-прикладного искусства и дизайна. Кроме этого интеграция в данном случае подразумевает рассмотрение различных видов искусства на основе общих, присущих им закономерностей, проявляющихся как в самих видах искусства, так и в особенностях восприятия. Эти закономерности включают: образную специфику искусства в целом и какого-то его вида в отдельности (соотношение реального и ирреального), особенности художественного языка (звук, цвет, объем, пространственные соотношения, слово и др.) и их взаимопроникновение, средства художественной выразительности (ритм, композиция, настроение и др.), особенности восприятия произведений различных видов искусства как частей единого целого образа мира, каковым является искусство. Особенное место в этой интеграции занимает художественно-творческая деятельность как естественный этап перехода «созерцания к созиданию на основе обогащенного эстетического опыта [4].

Из анализа рабочих программ по предметам можно сделать вывод, что все они формируют универсальные учебные действия, в их основе лежит деятельностный подход и все они соответствуют ФГОС. Исходя из темы нашего исследования о предметной интеграции интегративный подход в обучении присутствует в программе по технологии и частично присутствует этот подход в программе по математике.

Мы предполагаем, что включение в учебный процесс заданий, которые бы объединяли знания из разных предметов, позволит учащимся формировать



более полное представление о возможности использования интегрированных знаний в повседневной жизни.

Пример задания на уроке русского языка. Учитель русского языка читает инструкцию по выполнению кувырка вперед, дети записывают с соблюдением всех грамматических норм, учитель проверяет текст на наличие ошибок. В результате учащиеся умеют правильно записывать специфические для данной дисциплины слова и лучше запоминают инструкцию по выполнению упражнения:

Кувырок вперед

Техника выполнения. Из упора присев, разгибая ноги, перенести тяжесть тела на руки, наклонить голову вперед; сгибая руки, оттолкнуться ногами и перевернуться через голову – сгруппироваться; выполнить перекат в упор присев – встать.

Задания по математике. Учащиеся, заранее знающие свое время пробегания дистанции, выполняют расчеты, определяя свою скорость. Также возможно вычислить скорость по отрезкам дистанции и построить кривую изменения скорости.

Задача 1

Спортсмену необходимо пробежать дистанцию 2 500 м. 500 м он пробежал за 1 мин 20 с, 2000 м – за 6 мин. С какой скоростью двигался спортсмен на разных отрезках дистанции?

Задача 2

Два спортсмена бежали дистанцию 1 000 м. Один пробежал за 4 мин 10 с, а второй за 3 мин 20 с. С какой скоростью двигался каждый спортсмен?

Задания на уроке природоведения:

Учитель рассказывает учащимся о тропах здоровья в родном крае, учащиеся узнают о местах, где можно проводить активный отдых и о тех природных достопримечательностях и животных, которые там находятся, или дает задание на самостоятельное изучение троп.

Задание: организовать семейную прогулку выходного дня в Балатовский парк, сфотографировать интересные места, узнать о природных достопримечательностях этого парка, о его животном и растительном мире.

Пример заданий по технологии. Конструирование модели человека. На уроке физкультуры применяется для того, чтобы видеть фазы выполнения упражнения в пространстве наглядно.

Задание: слепить из пластилина модель человека, выполняющего скользящий шаг на лыжах.

Вывод: предметная интеграция необходима для внедрения в учебный процесс по многим причинам, указанным в данной статье. Образовательный процесс должен охватывать и связывать изучаемые знания и науки в целостную систему. Исходя из анализов образовательных программ, мы с уверенностью можем утверждать, что интеграция физической культуры с другими предметами не происходит, и данная проблема требует методической разработки.

Список литературы

1. Бунеева Е.В. Программа «Русский язык», 2 класс // Образовательная система «Школа 2100». Федеральный государственный образовательный стандарт. Примерная основная образовательная программа: в 2 кн. Кн. 2. Программы отдельных предметов (курсов) для начальной школы / под науч. ред. Д.И. Фельдштейна. Изд. 2-е, испр. М.: Баласс, 2011. 416 с.
2. Данилюк А.Я. Теоретико-методологические основы интеграции в образовании: дис. ... канд. пед. наук. Ростов н/Д, 1997.
3. Демидова Т.Е., Козлова С.А., Тонких А.П. Программа по математике, 2 класс. М., 2013. 160 с.
4. Куревина О.А. Образовательная система «Школа 2100». Федеральный государственный образовательный стандарт. Примерная основная образовательная программа. В 2 кн. Кн. 2. Начальная школа. Дошкольное образование / под науч. ред. Д.И. Фельдштейна. М.: Баласс, 2011. 416 с.
5. Лях В.И., Зданевич А.А. Комплексная программа физического воспитания учащихся 1–11 классов. М.: Просвещение, 2010. 127 с.
6. Матвеев А.П. Программы общеобразовательных учреждений: физическая культура: 5–11 кл. 2-е изд. М.: Просвещение, 2010. 39 с.
7. Плешаков А.А. «Окружающий мир. 1–4 классы». М.: Просвещение, 2012.
8. Предметная интеграция как возможность реализации развивающего потенциала образовательных стандартов [Электронный ресурс]. URL: <http://www.metod-kopilka.ru/>
9. Симакова Н.Б. Интеграция предметов естественнонаучного цикла как средство формирования целостного миропонимания школьников: дис. ... канд. пед. наук. Ижевск, 2005. 153 с.
10. Соколов Е.А., Кондраченко А.П., Буланкина Н.Е. Проблемы интеграции гуманитарного и естественнонаучного знания в современном образовании. М.: Университет книга, 2008. 192 с.
11. Федеральный государственный образовательный стандарт [Электронный ресурс]. URL: <http://standart.edu.ru/>



УДК 796.011.3

Пырцаки Наталия Григорьевна
учитель физической культуры гимназии № 6,
Московская область, г. Красногорск
e-mail: natalipurtaki@mail.ru

Тихонов Александр Михайлович
кандидат педагогических наук,
профессор кафедры теории и методики физической культуры
e-mail: al_tihonov@mail.ru

*ФГБОУ ВО «Пермский государственный гуманитарно-педагогический
университет», Пермь, Россия
614990, Пермь, Сибирская, 24, +7 (342) 238-64-76*

ПРИМЕНЕНИЕ МЕТОДА УЧЕБНОГО ПРОЕКТА ПРИ ПОДГОТОВКЕ УЧАЩИХСЯ ОСНОВНОЙ ШКОЛЫ К МЕЖШКОЛЬНЫМ СОРЕВНОВАНИЯМ

Nataliia G. Pyrtcaki
Teacher of Physical Culture of School № 6, Moscow Region, Krasnogorsk

Aleksandr M. Tikhonov
Professor of the Chair of Theory and Methodology of Physical Culture

*Federal State Budget Educational Institution of Higher Education
«Perm State Humanitarian Pedagogical University»
24, Sibirskaia, 614990, Perm, Russia
e-mail: al_tihonov@mail.ru*

USAGE OF EDUCATIONAL PROJECT METHOD IN PREPARING SECONDARY SCHOOL STUDENTS FOR INTERSCHOOL COMPETITIONS

Аннотация. Статья посвящена выявлению возможностей метода проекта во внеурочной деятельности школьников основной школы. Целью проекта стало освоение новых видов деятельности за короткий промежуток времени (1 месяц) на уровне, обеспечивающем успешное выступление на соревнованиях. В результате осуществления проекта у учеников сформировалась объективная оценка и самооценка деятельности по подготовке к соревнованиям. Рассматриваются возможности использования проектного метода для формирования личностных, регулятивных, познавательных и коммуникативных универсальных учебных действий.

Ключевые слова: метод проекта, подготовка к соревнованиям, этапы реализации проекта, универсальные учебные действия.

Abstract. The article is devoted to possibilities of the method of the project in extracurricular activities of pupils of basic school. The aim of the project was the development of new activities in a short period of time (1 month) at a level that ensures successful performance in competitions. The result of this project, the students have formed an objective assessment and self-assessment activities in preparation for competition. Discusses the possibility of using the project method for the formation of personality, regulatory, cognitive and communicative universal educational actions.

Key words: the method of the project, preparation for competitions, the stages of project implementation, universal learning activities.

Развивать физические качества и осваивать технику двигательных действий на уроках физической культуры в современных образовательных условиях уже недостаточно. Выполнение требований федерального государственного образовательного стандарта (ФГОС) становится необходимостью для подавляющего большинства учителей учебного предмета [2].

Изменились цели образования, результатом обучения должен стать ученик, способный к самообучению, вследствие чего сместились и акценты в преподавании учебных предметов: со знаниевого компонента образования – на способы действий, умственные в том числе. Предпочтение отдается обучению, основанному на субъект-субъектных отношениях учителя и учеников. В процессе школьного обучения все больше стали применяться не использовавшиеся ранее методы (проектный, исследовательский). Изменения коснулись и сферы физической культуры, но новые методы обучения большей частью относятся к проведению аудиторных занятий. Инновации в физической культуре и спорте вводятся лишь в организационный компонент занятий, оставляя без внимания другие направления в образовании (развитие личности, интеллекта школьников). Тем не менее требование ФГОС – универсальные учебные действия – должны формироваться на всех предметах без исключения [3].

Исследовательский метод уже внедряется в учебный процесс по физической культуре [1], а работ по проблеме разработки и внедрения проектного метода крайне мало и они не затрагивают основную школу. В связи с этим появилась научная проблема в освоении программ по физической культуре, актуальность которой определяется возникновением противоречий между запросом школьной физической культуры и отсутствием теории и практики применения проектного метода в физкультурной работе в школе.

Цель исследования – выявить возможности метода проекта во внеурочной деятельности школьников основной школы.



Методы и организация исследования. Для решения поставленных в исследовании задач использовались следующие методы исследования: анализ и обобщение научно-методической литературы, педагогическое наблюдение, беседа и опрос, тестирование, педагогический эксперимент.

Исследование было проведено на базе гимназии № 6 г. Красногорска Московской области. Перед учителем и учениками восьмого класса встала проблема подготовки к межшкольным соревнованиям «Школа безопасности». За короткий период времени необходимо было подготовиться к соревнованиям, в программу которых входили различные виды дисциплин, среди которых были не только ранее изученные по учебной программе, но и совсем новые виды спорта, незнакомые и учителю.

Целью проекта стало освоение новых видов деятельности за короткий промежуток времени (1 месяц) на уровне, обеспечивающем успешное выступление на соревнованиях.

Для достижения данной цели необходимо было решить следующие задачи:

1. Распределить обязанности исходя из регламента количества участников по видам, индивидуального желания участников.
2. Каждому ученику взять на себя подготовку по определенной теме.
3. Взять на себя ответственность за определенный круг вопросов, связанных с теоретической, технической, материальной подготовкой, задействуя при этом ресурс по своему усмотрению, и в контакте с учителем подготовиться каждому ученику, который в свою очередь готовит команду.

Для учителя стояли задачи не только успешного выступления на соревнованиях. Он должен был:

- 1) выявить эффективность метода проекта при формировании универсальных учебных действий (УУД) учеников основной школы;
- 2) заинтересовать детей прикладными, любительскими видами спорта, наглядно показать на примере, как можно организовать активный отдых;
- 3) пропагандировать здоровый образ жизни.

После принятия решения о применении метода проекта для подготовки к соревнованиям было проведено собрание участников, где им было объяснено, каким образом будет вестись подготовка к соревнованиям. На этом этапе было проведено распределение обязанностей.

Каждая команда должна иметь единую форму и атрибутику (флаг, эмблему и другие знаки отличия). Для участия в соревнованиях команды должны иметь обязательное групповое и личное снаряжение, медицинскую аптечку и ремонтный набор, необходимый инвентарь для размещения в полевых условиях, самостоятельного приготовления пищи на костре, участия в соревнованиях и конкурсах, спортивную и парадную форму одежды, а также набор продуктов на все дни соревнований.

Работа осуществлялась поэтапно:

1. Погружение в проект – сбор команды, обсуждение, распределение обязанностей.
2. Организация деятельности – подготовка индивидуальная и групповая.
3. Осуществление деятельности – непосредственное участие в соревнованиях.

4. Презентация результатов – награждение, подведение итогов, рефлексия, выводы.

Степень активности учеников и учителя на разных этапах разная. В учебном проекте ученики должны работать самостоятельно, и степень этой самостоятельности зависит не от их возраста, а от сформированности умений и навыков проектной деятельности.

Роль учителя велика на первом и последнем этапе. И от того, как учитель выполнит свои функции на первом этапе – этапе погружения в проект – зависит судьба проекта в целом. На последнем этапе значимость работы учителя обусловлена тем, что ученикам, впервые участвующим в проекте, не под силу еще обобщение всего того, что они узнали или исследовали.

Результаты исследования и их обсуждение. Распределение обязанностей проводилось коллективно с учетом пожеланий исходя из регламента количества участников по видам, индивидуального желания участников взять на себя подготовку по определенной теме, способностей, опыта участия в соревнованиях. Ученикам необходимо было взять на себя определенный круг вопросов, связанный с теоретической, технической, материальной подготовкой при этом задействовать ресурс на свое усмотрение и в контакте с преподавателем подготовиться и подготовить команду.

Все ребята ответственно подошли к индивидуальным заданиям, изучили самостоятельно теоретические материалы с помощью интернет-ресурсов.

С заданием успешно справлялись именно те участники, которые были ответственными за прохождение этапа. Они проявляли инициативу, самостоятельно находили информацию, организовывали других. Часть ребят при помощи взрослых и родителей привлекли дополнительные ресурсы и других людей для достижения цели:

- Ученик Д. договорился об организации занятий в пожарной части.

- Ученица А. договорилась о помощи местного туристского клуба, согласовывала тренировки, отвечала за специальные страховочные системы и технические средства.

Кроме того, успешному прохождению этапов способствовали сплоченность, доверие, взаимовыручка, здоровый микроклимат в коллективе.

В процессе прохождения некоторых этапов были выявлены следующие недостатки: нехватка времени для подготовки к соревнованиям, отсутствие уверенности и самообладания у участниц (ученицы Н. и А.).

Ниже представлены результаты подготовки метода проекта:

Узлы: результат работы команды – 6-е место. По мнению ребят, те, кто не справился с заданием этапа, недостаточно внимания уделили при подготовке и при изучении узлов, к тому же негативное влияние оказало излишнее волнение.

Со стороны учителя отмечается, что успешно справились с заданиями 2 ученика – именно те, кто был ответственным за прохождение этого этапа изначально и обучал других. Таким образом, можно сделать вывод о том, что, обучая своих сверстников, ученики сами лучше усваивают материал. Задача обучить других повышает степень овладения навыком самим обучающим.

Пожарная эстафета: результат работы команды – 3-е место. По мнению ребят, ответственный за этап ученик Д. подошел к подготовке серьезно.



По мнению учителя, определяющим фактором успешного прохождения этапа была подготовка в пожарной части. Поэтому у нашей команды было преимущество в более глубоком освоении навыка на практике. Другие команды изучали пожарный этап лишь в теории, без практики.

Физическая подготовка: результат работы команды – 1-е место. По мнению ребят, все справились с данным этапом, поскольку было уделено достаточно внимания и времени на подготовку.

По мнению учителя, определяющим фактором успеха был высокий уровень тренированности учеников еще до соревнований, общая физическая подготовка была на высоком уровне, поскольку ученики посещали различные спортивные секции. Критерием отбора для участия в соревнованиях была хорошая физическая подготовка и желание в них участвовать.

Маршрут «выживание» (спортивное ориентирование, спортивный туризм): результат работы команды – 5-е место. По мнению ребят, в соревнованиях с элементами ориентирования, определения азимута справились отлично, но сделали много ошибок при прохождении полосы препятствий.

По мнению учителя, результат мог быть выше в том случае, если занятий было бы больше. С многими техническими средствами ученики познакомились впервые и не смогли успеть отработать навыки за 3 занятия.

Теоретическая подготовка по ОБЖ: результат работы команды – 5-е место. По мнению ребят, были трудности в вопросах по правилам оказания первой медицинской помощи.

По мнению учителя, результат был невысоким, поскольку на соревновании появилось несколько тем, не упоминавшихся организаторами в описании изначально. Подготовка ответственного ученика была на хорошем уровне в тех вопросах, по которым готовились заранее.

В обобщенном виде результаты оценки и самооценки представлены в таблице.

Самооценка участников команды и оценка учителя

Вид деятельности	Самооценка детей	Оценка учителя
Конкурс узлов	Незачет	Незачет
Теоретическая подготовка	Незачет	Незачет
Боевое развертывание	Зачет	Зачет
ОФП	Зачет	Зачет
Маршрут выживания	Зачет	Зачет
Переправа по параллельным веревкам	Зачет	Зачет
Надевание (снятие) средств индивидуальной защиты органов дыхания	Зачет	Зачет
Бросание спасательного круга	Зачет	Зачет
Движение по азимуту	Зачет	Зачет
Подъем – спуск по склону с самостраховкой	Зачет	Незачет
Упражнение «Бабочка»	Зачет	Зачет
Навесная переправа	Незачет	Незачет
Оказание первой помощи	Зачет	Незачет
Транспортировка пострадавшего	Незачет	Зачет

Из таблицы видно, что по большинству пунктов оценивания самооценка школьников соответствует оценке учителя (по одиннадцати из тринадцати), что свидетельствует о ее объективности.

Резюме по проекту «Подготовка к межрегиональным соревнованиям «Школа безопасности»».

Предполагаем, что если бы не был применен метод проекта, то результаты были бы намного хуже. Если бы к соревнованиям готовились традиционным методом (беседа, объяснение, демонстрация, лекции), где основную работу по подготовке выполняет учитель, то одного месяца не хватило для того, чтобы подготовиться основательно.

Погружение в проект дало много положительных моментов. Ребята увлеклись – появился стимул к данному проекту, в процессе осуществления которого они смогли реализовать свои личностные потребности и знания в той области, которые им интересны. Возникло желание самостоятельного изучения и обучения своих одноклассников (побывать в роли учителя).

Метод учебного проекта – эффективный метод для подготовки к межшкольным соревнованиям, когда главной целью является не результат «для галочки», не погоня за призами, а воспитательное воздействие на участников соревнований. За короткий промежуток времени ученики научились многому, при этом проявили большой интерес. Учебный процесс протекает в условиях мотивированного включения школьников в познавательную деятельность, которая становится желаемой, привлекательной для них, приносящей удовлетворение от участия в ней. Ученик сам оперирует учебным содержанием, и только в этом случае оно усваивается осознанно и прочно, развивается интеллект ученика, формируется способность к самообучению, самообразованию, самоорганизации.

Выводы. Федеральные государственные образовательные стандарты основаны на деятельностном подходе, который предполагает освоение учебного материала в процессе создания собственного продукта учащимися. Содержанием образования становится опыт по решению проблем (учебных задач). В этом же ряду лежит и проектный метод. Осуществляя проект, ученики осваивают способы действий, которые находятся в основе их личностного роста.

В результате осуществления проекта у учеников сформировалась объективная оценка и самооценка деятельности по подготовке к соревнованиям. Дополнительным результатом стали возникшие идеи:

– действия команды в процессе реализации проекта должны осуществляться в соответствии со структурой деятельности.



– образовательный процесс строится не в логике учебного предмета, а в логике деятельности, имеющей личностный смысл для учащегося, что повышает его мотивацию в учении.

Исходя из опыта подготовки к соревнованиям проектным методом, мы предполагаем, что в дальнейшем возможно формирование следующих УУД.

Личностные: ученик осознает смысл учения и понимает личную ответственность за будущий результат; ученик умеет делать нравственный выбор и давать нравственную оценку; ученик понимает свои сильные и слабые стороны, а также то, чем ему хотелось заниматься; у ребенка сформирована учебная мотивация.

Регулятивные: ученик умеет составлять план действий; ученик может внести необходимые дополнения и коррективы в план и способ действия в случае необходимости; ученик осознает то, что уже усвоено и что еще подлежит усвоению, а также качество и уровень усвоения; ученик может поставить учебную задачу на основе соотнесения того, что уже известно и освоено учащимся, и того, что еще неизвестно; ученик способен к волевому усилию; у ребенка развита рефлексия; ученик владеет навыками результативного, процессуального и прогностического самоконтроля; ученик перед тем, как начать действовать, определяет последовательность действий; ребенок может адекватно реагировать на трудности, не боится сделать ошибку.

Познавательные: умеет формулировать проблемы и решать их; ученик владеет способами решения проблем; ребенок может строить логическую цепь размышлений; ученик может структурировать найденную информацию в нужной форме; ребенок умеет выбрать наиболее подходящий способ решения проблемы, исходя из ситуации; ребенок может проанализировать ход и способ действий; ребенок умеет извлекать нужную информацию, отбрасывая второстепенную информацию; у ребенка сформированы умения анализа и синтеза; ребенок умеет вести поиск и выделять необходимую информацию.

Коммуникативные: ученик умеет договариваться; ученик умеет вступать в диалог; ребенок может сотрудничать с другими людьми в поиске необходимой информации; у ребенка развита рефлексия (рефлексия в общении – осознание действующим индивидом того, как он воспринимается партнером по общению); ребенок умеет слушать и слышать, может создавать устные и письменные высказывания, умение выражать свои мысли, строить высказывания в соответствии с задачами коммуникации; ребенок может интегрироваться в группу сверстников.

Необходимо готовить диагностический материал для определения уровня сформированности данных УУД.

Список литературы

1. *Волосатых О.О., Тихонов А.М.* Исследовательский метод обучения физической культуре в начальной школе // Традиции и инновации в спорте, физической культуре и спортивной медицине: ПермспортМед – 2013: сб. матер. Всерос. науч.-практ. конф. с междунар. участием, 23–24 мая 2013 г., г. Пермь, Россия / под ред. Е.В. Старковой, Т.А. Поляковой; Перм. гос. пед. ун-т; Перм. гос. мед. акад. Пермь: Астер, 2013. С. 49–60.
2. *Тихонов А.М., Полякова Т.А., Кечкин Д.Д.* Физическая культура в школе с позиций системно-деятельностного подхода // Физическая культура: воспитание, образование, тренировка. 2016. № 4. С. 2–4.
3. Федеральный государственный образовательный стандарт: Приказ об утверждении стандарта начального общего образования зарегистрирован в Минюсте России № 17785 от 22 декабря 2009 г. М., 2009.



УДК 796.012

Трушникова Юлия Николаевна
магистрант факультета физической культуры

Гончаров Константин Вадимович
преподаватель кафедры спортивных дисциплин

*ФГБОУ ВО «Пермский государственный гуманитарно-педагогический
университет» Пермь, Россия*

614990, Пермь, Сибирская, 24, +7 (342) 212-91-21

e-mail: ffk@inbox.ru

ВЛИЯНИЕ ИССЛЕДОВАТЕЛЬСКОГО МЕТОДА НА ФОРМИРОВАНИЕ ПОЗНАВАТЕЛЬНЫХ УНИВЕРСАЛЬНЫХ УЧЕБНЫХ ДЕЙСТВИЙ И РАЗВИТИЕ РАВНОВЕСИЯ

Iuliia N. Trushnikova
Student of Faculty of Physical Culture

Konstantin V. Goncharov
Lecturer of Sports Disciplines

Federal State Budget Educational Institution of Higher Education

«Perm State Humanitarian Pedagogical University»

24, Sibirskaia, 614990, Perm, Russia

e-mail: ffk@inbox.ru

THE INFLUENCE OF RESEARCH METHOD ON THE FORMATION OF COGNITIVE UNIVERSAL EDUCATIONAL ACTIONS AND THE DEVELOPMENT OF BALANCE

Аннотация. В статье на основе проведенного исследования показана эффективность исследовательского метода в преподавании физической культуры в основной школе. Доказывается, что формирование познавательных универсальных учебных действий возможно без потери двигательного компонента урока. Исследовательская деятельность учащихся на уроке привела к улучшению их показателей равновесия.

Ключевые слова: исследовательский метод, целеполагание, формулировка проблемы, выдвижение гипотез, способ проверки гипотезы, выбор единицы измерения, равновесие.

Abstract. In article on the basis of the study shows the effectiveness of the research method in teaching physical education in the primary school. It is proved

that the formation of universal educational actions possible without losing the motor component of the lesson. Research activity of students in the classroom has led to improved performance in balance.

Key words: the research method, goal setting, problem statement, hypotheses, method of testing the hypothesis, the choice of units of measure, balance.

Новой актуальной задачей в соответствии с требованиями федерального государственного образовательного стандарта общего образования (далее – стандарт) становится обеспечение развития универсальных учебных действий (УУД) как психологической составляющей фундамента образования. Универсальные учебные действия обеспечивают «умение учиться», способность личности к саморазвитию и самосовершенствованию путем сознательного и активного присвоения нового социального опыта.

Сложность организации работы по формированию УУД заключается в том, что на уроке физической культуры ее необходимо выполнять в процессе двигательной активности, поэтому способы формирования УУД, уже разработанные в современной науке и практике, не в полном объеме можно применять на уроках физической культуры.

В результате возникает **противоречие** между потребностью в обеспечении учебного процесса с учетом метапредметных результатов и недостаточной разработанностью содержания и методики формирования УУД на уроках физической культуры.

Введению федерального государственного образовательного стандарта [11] предшествовала предварительная работа в направлении, указанном в Стратегии модернизации содержания общего образования и Концепции модернизации российского образования на период до 2010 г. [6; 9]. Однако анализ, проведенный коллегами [1; 2], показал, что существующие концепции и программы по физической культуре не соответствуют требованиям стандарта нового поколения. Потребность же в его реализации, во-первых, имеется; а во-вторых, как его реализовывать – учителя не знают.

С другой стороны, несмотря на то, что стандарт введен для исполнения в 2011 г., через три года после этого у учителей физической культуры выполнения его запросов не требовали. И при такой ситуации актуальность разработок методик формирования УУД сводится к нулю: ни к чему разрабатывать то, что не востребовано в школе.

В связи с данными противоречиями **целью исследования** явилось выявление актуальности и эффективности метода исследования в преподавании физической культуры в школе.

Объект исследования – процесс преподавания физической культуры в общеобразовательной школе.

Предмет исследования – влияние исследовательского метода обучения на уроках физической культуры на эффективность образовательного процесса.

Гипотеза. Предполагается, что в результате использования исследовательского метода в основной школе будут сформированы познавательные УУД и развито координационное качество равновесия.

**Задачи:**

1. Проанализировать концепции, программы и методы формирования универсальных учебных действий на уроках физической культуры.
2. Выявить потребность учителей в новых (для физической культуры) методах обучения.
3. Проверить эффективность исследовательского метода в формировании познавательных УУД и в развитии равновесия.

Новизна исследования заключается в том, что выявлена потребность учителей в разработке новых методов обучения по физической культуре; доказана эффективность применения исследовательского метода для формирования познавательных УУД (умение составлять план эксперимента) и развития равновесия.

Практическая значимость работы состоит в том, что:

- содержательный анализ научных исследований, выполненных в рамках разработки методик по формированию универсальных учебных действий, создаст предпосылки для разработки программы по физической культуре для основной школы, ФГОС в которой уже введен в 2015 г.;
- применение исследовательского метода в образовательном процессе по физической культуре даст возможность формировать универсальные учебные действия в рамках теории учебной деятельности.

Организация исследования. В опросе, выявляющем мнения учителей о концептуальных направлениях по преподаванию предмета «Физическая культура» в общеобразовательных организациях в условиях реализации ФГОС, приняло участие 60 учителей физической культуры. На первом этапе (2015 г.) – 23 человека, на втором (апрель 2016 г.) – 37 человек – учителя физической культуры – члены краевой экспертной предметной группы «Физическая культура» из 42 муниципальных районов и городских округов, участники семинара «Анализ концептуальных направлений по преподаванию предмета “Физическая культура” в общеобразовательных организациях в условиях реализации ФГОС и внедрения Всероссийского физкультурно-спортивного комплекса “Готов к труду и обороне” (ГТО)». Опрос проводился анонимно, без указания фамилий участников.

В эксперименте по выявлению эффективности исследовательского метода в образовательном процессе по физической культуре приняло участие 22 ученика 6-х классов гимназии № 33 г. Перми. Занятия проходили в спортивном зале гимназии три раза в неделю. Всего было проведено 10 уроков.

Результаты исследования. Анализ литературы по проблеме формирования универсальных учебных действий в общеобразовательной школе показал эффективность разработанных для этой цели методик [4; 5; 10; 12]. В результате этого анализа было выявлено, что исследовательский метод успешно применяется для формирования познавательных универсальных учебных действий. Но ни в одной работе нет данных, которые бы удостоверяли, что в процессе его использования возможно формирование и регулятивных УУД (планирование эксперимента).

Результаты опросов учителей показали неуклонный рост количества тех, от кого требуют достижения результатов в соответствии с ФГОС. В первом

опросе, проведенном в 2015 г., таких было 43,8 %. В апреле 2016 г. эта цифра достигла семидесяти процентов, а уже в начале нового учебного года (сентябрь 2016 г.) она увеличилась до 88 %.

Может быть, в связи с этим и количество учителей, акцентирующих свое внимание на образовательной физкультуре, увеличилось до 49 % (таких учителей в середине 1980-х гг. было всего 8 % [3]).

Заслуживает внимания и следующий факт. Почти 87 % учителей утвердительно ответили на вопрос: «Если бы вам сказали, что универсальные учебные действия у учеников формировать не обязательно, вы были стали их формировать?». То есть, пройдя курсы повышения квалификации, учителя поняли значимость УУД для своих учеников.

На вопрос: «По какой программе вы работаете?», ответы учителей распределились следующим образом. По программе В.И. Ляха – 78,4 %; по программе В.И. Ляха и А.А. Зданевича – 16,2 %; А.П. Матвеева – 2,7 %; авторской – 2,7 %. То есть 94,6 % учителей Пермского края работают по программе Ляха или Ляха и Зданевича.

Наш же анализ данных программ [7; 8] показал, что они не соответствуют требованиям стандарта, с чем согласились и учителя-эксперты участники семинара.

Таким образом, можно сделать вывод, что наблюдается насущная потребность в разработке методического сопровождения преподавания физической культуры в школе.

Нами было проведено исследование, посвященное формированию действий планирования эксперимента посредством исследовательского метода. Ученики шестого класса в совместной с учителем деятельности выявляли влияние кувырков на равновесие. Была сформулирована проблема, поставлена цель, выдвинуты гипотезы, выбран способ ее проверки, выбрана единица измерения (время стояния на одной ноге после выполнения кувырков).

Оценивались действия: целеполагание, формулировка проблемы, выдвижение гипотез, способ проверки гипотезы (прыгнуть разными способами на результат), выбор единицы измерения.

После проведения эксперимента время стояния на одной ноге увеличилось на 16 секунд. Расчет t -критерия показал, что разница в результатах начальной и конечной диагностики у шестиклассников находится на высоком уровне достоверности. Это является доказательством того, что тренировка кувырков положительно сказывается на развитии равновесия.

Так как ученики уже совместно с учителем прошли все этапы планирования при проведении исследований в кувырке, то **при диагностике сформированности умений планирования** им нужно было просто вспомнить, что и как они делали. Нам же было необходимо выяснить, а смогут ли они составить план исследования при решении другой задачи. Поэтому уровень сформированности действий планирования (регулятивных УУД) оценивался при решении другой учебной задачи – как научиться прыгать в длину с места как можно дальше.

На этапе наблюдения (как можно прыгать с места?) с участием учителя выявляется схема прыжка (она становится абстракцией, из которой



в дальнейшем выводятся конкретные виды прыжков: с места в длину, с места в высоту, с разбега в длину, с разбега в высоту). Схема имеет следующий вид: исходное положение – подготовка к отталкиванию – отталкивание – полет – приземление. Эта схема является результатом знаково-символических действий (познавательное УУД).

Далее ученики планировали эксперимент самостоятельно. Учитель выполнял роль консультанта. Оценивались действия: целеполагание, формулировка проблем, выдвижение гипотез, способ проверки гипотезы (прыгнуть разными способами на результат), выбор единицы измерения.

Каждый пункт плана оценивался в один балл. За безошибочное планирование исследования выставлялась отметка «отлично», за одну ошибку в планировании выставлялась отметка «хорошо», за две – «удовлетворительно».

Результаты диагностики действий планирования эксперимента представлены на рисунке.

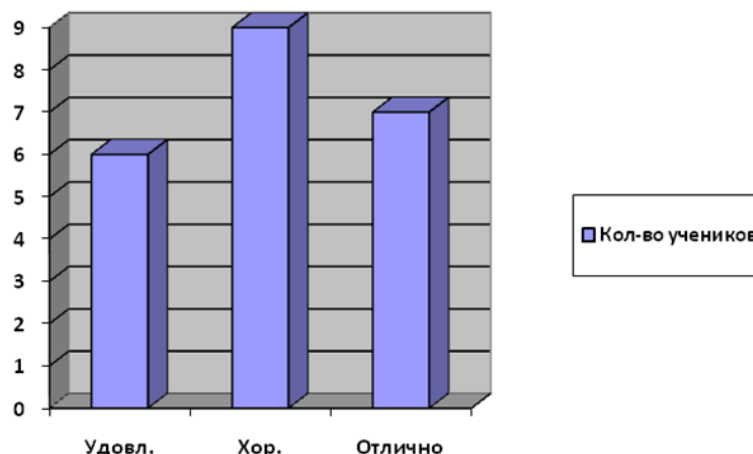


Рис. Распределение учеников по уровням сформированности умений планирования эксперимента

По уровням сформированности ученики распределились следующим образом. «Удовлетворительно» – 6 человек (27 %), «хорошо» – 9 человек (41 %), «отлично» – 7 человек (32 %).

Средний балл в классе по планированию эксперимента в прыжках в длину с места составил 4,0 балла (80 % качества освоения действия планирования).

Таким образом, выдвинутая нами гипотеза подтвердилась.

Список литературы

1. Голяков И.П. Теоретический анализ учебников и программ по физической культуре // XXI век – время молодых: материалы четвертой открытой науч.-практ. конф. студентов, аспирантов и молодых ученых (19 мая 2011 г., г. Пермь) / ред кол.: Е.Л. Лычагина; Д.С. Корниенко; Перм. гос. пед. ун-т. Пермь, 2011. С. 30–34.

2. Голяков И.П., Пичугина Н.Ю. Проблемы учебно-методического обеспечения предмета «Физическая культура» / Национальный

исследовательский университет в системе непрерывного образования (к 95-летию Пермского университета): материалы Междунар. науч.-метод. конф. (Пермь, Перм. ун-т, 12–13 октября 2011 г.) / Перм. гос. нац. исслед. ун-т. Пермь, 2011. С. 264–265.

3. Ильин Е.П., Тихонов А.М. Оценка учителями физической культуры – мужчинами и женщинами программы по физическому воспитанию школьников // Психофизиологические аспекты спортивной и учебной деятельности. Л., 1987. С 107–110.

4. Кадыков Б.Ф. Формирование двигательных навыков у школьников на уроке физической культуры: дис. ... канд. пед. наук. М., 2004. – 153 с.

5. Кечкин Д.Д. Формирование универсальных учебных действий младших школьников в процессе освоения физкультурной деятельности: дис. ... канд. пед. наук / Тул. гос. ун-т. Тула, 2013. 149 с.

6. Концепция модернизации российского образования на период до 2010 года // Образование и общество. 2002. № 1 (12). С. 32–42.

7. Лях В.И. Физическая культура. Рабочие программы. Предметная линия учебников В.И. Ляха. 1–4 классы: пособие для учителей общеобразоват. учреждений. 2-е изд. М.: Просвещение, 2012. 64 с.

8. Лях В.И. Физическая культура. Рабочие программы. Предметная линия учебников М.Я. Виленского, В.И. Ляха. 5–9 классы: пособие для учителей общеобразоват. учреждений. 2-е изд. М.: Просвещение, 2012. 104 с.

9. Стратегия модернизации содержания общего образования: Материалы для разработки документов по обновлению общего образования. М., 2001. 101 с.

10. Тихонов А.М., Кечкин Д.Д. Физическая культура: системно-деятельностный подход в преподавании. Направление подготовки: 050100 – «Педагогическое образование». Профиль подготовки: «Физическая культура». Квалификация (степень) выпускника: бакалавр / Перм. гос. гуманит.-пед. ун-т. Пермь, 2013. 104 с.

11. Федеральный государственный образовательный стандарт: начальное образование. Приказ об утверждении стандарта начального общего образования зарегистрирован в Минюсте России № 17785 от 22 декабря 2009 г. – М., 2009.

12. Физическая культура: программа для начальной школы / А.М. Тихонов, Т.А. Полякова, Д.Д. Кечкин, О.О. Волосатых. Пермь: КЦФКиЗ, 2013. 23 с.



УДК 796.92.072.3

Федорова Тамара Александровна

кандидат педагогических наук, доцент кафедры спортивных дисциплин

ФГБОУ ВО «Пермский государственный гуманитарно-педагогический университет», Пермь, Россия

614990, Пермь, Сибирская, 24, +7 (342) 238-63-44

e-mail: fedorova-perm@yandex.ru

ОСОБЕННОСТИ ОБУЧЕНИЯ КОНЬКОВОМУ ХОДУ УЧАЩИХСЯ ШЕСТЫХ КЛАССОВ

Tamara A. Fedorova

Candidate of Pedagogical Sciences, Docent of the Chair of Sport Diciplines

Federal State Budget Educational Institution of Higher Education

«Perm State Humanitarian Pedagogical University»

24, Sibirskaja, 614990, Perm, Russia

e-mail: fedorova-perm@yandex.ru

TRAINING COURSE FEATURES OF SCATE SKIING FORSIXTHGRADESTUDENTS

Аннотация. Разработанная и апробированная технология обучения конькового хода для учащихся шестых классов подтвердила его эффективность. Сложный по координации коньковый одновременный двухшажный ход быстрее усваивается учащимися шестых классов, что достоверно подтвердилось в результате педагогического эксперимента. Подбор лыж, подводящих упражнений и мест занятий позволили создать оптимальные условия для обучения учащихся.

Ключевые слова: технология, коньковый ход, средства физического воспитания.

Abstract. Developed and tested technology of skate skiing training for the students of the sixth grade proved its efficiency. Coordinately difficult simultaneous kick-double-pole course is easily learnt by the sixth class students. It was proved by the pedagogical experiment. Choosing right skis, lead-in exercises and places of trainings let the teacher create optimal conditions for students' learning.

Key words: technology, kick-double-pole course, means of physical education.

Одним из важнейших средств физического воспитания с целью гармоничного развития детей школьного возраста является лыжная подготовка. При передвижении на лыжах в работу включаются все основные группы мышц рук, ног и туловища, что оказывает положительное влияние на организм.

Ходьба и бег на лыжах благотворно воздействуют на сердечно-сосудистую, дыхательную и нервную системы учащихся [1].

В настоящее время в общеобразовательной школе технику конькового хода на лыжах начинают изучать с восьмого класса. Наблюдения показали, что начинать обучение возможно с более раннего возраста. На данный момент существуют отличные лыжные трассы, необходимый инвентарь. Наблюдая за школьниками на уроках физической культуры, мы заметили, что дети в возрасте 10–11 лет стараются передвигаться коньковым ходом, так как не успевают намазать лыжи за отведенное им до урока время. Большинство детей в начальной школе уже имеют свои пластиковые лыжи, и им легче передвигаться коньковым ходом, так как для него не нужна смазка лыж (мазью), что отличает его от классических ходов. Коньковые лыжи достаточно укорочены для более удобного перемещения, что делает их более популярными среди детей, молодежи и взрослых.

Все это предопределяет более раннее изучение конькового хода. В период 10–11 лет у детей уже проявляется интерес к изучению конькового хода, и они стараются подражать старшим.

В школьной программе по физической культуре лыжная подготовка введена обязательным разделом с 1-го по 11-й класс. Уроки по лыжной подготовке проводятся в школе в третьей четверти, после зимних каникул, в объеме 16 часов в каждом.

Программой предусмотрено: овладение учащимися умениями и навыками основных способов передвижения на лыжах; навыками самостоятельных занятий, сообщение теоретических сведений; повышение общей работоспособности и развитие основных физических и морально-волевых качеств.

Несмотря на то что происходит постоянное совершенствование школьных программ, все изменения, которые в них вносятся, базируются на основных закономерностях обучения передвижению на лыжах; из этого вытекает не только содержание учебного материала по лыжной подготовке, но и последовательность изучения способов передвижения на лыжах в шестых классах.

Цель исследования: выявить эффективность разработанной методики обучения коньковому ходу учащихся шестых классов.

Материалы, полученные в ходе исследования, доказывают эффективность разработанной методики, основанной на выполнении подготовительных упражнений в строго определенной последовательности, с соблюдением соответствующих организационно-педагогических условий.



Новизна работы состоит в том, что впервые изучение конькового хода проводилось среди школьников шестых классов.

Исследование проводилось на базе МАОУ «Гимназии № 33» г. Перми. Период исследования январь – февраль 2015 г., контингент испытуемых – учащиеся шестого и восьмого классов.

В контрольную группу 1 (КГ 1) – входило 14 девочек и 13 мальчиков – учеников шестого класса.

В контрольную группу 2 (КГ 2) – 13 мальчиков, 10 девочек – учеников восьмого класса.

В экспериментальную группу (ЭГ) – 12 мальчиков, 12 девочек – учеников шестого класса.

Проанализированы школьные программы по физической культуре различных авторов: В.И. Ляха (2012); С.Г. Макаренко (2008); А.А. Зданевича (2011); М.Я. Виленского (2008), на основе которых нами была разработана экспериментальная программа.

При изучении конькового хода в шестом классе проводились различного рода упражнения для освоения правильной постановки палок на опору, правильной техникой скольжения на лыжах, также упражнения для развития физической подготовленности [2].

В течение формирующего эксперимента у ЭГ было проведено 10 учебных занятий (2 раза в неделю) по лыжной подготовке.

Для выявления физической подготовленности до и после педагогического эксперимента проводился – бег на лыжах коньковым ходом – 2 км. Гонка проходила на равнинной трассе, дистанция одного круга составляла 400 метров.

Прежде чем изучать коньковый ход, нами было предложено учащимся ЭГ подобрать лыжи по ростовке ниже рекомендуемых на 5–10 см. Как только ученики усваивали технику, переходили на лыжи с положенной ростовкой. Это происходило не одновременно: кто-то переходил уже на втором занятии, а кто-то – через несколько занятий.

Важно помнить, что занятия коньковым ходом требуют специальной физической подготовки и укрепления голеностопных и коленных суставов.

Обучение коньковому ходу проходит на ровной широкой, хорошо укатанной учебной площадке, но снег не должен быть леденистым.

Сначала школьники при передвижении по лыжне, проложенной по дуге, пробуют оттолкнуться внутренним ребром наружной лыжи. Первые упражнения выполняются без палок в ту или другую сторону. Постепенно угол отведения лыжи в сторону увеличивается. Лучше, если первые попытки будут выполняться под пологий уклон или на выкате после спуска со склона средней крутизны. Главное заключается в том, чтобы предварительно набрать скорость (со спуска) или выполнить движения в облегченных условиях (под пологий уклон).

Важной особенностью образовательного процесса в основной школе является оценивание учащихся. Оценивание учащихся предусмотрено как по окончании раздела, так и по мере освоения умений и навыков. По окончании

основной школы учащийся должен показать уровень физической подготовленности не ниже результатов, приведенных в разделе «Демонстрировать», что соответствует обязательному минимуму содержания образования.

Одновременные классические ходы изучаются и совершенствуются в 5–8-х классах, параллельно мы включили в программу изучение конькового одновременного двухшажного хода.

Для овладения основными способами передвижения коньковым ходом можно использовать различные подводящие упражнения. Их следует выполнять и непосредственно перед изучением.

При освоении отталкивания скользящим упором в качестве подводящих можно использовать такие упражнения:

- поочередные отталкивания ногами с внутреннего ребра скользящей лыжи и перенос массы тела на другую лыжу при спуске с пологого склона с широко расставленными лыжами (при расстоянии между ними 50–60 см);
- то же с подтягиванием толчковой ноги к опорной после переноса массы тела;
- то же, но при спуске под уклон $2-3^{\circ}$ и с постепенным переходом к отведению носка толчковой и скользящей лыж от направления движения на угол 24° ;
- преодоление пологого подъема «елочкой» с активным отталкиванием лыжей;
- активное отталкивание лыжей вниз отведением при спуске наискось;
- то же с выполнением поворота переступанием к склону;
- выполнение поворота переступанием на площадке после небольшого спуска;
- выполнение поворота переступанием на укатанной ровной площадке при движении по кругу вначале в одну сторону, затем в другую;
- то же при движении по «восьмерке» (равнина, пологий спуск);
- передвижение коньковым ходом (без отталкивания руками) под уклон $2-3^{\circ}$, на равнине, в пологий ($2-3^{\circ}$) подъем со значительным (акцентированным) сгибанием ног в коленных и тазобедренных суставах.

В результате педагогического эксперимента значительно улучшились показатели техники передвижения коньковым ходом учащихся в ЭГ, экспериментальная методика показала достоверно значимый положительный эффект при обучении технике конькового хода.

После формирующего эксперимента достоверно выросли результаты в гонке на 2 км на лыжах (коньковым ходом) у мальчиков в ЭГ, результаты оказались недостоверными в КГ 1 и КГ 2. Прирост составил в ЭГ – 14,91 %.

У девочек достоверно улучшились результаты в ЭГ, в КГ 2. Прирост составил 10,9 % в КГ 2, и в ЭГ – 22,3 %.

В результате исследования были сделаны следующие выводы:



1. Наблюдения за время педагогического эксперимента показали, что начинать обучение коньковому ходу школьников sixth классов возможно.

2. В результате анализа программ по физической культуре разных авторов нами была разработана экспериментальная программа по лыжной подготовке для sixth классов.

3. Разработанная нами методика обучения коньковому ходу школьников sixth классов доказала свою целесообразность и выявила достоверные преимущества респондентов ЭГ. Это подтверждают положительные изменения изученных показателей за время педагогического эксперимента:

- положительная динамика показателей физической подготовленности школьников шестого класса ЭГ ($p < 0,05$). Наиболее существенный прирост выявлен в ЭГ у девочек. Прирост составил 22,36 %;

- улучшение результатов технической подготовленности на лыжах у школьников sixth классов в ЭГ.

Список литературы

1. Бутин И.М. Лыжный спорт: учеб. пособие для студентов высш. пед. учеб. заведений. М.: Академия, 2010. С. 128.

2. Ишмухаметов М.Г., Вяткина Т.Н. Теория и методика лыжного спорта: техническая и силовая подготовка студентов: учеб. пособие для студентов высш. пед. учеб. заведений. Пермь, 2013. 129 с.

РАЗДЕЛ 3. СПОРТИВНАЯ ПОДГОТОВКА В УСЛОВИЯХ ДОПОЛНИТЕЛЬНОГО ОБРАЗОВАНИЯ

УДК 796.412.2

Ключинская Татьяна Николаевна

кандидат педагогических наук, доцент кафедры теории и
методики физической культуры

Пигасова Вера Евгеньевна

магистрант кафедры теории и методики физической культуры

*ФГБОУ ВО «Пермский государственный гуманитарно-педагогический
университет», Пермь, Россия*

614990, Пермь, Сибирская, 24, +7 (342) 238-64-76

e-mail: t_key@mail.ru

ОПЫТ ПРИМЕНЕНИЯ ПРЕДМЕТОВ ХУДОЖЕСТВЕННОЙ ГИМНАСТИКИ В КООРДИНАЦИОННОЙ ПОДГОТОВКЕ ГИМНАСТОК

Tatiana N. Kliuchinskaia

Ph.D., Associate Professor of Department of Theory and
Methodology of Physical Culture

Vera E. Pigasova

Student of Department of Theory and Methodology of Physical Culture

Federal State Budget Educational Institution of Higher Education

«Perm State Humanitarian Pedagogical University»

24, Sibirskaja, 614990, Perm, Russia

e-mail: t_key@mail.ru

THE EXPERIENCE OF USING OBJECTS OF ARTISTIC GYMNASTICS IN COORDINATING THE TRAINING OF GYMNASTS

Аннотация. В статье представлены данные о применении предметов художественной гимнастики для развития координационных способностей и совершенствования техники владения предметами, анализ различных сочетаний одновременно одинаковых и разных предметов для спортсменок 8–10 лет, занимающихся художественной гимнастикой.

Ключевые слова: одновременное использование одинаковых и разных предметов художественной гимнастики, координационные способности.



Abstract. The article presents information on the use of objects of artistic gymnastics for the development of coordination abilities and improve the art of possession of the items, the analysis of different combinations at the same time similar and different items for athletes 8-10 years engaged in artistic gymnastics.

Key words: simultaneous use of the same and different elements of rhythmic gymnastics, coordination ability.

В художественной гимнастике воспитанию координационных способностей всегда уделялось пристальное внимание. Т.С. Лисицкой детально рассмотрено развитие координационных способностей гимнасток в многолетнем аспекте, В.В. Любимовой – на этапе начальной подготовки. Ж.А. Белокопытной и Т.В. Нестеровой проанализировано развитие координационных способностей гимнасток-«художниц» на этапе высоких спортивных достижений.

В настоящее время актуален поиск методик и средств повышения эффективности тренировочного процесса без увеличения объема и интенсивности нагрузки. Одним из путей решения этой проблемы является оптимизация развития координационных способностей девочек 8–10 лет посредством применения одновременно одинаковых и разных предметов художественной гимнастики.

Результаты исследования и их обсуждение.

Наблюдение проводилось с целью изучения особенностей тренировочных занятий, определения наиболее подходящего сочетания предметов для совершенствования техники владения предметами и развития координационных способностей для спортсменок 8–10 лет, занимающихся художественной гимнастикой, одновременно с двумя предметами в различных сочетаниях: скакалка + скакалка, обруч + обруч, мяч + мяч, обруч + скакалка, мяч + скакалка, обруч + мяч.

В табл. 1 и 2 приведены упражнения с сочетанием двух предметов, которые тренеры включали в тренировочный процесс.

Таблица 1

**Сочетания упражнений с одинаковыми предметами
для гимнасток 8–10 лет**

№ п/п	1. Скакалка + скакалка»		2. Обруч + обруч		3. Мяч + мяч	
	Правая рука	Левая рука	Правая рука	Левая рука	Правая рука	Левая рука
1	Восьмерка		Вращение	Вращение	Отбив****	Отбив
2	Вращение*		Мельница	Мельница	Восьмерка	Отбив
3	Эшапе	Вращение	Вращение	Вертушка	Обволакивание	Отбив
4	Бросок **	Вращение	Вращение	Вертушка на полу	Перекат*****	Бросок
5	Передача предмета за спиной***	Бросок	Перекат	Вертушка на полу	Бросок	Отбив

Окончание табл. 1

№ п/п	1. Скакалка + скакалка»		2. Обруч + обруч		3. Мяч + мяч	
	Правая рука	Левая рука	Правая рука	Левая рука	Правая рука	Левая рука
6	Восьмерка	Бросок	Обратный кат	Обратный кат	Бросок	Бросок
7	–	–	Бросок	Вертушка	Большой круг	Отбивы
8	–	–	Бросок	Восьмерка	Большой круг	Бросок
9	–	–	Бросок	Передача предмета за спиной	–	–
10	–	–	Вращение	Обратный кат	–	–
11	–	–	Бросок	Обратный кат	–	–

Примечание: *вращение может выполняться на руке, ноге, теле; ** бросок может выполняться рукой, ногой; *** передача предмета вокруг любой части тела; ****отбив может выполняться рукой, ногой; ***** перекат может выполняться по любой части тела.

Анализ использования сочетаний одновременно одинаковых предметов художественной гимнастики в разных руках: скакалка + скакалка, обруч + обруч, мяч + мяч

Скакалка + скакалка. К плюсам такого сочетания можно отнести одинаковое развитие навыков обеих рук одинаково. К минусам можно отнести отсутствие определенной методики и небольшой выбор упражнений.

Обруч + обруч. Этот вид сочетания предметов используется не всеми педагогами и является наиболее редким. В тренировочный процесс были включены абсолютно все движения с предметами. Они выполнялись одновременно правой и левой рукой, затем поочередно (например, поочередное вращение вперед и назад). Также использовались более сложные упражнения (вращения на различных частях тела, вертушки на кисти или без помощи рук, перекаты по разным частям тела). Эти движения выполнялись одинаково с двух рук, либо в различных сочетаниях. Бросковые упражнения были представлены не очень хорошо, отсутствовала полная гамма этих движений, были лишь попытки включить их в тренировочный процесс. Эта часть тренировки явно не была продумана педагогами.

Мяч + мяч. Этот вид сочетания применяли очень редко, так как сложно подобрать упражнения, чтобы они не влияли на перенос навыка. Также в этом сочетании затрачивается больше всего времени. К минусам тренировки с двумя мячами относится отсутствие определенной методики, педагоги могут



предложить для выполнения сначала сложные упражнения, потом легкие, без какой-либо системы.

Таблица 2

**Сочетания упражнений с одинаковыми предметами
для гимнасток 8–10 лет (продолжение)**

№ п/п	4. Обруч + скакалка		5. Скакалка + мяч		6. Мяч + обруч	
	Правая рука	Левая рука	Правая рука	Левая рука	Правая рука	Левая рука
1	Вращение	Вращение	Вращение	Отбив	Отбив	Вращение
2	Вращение	Эшапе	Вращение	Большой круг	Восьмерка	Вращение
3	Вертушка	Вращение	Вращение	Восьмерка	Обволаки- вание	Вращение
4	Вертушка	Бросок	Эшапе	Отбив	Отбив	Вертушка
5	Вращение	Бросок	Бросок	Прокат	Отбив	Обратный кат
6	Бросок	Прыжки	Бросок	Отбив	Бросок	Бросок
7	Бросок	Эшапе	Бросок	Передача предмета	Бросок	Восьмерка
8	Бросок	Восьмерка	Восьмерка	Бросок	Бросок	Вертушка
9	Предмет в полете	Передача предмета за спиной	Эшапе	Бросок	Бросок	Перекат
10	Обратный кат	Бросок	–	–	Перекат	Бросок
11	Прокат	Бросок	–	–	Отбив	Бросок

**Анализ использования сочетаний одновременно разных предметов
художественной гимнастики в разных руках: обруч + скакалка,
скакалка + мяч, мяч + обруч**

Обруч + скакалка. Это сочетание использовалось чаще других или вообще используют только это сочетание предметов. В тренировочном процессе были задействованы практически все возможные движения с этими предметами. Но следует заметить, что никто не включал в урок перекат обруча по телу (по разведенным рукам, по спине, по ногам в положение сидя). Это является отрицательным моментом, так как перекат является фундаментальным движением обруча и упускать этот момент не целесообразно. Также к минусам в сочетании обруч + скакалка можно отнести отрицательный перенос навыка. Очень отчетливо было видно у гимнасток нарушение техники броска, так как предметы совершенно разные по структуре и по форме (скакалки и обручи разлетелись в разные стороны, гимнастки путались и не могли совместить

эти движения, которые в их возрасте и так сложно даются, нет достаточной мышечной координации, слабо развита мышечная система в силу возраста).

Обруч + мяч. Это сочетание предметов использовали на тренировке 50 % педагогов. Следует заметить, что наблюдаемые гимнастки с трудом выполняли большинство упражнений, забывая о правильной технике их выполнения. Это объясняется тем, что сами по себе предметы настолько разные, что нет ни одного схожего упражнения (например, восьмерка обручем и скакалкой похожи, отдаленно похож хват предмета). В большей части урока мяч находился в балансе на кисти, а обручем совершались различные движения.

Скакалка + мяч. Этот вид сочетания использовался очень редко. Упражнения выполнялись в разброс, не соблюдался принцип от простого к сложному. Положительным моментом является отсутствие отрицательного переноса навыка.

Таблица 3

**Положительные и отрицательные моменты сочетаний предметов,
используемых на тренировках**

Сочетание	Положительные моменты сочетаний	Отрицательные моменты сочетаний
одинаковые предметы		
Скакалка + скакалка	– развитие координации; – развитие навыков с двух рук одинаково	– отсутствие определенной методики; – плохая организация
Обруч + обруч	– развитие координации; – возможность выполнить относительно большое кол-во упражнений; – развитие навыков с двух рук одинаково	– отсутствие определенной методики
Мяч + мяч	– развитие координации	– отрицательный перенос навыка; – маленький выбор упражнений; – отсутствие определенной методики; – затрачивается много времени
разные предметы		
Обруч + скакалка	– развитие координации; – возможность выполнить относительно большое кол-во упражнений	– отрицательный перенос навыка; – отсутствие определенной методики; – плохая организация
Скакалка + мяч	– развитие координации; – возможность выполнить относительно большое кол-во упражнений; – развитие навыков с двух рук одинаково	– отсутствие определенной методики

По результатам проведенных исследований можно сделать следующие выводы (табл. 3):



- на всех тренировках наблюдалось отсутствие определенной методики проведения. Педагоги давали упражнения в разброс, т.е. сначала могли дать сложные, после легкие упражнения;
- только в уроки одновременно с двумя обручами были включены все группы упражнений, в других же сочетаниях прорабатывались не все движения. Это хорошо видно из табл. 1 и 2, в которых приведены примеры сочетания упражнений с различными предметами;
- педагоги проводили такие тренировки, опираясь лишь на собственный опыт. Описаний упражнений одновременно с двумя предметами в литературе не достаточно;
- проводя такие тренировки, педагоги пытались совершенствовать технику упражнений сразу с двумя предметами;
- в среднем уроки по наблюдениям длились 45 минут (за исключением сочетания обруч + обруч). В этом моменте данные анкетирования и педагогических наблюдений расходятся. Такое время объясняется отсутствием определенной методики проведения уроков с двумя предметами одновременно;
- упражнения подобраны не по возрасту.

Своеобразным итогом проведенного исследования стала разработка наиболее подходящих 6 блоков упражнений с предметами художественной гимнастики: по возрасту, подготовке и сочетанию упражнений с предметами художественной гимнастики с наименьшим переносом отрицательного навыка (табл. 4, 5).

Таблица 4

**Разработанные блоки упражнений с одинаковыми предметами
для гимнасток 8–10 лет**

№ п/п	1. Скакалка + скакалка		2. Обруч + обруч		3. Мяч + мяч	
	Пр. рука	Лев. рука	Пр. рука	Лев. рука	Пр. рука	Лев. рука
1	Вращение		Вращение		Отбив	
2	Восьмерка		Восьмерка		Отбив	Большой круг
3	Вращение	Эшапе	Вращение	Вертушка	Большой круг	
4	Вращение	Бросок	Вращение	Вертушка на полу	Отбив	Обволакивание
5	Передача	Бросок	Вращение	Обратный кат	Обволакивание	
6	Бросок	Восьмерка	Обратный кат		Баланс	Восьмерка
7	Бросок	Передача предмета	Вертушка		Бросок	Большой круг
8	Бросок	Прыжок	Вертушка	Обратный кат	Бросок	Отбив
9	Бросок	Эшапе	Вращение	Бросок	Бросок	Обволакивание
10	–	–	Бросок	Вертушка	Бросок	Передача
11	–	–	Бросок	Перекат	Бросок	Перекат
12	–	–	Бросок	Обратный кат	Бросок	
13	–	–	Бросок	Передача	–	–
14	–	–	Бросок		–	–
Время	40–45 минут		25–20 минут		50–60 минут	

Таблица 5

**Разработанные блоки упражнений с разными предметами
для гимнасток 8–10 лет (продолжение)**

№ п/п	4. Скакалка + обруч		5. Скакалка + мяч		6. Обруч + мяч	
	Пр. рука	Лев. рука	Пр. рука	Лев. рука	Пр. рука	Лев. рука
1	Вращение		Вращение	Баланс	Вращение	Баланс
2	Восьмерка	Вращение	Вращение	Большой круг	Вращение	Большой круг
3	Вращение	Восьмерка	Вращение	Отбив	Вращение	Отбив
4	Вращение	Вертушка	Вращение	Обволакивание	Вращение	Обволакивание
5	Вращение	Обратный кат	Эшапе	Баланс	Вертушка	Отбив
6	Эшапе	Вращение	Эшапе	Большой круг	Обратный кат	Отбив
7	Бросок	Вращение	Бросок	Отбив	Вертушка	Обволакивание
8	Бросок	Вертушка	Бросок	Большой круг	Обратный кат	Обволакивание
9	Бросок	Обратный кат	Бросок	Обволакивание	Бросок	Отбив
10	Бросок	Перекат	Бросок	Передача	Бросок	Обволакивание
11	Бросок	Передача	Бросок	Перекат	Бросок	Перекат
12	Вращение	Бросок	Вращение	Бросок	Вращение	Бросок
13	Передача	Бросок	Восьмерка	Бросок	Вертушка	Бросок
14	Эшапе	Бросок	Передача	Бросок	Передача	Бросок
Время	30–35 минут		30–35 минут		45–50 минут	

Таким образом, проведенные исследования позволяют нам признать целесообразность применения предметов художественной гимнастики в качестве дополнительного средства развития координационных способностей и разработать 6 блоков упражнений с применением одновременно одинаковых и разных предметов художественной гимнастики в различных сочетаниях для спортсменок 8–10 лет, занимающихся художественной гимнастикой.



УДК 796.412.2 (07)

Райнхардт Ольга Олеговна

старший преподаватель кафедры теории и методики физической культуры

Попова Валерия Матвеевна

магистрант факультета физической культуры

ФГБОУ ВО «Пермский государственный гуманитарно-педагогический университет», Пермь, Россия

614990, Пермь, Сибирская, 24, +7 (342) 238-64-76,

e-mail: laguna67@inbox.ru

РАЗВИТИЕ ВЫРАЗИТЕЛЬНОСТИ У СПОРТСМЕНОК ГРУПП НАЧАЛЬНОЙ ПОДГОТОВКИ В ХУДОЖЕСТВЕННОЙ ГИМНАСТИКЕ

Olga O. Rainhardt

Senior Lecturer, Department of Theory and Methodology of Physical Culture

Valeriia M. Popova

Student of Faculty of Physical Culture

Federal State Budget Educational Institution of Higher Education

«Perm State Humanitarian Pedagogical University»

24, Sibirskaia, 614990, Perm, Russia

e-mail: laguna67@inbox.ru

THE DEVELOPMENT OF THE EXPRESSION FOR THE SPORTSWOMEN OF THE GROUPS OF INITIAL TRAINING IN ARTISTIC GYMNASTICS

Аннотация. Статья посвящена развитию выразительности у девочек 7–8 лет, занимающихся художественной гимнастикой, при помощи музыкальных игр и специально подобранных упражнений танцевального характера.

Ключевые слова: художественная гимнастика, выразительность, артистизм, динамичность, целостность, координация движений, музыкальные игры.

Abstract. The work is dedicated to the development of expressiveness in girls of 7–8 years involved in rhythmic gymnastics with music games and specially selected exercises dance.

Key words: rhythmic gymnastics, expressiveness, artistry, dynamism, integrity, coordination of movements, musical games.

Введение. Художественная гимнастика – спорт многогранный. Комбинации, состоящие из сложнейших акробатических, танцевальных, хореографических элементов в сочетании с виртуозной работой предметом, требуют от спортсменок не только широкого круга умений и навыков, но и проявления высокой степени артистизма, полного погружения в музыку и передачи в движении содержания этой музыки.

В общепринятом понимании термин «артистичный» означает отличающийся искусством исполнения, художественным вкусом. Специфика проявления артистичности в технико-эстетических видах спорта имеет свои особенности. Например, в художественной гимнастике артистизм понимается как совершенство, законченность, динамичность, выразительность, самобытность исполнения как отдельных элементов композиции, так и упражнения в целом.

Выразительность исполнения в художественной гимнастике проявляется в соответствии движений характеру музыки и эмоциональной передачи этой музыки в движении.

Последнее связано с двигательной интерпретацией музыки, нюансами движений, способных в полной мере отразить замысел композиции и характер музыкального сопровождения [2]. Можно сказать, что выразительность определяется, с одной стороны, богатством внутренних переживаний, чувств спортсмена, с другой стороны – владением двигательной палитрой, способной передать эти чувства.

Словосочетание «выразительность движений» говорит о том, что движение и выразительность тесно взаимосвязаны между собой. А так как сложные по координации движения в гимнастике необходимо выполнять не только выразительно, но и технически грамотно, то техника будет являться той необходимой базой, на которой строится выразительность. Несовершенное исполнение какого-либо элемента не позволит гимнастке двигаться уверенно, раскрепощенно, сосредоточить внимание на образном решении отдельных двигательных действий, их соединений, комбинаций в целом. Доведение двигательного навыка до определенной стадии автоматизма является необходимым условием выразительности. Однако не всегда технически грамотное выполнение упражнения бывает выразительным.

Актуальность работы заключается в том, что появление многих новых своеобразных связок и элементов требует от спортсменки огромной концентрации внимания на технике их исполнения, что зачастую идет в ущерб его выразительности. А так как произвольное упражнение оценивается судьями за технику исполнения упражнения и артистизм, то развивать выразительность движения как и мастерство его исполнения необходимо в равной степени, начиная с раннего возраста, несмотря на расхожее мнение, что выразительность движений определяется прежде всего природными задатками.

Целью нашего исследования было разработать методику развития выразительности у девочек 7–8 лет посредством специально разработанных



и адаптированных музыкальных игр и упражнений, а также экспериментально подтвердить эффективность этой методики.

В эксперименте приняло участие 20 девочек в возрасте 7–8 лет, занимающихся художественной гимнастикой. Исследования проводились на базе специализированной детско-юношеской школы олимпийского резерва (СДЮШОР) № 1 г. Перми в течение трех месяцев.

Контрольная группа детей занималась по традиционной системе проведения тренировочного процесса. В экспериментальной группе занятия проводились по разработанной нами методике, которая предполагала включение в подготовительную и заключительную части тренировки музыкальных игр, танцев, упражнений на развитие музыкального слуха, выразительности и координации движений.

Качество какого-либо предмета или явления характеризуется совокупностью его отдельных свойств, через которые раскрываются смысл и содержание этого качества. Для оценки уровня его проявления необходимо прежде всего установление перечня и количества элементов, составляющих данный предмет или явление.

Для наших исследований были взяты такие показатели выразительности, как целостность, динамичность, соответствие движений характеру музыки, динамика, метроритм, координация движений (Киященко Н.И., Козлова Н.Н., Кругликов В.А. Современные концепции эстетического воспитания. М., 2013. 313 с.).

Для анализа развития выразительности и координации контрольные упражнения оценивались баллами от 1 до 5, которые выставлялись экспертами до и после проведения эксперимента.

Кроме того, в конце каждого месяца детям предлагалось составить небольшую композицию под ранее прослушанное музыкальное произведение из мультипликационных фильмов и сказок.

Результаты исследования и их обсуждение. До проведения эксперимента у гимнасток уровень развития выразительности показал схожие результаты в контрольной и экспериментальной группах. Так, в экспериментальной группе по показателям выразительности зарегистрированы следующие средние величины: целостность – 3,2 балла; динамичность – 3,2 балла; танцевальный характер – 3,3 балла; динамика – 3,5 балла; метроритм – 3,3 балла; координация – 3,3 балла.

Практически аналогичным образом выглядит картина тестирования детей контрольной группы. Показатели целостности составили 3,3 балла; динамичности – 3,4 балла; соответствие движений характеру музыки – 3,4 балла; динамика – 3,4 балла; метроритм – 3,2 балла; координация – 3,3 балла. Выявленные нами различия статистически не достоверны ($p > 0,05$). При этом уровень развития их выразительности оценивается как средний.

После проведенного 3-месячного эксперимента были получены следующие результаты: показатели обеих групп улучшились, но с разной степенью выраженности (табл. 1, 2).

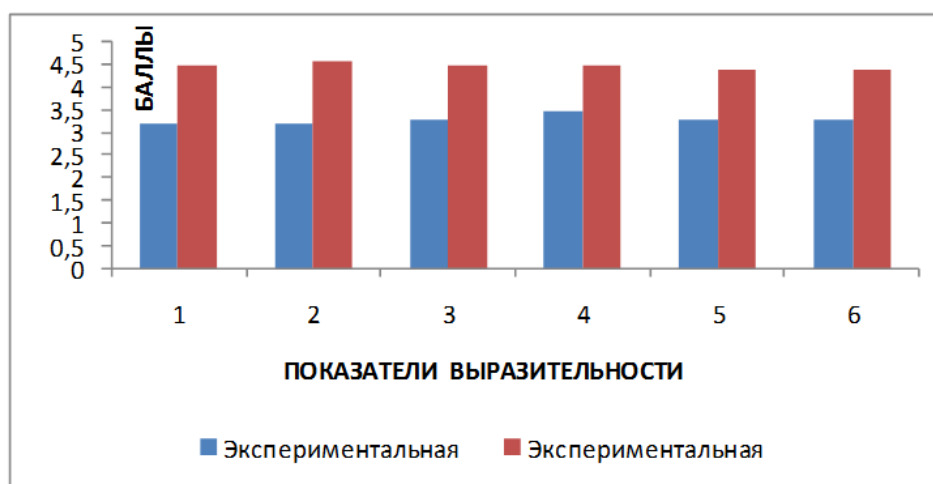
Таблица 1

Показатели экспериментальной группы после исследования (в баллах)

№ п/п	Целостность	Динамичность	Танцевальный характер	Динамика	Метроритм	Координация
1	4.7	4.8	4.4	4.5	4.7	4.5
2	3.9	4.5	4.1	4.2	4.0	4.8
3	4.2	4.6	4.4	4.4	4.2	4.3
4	4.6	4.7	4.5	4.6	4.5	4.5
5	4.4	4.8	4.5	4.7	4.6	4.6
6	4.2	4.5	4.8	4.3	4.2	4.2
7	4.6	4.3	4.6	4.6	4.6	4.5
8	4.7	4.4	4.6	4.4	4.4	4.7
9	4.6	4.7	4.8	4.6	4.6	4.5
10	4.8	4.6	4.6	4.7	4.5	4.6
Сред. знач.	4.5	4.6	4.5	4.5	4.4	4.5

В экспериментальной группе установлено значительное улучшение следующих показателей: целостность движений в среднем увеличилась на 40,6 %, динамичность – на 43,7 %, соответствие движений характеру музыки – на 36,4 %, динамика – на 28,6 %, метроритм – на 33,3 %, координация – на 36,4 %. Показатели статистически достоверны ($p < 0,01$).

Результаты тестирования экспериментальной группы до и после проведенного эксперимента графически изображены на рис. 1.



Условные обозначения: 1 – целостность; 2 – динамичность; 3 – соответствие движений характеру музыки; 4 – динамика; 5 – метроритм; 6 – координация

Рис. 1. Средние показатели выразительности гимнасток экспериментальной группы до и после педагогического эксперимента (баллы)



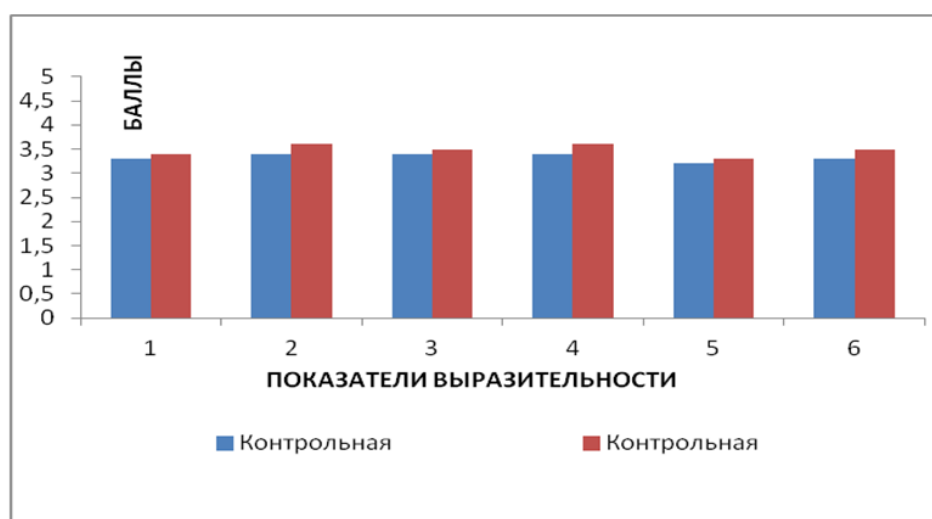
Таблица 2

Показатели контрольной группы после исследования (в баллах)

№ п/п	Целостность	Динамичность	Танцевальный характер	Динамика	Метроритм	Координация
1	3.4	3.9	3.2	3.5	3.6	3.5
2	3.3	3.8	3.6	3.1	3.1	3.5
3	3.4	3.7	3.5	3.5	3.2	3.5
4	3.3	3.7	3.5	3.6	3.4	3.4
5	3.5	3.3	3.6	3.5	3.1	3.3
6	3.2	3.5	3.8	3.7	3.5	3.5
7	3.3	3.7	3.5	3.9	3.2	3.6
8	3.4	3.6	3.6	3.5	3.1	3.5
9	3.7	3.5	3.4	3.8	3.5	3.6
10	3.5	3.3	3.3	3.8	3.3	3.6
Сред. знач.	3.4	3.6	3,5	3.6	3.3	3.5

Показатели развития выразительности улучшились не в значительной степени: целостность движений увеличилась на 3 %, динамичность – на 5,9 %, соответствие движений характеру музыки – на 2,9 %, динамика – на 5,9 %, метроритм – на 3,1 %, координация – на 6 %. Изменения показателей в контрольной группе в сторону их улучшения не носят достоверный характер ($p>0,01$).

Результаты тестирования контрольной группы до и после проведенного эксперимента наглядно показаны на рис. 2.



Условные обозначения: 1 – целостность; 2 – динамичность; 3 – соответствие движений характеру музыки; 4 – динамика; 5 – метроритм; 6 – координация

Рис. 2. Средние показатели выразительности гимнасток контрольной группы до и после эксперимента (баллы)

Выводы:

1. Проведенный эксперимент показал, что после 3-месячного тренировочного процесса показатели выразительности улучшились в обеих группах, но с разной степенью выраженности. В контрольной группе результаты возросли в малой степени и не имеют достоверности различий ($p>0,01$), в экспериментальной группе результаты улучшились с достоверной степенью различия ($p<0,01$).

2. Полученные в ходе эксперимента данные свидетельствуют о положительном воздействии разработанной методики на развитие показателей выразительности движений у детей младшего школьного возраста, занимающихся художественной гимнастикой, что указывает на эффективность и целесообразность ее применения на начальном этапе подготовки юных гимнасток.

3. Результаты эксперимента также показали, что выразительность – это не всегда врожденное качество человека, оно может воспитываться той средой, в которой ребенок учится и развивается.

РАЗДЕЛ 4. АДАПТИВНАЯ И ЛЕЧЕБНАЯ ФИЗИЧЕСКАЯ КУЛЬТУРА

УДК 796.01

Абызова Татьяна Васильевна

кандидат биологических наук, доцент кафедры адаптивной и лечебной
физической культуры

Акатова Алевтина Анатольевна

доктор медицинских наук, профессор кафедры адаптивной и лечебной
физической культуры

Рудаков Федор Дмитриевич

студент факультета физической культуры

*ФГБОУ ВО «Пермский государственный гуманитарно-педагогический
университет», Пермь, Россия*

614990, Пермь, Сибирская, 24, +7 (342) 212-91-21

e-mail: vilat57@mail.ru

РАЗВИТИЕ ФИЗИЧЕСКИХ КАЧЕСТВ У ШКОЛЬНИКОВ С НАРУШЕНИЕМ ЗРЕНИЯ В УСЛОВИЯХ КОРРЕКЦИОННОЙ ШКОЛЫ III–IV ВИДА

Tatiana V. Abyzova

Ph.D., Associate Professor of Adaptive and Medical Physical Culture

Alevtina A. Akatova

Doctor of Medical Sciences, Professor, Department of Adaptive and Medical
Physical Culture

Fedor D. Rudakov

Student of Faculty of Physical Culture

Federal State Budget Educational Institution of Higher Education

«Perm State Humanitarian Pedagogical University»

24, Sibirskaja, 614990, Perm, Russia

e-mail: vilat57@mail.ru

THE DEVELOPMENT OF PHYSICAL QUALITIES OF SCHOOLCHILDREN WITH VISUAL IMPAIRMENT IN THE CONDITIONS OF CORRECTIONAL SCHOOLS OF III–IV

Аннотация. В статье представлены результаты исследования уровня физического развития школьников, имеющих нарушение зрения. Показаны результаты уровня развития выносливости, силовых и скоростных качеств у школьников девятых классов коррекционной школы III–IV вида. Представлен комплекс упражнений, направленных на развитие физических качеств учащихся, и показана его эффективность при использовании на занятиях физической культурой.

Ключевые слова: здоровье, зрительная патология, уровень физического развития, физические качества, комплекс упражнений, сравнительный анализ.

Abstract. The article presents the results of research of physical development of schoolchildren with impaired vision. Shows the results of the level of development of endurance, power and speed qualities in schoolchildren of the ninth grade special education school III–IV. The complex of exercises directed on development of physical qualities of pupils and shows ego efficiency when used at physical culture lessons.

Key words: health, visual pathology, the level of physical development, physical abilities, exercises, comparative analysis.

Актуальность исследования. Одним из наиболее тяжелых видов нарушения здоровья, приводящих к социальной недостаточности, является полная или частичная утрата зрения [4]. В России более 22 тысяч детей с патологией зрения, из них 11 тысяч с тяжелыми нарушениями, в том числе 3 тысячи детей – тотально слепые и год от года их количество возрастает [2; 4].

В школах для слабовидящих физическое воспитание является одним из важнейших средств всестороннего развития детей и приобщения их к трудовой деятельности. Физическое воспитание слабовидящих детей имеет свои особенности, которые обусловлены не только нарушением зрения, но и наличием вторичных отклонений в физическом и психическом развитии [2; 4; 6].

Уровень физического развития и физической подготовленности детей младшего и среднего школьного возраста с депривацией зрения значительно отстает от нормально видящих сверстников. С возрастом показатели физического развития у них меняются, но значительно медленнее по сравнению с нормально видящими. Так, у этой категории детей отмечаются наиболее выраженные отклонения в деятельности сердечно-сосудистой и дыхательной систем, а также задержка развития скоростных и силовых качеств на всех возрастных этапах развития.

Совершенствование системы физического воспитания детей с нарушениями зрения является одной из важных задач в свете реформ общего образования. Это прежде всего связано понижением функционального состояния организма и двигательной активности у слабовидящих детей.

В настоящее время в Российской Федерации почти в каждом региональном центре существуют коррекционные школы детей с нарушением



зрения. В г. Перми такой школой является школа-интернат для незрячих и слабовидящих детей, где проходят обучение около 200 человек.

Для работы с этой категорией детей целесообразно разрабатывать специальные индивидуальные методики физического воспитания, направленные на развитие физических качеств, что и определило актуальность данного исследования [6], целью которого стало повышение уровня физического развития у детей с нарушениями зрения в условиях Краевой специальной (коррекционной) общеобразовательной школы-интерната III–IV вида.

Для достижения поставленной цели последовательно решались задачи, связанные с изучением физического развития учащихся Краевой специальной (коррекционной) общеобразовательной школы-интерната III–IV вида, разработки комплекса упражнений, направленных на развитие выносливости, скоростных и силовых качеств у этих детей с последующим применением его на занятиях физической культурой. На заключительном этапе исследования ставилась задача по оценке эффективности воздействия разработанного комплекса упражнений на уровень физической подготовленности исследуемых по вышеперечисленным показателям.

Методы исследования. В ходе решения поставленных задач применялись следующие методы исследования: для оценки выносливости сердечно-сосудистой системы к нагрузкам – Гарвардский степ-тест (тест «Ступеньки»); для оценки скорости, проявляемой в целостном движении (максимальной скорости), – тест «Челночный бег (3x10 м)».

При тестировании силовых качеств применялись простейшие методики с использованием веса собственного тела, такие как сгибание – разгибание рук в упоре лежа (сила мышц плечевого пояса), поднимание туловища в сед из положения лежа на спине (сила мышц брюшного пресса) и поднимание и опускание туловища и рук над землей (сила мышц спины).

Полученный материал подлежал математической обработке с использованием непараметрических критериев Вилкоксона (WilcoxonMatchedPairsTest) и Манна-Уитни (Mann-WhitneyUTest) [1; 3; 5].

Комплекс упражнений, силовой и скоростной направленности продолжительностью от 10 до 12 минут разработан для включения в основную и заключительную часть урока физической культуры учащихся девятых классов специальной (коррекционной) общеобразовательной школы-интерната III–IV вида. Занятия физической культурой осуществлялись 2 раза в неделю. В состав комплекса включены силовые упражнения на основные группы мышц плечевого пояса, брюшного пресса, спины (основная часть урока) и игры-эстафеты «Веселые старты» (заключительная часть урока). Количество упражнений и игр предусматривает их вариативность в течение четырех уроков, с последующим увеличением нагрузки при условии обязательного обеспечения наблюдения за самочувствием занимающихся, качеством и безопасностью при выполнении упражнений [1; 4; 6].

Организация исследования. Исследования проводились на базе Краевой специальной (коррекционной) общеобразовательной школы III–IV вида с марта по май 2016 г. В нем приняли участие 16 учащихся (мальчиков) 9-х классов с патологией зрения (центральной дегенерацией сетчатки, смешанным астигматизмом обоих глаз, отслойкой сетчатки обоих глаз, врожденной миопией высокой степени обоих глаз, нистагмами обоих глаз, частичной атрофией зрительного нерва), в возрасте 15 лет. Выбор возрастной категории учащихся обусловлен тем, что физическое развитие детей с нарушением зрения, как было отмечено ранее, отстает от сенситивного возраста здоровых детей на 3–4 года.

Для достижения поставленной цели в ходе педагогического эксперимента исследуемые были разделены на 2 репрезентативные группы:

- 1-я группа (основная) – учащиеся ($n=8$), с которыми проводились уроки физической культуры с использованием комплекса упражнений, направленных на развитие выносливости, силовых и скоростных качеств;
- 2-я группа (контроля) – учащиеся ($n=8$), с которыми проводились только занятия физической культурой, согласно существующей школьной программе.

Результаты исследования. На начальном этапе исследования физической подготовленности учащихся данной возрастной и нозологической группы ($n=16$) установлено следующее:

1. Оценка выносливости сердечно-сосудистой системы с помощью теста «Ступеньки» выявила высокий уровень у 18,7 % лиц ($n=3$), средний – у 37,5 %, ($n=6$), низкий – у 43,8 %, ($n=7$), что свидетельствует о сниженном уровне ее функционального состояния и работоспособности у большинства исследуемых.

2. Тестирование силовых качеств мышц плечевого пояса позволило выявить средний и низкий уровни развития у 50 и 50 % лиц соответственно. При этом силовые качества мышц брюшного пресса составили высокий уровень – у 37,5 % лиц ($n=6$), средний – у 43,8 % ($n=7$) и низкий – у 18,7 % ($n=3$).

Результаты развития силы мышц спины показали преимущественно низкий уровень у 11 лиц (68,8 %) и средний уровень у 5 (31,2 %).

3. Показатели развития скоростных качеств у исследуемых ($n=16$) при выполнении теста «Челночный бег 3х10 м» не соответствовали нормативному уровню в 100 % случаев при среднем значении $11,22 \pm 1,26$ с (ниже среднего), что указывает на уровень снижения физической подготовленности у детей со зрительной патологией.

Для оценки эффективности разработанного комплекса упражнений, адаптированного к занятиям физической культурой, в ходе педагогического эксперимента был проведен сравнительный анализ полученных данных в группах наблюдения.

Анализ результатов в основной группе наблюдения позволил установить общую тенденцию к улучшению уровня развития силовых качеств



у исследуемых, что выразилось в увеличении количества отжиманий от пола с $18,44 \pm 1,36$ (низкий) до $20,12 \pm 0,98$ раз (ниже среднего) и улучшении средних значений в группе по оценочному показателю уровня развития силы мышц брюшного пресса с $20,46 \pm 0,88$ (ниже среднего) до $22,24 \pm 1,46$ количества раз (средний). Однако изменений со стороны силы мышц спины в этой группе учащихся не отмечалось (рис. 1). В группе контроля значимых изменений по показателям силовых качеств не регистрировалось.

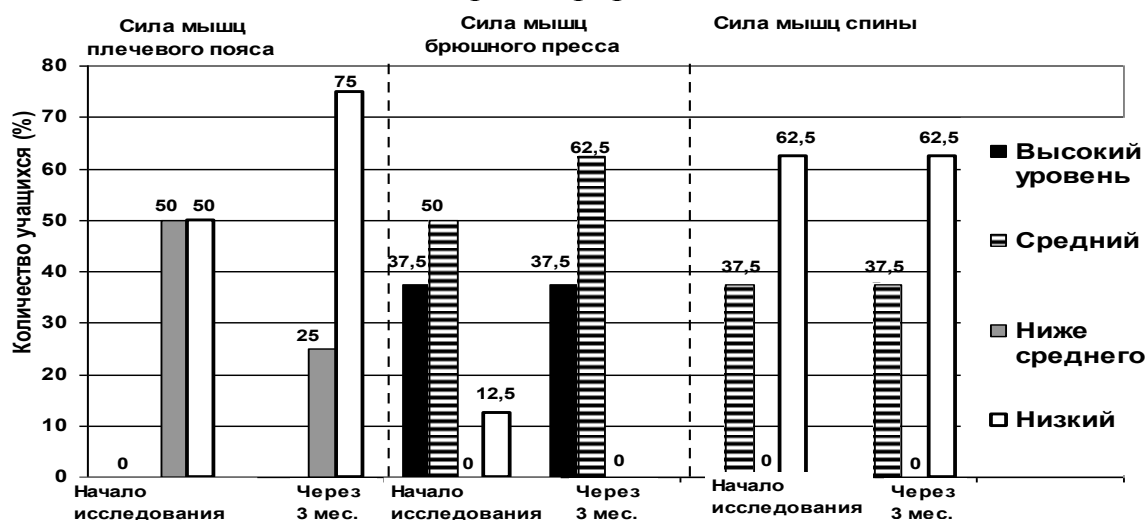


Рис. 1. Результаты исследования силовых качеств под воздействием комплекса упражнений среди учащихся основной группы

По окончании исследования по данным уровня развития скоростных качеств учащихся основной группы ($n=8$) наблюдалось сокращение времени, затраченного на выполнение теста «Челночный бег 3x10 м» на 2 секунды у 3 (37,5 %) и на одну секунду у 2 исследуемых (25 %), что позволило судить о положительной тенденции в развитии данного качества. Среднее значение в группе улучшилось с $11,12 \pm 1,26$ до $10,34 \pm 0,48$ с, $p > 0,05$. При сравнении полученных результатов с идентичными в группе контроля, где регистрировалось улучшение данного показателя на одну секунду у 3 лиц (37,5 %), позволило судить об эффективности влияния разработанного комплекса упражнений на уровень физической подготовленности учащихся, имеющих зрительную патологию.

Полученные результаты уровня развития выносливости в основной группе показали ее улучшение у 2 исследуемых от низкого показателя до среднего, у 2 – незначительное улучшение результата в пределах среднего уровня, в результате чего среднее значение в группе улучшилось с $80,33 \pm 1,24$ (средний) до $78,22 \pm 0,98$ секунд (средний), $p > 0,05$. При это в группе контроля тенденция к улучшению измеряемого показателя отмечалась только у 3 человек, а среднее значение в группе не имело значимых изменений и составило $80,64 \pm 1,98$ секунд, что соответствует среднему уровню (рис. 2).

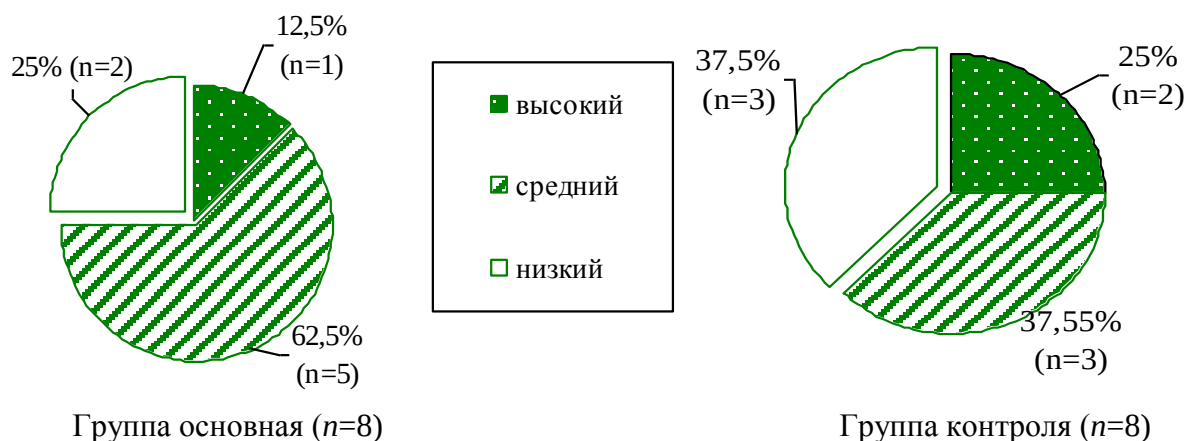


Рис. 2. Результаты исследования уровня выносливости сердечно-сосудистой системы по данным теста «Ступеньки» до и по окончании эксперимента

Закключение. В ходе исследовательской работы установлено, что у школьников, имеющих зрительную патологию, снижен (относительно нормы) уровень физического развития по показателям выносливости сердечно-сосудистой системы (81,3 % лиц); уровень развития силы мышц плечевого пояса (100 %), брюшного пресса (62,5 %) и мышц спины (100 %); развития скоростных качеств (100 %), что соответствует данным современных литературных источников по проблеме физического развития школьников, имеющих отклонения в состоянии здоровья. Разработанный комплекс упражнений, направленных на развитие физических качеств школьников и используемый на занятиях физической культурой в коррекционной школе III–IV вида, способствует развитию физической подготовленности и повышению уровня функционального состояния организма, что указывает на дополнительные возможности в реализации физической культуры в специальных (коррекционных) образовательных учреждениях.

Список литературы

1. *Беляева И.В.* Методическая поддержка педагогов в организации физкультурно-оздоровительной работы в ДОУ // Справочник старшего воспитателя дошкольного учреждения. 2011. № 1. С. 14–18.
2. *Борякова Н.Ю.* Педагогические системы обучения и воспитания детей с отклонениями в развитии. М.: АСТ: Астель, 2008. 222 с.
3. *Йегер Й.М., Крюгер Карстен.* Мышцы в спорте. Анатомия. Физиология. Тренировка. Реабилитация. М.: Практическая медицина, 2016. 408 с.
4. *Литош Н. Л.* Адаптивная физическая культура. Психолого-педагогическая характеристика детей с нарушениями в развитии: учеб. пособие для студентов вузов. М.: СпортАкадемПресс, 2002. 140 с.
5. *Лях В.И.* Физическая культура. Тестовый контроль: пособие для учителей общеобразоват. организаций. 3-е изд., перераб. и доп. М.: Просвещение, 2014. 208 с.
6. *Шапкова Л.В.* Частные методики адаптивной физической культуры: учебник / под общ. ред. проф. Л.В. Шапковой. М.: Советский спорт, 2007. 608 с.



УДК: 796.015.12+796.015.682

Шарова Людмила Васильевна

доктор биологических наук, профессор кафедры адаптивной и лечебной физической культуры

Шаров Аркадий Валерьевич

кандидат биологических наук, доцент кафедры адаптивной и лечебной физической культуры

ФГБОУ ВО «Пермский государственный гуманитарно-педагогический университет», Пермь, Россия

614990, Пермь, Сибирская, 24, +7 (342) 212-91-21

e-mail: sharovalv@bk.ru

РЕЗУЛЬТАТЫ ДЕМОГРАФИЧЕСКИХ ИССЛЕДОВАНИЙ ПО АДАПТАЦИИ И СОХРАНЕНИЮ ДЕЕСПОСОБНОСТИ ЛИЦ, ПРОЖИВАЮЩИХ В УСЛОВИЯХ СЕВЕРНОГО УРАЛА

Liudmila V. Sharova

Doctor of Biology, Professor, Adaptive and Therapeutic Physical Education, Department

Arkady V. Sharov

Ph.D., Associate Professor

Federal State Budget Educational Institution of Higher Education

«Perm State Humanitarian Pedagogical University»

24, Sibirskaja, 614990, Perm, Russia

e-mail: sharovalv@bk.ru

THE RESULTS OF DEMOGRAPHIC STUDIES ON THE ADAPTATION AND PRESERVATION OF LEGAL CAPACITY FOR PERSONS LIVING IN CONDITIONS OF THE NORTHERN URALS

Аннотация. Одной из актуальных задач нашей экспедиции явилось изучение адаптационных возможностей организма человека в условиях Северного Урала на примере модели цервикальной дорсопатии (ЦД), (остеохондроза шейного отдела позвоночника) с помощью биоэнергоинформационных технологий. Авторами обследовано 83 человека с ЦД, проживающих на Северном Урале.

Ключевые слова: адаптационные возможности организма человека, Северный Урал, цервикальная дорсопатия, манси.

Abstract. One of actual tasks of our expedition was a study of adaptation possibilities of organism of man in the conditions of North Urals on the model of cervical dorsopathy (CD), (degenerative disc disease of the cervical spine) using a bio-power-informational technologies. The authors examined 83 people with TSD residing on SU.

Key word: adaptation possibilities organism of man, North Urals, cervical dorsopathy, muncie.

Цель нашего исследования – изучение *оценки функционального состояния организма* с помощью алгоритмов биоэнергоинформационной диагностики и его коррекция в полевых условиях Северного Урала (СУ).

Одна из главных задач нашей экспедиции состояла в проведении комплекса медико-биологических исследований на основе биоэнергоинформационных технологий, связанных с изучением в условиях Северного Урала на примере модели цервикальной дорсопатии (ЦД), (остеохондроза шейного отдела позвоночника) [4; 6; 7].

Применение АПК «Имедис-Фолль» позволило в целом решить задачу объективной и оперативной оценки состояния функциональной и адаптивной систем организма с помощью метода вегетативного резонансного теста (ВРТ).

Внешними стрессорными факторами для нас были: низкая температура – 35°C, управление снегоходом в условиях пересеченной местности в горах, транспортировка грузов, жара до + 35°C (жарко натопленная печь в «душной» избе). Внутренним стрессором является усиленная нервно-мышечная работа. В этих условия организм не усиливает, а ослабляет свою реакцию на воздействие стрессоров [1]. В наших исследуемых группах изменения на первом этапе не вызвали тяжелых последствий в организме, так как организм был переключен на мышечную работу, а не находился в состоянии гиподинамии [3; 8; 9; 10]. Доказано, что в центральной нервной системе (ЦНС) под влиянием сильных раздражителей развивается резкое возбуждение, сменяющееся запредельным торможением, что ведет к снижению чувствительности центральных нервных аппаратов (И.П. Павлов), поэтому другие сильные воздействия уже воспринимаются менее значимо.

Методы и организация исследования. Нами обследовано 83 человека с ЦД, проживающих на СУ. Возраст варьировал от 18 до 65 лет, с преобладанием наблюдений в возрастных группах 40–49 лет. Средний возраст обследуемых составил $39,65 \pm 0,5$ лет, при длительности заболевания ЦД – $3,5 \pm 0,3$ лет, у мужчин – $39,04 \pm 0,5$ у женщин – $38,05 \pm 0,2$. Группа обследуемых, проживающих на СУ, представлена *коренными жителями* – манси (А), относящимися к представителям финно-угорской языковой группы (15 наблюдений); *коренными – пришлыми* (Б), живущими в данной местности на



протяжении 2–3 поколений (30); *временно проживающими* (В): научные сотрудники, охотоведы, лесозаготовители (38). Лечение и профилактику обострений проводили с помощью аппаратно-программного комплекса АПК «Имедис-Фолль» (г. Москва). С помощью АПК «Имедис-Фолль» определяли функциональное состояние организма по результатам измерения биологически активных точек (БАТ) и ВРТ – «Имедис-Тест».

Попав в условия Севера, человек подвергается действию не только низких температур, но и измененного режима освещенности и уровня радиации. Как показал опрос, проявления адаптационного синдрома (АС) возникали чаще всего на первые сутки (73,2 %). Среди проявлений АС отмечались сонливость (25,3 %), бессонница (21,3), состояние тревоги (19,6). У людей, работающих вахтовым методом, при нерегулярной нагрузке защитные механизмы и адаптивная перестройка организма могут давать срыв – дезадаптацию. Фактором, нарушающим условия развития организма, является ограничение информации. К нарушению сна приводит изоляция человека, могут появиться зрительные и слуховые галлюцинации.

Согласно разработанным нами *критериям оценки функционального состояния организма* с помощью алгоритмов энергоинформационной диагностики (см. рисунок), выявлены следующие уровни функционального состояния организма [5]:

Иссякающий уровень (Г), означающий срыв механизмов адаптации, характеризуется низкими адаптационными возможностями организма (АВО), что требует обследования у специалистов.

Низкий уровень (В) характеризуется перенапряжением организма. Параметры указывают на снижение функциональных возможностей организма. Требуется реабилитационная программа, так как это группа риска.

Средний уровень (Б) соответствует «пограничному состоянию». Характеризуется сниженным функциональным резервом основных систем организма, устойчивостью нейродинамических процессов. Необходимо упорядочить режим труда и отдыха, дифференцировать физические нагрузки, перетрансформировать психоэмоциональные. Требуется коррекционная программа.

Высокий (устойчивый) уровень (А) характеризуется высокими резервами адаптации основных систем организма.

Такой комплексный индивидуальный подход к оценке АВО обосновывает целесообразность использования коррекционных и восстановительных средств для повышения АВО и позволяет не допустить срыва адаптации.

Наш способ коррекции и профилактики ЦД заключается в следующем:

У пациента измеряются показатели ЭФИ БАТ по 7 меридианам, определяется электрофармацевтический спектр колебаний (ЭФСК). Для этого с максимально болезненных БАТ записываем с помощью трансфера (встроенного в аппарат «БРТ-Имедис-Фолль» записывающего устройства) в течение 30 секунд, затем инвертируем (переводим) ее в условную физиологическую частоту (50-60 у.е.) и переносим созданную частоту на гомеопатическую крупку. Затем обрабатываем крупку электромагнитными колебаниями с частотой, определяемой по специально разработанной формуле [2].



Рис. Критерии оценки функционального состояния организма



Запись каждой частоты – 15 секунд. После этого ЭФСК фиксируют с помощью медицинского пластыря на корпоральные биологически активные точки. Курс лечения и профилактики 7–10 сеансов, при необходимости курс повторяют с перерывом не менее 3 месяцев. Для усиления лечебного эффекта возможно одновременное дополнительное проведение массажа и принятие ЭФСК внутрь в дозе по 3 крупки 3 раза в день в течение 7–10 дней. 7 сеансов ЭФСК+БРТ полностью купировали болевой синдром, причем заметно увеличивались показатели электрофизиологических измерений БАТ ($S-T$, $W-T$, $p=0,0001$) болевой синдром исчез; улучшилось качество жизни пациентов без фармацевтических средств.

Результаты исследования подвергнуты математической обработке с помощью пакетов статистических программ Excel 5.0, StatisticaforWindows 5.0 и «Биостатистика».

Выводы

1. Результаты медико-биологических и демографических исследований способствуют разработке научно обоснованных профилактических мероприятий по оптимизации адаптации и сохранению дееспособности, выработке критериев оценки индивидуального здоровья.

2. Высокий уровень распространения ЦД у лиц, проживающих в районах Северного Урала, свидетельствует о необходимости оптимизации и совершенствования организации профилактической и лечебно-реабилитационной помощи с применением автономных приборов, удобных в полевых условиях, особенно там, где нет стационарных источников электропитания.

3. Состояние здоровья коренных – пришлых оказалось значительно хуже, чем у коренных жителей – манси и временно проживающих, так как по нашему убеждению, среди факторов, формирующих здоровый образ жизни населения, отсутствует не только здоровый образ жизни, но и такие ценности, как культурный и духовный потенциал.

4. В результате применения биоинформационных технологий создаются условия для восстановления собственных генетически обусловленных биоритмов человеческого организма в соответствии с законами резонанса.

5. Изготовлены и апробированы транспортировочные сани из титана.

6. Проложена снегоходная трасса для доставки продуктов питания и медикаментов.

Список литературы

1. Агаджанян Н.А., Труханов А.И., Шендеров Б.А. Этюды об адаптации и путях сохранения здоровья. М.: Сирин, 2002. С. 36–54.

2. Критерии оценки функционального состояния организма с помощью вегетативного резонансного теста «Имедис-тест»: свидетельство на интеллектуальный продукт 73200600023 РФ / Л.В. Шарова. М.: ФГУП ВНИИЦ, 2006.
3. Математический метод диагностики уровня здоровья: свидетельство на интеллектуальный продукт 73200700030 РФ / Л.В. Шарова. М.: ФГУП ВНИИЦ, 2007.
4. *Разумов А.Н., Шарова Л.В., Кравцов Ю.* Адаптационные резервы организма и их коррекция с применением биоинформационных технологий. Пермь: ПГГПУ, 2011. 297 с.
5. Способ коррекции адаптационно-компенсаторных механизмов при цервикальной дорсопатии в условиях Северного Урала: свидетельство на интеллектуальный продукт 73200400126. РФ. М., 2004.
6. Способ лечения и профилактики остеохондроза шейного отдела позвоночника: пат. на изобретение РФ № 2204374, 20 мая 2003 г. / Шарова Л.В.
7. Транспортировочные сани: пат. на изобретение РФ / Шаров А.В., Шарова Л.В., 2004.
8. *Шаров А.В.* Влияние занятий экстремальными видами спорта на адаптационные возможности организма студентов: дис. ... канд. биол. наук. Набережные Челны, 2012. 185 с.
9. *Шарова Л.В.* Биоинформационные подходы к оценке и восстановлению адаптационных резервов организма: дис. ... д-ра биол. наук. М., 2007. 198 с.
10. *Шарова Л.В.* Биологические эффекты биорезонансной терапии в восстановительном лечении при шейном остеохондрозе: дис. ... канд. биол. наук. М., 2002. 195 с.

РАЗДЕЛ 5. ТУРИЗМ И ПРОФЕССИОНАЛЬНОЕ ТУРИСТСКОЕ ОБРАЗОВАНИЕ

УДК 796 (072.3)

Бородулина Юлия Вячеславовна
магистрант факультета физической культуры

*ФГБОУ ВО «Пермский государственный гуманитарно-педагогический
университет», Пермь, Россия*
614990, Пермь, Сибирская, 24, +7 (342) 238-63-44
e-mail: yuliya_sport81@mail.ru

ИСПОЛЬЗОВАНИЕ СРЕДСТВ ТУРИЗМА НА УРОКАХ ФИЗИЧЕСКОЙ КУЛЬТУРЫ В ПЯТЫХ КЛАССАХ

Yuliya V. Borodulina
Student of Faculty of Physical Culture

*Federal State Budget Educational Institution of Higher Education
«Perm State Humanitarian Pedagogical University»*
24, Sibirskaja, 614990, Perm, Russia
e-mail: yuliya_sport81@mail.ru

THE USE OF TOURISM RESOURCES AT PHYSICAL TRAINING LESSONS IN THE FIFTH CLASS

Аннотация. Разработанная программа по использованию средств туризма на уроках физической культуры школьников пятых классов позволяет подготовить учащихся к сдаче норм ГТО. Данная программа является актуальной в настоящее время, поэтому она востребована.

Ключевые слова: физическая культура, ГТО, средства туризма.

Abstract. The program developed for the use of tourism resources in the lessons of physical culture school fifth grade, allows you to prepare students for passing standards TRP. This program is a topical issue at the moment and has a demand for its use.

Key words: physical culture, GTO, means of tourism.

В настоящее время актуальным является использование элементов туризма на уроках физической культуры (ФК), с целью подготовки учащихся к сдаче нормативов Всероссийского физкультурно-спортивного комплекса «Готов к труду и обороне» (ГТО). Использование элементов туризма на

занятиях ФК, как показали исследования, оказывает на укрепление здоровья школьника гармоничное физическое, нравственное и социальное развитие, формирование установки на сохранение здоровья, навыков здорового и безопасного образа жизни.

Туризм является не только прекрасным средством физического воспитания, но и незаменимым инструментом подготовки школьников к жизни [1]. Как одно из средств физического воспитания туризм – это прикладной вид, включающий в себя разные формы двигательных действий по рациональному преодолению значительных расстояний в малонаселенной местности, выполняемых в естественных условиях коллективными усилиями, с подчинением личных интересов общественным. Главная цель – формирование у человека умений и навыков, вместе с решением общих задач: образовательных, оздоровительных, воспитательных и спортивных. Их решение происходит в тесном единстве и не зависит от возраста и уровня физической подготовки занимающихся [1]. Освоение знаний и умений в сфере туризма позволяет школьнику в будущем использовать их в выбранной профессии. Навыки ориентирования необходимы в таких профессиях, как геолог, геодезист, пилот, военнослужащий, полицейский и др.

В связи с этим возникает необходимость профилирования процесса физического воспитания при подготовке студентов к трудовой деятельности, сочетания общей физической подготовки со специализированной – профессионально-прикладной физической подготовкой. Специалист должен иметь хорошую физическую подготовку для того, чтобы суметь приготовить ночлег и пищу в походных условиях, а также преодолеть расстояния с рюкзаком. Для вышесказанных специальностей именно занятия туризмом служат отличной подготовкой к профессиональной деятельности.

В 1972 г. впервые туристический поход и соревнования по спортивному ориентированию были включены в комплекс ГТО [2].

Современный комплекс ГТО является программой и нормативной базой системы физического воспитания различных групп населения РФ, устанавливает требования к физической подготовленности граждан РФ, включающие виды испытаний (тесты) и нормы, перечень знаний, правил ведения здорового образа жизни, двигательных умений и навыков.

Протяженность туристского похода для пятых классов (11–12 лет), составляет 5 км. Навыки и знания, которыми должны обладать обучающиеся:

- установка палатки;
- укладка рюкзака;
- завязывание узлов: прямой, восьмерка;
- ориентирование на незнакомой местности по карте и компасу;



- разжигание костра;
- способы преодоления препятствий.

Ориентирование на незнакомой местности заключается в определении своего местоположения, осуществляется с помощью компаса и карты, по положению солнца, а также с помощью других возможных методов [3].

Препятствиями, которые необходимо преодолеть, являются овраги, болота, преодолимые водоемы, перевалы через горную местность. При этом важны координационные навыки при сохранении равновесия при преодолении любой преграды или препятствия с использованием страховочных веревок. Для совершенствования перечисленных навыков в уроки физической культуры перед походом включают упражнения на преодоление полос препятствий различной сложности.

Пристальное внимание при освоении данного норматива уделяется оказанию первой медицинской помощи при получении участниками похода различных травм, ожогов, порезов, обморожений, при транспортировке пострадавшего в безопасное место на самодельных носилках.

На привале турист сталкивается с необходимостью разжечь костер в дождливую погоду, установить палатку, приготовить пищу в полевых условиях, загасить огонь, покидая место отдыха, с соблюдением правил пожарной безопасности. Палатка должна быть легкой, водонепроницаемой и прочной, собрана без складок, надежно укреплена.

При подготовке к проверке туристских навыков ГТО особое внимание уделяется физической подготовке детей, так как прохождение дистанции требует выносливости и силы. Маршрут составляется с учетом различных уровней сложности, присутствует не только равнинная местность, но и подъем по склону, преодоление преград и транспортировка [3].

В туристических походах применяются изученные на уроках физкультуры двигательные действия (преодоление препятствий, водных преград, лазание, ходьба и др.), используются приобретенные на уроках географии, биологии, астрономии знания.

Проблема современного состояния преподавания физической культуры в школе состоит в том, что модернизация российского образования привнесла в школу много значительных изменений как для учеников, так и для учителей. Изменились цели образования; результатом обучения должен стать ученик, способный создавать собственный продукт, в процессе которого он овладевает действиями по его созданию [1].

Главной целью введения ФГОС является создание условий, позволяющих решить стратегические задачи российского образования – повышение качества образования, достижение новых образовательных результатов, соответствующих современным запросам образования.

В соответствии с требованиями ФГОС к образовательным результатам предметом оценки деятельности ученика, учителя и образовательного учреждения являются не только предметные, но и метапредметные и личностные результаты.

К метапредметным относят такие результаты, которые формируются в разных учебных предметах, при реализации разных видов деятельности школьников. Метапредметные результаты относят к сквозным образовательным результатам, связанным с формированием у школьников универсальных учебных действий, которыми должен обладать человек для включения в современные процессы деятельности, кооперации и коммуникации, специфические формы мышления, определяющие лицо современного мира.

Сквозные образовательные результаты, выступающие как базовые и проходящие через все образовательные области и ступени образования, должны стать интегральной характеристикой образовательной результативности школьника и могут быть описаны через:

- образовательную самостоятельность, подразумевающую умение школьника находить средства для собственного продвижения, развития;
- образовательную инициативу – умение выстраивать свою образовательную траекторию, создавать необходимые для собственного развития ситуации и адекватно их реализовать;
- образовательную ответственность – умение принимать для себя решение о готовности действовать в нестандартных ситуациях.

Для решения образовательных результатов мы взяли метапредметную связь уроков физической культуры (туризма) и географии. Изучаются такие темы, как:

- условные знаки карт;
- определение сторон горизонта по природным признакам;
- определение сторон горизонта по компасу;
- определение азимута на ориентир.

Школьники пятых классов в рамках метапредметных результатов в условиях ФГОС осваивают базовые навыки и умения:

- формирование адекватной самооценки учеников;
- формирование самоконтроля выполнения двигательных действий;
- способность к самостоятельному поиску средств выполнения заданий, предложенных учителем;
- способность к совместной учебной деятельности с одноклассниками, как самостоятельно и независимо от учителя (групповая работа), так и под руководством учителя;
- при недостаточном количестве знаний для решения предоставленных задач умение самостоятельно находить недостающие знания и восполнять недостающие умения.

Организация урока в пятом классе осуществляется следующим образом: один раз в неделю пятиклассникам предлагаются задания, в основу которых положены элементы туризма. Кроме того, стандарт направлен на развитие физических способностей и улучшение здоровья школьников, что является



важнейшим результатом образования, при этом особое внимание при подготовке уделяется ОФП.

Для решения конкретных задач повышения уровня физической подготовленности обучающихся используют следующие методы физического воспитания:

- дистанционный метод (метод непрерывного длительного упражнения);
- интервальный метод (выполнение упражнений со строго дозированными и заранее запланированными интервалами отдыха);
- круговой метод (последовательное выполнение упражнений, воздействующих на различные мышечные группы и функциональные системы, по типу непрерывной или интервальной работы);
- переменный метод (метод, характеризующийся непрерывным двигательным режимом с изменением скорости или мощности работы или чередованием упражнений);
- повторный метод (длительность интервалов отдыха планируется по самочувствию спортсмена);
- равномерный метод (метод, характеризующийся непрерывным длительным режимом работы с равномерной скоростью или усилиями);
- соревновательный метод (использование соревнований в качестве средства повышения уровня подготовленности спортсмена) [4].

В процессе школьного обучения все больше применяются не использовавшиеся ранее методы (проектный, исследовательский).

Развитие личности обучающегося на основе усвоения универсальных учебных действий, познания и освоения мира составляет цель и основной результат образования (умение учиться, формирование субъекта учебной деятельности). В соответствии с главной целью физической культуры является освоение учениками способов физкультурной деятельности для организации здорового образа жизни, активного отдыха и досуга, в том числе в подготовке к выполнению нормативов ГТО.

Список литературы

1. Ганопольский В.И., Безносиков Е.Я., Булатов В.Г. Туризм и спортивное ориентирование: учеб. для ин-тов и техникумов физической культуры. М.: Физкультура и спорт, 2008. 240 с.
2. Константинов Ю.С. Детско-юношеский туризм: учеб.-метод. пособие. М.: ФЦДЮТ и К, 2009. 163 с.
3. Локтев С.А. Легкая атлетика в детском и подростковом возрасте: практ. рук. для тренера. М.: Советский спорт, 2007. 404 с.: ил.
4. Указ о Всероссийском физкультурно-спортивном комплексе «Готов к труду и обороне» [Электронный ресурс]. URL: <http://kremlin.ru/acts/news/20636>.



УДК 796.5 (470.53)

Кириева Екатерина Константиновна

студентка кафедры теории и методики физической культуры

Мандрица Сергей Анатольевич

доктор биологических наук, профессор кафедры теории и методики физической культуры

ФГБОУ ВО «Пермский государственный гуманитарно-педагогический университет», Пермь, Россия

614990, Пермь, Сибирская, 24, (342) 212-91-21

e-mail: sergeyam62@mail.ru

РАЗВИТИЕ ДЕЛОВОГО ТУРИЗМА В ПЕРМСКОМ КРАЕ

Ekaterina K. Kiryaeva

Student of the Chair of Theory and Methodology of Physical Culture

Sergei A. Mandrytsa

PhD, Professor of the Chair of Theory and Methodology of Physical Culture

Federal State Budget Educational Institution of Higher Education

«Perm State Humanitarian Pedagogical University»

24, Sibirskaja, 614990, Perm, Russia

e-mail: sergeyam62@mail.ru

THE DEVELOPMENT OF BUSINESS TOURISM IN THE PERM REGION

Аннотация. Статья посвящена рассмотрению делового туризма как одного из основных сегментов рынка туристической индустрии в Пермском крае. Дано описание краткосрочного вечернего ознакомительного тура по городу Перми, рассчитанного на бизнес-туристов.

Ключевые слова: туризм и сервис, деловой туризм, бизнес-туризм.

Abstract. The article is devoted to business tourism as one of the main segments of the hospitality market in the Perm region. The description of the short evening tour around the city of Perm, is designed for business-travelers.

Key words: tourism services, business tourism, business-tourism.

К настоящему времени разными исследованиями подтвержден тот факт, что туристическая отрасль является лидером среди других отраслей по размеру мультипликативного эффекта на экономику. Один рубль вложений в сферу



туризма приносит почти 4 рубля суммарного дохода в других отраслях экономики. Такой же умножающий коэффициент существует и в занятости – 1 рабочее место в туризме приводит к появлению 4 рабочих мест в отраслях, соучаствующих в производстве туристского продукта. В среднем поступления от туриста распределяются в пропорции 20:80. Меньшая поступает туристским операторам и агентствам, большая по множеству каналов – во все сферы бизнеса, соучаствующие в обслуживании туристов: пассажирский транспорт, торговлю, учреждения культуры, здравоохранения, спорта, пищевую и легкую промышленность [1].

Согласно исследованию Всемирного совета по путешествиям и туризму (WWTC) общий вклад туризма в ВВП России в 2011 г. был чуть менее 3.4 трлн руб. (106 млрд долл.), или 5,9 % от общего объема ВВП, что превышает ВВП автомобилестроения или химического производства. Путешествия и туризм в России поддерживают около 4 млн прямых, косвенных и индуцированных рабочих мест, генерируют больше рабочих мест, чем в химической промышленности, и почти столько же рабочих мест, сколько в секторе финансовых услуг. Вклад туризма в ВВП России растет быстрее, чем большинство других секторов. Он будет расти в среднем на 4 % годовых в течение ближайших десяти лет, темпами выше, чем экономика в целом [10].

Хорошо известно, что в России есть регионы, обладающие большими природными ресурсами и развитой промышленной инфраструктурой. Развитие туризма в таких регионах важно не только с точки зрения поступления финансовых средств, но и обеспечения отдыхом и оздоровлением местного населения, удержанием молодежи в регионе, без которой инновационное развитие данного региона не возможно. Один из таких регионов – Пермский край, ведущими отраслями промышленности которого считаются добывающая, нефтеперерабатывающая и химическая промышленность, машиностроение, металлургия, лесная промышленность. Основными конкурентными преимуществами Пермского края по сравнению с другими регионами России являются: наличие природных ресурсов, основу которых составляют минерально-сырьевые ресурсы, лесные и водные ресурсы; энергоизбыточность региона и транзитное положение в транспортной сети России [8].

Не вызывает сомнения, что Пермский край обладает высоким туристско-рекреационным потенциалом. На его территории сосредоточены уникальные природные и рекреационные ресурсы, объекты культурного и исторического наследия. Здесь происходят экономические, спортивные и культурные события. В этом регионе представлен широкий спектр привлекательных туристических объектов, развитие которых должно обеспечиваться наличием всех видов базовой инфраструктуры. Пермский край с 2015 г. участвует в федеральной целевой программе «Развитие внутреннего и въездного туризма (2011–2018 гг.)» по проекту «Пермь Великая». Согласно проекту будут созданы новые туристские кластеры: «Ашатли», «Белая гора», «Парма», «Усьва», «Золотанка». Деловой туризм в регионе во многом связан с организацией конференций и форумов как регионального, так и международного масштабов. За 20 лет

работы выставочного центра «Пермская ярмарка» в его проектах приняли участие представители более 60 стран мира, в том числе стран Европы, Великобритании, США, Канады, Скандинавских стран, Китая и других государств Азиатско-Тихоокеанского региона. Ежегодно «Пермская ярмарка» принимает свыше 200 тыс. посетителей [3].

На сегодняшний день большая часть туристов посещает Пермский край с деловыми и профессиональными целями (42 %); на втором месте по посещениям находятся туристы, цель посещения которых – отдых и рекреация (29 %), на третьем месте – туристы, приезжающие в Пермский край с целью лечения и профилактики (24 %). Таким образом, конкурентные туристические преимущества региона с учетом потенциала развития (потребительского спроса) и доходности отдельных туристических направлений определяют пятерку приоритетных видов туризма для Пермского края [2]:

- 1) деловой;
- 2) активный;
- 3) культурно-познавательный и культурно-событийный;
- 4) лечебно-оздоровительный;
- 5) круизный.

В табл. 1 представлен рейтинг разных видов туризма для Пермского края [2].

Таблица 1

Рейтинг видов туризма для Пермского края

Туристические ресурсы региона	Потенциал развития туристского направления в регионе	Добавленная стоимость видов туризма
1. Активный	1. Деловой	1. Деловой
2. Деловой	2. Культурный (событийный)	2. Лечебно-оздоровительный
3. Культурный (познавательный, событийный)	3. Активный	3. Круизный
4. Круизный	4. Культурный (познавательный)	4. Активный
5. Лечебно-оздоровительный	5. Лечебно-оздоровительный	5. Культурный (познавательный)
6. Этнографический	6. Круизный	6. Культурный (событийный)

Проведенный относительно недавно анализ проблем развития туристской дестинации Пермского края [4] показал, что в целом ситуация по развитию внутреннего и въездного туризма в Пермском крае аналогична многим российским регионам. Тем не менее, несмотря на некоторую положительную динамику развития туристической отрасли в регионе, Пермский край не занимает в России лидирующих позиций, значительно уступая регионам-конкурентам. Вклад туризма в экономику края составляет около 1,1 %.



Наиболее распространенным для края по числу обслуженных туристов и обороту (общей стоимости проданных путевок) является выездной туризм (до 90 % объема туристского рынка Пермского края).

Не следует забывать и о таких преимуществах делового туризма, как слабовыраженная сезонность и высокая платежеспособность. Как правило, деловой туризм можно совместить с посещением различных достопримечательностей, экскурсионным или активным отдыхом, шопингом.

По данным Всемирной туристской организации (ЮНВТО, UNWTO), международный туризм в 2014 г. принес мировой экономике более 7,5 трлн долл. В свою очередь индустрия MICE принесла мировой экономике 1,18 трлн долл. за 2014 г. Странами-лидерами индустрии MICE (в денежном выражении) являются США и Китай. По данным Международной ассоциации делового туризма (Global Business Travel Association, GBTA), рост китайского сектора MICE увеличился вдвое с 2013 г. Российский сектор MICE является молодым, но быстроразвивающимся направлением построения эффективной модели международного делового общения и диалога между участниками современных международных экономических отношений. Доля российского сектора MICE на сегодняшний момент превышает 30 % рынка Восточной Европы [9].

К настоящему времени Россия занимает шестое место в мире в сфере MICE. Так, в 2011 г. около 2 миллионов гостей из-за рубежа посетили различные деловые мероприятия, которые проводились в России. Страной номер один в мире по проведению MICE (деловые встречи, поощрительные туры, организация конференций и корпоративных мероприятий) назван Китай, принявший в 2011 г. около 7,9 миллиона гостей. На втором месте Франция (около 5 миллионов), на третьем – Италия (около 3,5 миллиона). В топ–10 стран деловой сферы туризма вошли также Германия, Испания, Турция, Малайзия, Гонконг и Великобритания [5]. В то же время США продолжают оставаться мировым лидером по объему расходов туристов сегмента MICE. Согласно прогнозам Euromonitor International, число деловых путешественников значительно вырастет к 2016 г. Предполагается, что за это время китайский рынок MICE примет дополнительно около 7,1 миллиона гостей, США – 3,6 миллиона, Турция и Саудовская Аравия – по 2 миллиона, Индия и Марокко – по 1,5 миллиона, Сингапур – 1,4 миллиона, Индонезия и ОАЭ – по 1,3 миллиона. Российский рынок MICE до 2016 г. может принять на 1,3 миллиона гостей больше, чем в 2011 г. [5].

При сравнении мирового рынка делового туризма и российского можно отметить, что в России из всех видов бизнес-путешествий сегодня наиболее активно развивается выставочный туризм. Его доля на отечественном рынке составляет 40 %, в то время как на мировом рынке – 11 % (см. рисунок). Несколько отстают показатели по индивидуальному туризму: в России на долю индивидуального туризма приходится 45 % по сравнению с мировыми показателями, которые составляют 70 %. Быстрыми темпами в России развивается и инсентив-туризм, его доля составляет 5 % и наблюдается тенденция роста. Интересен и тот факт, что в 2014 г. процент бизнес-туристов

в выездном потоке составил 20,0 %, а во въездном – 14,5 % [7]. Не менее привлекательным направлением делового туризма является индивидуальный туризм (Meetings), который может быть рассчитан на одного-двух или более человек. На время обслуживания может быть предоставлен автомобиль с водителем и персональный гид-экскурсовод. Тур рассчитывается полностью под требования заказчика. Доля этого сегмента делового туризма составляет 45 %. В последние 5 лет произошла переориентация продолжительности индивидуальных деловых поездок с недели до 2–3 дней. Если раньше под такой поездкой понималось желание посетить другую страну, то сегодня такие поездки носят исключительно деловой характер, а клиенты пользуются возможностью заключить договоры, установить связи, приобрести технологии и др. Самым быстрорастущим сегментом делового туризма в России является инсентив-туризм (Incentives). У разных туроператоров на его долю приходится от 5 до 15 % объема продаж [7].

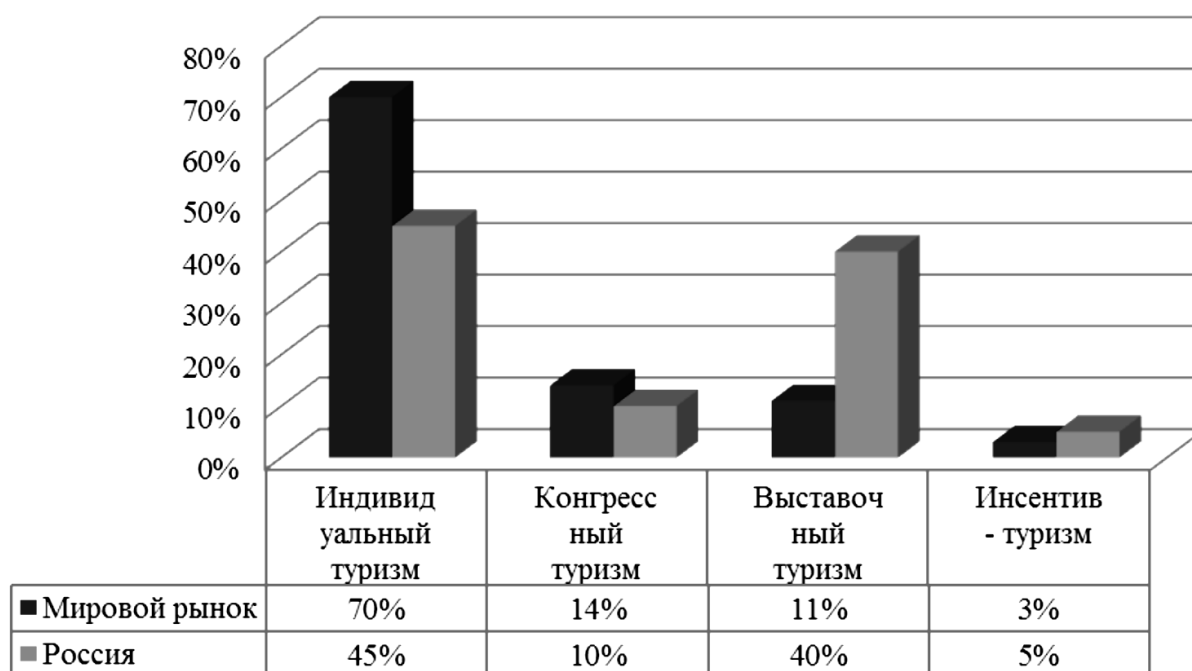


Рис. Структура рынка делового туризма за 2014 год [7]

Можно отметить, что деловой туризм в Пермском крае в целом демонстрирует заметный рост. Это обусловлено не только средствами, которые планирует выделить государство на развитие в этом регионе туризма в целом, но и привлечением зарубежных инвесторов, инвесторов из других регионов нашей страны. В сумме это создает прочную платформу для развития делового туризма, так как сам процесс создания туристической инфраструктуры уже включает в себя классические деловые поездки, выставки, конференции, форумы и т.д. [6].

Очевидно, что развитие делового туризма на базе новейших информационных технологий и последних мировых достижений может стать одним из эффективных ресурсов развития отечественных компаний и их



интеграции в мировой экономический процесс. Грамотное освоение этого ресурса позволит уже в ближайшее время получить заметную отдачу для всей экономики края и страны в целом [6].

В данной статье представлен тур «Вечерний город» с экскурсионным маршрутом по вечерней Перми, который разработан для приезжих туристов, целью поездки которых является деловой туризм.

За время обзорной экскурсии «Вечерний город» туристы должны ознакомиться с несколькими достопримечательностями Перми, отражающими историю и культуру Пермского края, а также погрузиться в атмосферу вечернего города (табл. 2).

Таблица 2

Программа тура «Вечерний город»

Время	Маршрут
В летнее время (с начала мая по конец августа)	
18:00	Место встречи гида с туристами (назначается клиентами)
18:20	Пешая прогулка по ул. Сибирская от ворот Горьковского парка до Пермского театра оперы и балета
19:10	Пермь I, надпись «Счастье не за горами»
19:40	Ул. Ленина, скульптуры «Пермяк соленые уши», «Пермский медведь»;
20:00	Посещение сувенирного магазина
20:30	Возвращение в гостиницу
В зимнее время (с сентября по апрель)	
18:00	Место встречи гида с туристами (назначается клиентами)
18:20	Посещение музея «Дом Мешкова»
19:10	Обзорная экскурсия по городу на автомобиле, ул. Сибирская
19:30	Ул. Ленина скульптура «Пермяк соленые уши», «Пермский медведь»;
20:00	Посещение сувенирного магазина
20:30	Возвращение в гостиницу

Тур «Вечерний город» разработан специально для бизнес-туристов. Главной проблемой таких людей является практически полное отсутствие свободного времени. Данный тур является компактным и удобным, так как за 2 часа у туристов будет возможность увидеть ряд важных достопримечательностей города Перми, в сопровождении гида-историка. Также бизнес-туристам не нужно тратить время на поиски сувенирного магазина, что тоже для них очень важно. В программу тура (табл. 2) входит также посещение сувенирной лавки, в которой можно приобрести сувениры для себя, своих близких и конечно же коллег по работе.

Стоимость тура – от 500 до 7000 руб. с человека. Цена тура зависит от количества человек в группе и от класса автомобиля (табл. 3).

Стоимость услуги гида-экскурсовода:

- группа от 1 до 3 человек – 3000 рублей/2 часа;
- группа от 4 до 6 человек – 3500 рублей/2 часа;
- группа от 7 до 10 человек – 4000 рублей/2 часа;
- группа от 11 до 15 человек – 5000 рублей/2 часа.

Таблица 3

Стоимость транспортного обслуживания во время тура «Вечерний город»

Машина	Цена транспорта за 2,5 часа
Группа от 1 до 3 человек	
Toyota Camry	1600 рублей
Lexus GS 300	1800 рублей
Lexus ES 250	2400 рублей
Mercedes-Benz W211	2400 рублей
Mercedes Benz W220	2400 рублей
Porsche Cayenne	3600 рублей
Porsche Cayenne Mercedes Benz	4000 рублей
Toyota Land Cruiser 200	4000 рублей
Группа от 4 до 6 человек	
Mercedes Benz Viano	2000 рублей
Группа от 7 до 10 человек	
Ford Transit	1800 рублей
Mercedes-Benz Sprinter 515	2600 рублей
Группа от 11 до 15 человек	
Ford Transit	1800 рублей
Mercedes-Benz Sprinter 515	2600 рублей

Реклама обзорной экскурсии «Вечерний город» будет распространяться в форме буклетов в отелях, ресторанах, а также на конференциях, форумах, выставках и других мероприятиях, проходящих в городе Перми.

Таким образом, можно сделать вывод, что такое направление в индустрии туризма, как деловой туризм, в России развивается быстрыми темпами. Титул ключевых центров делового туризма по-прежнему принадлежит Москве и Санкт-Петербургу. Конечно, возможность предоставить необходимые услуги для размещения бизнес-туристов, проведения мероприятий и т.д. оправдывает их статус. Для успешного развития делового туризма в России требуются большие вложения в развитие туристской инфраструктуры, транспортных путей сообщения и, конечно, временной ресурс. Пермский край имеет огромный потенциал для развития делового туризма, так как является одним из крупных экономических субъектов Российской Федерации, а также имеет богатое культурное наследие. За последнее время власти уделяют большое внимание развитию туризма на территории Пермского края, считая преимущественным такое направление, как деловой туризм, на который приходится более 40 % совершаемых поездок.

Список литературы

1. Все о туризме [Электронный ресурс]. URL: http://Tourlib.Net/Statti_Tourism/Seregina.Htm.
2. Государственная программа «Развитие туризма» [Электронный ресурс]. URL:



http://Www.Permkrai.Ru/Upload/Medialibrary/9db/21.%20postanovlenie_Pravitelstva_Permnskogo_Kraya_Ot_14_Fevralya_2014_G_N_80p_Ob_Utverzhdenii_Gosudarstvennoy_Programmi_Quotrazvitiie_Turizmaquot_File.Pdf.

3. Губская К.В., Зырянов А.И. Сезонность туризма в Пермском крае // Географический вестник. 2016. № 2 (37). С. 119–127.

4. Дудецкий Д.Ю. Концепция развития туристской дестинации и пути повышения ее конкурентоспособности (на примере Пермского края) // Вопросы современной экономики. 2014. № 1 (5). С. 104–118.

5. Казанцева В. Российский рынок делового туризма – шестой в мире. М.: Риа: Туризм, 2012.

6. Концепция программы развития туризма в Пермском муниципальном районе Пермского края на 2011–2015 годы [Электронный ресурс]. URL: <http://www.permraion.ru/res/fs/file12895.doc>.

7. Кучеренко И.М. Деловой и корпоративный туризм в рамках глобализации мировой экономики // Социально-экономические проблемы развития южного макрорегиона: сб. науч. тр. / под ред. А.А. Ермоленко, З.М. Хашевой, Е.Н. Ключко. Краснодар, 2015. С. 79–84.

8. Огнева С.В., Кузьмина Н.В. Проблемы и перспективы развития туризма в промышленном регионе (на примере Пермского края) // Сервис в России и за рубежом. 2015. Т. 9, № 3 (59). С. 51–62.

9. Смагина Н.Н. Международное бизнес-взаимодействие в современных условиях глобализации мировой экономики: автореф. дис. ... канд. эконом. наук: 08.00.14 / [Место защиты: Рост. гос. эконом. ун-т «Ринх»]. Ростов н/Д., 2015. 28 с.

10. Tourism in Russia contributes more to gdp than automotive manufacturing [Электронный ресурс]. URL: <http://www.wttc.org/media-centre/press-releases/press-releases/2012/tourism-in-russia-contributes-more-to-gdp-than-automotive-manufacturing/>.



УДК 796.5(470.53)

Мажанова Екатерина Сергеевна

магистрант первого года обучения НИУ ВШЭ

*НИУ «Высшая школа экономики», Пермь, Россия**614070, г.Пермь, ул. Студенческая, 38**e-mail: katja.mazhanoav@mail.ru***РАЗВИТИЕ ВНУТРЕННЕГО ТУРИЗМА В РОССИИ С 2014 ГОДА****Ekaterina S. Mazhanova**

Student of National Research University HSE

*National Research University «Higher School of Economics»**38 Studencheskaya, 614070, Perm, Russia**e-mail: katja.mazhanoav@mail.ru***GROWTH OF DOMESTIC TOURISM IN RUSSIA SINCE 2014**

Аннотация. В статье рассматривается развитие внутреннего туризма в Российской Федерации с 2014 г. По мнению автора, вхождение территории полуострова Крым в состав РФ явилось мощным толчком к увеличению туристского потока внутри страны. В статье выявляются актуальные направления внутреннего туризма в России, причины и проблемы его развития и предлагаются способы государственной поддержки и возможных решений этих проблем.

Ключевые слова: внутренний туризм, экономический кризис, предпосылки к развитию внутреннего туризма, провинциальные города.

Abstract. The article discusses the development of domestic tourism in the Russian Federation since 2014. According to the author, the entry of the Crimea into the Russian Federation was a powerful impetus to increase the tourist flow inside the country. The paper identifies current areas of domestic tourism in Russia, the reasons and problems of its development and suggests ways of state support and possible solutions to these problems.

Key words: domestic tourism, economic crisis, the preconditions for the development of domestic tourism, the provincial city.

В марте 2014 г. произошло масштабное историческое событие – вхождение в состав Российской Федерации территории полуострова Крым, ставшее поворотным и первым в череде событий, оказавших существенное влияние на развитие внутреннего туризма в нашей стране. С ноября 2015 г. по



настоящее время закрыты для посещения в рамках турпакетов два приоритетных направления туристического потока россиян – Египет и Турция.

В то же время страны Европы находятся в крайне напряженной социально-политической ситуации. Все вышеперечисленные события оказывают существенное влияние на выбор места отдыха российских туристов, поэтому тема развития внутреннего туризма в России стала еще более социально значимой и актуальной.

Данное исследование направлено на доказательство того, что 2014 г. дал мощный толчок развитию внутреннего туризма и определение предпосылок этих изменений. Целями нашего исследования стало выявление актуальных направлений внутреннего туризма в России, причин и проблем его развития, способов государственной поддержки и возможных решений проблем туризма в России.

Как известно, Россия занимает первое место в мире по размеру своей территории, включающей в себя более 80 федеративных субъектов, покрывающей 11 часовых зон и 4 климатических пояса. Огромные масштабы нашей страны обуславливают ее природное, этническое и культурное многообразие [5]. В такой стране тесно переплетаются события истории с красотой окружающей природы и национальным колоритом, что обеспечивает уникальные особенности туризма в России. Каждый регион нашей страны отличается от других своей историей и природными ресурсами, каждая народность представлена своими обычаями и традициями, религией, колоритом, блюдами национальной кухни и пр. Все это в совокупности открывает массу возможностей для развития российского туризма.

Туризм принято рассматривать как явление сложное и многогранное, содержащее в себе разнообразные общественные взаимосвязи, которые возникают между множеством субъектов. Поэтому понятие «туризм» не имеет однозначного определения. Согласно федеральному закону «Об основах туристской деятельности в Российской Федерации» в данной статье будет использоваться следующее понятие туризма. Туризм — это временные выезды (путешествия) граждан Российской Федерации, иностранных граждан и лиц без гражданства с постоянного места жительства в лечебно-оздоровительных, рекреационных, познавательных, физкультурно-спортивных, профессионально-деловых, религиозных и иных целях без занятия деятельностью, связанной с получением дохода от источников в стране (месте) временного пребывания [11].

По данным Росстата, ежегодно количество иностранных туристов, посещающих Российскую Федерацию, составляет примерно 2,5 миллиона человек. Однако в связи со значительным ослаблением рубля в 2015 г. рост количества иностранных туристов за 9 месяцев составил как минимум 10 % [10]. На основании данных статистики по внутреннему туризму граждан Российской Федерации можно сделать следующие выводы. В связи с затянувшимся экономическим кризисом, ростом цен на туры и авиабилеты многие россияне предпочитают путешествовать на более близкие расстояния

или вообще отказываются от туристических поездок. Согласно данным исследования компании Synovate Comcon, кризис в первом квартале 2015 г. не оказал негативного влияния на внутренний туризм, в отличие от выездного туризма [12]. В 2014 г. внутренний туризм вырос на 30 % [4]. В 2015 г. рост внутреннего туризма в России составил еще около 30 %, доказав, что перспективы развития отечественного туризма велики [8].

В современных социально-экономических условиях можно выделить следующие основные предпосылки к развитию внутреннего туризма:

1) экономический кризис 2014 г., как следствие, падение рубля относительно других валют;

2) внешняя политика государства, как следствие, присоединение полуострова Крым к территории РФ, возникновение нового привлекательного туристического направления;

3) напряженная политическая ситуация в мире, как следствие, ограничение вылетов и продаж туристических путевок в Египет и Турцию;

4) благоустройство и улучшение инфраструктуры города Сочи к зимней Олимпиаде 2014 г.

На сегодняшний день согласно исследованиям и прогнозам Ростуризма лидирующие позиции для жителей нашей страны занимают такие направления, как курорты Краснодарского края, Крым, кавказские здравницы; а также города России, представляющие культурный интерес, – Москва, Санкт-Петербург, Великий Устюг, Казань, Калининград, города Золотого кольца [7]. По результатам исследования центра информационных коммуникаций «Рейтинг» совместно с журналом «Отдых в России» был составлен рейтинг «Топ-10 популярных туристических направлений России». Рейтинг был основан на ряде критериев, таких как туристическая уникальность, популярность региона, оборот услуг в сфере туризма и уровень развития туристического бизнеса [3].

- 1) Краснодарский край
- 2) Санкт-Петербург
- 3) Москва
- 4) Крым
- 5) Московская область
- 6) Калининградская область
- 7) Карелия
- 8) Ярославская область
- 9) Нижегородская область
- 10) Алтайский край

Кроме того, некоторые источники выделяют окрестности озера Байкал как одно из самых интересных и уникальных направлений для посещения в России [1]. К сожалению, Пермский край не входит в основные списки и рейтинги направлений внутреннего туризма в России, несмотря на то что Пермский край может предложить для посещения ряд достопримечательностей, в том числе архитектурно-этнографический музей «Хохловка», мемориальный музей истории политических репрессий «Пермь-36», а также разнообразную



и уникальную природу, доступный зимний отдых в горах и др. Вероятно, причина непопулярности Пермского края среди российских туристов, как и в ситуации со многими другими потенциальными направлениями внутреннего туризма, заключается в том, что туристическая инфраструктура этих мест во многом уступает более развитым в стране направлениям и тем более привычным заграничным курортам.

Еще в 2012 г. на Международном форуме «VisitRussia», проходящем в Ярославле, обсуждались вопросы внутреннего туризма в России, по результатам которого можно выявить актуальные проблемы и их причины, не разрешенные до сих пор.

В первую очередь существует несколько значимых проблем в области маркетинга. Широко известен тот факт, что из российских городов в плане туризма абсолютное большинство иностранцев знает только Москву, Санкт-Петербург, а также озеро Байкал, в то время как такой огромной и совершенно уникальной стране действительно есть, что предложить. Однако, что примечательно, россияне и сами обладают скромными познаниями о своей стране. Кроме того, у россиян закрепилось восприятие отдыха внутри страны как непрестижного. Россия нуждается в мощном маркетинге и создании качественных узнаваемых брендов не только за границей, но и внутри страны. Также необходимо применять самые современные технологии, чтобы популяризировать отдых внутри страны и облегчить поиск информации.

Следующая проблема, которую необходимо выделить, это слабое развитие провинциального туризма. В нашей стране есть множество интересных мест, находящихся за пределами крупных городов. Проблема заключается в том, что провинциальные города и села совсем не готовы принимать туристов: нет приемлемых гостиниц, инфраструктуры, услуг и сервиса. Более того, многие туристические объекты остаются без внимания по причине своей недоступности из-за плохих дорог или полного их отсутствия. Плохие дороги усложняют самостоятельные путешествия по стране на машине.

Качество российских дорог является следствием множества проблем, в том числе и проблемы отсутствия сотрудничества между регионами. На сегодняшний день рынок внутреннего туризма требует кооперации нескольких регионов для создания нового интересного и качественного продукта. Сотрудничество позволит предложить путешественникам разносторонний туризм, комбинированные варианты туров на более продолжительный срок, что станет стимулом для посещения более удаленных регионов.

В Российской Федерации как в самой большой по территории стране существует и транспортная проблема. Цены на авиабилеты внутри страны слишком высоки, по сравнению со стоимостью перелетов в некоторые другие страны, что, конечно, препятствует развитию внутреннего туризма. В то же время железнодорожный транспорт не всегда удобен, так как в масштабах России поездка на поезде из одного региона в другой может продолжаться даже несколько дней.

Также одной из основных проблем внутреннего туризма в России является недостаточный уровень сервиса и привлекательности в финансовом,

эстетическом плане, в плане комфорта и т.д. К сожалению, во многих регионах страны туристический сервис находится еще в стадии становления.

Практически отсутствуют туристические информационные центры. В некоторых областях выбор размещений разного вида крайне мал или гостиниц и отелей явно не хватает, что, безусловно, оказывает влияние на стоимость, при этом многие отели эконом-класса представляют собой помещения с евроремонтом и старой мебелью времен СССР. Эта категоричность касается не только гостиниц и отелей, но и других общественных мест, кафе и ресторанов, торговых центров и улиц. Все вышеперечисленное, совершенно естественно, подталкивает российских туристов делать выбор в пользу выездного туризма [2; 9].

На сегодняшний день необходимо комплексное решение существующих проблем туризма внутри страны, ограничивающих его потенциал. Несомненно, реализовать новые крупные проекты, направленные на восстановление и улучшение туристической инфраструктуры, можно только с помощью государства. В 2012 г. была актуальной проблема отсутствия реальной государственной поддержки и, следовательно, незаинтересованность крупных инвесторов в данной отрасли. Однако абсолютно точно можно сказать, что с 2014 г. ситуация изменилась. В силу множества экономических и политических факторов выездной туризм стал сдавать позиции и открывать новые возможности для внутреннего туризма, а для россиян – возможность по-настоящему открыть для себя родную страну.

На данный момент государство реализует программу «Развитие внутреннего и въездного туризма в Российской Федерации (2011–2018 годы)». В рамках этой программы создаются туристско-рекреационные и автотуристские кластеры в разных регионах страны, увеличивается туристический поток, а также создаются дополнительные рабочие места. Ведется активное продвижение отечественного туристского продукта, создается единое информационное пространство российской туристской отрасли, обеспечивается развитие системы повышения квалификации и переподготовки кадров в сфере туризма, оптимизируется система контроля качества туристского продукта. В программе задействованы крупные инвестиции в отрасль внутреннего туризма страны, и к 2018 г. прогнозируется достижение плановых показателей [6].

Таким образом, нельзя оспорить тот факт, что 2014 г. стал поворотным для отрасли внутреннего туризма России под воздействием комплекса факторов. Однако объяснить это можно скорее падением рынка выездного туризма, чем резким улучшением сервиса, услуг, инфраструктуры и привлекательности внутреннего туризма. В этой отрасли по-прежнему наблюдается немало серьезных проблем, решения которых представлены в данной статье. Большую роль в этом играет заинтересованность и участие государства как инвестора. На сегодняшний день правительство Российской



Федерации ставит одной из приоритетных целей решение существующих проблем и дальнейшее развитие перспективных направлений.

Список литературы

1. *Кайнова И.* Определены ТОП-5 направлений внутреннего туризма // Информационная группа «Турпром» [Электронный ресурс]. – Режим доступа: <http://www.tourprom.ru/news/25736/>.
2. Карсанова Е. Как брендировать Кошечья // Эксперт online совместно с журналом «Русский репортер» [Электронный ресурс]. URL: http://expert.ru/russian_reporter/2012/23/kak-brendirovat-koscheya/.
3. Национальный туристический рейтинг // Национальный рейтинг [Электронный ресурс]. URL: <http://russia-rating.ru/info/9857.html>.
4. *Николаев Я.* Россияне выбрали отдых на Родине // Российская газета [Электронный ресурс]. URL: <http://rg.ru/2015/03/14/tourizm-site.html>.
5. *Павловская А.В., Канарина Г.Ю.* Этнокультурное многообразие России // Национальные менталитеты: их изучение в контексте глобализации и взаимодействия культур [Электронный ресурс]. URL: <http://www.national-mentalities.ru/diversity/>.
6. Постановление Правительства РФ от 02.08.2011 № 644 (ред. от 18.12.2014) «О федеральной целевой программе "Развитие внутреннего и въездного туризма в Российской Федерации (2011 – 2018 годы)» КонсультантПлюс [Электронный ресурс]. URL: http://www.consultant.ru/document/cons_doc_LAW_118424/.
7. *Романова К.* Куда поедут россияне в 2016 году // Редакция газета.ru [Электронный ресурс]. URL: <http://www.gazeta.ru/business/2015/12/28/7987079.shtml>.
8. Российский туризм-2015: уж лучше вы к нам // РИА «Новости» [Электронный ресурс]. URL: http://ria.ru/tourism_news/20151215/1342329364.html.
9. *Сладких Л.С.* Основные проблемы развития внутреннего туризма в России // Проблемы современной экономики. 2012. № 4 (44). С. 368–371.
10. Статистические показатели взаимных поездок граждан Российской Федерации и граждан иностранных государств // Министерство культуры Российской Федерации; Федерал. агентство по туризму [Электронный ресурс]. URL: <http://www.russiatourism.ru/contents/statistika/statisticheskie-pokazateli-vzaimnykh-poezdok-grazhdan-rossiyskoy-federatsii-i-grazhdan-inostrannykh-gosudarstv/>.
11. Федеральный закон от 24.11.1996 № 132-ФЗ (ред. от 29.06.2015, с изм. от 02.03.2016) «Об основах туристской деятельности в Российской Федерации» КонсультантПлюс [Электронный ресурс]. URL: http://www.consultant.ru/document/cons_doc_LAW_12462/.
12. *Шахновская Е.* Исследование: россияне стали реже ездить за рубеж // Редакция газета.ru [Электронный ресурс]. URL: http://www.gazeta.ru/lifestyle/news/2015/07/23/n_7402097.shtml.

УДК 796.5 (470.53)

Черепанов Константин Николаевич

магистрант факультета физической культуры

*ФГБОУ ВО «Пермский государственный гуманитарно-педагогический университет», Пермь, Россия**614990, Пермь, Сибирская, 24, +7 (342) 238-63-44**e-mail: krauze@pspu.ru*

ПРОБЛЕМЫ И ПЕРСПЕКТИВЫ РАЗВИТИЯ ОХОТНИЧЬЕГО И РЫБОЛОВНОГО ТУРИЗМА В ПЕРМСКОМ КРАЕ (НА ПРИМЕРЕ СОЛИКАМСКОГО РАЙОНА)

Konstantin N. Cherepanov

Student of Faculty of Physical Culture

*Federal State Budget Educational Institution of Higher Education**«Perm State Humanitarian Pedagogical University»**24, Sibirskaja, 614990, Perm, Russia**e-mail: krauze@pspu.ru*

PROBLEMS AND PROSPECTS OF DEVELOPMENT OF HUNTING AND FISHING TOURISM IN THE PERM REGION (ON THE EXAMPLE OF SOLIKAMSK DISTRICT)

Аннотация. В статье представлена общая характеристика охотничье-рыболовного туризма; рассматриваются проблемы и перспективы развития охотничьего и рыболовного туризма в Пермском крае; предлагается вариант проектирования первого этапа охотничье-рыболовного тура в Соликамском районе в пределах Толстиковского охотничьего хозяйства путем разработки модели тура.

Ключевые слова: охота, рыбалка, охотничий туризм, рыболовный туризм, ресурсный потенциал, перспективы развития, проектирование тура.

Abstract. Author of this article offers a general description of hunting and fishing tourism; considering the problems and prospects of development of hunting and fishing tourism in the Perm region; It offers the option of designing the first phase of the hunting-fishing tour in Solikamsk district within the hunting ground Toustsik by drafting tour model.

Key words: hunting, fishing, hunting tourism, fishing tourism, resource potential, development prospects, travel designing.



Охотничье-рыболовный туризм – это временные выезды (путешествия) на территорию охотничье-рыболовных угодий граждан РФ, иностранных граждан и лиц без гражданства в целях охоты и рыбной ловли, организованное специализированными предприятиями, обеспечивающими комплекс специфических платных услуг.

Охотничий туризм – весьма разнообразное явление. Для значительной части охотников-любителей основная цель охоты – это прогулка по лесу, а не трофей. Такие виды туризма, как фотоохота, киноохота или видеоохота относятся не только к спортивно-оздоровительной, но и познавательной рекреации.

В большинстве стран мира на основные объекты охоты существуют лицензии, ограничивающие количество и виды трофеев, а также сроки охоты. В развитых странах, имеющих низкую лесистость, многих животных специально подкармливают или разводят для охоты. Благодаря этому многие лесные массивы, несмотря на небольшие размеры и высокую посещаемость туристами, имеют плотность животных выше, чем, например, в естественных лесах.

Охотничий туризм – один из самых дорогих видов туризма как по стоимости экипировки, так и по ценам на предоставляемые услуги. Стоимость лицензии на отстрел животного, в зависимости от объекта охоты, составляет от первых десятков тысяч до нескольких сотен тысяч рублей. В определенной степени это оправдано, так как для развития данного вида туризма постоянно необходимо заниматься воспроизводством охотничьих ресурсов, а также процесс получения лицензии приносит средства, необходимые для охраны животных от браконьеров, ущерб от которых значительно больше, чем от охоты в рамках законодательства.

В настоящее время все большую популярность приобретает такой вид рекреации, как рыболовный туризм. В России все большее количество любителей рыбной ловли решают отправиться за желанными трофеями в специально организованные рыболовные туры в новые для себя места, так как такие путешествия являются великолепной возможностью воплотить в реальность мечты как начинающих любителей рыбной ловли, для которых трофеи не главное, а важен сам процесс общения с природой, так и профессиональных рыбаков, для которых рыбалка является особой разновидностью спортивного мероприятия.

Пермский край обладает большим количеством ресурсов с точки зрения охотничье-рыболовного туризма, научно обоснованное использование которых может оказывать положительное воздействие на экономику и социальную сферу жизни людей.

Охота – деятельность, связанная с поиском, отслеживанием, преследованием охотничьих ресурсов, их добычей, первичной переработкой и транспортировкой.

Условно различают промысловую, спортивно-любительскую и научную охоту в зависимости от ее целей.

Цель промысловой охоты – добыча животных для получения пушнины, мяса и другой продукции для нужд населения и промышленности, а также для экспорта. Данным видом охоты добываются ценные пушные и копытные звери (кроме временно или постоянно запрещенных), а также боровая и водоплавающая дичь.

Цель спортивно-любительской охоты – добыча животных (часть которой становится товарной продукцией), развитие физической подготовки и специальных навыков у спортсменов. На основе данного вида охоты развивается охотничий туризм. Объекты спортивной охоты: боровая, степная, водоплавающая и болотная дичь, заяц, лиса, волк, копытные звери.

Цель научной охоты – изучение охотничьей фауны, болезней диких животных, охотничьего дела, краеведения (чучелами диких животных пополняются музеи и научные коллекции) согласно заданиям исследовательских учреждений.

Также различают следующие виды охоты: фотоохота, киноохота или видеоохота.

Фотоохота – это вид фотографии, объектом съемки которого являются птицы, звери, насекомые и другие существа в естественных природных условиях.

Киноохота или видеоохота – это разновидность любительской (спортивной) и познавательной рекреации, в которой осуществляется процесс выслеживания (поиска), наблюдения и видеосъемки потенциальных объектов охоты, а также дальнейшее преобразование последней в короткометражный видеоролик или полноценный фильм.

Фотоохота и киноохота (видеоохота) объединяют в себе три аспекта — спортивный (поэтому могут рассматриваться также как новый вид спортивной охоты, появившийся в начале XX в. и ставший особенно популярным в наше время); познавательный, в котором смыкается с фотографией как методом научных исследований в области биологии, когда документальность рассматривается как основное требование; художественный, так как образует один из видов художественной фотографии как вида искусства. В этом случае эстетический критерий становится основным для оценки результатов.

Охотничий туризм – это один из современных видов туризма, организация охоты на зверя и птицу путем предложения данных услуг специализированными предприятиями. Специализированные предприятия (туристические базы) также обеспечивают прокат охотничьего снаряжения.

Главная задача охотничьего туризма, как и всего туризма в целом, – удовлетворение желаний и потребностей людей (клиентов).

Специфические задачи охотничьего туризма:



- обучение клиентов охоте на разрешенные виды животных и птиц;
- отдых людей от городской жизни.

Федеральные законы, правительственные постановления и другие нормативные правовые акты, направленные на рациональное использование, сохранение и восстановление запасов полезных диких животных, регулируют отстрел и отлов дичи – потенциальных объектов охоты.

Специализированные предприятия организуют туристскую спортивную охоту за высокую лицензионную плату.

Охота, организуемая в пределах границ Российской Федерации членами ассоциации «Росохотрыболовсоюз», пользуется особой популярностью среди зарубежных охотников-рыболовов. Согласно данным этой ассоциации, большой интерес у зарубежных охотников вызывает весенняя охота на глухаря и тетерева. Особый интерес к данному виду добычи животных проявляют охотники из Австрии и Германии, которые приезжают, как правило, группами по 10–15 человек.

Таким образом, охотничий туризм – это временные выезды (путешествия) на территорию охотничьих угодий в целях охоты, организованные специализированными предприятиями, обеспечивающими комплекс специфических платных услуг. Цель такой охоты – не материальное обогащение, а получение удовольствия. Основными задачами охотничьего туризма являются обучение туристов основам охоты, отдых от городской суеты, приобщение к природе и удовлетворение от данного вида туризма.

Рыболовство – это добыча речных и морских рыб (в узком смысле), промысел водных низших и высших животных (в широком смысле). Рыба является главным объектом рыболовства.

Ловля рыбы в промышленных целях производится для использования ее в питании, а также для добычи рыбьего жира, а ловлю рыбы в качестве хобби, вида отдыха или спорта принято называть рыбалкой.

Рыбалка – любительское и профессиональное (оплачиваемое) занятие выуживания рыбы из водоема, основной результат которой – добытая рыба, используемая в дальнейшем в качестве пищи (любительское рыболовство), либо для продажи (профессиональное рыболовство). Рыбалка отличается от рыболовства тем, что это увлечение, вид отдыха, туризма и спорта.

Рыболовный туризм является одним из популярных видов туризма промыслово-заготовительной рекреации. Различают речной, озерный и морской рыболовный туризм. В пресных водах России популярными и престижными объектами ловли являются рыбы, которые обитают в чистых и быстрых реках — форель, хариус, ленок, таймень, язь, налим, елец и др. Рыбалка на них (особенно на тайменя и хариуса) привлекает не только местное население и туристов из разных регионов России, но и туристов из зарубежных стран.

Организация рыболовного туризма отличается своим щадящим отношением к рыболовным ресурсам и экологии в целом, так как пойманная рыба после взвешивания, определения размеров и фотографирования удачливого рыбака с добычей чаще всего отпускается обратно в места своего обитания. Нередко получается так, что одну и ту же рыбу можно поймать несколько раз и для того, чтобы не нанести ей вреда используются специальные рыболовные снасти.

Подводя промежуточный вывод, важно отметить, что цель рыболовного туризма – это добыча рыбы не ради продажи и использования ее в пищу, а ради удовлетворения потребностей и желаний туриста-рыболова.

Рыболовство принято подразделять на следующие виды: промысловое, потребительское и любительское (спортивное).

Промысловое рыболовство – отрасль экономики, занимающаяся заготовлением рыбы, морского зверя, беспозвоночных и водорослей как сырья для пищевой, легкой и медицинской промышленности.

Потребительское рыболовство – деятельность по вылову (добыче) водных биоресурсов для личного (внутрихозяйственного) потребления без права реализации.

Любительское (спортивное) рыболовство – вид отдыха, туризма и спорта; соревнования в мастерстве владения различными спортивными рыболовными снастями (удочка, спиннинг, нахлыстовая снасть); деятельность по добыче (вылову) объектов любительского рыболовства или объектов зарыбления, осуществляемая физическими лицами в целях личного потребления и в целях отдыха (рекреационных целях), в том числе при проведении официальных физкультурных мероприятий и спортивных мероприятий.

В Российской Федерации проводятся чемпионаты, кубки и первенства всероссийских общественных и спортивных объединений, ведомств России; межрегиональные соревнования и кубки; региональные, районные и городские соревнования по рыбной ловле.

Рыболовный туризм – это один из современных видов туризма, организация отлова ценных пород рыбы (предложение специализированных услуг в виде лицензий), обеспечение доставки туристов к труднодоступным местам рыбной ловли, прокат рыболовного снаряжения и организация рыбалки в прудах со специально разводимой для этой цели рыбой путем предложения данных услуг специализированными предприятиями.

Задачи рыболовного туризма:

- отдых от городской жизни (суеты);
- обучение основным методам рыбной ловли и кормления рыбы.

Во всем мире рыболовный туризм – увлекательное хобби для обеспеченных людей. В туристских предприятиях, предлагаемых данный вид



услуг, организация эксклюзивного рыболовного тура для клиента оценивается до нескольких тысяч долларов. Такая цена определяет необходимость решения множества самых разных проблем при организации рыбалки (в том числе воспроизводство рыболовных ресурсов).

Многие компании, обладая многолетним опытом по организации рыболовного туризма, предлагают комплексные и целевые услуги. География рыболовных туров, предлагаемых данными компаниями, постоянно расширяется.

Исходя из вышесказанного можно сделать вывод, что рыболовный туризм – это временные выезды (путешествия) на территорию рыболовного хозяйства в целях рыбалки, организованное специализированными предприятиями, обеспечивающими комплекс специфических платных услуг. Целью данного вида туризма является добыча рыбы не ради продажи и использования ее в пищу, а ради удовлетворения потребностей и желаний туриста. Одной из основных задач рыболовного туризма является отдых туристов от городской жизни (суеты), приобщение их к природе, а также получение знаний по основным методам рыбной ловли и кормления рыбы.

Из определений охотничьего и рыболовного туризма, потенциальных потребителей (т.е. охотников и рыболовов) можно подразделить на охотников (рыболовов) любителей и охотников (рыболовов) туристов.

Охотник (рыболов) любитель – это лицо, которое осуществляет путешествия с целью охоты или рыбной ловли самостоятельно, не прибегая к услугам турагентов и туроператоров (самостоятельный охотничий/рыболовный туризм).

Охотник (рыболов) турист – потребитель комплекса как обычных платных услуг (транспорт, проживание, питание и др.), так и специфических платных услуг туроператоров и турагентов (лицензии на отстрел ценных пород зверей (птиц) и отлов рыбы сетями, бреднями, мережами, оформление ввоза оружия, вывоза трофеев, сопровождение профессиональным инструктором (егерем) и др.).

На туристском рынке в настоящее время предлагается большое разнообразие рыболовных и охотничьих туров, но практически все они разделены, т.е. имеются отдельно либо рыболовные, либо охотничьи туры.

Согласно основным положениям, закрепленным в Федеральном законе РФ «Об основах туристской деятельности в Российской Федерации» можно выделить основные критерии, которым должен соответствовать охотничье-рыболовный туризм:

- 1) путешествие на территорию охотничьих и рыболовных угодий, т.е. временный выезд с постоянного места пребывания гражданами РФ, иностранными гражданами и лицами без гражданства (апатридами);

2) организованное специализированными предприятиями путешествие и предполагаемое наличие целого комплекса как обычных (транспорт, проживание, питание и др.), так и специфических платных услуг (предложение специализированных услуг в виде лицензий на отстрел ценных пород зверей (птиц) и отлов рыбы сетями, бреднями, мережами, оформление ввоза оружия, вывоза трофеев, сопровождение профессиональным инструктором (егерем) и др.).

Цель данного вида туризма – охота и рыбная ловля не для получения экономической прибыли, а в спортивных (любительских) интересах.

Следовательно, охотничье-рыболовный туризм — это временные выезды (путешествия) на территорию охотничье-рыболовных угодий граждан РФ, иностранных граждан и лиц без гражданства (апатридов) в целях охоты и рыбной ловли без занятия коммерческой деятельностью, организованное специализированными предприятиями, обеспечивающими комплекс специфических платных услуг.

Специфическая черта охотничье-рыболовного туризма – необходимость получения лицензий на разрешение ведения охоты, рыбной ловли, ввоз оружия, вывоз трофеев. Данному виду туризма присущ определенный риск, связанный с нанесением ущерба туристам, а также объектам охотничье-рыболовного туризма, поэтому для обеспечения безопасности туров необходимы высококвалифицированные специалисты-инструкторы.

Другой специфической особенностью охотничье-рыболовного туризма является состязательный характер взаимоотношений туристов, что позволяет отнести данный вид путешествий к спортивному туризму.

Для охотничье-рыболовного туризма характерна высокая социальная ответственность за использование, охрану и воспроизводство природных ресурсов.

Сезонность – важнейшая характерная особенность охотничье-рыболовного туризма.

Циклы сезонности охоты и рыбалки не совпадают с традиционными видами туризма. Сезонные колебания спроса наряду с зависимостью от климатических условий, наличием свободного времени, отпусков основной массы потенциальных потребителей услуг в сфере охотничье-рыболовного туризма связаны прежде всего с политикой государства в области охраны природы. Показатели сезонности оказывают важнейшее влияние на степень загрузки материально-технической базы охотничье-рыболовного туризма и использования персонала. Тем самым сезонность во многом определяет общую экономическую эффективность данного туризма и ее можно



рассматривать как один из важнейших факторов повышения экономической эффективности внутреннего охотничье-рыболовного туризма.

Традиционно различают 3 основных охотничьих сезона: весенний (самый короткий – до 10 дней), летне-осенний (самый продолжительный – свыше 3 месяцев) и зимний (средний, по продолжительности до 3 месяцев). Для каждого из этих охотничьих сезонов характерны различные виды и способы охоты, для которых в каждом регионе устанавливаются свои сроки, строго регламентируемые государством, а конкретные даты открытия и закрытия сезонов охоты устанавливаются ежегодно региональными властями. Все это связано с природоохранной политикой государства.

Охотничье-рыболовный туризм по структуре можно разделить на два вида: охотничий туризм и рыболовный туризм, туры которых, согласно исследованиям, редко осуществляются совместно. Данный факт объясняется следующими причинами:

- 1) конкретные субъективные предпочтения туристов (потребности либо только в рыбалке, либо только в охоте);
- 2) фактор сезонности (несовпадение циклов охоты и рыбной ловли);
- 3) ограничение природоохранной политикой государства;
- 4) влияние природных условий района при проведении туров;
- 5) ограниченность по срокам;
- 6) специализация туроператоров и турагентов.

Несмотря на существующие причины разделения охотничьего и рыболовного туризма, совместное проведение данных туров возможно. Например, в пределах границ Толстиковского охотничьего хозяйства (Соликамский район Пермского края), природные ресурсы которого в одинаковой степени позволяют успешно осуществлять охотничьи туры на водоплавающую дичь и рыболовные туры (за исключением периода нереста рыб и весенних и летних месяцев, когда запрещена охота).

Обоснование актуальности заключается в том, что охотничье-рыболовный туризм в Пермском крае (Соликамском районе), в силу специфики менталитета, природных факторов и др., выступает в роли одного из перспективных направлений рекреационно-оздоровительной деятельности.

Цель исследования: проанализировать ресурсный потенциал охотничье-рыболовного туризма в Пермском крае и разработать проект охотничье-рыболовного тура в Соликамском районе в пределах Толстиковского охотхозяйства.

Объект исследования – охотничий и рыболовный туризм.

Предмет исследования – потенциал охотничье-рыболовного туризма

в Пермском крае.

В рамках исследования для достижения цели были поставлены задачи, касающиеся вопросов специфики и характеристики отличительных признаков, ресурсного потенциала и перспектив развития охотничье-рыболовного туризма, а также проведения первого этапа проектирования охотничье-рыболовного тура в пределах Соликамского района на базе Толстиковского охотничьего хозяйства.

Оценка потенциала развития охотничье-рыболовного туризма в Пермском крае определяется следующими показателями, перечисленными ниже в порядке их значимости, от самой высокой до самой низкой:

- 1) количество промысловых видов животных (весовой коэффициент – 1);
- 2) количество водных объектов (0,87);
- 3) количество охотничьих хозяйств (0,83);
- 4) площадь охотничьих угодий (0,74);
- 5) площадь охотничьих хозяйств (0,70);
- 6) транспортная доступность (0,61);
- 7) количество рек протяженностью больше 30 км (0,19);
- 8) ограничивающие факторы природной среды (0,14);
- 9) площадь водных объектов (0,14);
- 10) среднее значение эстетической привлекательности ландшафтов (0,14);
- 11) лесистость (0,06);
- 12) количество ландшафтных рубежей (0,01).

Исходя из данных показателей наибольшей величиной потенциала развития охотничье-рыболовного туризма обладают следующие районы: Чердынский, Пермский, Кунгурский, Кудымкарский, Горнозаводский, Добрянский, Соликамский, Октябрьский, Чусовской; наименьшей – Ильинский, Уинский, Гремячинский, Юсьвинский, Еловский, Осинский районы.

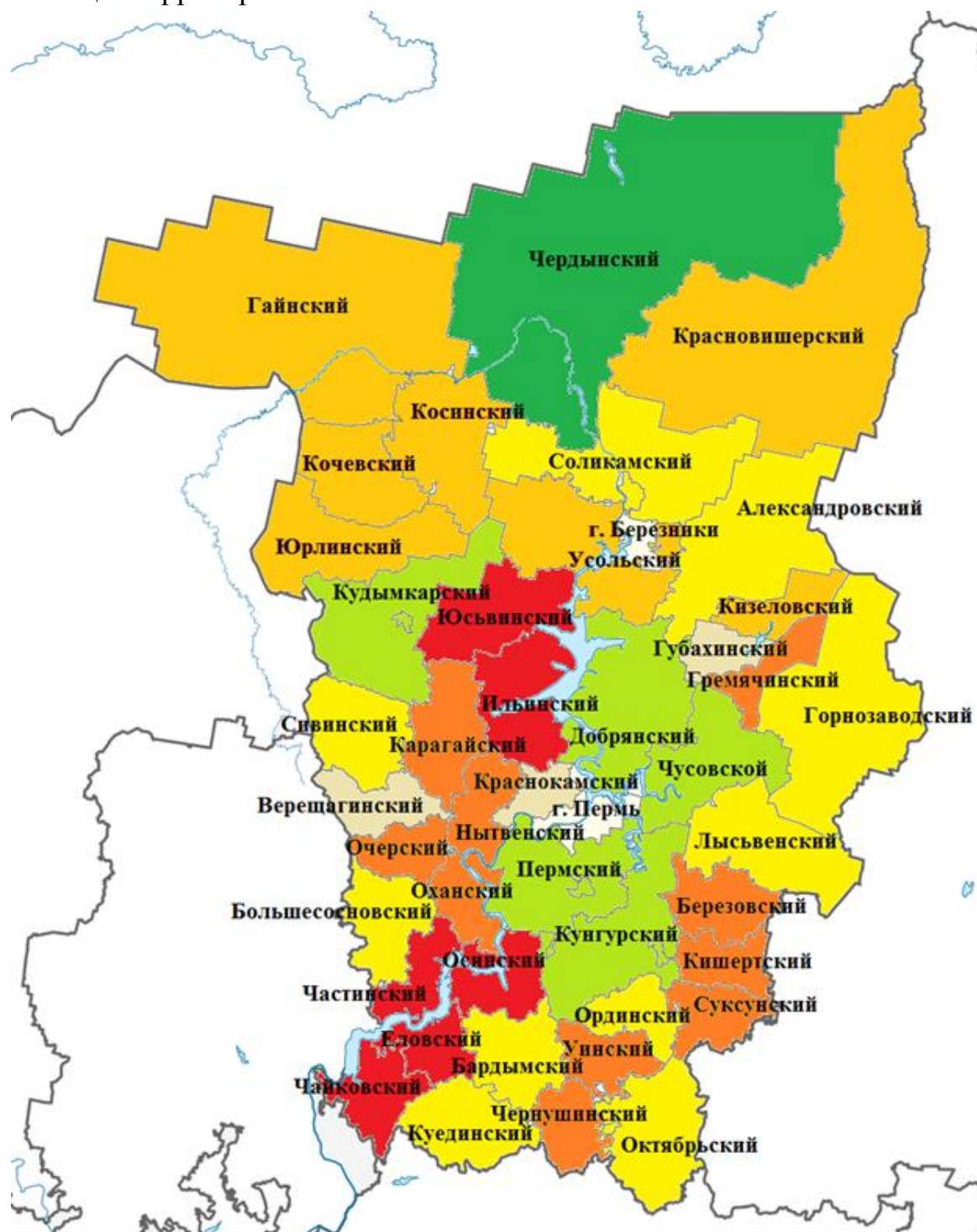
Данная типология позволила выявить 7 типов районов Пермского края (рис. 1).

Соликамский район относится к третьему типу как район с относительно высоким потенциалом развития охоты и рыбалки, расположенный главным образом в северо-восточной части Пермского края, которой свойственна относительно высокая обеспеченность охотничьими ресурсами, в частности, отмечается относительно высокое количество охотничьих хозяйств и обеспеченность охотничьими угодьями.

Соликамский район — муниципальное образование в составе Пермского края, граничащее с Усольским, Косинским, Чердынским, Красновишерским, Александровским районами Пермского края и городом Березники



и занимающее территорию 5421 км².



Типы районов

- 1 - наибольший потенциал развития; ■ 2 - высокий потенциал развития; ■ 3 - относительно высокий потенциал развития;
- 4 - средний потенциал развития; ■ 5 - относительно низкий потенциал развития; ■ 6 - низкий потенциал развития;
- 7 - наименее благоприятные условия для осуществления охоты и рыбалки.

Рис. 1. Типология районов Пермского края по потенциалу развития охотничье-рыболовного туризма

Однако анализ охотничье-рыболовного туризма Соликамского района свидетельствует о том, что, несмотря на хороший ресурсный потенциал,

развитие данного вида туризма осуществляется очень низкими темпами.

Проблема связана главным образом с критически низким потенциалом водных объектов, пригодных для рыболовного туризма (Соликамский район в целом занимают одно из самых последних мест среди других районов Пермского края), а также со средней транспортной доступностью и обеспеченностью.

Но в целом данное муниципальное образование характеризуется высокой эстетической привлекательностью ландшафтов, что может послужить одной из причин предпочтения выбора охотниками (рыболовами) туристами данного района для осуществления охотничье-рыболовного туризма.

Современные исследования в области охотничье-рыболовного туризма базируются на трудах В.П. Расковалова, А.И. Шепеля [1; 2; 3] и многих других исследователей.

Вышеизложенное определило выбор темы исследования – «Проблемы и перспективы развития охотничьего и рыболовного туризма в Пермском крае (на примере Соликамского района).

Туристский рынок Пермского края на сегодняшний день предлагает небольшое разнообразие охотничьих и рыболовных туров. Практически все они разделены, т.е. имеются отдельно рыболовные и отдельно охотничьи туры. Если же они и встречаются в совместной организации, включающей и рыбалку и охоту, то направлены они чаще всего на выезд за пределы Пермского края или имеют очень высокую стоимость.

Наименование проекта тура и его направленность: охотничье-рыболовный тур «Лесная сказка».

Предлагаемый комбинированный тур включает в себя рыбалку на р. Кама и охоту на территории Толстиковского охотничьего хозяйства.

Принципом разработки проекта является тот факт, что охотничье-рыболовный тур «Лесная сказка» является привлекательным, так как Толстиковское охотхозяйство располагает большими ресурсами растительности (богатой лесистостью) и большим количеством животных. Безопасность данного тура обеспечивает охотхозяйство в лице высококвалифицированных инструкторов и опытных егерей.

Проводящей организацией является Толстиковское охотничье хозяйство, действующее на основании долгосрочной лицензии на пользование объектами животного мира.

Толстиковское охотхозяйство организует охотничий тур «Лесная сказка» на водоплавающую и боровую дичь, копытных животных, на медведя «на овсах», на зайца и др. Предоставляются услуги егеря, сопровождение по охотхозяйству пешком и на автотранспорте, сопровождение до места охоты, первичная обработка трофея.

На рыбалке потенциальный клиент имеет возможность удовлетворить свои потребности в ловле хариуса, налима, чехони, судака, жереха, щуки, леща, язя, окуня, сороги (все зависит от времени года и предпочтений туриста).



Маршрут пролегает по территории Тюлькинского сельского поселения Соликамского района Пермского края (рис. 2).

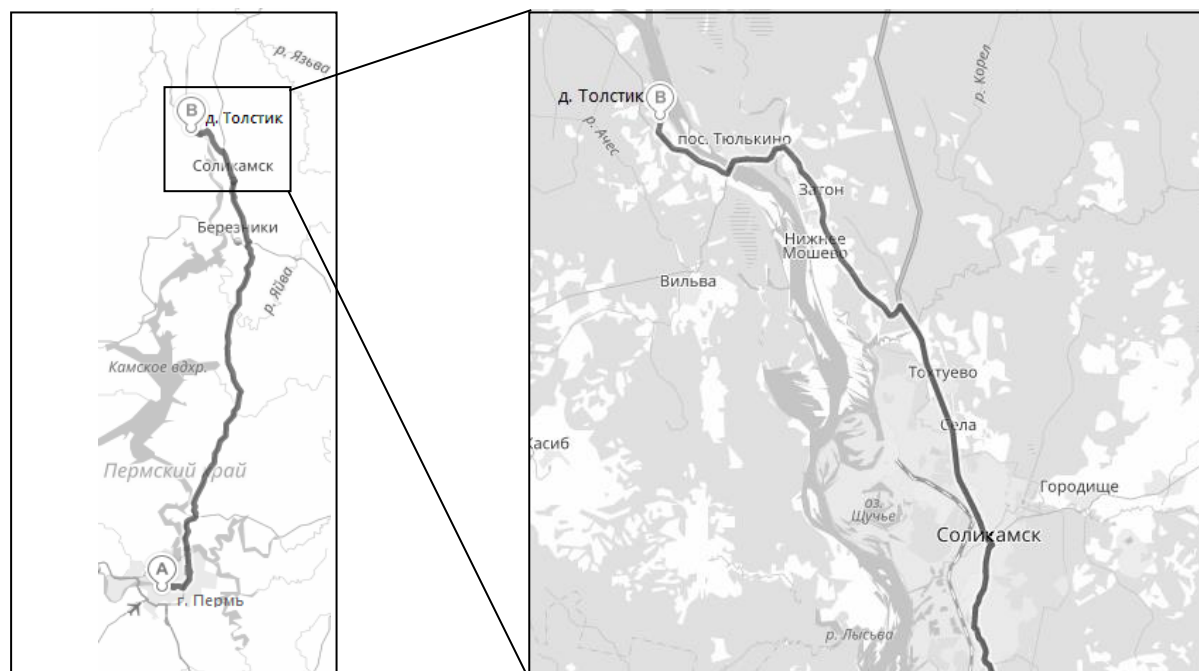


Рис. 2. Маршрут следования от г. Перми до д. Толстик (Толстиковского охотничьего хозяйства)

Толстиковское охотничье хозяйство находится в пределах следующих границ: 1) северная часть Толстиковского охотхозяйства: от пересечения административной границы Соликамского, Чердынских муниципальных районов с р. Уролка, далее по границе районов в восточном направлении до пересечения с р. Кама, далее по фарватеру р. Кама вниз по течению до д. Тюлькино; 2) восточная часть Толстиковского охотхозяйства: от д. Тюлькино по автодороге Тюлькино – Уролка через д. Вильва до пересечения с линиями электропередач (ЛЭП), далее по ЛЭП в южном направлении до с. Касиб; 3) южная часть Толстиковского охотхозяйства: от с. Касиб вверх по течению р. Лысьва до пересечения с административной границей Соликамского, Усольского муниципальных районов, далее по границе районов в западном направлении до пересечения с р. Уролка; 4) западная часть Толстиковского охотхозяйства: от пересечения административной границы Соликамского, Усольского муниципальных районов с р. Уролка, вниз по течению этой реки до пересечения с административной границей Соликамского, Чердынских муниципальных районов.

Общая площадь охотничьего хозяйства составляет 71,54 тыс. га.

Толстиковским охотхозяйством проводятся разного рода биотехнические мероприятия. Например, данное хозяйство круглогодично занимается посевом нескольких гектаров зерновых культур для подкормки всех



видов животных; обустроены солонцы и галечники, что способствует удержанию и дальнейшему воспроизводству всех видов диких животных.

Учитывая все вышесказанное, можно сделать вывод, что Толстиковское охотничье хозяйство располагает всеми необходимыми ресурсами для осуществления охотничье-рыболовного тура «Лесная сказка».

Разработанный проект является туром выходного дня (начало – в пятницу вечером, окончание – в воскресенье вечером).

Продолжительность тура – 3 дня / 2 ночи. Программа тура представлена ниже:

Программа тура

День	Программа дня
1-й день	1. Трансфер Пермь – с. Толстик. 2. Размещение в гостиничном центре «Седьмое небо», отдых после поездки. 3. Ужин. 4. Инструктаж и подготовка к утренней охоте.
2-й день	1. Завтрак. 2. Охота на одну особь промыслового животного (это может быть кабан, заяц, лиса, боровая дичь, водоплавающая дичь). 3. Обед, отдых. 4. Прогулка на лошадях / игра в пейнтбол. 5. Ужин.
3-й день	1. Завтрак. 2. Рыбалка на р. Кама. 3. Обед. 4. Трансфер с. Толстик – Пермь.

Протяженность маршрута Пермь – с. Толстик составляет 250 км, выезд из Перми в 15:00, прибытие в гостиничный центр «Седьмое небо» в 19:15.

Комплекс «Седьмое небо» расположен в живописном месте, практически в центре Соликамска, но на территории городских лесов, разделяющих северную и южную части города. Также к услугам гостей может быть предоставлено размещение в лесных домиках на территории охотхозяйства с. Толстик и в живописных местах на берегу реки Кама.

Гостиничный центр «Седьмое небо» привлекает гостей своей особенной атмосферой, располагающей почти домашней обстановкой. На территории комплекса, площадью более 10 тыс. м², компактно разместились: три гостевых домика, релаксационный центр с русской баней, летний шатер, мини-бар, чайная беседка, беседка для пикника, футбольное поле, место для парковки транспорта.

Разработанный проект охотничье-рыболовного тура имеет ряд преимуществ перед другими аналогичными турами. Во-первых, это комбинированный тур, что очень редко в Пермском крае, во-вторых, Толстиковское охотничье хозяйство находится недалеко от



административного центра Соликамского района, что свидетельствует о его доступности, в-третьих, приемлемая цена практически для каждого жителя Пермского края, интересующегося охотой и рыбной ловлей. Все эти факторы должны сделать тур востребованным.

После изучения охотничье-рыболовных ресурсов Пермского края становится понятным, что он обладает огромными богатствами с точки зрения охотничье-рыболовного туризма, воздействие которых сопутствует росту налоговых поступлений, повышению занятости и роста доходов населения, а также сглаживанию сезонных колебаний занятости (особенно в сельской местности), развитию сопутствующих видов деятельности (производство экипировки, народные промыслы, сувенирная промышленность).

В настоящее время Пермский край имеет ресурсы, в полной мере отвечающие требованиям создания современной туристской охотничье-рыболовной индустрии государственного значения. Однако формированию благоприятных экономических связей препятствуют невысокое качество охотничье-рыболовных туристских услуг и состояние материально-технической базы, не соответствующее мировым стандартам, а также низкий уровень интенсивности ведения охотничье-рыболовного хозяйства, не способствующее цивилизованному функционированию данного вида туризма в Пермском крае.

Пермский край является одним из наиболее перспективных регионов для продвижения и реализации услуг охотничьего и рыболовного туризма, чему способствуют весьма богатые природные ресурсы, которые в одинаковой степени позволяют успешно осуществлять охотничьи и рыболовные туры.

Список литературы

1. *Расковалов В.П.* Основные направления природно-ориентированного туризма в Пермском крае: оценка и географический анализ возможностей развития // Вестн. Воронежского гос. ун-та. 2010. № 1. С. 41–44.
2. *Расковалов В.П.* Ресурсный потенциал охотничье-рыболовного туризма в Пермском крае. Пермь, 2011. С. 83–90.
3. *Шепель А.И., Мандрица С.А., Зиновьев Е.А.* Биоразнообразие позвоночных Пермского края. Определитель позвоночных Пермского края: учеб. пособие для учеб. практики / Перм. гос. ун-т. Пермь, 2008. 164 с.

УДК 908

Шевырин Сергей Андреевич

доцент кафедры теории и методики физической культуры факультета
физической культуры

*ФГБОУ ВО «Пермский государственный гуманитарно-педагогический
университет», Пермь, Россия
614990, Пермь, Сибирская, 24, +7 (342) 212-91-21
e-mail: shewirin@mail.ru*

ИЗ ИСТОРИИ ТУРИЗМА НА ТЕРРИТОРИИ ПЕРМСКОГО КРАЯ**Sergei A. Shevyrin**

Associate Professor of Department of Theory and Methodology of Physical Culture
of Faculty of Physical Culture

*Federal State Budget Educational Institution of Higher Education
«Perm State Humanitarian Pedagogical University»
24, Sibirskaja, 614990, Perm, Russia
e-mail: shewirin@mail.ru*

THE HISTORY OF TOURISM IN THE PERM REGION

Аннотация. В статье рассматриваются предпосылки развития туризма на территории современного Пермского края, основные этапы развития туризма, преобладающие виды туризма, особенности туризма на Урале. А также освещаются вопросы становления и судьбы первых туристических организаций в Перми.

Ключевые слова: Пермь, туризм, экскурсии, достопримечательности, Сибирский тракт, путешествие.

Abstract. The article discusses the prerequisites for the development of tourism on the territory of modern Perm region, the main stages of tourism development, prevailing kinds of tourism, especially tourism in the Urals. And the issues of the formation and fate of the first tourist organizations in Perm.

Key words: Perm, tourism, tours, sightseeing, Sibirskiy trakt, travel.

Для развития туризма необходимы определенные предпосылки, в первую очередь – привлекательность и доступность территории. Урал и Сибирь издавна интересовали русских первопроходцев, путешественников и купцов. О богатствах этих земель ходили легенды, в первую очередь о богатствах природы – большом количестве пушного зверя – валюты Средневековья. Поток



первопроходцев и купцов привел к появлению первых, еще не обустроенных, дорог на Урал и в Сибирь, которые в последствии превратились в самую длинную сухопутную дорогу в мире – Сибирский тракт. Этот путь, связавший две части света, не раз менял свое направление, но почти всегда проходил через территорию Пермского края.

Появление дорог намного увеличило количество путешественников, среди которых стали появляться и иностранцы. В Европе появились различные описания путешествий на Урал и за Урал, в которых описывались богатство нашего края, приводились легенды о Золотой бабе – языческом идоле местных племен. Одним из первых такое описание оставил польский историк Матвей Меховский в своем сочинении «Трактат о двух Сарматиях, азиатской и европейской» в 1517 г.: «...за областью, называемой Вятка, по дороге в Скифию, стоит большой идол, золотая баба (Zlota baba), что в переводе значит золотая старуха. Соседние племена весьма чтут его и поклоняются ему» [5]. Австрийский дипломат Сигизмунд фон Герберштейн, побывавший примерно в те же годы на Руси (1517, 1526 гг.), также оставил сведения о «золотой бабе», правда, «поместив» ее гораздо восточнее – в Сибири, на Оби. В этих описаниях собраны многочисленные мифы и легенды, которые возбуждали любопытство у европейских читателей и несомненно могли способствовать притоку путешественников.

В конце XVI в. появляется более удобная и короткая Бабиновская дорога, а в XVIII – уже государственный Сибирский тракт, по которым проезжали большинство путешественников, купцов, чиновников. Интересные сведения оставил в своем путевом дневнике профессор химии и натуральной истории Иоганн Георг Гмелин. Гмелин в 1733–1734 гг. пересек всю Россию в составе второй Камчатской экспедиции. Экспедиция уже продвигалась по новой Сибирской дороге. Конечно же в это время на Урале и в Сибири, кроме дороги, не было никакой инфраструктуры для путешественников – не было гостиниц, столовых и ресторанов. Путешественникам приходилось все покупать самим и даже готовить: «Мы вынуждены были готовить совсем незнакомым для нас до сих пор и необычным способом. Здесь ничего не знают о кухне, и все варится в печке, от коей отапливается горница, и чей дымоход в комнате. Дело идет весьма медленно, и во время варки в комнату попадает много дыма. Нужда научила нас все делать и терпеть, и мы приготовили пищу, которая, правда, сама по себе была плохой, но на наш вкус была вполне сносной...». Таким образом, иностранные профессора и академики окунулись в самую глубь народного быта и, вероятно, многому научились. В Пермь – тогда Ягошиху (в настоящее время принято писать Егошиха. – *Прим. ред.*) – путешественники не заехали, зато остановились в городе Кунгуре. Остановились участники экспедиции, за неимением гостиницы, у городского бургомистра, который «не был рад тому». На следующий день путешественники отправились в ледяную пещеру, «...которую имеют привычку осматривать все любопытные путешественники» [3].

Поток путешественников по Сибирскому тракту содействовал возникновению определенной инфраструктуры – почти туристической – на ямских станциях стали появляться гостиницы, трактиры. Так, проехавший в 1790 г. по Сибирскому тракту Александр Радищев в своем путевом дневнике отметил наличие постоянных дворов при ямских станциях, в которых можно было переночевать и поесть. С 1847 г. часть Сибирского тракта была отдана на откуп частным лицам, появилась так называемая вольная почта. Участок вольной почты начинался в Казани и продолжался до Шадринска и Тюмени. На этом участке для привлечения клиентов появились достаточно удобные гостиницы, трактиры при ямских и почтовых станциях.

В XIX в. – веке промышленности – строились новые дороги, появлялись новые средства передвижения – пароходы, паровозы, что немало способствовало развитию туризма. Железная дорога, прошедшая через Пермь в конце XIX в., сделала наш город еще доступнее для туристов. В 1901 г. пермская газета так видела туристское будущее Перми: «город наш оживится, появится множество приезжих и проезжих, появятся туристы, которые будут бродить по городу, везде и всюду заглядывать, всем интересоваться. Богатые петербуржцы, москвичи будут ездить в Пермь есть пельмени и наслаждаться пермской оперой, а богатые пермяки будут наезжать в Москву и в Питер послушать цыган... Знатные и незнатные иностранцы будут обязательно останавливаться в Перми, снимать фотографии с дома Мешкова, пить пиво Поклевского. ... Пароходы на Каме превратятся в плавающие гостиницы. Короче, Перми предстоит блестящая будущность. ... И... (дерзкая мысль) Пермь будет «окном в Азию», так же, как Петербург, – окном в Европу. ... Так мечтает пермяк, узнавший о новой железной дороге» [6, с. 48].

Но мечты газетчиков остались только на бумаге, а значительный шаг в развитии туризма в Пермской губернии сделал путешественник и фотограф Александр Хлебников. Побывав в Америке, Европе, Китае и Японии, Хлебников в родном Кунгуре арендовал в мае 1914 г. у местных крестьян Ледяную пещеру для организации в ней экскурсий. Хлебников расчистил и благоустроил пещеру, провел рекламную кампанию и до конца своей жизни водил экскурсии для многочисленных туристов. Одна из рекламных листовок Хлебникова предлагала экскурсии и различные удобства: «Первая в России мировая редкость или грандиозная “Ледяная пещера” в окрестностях г. Кунгура. Пещера еще с незапамятных времен считается известной в нашем мире и как памятник прошлого хранит на стенах своих несметное множество записей почетных имен и фамилий увековечивших себя потомству на родном языке и (есть даже надписи на иностранных языках). ... Дорога в пещере сухая, но по видоизменению своему весьма разнообразная, где она то круто поднимается вверх под темными высокими сводами (льда и гипса), то пролегает по глубинам бездны, где царит вечный хаос и мрак, среди которых раздается только одно вторящее эхо, отчего невольно в зрителе возникает полное вдохновение и все окружающее глубоко запечатлевается в его памяти.



Вход в пещеру находится среди жилых построек на расстоянии 1 версты от ст. железной дороги Кунгур и всегда виден из мимо проходящего поезда. Ввиду вышеизложенного прошу внимание гг. проезжающих мимо ст. Кунгур, обратите особое внимание на то, что пещера для гг. посетителей находится открытой всегда, т.е. во всякое время каждого дня и ночи во весь круглый год. Воздух в пещере нормальный и весьма чистый, температура нормальная у входа, в середине пещеры около воды 8 градусов тепла. Время, чтобы осмотреть пещеру до 1 большого озера проходит 3 или 5 часов зависящее от числа или количества лиц. При пещере находится теплое помещение, где от арендатора можно приобрести описание, план и фотографические снимки с пещеры у него же имеются специальные туристические костюмы (обувь) фотоаппарат для снимков и проч. первой необходимости. Освещение для прохода по пещере необходимо для каждого, на что имеются всегда в обилии факелы или свечи и бенгальский огонь. На Кунгурском вокзале в помещении 1 кл. есть в обычной особой форме курьера проводник до пещеры. В помещении при пещере можно получить молоко, яиц и домашнего хлеба» [7].

Реклама оказалась действенной. В июле 1914 г. в Пермскую губернию прибыли высокие гости – сестры российской императрицы Александры Федоровны Виктория Баттенбергская с дочерью Луизой (будущей королевой Швеции) и Великая княгиня Елизавета Федоровна. Елизавета Федоровна совершила паломнический тур в Белогорский монастырь, а Виктория Баттенбергская с дочерью поехали в Кунгурскую ледяную пещеру. Кроме этого они осмотрели город и посетили Мотовилихинский пушечный завод [8]. Пушечный завод к этому времени стал настоящей туристической достопримечательностью. В пермских архивах сохранились десятки прошений туристических групп на посещение завода. Так, уже в 1878 г. директор Алексеевского реального училища писал горному начальнику Пермских пушечных заводов: «Имею честь покорнейше просить Вас, милостивый государь, разрешить преподавателю вверенного мне училища инженеру-технологу Станиславу Никодимовичу Степневскому бывать на вверенных вам заводах вместе с учениками для практического ознакомления с механизмами заводов» [9]. Документы начала XX века – запрос Первого Сибирского Коммерческого училища цесаревича Алексея из Томска, Коростомышевской учительской гимназии и др. [10]. Экскурсии на завод устраивались не только для учащихся. Так, в 1895 г. было создано Российское общество туристов, при котором вскоре была образована Комиссия экскурсий по России. Эта комиссия разрабатывала экскурсионные и туристические поездки по всей России, в том числе в Пермь. Маршрут в Пермь предполагал посещение Мотовилихинского завода. Обычно на пушечном заводе экскурсанты осматривали паровой молот, мартен, литейный, лафетный и снарядный цеха [11]. В архиве сохранился полицейский отчет 1910 г. о негласном наблюдении за группой туристов из Москвы. Время тогда было беспокойное, появлялись революционные агитаторы, особенно из Москвы и Санкт-Петербурга. Поэтому за группой туристов сразу по прибытии в Пермь был установлен негласный надзор и обо

всех передвижениях туристов доносили в департамент полиции. Из этого отчета можно узнать, что экскурсанты из Перми в Мотовилиху и обратно путешествовали на пароходе и «...ни каких разговоров экскурсанты с рабочими не имели, а прямая цель их приезда была осмотреть снаряды и пушки больших размеров, ни каких политических проявлений и выступлений не было» [12].

В начале XX в. бурно развивался образовательный туризм. Ученики пермских училищ, семинарий, школ в начале XX в. активно путешествовали по Уралу и всей России. Конечно же никаких турфирм тогда не существовало и организацией путешествий занимались преподаватели и администрация учебных заведений. Они писали прошения о скидках на транспорт, о спонсорской или меценатской помощи, о размещении в месте путешествия. Так, летом 1914 г. ученицы пермской учительской семинарии отправились в образовательную экскурсию в Москву. Путешествие должно было состояться в июне, а уже в начале марта из учительской семинарии начали уходить письма – в правление общества пароходов «Кавказ и меркурий», в пароходство братьев Каменских, в администрацию железных дорог о скидках. Пароходчики сделали значительную скидку для экскурсанток, а пермский купец П.С. Жирнов пожертвовал на это путешествие 300 рублей. Московская женская гимназия предоставила помещение для проживания пермячек. В итоге 37 учениц и 8 преподавателей осмотрели Казань, Нижний Новгород, Кострому, Троице-Сергиеву лавру, Владимир-на-Клязьме, пробыли в Москве 10 дней [13]. Летом 1912 г. воспитанники Пермской духовной семинарии в количестве 85 человек отправились в Екатеринбург для осмотра обсерватории, гранильной фабрики и музея [14].

В это же время начинают появляться специализированные организации, помогающие путешественникам. Так, в 1909 г. в Перми возникло Общество содействия начальному образованию при Кирилло-Мефодиевском училище. Одной из задач общества было устройство общеобразовательных экскурсий для учеников начальных школ Перми и Пермской губернии. В летние каникулы обществом открывались бесплатные квартиры для экскурсантов из губернии. Квартиры располагались в здании Кирилло-Мефодиевского училища и были оборудованы всем необходимым (койками, подушками, мебелью, посудой, телефоном и т.п.). За 3 года на этих квартирах останавливалось и жило 1680 человек экскурсантов-учащихся Пермской губернии, приехавших в Пермь для осмотра города и его окрестностей. Общество даже выпустило «Краткий путеводитель по городу Перми и его окрестностям». В путеводителе предлагалось несколько экскурсионных маршрутов, приводились адреса недорогих гостиниц, аптек, больниц, почты. В январе 1914 г. в Перми состоялось учредительное собрание общества «Экскурсии по Уралу». Инициаторами создания общества стали студенты, занимающиеся в обществе любителей естествознания. Студент Токарев так выразил задачи экскурсионного общества: «Они (экскурсии) знакомят учащуюся молодежь с природой края и после длинного учебного периода, укрепляют физическое



здоровье учащихся и освежают их психику. Следуя примеру Западной Европы, надо сделать экскурсии явлением обычным, развить это дело и поставить широко – для этого необходим объединяющий центр, экскурсионное бюро» [15].

Спортивно-оздоровительное направление туризма также было представлено в Перми. В конце XIX в. стал модным велосипед. Тысячи людей начали путешествовать на велосипедах, поправляя здоровье и осматривая достопримечательности. В 1895 г. в Санкт-Петербурге было создано Российское общество велосипедистов-туристов, которое через некоторое время трансформировалось в Российское общество туристов, или Русский туринг-клуб. Одной из главных задач этого клуба была разработка и организация велосипедных маршрутов по России и за границу [1]. В 1899 г. были заключены договоры с владельцами гостиниц о льготных ценах для членов общества. К 1900 г. велосипедисты могли останавливаться в санкт-петербургской гостинице «Отель Эрмитаж», царскосельской гостинице Уткина, гатчинской гостинице Веревкина, тамбовской «Славянской», тифлисской «Ориент». На рубеже веков общество отказалось от узкой специализации – организации только велосипедных путешествий. В журнале «Русский турист» была представлена новая концепция туристического общества: «...Теперь, когда мы уже освободились от односторонности обособленного Общества велосипедистов, всякий истинный друг туризма, путешествующий пешком, на лодке, пароходе или по железной дороге, пусть присоединяется к нам. Теперь мы, кажется, имеем право и возможность спросить себя: “Почему же не все русские люди — члены Российского общества туристов?”. Ведь общая наша задача и цель — познавать родную страну и через это научиться любить ее, достигается путем разработки и устройства экскурсий, прогулок для посещения городов, монументов, менее известных мест».

Пермь не стояла в стороне от велосипедно-туристического движения. «Пермские губернские ведомости» писали в 1887 г., что пермяк Ф.И. Яковлев сделал своими руками велосипед-«паук» на веревочных шинах по образцу виденного им велосипеда в Екатеринбурге. В это время в Перми было всего 6–7 счастливых обладателей велосипедов. Интерес к велосипедам был большой, но останавливала пермяков высокая цена на заграничные велосипеды. Яковлев начал производить кустарным способом велосипеды, которые были достаточно надежны. Так, в 1895 г. житель Пермской губернии М. Серебренников купил велосипед, изготовленный Яковлевым, который весил 2 пуда (32 кг) и совершил на нем путешествие из Кунгура в Москву.

В 1896 г. пермские любители спорта и путешествий обратились с ходатайством об открытии кружка велосипедистов по образцу санкт-петербургского общества велосипедистов-туристов. Открыто общество было только в 1898 г. В обществе состояло несколько десятков человек. Так, в 1904 г. было всего 31 человек. Эмблемой общества стало изображение велосипедного колеса с крыльями [4]. Первоначально пермские велосипедисты следовали традициям Российского общества туристов, т.е. организовывали велосипедные

познавательные экскурсии. Так пермские газеты описывали летнее путешествие, совершенное в 1899 г.: «В воскресенье в 4 часа дня члены местного общества велосипедистов-любителей собрались на велодроме, где с группы велосипедистов было снято несколько фотографических снимков. Затем велосипедисты в стройном порядке направились по Сибирскому тракту на прогулку, сделав конец в 10 верст, ... В 9 часов экскурсанты вернулись в город». Организовав несколько загородных велосипедных экскурсий, пермское общество стало больше спортивным и в дальнейшем организовывало только заезды и соревнования. Экскурсии и туризм были забыты, пермские велосипедисты, по меткому выражению журналистов, стали «циклистами». Гонки, чемпионаты, рекорды быстро наскучили пермякам, а спортивные занятия велосипедистов, заключающиеся в наматывании кругов по велодрому, вызывали улыбку. В городе появился анекдот: «У отца было три сына: один очень умный, второй – так себе, а третий – вовсе велосипедист». Уже в 1903 г. пермская газета писала: «Племя это (*велосипедисты*) можно отнести к числу вымирающих. Занимались только побитием рекордов. Будучи в гимназии, уроков не учили, потому кончали таковую до срока, с учетом» [6, с. 23]. Российское общество туристов не ограничивалось только гонками. К 1910 г. московское отделение общества разработало целый цикл дальних экскурсионных поездок на велосипеде по стране – на Кавказ, Черное море, Урал. При этом на местах организаторами и экскурсоводами выступали местные члены РОТ. Так, маршрут на Урал, рассчитанный на 28 дней, включал посещение Нижнего Новгорода, Уфы, Златоуста, Екатеринбурга, Кунгура, Перми.

Первая мировая война, революции, Гражданская война, разруха надолго задержали развитие туризма. Но тем не менее в пришедшем на смену Российской империи советском государстве уже в 1918 г. начали возрождаться некоторые формы туризма – экскурсионно-познавательные, оздоровительные. Экскурсионным и туристическим поездкам в начале 1920-х гг. придавалось политическое содержание. Экскурсии и путешествия должны были содействовать сближению города и деревни, просвещению деревенской молодежи путем демонстрации лучших фабрик и заводов [16]. А в оздоровительном туризме появились новые термины. Например, из инструкции народного комиссара здравоохранения за 1923 г. можно узнать о специальных «санаторных парткойках», на которые 27 «парттоварищей» выехали из Перми в Крым, на Кавказские Минеральные Воды, абхазские и черноморские курорты, курорты Украины и Сибири, в кумысолечебные районы Оренбуржья [17]. Для рабочих были свои способы отдыха. Администрации заводов и фабрик в выходные организовывали для рабочих так называемые маевки и массовки. Обычно это был массовый выход на природу – в лес, на реку, с гармошкой, закуской и выпивкой. Именно в то время появилась присказка: «Начинается массовка, открывается перцовка». Докладная Юго-Камского завода от 15 мая 1927 г. описывает одну такую маевку: «На пикник



было доставлено 18 бутылок очищенного вина и около 25 ведер пива. В результате всего этого некоторые остались в лесу, так как не в силах были уйти, а на другой день было несколько прогулов» [18]. Кроме маевок рабочие могли поехать в Кунгурскую ледяную пещеру. Вот как описывает одну из таких поездок газета «Звезда» за 1925 г.:

«Поезд остановился на станции Кунгур. Экскурсантов – железнодорожников около 90 человек. Гуськом, один за другим, направились по узкой тропинке. Местность гористая. Пещера находится в полутора верстах от станции. Издалека завидев пещеру, многие бросились бежать, чтобы попасть первыми. Там нас уже дожидался проводник... Пошли. Передний несет факел. Прежде всего, нам пришлось около трех саженей ползти на четвереньках. ...Мы спели несколько революционных и народных песен, зажгли факелы и тронулись в обратный путь» [2].

В дальнейшем советский туризм развивался и рос, но направленность его часто носила идеологический характер. Даже созданный в 1920-х гг. «Интурист» главной своей задачей ставил следующую: «Иностранный туризм должен стать мощным рычагом политического влияния Союза ССР на трудящиеся массы капиталистических стран...». Тем не менее туризм, путешествия, экскурсии знакомили жителей нашей страны с родным краем, тем самым прививая любовь к Родине, уважение к истории и культуре своей страны и всего мира. В 1966 г. всеми видами туризма – путешествия, экскурсии, активный и самодеятельный туризм, дома отдыха и курорты – в Пермской области воспользовались 1,5 миллиона человек, т.е. каждый второй житель области (на 1 января 1968 г. в Пермской области проживало 3 миллиона человек). Для пермяков были построены десятки турбаз, туристско-оздоровительных лагерей и домов охотника, рыбака, ледяная пещера была освещена электричеством, был пробит новый тоннель для удобства туристов. При заводах, школах, вузах действовало 300 туристских секций, в которых занимались около 90 тысяч жителей области. В выходные дни организовывались поезда здоровья, любителей грибов, любителей ягод, рыболовов. Этот несомненно важный исторический опыт следует знать и учитывать в современной туристической стратегии.

Список литературы

1. *Долженко Г.П.* История туризма в дореволюционной России и СССР. Ростов: Изд-во Ростов. ун-та, 1988. С. 42.
2. Звезда: газ. 1926. 4 апр.
3. Иоганн Георг Гмелин и его путешествие по Уралу в 1733–1734 годах (отрывок из путевого дневника). Пермь, 1999. С. 8–23.
4. *Красноперова Н.В.* Пермское общество велосипедистов-любителей // Смышляевский сборник: исследования и материалы по истории и культуре Перми. Вып. 3 / Центр. город. б-ка им. А.С. Пушкина (Дом Смышляева). Пермь, 2011. С. 68–76.



5. *Меховский М.* Трактат о двух Сарматиях. М.; Л.: Изд-во Акад. наук СССР, 1936. С. 200.
6. Прогулки по старой Перми: страницы городского фельетона конца XIX – начала XX в. – Пермь: Изд-во Перм. ун-та, 1998. С.47–48.
7. ГАПК. Ф. 161. Оп. 2. Д. 32. Л. 23.
8. ГАПК. Ф. 185. Оп. 1. Д. 24. Л. 2.
9. ГАПК. Ф. 34. Оп. 1. Д. 74. Л. 1–24.
10. ГАПК. Ф. 65. Оп. 2. Д. 485. Л. 79.
11. ГАПК. Ф. 65. Оп. 2. Д. 485. Л. 83, 96.
12. ГАПК. Ф. 65. Оп. 2. Д. 513. Л. 22.
13. ГАПК. Ф. 65. Оп. 2. Д. 514. Л. 29–33.
14. ГАПК. Ф. Р-790. Оп. Оп.1. Д. 3767. Л. 1.
15. ГАПК. Ф. Р-953. Оп. 1. Д. 77.
16. ПермГАНИ. Ф. 2. Оп. 4. Д. 9. Л. 30.
17. ПермГАНИ. Ф. 553. Оп. 1. Д. 51. Л. 4.
18. ПермГАНИ. Ф. 557. Оп. 4. Д. 455. Л. 1.

Электронное научное издание

**ВЕСТНИК ПЕРМСКОГО ГОСУДАРСТВЕННОГО
ГУМАНИТАРНО-ПЕДАГОГИЧЕСКОГО УНИВЕРСИТЕТА**

Серия № 1

Психологические и педагогические науки

ВЫПУСК 2 / 2016

В 2 частях

Часть 1

Электронный научный журнал

Ответственный редактор серии
Косолапова Лариса Александровна

Ответственный редактор выпуска
Полякова Татьяна Андреевна

Ответственный секретарь выпуска
Гангнус Наталия Андреевна

Компьютерная верстка выполнена *А.В. Шиховым*

Свидетельство о государственной аккредитации вуза
№ 0902 от 07.03.2014

Изд. лиц. ИД № 03857 от 30.01.2001

Подписано в печать . Формат 60х90 1/16
Набор компьютерный. Бумага ВХИ. Печать цифровая

Редакционно-издательский отдел
Пермского государственного гуманитарно-педагогического университета
614990, г. Пермь, ГСП, ул. Сибирская, 24, корп. 2, оф.71
тел. +7(342) 238-63-12
e-mail: rio@pspu.ru